



جامعة غليزان
RELIZANE UNIVERSITY

جامعة غليزان

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

أطروحة

للحصول على شهادة دكتوراه ل. م. د

في علم النفس الصحة

منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية وعلاقتها بالارتياح النفسي
لدى عينة من الشباب المتمدرس

"دراسة ميدانية على عينة من طلبة الطورين الثانوي والجامعي بولاية غليزان"

مقدمة ومناقشة علنا من طرف

السيدة(ة): قطاب نور الدين

أمام لجنة المناقشة

اللقب والاسم	الرتبة	المؤسسة الأصلية	الصفة
بوزيان يعقوب	أستاذ محاضر أ	جامعة غليزان	رئيسا
زقاوة أحمد	أستاذ	جامعة غليزان	مشرفا ومقررا
ربعي محمد	أستاذ	جامعة غليزان	مناقشا
شعبي نور الدين	أستاذ محاضر أ	جامعة معسكر	مناقشا
راحيس ابراهيم	أستاذ محاضر أ	جامعة شلف	مناقشا

السنة: 2024/2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إهداء

أهدي ثمرة هذا الجهد إلى :

من كانا سببا في وجودي في هذه الحياة بعد الله سبحانه وتعالى، والذي

و والدي

حفظهما الله لي وأطال في عمرهما ومتعهما بالصحة والعافية.

إلى إخوتي وأخواتي وإلى كل أفراد عائلي كبيرا وصغيرا، أينما كانت

وحيثما وجدت.

إلى شريكة حياتي ورفيقة دربي " زوجتي العزيزة " حفظها الله لي ورعاها برعايته

و إلى كل أفراد عائلتها الكريمة.

إلى فلذة كبدي وربيح حياتي أبنائي زكرياء وعبد السميع حفظهما الله لي.

إلى كل الأسرة الجامعية بالوطن الحبيب الجزائر.

الباحث

كلمة الشكر

أشكر الله وأحمده حمدا كثيرا يليق بجلاله وكمال صفاته الذي وفقني في إتمام هذه الأطروحة وإخراجها إلى النور، وأصلي وأسلم على من لا نبي بعده محمد عليه أزكى صلوات الله وسلم تسليما كثيرا.

يطيب لي أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ:

" زقاوة أحمد "

لقبوله الإشراف على هذه الأطروحة ومتابعته لها وعلى توجيهاته القيمة.

كما أتقدم بالشكر الخاص إلى أعضاء لجنة المناقشة على قبولهم

مناقشة هذا العمل.

جزيل الشكر أقدمه إلى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد لإتمام هذا العمل.

ملخص الدراسة باللغة العربية:

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين كل من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس، ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى لمتغيري الجنس والمستوى التعليمي. ومن أجل تحقيق ذلك تم استخدام المنهج الوصفي والاعتماد على ثلاثة مقاييس تمثلت في مقياس منظور زمن المستقبل للبارقي (2010)، ومقياس التصورات المهنية من تصميم وإعداد الباحث، ومقياس الارتياح النفسي (لكومنز، 2003، Cummins) المعدل من طرف الأستاذ (تليوين حبيب، 2006)، والتي طبقت على عينة مكونة من (545) من الطلبة يدرسون بتخصصات علمية وأدبية بالمرحلتين الثانوي والجامعي، ومن كلا الجنسين وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كل من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس.

- توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير الجنس (ذكور، إناث).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي (الثانوي، الجامعي).

الكلمات المفتاحية:

- منظور زمن المستقبل، التصورات المهنية، الارتياح النفسي.

Résumé :

- ملخص الدراسة باللغة الفرنسية:

L'étude vise à découvrir la relation entre la perspective du futur et les perceptions professionnelles avec la satisfaction psychologique (le bien-être psychologique) parmi un échantillon de jeunes instruits, et à découvrir s'il existe des différences sur l'échelle de perspective au future en raison des variables de sexe et de niveau d'éducation.

Pour y parvenir, une approche descriptive a été utilisée et trois échelles ont été représentées: l'échelle de perspective du future d' Al - Barikki (2010), l'échelle de perceptions professionnelles conçue et préparée par le chercheur et l'échelle de satisfaction psychologique de (Cummins, 2003) modifiée par le professeur Tliouine Habib (2006), qui a été appliquée à un échantillon de (545) étudiants qui étudient des filières scientifiques et littéraires aux niveaux secondaire et universitaire, des deux sexes, et les résultats suivants ont été obtenus:

- Il existe une corrélation statistiquement significative entre la perspective du futur et les perceptions professionnelles avec la satisfaction psychologique (le bien-être) chez les jeunes scolarisés.

- Il existe des différences statistiquement significatives sur l'échelle de perspective au future en raison de la variable de sexe.

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives sur l'échelle de perspective au future en raison de la variable niveau de scolarité (secondaire, universitaire).

Mots clés : la perspective du temps futur, les perceptions professionnelles, le bien-être psychologique.

- **Abstract :**

The study aims to reveal the relationship between both future time perspective and professional perceptions of psychological satisfaction (well-being) among a sample schooled youth, and to know whether there are differences on the future time perspective scale attributed to the variables of gender and educational level.

In order to achieve this, descriptive approach was used and relied on three scales represented by the future time perspective scale of Al – Bariki (2010), the professional perceptions scale designed and prepared by the researcher, and the psychological satisfaction scale of (Cummins, 2003) modified by professor Tiliouin Habib (2006), which were applied to a sample of (545) students studying in scientific and literary specializations in the secondary and university stages, and from both genders, the following results were reached :

- There is a statistically significant correlation between both future time perspective and professional perceptions of psychological satisfaction (well-being) among a sample schooled youth.

- There is a statistically significant differences on the future time perspective scale attributed to the gender variable (males, females).

- There are no statistically significant differences on the future time perspective scale attributed to the educational level variable (secondary, university).

Keywords: future time perspective, professional perceptions, wellbeing.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	الإهداء.....
ب	كلمة شكر
ج	ملخص الدراسة باللغة العربية.....
د	ملخص الدراسة باللغة الفرنسية.....
هـ	ملخص الدراسة باللغة الانجليزية.....
و	فهرس المحتويات
ن	قائمة الجداول.....
ع	قائمة الأشكال
ف	قائمة الملاحق
02	المقدمة.....
05	الفصل الأول : مدخل للدراسة
06	1- تحديد إشكالية الدراسة
11	2- صياغة فرضيات الدراسة.....

11	3- دواعي اختيار موضوع الدراسة.....
11	4- أهداف الدراسة.....
12	5- أهمية الدراسة.....
12	6- حدود الدراسة.....
13	7- التعاريف الإجرائية.....
15	أدبيات الدراسة الفصل الثاني: منظور زمن المستقبل
16	تمهيد.....
16	1- مفاهيم وتعريفات منظور زمن المستقبل.....
19	2- نبذة تاريخية حول منظور زمن المستقبل.....
20	3- الأساس البنيوي في اكتساب منظور زمن المستقبل.....
21	4- النظريات المفسرة لمنظور زمن المستقبل.....
23	5- العلاقة بين منظور زمن المستقبل والاضطرابات النفسية.....
25	6- مكونات منظور زمن المستقبل.....
26	7- أنواع منظور زمن المستقبل.....
27	8- مجالات منظور زمن المستقبل.....
27	9- أبعاد منظور زمن المستقبل.....

29	10 - العوامل المؤثرة في منظور زمن المستقبل.....
31	11 - قياس منظور زمن المستقبل.....
33	12- أبعاد منظور زمن المستقبل والسلوكيات المرتبطة به
34	13- منظور زمن المستقبل وجودة الحياة.....
34	14- منظور زمن المستقبل في مجال التربية والتعليم والتدريس.....
35	15 - قلق المستقبل
35	15-1 - تعاريف ومفاهيم حول قلق المستقبل.....
37	15-2- قلق المستقبل والمفاهيم القريبة منه.....
38	15-3- أسباب قلق المستقبل.....
40	15-4 - النظريات المفسرة لقلق المستقبل.....
41	15-5- سمات ذوي قلق المستقبل.....
42	15-6- الآثار السلبية لقلق المستقبل.....
44	16- قلق المستقبل المهني
44	16-1- أسباب قلق المستقبل المهني.....
45	16-2- أبعاد قلق المستقبل المهني
45	16-3- آثار قلق المستقبل المهني
47	خلاصة

48	الفصل الثالث: التصورات المهنية
49	تمهيد.....
49	I- دراسة التصورات
49	1- نبذة تاريخية حول تطور مفهوم التصور
50	2- تعريف التصور
50	2-1- التعريف اللغوي للتصور
50	2-2- التعريف الاصطلاحي للتصور.....
52	3- مراحل تكوين التصور
53	4- عناصر التصور
54	5- أنواع التصور
55	6- خصائص التصور
56	7- الاتجاهات المفسرة للتصورات
57	II- التصورات المستقبلية للمهنة
57	1- تعريف المهنة
58	2- مفهوم التصور المستقبلي للمهنة
58	3- النظريات المفسرة للتصورات المهنية في علم النفس
78	4- المشروع المهني المستقبلي

78	1-4- مفهوم المشروع المهني
79	2-4- مبادئ المشروع المهني
79	3-4- العوامل المؤثرة في المشروع المهني.....
80	4-4- العلاقة بين الشخصية والمهنة في بناء المشروع المهني
81	خلاصة
82	الفصل الرابع: الارتياح النفسي
83	تمهيد
84	I- علم النفس الإيجابي
84	1- تأسيس علم النفس الايجابي.....
85	2- تعريف علم النفس الايجابي
86	3- مجالات علم النفس الايجابي
88	4- تطبيقات علم النفس الايجابي.....
89	5- أهداف علم النفس الايجابي.....
89	6- أهمية علم النفس الايجابي في المدارس.....
93	7- مواضيع علم النفس الإيجابي.....
95	II- الارتياح النفسي
97	1- المفهوم الفلسفي للارتياح النفسي.....

99	2- مفهوم الارتياح النفسي الشخصي.....
100	3- علاقة الارتياح النفسي الشخصي بمفاهيم وثيقة الصلة به.....
102	4- نظريات الارتياح النفسي
107	5- نماذج الارتياح النفسي
111	6- المتغيرات الأساسية للارتياح النفسي.....
113	7- الارتياح النفسي وعلاقته ببعض المفاهيم الأخرى.....
115	8- أبعاد الارتياح النفسي.....
117	9- محددات الارتياح النفسي.....
118	10 - الارتياح النفسي المدرسي.....
120	الخلاصة.....
121	الفصل الخامس : إجراءات الدراسة الميدانية
122	أولاً: الدراسة الاستطلاعية
123	تمهيد.....
123	1- أهداف الدراسة الاستطلاعية
124	2- عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفاتها.....
125	3- أدوات الدراسة الاستطلاعية.....
127	4- الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة الاستطلاعية.....

131	5- الخطوات المتبعة في بناء مقياس التصورات المهنية
145	6- عرض الصور النهائية لمقاييس الدراسة
146 خلاصة
147	ثانيا: الدراسة الأساسية
147	تمهيد.....
147	1- أهداف الدراسة الأساسية
147	2 - تحديد منهج الدراسة الأساسية.....
148	3- حدود الدراسة الأساسية.....
148	4- عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها.....
150	5 - أدوات الدراسة الأساسية.....
151	6- إجراءات الدراسة الأساسية
151	7 - الأساليب الإحصائية المتبعة في الدراسة الأساسية.....
153 خلاصة
154	الفصل السادس: عرض ومناقشة النتائج
155	تمهيد.....
155	I- عرض ومناقشة النتائج
155	1 - عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى.....

162	2- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية.....
170	3- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.....
172	4- عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.....
174	II- الاستنتاج العام.....
177	خاتمة.....
178	التوصيات والاقتراحات.....
179	قائمة المراجع
202	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	جدول رقم
33	أبعاد التوجه الزمني والسلوكيات المرتبطة بها.	01
94	المواضيع التي يدرسها علم النفس الايجابي حسب (لكومت،2009-Lecomte).	02
109	المؤشرات الموضوعية والذاتية للارتياح النفسي (O'Brien,2008).	03
124	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية وفق متغير الجنس والمستوى التعليمي.	04
125	توزيع بنود مقياس منظور زمن المستقبل على الأبعاد.	05
126	توزيع بنود مقياس التصورات المهنية على الأبعاد.	06
127	الاتساق الداخلي لمقياس منظور زمن المستقبل.	07
128	معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التصورات المهنية.	08
129	معامل الارتباط بين فقرات مقياس التصورات المهنية والبعد الذي ينتمي إليه.	09
130	الاتساق الداخلي لمقياس الارتياح النفسي الشخصي.	10
131	حساب ثبات مقاييس الدراسة.	11

149	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس (ذكور - إناث).	12
149	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير المستوى التعليمي (ثانوي - جامعي)	13
155	معاملات الارتباط بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة	14
162	معاملات الارتباط بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة	15
170	الفروق في منظور زمن المستقبل تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)	16
172	الفروق في منظور زمن المستقبل تبعاً لمتغير المستوى التعليمي (ثانوي - جامعي)	17

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	شكل رقم
72	هرم ماصلو للحاجات الإنسانية	1
79	العوامل المؤثرة في المشروع المعني	2
87	مجالات علم النفس الإيجابي	3
88	تطبيقات علم النفس الإيجابي حسب (M.Seligman,2000)	4
88	تطبيقات علم النفس الإيجابي حسب (Lecomte-2009،لكومت)	5
93	نموذج PERMA للازدهار Wellbeing لـ (M.Seligman,2011)	6
110	نموذج الارتياح النفسي لـ (رايف وكيز، 1995 – Ryff & Keyes)	7
111	نموذج العوامل الأسرية المؤثرة في الارتياح النفسي	8
113	مخطط سولدو للارتياح النفسي	9
117	محددات الارتياح النفسي حسب (Veenhoven,1996)	10
159	سيرورة العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة (من إعداد الباحث)	11
161	سيرورة العلاقة بين الافتقار لمنظور زمن المستقبل (التوجهات السلبية نحو المستقبل) والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة (من إعداد الباحث)	12
167	تفسير العلاقة غير مباشرة بين مستوى التوجه نحو المستقبل والتصورات المهنية في تحقيق الارتياح النفسي لدى عينة الدراسة (من إعداد الباحث)	13

قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	ملحق رقم
204	الصورة الأولى لمقياس منظور زمن المستقبل	01
207	مقياس منظور زمن المستقبل في صورته النهائية.	02
210	تقديم الصورة الأولى لمقياس التصورات المهنية.	03
220	الصورة الثانية لمقياس التصورات المهنية	04
227	الصورة الثالثة لمقياس التصورات المهنية	05
230	عرض الصورة النهائية لمقياس التصورات المهنية	06
233	صورة مقياس الارتياح النفسي الشخصي للتطبيق	07
234	الخصائص السيكومترية لمقياس منظور زمن المستقبل	08
237	الخصائص السيكومترية لمقياس التصورات المهنية	09
239	الخصائص السيكومترية لمقياس الارتياح النفسي	10
241	نتائج التحليل برنامج SPSS : العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة.	11

242	نتائج التحليل ببرنامج SPSS : العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة	12
243	نتائج التحليل ببرنامج SPSS : دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للنوع الاجتماعي (ذكور - إناث) لدى عينة الدراسة	13
244	نتائج التحليل ببرنامج SPSS : دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للمستوى التعليمي (ثانوي - جامعي) لدى عينة الدراسة.	14
245	القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين لمقياس التصورات المهنية	15

مقدمة

مقدمة:

تعتبر مرحلة الشباب من أهم المراحل العمرية في حياة الفرد لكونها مرحلة تكوين الشخصية المستقبلية وإثبات الذات والسعي نحو الاستقلالية، والاعتماد على النفس في تأمين الاحتياجات الأساسية بغية الوصول إلى حياة أكثر ارتياحا وهناء وسعادة. إلا أن هذه المرحلة تواجه العديد من المشاكل التي تؤثر على تفكير الشاب وتصورات المستقبلية. فالتطلع إلى المستقبل خاصية إنسانية تنمو مع الطفل منذ الصغر حيث يمتد أفقه إلى الأمام من خلال الأماني والخيال، أما في المراهقة فتتحول الأمنيات والخيال إلى طموحات وأهداف يخطط لها وبذلك يصبح المستقبل فضاء حقيقي تتجسد فيه أهداف المراهق (زقاوة، 2012؛ 2014)، ومما لاشك فيه أن الشباب المتمدرس يعيش تجارب حياتية ويمر بخبرات ايجابية وسلبية تتعلق بالماضي ويتلقى مشاكل وصعوبات في الحاضر كما نجده يتطلع إلى المستقبل، وهذه الأزمنة الثلاثة هي متغيرات قد تؤثر البيئة في تكوينها وبنائها وفي تحديد نوع البعد الزمني السائد في سلوك الإنسان تبعاً للمثيرات السائدة فيها، حيث يؤكد أريك فروم Fromm أن زمن الماضي مهم جدا في الحياة وأن الأحداث اللاحقة يمكن أن تكون مؤثرة في الشخصية أيضا (الفتلاوي وكاظم، 2015)، فاتجاهات الشخص إذن ومشاعره وأفكاره عن الماضي والحاضر لها تأثير على سلوكه، فقد تكون آفاق المستقبل أكثر أهمية عند الشخص من مصاعب الحاضر وقد تؤدي توقعات الأمور المقبلة في ثقل أعباء الحاضر وقد يلقي الماضي ضلالا قائمة على الحاضر، فالحاضر يحتوي على الماضي النفسي وعلى المستقبل النفسيوما سبق نفهم أن لكل شخص توجه زمني خاص به يعتمد عليه عند اتخاذ قراراته أو مواقفه في الحياة سواء من زمن الماضي أو الحاضر أو التوجه نحو المستقبل حيث أن هذه الأبعاد الثلاثة تعرف باسم منظور زمن المستقبل، لذا تعد دراسة الزمن الشخصي عاملا مهما في تطوير هذه الأطر، فمنظور زمن المستقبل ذو أهمية كبيرة في تفسير العديد من السلوكيات الإنسانية وقد تكون له علاقة بالحالة النفسية للأفراد وهذا ما أشارت إليه الدراسات السابقة، على غرار التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس عينة الدراسة والتي تعد اللبنة الأساسية في تحديد مستقبله المهني حيث نجد هذه الفئة تسعى جاهدة نحو بناء الشخصية وفرض ذاتها في المجتمع باعتبارها طاقة بشرية ذات أهمية في بناء المجتمع وتكامله والمساهمة في تحقيق التنمية داخله في شتى المجالات، ونشير إلى أن هذه الفئة من الشباب يولون كامل اهتمامهم بمستقبلهم ويعطون قدرا من التأمل والتفكير ويسعون بكل جد وقناعة للتقدم والنجاح وهم يحملون أحلاما ومشاريع يطمحون لتحقيقها في المستقبل على شكل تصورات مستقبلية تنبع من التصورات الاجتماعية التي أشار إليها موسكوفيسي Moscovici (1960-1990) بكونها نظاما من القيم والمفاهيم والممارسات المرتبطة بمواضيع أو بمظاهر أو بأبعاد المحيط الاجتماعي الذي يسمح بتوجيه إدراك الوضعيات وإعداد الأجوبة والقرارات (زروالي، 2011)، التفكير وإنتاج تصوراتمهنية باعتبار أن هذه المرحلة العمرية تظهر فيها قوى

فكرية جديدة كالتحليل والاستدلال (الداهري، 2010: 237) وما لاشك فيه أن كلا الجنسين ذكور وإناث في مرحلة الشباب وقد يحملون تصورات حول المهنة المستقبلية انطلاقاً

من الحاضر وقد تساهم في بناء خططهم المستقبلية لبلوغ أهدافهم المنشودة، أما دراستنا الحالية فهي تركز على فئة متمدرسة شابة، لأجل معرفة العلاقة لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي كمؤشر على الصحة النفسية لدى عينة من الشباب المتمدرس خاصة وأنهم يمرون بمرحلة تشهد تغيرات عديدة في شتى مجالات الحياة لذا تم التطرق في دراستنا إلى الفصول التالية:

- أولاً قدمنا الدراسة التي نود القيام بها لذا خصصنا الفصل الأول لضبط الإشكالية والتساؤلات ثم عرض الفرضيات، دواعي اختيار الموضوع وأهميته دراسته وأهدافه بالإضافة إلى المفاهيم الإجرائية المتعلقة بالدراسة.

- تقسيم الدراسة إلى جزأين هما: جزء نظري وآخر تطبيقي حيث تم من خلالهما التطرق إلى ما يلي:

- **الجزء النظري:** يتضمن عرض المفاهيم والنظريات والدراسات المتعلقة بتغيرات الدراسة لذا خصصنا الفصل الثاني لموضوع منظور زمن المستقبل وتم التطرق فيه إلى كل ما يتعلق بهذا المتغير وبعدها ننتقل إلى فصل ثالث وهو خاص بتغيير التصورات المهنية من خلال عرض مفاهيم ونظريات متعلقة بالموضوع مع التطرق إلى المشروع المهني الشخصي والتخطيط الذهني للمهنة والتوجهات المستقبلية نحو العمل، أما الفصل الرابع فنحاول عرض كل ما يتعلق بموضوع الارتياح النفسي الشخصي من تعاريف ونظريات ودراسات سابقة حول الموضوع والتطرق لمؤشرات ودلائل الارتياح النفسي وشروطه ...

- **الجزء التطبيقي:** خصصنا للميدان ثلاثة فصول كاملة هي على النحو التالي:

- **فصل خامس:** تطرقنا فيه أولاً إلى الدراسة الاستطلاعية التي تهدف إلى دراسة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، ثم عرض الخطوات الأساسية في بناء مقياس التصورات المهنية من تنظير وتجريب والقيام بالتصحيحات والتعديلات التي تدخل في حيز عملية التحكيم والتأكد من صدق وثبات هذه الأداة.

- **فصل سادس:** خصص للدراسة الأساسية التي تضمنت الإجراءات المنهجية للدراسة كاختيار المنهج المناسب والعينة وخصائصها المختلفة ثم الانتقال إلى عرض أدوات الدراسة في صورتها النهائية وطريقة تطبيق المقاييس الثلاثة للحصول على نتائج تخدم الأهداف المسطرة.

- **فصل سابع وأخير:** يتم فيه عرض نتائج الدراسة وتفسيرها من خلال تحليل المعطيات ومناقشة ما توصلت إليه الدراسة الميدانية من مخرجات.

- قدمنا في الأخير خلاصة حول أهم النتائج المتوصل إليها بالإضافة إلى تقديم بعض التوصيات والاقترحات التي من شأنها خدمة الموضوع ككل، وإثرائه مستقبلا من خلال الدراسات اللاحقة.

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

1- تحديد إشكالية الدراسة.

2- صياغة فرضيات الدراسة.

3- دواعي اختيار الموضوع.

4- أهداف الدراسة.

5- أهمية الدراسة.

6- حدود الدراسة.

7- التعاريف الإجرائية.

1- تحديد إشكالية الدراسة:

إن أكثر ما يشغل تفكير الشباب وخصوصا المتدربين منهم هو المستقبل وما يجنبه لهم حيث تذهب العديد من الدراسات المعاصرة إلى التأكيد على أهمية منظور زمن المستقبل في حياة الأفراد وقدرته على تحقيق الصحة النفسية لهم. وفي هذا السياق تشير دراسة حديثة إلى أن التوجه الزمني نحو المستقبل له القدرة على التنبؤ بقلق المستقبل (زقاوة، 2014)، كما توصلت دراسة (Kagan et al , 2004) إلى وجود علاقة بين توقعات الطلبة لأحداث المستقبل وارتفاع معدل الشعور بالقلق والاكتئاب (ورد في علي، 2010) فنظرة الفرد للمستقبل قد تتحكم في الحالة النفسية له، في حين تصبح الخبرات الشخصية تعمل دورها في ما يخص تحديد درجة الميل نحو توجه الفرد إلى حقبة زمنية معينة يستقي منها أفكاره ويبرز على أساسها مواقفه ويلجأ إليها كي يعبر عن مدى تطلعه للمستقبل بتفاؤل وأمل أو عكس ذلك بتشاؤم، وينجم عن هذا مجموعة من المشاعر المختلفة التي ترافق عملية التنبؤ للمستقبل لدى الأفراد وخاصة الشباب المتدرب منهم باعتبارهم اللبنة الأساسية في بناء المجتمع، لذا نجدهم يولون أهمية كبيرة بمستقبلهم ويتطلعون إليه كل حسب إمكانياته وقدراته ومدى توافقه وتكيفه وسط البيئة التي يعيشون فيها في ظل العصر الحالي المعاش الذي أصبح يسمى بعصر سيادة القطب المادي وتنحي القطب النفسي بعيدا عن أي مظهر من مظاهر الصحة النفسية، يعني هذا أن الشباب المتدرب أصبح يعيش في وسط تجردت فيه الحاجات النفسية المعنوية التي هي بمثابة عوامل ذاتية إنسانية أساسية واستسلمت أمام الحاجات المادية، وهذا لا يدل على شيء وإنما يدل على تدهور مستوى الصحة النفسية، نتيجة الاختلال في التوازن بين ماهو نفسي وماهو مادي وسط المجتمع، وعلى هذا الأساس قد يعتمد الشباب المتدرب بالأقسام النهائية أو بالجامعات على العديد من التغيرات التي تطرأ على المجتمع وهي كمرجعية ذاتية لديهم يلجؤون إليها خلال تكوين وبناء نظرتهم تجاه المستقبل بحيث تتصف هذه العملية بعدم الانسجام بين أبعاد التوجه الزمني لديهم ومستويات الصحة النفسية وتتجلى في المشاكل المختلفة التي تظهر عند الشباب كسلوكيات العنف بمختلف أشكاله، التسرب المدرسي، الرسوب الدراسي، الانتحار، الإدمان على المخدرات ووسائل التواصل الاجتماعي وعلى العادات السيئة مثل تعاطي السجائر، التنمر، المشاكل العاطفية والأسرية، الأزمات والاضطرابات النفسية وهذا النوع من الحياة بدون شك ستعتمد فيه هذه الفئة على منظور زمني معين يتم من خلاله بناء التوقعات والنظرة نحو المستقبل بشكل مختلف والذي قد يطبع على حالتهم النفسية، وبما أن الشباب المتدرب هم شباب مؤطر ومهيكل وخاضع للتقييم والتقويم ومن جهة أخرى يخضع لمؤسسات التنشئة الاجتماعية المختلفة فإنه قادر

على العموم تخطي الصعاب والتوجه لمستقبله بكل طموح وأمل كبيرين بحكم أنه يتلقى معارف نظرية وتطبيقية تجعله أدرى بما يحيط به وبمصلحته مستقبلا وما يعود عليه بالنفع لذا نجدهم يجتهدون لتحقيق أهدافهم المستقبلية، حيث يشير دي فولدر ولينز (De Volder & Lens, 1982) إلى أن هناك علاقة بين التحصيل الدراسي الأكاديمي والمثابرة والبعد المعرفي والبعد الدافعي لمنظور زمن المستقبل ووجد أن الطلاب مرتفعي التحصيل والمثابرة هم الأكثر في إعطاء أهمية للأهداف بعيدة المدى كما اعتقدوا في الدراسة الجادة كوسيلة لتحقيق أهدافهم. ويذهب أدلر Adler إلى أن الإنسان تحركه توقعاته للمستقبل أكثر ما تحركه خبراته الماضية، وأن أهداف الحياة هي السبب الذاتي للأحداث السيكولوجية، أي أن أهداف الإنسان المثالية تحدد مفردات سلوك الحاضر(هول وليدري، 1978: 172)، وفي نفس الصدد يرى كل من (شاير وكورفر، 1987) أن التوجه نحو الحياة المستقبلية قد يؤثر على الدافعية بشكل مباشر وتوصلا إلى أن المعارف التي يكتسبها الفرد عن المستقبل تعزز الدافعية أيضا بحيث تربطهما مكونات وجدانية خاصة بالقيم (Scheier & Corver ,1987: 15) فالإقبال على الحياة والتوجه الإيجابي نحو المستقبل مع الاعتقاد بإمكانية تحقيق الأهداف الشخصية مع احتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ قد يحقق ال أمن المستقبلي والرضا عن الحياة الذي يساهم في زيادة فعالية الذات لدى المتدربين الشباب بحيث تساعدهم على التخطيط للمستقبل وبناء معتقداتهم حول قدرتهم على النجاح في الأداء من خلال زيادة الدافعية وبذل الجهد لبلوغ ذلك، بالإضافة إلى أنها تعمل على خفض حدة القلق وانهمزام الذات والتفكير السلبي ما يرفع من درجة الارتياح وتحقيق الذات والتفكير الإيجابي والحياة السعيدة، ففعالية الذات والتوجه نحو المستقبل هما بعدين هامين في تشكل منظور زمن المستقبل ويعتبران من المتغيرات النفسية الهامة التي تتحكم في سلوك الإنسان وقد تساعده في تحقيق طموحاته ورغباته من خلال قدرته على التكيف مع المحيط والتغلب على الصعوبات التي تواجهه، وبما أن المجتمع الجزائري يزخر بطاقات بشرية هامة تتمثل في الشباب المتمدرس سواء الذي يتلقى تكوينه بالمدارس التعليمية العمومية أو الخاصة أو بمؤسسات التكوين المختلفة، وتسعى هذه الأخيرة دائما إلى تأهيل الطلبة بالمعرفة من خلال تقديم الدروس النظرية والتطبيقية وهذا ما نلمسه على مستوى الثانويات والجامعات مثلا، إذ تتضمن هذه الأخيرة مجموعة من التخصصات والشعب والفروع التي تسمح للشباب المتمدرس بتنمية إمكانياته وقدراته ليصبح فردا صالح في المجتمع، في ظل انفراد هذه الفئة بخصائص متميزة ولديها أهداف موحدة لذا نجدهم يفكرون في مستقبلهم المهني ويولون كامل الاهتمام به خاصة وأنهم في مرحلة استكشافية للنماء المهني وأن الحياة الدراسية

تكسب الطالب المتعة والاهتمام وهي بمثابة وسيلة لتحقيق أهدافهم المستقبلية (هول وليدري، 1978: 185) وهم يتمتعون بخيال واسع ويستمدون تصوراتهم من خلال تفاعلهم وتنشئتهم الاجتماعية وحاصل التربية والتعليم مما يساعدهم على اكتساب خبرات ذاتية تؤهلهم لاختيار مهنة المستقبل وإعداد العدة لها، ومظاهر ذلك تتجلى في الأدوار المهنية التي يتمصصها الأطفال وهم يلعبون دور المعلمة والطبيب، العسكري ... فهم بذلك يعبرون عن التفضيلات المهنية لديهم وهذا مؤشر واضح على بداية التصورات لديهم حول مستقبلهم وقد تنعكس على اختياراتهم المهنية في مرحلة المراهقة وخاصة في مرحلة الثانوية والجامعة، وقد تبنى أفكارهم وفقا للمعايير الخاصة بالنجاح الاجتماعي والنماذج الموجودة وسط المجتمع ومن جهة أخرى القدرة على إعطاء معنى جيد للمعرفة التي يتلقاها الطلبة واستغلالها أحسن استغلال لأجل تحقيق الأهداف والطموحات وفق مشروع مهني واضح المعالم، ويعبر عادة عن ما سبق بالتصورات المستقبلية المهنية التي يمكن أن تختلف من شخص إلى آخر بسبب العديد من العوامل حيث أشارت الباحثة (زرولي، 2011) في دراستها حول التصورات المستقبلية لدى المراهق المتمدرس إلى أن متغير الجنس يتدخل في تحديد طبيعة التصورات المستقبلية لدى هاته الفئة من الشباب سواء الذكور أو الإناث، ونشير أيضا إلى المشكلات التي يعاني منها المجتمع في الوقت الراهن والتي تمس مختلف مجالات الحياة كانتشار البطالة بين أوساط الشباب وخاصة حاملي الشهادات، أزمة السكن، الفساد الإداري ضعف القدرة الشرائية للمواطن، غلاء المعيشة، تأخر سن الزواج، العنوسة، فشل أغلب المشاريع الموجهة لفائدة الشباب والمدعمة من طرف الدولة، الهجرة غير شرعية ... كل هذا له تأثير مباشر أو غير مباشر في تأسيس شكل التصورات المهنية لدى عينة الشباب المتمدرس وقد تجعلهم يشعرون بالقلق إزاء المستقبل المهني والتخوف من عدم تحقيق أهدافهم (الحصناوي، 2013: 3) وفي الغالب يترتب عن هذا الأمر أزمة حقيقية في حياة الشباب المتمدرس وينعكس ذلك بصورة حادة وقاسية على نظرتهم المستقبلية (الأقصري، 2002 : 52)، وقد تخضع التصورات المهنية لمعياري الرغبة والحاجة حين نجد هذه الفئة تتطلع للمستقبل وتحدد أولوياتها وفق أهمية الأشياء والعائد منها، وهي في الحقيقة عبارة عن توقعات وانتظارات يطمحون لتحقيقها على أرض الواقع تبعا لأحكام مسبقة، لذا نشير إلى أهمية الخبرة والتجارب لديهم وما يرونه بالعين وما يسمعون عن كل ما يتعلق بواقع التكوين والدراسة والمجال المهني ونظرة المجتمع للمهن وغيرها من الأحكام له دور في تصور الطلبة لمشروعهم المهني المستقبلي والتوجه إليه حسب الإمكانيات والمؤهلات الشخصية والحاجة التي يسعى إلى تحقيقها الشاب أو الشابة من خلال

تسببهما للصورة التي يريدان تحقيقها من المهنة في المستقبل، فالصورة المستقبلية للمهنة التي يكونها الإنسان غالباً ما تكون مبنية على خبراته الحاضرة والخبرات الماضية التي عاشها رغم أن هذه الأخيرة أقل تأثيراً من الحاضرة في تشكيل هذه التصورات، فالمجتمع الذي يعاني من أزمات على المستوى الاجتماعي أو الاقتصادي أو السياسي وغيرها ربما تتشكل التصورات المهنية بها متأثرة بهذه الأزمات (وطفة، المجيدل، 1996: 907) وأشارت إلى هذه النقطة دراسة (الحصانوي، 2013) التي خلصت نتائجها إلى أن التصورات المستقبلية لطلبة العراق مالت إلى السلبية وأرجعت الباحثة هذا إلى الحالة السياسية والاجتماعية والاقتصادية المتردية للبلد ومن جهة أخرى تتأثر فئة الشباب المتدرس سواء بالثانويات أو الجامعات بالقيم والمعايير الاجتماعية والثقافية والدينية، لذا فهم يكونون أفكاراً وينسجون تصورات حول مستقبلهم بناء على ماسبق يعني تبعا لما يدور حولهم ويرونه أمامهم من أحداث وما يسمعون، وهنا تتكون المعتقدات وتصبح أكثر وضوحاً في ما يخص التوجهات نحو اختيار مهنة المستقبل إذ تظهر ميولاتهم للمهن المفضلة والتي تتناسب مع إمكاناتهم وقدراتهم بحيث يمكنها أن تحقق رغباتهم وأهدافهم المستقبلية فالمهنة يقرها المجتمع في الغالب وهي لها دور كبير جداً في حياة الإنسان بحكم أنها الحقل الذي يوظف فيه نشاطاته ويفرغ طاقاته ليظهر بذلك كفاءاته وقدراته الذاتية في مجال معين ليصل إلى درجة الرضا عن ذاته ورضا الآخرين عنه باعتبار أنه يقدم خدمة للمجتمع يستحق على إثرها الاحترام والتقدير والثناء وكثيراً ما تكون هذه المهنة مصدر سعادة ورفاه أو شقاء، حيث يعتبر الدخل غير مهم إذا لم تتوافق مع مؤهلات وآمال الشخص (الرفاعي، 1991: 222)، ونفهم من هذا تحيل مهنة المستقبل وتصورها انطلاقاً من الواقع المعاش أمراً لا بد منه وهذا بالنظر إلى ارتباطها بالعديد من المديات الاجتماعية والنفسية لدى الفرد بحيث لا يرى نفسه إلا حين يرتقي بها من خلال الحصول على مهنة تلبي حاجياته المختلفة، وبتعبير آخر نجد أن التصورات المهنية للشباب المتدرس تخضع للعديد من الشروط والمعايير والعوامل الشخصية والاجتماعية التي تتحكم بشكل أو بآخر في بناء تمثالهم وتخيلاتهم للدور المتوقع القيام به والعائد منه مستقبلاً على جميع المستويات وهذا ما أشار إليه عياد (2011) في دراسته حين توصل إلى أن تصورات مهنة المستقبل تسبقها ميولات وترتبط ارتباطاً إيجابياً بالعائدات منها (عز، 2014: 76)، وكل ماسبق عبارة عن دوافع داخلية على شكل قوة باطنة توجه التصورات المهنية لدى الشباب لاختيار مهنة المستقبل والاستعداد لها من خلال تحسين أداءهم التعليمية والتكوين والتحصيل الدراسي، وهي بمثابة استجابة لنشاط عقلي سابق على شكل أفكار وتصورات وتمثلات تدفع هذه الفئة لبذل مجهودات إضافية لأجل تحقيق أهدافهم وانتظارهم في المستقبل لذا يمكننا القول أن الشباب لديه توجهات نحو

المستقبل ومهما كانت الظروف فهو يقدر مكانة المهنة في حياته حيث أشار كل من (بركات وكفاح، 2009) في دراستهما حول احتياجات التنمية المستقبلية لدى الطلبة بالجامعات الفلسطينية من وجهة نظر الطلبة أنفسهم وتوصلا إلى أن من الاحتياجات الأكثر أهمية بالنسبة لهؤلاء هي المجال المهني الذي يسمح لهم بتقدير ذواتهم وإحراز المكانة الاجتماعية المراد تحقيقها بحيث تسمح لهم أيضا التصورات الإيجابية للمهنة المستقبلية من رفع هماتهم وتشعرهم بالراحة والسعادة والاستقرار وتحرك فيهم الدافعية نحو العمل أما إذا كانت سلبية فقد تشعرهم بالحمول والإحباط واليأس (بيك، 2000 : 53) و(الحفني، 1995: 607)، فالتصورات المهنية تختلف أحيانا لدى الشباب المتمدرس وترجع غالبا إلى الواقع المعاش لدى الفرد وقد تكون ما بين إيجابية وسلبية، لذا لا يجب أن ننسى بأن المجتمع الجزائري على غرار العالم بأسره يمر بتغيرات وأزمات أدت إلى تراكم الضغوط الحياتية والتي تصعب غالبا على الشباب التنبؤ والتوقع لما سيحدث مستقبلا، وهذا ما يهدد استقرارهم النفسي ويشعرهم بالخوف والقلق مما يخفيه هذا المستقبل وقد تنتشر هذه المشاعر أكثر في الوقت الراهن بين أوساط الطلبة والطالبات بسبب توقع عدم الحصول على عمل في المستقبل ويسود هذا الشعور طلبة المراحل النهائية خاصة، ويتشكل هنا القلق من الوقوع في شبح البطالة السائدة في المجتمع (مشري، فلاح، جوادي، 2018: 273)، ومما سبق تأتي دراستنا الحالية لتثري موضوع التوجه الزمني نحو المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي تبعا لبعض المتغيرات، وتتحدد الإشكالية الرئيسية للدراسة على النحو الآتي: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس؟

وتفرعت عنها الأسئلة التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس؟
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث)؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى أفراد العينة؟

2- فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة.
- توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير النوع لدى أفراد العينة.
- توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى أفراد العينة.

3- دواعي اختيار موضوع الدراسة:

- 3-1 - الرغبة في المساهمة العلمية النظرية و التطبيقية في هذا الموضوع المدروس.
- 3-2 - محاولة الاهتمام والإصغاء لمشاكل الشباب المتدرّس ومرافقتهم نفسياً مع البحث عن منظور زمن المستقبل لهذه الفئة والكشف عن خططهم المستقبلية وتطلعاتهم، تصوراتهم للمهنة وللحياة على المدى القريب والبعيد أيضاً.
- 3-3 - نقص الدراسات في المجال المتعلق بدراسة مواضيع تتعلق بفئة الشباب المتدرّس وصحتهم النفسية وعليه ارتأينا العمل في هذا المجال بهدف الوصول إلى نتائج قيمة من خلال دراستنا هاته.

4 - أهداف الدراسة: سعت الدراسة لتحقيق الأهداف التالية:

- 4-1- التعرف على مستوى منظور زمن المستقبل لدى شباب العينة.
- 4-2 - التعرف على مستوى التصورات المهنية لدى شباب العينة من خلال بناء مقياس خاص لهذا الغرض.
- 4-3- التعرف على مستوى الارتياح النفسي الشخصي لدى شباب العينة.
- 4-4- الكشف عن العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة.
- 4-5- الكشف عن العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة.

4-6- التحقق من دلالة الفروق الإحصائية في مستوى منظور زمن المستقبل لدى شباب العينة تبعا للمتغيرات التالية: الجنس والمستوى التعليمي.

5 - أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في تطوير الأدب التربوي النظري والعملي المرتبط بمنظور زمن المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي (الرفاه الشخصي) في البيئة الجزائرية؛ نظرا لندرة الدراسات المحلية في هذا الموضوع. كما تبرز أهميتها في توفير بيانات ومؤشرات حول هذه المتغيرات قد تساعد في تطوير جودة الخدمات المقدمة للطلاب على مستوى الثانويات والجامعة وباقي المؤسسات الاجتماعية وعليه يمكن تحديد أهمية الدراسة في عنصرين على النحو التالي:

5-1- الأهمية النظرية: تكمن في البحث والإطلاع على المفاهيم الخاصة بمتغيرات الدراسة والنظريات والدراسات التي تناولت هذا الموضوع، ومعرفة كل الجوانب المتعلقة به، ثم بلورتها إلى أفكار جديدة بما يخدم البحث العلمي، لا سيما العمل على الإثراء النظري المنظم والمنهج في دراسة الموضوع ليصبح بذلك مرجعا نظريا ذا قيمة لدى الطلبة والباحثين في هذا المجال.

5-2- الأهمية العملية: تكمن في البحث على الدراسات الميدانية ونوع المقاييس والاختبارات المطبقة على نفس الفئة المدروسة ثم الانطلاق منها بهدف تطبيقها على فئة من المجتمع الجزائري مع محاولة تقديم بعض الحلول والاقترحات بما يخدم مصالح عينة الدراسة خاصة في مجال المرافقة والمساندة النفسية والإرشاد والتوجيه المهني والمدرسي والمساعدة على التكيف، بالإضافة إلى تقديم رؤى جديدة تتعلق بمنظور زمن المستقبل والتصورات المهنية المستقبلية والارتياح النفسي لدى شباب العينة من خلال التحقيق والعمل الميداني المباشر.

6 - حدود الدراسة: تتضمن حدود الدراسة الحالية العناصر التالية:

6-1- الحدود الموضوعية: تكمن في دراسة العلاقة بين منظور زمن المستقبل والإرتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس، ومن جهة أخرى دراسة العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى نفس العينة، كما تتحدد موضوعيا بأدوات قياس المتغيرات وهم: مقياس منظور زمن المستقبل ومقياس التصورات المهنية من إعداد الباحث،

ومقياس الارتياح النفسي. وعليه فإن نتائج الدراسة الحالية ستكون صالحة للتعليم على المجتمع الإحصائي لهذه الدراسة والمجتمعات المماثلة إحصائياً.

6-2- الحدود الزمنية: تتحدد الدراسة الحالية بالفترة الزمنية وهي طيلة السنة الدراسية 2024/2023 للمرحلتين الثانوي والجامعي معا.

6-3- الحدود المكانية: الحدود المكانية للدراسة كانت بالمؤسسات التربوية وانحصرت ما بين مابين الثانويات والجامعة على مستوى ولاية غليزان.

6-4- الحدود البشرية: أقيمت الدراسة على تلاميذ السنة الثالثة من التعليم الثانوي (بكالوريا) والطلبة الجامعيين يدرسون بالسنة الثالثة ليسانس وMASTER 2 بتخصصات علمية وأدبية.

7 - التعاريف الاجرائية :

7-1 - منظور زمن المستقبل Future Time perspective: يقصد به اتجاهات الفرد وحاجاته نحو امتلاك أهداف مستقبلية وتحقيق الانجازات التي يخطط لها (Kalkan, 2008 :85)، بمعنى مدى هيمنة الأبعاد الزمنية الثلاثة (الماضي - الحاضر - المستقبل) على السلوك الإنساني، وتوقع الفرد طيلة سنوات حياته داخل هذه الأزمنة أو أي منها، وتعكس طريقة الإنسان في معايشة هذه الأزمنة وأسلوبه في التوجه نحوها، الذي يعبر عنه بسلوكه ومواقفه الحياتية (الفتلاوي، 2000). ويعرفه "سودندورف وكوربولز" على أنه قدرة الإنسان على النظر في المستقبل والاستعداد لتقديم التضحيات في الوقت الحاضر للحصول على شيء أفضل في المستقبل (Suddendorf & Corbollis, 1997)، أما السيد عبد الدايم عبد السلام (1996) فيعرفه على أنه نزعة الفرد لإعطاء أهمية كبيرة للأهداف البعيدة المدى، والاعتقاد في أن العمل الجاد هو الوسيلة لإنجاز تلك الأهداف.

وإجرائياً يعد منظور زمن المستقبل الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من المقياس المعد من طرف الباحث البارقي (2010).

7-2- التصورات المهنية **Professional perceptions** : تعني نظرة الشخص إلى العمل والعائد من المهنة المنتظرة ومتطلباتها المختلفة، أما إجرائيا فيقصد بها الدرجة التي يحصل عليها الشباب المت مدرس عينة الدراسة من مقياس التصورات المهنية المصمم من طرف الباحث.

7-3 - الارتياح النفسي **Subjective Well Being**: هو ما يعبر عنه أحيانا في الأدب التربوي بالرِفاه الشخصي أو الهناء النفسي، وهو حالة نفسية يعيشها الفرد تتسم بالطمأنينة وتقبل واقعه المعيشي من خلال الرضا والتفاؤل نحو المستقبل في ظل متطلبات العيش مع التحلي بالصبر والقدرة على الصمود وحل المشكلات. أما كومينز (Cummins, 2003) فيرى أن الارتياح النفسي هو تقييم الحياة بطريقة إيجابية وقد حدد مكونين هما: الرضا المعرفي المشاعر الايجابية أو الشعور بالسعادة، أما (أرجايل، 1993) أن للارتياح النفسي ثلاثة مكونات أساسية هي:

- الرضا عن الحياة: ويقصد به نوعية الحياة أو جودة الحياة.

- الوجدان الإيجابي: وهو المكون الانفعالي للارتياح بوصفه حالة انفعالية.

- الوجدان السلبي: المعاناة النفسية ذات العلاقة العكسية بالشعور بالرضا الشامل (مسعودي، 2016 : 18)

وإجرائيا هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من مقياس الارتياح النفسي لكومينز (Cummins, 2003).

أدبيات الدراسة

الفصل الثاني: منظور زمن المستقبل

تمهيد.

- 1- مفاهيم وتعريفات منظور زمن المستقبل.
- 2- نبذة تاريخية حول تطور منظور زمن المستقبل.
- 3- الأساس البنوي في اكتساب منظور زمن المستقبل.
- 4- النظريات المفسرة لمنظور زمن المستقبل.
- 5- العلاقة بين منظور زمن المستقبل والاضطرابات النفسية.
- 6- مكونات منظور زمن المستقبل.
- 7- أنواع منظور زمن المستقبل.
- 8- مجالات منظور زمن المستقبل.
- 9- أبعاد منظور زمن المستقبل.
- 10- العوامل المؤثرة في منظور زمن المستقبل.
- 11- قياس منظور زمن المستقبل.
- 12- أبعاد منظور زمن المستقبل.
- 13- منظور زمن المستقبل وجودة الحياة.
- 14- منظور زمن المستقبل في مجال التربية والتعليم والتدريس.
- 15- قلق المستقبل.
- 16- قلق المستقبل المهني.

خلاصة.

تمهيد:

يعبر منظور زمن المستقبل لدى الأفراد على عملية اكتساب مفهوم الزمن، وهو من أهم العمليات التي تساعد على التكيف مع الواقع وإدراك الأحداث في الوجود وفي الكائنات الحية من حيث تزامنها وتعاقبها وحالة وقوع الأشياء ككل، بحيث يمتلكون القدرة على التمييز بين ما هو سابق (الماضي) وما هو آني (الحاضر) وما هو لاحق (المستقبل) وهذا ما يدعى بالسجلات الزمنية الثلاثة التي تشير إلى تشكل وتطور المدركات الزمنية لدى الأفراد الذين نجدهم يتجهون نحو الغد بناء على ما تحمله أحداث والتصورات الخاصة باليوم الحاضر وقد يركزون أيضا على طيات أحداث الماضي، وهذا لا يدل على شيء وإنما يدل على أهمية المستقبل في نظرهم والذي بدون شك يشغل حيزا مهما في تحديد السلوكيات والتعامل مع المواقف واختيار التوجهات الزمنية للانطلاق في تحقيق الأهداف المتعلقة به، لذلك التفكير فيه يتطلب جهد ونشاط ذهني ونفسي واجتماعي كبير، وكلما أشرنا إليه سابقا يصطلح عليه بما يسمى منظور زمن المستقبل الذي سنتطرق إليه من خلال عرض هذا الفصل.

1- مفاهيم وتعريفات منظور زمن المستقبل:

يعتبر تعريف منظور زمن المستقبل من أعقد الأمور في العلوم النفسية والاجتماعية إذ يتضمن هذا المفهوم كلمة الزمن وهو في ذاته تكوين معرفي مجرد يحتاج إلى تأمل فلسفي واهتمام كبير من طرف الباحثين نظرا لأهميته في بناء العمليات الإنسانية وسط المجتمع لذا ورد على لسان العرب " لابن منظور" كلمة الزمن أو الزمان وهو اسم لقليل من الوقت أو كثيره، أما في القاموس الإنجليزي أوكسفورد فيشار إليه بأنه التقدم المستمر وغير المحدد للوجود وللأحداث في الماضي والحاضر والمستقبل كمنظومة واحدة، أما (بيرجسون، 1948 - Bergson) يسميه الوقت ويرى بأن الزمن لا يمكن ملاحظته لكن ندركه بالحدس، بينما كلمة منظور فيتم استخدامها للتعبير عن نظرة الفرد إلى نشاط ما أو أمر معين انطلاقا من نوعية تقوم بتوجيه نظره لتلك الحالة المنظورة.

فمنظور زمن المستقبل هو مصطلح يدل على حالة تصور المستقبل وفي علم النفس الاجتماعي والتربوي يعبر عن توجيه عملية البحث التي ينظر بها الفرد إلى المعلومات من حيث تناغمها وتناسقها الزمني والتي يوظفها وفق تقديراته المعرفية ومدى إرضائه للفكرة لتظهر على شكل سلوك، وهذا التقدير والإرضان ينتج عنه تصنيف نسبي لمختلف محتويات الأفكار التي سيعتمد عليها الفرد من حيث كونها سمة أو حالة تدل على الماضي أو الحاضر أو المستقبل، لذا يمكن القول بأن منظور زمن المستقبل هو تقدير مدى اتجاه الشخص واعتماده على سجل زمني

معين من أجل توظيف محتوياته خلال اتخاذ قرار ما، وتبعاً لما سبق ذكره كله ونظراً لأهمية هذا المفهوم في حياة الأفراد اقترح كل من (زمباردو وبويد، 1999، Zembardo & Boyd). وضع مفهوم الزمن في منظور وجاء هذا الاقتراح بعد ثلاثين سنة من الدراسة وتبلورت بذلك فكرة وضعه في إطار منظور معرفي يساهم في بناء سلوك الفرد والتحكم في انفعالاته واتخاذ القرارات وتسهيل الاندماج الاجتماعي والمهني وتفسير السلوكيات التي تكمن فيها أخطار صحية إلى غير ذلك من العلاقات بالعوامل النفسية والاجتماعية المختلفة، وبعدها أصبح منظور زمن المستقبل يعتمد عليه في العلاج النفسي لما له من دور في التعلم واكتساب السلوكيات الصحية الفردية والجماعية باعتبار أن له دور في بناء شخصية الفرد ويساهم في تعديل وتوجيه النظام المعرفي السلوكي لدى الفرد، وفي هذا الإطار فقد أشار (باندورا، 1977 - Bandura) في نظريته حول فعالية الذات إلى أن السجلات الزمنية الثلاثة لها تأثير في التنظيم الذاتي للسلوك، وبعدها أصبح منظور زمن المستقبل شائعاً واعتمد عليه العديد من الباحثين في تأسيس دراساتهم مما أعطى زخماً علمياً لهذا الأخير، لذا يمكننا القول أن مصطلح منظور زمن المستقبل تم توظيفه بمنحى تصاعدي حسب أهميته في فهم سلوك الأفراد وتوجيهها والحفاظ على السلامة النفسية والعضوية لهم إلا أنه سيبقى قيد الدراسة لتطوير مجالاته وكل ما يتعلق به من أجل تفسير ظواهر نفسية واجتماعية ومن أجل فهمه أكثر نعرض بعض المفاهيم والتعاريف لمنظور زمن المستقبل كالتالي:

- تعريف زمباردو (1988): هو الطريقة التي نقسم بها مجريات الأحداث المدركة والخبرة داخل أطر الزمن الماضي والحاضر والمستقبل، بحيث أن تلك الطريقة نكسبها من الثقافة والأسرة، الأقران، الديانة والوسائط التربوية، ويتوقع وجود اختلاف لدى الناس في منظور زمن المستقبل، فتلك الوسائط تجعلنا نركز على أحد الأزمنة وتركيز أقل أو عدم تركيز على الأخرى (السيد عبد الدايم، 1995: 645).

- وقد استخدم الباحثون مترادفات لمصطلح منظور زمن المستقبل حيث اعتبره كل من (بونابرت - Ponaparte) و(كوهن - Cohen) و(دولي - Dooley) معنى فهم الزمن، بينما استخدمه (بارنت - Bardnt) و(إيسلر - Eissler) و(شنايدر - Schneider) بمعنى توجه الزمن أما (كوبروكوبر وتوثيل - Cooper, Cooper & Tuthill) فقد اصطلحوا عليه إدراك الزمن.

- يعرفه (والاس، 1956 - Wallace) على أنه توقيت وترتيب الأحداث التي يراها الشخص في المستقبل أما (ولفورد، 1966 - Wohlford) يعرفه على أنه النظام الكامل لإدراكات الشخص والتي لها

أساسي الماضي أو المستقبل، أما (دكشتاين، 1969 - Dickstein) على أنه القدرة على تصور أو تخيل أحداث المستقبل (شرفي، جار الله، 2009: 15).

- أما (نيوتن، 1980، Nuttin) يعرف منظور زمن المستقبل على أنه عبارة عن تشكيل مواقع زمنية للأشياء والأهداف التي لها طابع الزمن وتشغل بصورة مجردة للحياة الذهنية للأفراد في إطار وحدة موقفية محددة.

- يرى (جيزيم، 1983 - Gjesme) أن منظور زمن المستقبل بأنه القدرة العامة لتنظيم الأحداث المستقبلية وتوقعها (الفتلاوي، 2015: 5).

- يعرفه كل من (ديفولدار ولينس، 1982 - Devolder & Lens) على أنه قدرة الفرد على امتلاك رؤية ممتدة للأحداث المستقبلية، وارتباط ذلك بالدافعية المعرفية لإنجاز الأفراد لأهدافهم وإنّ تمايز الأفراد في ذلك يعود إلى مديات المستقبل التي يمتلكونها.

- يعرفه كل من (زمباردو وبويد، 1999 - Zembardo & Boyd) على أنه اتجاهات الفرد وحاجاته نحو امتلاك أهداف مستقبلية وتحقيق الإنجازات التي يخطط لها (Kalkan, 2008).

- يعتبره (لوين، 1942 - Lewin) أفق حياة الفرد الذي لا تحدده فقط المواقف الحاضرة بل يحوي أيضا المستقبل والماضي، وكل الأفعال والانفعالات والأخلاق لدى الفرد هي في كل لحظة مرتبطة بهذا المنظور الكلية (Lewin, 1942: 50).

- يعرفه (ليشان، 1952) على أنه المتغير الذي يعني العلاقة المدركة بين الفرد وأهدافه في الحياة (الفتلاوي، 2000 : 19).

- تعريف (نورمي، 1989 - Nurmi) لمنظور زمن المستقبل على أنه عملية متعددة الأبعاد تنطوي على دافع وتخطيط وتقييم، حيث أن الدافع هو ما يثير الفرد ويجفزه، والتخطيط هو كيف ينوي الفرد تحقيق هدفه المستقبلي والتقييم هو مدى تحقيق الهدف من قبل الشخص ذاته (Beal, 2011 : 32).

- يعرف كل من (سودندورف وكوربولز، 1997 - Suddendorf & Cobollis) منظور زمن المستقبل على أنه قدرة الإنسان على النظر في المستقبل والاستعداد لتقديم التضحيات في الوقت الحاضر للحصول على شيء أفضل في المستقبل.

- تعريف (البدراني، 2004) يعني مدى هيمنة الأبعاد الزمنية الثلاثة (الماضي، الحاضر، المستقبل) والتوجه نحوهم لتحديد سلوك الإنسان في مواقف العمل والتعليم (البدراني، 2004: 12).

- يعرفه (الفتلاوي، 2000) بأنه مدى سيطرة الأبعاد الزمنية الثلاثة على سلوك الفرد، بحيث تتجلى في وجودها طيلة سنوات حياته داخلها بحيث تعكس طريقة معاشته لهذه الأبعاد الزمنية أسلوبه في التوجه نحوها والذي يعبر عنه من خلال سلوكياته ومواقفه الحياتية (الفتلاوي، 2000 : 20).

من خلال التعاريف السابقة يمكننا القول بأن منظور زمن المستقبل هو مجموع العمليات العقلية المرافقة للواقع المعاش سواء في الماضي أو الحاضر أو المستقبل ومدى تأثير وسيطرة هذه الأزمنة في قرارات ومواقف الأفراد في حياتهم اليومية وخاصة في ما يتعلق بتحديد أهدافهم والسعي لتحقيقها من خلال اختيار توجه معين قد يحدد مصيرهم في المستقبل.

2- نبذة تاريخية حول تطور منظور زمن المستقبل:

يبنى الزمن كمفهوم من خلال مجموعة من العمليات المعرفية بحيث يستطيع الإنسان وضع حيثيات حياته وأحداثها في أطر وأنساق معرفية زمنية بما يسمى الماضي، الحاضر، المستقبل، وقد يمر بتجارب عديدة يتم تصنيفها حسب زمن ووقت وقوعها لتصبح كخبرات يرجع إليها لحظة اتخاذ قراراته وهي بمثابة عامل مؤثر يتم على أساسه توجيه السلوكيات الصادرة منه عبر الزمن بما يسمى التوجه الزمني أو منظور الزمن، الذي وظف لأول مرة من طرف الباحث (آيل، 1912، Ail) وقد استعمل آنذاك للدلالة على الأحداث أو الأهداف التي يتصورها الفرد مستقبلاً، أما في علم النفس ذكر (Honora, 1997) بأن المفهوم النفسي للمستقبل قدم مبكراً وهذا في عام 1932 من قبل (Tolman) الذي كامل فكرة التوقعات إلى مفهوم الوقت، وطبقاً لتولمان يطور الأفراد التوجه نحو المستقبل بالاستناد إلى تعاقب الأحداث الماضية، وكان اعتقاد تولمان أن جميع سلوك الأفراد موجه نحو أهداف مستقبلية (البارقي، 2010: 15) وبعده وظف هذا المصطلح من طرف (فرانك، 1939، Frank)

و(لوين، 1942، Lewin) الذي يرى أن أفق حياة الفرد لا تحدده المواقف الحاضرة وإنما يتضمن كل من الماضي الحاضر والمستقبل، وكل الانفعالات والأفعال والأخلاق لدى الفرد هي في كل لحظة مرتبطة بهذا المنظور كلية والذي أصبح متداولاً في مختلف مجالات البحث خاصة المتعلقة بالتعلم والأبحاث النفسية والاجتماعية، حيث يعتبر (نيتين، 1979، Nuttin) منظور الزمن مجموعة من المعالم ذات الطابع الاجتماعي التي تكون النسيج القاعدي للخبرات الماضية عند الفرد، والتي تكون موجهة إما للماضي أو المستقبل ويركز عليها في الحاضر، وأشار (ثيوبيت، 1996: 6 - Thiébuaut) أن استقراء وتحليل دور الزمن في عملية الإدراك والسلوكيات الفردية والجماعية يوضح مدى التأثير الجوهرى لهذا البعد في الأشكال أو الصيغ المعرفية أو الأفعال السلوكية التي توجه التفاعلات بين الفرد ومحيطه، وقد توسع توظيف مفهوم منظور زمن المستقبل وتطرق إليه العديد من الدراسات في ما بعد، على غرار دراسة زباردو وبويد (1999) والفتلاوي (2000) وإلى غيرها من الأبحاث التي طورت هذه النظرية لما لها من دور في التحكم في السلوك الإنساني.

3- الأساس البنيوي في اكتساب منظور زمن المستقبل:

يرى (أوبنهايم، 1996، Oppenheim) أن كل ما يقوم به الفرد من الأفعال والسلوكيات والتصورات المصاحبة لديها علاقة بالزمن، ويعني هذا أن الزمان والمكان بعدين رئيسيين يعيش فيهما الإنسان طيلة حياته وفي إطارهما ينمو ويتطور، فالأشياء توجد في المكان بينما تتغير في الزمن (درويش، 1992)، فمثلما يعد الزمن مفهوم فيزيائي له وجود مادي أو موضوعي يقاس بمقاييس فيزيائية فهو أيضاً مفهوم نفسي وله وجود نفسي أو ذاتي يختلف باختلاف الأمم والشعوب ويمكن قياسه بمقاييس نفسية (الحفني، 1995)، لذا تعد عملية الإحساس بمفهوم الزمن عملية عقلية (إدراك - ذاكرة) وفي هذا الإطار يرى (بياجيه) أن مفهوم الزمن ليس ولادياً أي لا يولد مع الإنسان بل يظهر لاحقاً في سير المراحل النمائية والتدرجية لديه والذي يتطلب وجود العمليات المنطقية التي يمر بها ذهن الإنسان (أبو جادو، 2004)، فتشكل المنظور الزمني يخضع لتجارب وخبرات الفرد المعاشة، حيث يرى (بياجيه) من خلال دراساته لمظاهر النمو العقلي أن التوجه الزمني للماضي كمفهوم له جذوره في الذاكرة الحسية الحركية بينما بعد التوجه الزمني للمستقبل موجود في الذاكرة القصدية العملية المبكرة للطفل، حيث يعتمد على نقاط مرجعية كي يفهم الزمن فعندما يفهم اليوم يستطيع أن يضع مكانة زمنية للغد والأمس لذا يجب أن يستوعب أن الحاضر أو اليوم هو لحظة واحدة من عملية مستمرة، وهكذا يبدأ التسلسل الزمني يتطور لدى الأطفال من خلال التجارب والأحداث ويضيف (Caplan & Caplan, 1983) بأن فهم الأولاد

لمفاهيم الزمن يعتمد على تسلسل أحداث قبل أن يعتمد على فترات ووحدات زمنية ولذلك استعمال كلمات مثل (قبل، بعد، الأول، التالي، الأخير) وكل هذا يساعدهم على تعزيز أفكارهم في ما يخص اكتساب القدرة على الترتيب الزمني للأحداث، وبالتالي يتعلم الأطفال أن إدراك طول الزمن يتغير حسب التجارب التي يخوضونها، فمثلا الشعور بالألم لمدة معينة يبدو أطول بكثير من اللعب بالألعاب مسلية لنفس المدة الزمنية وعندما ينتظر طفل بعمر الخمس سنوات لمناسبة سارة ليوم غد تبدو مدة انتظارها طويلة جدا لكن إذا كانت هذه المناسبة تتطلب تحضيرات تتطلب الإسراع في إكمالها فيشعر هنا بأن الزمن يمر بسرعة كبيرة ومن خلال هذه التجارب المختلفة يتطور الوعي التجريبي الطبيعي لمفهوم الزمن لدى الأطفال (Mary, 2006) وهكذا تتشكل عملية إدراك الزمن في صورة متعاقبة وبارتباطات متسلسلة الواحدة بالأخرى (هرمز وإبراهيم، 1988) أما (أيمز، 1946 - Ames) فيرى أن مفاهيم الزمن تظهر في تسلسل منتظم في حياة الأفراد (بهادر، 1981)، أما الهاشمي فيرى بأن الطفل يدرك مدلول (اليوم، الأمس، الغد) في السنة الثالثة ويؤيده في ذلك زيدان (الهاشمي، 1980: 124)، أما (الألويسي وخان) فيجعلان إدراك هذه الكلمات في السنة الخامسة والسادسة، وفي سن الرابعة يعرف الطفل (الصباح، الظهر، المساء) كما يستطيع إدراك المدلول الزمني لعبارة (الأسبوع الماضي، الأسبوع المقبل أو تاريخ الميلاد الماضي) (في فاضل، 2000: 127) أما (كلارك، 1969، Clark)، فتوصل إلى أن الإشارة لبعد التوجه الزمني للماضي تظهر أولا في حديث الأطفال بينما يظهر الشكل الصحيح لبعد التوجه الزمني للمستقبل في مراحل نمائية لاحقة، حيث تزداد درجة الوعي بالتوجه الزمني نحو المستقبل في مرحلة المراهقة ويزداد بذلك التخطيط للمستقبل أكثر مما كان في سنوات الطفولة وتصبح الخطط المستقبلية أكثر واقعية، وبالتالي يتشكل منظور زمن المستقبل لدى الأفراد ويظهر هذا في سلوكياتهم وفي تحديد نوع البعد الزمني المهيمن عليهم.

4- النظريات المفسرة لمنظور زمن المستقبل:

هناك عدة نظريات فسرت توجهات الأفراد نحو أبعاد أو بعد زمني معين، فهناك من يؤكد على أهمية الماضي وسيطرة هذا على حياته اليومية ومنهم من يهيمن عليه بعد الحاضر وآخرين يعتمدون على بعد المستقبل ويتجلى هذا في أنها تؤثر على قراراتهم وسلوكياتهم، وبناء على هذا سنعرض النظريات التي تناولت هذا الموضوع في ما يلي:

4-1- النظريات التي تؤكد على أهمية الماضي في تفسير منظور زمن المستقبل: من أهم النظريات التي

أعطت الأولوية لبعد الماضي هي نظرية التحليل النفسي " لسيغموند فرويد " والذي أكد أهمية السنوات الأولى في

تحديد بنية الشخصية وهو من أعطى قيمة للبعد الزمني نحو الماضي وليس الحاضر أو المستقبل (صالح، 1986: 78)، وتشير هذه النظرية أيضا إلى أن الفرد يبقى أسير خبراته الماضية سواء بطريقة شعورية أو لا شعورية وما يكسبه الفرد ويتفاعل معه من خبرات طفولية تعد المحك الرئيسي التي توجه شخصيته في الحاضر والمستقبل (محمد، 2008: 222) لا سيما وأن التجارب الأولية وصراعات الماضي والخبرات الطفولية ترافق الفرد وتؤثر على حاضره ومستقبله، بحيث يصبح الإحساس بالمستقبل إسقاط لما سبق فقط، فالإنسان حسب رأي (فرويد) هو كائن غير عقلائي رهين ماضيه أي أنه حصيلة عقله غير الواعي (الفتلاوي، 2010: 62) وهنا تصبح السمة المشتركة للأفراد ذوي التوجه الزمني نحو الماضي هي سيطرة التجربة الماضية على سلوكهم وأنها المتحكم الرئيسي برود أفعالهم الحالية (Bucher & Tulving, 1995 : 445) .

وحسب رأي الباحث وتبعاً لهذه النظرية قد نجد الأشخاص يأسرهم ماضيهم ويتجلى هذا في أفكارهم وأفعالهم النمطية بحيث يصبحون غير قادرين على التوجه نحو المستقبل بكل أمل لأنهم دائماً متمسكون بالذكريات الماضية التي قد تفرض عليهم الإنعزال ومحدودية الطموحات.

4-2- النظريات المفسرة لمنظور زمن المستقبل تبعاً لبعده الحاضر: تؤكد النظرية السلوكية (لسكنر، B.Skinner) الذي يرى أن السلوك محكوم بنوع التعزيزات التي يخضع لها في الحاضر ونظرية السمات (لأربورت، G.Allport) والنظرية الإنسانية للعالم (بيرلز، Perls) والتي أكدت على أهمية الحاضر في بناء الشخصية (في داود لعبيدي، 1990، جبر 1998)، وفي نفس السياق يشير Alport بأهمية الحاضر في تحديد خبرات الفرد ويضيف قائلاً " إن الكائنات البشرية ليست سجينة الماضي أو الطفولة وإنما على العكس من ذلك، فخبراتنا الواعية يوجهها الحاضر ومنها تتوجه إلى المستقبل فالحالة الحاضرة للفرد ليست ما حدث له عندما كان طفلاً بل ما يريد الفرد ويكافح لتحقيقه وهو المفتاح لفهم سلوك الفرد في الحاضر (طارق بدر، 2015: 463).

وفي الأخير يمكننا القول بأن الحاضر لا يمكنه لوحده التحكم في بناء الشخصية لأن الفرد يمر بمراحل مهمة في حياته قد تصبغ على كل تجاربه ومواقفه وسلوكاته التي تصدر منه لذا يجب التفاعل والتشارك بين الماضي والحاضر للمضي نحو المستقبل.

4-3- النظريات التي تؤكد على بعد المستقبل في تفسير منظور زمن المستقبل: من بين النظريات التي أكدت على أهمية المستقبل هي النظرية الفردية للعالم (أدلر، وروجرز) والنظرية الوجودية (لفرانكل، Frankl) وحسب Addler فإن الإنسان تحركه توقعاته للمستقبل أكثر مما تحركه خبراته الماضية، بمعنى توقع الأمور المستقبلية هي التي تحرك الشخص وتدفعه للنجاح ويرى (زيمباردو) أن ذوي منظور المستقبل يحاولون تحريف ذكرياتهم السلبية الماضية (محرزى، 2017: 42) أما ستيلز، (1983) يرى أن الإنسان متوجه للمستقبل رغم إدراكه لتجارب الماضي من خلال الحاضر، وهو ليس أسير لخبرات الماضي وإنما يستطيع صنع التغيير خلال حياته (ستلز، 1983: 2004)، وبناء على هذا نجد الأفراد ذوي التوجه الزمني نحو المستقبل يرغبون في التغيير نتيجة عدم رضاهم عن الحاضر أو الشعور بأن المستقبل يحمل في طياته شيئاً مختلفاً عن الماضي مما يتيح للمستقبل السيطرة على سلوكهم.

ومن خلال ما سبق يمكن القول بأن كل عالم أو صاحب نظرية يريد فرض أفكاره ورأيه ويبرر انتماءه للبعد الذي يراه مناسباً، لكن الباحث يرى أن الإنسان لا بد أن يوظف كل الأبعاد الزمنية ويوازن بينها حسبما تقتضيه حياته اليومية وهذا من أجل التكيف مع الواقع المعاش وهذا الرأي الشخصي للباحث تؤيده نظريات أخرى والتي ظهرت لتؤكد على أهمية أكثر من بعد زمني في الشخصية ومنها النظرية التحليلية ليونق يونج والتي أشارت إلى أهمية الماضي والمستقبل معاً، ونظرية الحاجات لموراى (Murray) والتي ركزت على أهمية ماضي الإنسان ومحتوى الحاضر الذي يقع فيه سلوكه (داود ولعبيدي، 1990: 37).

5- العلاقة بين منظور زمن المستقبل والاضطرابات النفسية:

نجد أن الإنسان لا يتحكم في الزمن بحيث يمر عليه بسرعة ويعيش خلاله أحداثاً سريعة ومتسلسلة ولكنهما يستطيع أن يضع حداً له، أو يضع حداً لأن يعيش لحظة سارة للأبد أو يوقف الزمن لأجلها لذا فهو مغلوب على أمره ونجده دائماً يتقرب الحاضر ويفكر في الماضي ويتطلع إلى المستقبل، لكن من جهة أخرى قد يصاب بصدمات وتواجهه مشاكل في بيئته قد تؤثر على نفسيته، ويرى (واندلوشر، Windlocher) أن الاكتئاب هو مرتبط بالماضي، أما الحصر فهو مرتبط بما هو آتٍ في المستقبل أي انه يكون نتيجة التوقعات السيئة للمستقبل فالمريض يصبح سجين الخبرات الماضية التي تعكر صفوه حاضره وتؤثر سلباً حتى على مستقبلها (فمكوفسكي، 1967) يشير إلى أن المكتئب يحدث لديه ركود في جريان الزمن بحيث يجد نفسه دائماً تحت وطأة الأحداث

الأليمة التي عاشها باستمرار وهذا يعيقه في التوجه نحو المستقبل، ويزداد هذا الأمر سوءاً لدى السوداوي حيث يرى أيضاً أن الزمن عند هذا الأخير يتوقف لأن الحزن العميق يمنع السوداوي من تجاوز الماضي الأليم الذي يتكرر باستمرار وينتج عن هذا الأمر عدم الشعور بالحياة والإحساس بالحاضر، أما بالنسبة للفصامي فالزمن عنده متقطع وغير متواصل، أما (ريجي بوجي، 1990، Regis Pouget) أشارت إلى مجموعة من اضطرابات الزمن وهي مؤثرة على حياة الفرد نذكرها في مايلي:

- **الندم:** وهو ذلك الألم المعنوي الذي يأتي بعد فعل شيء سيء وينتج عنه لوم الذات بحيث يختفي المستقبل وتكرر أحداث الماضي في الحاضر.

- **الأمل:** وهو توقع حدوث أشياء سارة في زمن غير محدد في المستقبل وهنا يتم إقصاء الماضي والحاضر ويكتفي الفرد بالمستقبل فقط.

- **الهوام:** يساعد على ربط الإنسان بالعالم من خلال هوام الخلود وكأنه يعيش أبداً، وهوام الشباب الدائم وهذا يؤثر على الامتداد واختلال في الشعور بالمستقبل.

- **الرتابة:** يقصد بها تشابه الأيام وكأن لا شيء جديد يحدث وقد يخلق هذا مشاكل لقيمة الفرد.

- **الحنين:** يعيش الإنسان ألم الرجوع إلى الوراء ليعيش أحداث سارة لكن هذا يخلق شعور الحسرة على الماضي.

ومما سبق نلاحظ أن توظيف الأبعاد الزمنية الثلاثة والموازنة بينهم أمر مهم للمحافظة على التوازن النفسي للفرد أما إذا ما توجه إلى بعد زمني واحد على حساب الأبعاد الزمنية الأخرى ففي هذه الحالة نجد أن الدراسات أشارت إلى ظهور بعض الاضطرابات النفسية بسبب التوقف عند بعد زمني معين ويمكن ذكرها في ما يلي:

1-5 - اضطرابات التوجه نحو الماضي: يعد الفصام من الاضطرابات التي ترتبط بتوجه الفرد نحو زمن

الماضي، لأن الفصامي يعيش في الأوهام والهلاوس وظهور الكلام غير المنتظم بالإضافة إلى تبدل المشاعر وانخفاض في الدافعية والعمل، أما المشاكل الزمنية فتظهر في عدم القدرة على معالجة المعلومات الزمنية حيث تشير بعض بيانات علم الأعصاب إلى أن مشاكل المعلومات الزمنية هي تعبير صارخ عن اضطرابات الانتباه والذاكرة (Grondin, 2020 : 80).

2-5 - اضطرابات التوجه نحو الحاضر: لوحظ أن الأشخاص المدمنين على تعاطي المخدرات يؤكدون على الحاضر ولا يهتمون بالمستقبل (Fieulaine, 2017 :198) خاصة وأن هذه الفئة تعيش نوعاً من اللا استقرار وانعدام الأمن في الحياة اليومية وبالتالي لا يستطيعون تصور المستقبل (بولقرون، 2022: 66).

3-5 - اضطرابات التوجه نحو المستقبل: أشار (باندورا، 1991، Bandura) إلى الاضطرابات التي تتعلق بتوجه الفرد نحو المستقبل وفي مقدمتها يأتي القلق والذي يعرفه على انه خوف استباقي بشأن الأحداث الضارة المحتملة للبيئة وهذا يعبر عن شعور الشخص بالتهديد بسبب تطابق قدرات المواجهة المتصورة والجوانب الضارة المحتملة (Alan, Jef, 2005 : 130) أما (زمباردو وبويد، 1999) أشارا إلى تأثير المنظور المستقبلي السلي على جودة الحياة وقد وجد أن فقدان السيطرة والخوف من التهديد المستقبلي قد يعرضان الشخص للاكتئاب (Garelli et al , 2015 :88) والقلق وخاصة قلق المستقبل المهني، وقد حذر كل من (بونيويل وزمباردو، 2004) من عيوب التوجه المفرط نحو المستقبل مثل إدمان العمل وقلة الروابط الاجتماعية والافتقار إلى الإحساس بالمجتمع والتقاليد الثقافية (: 26Boniwell & al, 2010).

6- مكونات منظور زمن المستقبل:

يرى الباحث (ديفولدر ولنس، 1982) أن منظور زمن المستقبل يتكون من جانبين هامين هما:

1-6- الجانب المعرفي: ويتمثل في القيمة الأدائية للهدف والتي تعرف على أنها الفرق بين الاحتمال الموضوعي للوصول إلى الهدف بالعمل أو الاحتمال الموضوعي للوصول إلى الهدف بدون عمل بمعنى نظرة الفرد للوصول إلى الهدف بالعمل أو بدونه.

2-6- الجانب الدافعي: ويتمثل في عزو الأهمية العالية للهدف في المستقبل البعيد، وهو إشارة للتوجه نحو المستقبل ويرتبط أساساً بقيمة الهدف بالنسبة للفرد.

7- أنواع منظور زمن المستقبل:

تخضع عملية تحديد أنواع منظور زمن المستقبل إلى ما يسمى بالحالة المنظورة، وتعني هذه الأخيرة حالة من التوجه المعين إلى سياق تاريخي خاص، وهي تتجسد من خلال محتويات الماضي من أجل هيكلية المستقبل وبالاعتماد على حاضر يوازن بين سجل الماضي وسجل المستقبل، إذ نجد الفرد يتوجه إلى أحد من السجلات الثلاثة المنظورة وبناء على هذا يمكن تحديد أنواع من منظور الزمن أهمها ما اقترحه (زمباردو وبويد) وهي كالآتي:

7-1- منظور زمن الماضي: يتمثل في اتجاه الفرد نحو ما يملك من معلومات ومعارف (الرصيد المعرفي)

ومدى قدرته على الاعتماد عليها كي يستطيع تقييم المواقف وتقديرها مع إرصان القرارات وبالتالي اتخاذ نوع السلوك الذي يقوم به.

7-2- منظور زمن الحاضر: يقصد به الفعل الآني والفوري الذي يجب أن يصدر من الفرد بدقة ويكون على

حذر من أجل أن يحقق رغبته أو كي يتجنب الخطر أو تحمل حدث قسري صادم وتقبله (شرقي، جار الله، 2009: 15).

7-3- منظور زمن المستقبل: يعني اتجاه الفرد نحو مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي يبنيناها خلال حياته

مسبقا من أجل الوصول إلى تحقيق طموحاته وأهدافه المستقبلية، وهنا يمكننا القول أن المستقبل يكون إحدى المكونات الأساسية في إنتاج السلوك لدى الفرد، لذا نجده يبنى خططا وينجزها على المدى البعيد بالاعتماد على العمل، وفي هذا الإطار يفترض (زمباردو وبويد، 1999) أن البناء النفسي للماضي والتنبؤ بالمستقبل يتضمن التصور الملموس للحاضر، بمعنى أن الفرد يقرر القيام بفعل عمل ما أو إصدار سلوك إزاء موقف معين في الحاضر لكنه يعتمد في ذلك على تذكركه لخبرات الماضي سواء كانت إيجابية أو سلبية ثم يترصد ويضع تسبيقات على شكل نتائج منتظرة تتعلق بالمستقبل، وبناء على ما سبق يمكننا القول أن منظور الزمن يعبر عن سياق متعدد الأبعاد بحيث يشترك في عملية بناء التفاعلات الديناميكية للسجلات الزمنية الثلاثة، وأحيانا يهيمن أحد السجلات في بناء السلوك لدى الأفراد أو اتخاذ القرارات والمواقف، لذا يرى (زمباردو) أن منظور الزمن بأنه عنصر أساسي في تكوين الشخصية (شرقي، جار الله، 2009: 16).

8- مجالات منظور زمن المستقبل:

قد ميز " لام وآخرون، (Lamm et al – 1976) ستة (6) مجالات لمنظور زمن المستقبل وهي كالتالي: الأسرة، النمو الشخصي، المهنة، الاقتصاد، البيئة، السياسة (عبد الدايم، 1995: 649).

9- أبعاد منظور زمن المستقبل:

حدد (زمباردو وبويد، 1999) خمسة أبعاد لمنظور زمن المستقبل وهي كالتالي:

9-1- بعد الماضي السلبي: تعني النظرة السلبية والمتشائمة تجاه الماضي، والتي سكون سببا في استشارة العواطف والمشاعر السلبية المرتبطة بالماضي، بحيث تنشط الخبرات الناتجة عن الأحداث والمواقف الغير سارة في الماضي بحيث يعبر عنها الفرد بسرد معلومات من سجل الماضي هو في حاجة إلى أن يلقيها محدثة نوع من الحصر خلال المواقف الحاضرة (الحاضر).

9-2- بعد الماضي الايجابي: يتوجه الفرد إلى سجل الماضي ويعتمد فيه على المشاعر الإيجابية وما يجذب الفرد لتبني هذا البعد هو أهمية المعلومات التي يتضمنها في شكلها الإيجابي وينتج عن هذا حالة من الرضا والانشرح في زمن الحاضر.

9-3- بعد المستقبل: يعني التوجه نحو تحقيق الغايات والأهداف في المستقبل والتي يحددها الفرد من خلال بناء تصورات ذهنية مستقبلية بالاعتماد على الماضي والحاضر، بحيث يتم تسبيق الأحداث التي يراها الفرد في المستقبل وينجذب نحو هذا البعد نتيجة رغبات والدوافع التي تتعلق بالماضي وترتبط بأهدافه وقيمتها لديه وهذا ما يعبر عن قدرته على التصور والتخيل للعائدات في المستقبل.

9-4- بعد الحاضر الممتع: يعبر عن رغبة الفرد في تحقيق حالة من السعادة والاستمتاع بالحياة المرتبطة بالحاضر، بحيث يظهر عنده إفراط في إشباع الرغبات الذاتية الآنية.

9-5- بعد الحاضر الحتمي: يتضمن مشاعر الانقياد والاستسلام أمام وقوع الأحداث بدون معالجتها والاعتماد بأنها أمر حتمي ولا بد منه (شرقي، جار الله، 2009، 18).

أما (Henik, Domino, 1970) حدد خمسة أبعاد أساسية لمنظور زمن المستقبل هي كالتالي:

- الامتداد: يعني تصور الفرد بأن المستقبل لا يزال طويلا من حيث الوقت وأن الزمن يمر بسرعة كبيرة.
 - التماسك: يقصد به وقوع الأحداث بشكل منظم في المستقبل ودرجة احتمال وقوعها لدى الفرد.
 - الكثافة المستقبلية: تعبر عن توقع الفرد لعدد الأحداث التي يمكن وقوعها في زمن المستقبل وقد عرفتها (Dikey, 1975) بأنها عدد الأحداث المستقبلية التي يتوقع الفرد حدوثها في مستقبه وكل ما كانت أكبر كان المنظور المستقبلي ممتدا أكثر.
 - التأثير: يقصد به توقع الفرد للأحداث السارة في المستقبل ودرجة الرضا عنها.
 - الوجهة: يقصد بها تصورات الفرد حول انتقاله من الحاضر إلى المستقبل عبر مرور الزمن.
- وحسب (نيوتن، 1974 - Nuttin) فإن منظور زمن المستقبل له أربعة أبعاد هي:
- الامتداد: يعبر عن أبعد حدث يتصوره الفرد بأنه سيقع في المستقبل.
 - البنية: تعني مدى توظيف المستقبل لدى الفرد من عدمه وهذا خلال حديثه عن الأهداف وما يرغب في تحقيقه من حاجات في المستقبل.
 - الكثافة: يقصد بها مدى رغبة الفرد في وقوع الأحداث كميا، أو بمعنى آخر مدى تصوره لعدد الأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل.
 - مستوى الواقعية: تعبر عن مدى قدرة الفرد على تنظيم أفكاره وتقديم وجهات نظر واقعية حول المستقبل.
- وحدد (Silverman, 1996) أربع أبعاد لمنظور زمن المستقبل وهي كالآتي:
- الامتداد والطول : تعني طول مدة الأحداث المتوقعة في المستقبل.
 - درجة التجانس: تعني وجود روابط بين الأهداف التي يحددها الفرد في المستقبل أو غياب تلك الروابط تماما.
 - الكثافة: تعني كمية الأهداف المستقبلية وتضبط بالعدد.
 - درجة الواقعية: يقصد بها مدى ارتباط الأهداف بالواقع الذي يعيش فيه الفرد.
- ويشير (Rodriguez, 1997) إلى ثلاثة أبعاد لمنظور زمن المستقبل وهي:

- الامتداد: يعني طول مدة الوقت المستقبلي وسرعة مروره.
- وجهة النظر المستقبلية: تعبر عن المشاعر الايجابية أو السلبية المتعلقة بالمستقبل.
- الكثافة: تعبر عن عدد الأحداث التي يمكن توقعها من طرف الفرد والتي يمكن وقوعها في حياته المستقبلية، وحسب آراء (أرجيس - Argis) الواردة في الدباح (1999) فإنه توجد ثلاثة أبعاد للتوجه الزمني لدى الإنسان وهي: بعد التوجه الزمني لدى الماضي، بعد التوجه الزمني نحو الحاضر، بعد التوجه الزمني نحو المستقبل، وهذه الأبعاد الثلاثة يمكن أن تجتمع في شخصية واحدة ولكن بفعل عوامل البيئة المادية والاجتماعية المحيطة بهذه الأبعاد يحدث تنميط للشخصية تبعاً لها، إذ تظهر هيمنة أو سيادة أحد الأبعاد على الأبعاد الأخرى مما يلغي وجودها بحيث تبقى غير ظاهرة ما دام البعد السائد هو المسيطر، ويؤكد هذا الرأي من خلال الاستجابات المعرفية والسلوكية والانفعالية وغيرها التي يبدئها الفرد وسط محيطه، والتي تتجلى بجملة من السمات المشتركة للأفراد المتوجهين نحو كل بعد زمني، ومن خلال ما سبق نلاحظ أبعاد منظور زمن المستقبل تخضع لعملية التوقع والامتداد ومدى درجة تفاعل الفرد داخل محيطه، أو بمعنى آخر يتوقع الفرد أنه سيعيش وقتاً أكبر وأن مدة عيشه ستكون كافية لتحقيق أهدافه المتوقعة ويقع هذا دائماً تحت سقف بعد زمني معين يظهر خلال حديثه عن المستقبل.

10- العوامل المؤثرة في منظور زمن المستقبل:

يتأثر منظور زمن المستقبل بالعديد من العوامل الشخصية في ذاتية الفرد وبالبيئة أيضاً من أهم العوامل المؤثرة الأخرى المؤثرة نذكر مايلي:

10-1 - عامل النوع الاجتماعي: يعتبر الاختلاف بين الذكور والإناث في العديد من الجوانب من أهم

العوامل التي تؤثر في منظور زمن المستقبل لدى الجنسين وهذا بحكم التكوين النفسي وطبيعة التنشئة الاجتماعية وما تفرضه النظم والمعايير الثقافية والاجتماعية والمحيط.

10-2 - عامل السن: إن عمر الإنسان يعد من العوامل المؤثرة في منظور زمن المستقبل لديه، فالأطفال مثلاً

يطورون بشكل تدريجي بالتاريخ والوقت، وقبل دخولهم المدرسة هم مازالوا في مرحلة تطوير إحساسهم للماضي والمستقبل لكن بعد تقدمهم في العمر ينمو لديهم الإحساس بالمستقبل أكثر فأكثر، ويكون ذلك في الغالب

في مرحلة المراهقة التي توازن بين المرحلة المتوسطة وما بعدها (McInerney, 2004) فالانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة المراهقة يقابله تغيير في منظور زمن المستقبل، إذ أن المراهق يصبح قادر على التنبؤ ما بعد الوقت الحاضر وإنه يستطيع التفكير وأخذ حالات الطوارئ المستقبلية في الحسبان (Shifflett, 1980) وتعد المراهقة مرحلة انتقالية وتطويرية مثيرة تدفع الفرد للاستعداد لما هو قادم (Leeks, 2006).

لذا يمكننا القول بأن كلما تقدم الإنسان في السن كلما كان توجهه نحو المستقبل أكثر امتدادا ويتجلى هذا في تركيزه الكبير على المستقبل في جميع النواحي وخاصة المهنية منها.

10-3- عامل الحالة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية: يعتبر النسق المفتوح للأسرة عامل مهم في تطوير

القدرة الإدراكية المتكاملة وبالتالي منظور مستقبلي أكثر شمولا ويأتي هذا نتيجة المعاشرة الاجتماعية، والملاحظ أن الأشخاص الذين ينتمون إلى طبقات اجتماعية أعلى نجدهم يتمتعون بمنظور زمن ممتد أو أكثر تنظيما في حين يعاني أبناء الطبقات الاجتماعية الأدنى من قصر نظرهم للمستقبل، مع عدم وضوح أهدافهم وخططهم ولا يستطيعون تحمل الإحباط وهم أكثر عرضة لليأس (Ronan, 1997) فالبيئة الثقافية تبرر الفروق الثقافية بين الأفراد وذلك من خلال طريقة النظرة إلى الوقت من حيث قيمته لديهم، فبعض الأفراد لا يعيرون اهتماما بالوقت وبالتالي عدم الاهتمام بتوجيه نظرهم إلى المستقبل حيث تظهر الدراسات التي أجريت على المجتمع الأمريكي حول الوقت، وتوصلت إلى أن مجتمع الدراسة يتصور الوقت كسلعة يمكن أن تستغل اقتصاديا وأن منظور زمن المستقبل يعرف من خلال التوقعات والنشاطات التي يخطط لملء الوقت بها (مرجع سابق Shifflett,).

10-4- عامل القدرات العقلية (الإدراك): يعد منظور زمن المستقبل واحدا من التراكيب الإدراكية للفرد

التي إذا طرأت عليها تغييرات نتيجة عوامل معينة تأثرت بها المنظورات الزمنية لدى الأفراد فالقدرة على الأداء الناجح للأعمال والحصول على الأهداف بعيدة المدى يعتمد على استعمال الفرد للاستراتيجيات الإدراكية وقد دلت بعض الدراسات إلى أن هناك فروق في منظور زمن المستقبل ترجع إلى الفروق في القدرات الإدراكية حيث حدد (مرجع سابق، Ronan) عددا من هذه الفروق وهي كالتالي:

- من لديهم درجة إدراك عالية كانوا أكثر شمولا في النظرة ولهم منظور زمن مستقبل أطول.
- ارتفاع مستوى الإبداع كعملية إدراكية تؤدي إلى منظور زمن مستقبل جيد.

ومما سبق يمكننا القول بأن منظور زمن المستقبل يتأثر بعدة عوامل مختلفة لكن مهما عدناها فهي ليست كلها وليست مطلقة لأن العديد من الدراسات تناولت علاقة هذا المفهوم بمتغيرات أخرى ونذكر على سبيل المثال دراسة (Martz, Livner, 2007) حول منظور زمن المستقبل لدى مرضى السكري ودراسة (Allen, Heckel, 1978) حول علاقة منظور زمن المستقبل بالموت، وهناك دراسة (Porter, Mccarthy & Pearman, 1970) حول علاقة منظور زمن المستقبل بالمرض الطبيعي المنهك، وأيضاً دراسة (Henik, Domino, 1970) حول علاقة منظور زمن المستقبل بالإدمان على الهيروين، ومما سبق نفهم أن منظور زمن المستقبل تتحكم فيه الكثير من العوامل الخارجية مثل العوامل البيئية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية وهناك العوامل الداخلية المتعلقة بذاتية الفرد وتدخل ضمنها حتى الحالة الصحية والنفسية، لذا يتطلب الأمر دراسة هذا المفهوم بشكل أعمق وادق لفهم المظاهر المتعلقة به، خاصة وأن التوجه الزمني متغير متصل وعبر نمائي وعبر ثقافي أيضاً أي أنه يتشكل ويتطور نمائياً في إطار السياق الثقافي والاجتماعي الذي يعيش فيه الإنسان والذي يؤثر في تحديد نوع البعد الزمني السائد في سلوكه ومدى العوامل المؤثرة فيه، لذا تتطلب دراسة العوامل المؤثرة في منظور زمن المستقبل دراسة دقيقة لكل من الفرد والمجتمع لأن كل واحد يؤثر في الآخر وهذا في ظل التغير الاجتماعي وتنميط الحياة الفردية والاجتماعية.

11- قياس منظور زمن المستقبل:

هناك مقاييس وأدوات عديدة لقياس منظور زمن المستقبل نذكرها في مايلي:

11-1- عن طريق المقاييس: تتكون المقاييس الخاصة بقياس منظور زمن المستقبل من مجموعة أبعاد والتي

بدورها تعبر عن مجموعة من المكونات الخاصة بهذا المفهوم، ومن بين أهم المقاييس نذكر:

- مقياس التوجه الزمني (لجونس وآخرون، Jones & al – 1996): وهو مقياس يتكون من (26) بند وهي تتوزع على ثلاثة أبعاد: بعد الماضي 10 بنود، بعد الحاضر 7 بنود، بعد المستقبل 9 بنود (Specter, 1999 : Ferrari, 2000).

- قائمة زمباردو وبويد (1999): وهي تتكون من (56) بند تقيس (5) أبعاد (ماضي سلمي، ماضي إيجابي، مستقبل، حاضر ممتع، حاضر حتمي).

- مقياس (هومبرغ، 1963 - Himberg) لقياس منظور زمن المستقبل.
 - اختبارات الدوائر الزمنية لـ (كوتل، 1967، 1976 - Cottel) : تعمل على معرفة العلاقة بين الماضي والحاضر والمستقبل من خلال رسم ثلاثة دوائر والتعبير عن العلاقة بين الأبعاد الزمنية الثلاثة في نفس الوقت.
 - مقياس (Wessman, 1973) : بني مقياس يتضمن أربعة أبعاد وكل بعد يحتوي على (20) عبارة، (10) سالبة و (10) موجبة، ويحدد الأبعاد في ضغط الزمن الحالي، التوجه الشخصي طويل المدى، الانتفاع بالوقت، التقلب الشخصي.
 - استبيان بيئة الزمن (فيتر وبوند، 1988 - Feather & Bond) وهو لقياس شدة الوقت.
 - سلم (ديليتري، 1988 - Daltrey & Langer) لمنظور الزمن.
 - سلم الوضعية الزمنية (كالبريزي وكوهن، 1968 - Calbresi & Cohen) حيث تتضمن قياس أربعة أبعاد هي: قلق الوقت، تطويع الوقت، امتلاك الوقت، مرونة الوقت.
 - مقياس البارقي لمنظور زمن المستقبل (2010): وهو مقياس يتضمن (36) فقرة، موزعة على بعدين هما: بعد فعالية الذات (22) فقرة، وبعد التوجهات السلبية نحو المستقبل (14) فقرة وهو نفس المقياس الذي اعتمدنا عليه في دراستنا هاته لتمتعه بالصدق والثبات اللازمين.
- 11-2 - عن طريق القصص الخيالية أو القصص الواقعية:** يعتمد على هذه الطريقة (والاس، 1956 - Wallace) ، وتتضمن عرض مجموعة من الأحداث الحياتية التي يمكن أن تحدث للفرد أو مجموعة من الأفراد، بحيث يتم ترتيب تلك الأحداث وتسجيلها في بطاقة خاصة، ويثمن تجربته هاته من خلال طرح السؤال التالي: كم تعتقد أن يكون عمرك عندما يقع لك هذا الحدث؟ ومن جهة أخرى يعتمد أيضا على استخدام أربع قصص وطلب كتابة النهاية لكل قصة، أما (دكشتاين، 1969 - Dickstein) فاعتمد على سرد مجموعة من القصص الخيالية الموجودة في مقياس (T.A.T) .
- 11-3 - عن طريق استخدام الأهداف:** تعتمد هذه الطريقة على تحديد مجموعة من الأهداف في شتى مجالات الحياة ومنها المهنية، الاجتماعية، الدينية، الاقتصادية، السياسية ... الخ، واستخدمها كل من (ديفولدر ولنز، 1982) اللذان حددا (23) هدف منها (19) سالبة والأخرى سالبة، وهي مأخوذة من قائمة (نيوتن) للأهداف الدافعية وهي مقسمة حسب البعد الزمني، بحيث تحدد بعيدة المدى لأكثر من عامين وقريبة المدى في

أقل من عامين، وحالية في الحاضر أما الاختيارات أمام كل هدف هي: غير هام مطلقا، غير هام، هام، هام جدا) وبالنسبة للهدف الموجب تأخذ الاختبارات القيم التالية على الترتيب: 5، 6، 7، 8، وبالعكس بالنسبة للهدف السالب ولكل هدف احتمالات لتحقيقه بالعمل أو بدون عمل، وأمام كل احتمال هناك أربعة اختيارات هي: ليس صحيحا دائما، ليس صحيحا، صحيحا، صحيحا دائما، ويأخذ للهدف الموجب القيم 5، 6، 7، 8 على الترتيب والعكس بالنسبة للهدف السالب ثم يتم احتساب الفرق بين درجة الاحتمالين وبالتالي الوصول إلى الدلالة على الجانب المعرفي أو القيمة الأدائية (التكافؤ) (ديفولدر ولينز، مرجع سابق: 568).

12- أبعاد منظور زمن المستقبل والسلوكيات المرتبطة به:

يحدد الفتلاوي عددا من الممثلات السلوكية التي ترتبط بكل بعد من أبعاد التوجه الزمني الثلاثة والتي سنعرضها من خلال الجدول الآتي:

جدول رقم (01) يوضح أبعاد التوجه الزمني والسلوكيات المرتبطة بها

أبعاد منظور زمن المستقبل	السلوكيات المرتبطة به
التوجه نحو الماضي	النكوص والتثبيت، العزلة والانغلاق، الانسحاب من الواقع لمصلحة الماضي، الاتكالية والتشبث بالوالدين، الخوف من التغيير
التوجه نحو الحاضر	اللاعقلانية، الانسحاب من الماضي والمستقبل لصالح الحاضر، التعلق بالنزوات، التصرف وفق الإحساس الآني
التوجه نحو المستقبل	الإيمان بالتخطيط والتنظيم، التعلق بالمستقبل على حساب الماضي والحاضر، التنبؤ بالمستقبل أو توقعه، الإصرار على تحقيق الطموحات والآمال

(الفتلاوي، 2010 : 128)

13- منظور زمن المستقبل وجودة الحياة:

تعتبر جودة الحياة من المفاهيم التي لها علاقة بتطور زمن المستقبل، حيث أشارت دراسة (دراك وآخرون، 2008- Drak et al) حول المنظورات الزمنية بأبعادها الخمسة ومدى ارتباطها بجودة الحياة، ووجدوا أن الماضي الإيجابي والحاضر الممتع يرتبطان إيجابيا مع جودة الحياة الذاتية، بينما ارتبط الماضي السلبي بالسلب مع السعادة ولم تظهر أية علاقة بين الأبعاد الأخرى المتمثلة في بعد المستقبل، الحاضر الحتمي وبين جودة الحياة، ونظرا

لأهمية هذه الأخيرة في ضمان صحة نفسية جيدة جاءت دراسات أخرى تبين دور منظور الزمن المتوازن والمتغيرات الذاتية في تحقيق مستويات عالية من جودة الحياة والسعادة والصحة العقلية ومن أهم هذه الدراسات هي: (Bitsko et al, 2008- Gao,2011- Anagnos Topovlos & Griva,2012) (Guell, 2014 :5) (في هالة عبد اللطيف، 2015 :56).

أما (بونويل وزمباردو، 2004 - Boniwall & Zimbardo) أكدوا على أن الفرد القادر على تحقيق جودة الحياة هو الذي يستطيع التوازن بين المنظورات الزمنية، بحيث يتميز بالمرونة في التنقل بين أبعاد التوجهات الزمنية الماضية أو الحالية أو المستقبلية وهذا من خلال مواجهة المواقف وحين تلبية حاجياته والحصول عليها وإثبات قيمه (عبد اللطيف، 2015 :54)، وتتفق هذه السمات مع التعريف الذي قدمته منظمة الصحة العالمية (O.M.S) لجودة الحياة حين عرفت على أنها " إدراك الفرد لوضعيته في الحياة في سياق المحيط الثقافي وأنساق القيم التي يعيش فيها وبمعاييرها وتوقعاته ومعاييرها وشؤونها، وتنعكس في النظرة الواسعة للعافية التي تشمل رضا الشخص عن حالته الصحية والروحية والنفسية والبيئية والاجتماعية (بولقرون، 2022 :70) ومما سبق يمكننا القول أن الاهتمام بالصحة النفسية للفرد تتطلب الرضا عن الحياة ككل وتحقيق السعادة بنسق واحد ومتكامل بين المنظورات الزمنية الثلاثة (الماضي، الحاضر، المستقبل)، وهذا بمجمله يرمي إلى الشعور بالرفاه، فالتوظيف مهم للبعد الزمني كي يستطيع الفرد أداء وظائفه الحياتية بشكل يجلب الارتياح والرضا.

14- منظور زمن المستقبل في مجال التربية والتعليم والتدريس:

يعد منظور زمن المستقبل بالغ الأهمية في حصول الفرد على المعرفة والتعلم معا، فالتلميذ يدرس ويتأثر ويستعد للنجاح في الدراسة من خلال التحضير الجدي كي يجتاز الامتحانات التي سوف تأتي في المستقبل، وهنا تتجلى أهمية منظور زمن المستقبل في المجال التربوي خاصة في تفاوت الطلاب في المستويات الدراسية، بحيث يصبح المشروع الدراسي بمثابة محفز للطلاب ومصدر قلق إيجابي في عملية التعلم ولذلك تمثل الأحداث المستقبلية بما فيها الامتحانات والنجاح في المسار الدراسي ككل وتحقيق الأهداف من أسس تكوين منظور زمني ممتد وفي غالب الأحيان يكون عنصر محفز وإيجابي.

وتجدر الإشارة إلى أن أصحاب المنظور المستقبلي يدركون بأن أهدافهم واقعة في المستقبل وهي مرتبطة بسلوكهم الدراسي وهنا تزداد درجة مثابرتهم وبذل جهود إضافية لينجزوا أكبر حد من الأهداف الفورية والمستقبلية وهذه

هي الغاية من العملية التعليمية، التي من أهدافها دفع الطالب ومساعدته لجني ثمار جهوده في آخر المطاف (Simons et al, 2004) أي في المستقبل وفي نفس السياق توصلت دراسات حول منظور زمن المستقبل كمؤشر للاستثمار المدرسي إلى أن الاستثمار المدرسي الأفضل يرتبط مع المنظورات الزمنية المستقبلية الأكثر امتدادا، وأن الطلاب الذين تحصلوا على نتائج مرتفعة مقارنة بالطلاب ذوي المنظورات المستقبلية الأقصر (Peetsma,2000)، وأكد (Honora, 1997) على أن وجود منظور زمن مستقبلي إيجابي وممتد يساعد على اتخاذ الأهداف على المدى البعيد، ويساعد أيضا في إمداد الحافز الأكاديميين المتدربين ذوي التوجه نحو المستقبل حيث يرتبط مستوى الإنجاز الأكاديمي أو الدراسي ككل مع منظور الزمن أكثر إيجابية وفي هذا الإطار أظهرت نتائج دراسة أخرى (Rodriguez,1997) وجود علاقة إيجابية بين القدرات العالية للتلاميذ في الفصول الدراسية ومنظور الزمن بكل أبعاده (السيد عبد الدايم، 1995: 25)، ومما سبق يمكننا القول أن منظور الزمن الإيجابي والموجه نحو المستقبل يساعد على التوقع الجيد للطلبة في حصول الأحداث الدراسية السارة مع الإقبال على الدراسة ويساهم أيضا في النجاح الدراسي ويضمن عملية التعليم والتحصيل الدراسي الأفضل في المستقبل.

15- قلق المستقبل:

1-15- تعريفات ومفاهيم حول قلق المستقبل: يعتبر قلق المستقبل من أهم المواضيع التي تشغل حيزا كبيرا من تفكير الفرد، حيث نجده دائما يسعى جاهدا لتحقيق حاجياته المختلفة عبر الزمن ما يسبب له قلق التفكير في المستقبل خاصة في ظل معاشنة بعض الظروف غير الملائمة والتي تحول بينه وبين تحقيق أهدافه، وهذا يؤدي به إلى الشعور باللا استقرار والأحاسيس السلبية نتيجة عدم الوثوق في المستقبل، أما (زينب شقير، 2005) فتعرف قلق المستقبل على أنه "خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة مع تشويبه وتحريف إدراكي معرفي للواقع والذات من خلال استحضار الذكريات والخبرات الماضية غير سارة وتضخيم السلبيات ودحض الإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، مما ينتج عنها حالة من التوتر وعدم الشعور بالأمن المستقبلي وهذا يدفع الفرد إلى تدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، بالإضافة إلى التشاؤم وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المتوقعة والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس" (شقير، 2005: 05)

يعرف أيضا على أنه حالة انفعالية مؤلمة تحصل لدى الفرد وتظهر على شكل شعور بالاضطراب اتجاه موضوعات تتعلق بمستقبل حياته والتي تتجسد في المجالات الاقتصادية، النفسية، الاجتماعية، الأسرية، الدراسية والمهنية (الشافعي والجبوري:2010: 117)، فقلق المستقبل بمعنى بخر هو حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات المرغوبة في المستقبل وفي حالته القصوى قد يكون تهديدا بأن هناك شيئا ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص (صبري، 2003: 65)، وهناك من يرى أنه عبارة عن انفعال غير سار وشعور مكدر بتهديد وعدم راحة واستقرار مع إحساس دائم بالتوتر والشد، وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية وغالبا ما يتعلق الأمر بالخوف من المستقبل المجهول (عبد الخالق، 1989: 499).

- تعريف الحضني 1978: قلق المستقبل يعني شعور الفرد بالخوف والحشية من المستقبل دون سبب يدعو له.
- تعريف شيفر وميلمان 1989: حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب والهم المتعلق بحوادث المستقبل وتتضمن حالة القلق شعورا بالضيق وانشغال الفكر وترقب الشر وعدم الارتياح.
- تعريف جاسم 1996: هو حالة انفعالية غير سارة تحصل عند الفرد لتوقعه أحداث مؤلمة في مستقبل حياته تستقب اهتمامه لمواجهتها (جحيش، عزوز، 2022: 47)
- تعريف زالسكي 1996: هو حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل وفي الحالة القصوى، فإنه شعور يكون على شكل تهديد بأن هناك شيئا ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص (Zaleski, 1996 : 165).
- تعريف العيسوي 1999: حالة من الخوف المستمر ولكنه خوف شاذ يتمثل في توقع الخطر في المستقبل والغالب ما ترجع مخاوف المريض إلى أسباب خفية.
- تعريف القاسم 2000: حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب المتعلق بحوادث المستقبل وانشغال الفكر وترقب الشر. (جحيش، عزوز، 2022: 47 - 48)
- تعريف مسعود 2006: يعرف قلق المستقبل على أنه حالة من الشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير بالمستقبل، مع فقدان الشعور بالأمن نحوه (مسعود، 2006: 15).

- يعرف قلق المستقبل أيضا على أنه حالة يشعر فيها الفرد بالتوتر والضييق والخوف الدائم وعدم الارتياح والكدر والغم وفقدان الأمن النفسي تجاه الموضوعات الخاصة بالمستقبل مع تقرب حدث الخطر (السباعوي، 2007: 6).

ومما سبق نلاحظ أن قلق المستقبل اشتمل في كل التعريفات السابقة على أنه شعور بالخوف والتهديد الذي يفرضه التفكير في المستقبل ومتطلباته، أما الباحث فيعرفه على أنه شعور بعدم الارتياح النفسي نتيجة التفكير في إيجاد الحلول المناسبة لضمان حياة مستقبلية أفضل حسب تطلعات الفرد، بحيث تبقى نوعية ودرجة التفكير هذا الأخير متوقفة على ذاتية الفرد وعلى ما تفرزه الظروف الحياتية المعاشة (الواقع)، ونلاحظ أيضا أن التعاريف السابقة لقلق المستقبل أشارت إلى بعض المفاهيم المتداخلة والمتشابهة معه والتي نلخصها في ما يلي:

15-2- قلق المستقبل والمفاهيم القريبة منه:

15-2-1 - قلق المستقبل والتوجه نحو المستقبل: يعد مفهوم قلق المستقبل وثيق الصلة بالتوجه للمستقبلين على طرفي متصل، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه إلى المستقبل وبقدر ما ينخفض مستوى التوجه للمستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه تجاه هذا المستقبل.

15-2-2 - قلق المستقبل والتشاؤم: التشاؤم هو توقع حدوث الشر وكل ما هو سلبي في المستقبل ويشترك مع القلق في النظرة السلبية نحو المستقبل، وينتج عن هذا سوء التوافق والاضطرابات النفسية لدى المراهقين الشباب بما فيهم الطلبة، وعليه نلاحظ أن التشاؤم هو عرض يعبر به الفرد على قلق المستقبل وفي علاقتهما كعلاقة الجزء بالكل.

15-2-3 - قلق المستقبل والخوف من المستقبل:

يحدد "دولار وميلر" اختلافات بين القلق والخوف في ما يلي:

- إدراك القلق يكون أقوى شدة من الخوف، فالقلق خوف من المستقبل وخبرة مرتبطة بالصراع أما الخوف فهو استجابة تَجَنُّبية شرطية.

- الخوف أسبابه معروفة أما القلق فهي مجهولة، لكن هناك من يرى أن هناك اختلافا آخر وهو أن الخوف من الفشل يتطلب وجود ثلاثة عناصر أساسية هم: الفرد أو الحالة والموضوع الذي يستثير الخوف، بالإضافة

إلى حالة الخوف نفسها بمعنى العرض، أما القلق من المستقبل هو قلق من أمور مجهولة أو نتيجة شيء متوقع الحدوث (صلاح، 2007: 39)، وقد يظهر في قلق المستقبل أعراض الخوف لدى الفرد ما يجعله غير قادر على مواجهة المستقبل نتيجة السلبية وفقدان الثقة في النفس (فاعوري، 2008: 68)، ومما سبق يمكننا القول أن القلق من المستقبل هو أعم وأشمل من الخوف من المستقبل، لأن الخوف قد يظهر عرضاً أساسياً خلال قلق الفرد على مستقبله بسبب التفكير الدائم والمستمر على حيثيات الحاضر وما سيواجهه في المستقبل، إذ يصبح المستقبل حاجة إنسانية تستحق حيزاً هاماً من التفكير، ونشير إلى أن قلق المستقبل قد ينجم بسبب الخوف من التغيير ودخول الفرد غمار الحياة والمخاطرة في المستقبل.

15-3- أسباب قلق المستقبل:

لقلق المستقبل العديد من الأسباب وأهمها النظرة السلبية تجاه المستقبل وللحياة ككل وفي هذا الإطار ترى (سعود) بأن قلق المستقبل يتمثل في مجموعة من الأعراض كالتشاؤم، إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة وفقدان السيطرة على الحاضر وعدم التأكد من المستقبل (سعود، 2005: 75)، أما (العشري) فيرى أن أسباب قلق المستقبل تعود إلى ما يلي:

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات.
 - الشعور بالضيق والتوتر والانقباض عند الاستغراق في التفكير في المستقبل.
 - الخوف الغامض نحو ما يحمله المستقبل.
 - الانزعاج وفقدان القدرة على التركيز.
 - التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة (العشري، 2004: 42)
- أما (حسن) يرجع أسبابه في النقاط التالية:
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الفرد.
 - الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل.

- تقليل فعالية الفرد في التعامل مع الأحداث والنظر إليها بشكل سلبي (حسن، 1999: 19).
- الشعور بعدم الانتماء (القاضي، 2009: 31)
- ويحدد (العجمي) أسباب في نشوء قلق المستقبل هي كالتالي:
 - الشعور بعدم الأمان والإحساس بالتمزق.
 - الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة والمجتمع بالإضافة إلى سوء التكيف لدى الفرد.
 - التفكك الأسري ومشكلة الرعاية الوالدية في عدم قدرتهم على حل مشاكل الأبناء.
 - العجز على تحقيق الأهداف والطموحات، مع عدم قدرة الفرد على الفصل بين أمانه والتوقعات المبينة على الواقع.
- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام (العجمي، 2004 : 98)
- عدم القدرة على التكهن بالمستقبل نتيجة عدم وجود معلومات كافية لبناء أفكار عن المستقبل مع تشوه الأفكار الحالية لدى الفرد (Moline, 1990 : 501)، وفي مما سبق يمكن أن نستخلص أن أسباب قلق المستقبل كثيرة ومتنوعة وقد تتعلق أحيانا بالفعالية الذاتية للفرد من حيث تشبعه بالخبرات والتجارب مع قدرته على التنبؤ الجيد للأحداث المستقبلية، إضافة إلى تحمل ضغوط الحياة والمشاكل التي تواجهه والقدرة على التكيف السليم معها وسط مجتمعه، وقد تتعلق أيضا بعدم قدرة المجتمع على مد يد العون إلى الفرد كي يستطيع التوقع والتوجه للمستقبل بكل أمل ورضا بناء على الواقع.

15-4- النظريات المفسرة لقلق المستقبل:

- 15-4-1- التفسير النفسي:** ترى نظرية التحليل النفسي وعلى رأسها (فرويد) أن الشخص إذا شعر بخطر بسبب موقف فإنه بعد ذلك سيصبح يتوقع الخطر في مواقف مشابهة، وإذا توقع الشخص وقوع الخطر سيشعر أيضا بالقلق الذي يؤدي بدوره وظيفة الإنذار لحالة الخطر المتوقع واستعداد (الأنا) لمواجهة هذا الخطر (بكار، 2013: 76).

15-4-2- التفسير الاجتماعي: تفسر النظرية الاجتماعية قلق المستقبل على أنه خبرة، مشكلة تستوفي حدوث التوقع السلبي الذي يؤثر على الفعل والعمل ويظهر في الخوف البسيط الذي يتطور من شخص إلى عدة أشخاص ويصبح خبرة منفرة تغرس من خلال التفاعلات الاجتماعية، وهذه النظرية ترى أيضا أن قلق المستقبل نتاج خوف يرتبط بمعتقدات وبيئة الفرد التي لها دور في حدوث التوقع المستقبلي ونتائجه المرتبطة بالحدث المنفر (رجيمي، 2014 : 42).

15-4-3- تفسير النظرية المعرفية: تفسر قلق المستقبل على أنه توقع علاقات التهديد والخطر أو الشك، ولذلك يكون لدى الفرد حذر مفرط للأخطار المحتملة والأحداث غير سارة وهذا بسبب عمليتين هما:

- **التقويم الأولي للمواقف:** ويقصد به مدى تقدير الفرد لاحتمالية وقوع الضرر أو اقترابه ويخضع هذا الأمر إلى عوامل متعلقة بالشخصية ومعتقدات الفرد وعوامل متعلقة باحتمالية وقوع الحدث ودرجة التهديد المحتملة.

- **التقويم الثانوي:** تتعلق بمدى تقدير الفرد لامكانياته وقدراته للتعامل مع المواقف مثل القدرات النفسية كثقلته بنفسه وتقديره لها والقدرات الجسمية كقدرته على التحمل والخلو من الأمراض مع التمتع بصحة جيدة، والقدرات الاجتماعية كالقدرة على الإتصال الجيد مع الآخرين والتفاعل معهم مع حجم المساندة المقدمة من الآخرين، بالإضافة إلى القدرات المالية (بكار، مرجع سابق: 65-66)، فالجانب المعرفي مهم في تفسير قلق المستقبل لذا يرى (ابستين وهاميلتون وأريك) على أنه عملية معرفية وتعود أسبابه إلى تشوهات معرفية وتشويه التفكير عن الذات وعن العالم وعن المستقبل، فالشخص الذي يعيش قلق المستقبل يتصف بتضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات مع تعميم الفشل وتوقع الكوارث ولوم الذات، وعليه يمكننا القول أن التفسير المعرفي لقلق المستقبل يرتبط بالتكوين المعرفي ودرجة إدراك المواقف وتفسير الأحداث المتوقع حدوثها في المستقبل بحيث يصبح الجانب المعرفي سببا في ظهور الانفعالات السلبية المكونة له، وفي نفس السياق يرى (بيك - Beck) من خلال النموذج المعرفي للاضطرابات النفسية الخاصة بمرض القلق بان الأفكار الأوتوماتيكية والتفسيرات وزيادة تقدير احتمال وقوع الأذى المتوقع وشدته في المواقف المستقبلية يسبب قلق المستقبل ويعني شيء ما سوف يحدث وهنا تظهر أعراض تتضمن الرعب والفرع والقلق (الحميد، 2010: 61).

ومما سبق نلاحظ أن النظريات المفسرة لقلق المستقبل كلها أكدت على الخوف وظهوره لدى الفرد الذي يشعر بهذا القلق، وبما أن الخوف أسبابه معلومة وهذا النوع من القلق أسبابه مجهولة وواقعة في المستقبل فإن الفرد قد

يعيش خوفا مستمرا في الحاضر بسبب المستقبل وتتطور هذه العملية مع توفر ظروف أخرى لتكون لنا في الأخير قلق المستقبل.

15-5- سمات ذوي قلق المستقبل:

يعرف ذوي قلق المستقبل من خلال توفر عدة سمات وقد تكمن في التوتر والتشاؤم وفقدان الثقة في المستقبل وفي نفس السياق أشار (زقاوة، 2013) إلى ظهور الانفعالات لأدنى الأسباب، أما (حسانين، 2003) أشارت إلى مجموعة من السمات التي نراها عند الأفراد الذين يعانون من قلق المستقبل ومنها:

- الانتظارات والتوقعات السلبية للأحداث.
- اتخاذ اجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلا من المخاطرة من أجل زيادة الفرص في المستقبل.
- التركيز الشديد على الأحداث الآنية في الحاضر أو الهروب نحو الماضي.
- التشاؤم لان الفرد دائما يخاف من المستقبل ولا يتوقع منه إلا السوء وهو يستعد دائما للأخطار.
- الحفاظ على الظروف الروتينية ومقاومة التغيير في التعامل مع ظروف الحياة.
- استخدام الآليات الدفاعية مثل: الكبت والإزاحة من أجل التخفيف من شأن الحالات السلبية.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة والابتعاد عن المخاطرة.
- استغلال العلاقات الاجتماعية مع المستقبل كنوع من الاتكالية.
- الخوف من التغييرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.
- صلابة الرأي والتعنت.
- فقدان الثقة في الآخرين والوقوع في المشاكل معهم.
- الانطواء وظهور علامات الحزن والشك والتردد. (حسانين، 2000 : 19).

أما إيمان صبري (2003) فأشارت إلى سمات أخرى تظهر لدى الأشخاص ذوي قلق المستقبل أهمها:

- المعاناة من ضعف ثقة الشخص في ذاته وفي إمكانياته.
- إرجاع كل الأحداث والمواقف الغير السارة إلى أسباب خارجية، أما إبراهيم (2006) يرى أن الفرد لما يفقد ثقته في نفسه وفي المستقبل يشعر بأنه عرضة للانحياز العقلي والبدني ودائما هو كثير التردد وهو عاجز عن اتخاذ قرارات التي تمه (زروط، 2011: 44).
- الحفاظ على ما هو مألوف وروتيني واعتماد الطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة (داينيز، 2006: 49)

15-6- الآثار السلبية لقلق المستقبل:

ينتج عن قلق المستقبل العديد من الآثار السلبية والتي تظهر عند الأشخاص ومن أهمها نذكر مايلي:

- الشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة وعدم القدرة على التخطيط للمستقبل.
- قلة المرونة والاعتماد على الآخرين في تأمين المستقبل.
- اضطرابات النوم والتفكير وعدم التركيز.
- فقدان الثقة في الذات والميل للانحراف.
- فقدان التماسك المعنوي.

- استخدام آليات دفاعية مثل: النكوص، الإسقاط، التبرير، الكبت.

- شعور الشخص بالقلق تجاه صحته وماله ومكانته في المجتمع (زروط، مرجع سابق، 45)

أما (المشيخي، 2009) يختصر الآثار السلبية لقلق المستقبل في ما يلي:

- سوء الإدراك الاجتماعي والانعزال.
- عدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة.

- عدم القدرة على التخطيط للمستقبل.
- الصلابة النفسية وقلة المرونة.
- التوقع السلبي لما سيحدث في المستقبل.
- الاتكالية والعجز والتفكير اللاعقلاني (المشيخي، 2009: 56)

وفي الأخير يمكننا القول أن قلق المستقبل له شق سلبي يتمثل الخوف من ما سيحدث في المستقبل وبالتالي يعتبر عنصر مثبت للعزيمة وباعثا للإحباط وهذا قد يؤثر على صحة الفرد، لكن من جهة أخرى هو إيجابي بدليلأنه يساهم في تنمية القدرة على مواجهة المشاكل واتخاذ المواقف والقرارات مع الاندفاع إلى الأمام بما يسمى التوجه نحو المستقبل مع الاستعداد لما هو قادم من الأحداث المستقبلية.

ومما سبق يمكن القول أن قلق المستقبل هو مفهوم شامل يتضمن العديد من المواضيع التي يمكن أن تثيره خلال حياة الفرد، الذي يسعى دائما لبلوغ وتحقيق أهدافه وقد نجده يفكر ويصارع من أجل أن يرتقي بذاته نحو الأفضل، ونذكر على سبيل المثال دور المهنة في تلبية حاجياته المختلفة كإنسان لديه طموحات ورغبات تدفعه للانفعال بمستقبله المهني وتأخذ من تفكيره وجهده الشيء الكثير، وقد نجد أن هذا المعطى تتحكم فيه العديد من المتغيرات والظروف العوامل وقد يتطلب توفر العديد من الشروط كي يتحقق وينال بذلك الفرد ما يريد من خلال شغله لمهنة تتوافق مع ميولاته وطموحاته، لكن خلال هذه العملية قد يعيش الفرد حالة من القلق التي تسببها كثرة التفكير في المستقبل المهني، خاصة وأن المجتمع يعيش بعض المشاكل الاقتصادية والاجتماعية التي تزيد من حدة قلق المستقبل المهني.

16- قلق المستقبل المهني :

قلق المستقبل المهني هو حالة من عدم الارتياح والتوتر والشعور بالضيق والخوف من المستقبل المجهول يتعلق بالجانب المهني أو إمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة الطالب بعد تخرجه من الجامعة (. المحاميد والسفاسفة، 2007: 09)

كما يعرف قلق المستقبل المهني على انه يختص بالمهنة، وهو حالة من التوتر والتشاؤم التي يعبر بها الطالب الجامعي لندرة فرص العمل بعد التخرج (بكار، 2013 ، 88)، وهناك من يعرفه على أنه حالة انفعالية غير سارة يعاني

منها الطالب عندما يشعر بالتوتر، والضييق المصحوب بعدم الاطمئنان، والخوف نتيجة توقع خطر يهدد مستقبله المهني، ويستدل عليها من خلال المؤشرات التالية:

-التفكير السلبي والمتشائم في المستقبل المهني:

يعبر عن الأفكار الخاطئة، والتوقعات السلبية، ونظرة الطالب التشاؤمية ل مستقبله المهني نتيجة إدراكه المشوه للماضي، والحاضر، والتي تنعكس على حالته النفسية.

-المظاهر النفسية لقلق المستقبل المهني: تدل على استجابات الطالب الوجدانية، وردود أفعاله الانفعالية والتي

تتجلى في التوتر، وسرعة الانفعال، الشعور بالغضب، عدم الارتياح، والخوف من المستقبل المهني المجهول.

-المظاهر الجسمية لقلق المستقبل المهني: وتشير إلى مجموعة من التغيرات الفسيولوجية مثل زيادة نبضات القلب،

توتر العضلات أو ارتجاف الأطراف، جفاف في الحلق وغيره من ردود الأفعال الجسمية التي تطرأ على الطالب خلال

تعرضه لمواقف يدرك أنها تؤثر على مستقبله المهني. (مشري، فلاح، جوادي، 2018: 276)

1-16 - أسباب قلق المستقبل المهني:

تعددت أسباب قلق المستقبل المهني فمنها ما يتعلق بالفرد في حد ذاته، وطبيعة شخصيته ومنها ما يتعلق بعوامل أخرى، وهذا ما سنتطرق إليه في ما يلي:

- الانتشار الواضح للبطالة وقلة فرص العمل داخل المؤسسات.

- الانتشار الواضح للمحسوبية في كل القطاعات العمومية و الخاصة.

- تزايد الطلبة المتخرجين من الجامعات والاكنتاظ الموجود في عدد من التخصصات دون غيره.

- حجم الضغوط و المسؤوليات التي تنتظر الشباب و الحاجات المادية لتكوين أسرة والإنفاق عليها.

- ارتفاع مستوى المعيشة وكثرة متطلباتها وتحولها من حاجات بسيطة إلى حاجات مركبة.

وهنا قد يتضح لنا أن الوضع الاقتصادي للأسرة قد يؤدي إلى ارتفاع القلق بشأن المستقبل المهني لدى الشباب (

بكارسارة، 2013 : 89)

يمكن القول أن أسباب قلق المستقبل المهني مختلفة منها الشخصية ومنها الاجتماعية والاقتصادية، خاصة في ظل

بعض الأزمات التي يمر بها المجتمع حالياً، خاصة في اجتياح الآلة ووسائل الذكاء الاصطناعي ووضعها مكان العمال

جعل مناصب العمل تنقلص بكثير في العديد من القطاعات وتبقى الآثار السلبية لهذا يتحملها الشباب وخاصة

خريجي الجامعات.

16-2- أبعاد قلق المستقبل المهني:

يعتبر قلق المستقبل المهني نوع من أنواع القلق، ويؤدي إلى تأثيرات تغير مجرى حياة الفرد، فالتشاؤم من المستقبل المهني يتضمن التفكير في المستقبل المهني، والخوف من المشكلات الاجتماعية المستقبلية الناتجة عن عدم الحصول على الوظيفة المناسبة. (المومني، نعيم، 2012: 97)، ومنه تعدد أبعاد قلق المستقبل المهني فنجد منه اما يتعلق بشخصية الفرد وطبيعة البيولوجية واستعداداته النفسية التي تدفعه إلى قلق المستقبل المهني، ومنها ما يتعلق بالجانب التعليمي للفرد كنوع التخصص الذي درسه ومدى صعوبته ومدى احتياج السوق الوطني لخريجي هذا التخصص، كذلك نجد البعد الاجتماعي والثقافي المتضمن البيئة الاجتماعية والثقافية السائدة في الأسرة والمجتمع.

16-3- آثار قلق المستقبل المهني:

ينتج عن تفكير الفرد المستمر والمتكرر في مستقبله المهني بعض الآثار السلبية التي قد تؤثر على سالمته النفسية وحتى وقد نسعى لتقديم أهم هذه الآثار في ما يلي:

- استخدام الميكانيزمات الدفاعية عند تعرضه للمواقف الصعبة.
- الشعور بالتوتر والانزعاج لأبسط الأسباب، اضطراب في التفكير وعدم التركيز والانطواء والشعور بالوحدة.
- الشعور بالعزلة و عدم القدرة على التخطيط الصحيح للمستقبل، والاعتماد على الآخرين لتأمين مستقبله الخاص.

يجعل الفرد كثير الانفعالات والاضطرابات وهذا ما يجعله ضعيف الثقة بالنفس لا يستطيع تحقيق ذاته.

- يعيش الشخص في حالة من انعدام الأمن على صحته ومعيشته ومكانته.
- يسبب عدم تحقيق السعادة والحياة الهادئة للفرد .
- يفقد الإنسان تماسكه المعنوي ويصبح عرضة للانهايار العقلي والبدني.
- الهروب من الماضي والتشاؤم، والتفوق داخل إطار الروتين.
- الالتزام بالأنشطة الوقائية، وذلك ليحمي الفرد نفسه، أكثر من اهتمامه بالانخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج.

- الاعتمادية والعجز و اللاعقلانية (المشيخي، 2009: 55 - 56)

- إعاقه الفرد عن أداء دوره الاجتماعي، وتوافقه وارتقائه.

- الانسحاب وتجنب المخاطرة . (أحمد محمود جبر، 2012، :46)

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم التطرق إليه في معالجة موضوع منظور زمن المستقبل، وهذا بعرض العديد من العناصر المرتبطة به على غرار المفاهيم والمدلولات التي تشير إليه، ورغم ما قمنا بعرضه في هذا الفصل ورغم الدراسات والنظريات المتعلقة بمنظور زمن المستقبل إلا أنه يبقى من المفاهيم الصعبة والمعقدة التي جعلت العديد من الباحثين والعلماء يتيهون خلال دراسته، بحكم أن الإنسان بطبعه يبني المنظورات الزمنية الثلاثة (الماضي، الحاضر، المستقبل)

لكن المواقف والأحداث والضغوطات والتجارب الحياتية التي يمر بها تجعله يتبنى بعدا زمنيا معينا ويظهر هذا من خلال أداء وظائفه وتفاعله وسط المجتمع، وزيادة على هذا قد يتأثر منظور زمن المستقبل بالقيم الثقافية والعادات وتقاليد المجتمع، إضافة إلى دور التنشئة الاجتماعية والجوانب الروحية الدينية ونوعية التدريس والتكوين والتأهيل والعامل الاقتصادي والاجتماعي وكل هذا يؤثر على الفعالية الذاتية للفرد ويساهم في تحقيق التكيف والرضا من عدمهما، ويبقى العمل على بناء منظورات زمنية إيجابية نحو المستقبل السبيل الوحيد لبناء مجتمع متناسق ومتطور يتمتع أفرادُه بصحة نفسية جيدة ورؤية مستقبلية متشعبة بمشاعر التفاؤل والرضا والرفاه، وقد يقف هذا على تنمية الميكانيزمات التي تضبط الفرد والمجتمع معا.

الفصل الثالث: التصورات المهنية

تمهيد

I- دراسة التصورات.

1- نبذة تاريخية حول تطور مفهوم التصور.

2- تعريف التصور.

3- مراحل تكوين التصور.

4- عناصر التصور.

5- أنواع التصور.

6- خصائص التصور.

7- الاتجاهات المفسرة للتصور.

II- التصورات المستقبلية للمهنة.

1- تعريف المهنة.

2- مفهوم التصور المستقبلي للمهنة.

3- النظريات المفسرة للتصورات المهنية في علم النفس.

4- المشروع المهني المستقبلي.

5- العلاقة بين الشخصية والمهنة في بناء المشروع المهني.

خلاصة

I- دراسة التصورات:

1- نبذة تاريخية حول تطور مفهوم التصور:

إذا كان استخدام مصطلح ومفهوم " التصور " حديثا نوعا ما، فإن المفهوم في حد ذاته ليس جديدا، ففكرة التصور هي قديمة جدا، سبق استخدامها في الحقل المعرفي الفلسفي من طرف عدة فلاسفة، لأغراض ابستمولوجية للبحث عن وسائل وظروف وشروط المعرفة فحسب (Emanuel cant, 1724-1804) الذي يرى أن مواضيع معرفتنا ماهي إلا تصورات Sallaberry (16: 1993) ، وحسب (Moscovici) فإن فكرة التصور قديمة جدا في الحقل المعرفي الاجتماعي وقد ترجع إلى (G.Simmel ,1858- 1917) و (M.Weber ,1864- 1920)، (Moscovici,1993 :63-64) وفي القرن 19 م اعتبرت مساهمة (Emile Durkheim, 1858-1917) تاريخية فيتطور هذا المفهوم، حيث يعتبر أول من أشار إليه بصفته الجماعية من خلال دراسته للبيانات والأساطير، والتي نشر نتائجها في مجلة " الميتافيزيقا والخلق سنة 1898"، وقد ذكر الفرق بين التصورات الفردية وسماتها بالتصورات الجماعية آنذاك فيقول: " إن المجتمع يشكل واقعا قائم ابذاته ... لذا فإن التصورات التي يعبر عنها لها محتوى مختلف تماما عن التصورات الفردية، ويمكننا التأكيد مسبقا من أن التصورات الأولى تضيف شيئا للتصورات الثانية، وقد استخدم بعده "L.Levy" مفهوم التصورات الجماعية لدراسة الفروق تبين المجتمعات البدائية والمجتمعات المتحضرة (Moscovici,1976 : 65-66) ، وقد وضح أيضا (J. Piaget 1896 – 1980) والذي عمق دراسته للميكانيزمات النفسية والسوسيولوجية، والتي هي من أصل التصورات، ولقد انفصل عن " إميل دوركايم" وذلك عندما بين أنه إذا كانت التصورات الجماعية تؤثر على التصورات الفردية، فإن الطفل عند كبره سيكتسب استقلالية تصورات خاصة به، وهذه الأخيرة تتطور حسب العلاقة الموجودة ما بين الفرد والمجتمع (من الطاعة عند الطفل إلى التعاون عند الراشد).

وفي نفس السياق يركز "S.Freud" على مفهوم التصور حيث يحتل عنده المكانة الأولى، ومن أمثلة محاولاته وتجاربه التي استعمل فيها هذا المفهوم نجد نظرية " المعرفة التطبيقية " والتي تخص الجنسية عند الأطفال (1905) وتأثيراتها على النمو الشخصي (1916) ، وكذلك استعماله للأساطورات (1939) ، وكذا تأويله للحكام (1900) وهو ما صادف في المفهوم " تصور الشيء " (Seca, 2002 : 22) أما في القرن 20 م بدأ مصطلح " التصور" يعرف اهتماما كبيرا فيا لمجالات التي لها علاقة بالعلوم الإنسانية كالأنثروبولوجيا، التاريخ،

اللسانيات، علم النفس الاجتماعي، التحليل النفسي، علم الاجتماع، ففي فرنسا و بالخصوص في مجال علم النفس الاجتماعي كانت الانطلاقة الحقيقية للدراسات حول مفهوم التصور على يد "Serge Moscovici" سنة 1961 في بحثه المعمق حول التصور الاجتماعي للتحليل النفسي عند المجتمع الباريسي، ولقد نشر نتائج أبحاثه في كتاب بعنوان "la psychanalyse son image et son public" سنة 1961 وأعيد نشره في 1976 وقد أعاد "Moscovici" صياغة مفهوم التصورات في إطار مغاير نظريا ومنهجيا عما فعله دوركايم، حيث ركز على المظهر الدينامي للتصور، وكانه دفعه للبحث وفهم وتحليل كيف تنشر ظاهرة جديدة (التحليل النفسي كنظرية علمية جديدة) في ثقافة معينة داخل المجتمع، وكيف تتغير خلال هذه السيرة (بأن تقبل منها أوجه كالشعور والاشعور وتدمج في ثقافة المجتمع وترفض منها أوجه أخرى كالليبدو لأنها محملة ثقافي اعلى أهما طاقة جنسية)، وكيف تغير بدورها نظرة الأفراد عن أنفسهم وعن العالم الذي يعيشون فيه (كدخول مفردات جديدة في اللغة المألوفة مثل: الزلات، العصاب، عقدة أوديب...) وركز اهتمامه على نشأة وتكون التصورات ومرورها من المستوى الفردي إلى ما بين الأفراد.

وقد أتى العديد من الباحثين بعد "S. Moscovici" واهتموا بدراسة التصورات مثل (Nuttin، 1980) (Huteau ، 1992) و(Guichard,2006)، دراسة (مشري، 2013).

ومن كل هذا يظهر لنا بأن مصطلح التصور قد عرف منذ القديم، وبأنه في معظم العلوم الإنسانية خاصة منها : علم النفس (علم النفس النشوئي، علم النفس المعرفي، التحليل النفسي...)، علم الاجتماع الذي تطرق إلى هذا المصطلح من خلال الدراسات الإيديولوجية، علوم التربية، والتاريخ الذي اهتم بالمصطلح من خلال الثقافة، الفكرة، الأوضاع.

2- تعريف التصور:

2-1- لغة:

حسب المعجم العربي الأساسي " لروس " : من الفعل تصور، يتصور، تصورا، ومعنى: تمثل صورته في ذهنه.

2-2- اصطلاحا:

- في علم النفس: هو استحضار صورة شيء محسوس في العقل، ويعني أيضا " الإدراك أو الصورة العقلية التي يكون فيها المضمون مرتبط بموضوع، موقف، مشهد... الخ من العالم الذي يعيش فيه (بوزربية، 2012:26 - 27).

- التصورات: عبارة عن " مجموعة منظمة من الآراء والاتجاهات والمعتقدات حول موضوع معين أو علاقة، وهو أيضا نشاط ذهني عميق...".
- حسب لورسي " عبارة عن نتاج أنشطة التحليل والتصنيف لمختلف أبعاد الأشياء، وأن التصورات تبنى بشكل داخلي من طرف الفرد لاحتواء الواقع وبالتالي فهي تتدخل في كل من عملية التعرف على الشيء وكذا في استحضاره، وتقوم التصورات حسبه على ثلاث نقاط أساسية هي:
- ينطلق من معلومات يوفرها المحيط الخارجي.
- تعالج هذه المعلومات وتبنى وتنظم في العقل.
- نتائج البناء الذهني هو ما يطلق عليه مفهوم التصور.
- يعرفها (Piaget) : على أنها تلك الصور الذهنية أو الاستحضار الرمزي بهدف التجريد للتمكن من الملاءمة التي يقصد بها معالجة وتعديل ما لدى الفرد من أبنية معرفية على شكل استجابات تتلاءم والعالم الخارجي.
- تعريف Moscovici : التصورات هي إعادة إظهار الأشياء لساحة الوعي مرة ثانية رغم غيابها في المجال المادي، وهي عملية إدراكية فكرية تسمح بالمرور من الدائرة الحسية الحركية إلى الدائرة الفكرية.
- (Moscovici, 1972 :55-56).
- تعريف (كيز، Keas) : التصورات هي منتج نشاط بناء عقلي عن طريق جهاز نفسي إنساني انطلاقا من المعلومات التي يتلقاها الفرد من حواسه، وهي تلك التي جمعها أثناء تاريخه الشخصي والتي تظل محفوظة في ذاكرته أو تلك التي حصل عليها من خلال العلاقات التي يقيمها مع الآخرين سواء كانوا أفراد أو جماعات.
- (Keas,1996 : 118)
- يعرف (Norbert Sillamy) 1980 التصورات على أنها ليست مجرد استرجاع صورة بسيطة للواقع فقط، بل تكوين أو بناء للنشاط العقلي أو العمل الذهني خلال عملية التصور، الذي لا يقتصر على إعادة استرجاع صورة للواقع، وإنما يقوم الفرد بإعادة بناء الواقع انطلاقا من خبراته ومعارفه المرتبطة بإطاره الاجتماعي.
- ومن خلال التعاريف السابقة يرى الباحث بأن التصورات هي تلك العمليات العقلية التي يقوم بها الفرد، بحيث تتضمن استرجاع الصور المحتفظ بها نتيجة تفاعلاته خلال حياته، بحيث يقوم بإعادة إنتاجها واستحضارها لحظة تعرضه لموقف معين أو حين إتخاذ القرارات الهامة مثل التي تتعلق بمستقبله، وقد تكون هذه الصور مدركة وخاضعة للتقييم من طرف الفرد نفسه.

3- مراحل تكوين التصور:

لقد كان موضوع التصور محور دراسة من قبل العديد من الباحثين المنتمين لمختلف المقاربات والتي اهتمت بالظواهر المثلة لموضوع التصور وقد اقترح (S. Moscovici) أن عملية تكوين التصورات تمر عبر أربعة مراحل هي:

3-1- مرحلة مرور الموضوع إلى النموذج الصوري :

بحيث يجمع الفرد أو يستنبط المعلومات حول الموضوع، يرتبها، ويدرجها في الذاكرة، وتسمى هذه المرحلة أيضا بمرحلة " انتزاع الموضوع من المحيط" .

3-2- مرحلة المرور من النمط الصوري إلى التصنيف:

وهنا يكتسب النموذج الصوري صفة التأكيد، إذ يصبح هو الواقع بالنسبة للفرد، في تصنيف الموضوع مع الموضوعات الموجودة في إطارها المعرفي مسبقا، والتي يفسر من خلالها لواقع. (شكمو، 2005 : 34-35)

3-3- مرحلة المرور من التصنيف إلى النموذج النشط :

بعد أن يصبح التصور مرجعا تفسيريا للواقع، يتحول في المرحلة اللاحقة إلى موجه لسلوكاتنا ومرشد للعلاقات التي نبناها مع الآخرين أو نريد بنائها في المستقبل.

3-4- مرحلة التبلور: حيث يكتسب التصور في هذه المرحلة استقرارا وثباتا يمنحه نوعا من الصلابة، يترتب على ذلك انتظارات وتوقعات حول موضوع التصور، وما يتعلق به من تفاعل معه أو حوله، ومع أفراد المجموعة الاجتماعية.

ويحدد باحثين آخرين مثل (M.Guily 1980, windish1982, Herslich 1972) أن هناك مرحلتين أساسيتين في تكوين التصورات وهما:

3-4-1- المرحلة الأولى هي التوضيح Objectivation: هي العملية التي من خلالها يتحول المجرّد

إلى ملموس أو مجسد، وهي التي تحول التفاعل في المعلومات العلمية إلى صور أشياء، حيث يعرف "موسكوفيسي" التوضيح على أنها لإزالة التدريجية لكم مبالغ فيه من الدلالات عن طريق تجسيدها فمن خلال التوضيح يتمكن الأفراد من امتلاك أو استدخال الظواهر والمعارف خاصة المعقدة منها، كما تسمح لهم ببناء أوصياغة حد أدنى من المعرفة الموحدة، التي تشكل قاعدة تمكنهم من إبداء آرائهم والتواصل فيما بينهم ويتضمن التوضيح عملية اختيار وانتقاء المعلومات الموجودة حول موضوعات التصور، عملية تصفية من خلال الإدراك، وإعادة إنتاج هذه المعارف

بإضافة بعض المعطيات وإقصاء أو إزالة بعض الخصائص، أثناء هذه المرحلة يتكون رسم بياني، أو بمعنى أدق صورة تهدف إلى إتمام عملية التصور، وعليه تتم عملية التوضيح من خلال ثلاث مراحل هي:

3-4-1-1 - مرحلة الانتقاء: نظرا لتأثير نمط التفكير على الفرد ومحيطه الثقافي، وكذا سلم القيم الفردي والجماعي، نجد هذا الأخير يخضع إلى عمليات ذهنية أساسها تصفية المعلومات الموجودة حول موضوع التصور من حذف وإضافة وغيرها وكل حسب قدرته.

3-4-1-2 - مرحلة تكوين الرسم البياني: يتم فيها تكوين أو إنتاج صورة تحمل معنى متناسق ومتناغم بالنسبة للفرد المنتج لها، هذه التركيبة الجديدة لموضوع التصور في أساس تبلور التصور، حيث تكسبه وحدة في المعنى منتظمة تجعلها أكبر قابلية للتداول والتفاعل حيث تنتج عنها تجسدا وتبسطا بالموضوع ملائمة للأفراد (بوزرية، 2012: 74)

3-4-1-3 - مرحلة التطبيع: يتم تعديل وتحويل الصور التي تشكلت إلى عناصر أوجزيا ذهنية ذات معنى ومفهوم وبهذا تصبح عناصر واقعية، وتنصهر وتتحد لتكون حقيقة يتفاعل الأفراد من خلالها ويصبح لها معنى بالمجتمع (عتيق، 2013: 48).

3-4-2- المرحلة الثانية هي الترسخ:

في هذه المرحلة لا تتكلم في الوضعية عند تكوين المعارف أو انتقاء المعلومات بل نتحدث عن إدراج عضوي للتصور في نطاق أو فكر منظم، فهنا يتأصل الرسوخ الاجتماعي يترجم في جملة المعاني والفائدة التي يقدمها الفرد. وفي هذا المسار (مسار الترسخ) تتضح ثلاثة وظائف قاعدية للتصور هي:

- الوظيفة المعرفية لإدراج المواضيع الجديدة.
- وظيفة ترجمة الواقع (من خلال المعالجات الحقيقية).
- وظيفة توجيه التصرفات والعلاقات الاجتماعية.

4- عناصر التصور :

تعد نظرية "موسكوفيسي" الأكثر تحديدا لعناصر التصور والمتمثلة في مايلي:

4-1- المعلومات والمعارف: تتضمن مجمل المعلومات والمعارف التي يحصل عليها الفرد حول مواضيع مختلفة وهي التي تساهم في تكوين التصورات، وقد تختلف من فرد إلى آخر حسب طبيعة المجتمع الذي يعيش فيه،

فالعوامل الاجتماعية تسمح في تحكم الفرد في تصوراتها وضبطها، حيث يرى (Charles Tijus) أن أنواع المعلومات المساهمة في بناء التصورات أربعة وهي :

- المعارف العامة وتتضمن المعلومات غير اللفظية والعموميات.
- معارف حول الأشياء وحول التحولات التي تطرأ عليها.
- أبعاد جاهزة تستعمل في بناء التصورات مثل الرسومات الخيالية، الرموز...
- نظريات عامة وهي عبارة عن معارف منظمة حول الأمور والأشياء وهي بسيطة نوعا ما. (عتيق، 2013: 40-41).

4 - 2- حقل التصور: يرى " موسكوفيسي " أن حقل التصور هو عبارة عن مجموعة من الآراء التي تعبر عن الواقع النفسي المعقد والذي يظهر ككل متناسق، موحد ومنسجم، ويتطلب هذا توفر كما من المعلومات المكتسبة والمنظمة والتي تدخل للمستوى الصوري، ويساهم في تنظيمها حقل التصور مثل مستوى المعلومة وهو يختلف من جماعة إلى أخرى بسبب المعايير الإيديولوجية والاجتماعية التي تتدخل في تشكيل حقل التصور وتتحكم فيه من حيث غناه أو فقره في تكوين التصورات. (Herslich, 1972 : 309)

4 - 3- الاتجاه: وهو الجانب المعياري للتصور حيث يكون هناك اتجاه عام نحو الموضوع المدرك إما بطريقة القبول أو الرفض، ويعود هذا القرار إلى حجم المعلومات حو الموضوع من حيث كثرتها أو قلتها سواء كان حقلًا لتصور منظم أو غير التنظيم (بلقروش، 2009: 51)

5- أنواع التصور:

5-1 - التصور الفردي (الذهني):

وهو تصور الفرد لذاته في إطار مرجعي محدد اجتماعيا، أو هو تصور يتعلق بالفرد لكنه يتأثر بالعوامل البيئية المحيطة به، وله وظيفة لاتقل أهمية في الاتصال مع النفس، فالفرد بحاجة ماسة إلى إعطاء صورة لذاته تتماشى مع ظروف الحياة التي يعيشها، فالتصورات الفردية هي موضوع يمكن استنباطه إلى وضعية معاشة مما يعطيها معنى أبعد من هذا وتكون قائمة على خبرات فردية محايدة أي تخص ذلك الفرد ونمط حياته.

أما في علم النفس المعرفي فيعتبر التصور نموذجا داخلي

أي كونه الفرد عن بيئته وردود أفعاله عنها والتي سيستعملها كمصدر للمعلومات وكوسيلة للتعديل والتخطيط، أما " فرويد " فقد اعتبر التصور الذهني على أنه يشكل المحتوى المحسوس لفعل التفكير وخصوص الاسترجاع إدراك سابق ويستعمل " فرويد " نوع يثمن التصور:

- تصورات الشيء (التصورات البصرية)

- تصورات الكلمة (التصورات السمعية (بوزرية، 2012: 8)

5-2- تصور الغير : له مستويين هما :

5 - 2 - 1- المستوى الذاتي الداخلي : وهو تفضيل الشخص لذاته عن موضوع التصور، بمعنى أن الذات هي التي تحتم على الفرد التحدث عن نفسه قبل الخوض في أي موضوع، ويتناوله هذا الموضوع يحاول جاهداً فرض رأيه على الآخرين.

5-2-2- المستوى الموضوعي الخارجي : وهو ابتعاد الشخص عن ذاته فيتخيله للمواضيع، أي لا يصبح الفرد محور الموضوع بل يشاركه في ذلك كل أفراد المجموعة. (سامي مقلاطي، 2009 : 33)

5-3- التصور الاجتماعي: هو إحدى الوسائل التي يتم من خلالها سيطرة المجتمع على الفرد، ويتجلى هذا في تفوق أثر التفكير الجماعي على التفكير الفردي، حيث يرى "دوركايم" أنه لا يمكن الوصول إليه بمجرد ملاحظة داخلية لذا وجب البحث عن رموز خارجية لتجعلهم حسوسا حيث أن التصور لا ينشأ من فراغ وإنما هو نتيجة أسباب خارجية. (زينة طاهري، 2013: 36)

6- خصائص التصور:

تهدف التصورات كنماذج من التفكير العلمي الخاص بالأشخاص إلى فهم البيئة والاتصال بها وبما تحويه وكذلك محاولة التحكم فيها، وعليه تتعدد خصائص التصور حسب العلماء في ثلاث خاصيات هي كالتالي:

6-1- التصور كخاصية اجتماعية: اكتسب التصور خاصيته الاجتماعية مع دوركايم (1885 - 1917) وهو

يعد أول من اهتم بدراسة موضوع التصورات وأكد على الجانب الاجتماعي الذي يسيطر على الفرد وسلوك

الأفراد و قد يتأثر بالجماعة والضغوط التي تفرضها علينا ولا يقتصر التصور على تصور الفرد لذاته بل بالإمكان

لهذا الفرد أن يتصور غيره وذاته معا، وإن تفاعله مع أفراد جماعته يمكنه من إنتاج تصور اجتماعي، وهو ينتج أيضا

من العلاقات التي ترتبط بالجماعات الفرعية فيما بينها أي بين الفرد والمجتمع. (بوسنة، 2008: 21) ويعتبر

التصور عملية تفاعل نفسيا اجتماعي تتأثر بالعوامل المكونة لشخصية الفرد ولعل أن هذه العوامل تتمثل في القيم

التي يستخدمها والايديولوجيات المسيطرة على مجتمعه والمسيرة له، بالإضافة إلى الثقافة السائدة، والوسط المهني والتربوي والسياسي وكلها عوامل مؤثرة في تصور الفرد الشخصي ولها انعكاسات على سلوكه. (عتيق، 2013: 44 - 45)

6-2- التصور كسيرورة وإنتاج:

تعني أن الفرد عندما يتلقى مثيرا خارجيا (فكرة، معلومة، حادث...) فإن هذا الأخير يمر بمعالجات ذهنية تختلف من فرد إلى آخر، وهذه المعالجات تتأثر بعوامل إما ذاتية أو غير ذاتية.

فالذاتية منها تتعلق بشخصية الفرد، بمشروعه الذاتي، بخبرته، بتكوينه ومهنته، وهذا ما أكده (Gilly) في دراسة له أسفرت على أن المهنة لها مكون أو وظيفة تؤثر على التصور. أما العوامل غير الذاتية فتتلخص في مشروع المجتمع، المشروع البيداغوجي، مشروع العائلة، ونتاج هذه المعالجة يشكل تصور الفرد. من خلال هذه المعالجات نجد الفرد قد انتقى، صفى، اختار معلومات، وهي موجودة سلفا لديه وأضاف صفات وأبعد صفات أخرى (نوع من الديناميكية) ولهذا يعتبر التصور نمط من المعرفة الخاصة حيث يقوم الفرد خلال عملية التصور بإعادة بناء الموضوع وتشكيله من جديد وهذا ما جعل " Abrik " يصف التصور بالسيرورة والإنتاج، ويرجع هذا بفضل البناء الذهني ومن خلال التنسيق بين عمليات الإدراك، التفكير والتجميع أي التركيب. (قريشي، 2010 : 102)

6-3- التصور سند ونتاج للتعلم:

إن دراسة التصورات تعني التساؤل حول نموذج من المعرفة، بمعنى طرح التساؤلات حول علاقة الفرد بالمعرفة وعلاقته كذلك بالواقع، فكل فرد يبني تصورات خاصة به تحدد سلوكياته وتعامله مع المحيط، فلو أخذنا الأقرب إلى هذه النظرة من الأمثلة نجد المعلم، فهذا الأخير عندما يتعامل مع المعلومات فهو يفسرها حسب تصورات نمط التطورات عبر تجارب حياته الخاصة أي التعلم خاضع لتصورات المكونين وهذا ما يجعلنا نقول أن الممارسة المهنية تخضع لتصورات (مهنة الطالب، مهنة الأستاذ...) (بلريدوح، 2015 : 144)

7- الاتجاهات المفسرة للتصور:

تعددت الاتجاهات المفسرة للتصور وذلك حسب م ايعنيه هذا المفهوم لهذا الاتجاه بالإضافة إلى ما يرمي إليه وفي ما يلي سنحاول عرض أهم النظريات التي فسرت التصور حسب منهجها وأفكارها.

7 - 1 - الاتجاه الاجتماعي:

يشير أصحاب وجهة النظر الاجتماعية في تكوين الاتجاهات نحو الآراء والأفكار الصادرة عن أشخاص معينين أو أناس نثق بهم أو نجدهم دون تمحيص أو مناقشة أو نقد عقلي، كالاتجاهات نحو الأسرة والدين والجار والوطن إلى غير ذلك، وتلعب الجماعة التي ينتمي إليها الفرد دورا بارزا في تحديد اتجاهات هو تكوينها وتعتبر الأسرة والمدرسة وجماعة اللعب ووسائل الإعلام السمعية والبصرية دورا من أهم عوامل وأدوات وجهة النظر الاجتماعية في تكوين الاتجاهات عند الفرد (ناجح حمزة المعموري، 2016: 290)

7 - 2 - الاتجاه النفسي :

"لقد عمل" فرويد "على مقابلة مفهوم التصور مع مفهوم العاطفة، وأن انفصال التصور عن العاطفة هو أساس "الكبت" فيعرف كل منهما مصيرا مختلفا عبر عمليتين مستقلتين هما "كبت التصور" و"قمع العاطفة" ولقد ميز "فرويد" بين مستويين من التصورات هما "تصور الشيء" و"تصور الكلمة"، وهو بذلك يميز ارتباط تصور الشيء بتصور الكلمة المقابلة له ضمن نظام ما قبل الوعي والوعي، إن "فرويد" بمقابلته التصور للعاطفة وتمييزه بين جانبيه للتصور وهو تصور الشيء وتصور الكلمة، وهو يشير أيضا إلى أن لكل شيء صورة دماغية مخزنة ويمكن أن ترتبط تلك الأشياء بمواقف معينة كأن يعبر أحد عن حبه لك وفيه كان مع ينفي عطي هذا التعبير شعور، يبقى هذا الشعور ينتابك كلما مررت بالمكان الذي قيلت لك فيه هذه الكلمة. (بوزريية، 2012: 15)

7 - 3 - الاتجاه المعرفي:

يرى "بياجي" أن الوظائف العقلية ثابتة لا تتغير عند الإنسان طوال حياته لكونها موروثية، وتتألف من جانبيين أساسيين هما:

- الجانب الأول هو التنظيم، ويقصد به تنظيم العضويات على توقيف وتنظيم عملياتها الفيزيولوجية والسيكولوجية لتصبح أنظمة متناسقة ومتكاملة.

- الجانب الثاني وهو لتكيف، وهو قدرة العضويات على إحداث تغيير فيزيولوجية وسيكولوجية استجابة للتغيرات الحاصلة في البيئة، ويتم كل هذا من خلال عمليتين هما "التصور" و"التلاؤم"، أي أن التصور استحضار رمزي للموضوعات و الوقائع الغائبة بهدف التجريد، وذلك للتمكن من الموازنة، والتي يقصد بها معالجة وتعديل ما لدى الفرد من بني معرفية. (بوزريية، مرجع سابق: 67)

II - التصورات المستقبلية للمهنة:

1- تعريف المهنة:

المهنة هي مجموعة من الأعمال المتماثلة والمتراصة، التي تهدف إلى هدف عام وموحد، فكاتب الآلة الكاتبة، وكاتب الحاسبات والسكرتارية، وغيرها، تمثل مهنة الأعمال الكتابية والمهنة معناها نوع من العمل الذي يؤديه الفرد، أي مجموعة الواجبات التي يؤديها، وطبقا لهذا يكون الطبيب صاحب مهنة، والمهندس صاحب مهنة، والقاضي صاحب مهنة، وكاتب الآلات صاحب مهنة، والكناس صاحب مهنة ويقصد بالمهنة مجموعة الأعمال المتشابهة إلى حد ما في الواجبات، وعلى هذا فعمل " كاتب آلة بالعربي " و " كاتب آلة بالإنجليزية " تضمهما مهنة واحدة وهي الكتابة على الآلة. (دويدار، 1995 : 147)

2- مفهوم التصور المستقبلي للمهنة:

يعد التفكير في المستقبل المهني سلوك حتمي ولا بد منه خاصة في مرحلة المراهقة واقتراحها بعدة ظروف أخرى كالتكوين والتدريس والتشبع بالمعلومات والأفكار التي بدون شك تساعد فئة الشباب في تدعيم وإثراء وتعميق هذه التصورات المهنية كما تسمح لهم بتحليل الواقع المهني والاجتماعي ومن جهة أخرى تعمل على توسيع دائرة الأحلام والتوقعات واستحضار الصور الملائمة للمهنة المنتظرة، وبالتالي يظهر الطموح وتصبح الانتظارات مطلوبة في المستقبل خاصة في ما يتعلق بالأهداف والتوجه نحو المهنة المستقبلية، واختيارها وتعليق كل الآمال عليها وكل ما سبق يطلق عليه بعملية تصور المستقبل المهني، التي تناولتها العديد من النظريات بما يسمى " بنظريات علم النفس المهني " التي سنتطرق إليها في المبحث التالي.

3- النظريات المفسرة للتصورات المهنية في علم النفس :

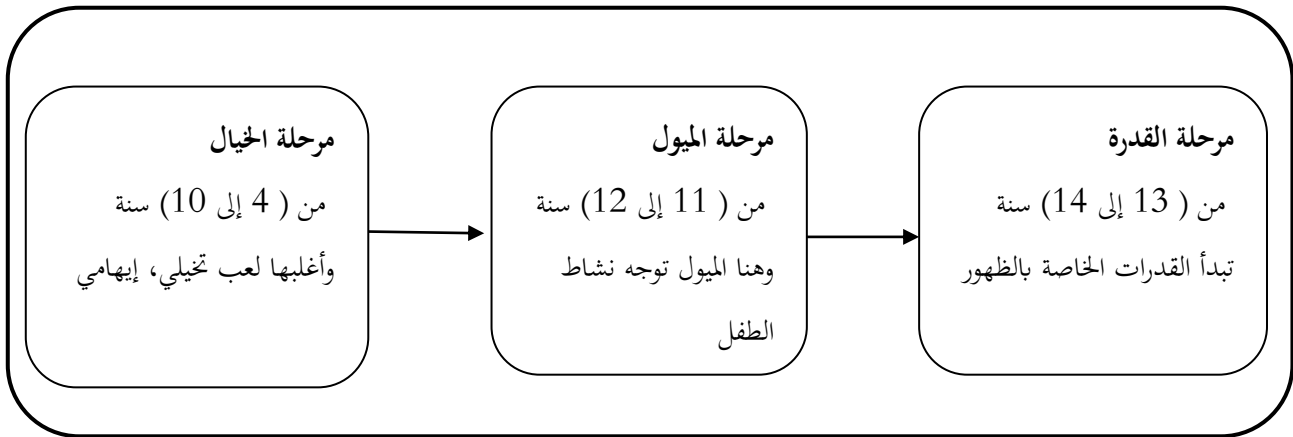
لقد تعددت النظريات التي قامت بتفسير التصورات المهنية المستقبلية والتنبؤ بها على أساس العديد من المؤشرات والحاجات الإنسانية وقام العلماء والباحثين بطرح أفكارهم في هذا الموضوع وأخرجوا نظريات مختلفة وهذا في إطار ما يسمى بنظريات علم النفس المهني والتي سنتطرق إلى أهمها في ما يلي:

3-1- نظرية مدة الحياة لسوبر - Super (1910 - 1994): تدخل هذه النظرية ضمن نظريات

النمو المهني الذي يكتسبه الإنسان من خلال النضج عبر مراحل الحياة، حيث تبدأ في مرحلة المراهقة وتنتهي مع نهاية سن الرشد، وهذا كله يتعلق بمفهوم الذات عند الفرد (Self- concept) ويرى Super أن التماهي مع أحد الوالدين أو مع شخص راشد مهم جدا، وقد يكون عاملا مساعدا للمراهق في التخطيط لمشروع المستقبل وتصوره، ويرى أيضا أن الخيار المهني هو محاولة لتحقيق مفهوم الذات (غسان، ليلي، 2015: 166)، ونشير إلى أن Super قد تأثر باتجاهين في تأسيس نظريته بشكل قوي هما في ما يلي:

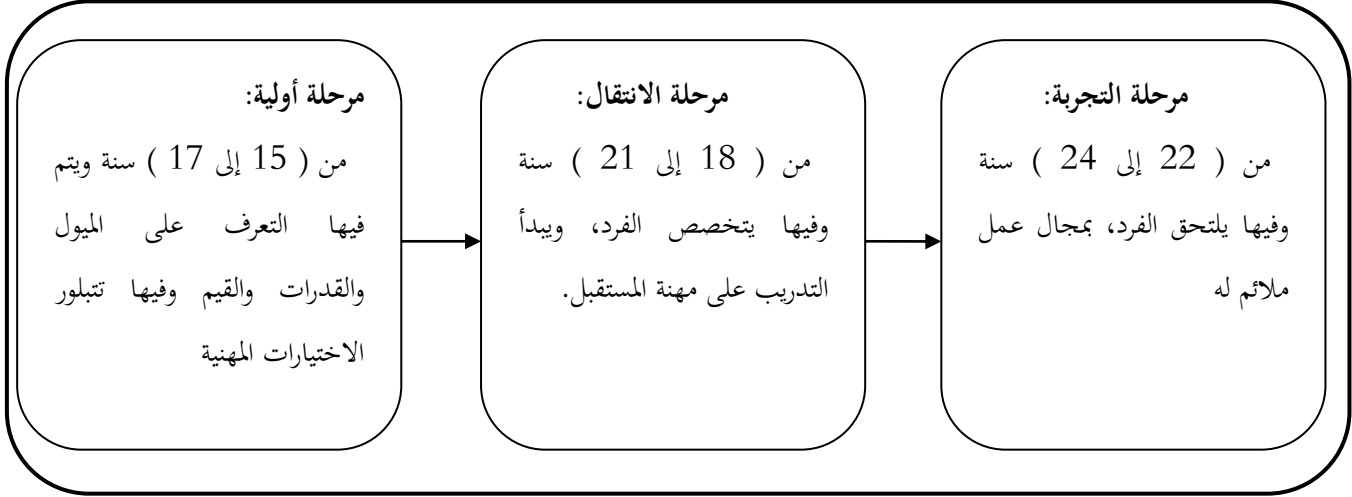
- اعتمد على نظرية مفهوم الذات والتي ظهرت بكتابات " روجرز" و " كارنر " و " بوردن " حيث قالوا أن السلوك هو انعكاس لمحاولة الفرد لتحقيق فكرة الذات المدركة ولذلك نرى أن الفرد يقبل أو يرفض عمل ما وهذا بناء على تصوراته الشخصية حول ذاته وحول ما يصلح من أداء للأعمال .
- استند أيضا على أعمال " بوهلر " في علم النفس النمو حيث أشارت إلى أن الحياة هي مجموعة من المراحل وحددتها كالاتي:
- مرحلة النمو: تبدأ من الميلاد إلى 14 سنة..
- المرحلة الاستكشافية: تبدأ من 15 إلى غاية 25 سنة.
- مرحلة الاحتفاظ: من 26 إلى 65 سنة.
- مرحلة الانحدار: تأتي بعد 65 سنة ، وقد تناول Super موضوع النضج المهني وقام بعدها ببناء نظريته على أساسين هما:
- سيكولوجية الفروق الفردية: وهي تشير إلى التمايز القائم بين الأفراد نتيجة النمو والتطور والتي تؤثر على حجم وطبيعة ونوعية التصورات المهنية المستقبلية بحيث يصبح الفرد يبنى تصوراته على أساس إمكانياته وقدراته ووضعها الحالي.
- مفهوم الذات المهنية: يقصد بها الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته على اعتبارات أن مفهوم الذات يتطور بناء على ملاحظات الأطفال والاقتراء بالكبار المنخرطين بالعمل، لذا أشار Super إلى نقاط هامة لمنهج مفهوم الذات وهي كالتالي:
- أن كل فرد يختلف عن غيره من حيث قدرته واهتماماته.
- كل فرد مؤهل حسب صفاته وخصائصه لتولي عدد من المهن وأنه يمتلك القدرة على النجاح ضمن عدد من المهن.
- إن مستوى الاستقرار المهني الذي يحققه الفرد يتحدد من خلال المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة وقدرة الفرد العقلية وخصائصه الشخصية والخبرات أو الفرص التي يتعرض لها.
- عملية النمو المهني هي التي تشكل أساس عملية تطوير وتحقيق لمفهوم الذات حيث يكون مفهوم الذات نتيجة تفاعل القدرات الموروثة، التكوين العصبي، وممارسة الأدوار المتعددة في الحياة بإيجابية واستحسان المحيطين له.

- إن النمو والخبرة لهما دورا أساسيا في تحديد مفهوم الذات، وبالتالي تحديد مهنة ودرجة الكفاءة والنجاح فمفهوم الذات يتغير مع الوقت والخبرة ويبدأ اكتمال الذات بدرجة كبيرة وبنهاية مرحلة المراهقة المتأخرة.
- الرضا عن العمل والرضا عن الحياة يعتمد على مدى إيجاد منافذ كافية لقدراته أو ميولاته وسماته وقيمه وهي تعتمد على الاستقرار ضمن مهنة معينة تكون متناسقة مع أسلوب الحياة لدى الفرد ومع تجاربه في النمو والاستكشاف. (أبو سعد، 2012 : 185 – 186)
- إن النمو عبر مراحل الحياة يمن توجيهه جزئيا من خلال عملية نضج القدرات والميول الذهنية وأيضا من خلال فحص الواقع وفي تطوير مفهوم الذات.
- لدى كل مهنة نموذجا مميزا من القدرات والاهتمامات والمميزات الذاتية.
- ويرى Super أن الاختيار المهني يمر بمراحل متعددة حيث قسم مراحل النمو المهني إلى المراحل التالية:
- **مرحلة النمو (Growth)** : وتبدأ من الولادة إلى 14 سنة وتتصف هذه المرحلة بأن مفهوم الذات ينمو من خلال التعرف على الأفراد المهمين في الأسرة والمدرسة وهنا تسيطر الحاجات والخيالات والميول وتصبح القدرات ذات أهمية كبيرة مع زيادة المشاركة الاجتماعية واختبار الواقع بطريقة بسيطة تساهم في بناء الذات، وتهدف إلى مساعدة الفرد في تحقيق ذاته عن طريق القيام بأدوار مختلفة في الحياة المدرسية وفهم معنى العمل وآفاقه مع تنمية تصورات مهنة المستقبل، ويتم تقسيم مرحلة النمو إلى ثلاثة مراحل هي:

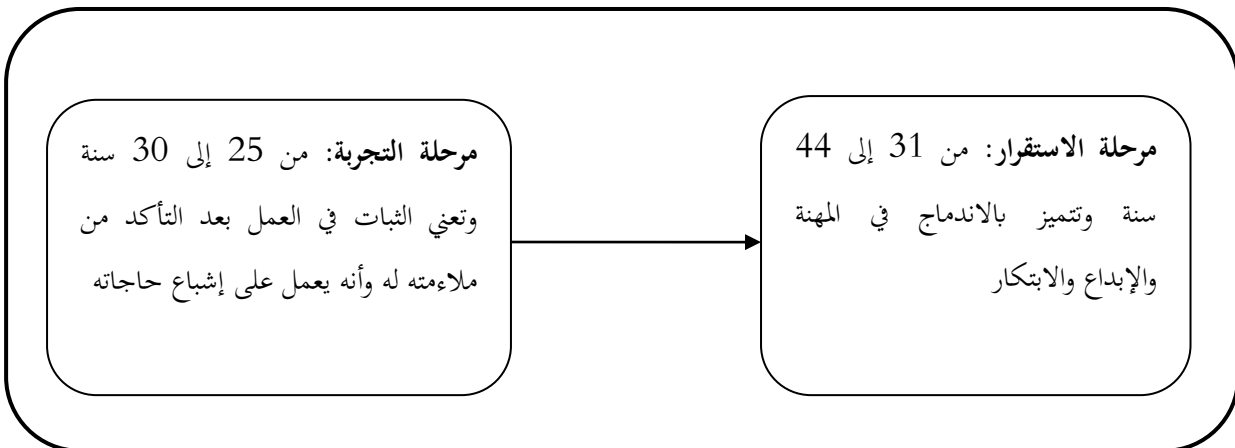


- **مرحلة الاكتشاف (Exploratory Stag)** : تبدأ من (15 إلى 24) سنة وهنا تصبح الاختيارات المهنية أكثر تحديدا ولكنها لا تكون بصفة نهائية وتتميز هذه المرحلة باختبار الذات ومحاولة لعب دور الاكتشاف

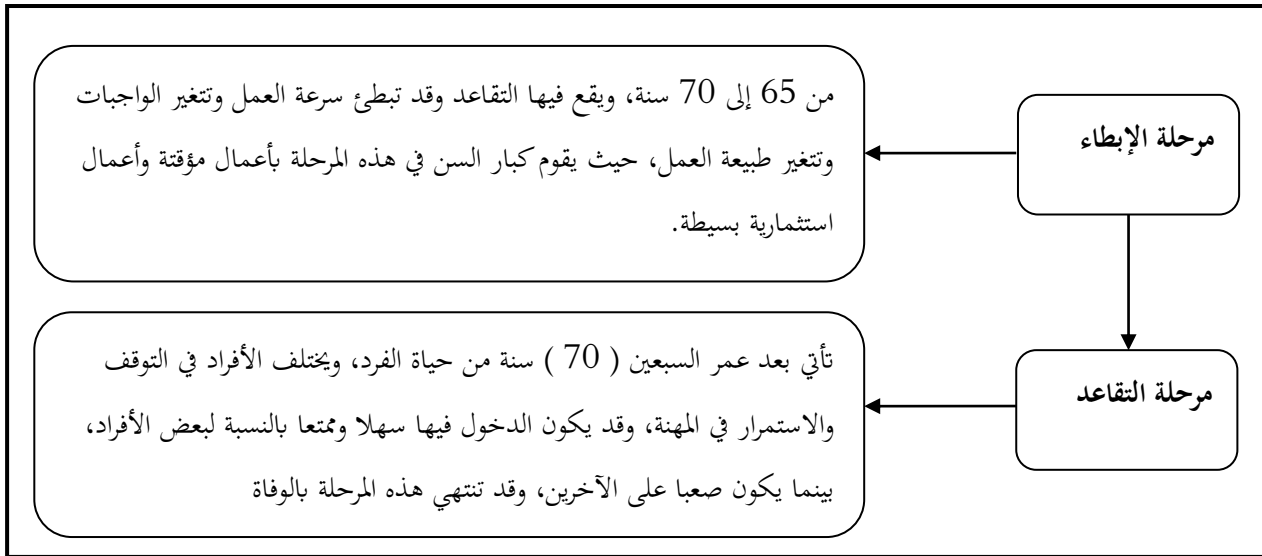
المهني في المدرسة، وهدفها تحديد الأولوية للمهنة ثم اختيارها عن طريق ربطها بأهداف التعليم الثانوي والجامعي وهنا يبدأ التدريب المهني، وتقسم هذه المرحلة إلى المراحل التالية:



- مرحلة التأسيس (**Establishment Stage**): تبدأ هذه المرحلة من (25 إلى 44) سنة وتتصف بحصول الفرد على عمل مناسب ويتم خلال هذه المرحلة اكتساب خبرات ومهارات أساسية وتحسين الواقع المهني وهدفها إيجاد حقل عمل مناسب والتقدم في المهنة واكتساب المهارات الأساسية لها (أبو سعد، 2012: 187) ويمكن تقسيمها مهنياً إلى المراحل التالية:



- مرحلة الاحتفاظ (**Maintenance Stage**): تمتد مرحلة الاحتفاظ ما بين (45 إلى 64) سنة ويحاول الفرد في هذه المرحلة المحافظة على ما حققه أو مكتسباته من المهنة ويميل نحو عدم تغيير المهنة لأنه حقق مكانة في العمل، ومن أهداف هذه المرحلة ما يلي:
 - المحافظة على ما حققه أو اكتسبه من المهنة .
 - عدم تغيير المهنة قدر الإمكان.
 - المحافظة على الأدوار المهنية فيها ومن أهمها متابعة التغيير المهني المستمر.
- مرحلة الانحدار (**Decline Stag**): هي مرحلة تمتد إلى ما بعد سن (65) سنة حيث تضعف القدرات العقلية والجسمية وتغير نشاطات العمل وقد يتوقف النشاط وتنتهي بالتقاعد ومن أهدافها ما يلي:
 - مواجهة حياة التقاعد.
 - تطوير أدوار جديدة كممارسة أعمال جزئية مثل البستنة (أبو سعد، 2012: 188-189)
 - كما يمكن أن نقسم مرحلة الانحدار إلى قسمين هما:



3-2- نظرية الأنماط (**جون هولاند - J. Holland**): يعتقد Holland أن الفرد يستطيع أن يحقق الشعور بالرضا والنجاح في عمله إذا كانت المهنة تتوافق من نمط شخصيته وقد استعمل كلمة (**Congruence**) بمعنى الانسجام ليشير إلى التفاعل بين الشخص والبيئة، ويمكن لهذا التفاعل أن يكون مرتفعا أو منخفضا (الشعور بالرضا أو عدم الرضا) ويعتقد أيضا أن الخيار المهني هو حصيلة لعدة عوامل منها الوراثة، الأهل، الرفاق، وطبيعة الاجتماعية والبيئة التي يعيش فيها الفرد، لذلك يتحدث عن التوجه الشخصي

المرتبط بنمط الشخصية الذي يمكن اعتباره (Complexe) وهو يضم اتجاهات الفرد وقدراته وقيمه الذاتية وطموحاته التي تشكل في النهاية سمات الشخصية، لذا قام صاحب النظرية بتحديد ستة أنماط من الشخصية ولكل نمط مهن تناسبه ومن الممكن أن يتواجد لدى الفرد نفسه أكثر من نمط واحد (غسان، ليلي، 2015: 166)، وهذه الفكرة هي التي أسس بها نظريته نظرا لتأكيديه الشديد على خصائص الشخصية وباهتمام ضئيل جدا بالعوامل النفسية والبيولوجية التي تدخل في البناء الشخصي وقد صنف Holland الأنماط الشخصية المهنية مع ما يقابلها من أنماط بيئية مهنية على النحو التالي:

3-2-1- النمط الواقعي - Realistic Type : يتعامل أفراد هذا النمط مع البيئة بطريقة موضوعية وملموسة أو محسوسة، إذ نجدهم لا يحبون الأنشطة والأهداف التي تتطلب الذاتية أو تتطلب استخدام المهارات الاجتماعية أو الذكاء أو القدرات الفنية، ويوصفون على أنهم غير اجتماعيين، مستقرون انفعاليا وماديون، وهم من فئة الذكور لذا نجدهم يفضلون العمل بأيديهم ومن المهن التي يميلون إليها هي الزراعة المهن التقنية أو الهندسية أو الميكانيكية، ويفضلون أيضا الأنشطة التي تتطلب مهارات حركية أو استخدام الآلات والأجهزة والأدوات والروتين مثل: رياضة الملاكمة، عمال الحرف كالحدادة، الكهرباء، أعمال الورشات كالنجارة وغيرها وهي مهام محسوسة وملموسة وليست مجردة وتتميز بتفاعل اجتماعي غير قوي، وقد نجد أحيانا يعبرون عن هذا النمط بالحركي Meteoric (أبو سعد، 2012: 198-199)

3-2-2- النمط الفكري أو الذهني أو الباحث - Investigative Type : نجد الأفراد هنا يتفاعلون مع البيئة عن طريق استخدام الذكاء والتفكير المجرد واستخدام الأفكار والرموز والكلمات، وهم يفضلون الأعمال الفكرية والأبحاث والاكتشاف والتأليف والكتابة والعلوم والطب والمختبرات والاقتصاد وهندسة الكمبيوتر (غسان، ليلي، 2015: 166)، ونجدهم أيضا يميلون للمهن العلمية والمهام النظرية كالقراءة الجبر، لغات أجنبية، والأشياء الإبداعية مثل الأدب والموسيقى وغيرها وهم يحاولون تجنب المواقف الاجتماعية، ويرون أنفسهم بأنهم غير اجتماعيين، يتميزون بالمثابرة ويحبون العزلة، إنجازهم يكون في المجالات العلمية والأكاديمية والغالبلا يصلحون لوظائف القيادة وأحيانا يعبر عن النمط بالنمط العقلي (Intellectual).

3-2-3- النمط الفني - Artistic Type

الأفراد هنا يتعاملون مع البيئة عن طريق الخلق والإبداع الأدبي والفني وهم يعتمدون على انطباعاتهم وتخيلاتهم الذاتية في البحث عن حلول للمشاكل ويفضلون المهن ذات الطابع الفني مثل الموسيقى، المسرح، الرقص، والرسم

(غسان، ليلي، 2015 : 166)، ونجدهم أيضا لا يحبون النشاطات الرجولية أو ذات الأدوار الذكورية مثل: إصلاح السيارات أو الأنشطة الرياضية وهم يعبرون عن أنفسهم عن طريق الفن والأدب ويرون أنفسهم بأنهم غير اجتماعيين نشويين، خاضعين ومطيعين، يتصفون بالحساسية والمرونة، مندفعين، مستقلين ومنبسطين، خياليين وأحيانا يعبر عن هذا النمط بالجمالي (Esthetic).

3-2-4- النمط الاجتماعي - Social Type :

نجد أفراد هذا النمط يتفاعلون مع البيئة عن طريق استخدام مهارات التعامل مع الآخرين وهم معروفون بمهاراتهم الاجتماعية وحاجتهم للتفاعل الاجتماعي، وهم يفضلون الوظائف التربوي والعلاجية والدينية والأنشطة الخاصة بالخدمات الاجتماعية، وحل المشاكل الاجتماعية مع الابتعاد عن المهارات الجسمية أو المشاكل العقلية والمعقدة وهم يرون أنفسهم كاجتماعيين، يعرفون بالمرونة والمرح، محافظين، مسؤولين، منجزين وأحيانا يعبر عن هذا النمط بالمساند أو الداعم (Supportive) (أبو سعد، 2012 : 200).

3-2-5- النمط المغامر - Enterprising Type : نجد الأفراد بهذا النمط أنهم يتفاعلون مع البيئة عن طريق ممارسة أنشطة تسمح لهم بالتعبير عن المغامرة والسيطرة والإقناع، ولديهم أيضا قدرة لفظية انبساطيون، واثقون من أنفسهم، متقبلون لأنفسهم وهم يرغبون في قيادة الآخرين والتأثير فيهم مثل الأشخاص الذين يعملون في المبيعات والتسويق والتجارة والسياسة والمحاماة، والصحافة وهم يرون القيادة على أنها تشبع حاجتهم للسيطرة والحصول على الاعتراف وإظهار القوة وأحيانا يعبر عن هذا النمط بالاقناعي (Peruasive)

3-2-6- النمط التقليدي - Conventional Type: الأفراد هنا يتفاعلون مع البيئة عن طريق اختيار الأنشطة التي تؤدي إلى الاستحسان الاجتماعي وهم يتعاملون مع المواقف بطريقة روتينية وتقليدية وصحيحة، ونجدهم مرتبين واجتماعيين ومحافظين، وهم يفضلون الأنشطة التنظيمية، السكرتارية ويولون أهمية كبيرة بالأمور الاقتصادية ولديهم استعداد حسابي رياضي أكثر من الاستعداد اللفظي، مستقرين وينفذون الأنظمة والقواعد والتعليمات وهم يعملون مع أصحاب السلطة والنفوذ، ويفضلون المهام والوظائف الواضحة التي ليس فيها غموض وأحيانا يطلق على هذا النمط باسم النمط العربي أو المطيع أو الممثل (Conforming).

ويقترح (J. Holland) ستة بيئات للعمل وهي تقابل السمات الشخصية الستة بحيث أن كل بيئة لها متطلبات معينة ولها خصائص تميز الأفراد الذين يعملون بها كما هو موضح في ما يلي:

- البيئة الواقعية - **Realistic Environment** : تتضمن الأنشطة الحسية والجسدية وتتطلب مهارات حركية وميكانيكية وحد أدنى من المهارات الاجتماعية مثل العمل في محطة البنزين، الميكانيك، المزرعة، شركة البناء، تشغيل الآلات والتحكم فيها مثل الجرارات ، الشاحنات، السيارات ، الطائرات ...

- البيئة المفكرة أو الذهنية - **Investigative Environment** : تتطلب استخدام القدرات المجردة والإبداعية بدلا من الإدراكات الشخصية والأداء المرضي يتطلب الذكاء والتخيل ويحبذ استخدام القدرات مع الأفكار والأشياء وليس مع الناس ومن أماكن العمل هي مختبر البحوث، مراكز البحوث، الجامعات، بيئة العلماء و الفلاسفة والباحثين ...

- البيئة الفنية - **Artistic Environment** : تتطلب الاستخدام الإبداعي للأشكال الأدبية واستخدام المعرفة والعاطفة والاعتماد على المعايير الذاتية والشخصية للحكم على المعلومات ومن أماكن العمل هي المسرح، مراكز الفنون والتنشيط، قسم الموسيقى أو معاهد الموسيقى ...

- البيئة الاجتماعية - **Social Environment** : تتطلب القدرة على تعديل وتفسير السلوك الإنساني والرغبة في الاهتمام والتعامل مع الآخرين ويتطلب العمل بناء علاقات شخصية متكررة وطويلة المدة ومخاطر العمل الرئيسية هي مخاطر انفعالية وعاطفية ومن أماكن العمل المرتبطة بهذه البيئة نذكر المدرسة، قاعة محاضرات بالجامعة، مكاتب إرشاد والتضامن، مستشفى، الموجه المهني، الأخصائي النفسي والاجتماعي ...

- بيئة المغامر أو الإقناع - **Enterprising Environment** : تتطلب مهارات لفظية لتوجيه وإقناع الآخرين ويتطلب العمل توجيه أو تخطيط، ويتم التعامل مع الآخرين بشكل سطحي ومن أماكن العمل الخاصة بهذه البيئة هي مكتب العقار، بيع السيارات، بيئة السياسيين، مدراء الأعمال، المحاكم ...

- البيئة التقليدية - **Conventional Environmen** : تتطلب تعامل منظم وروتيني ومحسوس مع المعلومات اللفظية والرياضية والأرقام وتتطلب أيضا مهارات اجتماعية وأماكن العمل المحددة بها هي: البنك، شركة المحاسبة، مكتب البريد، مؤسسات إدارية، وهذه البيئة يغلب عليها الاهتمام الزائد بالقواعد والتعليمات والروتين.

3-3- نظرية الاختيارات المهنية لجينزبيرغ وزملائه:

تعتبر نظرية (جينزبيرغ - Ginsberg) وزملائه من النظريات الأولى في مجال النمو المهني حيث كانت النظرية ردة فعل مباشر لغياب نظرية مباشرة في علم النفس المهني، وقد اجتمع أربعة علماء من تخصصات مختلفة (طبيب

نفسى، عالم في علم النفس، عالم في علم الاجتماع، عالم في الإقتصاد) وشكلوا فريق واحد للبحث عن نظرية مهنية شاملة للاختيار المهني، وقد تم الإعلان عن النظرية عام (1951) نتيجة البحوث التي أقيمت على الأفراد ومدى تأثير الاختيار المهني عليهم، وقد تأثرت بها العديد من النظريات في هذا المجال، وقد وجد جينزبيرغ وزملائه من خلال الدراسات اللاحقة على نظريتهم أربعة متغيرات تؤثر في عملية الاختيار المهني وهي:

- **قيم الفرد الذاتية:** يقوم الفرد بإجراء مفاضلة بين القيمة الذاتية والقيم المختلفة للمهن، وهو لا يمتحن مهنة لا تتناسب مع قيمته الذاتية.

- **العامل الواقعي:** وهو استجابة الفرد للضغوطات والظروف البيئية عند اتخاذ قرار معين في حياته.

- **العملية التعليمية:** من خلال عملية التعلم الذي اكتسبه الفرد تزداد مرونته في اختياراته المهنية وتصبح قراراته أكثر مرونة (القدرة على تحديد أهمية الوقت).

- **العوامل الانفعالية:** بمعنى أن العاطفة تلعب دورا في الاختيار المهني (القدرة على تأجيل الإشباع) وتوصل (جينزبيرغ، Ginsberg) و (جنيسبيرغ، Ginsburg) و (أكيسلراد، Axelerad) و (هيرما، Herma) إلى اتفاق بأن عملية الاختيار هي عملية لا يمكن الاستغناء عنها وليست وليدة اللحظة، وإنما هي عملية مستمرة طويلة المدى تحدث خلال فترات زمنية واضحة وتتلور من خلال سلسلة من التسويات التي يجريها الفرد ما بين ميوله من ناحية وإمكانياته من ناحية أخرى، وتوصلوا إلى عدد من المراحل تمر بها عملية الاختيار المهني والتي سنتطرق إليها في ما يأتي.

3-3-1- مراحل النمو المهني عند Ginsberg :

- **المرحلة الأولى:** الفترة الخيالية (4 - 10) سنوات: إن المهنة الأساسية التي يقوم بها الطفل خلال الفترة الأولى لنموه المهني هي التغيير في التوجه من اللعب إلى التوجه نحو العمل، وهذا التوجه يكون مرافق للنضج العام للطفل وفي هذه الفترة يقررون بوضوح المهن التي يفضلونها والألعاب التي يمارسونها تعكس متعة الوظيفة كدافع للاهتمام والعمل، وتماز هذه المرحلة أيضا بأنها تقوم على مبدأ اللذة عن طريق ممارسة الألعاب " متعة العمل " وكأن الطفل يحضر مهنة معينة، وعدم التفكير بإمكانياتهم وقدراتهم وهي تسمح لهم بالالتحاق بالمهنة، ومن أهم المهام الأساسية والأدوار المهنية هي :

- تشجيع لعب الأطفال حيث أنه دافع للنمو المهني.

- التمثل والافتداء بالآخرين أثناء اللعب (التخيل والتقليد).

- المرحلة الثانية: المرحلة التجريبية (11 - 18) سنة: وهي بدورها تقسم في مراحل هي في ما يلي:
- الميل (11 - 12) سنة (**Interest**): نجد أن الطفل يصبح يدرك ما يجب وما يكره ويبدأ بتحديد وحصر اختياراته، وهذا من خلال إدراك جيد لأهمية الحاجة لتحديد توجه مهني، ويبدأ يأخذ اختياره للأشياء حجم ومقدار إمكانياته من أجل استغلالها لإشباع الحاجات التي يجبها، ونجد أن اختيارات الأطفال في هذه الفترة هي انعكاس لرغبات قوية لدى الوالدين، وبنفس الوقت تكون غير ثابتة وغير مستقرة وهذا بسبب التغيرات الجسدية والانفعالية التي تحدث للطفل في تلك الفترة وهو أمر عادي، يدخل في إطار النمو الطبيعي للطفل، لكن نظرا لحاجاتهم وإمكانياتهم يقومون بتأجيل اختياراتهم المهني حتى يكبروا، ولكنهم في هذه الفترة تعد بداية لتحديد وحصر اختياراتهم بناء على مدى إدراكهم للواقع والمحيط.
- القدرة (12-14) سنة (**Capacity**) : في هذه الفترة يدرك الطفل بأن الاهتمام بالنشاط وحدها يكفي ويبدأ بتقييم قدراته وهذا من خلال تأديته للأعمال التي يجبها وهو يضع بالحسبان مستوى قدراته في الاختيار المهني، ويقيم قدراته بتأدية أعمال بشكل جيد في الميادين التي يجدها أو يميل إليها ويدرك أنه لا بد من الانتقال من نشاط إلى نشاط آخر، وقد يتأثر الأطفال بأبائهم وفي اختياراتهم المهنية ويزداد التأثير بالآخرين الذين يملكون نماذج مهنية مختلفة كالمعلمين والزملاء والذين يحبونهم. (أبو سعد، 2012: 192)
- القيم (15 - 16) سنة (**Values**): تضبط القيم عملية الاختيار المهني بحيث تتغلب على الاهتمامات والقدرات وتسود عليها وهنا يصبح الفرد يعرف المكان المناسب لاستغلال قدراته ومهاراته وتحدث في هذه الفترة على الطلبة تغييرات ملحوظة ويقترّبون من اختياراتهم المهنية ويدركون أن المهنة ليست للاستمتاع الذاتي فقط، وإنما هي مهنة من أجل خدمة المجتمع أيضا ويقومون باختيار مهنة واضعين بعين الاعتبار أهداف أساسية لخدمة الغير لذا يصبح الطلاب يفضلون تخصص الطب من أجل مساعدة المرضى وتخليصهم من الآلام التي يعانون منها، وقد يدركون بأن أنماط الحياة تختلف تبعا للمهنة التي يزاولونها والقيمة التي يحملها وفي هذا الإطار نجد أن نمط حياة الموظف يختلف عن نمط حياة التاجر وهنا يصبح الطلبة أكثر وعيا للمجالات والنشاطات التي تتوافق مع قدراتهم، وقد نجد أن من لديهم مهارات اجتماعية يبحثون عن عمل يناسب هذه القدرة كالعامل الاجتماعي المتضمن تقديم المساعدات للمجتمع مثل قطاع التضامن، الصحة ... وفي هذه الفترة يتطور الطلبة في نقطتين هامتين هما:
- إدراك وتقدير أهمية الوقت: حيث يبدأ الأطفال بالحديث عن مهنتهم بلغة الأيام والساعات أثناء العمل وساعات خارج العمل وفي نفس الوقت يصبحون أكثر حساسية للالتزامات المهنية.

- يدرك الأطفال في عمر 16 سنة بأنهم يتعذر عليهم تغيير نماذجهم المهنية ويخططون من أجل التخلص من النشاطات المحبطة التي كانت نتيجة لاعتمادهم على الأولياء.

- **الانتقال (17-18) سنة (Transition)**: في هذه المرحلة يصبح الأفراد أكثر استقلالية بشكل واضح وأكثر حرية في اختياراتهم للمهنة التي يريدونها، لذا نجدهم يبحثون عن أماكن جديدة لممارسة مواهبهم ومهاراتهم وقد يهتمون أكثر للمظاهر الخارجية للعمل مثل الراتب والحوافز التشجيعية والأنماط الحياتية الناتجة عن المهنة وفي هذه الفترة تزداد الدوافع الجنسية ورغبة الفرد في الزواج المبكر ولكن هذه الرغبة تصطدم مع ضرورة تأجيل الزواج لأسباب تتعلق بظروف العمل والتحضير له، وتتولد لدى الطلبة القناعة الذاتية بضرورة اتخاذ قرار واقعي ثابت يتعلق بمهنة المستقبل ويتحمل الفرد مسؤولية هذا القرار وما يترتب عليه من نتائج وتزداد هنا استقلالية الفرد في أعماله وأفكاره.

- **المرحلة الثالثة : مرحلة الواقعية (18 - 21) سنة**: يتم في هذه المرحلة التنسيق بين العوامل الواقعية والعوامل الشخصية لدى الأفراد في اختياراتهم للمهنة وتقسم هذه المرحلة إلى ثلاثة مراحل هي:

- **الاستكشاف (18 - 19) سنة - Exploration** : وتبدأ هذه المرحلة عند دخول الطالب إلى الجامعة وتتميز بأهداف محدودة لدى الفرد مقارنة بالمرحلة المبكرة السابقة لكنها تحتفظ بالمرونة في الاختيارات المهنية، وفي هذه المرحلة يتم الاختيار المهني لدى الفرد انطلاقاً من اللذة والحياة ومصالحة المجتمع وقيمة الشخصية ويعمل الفرد على اكتساب خبرات أكثر والمهمة الأساسية هنا في اختيار نشاط واحد من نشاطين أو ثلاثة يميل إليها الفرد، وعند مواجهة الاختيار يزداد الخوف من الاختيار الأخير لأنه قد يكون غير مرضي والمعلومات تكون قليلة حول الرواتب والامتيازات ويشعر الطلبة بضغط الوقت لأن وقت الدراسة سوف يبدأ وعليهم الاختيار التخصص وهم يعتقدون أنهم بحاجة إلى وقت إضافي لاختيار مهنة المستقبل. (أبو سعد، 2012: 193 - 194)

- **البلورة (20 - 21) سنة - Crystallization** : يصبح الفرد أقرب إلى تحديد التخصص الرئيسي وتصبح قراراته ثابتة وراسخة وتتضح لديه المهن التي لا تناسبه، وأغلب الطلبة هنا يصلون إلى مرحلة البلورة في الوقت الذي يتخرجون فيه من الجامعة، وقد أشار " جينزبيرغ وزملائه " إلى أنه ليس بالضرورة ان يصل الطلبة إلى مرحلة البلورة في وقت مبكر لأن بعضهم قد يصلون إليها مرحلة البلورة الكاذبة معتقدين أن قراراتهم قد تبلورت لكنها بالعكس لم تصل إلى مرحلة البلورة الحقيقية ولم يفسر (جينزبيرغ وزملائه) كيف يحدث التبلور الكاذب أو غير الحقيقي ويحتاج الطلبة في هذه المرحلة إلى تحديد اختيارهم بدقة.

- التحديد والتخصص (21 - 22) سنة - Specification : أي التزام الفرد بتحقيق عمل معين ويحتاج إلى أن يلتزم بنمط حياة المهنة التي سيعمل بها في المستقبل وقد يصل الطلبة إلى التحديد الزائف بدلا من التحديد الحقيقي (أبو سعد، 2012: 194)

3-4- نظرية الحاجات لـ (آن رو - Ann Roe): اهتمت (آن رو) بدراسة النمو المهني من خلال دراستها للعوامل الشخصية المتعلقة بالإبداع الفني والتي قدتها لإجراء سلسلة أخرى من الخصائص الشخصية لمجموعة من العلماء المبدعين وقد تأثرت (آن رو) بالنظريات السابقة المتعلقة بهذه الأبحاث بشكل كبير وهذا ما أدى إلى تطور وجهة نظرها عن الاختيار المهني رغم أنها كانت عالمة نفس إكلينيكية، وقد تطورت نظريتها من خلال سلسلة الأبحاث في شخصيات وخلفيات المسترشدين النمائية وبمختلف تخصصاتهم وقد تم تلخيصها في عدة مقالات وخلصت (Roe) في الأخير إلى ما يلي:

- إن معظم الفروق الشخصية بين علماء الفيزياء، البيولوجيا، وبين علماء الاجتماع تظهر في الدرجة الأولي نوع تفاعلاتهم فهل تتجه نحو الأفراد أم نحو الأشياء.

- استنتجت أيضا أن الفروق الفردية الشخصية التي توجد بين العلماء في مختلف تخصصاتهم ناتجة عن خبراتهم وممارسات تنشئة الآباء المبكرة للأطفال.

- تعد نظرية (Roe) إحدى نظريات التحليل النفسي التي تبحث في العلاقة بين أساليب الرعاية الوالدية في مرحلة الطفولة المبكرة والميول المهنية والسلوك المهني واتخاذ القرار في المراحل العمرية اللاحقة.

- ترى (Roe) بأن العوامل الوراثية والتسلسل الهرمي للحاجات مشتركان في التأثير في الاختيار المهني كجزء من تأثيراتها في أسلوب الحياة ككل، كما أن درجة الدافعية نحو تحقيق الهدف المهني هو نتيجة لترتيب وشدة بناء الحاجة الهامة بالنسبة للفرد وتبقى الدافعية لاتجاه مهني معين وفق إنجازاته، وتشير (Ann Roe) إلى ثلاثة افتراضات أساسية متعلقة بإشباع الحاجات وهي تلعب دورا هاما في الاختيار المهني وهي:

- الحاجات التي تتوفر لها الإشباع بشكل اعتيادي أي أنها تشبع بشكل متوازن ولا تصبح دوافع لا شعورية.

- الحاجات التي تقع في قمة هرم الحاجات كالحاجة إلى تحقيق الذات وسوف تختفي إذا لم يتم إشباعها ولكن التي تقع في أدنى الهرم إذا لم يتم إشباعها ستصبح دوافع مسيطرة وبالتالي ستعيق ظهور الحاجات التي تقع في الترتيب الهرمي وبالتالي ستؤثر على سلوك الفرد. (أبو سعد، 2012 : 195-196)

- الحاجات التي أشبعت بعد تأجيل أو تأخير إشباعها ستصبح دوافع لا شعورية في ظروف معينة ويعتمدها على قوة الحاجة عند الفرد وزمن التأخير ودرجة الإشباع التي أحس بها الفرد.

إن نظرية (Ann Roe) تؤكد على أن هناك علاقة بين أساليب التنشئة الأسرية والخبرات المبكرة وإشباع حاجات الطفل من جهة، وبين الاتجاهات والقدرات والاهتمامات وخصائص الشخصية من جهة أخرى وهذا قد يؤثر على اختيار الفرد لمهنة المستقبل وعلى رؤيته للمهنة التي تحقق له الرضا والإشباع، وهي ترى أيضا بأن الجو الأسري يؤثر على نوع النشاطات المهنية وتشير إلى أن من أحد أسباب الاختلاف في الاختيار المهني والأداء المهني أيضا هو اختلاف أسلوب إشباع حاجات الطفل وأسلوب التنشئة الأسرية.

فحسب (Roe) فإن أشكال التنشئة الأسرية التي يتعرض لها الطفل تؤثر في اختياراته لمهنة المستقبل على النحو التالي:

أشكال التنشئة	أثرها على الطفل	مدى إشباعها للحاجات	أثرها في الاختيار المهني
بارد	تجنب الطفل من خلال الرفض	يوجد نقص في إشباع الحاجات وهو مقصود	يميلون إلى العمل المتوجه نحو الأشياء
	تجنب الطفل من خلال الإهمال	يوجد نقص في إشباع الحاجات وهو غير مقصود	
بارد أو دافئ	التركيز العاطفي على الطفل من خلال الحماية الزائدة	إشباع الحاجات الجسدية والموهبة سواء حقيقية أو خيال	يعملون في مهن متوجهة نحو الناس مثل الخدمات والثقافة
	التركيز العاطفي على الطفل من خلال المطالب الزائدة	إشباع الحاجات ذات المستوى الأدنى	
دافئ	تقبل الطفل العرضي	لا يوجد اهتمام بإشباع حاجات الطفل	الاهتمام بالآخرين أو الموضوعات المادية
	تقبل الطفل من خلال المحبة	إشباع كامل لحاجات الطفل فيمعظم هرم ماسلو	

أضافت (Ann Roe) تصنيفا للمهن وهذا حسب توجهين رئيسيين إما نحو الأفراد أو نحو الأشياء ووضعت عدة فرضيات أخرى مرتبطة بأساليب الرعاية الوالدية ومنها:

- البيوت التي تتميز بالحب والرعاية والحماية والمتطلبات الزائدة (مستوى عال من التحصيل) ستؤدي إلى توجه الطفل نحو الأفراد في اختياره المهني. (أبو سعد، 2012 : 197)
- البيوت التي تتميز بالرفض والإهمال والتقبل العرضي ستقود الفرد إلى عدم التوجه نحو الأفراد في اختيار المهنة والتوجه إليها.

ومن خلال ما سبق يمكن القول بأن (Roe) ركزت على أهمية التغلب على الظروف التي تعيق بناء وتحقيق الحاجات بحيث أن تلبيةها تتطلب العيش في أسر طبيعية يسودها مناخ دافئ يطبعه الحب والدفء، لذا يجب الاهتمام بالحاجات النفسية الانفعالية للطفل ثم تحديد التسلسل الناتج عن الحاجات المتوفرة ومساعدته على ترتيبها حسب أهميتها، وتمت الإشارة من (Roe) و (Seligman) إلى أهمية الفرصة والحظ (Chance) بحكم أنه يلعب دورا كبيرا في الاختيار المهني، لكن من الأفضل أن يبنى الفرد أفكاره بإيجابية ويعمل على الاتجاه نحو اختيار مهني صائب.

3-5- نظرية الحاجات لأبراهام ماسلو - A.Maslow : يرى صاحب النظرية أن تلبية الحاجات الأساسية للفرد تساهم في المحافظة على التوازن النفسي والشعور بتحقيق الذات، ويركز على دور الحب في إسعاد الآخرين والرفع من شأنهم، ويوضح أهمية العمل كحاجة من حاجات النمو وتحقيق المكانة، وكذلك اعتبار المهنة كضمان للدور الاجتماعي وأن الفرد دائما يسعى لتقديم خدمة للمجتمع يكسب من خلالها حب الآخرين له من خلال مساعدتهم، ويرى Maslow أن السعي للمهنة والاستعداد لها وتحقيقها هو ضمان للحاجات النفسية والاجتماعية والتخلص من مشاعر النقص مثل الشعور بالتقدير والقيمة من خلال أداء الوظائف والمركز الاجتماعي الذي يوفره المنصب في إطار عملية تفاعلية تواصلية مع الآخرين ويعني بهذا تكوين علاقات ناجحة مع الأصدقاء والشعور بالتقبل وسط المجتمع، كما يؤكد على أهمية النشاط المهني في تحقيق الحاجات الفيزيولوجية مثل الحاجة إلى الزواج، وتحقيق البقاء واستمرار الحياة من خلال قدرة الفرد على توفير الطعام والشراب، السكن والنوم المريح بعيدا عن المشاعر السلبية التي يمكن أن يسببها الفقر والبطالة، وقد صنف عالم النفس Maslow (1970 - 1908) الحاجات على شكل هرمي إذا بدأ بالحاجات الأولية أي الفيزيولوجية لينتهي بالحاجة إلى

الحاجة إلى تحقيق الذات والتكامل، ويرى أنه إذا تم إشباع الحاجات الفيزيولوجية فقد تظهر حاجات أخرى من المستوى الثاني ويبقى الأمر على حاله إلى أن نصل للمستوى الأخير، ووضع هذه الحاجات في فئتين رئيسيتين هما:

- الحاجات (D) : وتعني " Deprivation " التي تعمل على تصحيح النقص.

الحاجات (B) : وتعني " Beeingneed " أو حاجات المستوى العالي التي تعمل على تحقيق نمو الذات ويعتبر إشباع هذه الحاجات بمثابة دافع لدى الفرد حتى يسعى إلى التفكير في مهنته المستقبلية ويعمل جاهدا لإحراز المهنة التي تناسبه من أجل الحاجات النفسية والاجتماعية التي تساعد على الشعور بالامتلاء والرضا عن الذات وعن الحياة بشكل عام، وقد قدم (A.Maslow) نموذجا للحاجات الإنسانية وجسدها في هرم كما

هو مبين في الشكل التالي: شكل (1) يبين هرم ماسلو للحاجات (غسان، ليلي، 2015: 180)



3-6- نظرية المخططات الذهنية للمهنة لتولمان – Tolman (1886 – 1959):

ينتمي إدوارد تولمان – Edward Tolman إلى المدرسة المعرفية السلوكية الجديدة وهو عالم نفس أمريكي متأثر بنظريات من سبقوه مثل واطسون، بافلوف، وهو من قدم نظريته تحت اسم " السلوكية الهادفة " (Purposeful Behaviorism) والتي يقصد بها أن السلوك ينشغل بتحقيق هدف محدد ما دام الفرد يبحث عن شيء ما في البيئة، أي ما يتم تعلمه هو عبارة عن توقعات ويسمي Tolman العملية التي يدرك بها الفرد تنظيم العالم والعلاقات بين متغيراته بتوقعات المجال (Filed Expectancies) (الحصانوي، 2013 : 07)

ويرى صاحب النظرية أن سلوك الفرد ليس مجرد استجابات لمثيرات بقدر ما هو توجه نحو الأهداف وعلى الفرد أن يتعلم إدراك العلاقات التي تقوده إلى تحقيق أهدافه أو مساعدته في التنبؤ بها، ويؤكد أن التوقع والتنبؤ هو المحور الأساسي للنظرية حيث أن مجموعة التوقعات التي يكونها الفرد عن العالم المحيط به والعلاقات التي تربط بين متغيراته هي التي تؤدي إلى تحقيق الأهداف وقد أطلق على هذه العملية اسم " الخارطة الإدراكية " أو " الخارطة الذهنية " ويقصد بها أن السلوك تحدده التوقعات بحيث إذا كانت ايجابية تدفع بالإنسان نحو الأفضل وإذا كانت سلبية تؤدي به إلى تشتت التركيز وقد تؤدي إلى اليأس. (الطائي، 2003: 108)

ويفترض Tolman أن التصورات المستقبلية بمثابة توقعات يتم تشكيلها من خلال عملية إدراكية تعالج فيها المعلومات المتوفرة عن المستقبل من أجل التوصل إلى تنظيم هذه المعلومات، وإيجاد العلاقات فيما بينها لغرض تحقيق أهداف الفرد وهذا بالاعتماد على التفكير والتركيز والتخطيط بما يسمى " بالمخططات الذهنية " التي يعتمد عليها الفرد لتحقيق أهدافه المستقبلية.

ومما سبق وحسب نظرية Tolman يمكننا القول أنه ما دامت التصورات المهنية تحمل في طياتها التوقعات والتوقعات وهي من تحدد السلوك فإن التصورات إذن لها دور في تحديد سلوك الفرد كي يتوجه لمهنته المستقبلية المفضلة بكل إصرار وجهد من أجل ضمان مستقبل جيد، ومن جهة أخرى نستنتج من النظرية أن التصورات المهنية يتم تكوينها على أساس عملية معرفية تصبح فيها المخططات الذهنية عنصراً أساسياً في ذلك، وهذا بالاعتماد على إدراك المحيط وتوقع وتنبؤ لغد أفضل، وفي نفس السياق نشير إلى أن المخططات الذهنية التي افترضها صاحب النظرية هي من تنتج التصورات لدى الفرد حول مهنته المستقبلية.

3-7- نظرية التحديد والتوفيق لجوتفريدسون - Theory of Circumscription and Compromise (Gottfredson, 2004)

ترى هذه النظرية أن الفرد له الحرية المطلقة في عملية الاختيار والتوفيق بين المتاح والممكن وبين الأهداف التي يريجو تحقيقها، وتركز Gottfredson أن عملية النماء المهني تتضمن أربعة مراحل نمائية لدى الشباب المراهق وهي :

3-7-1- مرحلة النمو المعرفي: يصبح فيها الفرد قادرا على التفكير المعقد والتفكير المجرد في الأهداف والمعتقدات.

3-7-2- مرحلة تكوين الذات: وفيها يتعرف الفرد لما يريد أن يصبح عليه في المستقبل، ولماذا، أو هي عملية تكوين للطموحات وتسمى هذه المرحلة بمرحلة التعريف الداخلي.

3-7-3- مرحلة التحديد: يقوم الفرد في هذه المرحلة بتحديد وتضييق دائرة الطموحات الممكنة، وذلك بإقصاء وإلغاء الاختيارات الأقل أهمية بالنسبة إليه مع الاحتفاظ بمن يرغب فيها فقط.

3-7-4- مرحلة التسوية: وفيها يصل الفرد إلى إيجاد حل وسط، يتمن الاختيار النهائي بين مجموعة من الاختيارات المهنية ويسعى إلى اختيار ما هو أكثر نفعاً بالنسبة إليه وقد تسمى هذه المرحلة بعملية أخذ القرار المهني.

وقد ركزت Gottfredson على دور العوامل الاجتماعية مثل المستوى الاجتماعي والاقتصادي والجنس والحالة العائلية وغيرها، في التأثير في الاختيار المهني للمراهق، وترى أيضا أن المصادر المدعمة للاختيار المهنيقد تختلف باختلاف البيئة والمجتمع المحلي مثل: (النماذج الاجتماعية الناجحة للأدوار المرغوب فيها، الأسرة، الأصدقاء، الموارد الاجتماعية والاقتصادية للمجتمع المحلي ...).

وقد قدمت النظرية تفسيراً يتعلق بالترفضيات المهنية من خلال المميزات الاقتصادية والتعليمية، والخبرات الشخصية التي تقف وراء عملية الاختيار للتخصصات الأكاديمية، وقد يجبر الطلبة على تغيير أهدافهم وهذا بسبب أن الدرجات المتحصل عليها لا تؤهلهم لدخول تلك الأقسام الأكاديمية التي تؤهلهم لتلك المهنة (Goldman et al, 2003 : 105)

وفي الأخير يرى الباحث أن هذه النظرية ركزت كثيرا على العوامل النفسية والاقتصادية والاجتماعية في عملية اختيار المهنة المستقبلية، وأشارت أيضا إلى دور التعلم الأكاديمي والتحصيل الجيد لتسهيل عملية الاختيار كذلك

لكن هذا ليس بالضرورة بحيث أنه يمكن أن تتوفر الشروط الأكاديمية لاختيار تخصص دراسي معين قد يؤهل الشاب لمهنة معينة لكن بعدها يكتشف أنه غير قادر على مواصلة ذلك التخصص لعدم توفره على كفاءاتفي جوانب معينة تشكل حائلا بينه وبين تلك المهنة، ومثال ذلك نجد الكثير من طلبة السنوات الأولى في تخصص الطب أو المدرسة العليا للإدارة ينسحبون منها ويتوقفون عن الدراسة أو يقومون بتغيير التخصص وربما الجامعة ككل نظرا لعدم التوازن بين الإمكانيات والقدرات الفردية للطلبة وبين متطلبات الدراسة بهذه التخصصاتأو لعدم تكيفهم مع الظروف والأنظمة التي تحكم هذه التخصصات وتفرض بعض الشروط والقوانين الخاصة لمزاولة الدراسة بهذه التخصصات وبالتالي حدوث اصطدام بين التوقعات والتصورات وبين الواقع ومن جهة أخرى قد تضطرب عملية التحديد وسيرورة الاختيار المهني لدى الفرد مستقبلا.

3-8- نظرية الذات المستقبلية – The Theory of Possible Selves

أسسها كل من (ماركوس ونوريس – Markus & Nurius, 1986)، وهي تركز على مفهوم الذات المستقبلية التي يقصد بها كل ما يتمنى الإنسان أن يصبح عليه في المستقبل، ومن جهة أخرى تتضمن كل ما يخشى حدوثه في المستقبل، وقد تشير هذه النظرية إلى أهمية الأهداف والطموحات والتفاعل بين الفرد وبيئته. (عطية، 2008 : 18)

وقد نجد الطلبة سواء بالثانوية أو الجامعة يظهرون مجموعة من الأهداف المهنية تفرض عليهم تبني نمط معين من الذات المستقبلية، وهذا بعد معرفتهم لنمط الذات المهنية المرغوب فيها وغير مرغوب فيها، مما يساعد على خلق الدافعية نحو بذل الجهود وتظهر هنا المثابرة والحماس لتحقيق الولوج في مجالات مهنية معينة مناسبة وتجنب أخرى يرونها غير مناسبة ولا تتوافق مع ما يطمحون إليه، وهذا ما يساهم في إنتاج وتكوين تصورات نحو المهنة المستقبلية. وقد تركز عملية تكوين الذات المهنية على مجموع العمليات التي يقوم الطالب بتوظيفها لتكوين أهداف جديدة عند مواجهة كل تهديد قد يتسبب في عرقلة تحقيق الوصول إلى المهنة المرغوبة، والتي يراها كحاجة نفسية يسعى إلى تحقيقها، وبالتالي يمكننا القول إن هذه النظرية تقوم على أساس تصور الفرد لنفسه في المستقبل من خلال تحقيق مهنته في الخيال، لكن الواقع في بعض الأحيان قد يشوه صورة الذات المستقبلية لدى الفرد مما يجعله يعيش حالة انسحاب وانكماش على الذات.

3-9 - نظرية النواة المركزية للتصورات الاجتماعية (التنظيم الداخلي):

لقد اهتم " Moscovici " بتطوير مفهوم التصورات الاجتماعية إلى جانب مجموعة من الباحثين مثل: (Flament, Doise, W.Jodelet, D.Abric, J.C.Clemence, A.Rouquette) وضعا العديد من الفرضيات لدراسة الجانب المعقد للتصورات والتي تم التأكد منها، وقد اعتمد " Abric " ثم " Flament " على مفهوم النواة الشكلية لوضع نظرية النواة المركزية التي تتضمن فكرة أساسية وهي أن كل تصور اجتماعي منظم حول نواة مركزية وعناصر محيطية (Abric, 1994 : 75).

3-9-1- مفهوم النواة المركزية ووظائفها: تعني العنصر الأساسي في التصور لأنها تتضمن الأفكار والعناصر التي لها لب التصور الاجتماعي، وتتميز بالثبات والدوام والاستقرار وتقاوم التغيير وبدونها لا يكون تصور اجتماعي وذلك لأنها في الوقت نفسه هي التي تحدد المعنى (المدلول) والتنظيم في التصور وكذلك لأنها تضبط وظيفتين أساسيتين وهما:

3-9-1-1 - وظيفة توليدية (إنتاجية): بمعنى أن النواة المركزية تتكون من مجموعة من العناصر الأساسية التي لا يمكن الاستغناء عنها والتي عن طريقها يتم خلق تصور يتشكل من معنى ومفهوم معين وهادف، فالنواة المركزية هي التي على أساسها تتولد التصورات الاجتماعية.

3-9-1-2 وظيفة تنظيمية: تقوم النواة المركزية بتحديد طبيعة العلاقات التي تربط بين مختلف عناصر التصور فهي عامل ينظم التصور ويجعله مستقرا، وتبقى هاتين الوظيفتين أساسيتين في جعل التصور مستقرا وثابتا ومقاوما للتغيير وقد يساعد على بناء تصورات جديدة، ويقصد بهذا أن النواة المركزية تقوم بتحديد طبيعة الروابط التي تربط بين عناصر التصور في ما بينها وهذا ما يجعل منها عنصرا موحد وعنصر الاستقرار، وتعتبر هي الأصل الذي تنشأ منه العناصر المختلفة للتصور وهذه النواة هي التي تعطي معنى قيمة العناصر ومن خلالها تستطيع هذه العناصر أن تتحول أو تتغير.

3-9-2 - العناصر المحيطة ووظائفها: يقصد بها كل العناصر والمعارف التي تحيط بالنواة المركزية، والتي تكون سطحية وأقل ثباتا واستقرارا مقارنة بعناصر النواة المركزية (عيلان، 2016: 48) ومن وظائفها ما يلي:

3-9-2-1 - التغيير الذاتي: يتميز الأفراد بالاختلافات وخصوصيات حتى وإن كانوا ينتمون لمجتمع واحد وهذا راجع للعناصر المحيطة التي تجعل من التصورات تتخذ بعض العناصر الذاتية غير المشتركة عند الجميع وبالتالي تتسم بظهور الاختلاف بين الأفراد ولكونها سطحية فقد تسمح بالتعديل والتحول.

3-9-2-2 - تحديد السلوك: قد تملي التصورات الاجتماعية وأنماط السلوك والاتجاهات على الفرد تحديد السلوك الذي يتخذه تجاه موضوع معين، بمعنى أن السلوك يمثل البنية التطبيقية للتصور.

3-9-2-3- الدفاع والتحول: تقوم العناصر المحيطة بدور هام يتمثل في الدفاع عن التصورات من جهة وتسمح بتحويلها من جهة أخرى، وهي تقوم بالمحافظة على النواة المركزية خلال تعرضها لمواقف جديدة مناقضة للتصور، ومن جهة أخرى تتأقلم مع هذه المواقف وذلك بإحداث تغييرات على مستواها دون المساس بالنواة وبالتالي تسمح بتسرب المعلومات الجديدة من جهة وتحافظ على المعارف السابقة من جهة أخرى. (Seca, 80 : 2002)

3-9-3- عملية تكوين وبناء التصورات الاجتماعية:

لقد حدد (Moscovici) كيفية بناء التصورات الاجتماعية من خلال وصفه لعمليتين هما:

3-9-3-1- التوضيح: يعرفه (Moscovici) بأنه الإزالة التدريجية للمعاني الزائدة وذلك عن طريق تجسيدها، أما (جودلت، Jodelet) يعرفه على أنه عملية تصورية وبنائية تعمل على امتصاص الفئات ضمن المدلولات وتجسيدها ماديا وبالتالي تتشكل السيورة التي تسمح للأفراد بامتلاك معارف والانتقال من العناصر النظرية المجردة إلى صور واقعة، وقد قسمت (Jodelet) عملية التوضيح إلى ثلاثة مراحل هي كالآتي:

3-9-3-1-1- مرحلة البناء الانتقائي: تتم في هذه المرحلة فصل المفاهيم على الإطار الذي تنتمي إليه، ليتم استهلاكها من طرف الأفراد الذين بدورهم يقومون بإدماجها في عالمهم الخاص ويصبحون يتحكمون فيها.

3-9-3-1-2- مرحلة التخطيط البنائي: وهي مرحلة تكوين النواة التشكيلية المكونة من عناصر متعددة كي تتشكل نواة وهي بنية تصورية تعيد بنية مفاهيمية بطريقة ملموسة.

3-9-3-1-3- مرحلة التطبيع: عندما يدخل موضوع شكلي وسط المجتمع وينتشر بداخله فإنه يصبح بديلا عن نفس موضوع آخر ويصبح مجرد نسخة من موضوع، ويصبح التصور من البديهيات، ويحدث التحولن صورة مبسطة عن موضوع إلى حقيقة حول ذلك الموضوع ويجعل من تلك الحقيقة توجه الإدراك والأحكام والسلوكيات وبعد هذه العملية التصورية والبنائية التي تؤدي إلى بناء النواة الشكلية تأتي الآلية الثانية في بناء التصورات الاجتماعية وهي عملية الترسخ.

3-9-3-2- عملية الترسخ: هي عملية إدراج عناصر جديدة في التفكير الاجتماعي بما يسمى (الدمج) لتصبح التوقعات هي أيضا مشتركة مع عناصر التصورات على شكل سلوكيات وصفية. (مقلاتي، 2009: 44-45)

وفي الأخير يمكننا القول بأن هذه النظرية ركزت على دور المجتمع والعوامل المتعلقة بالمحيط في تكوين الفرد للتصورات حول مواضيع معينة ومنها المهنية خاصة، باعتبار أن المهنة هي الأساس في تحقيق العديد من الحاجيات الإنسانية، وقد يساهم التفاعل مع الآخرين في هذا، لكن لا يمكن أن ننكر دور العوامل الشخصية (الذاتية) والوراثية في بناء التصورات المهنية وخاصة تصور المشروع المهني المستقبلي.

4- المشروع المهني المستقبلي:

4 - 1 - مفهوم المشروع المهني :

يعرف على أنه التصور الذي يرسمه التلميذ ويحدده، ونوع الدراسة التي يريد مزاولتها، ونوع التكوين الذي يريد أن تستفيد منه طبيعة المهنة التي يريد ممارستها مستقبلا على أن يتم ذلك التصور مرحليا خلال مساره الدراسي والتكويني، مما يعني أنه توقع وتطلع مستقبلي ورغبة في تحقيق الذات من خلال تحقيق الفرد لأهدافه شرط تجسيد هذا التمثل عبر مراحل (مشروع مدرسي، مشروع مهني، مشروع حياة).

أما (Poutinet) فيرى المشروع المهني على أنه :توقع فردي أو جماعي لمستقبل مرغوب فيه.

فالمشروع المهني من وجهة نظره هو عبارة عن تنبؤات مستقبلية مهنية من طرف الفاعل وليست مفروضة عليهم ما يؤكد على أهمية الرغبة في تحقيق المشروع المهني.

ويضيف (Guishard) على أن المشروع المهني هو نوع من الاختيار والانتقاء لحقائق ماضية لبناء مهن مستقبلية، ولذلك عرفه على أنه " الفعل الذي نريد تحقيقه في المستقبل، وبالتالي فهو نوع من الانتقاء والاختيار لوقائع ماضية وآنية لخدمة المستقبل.

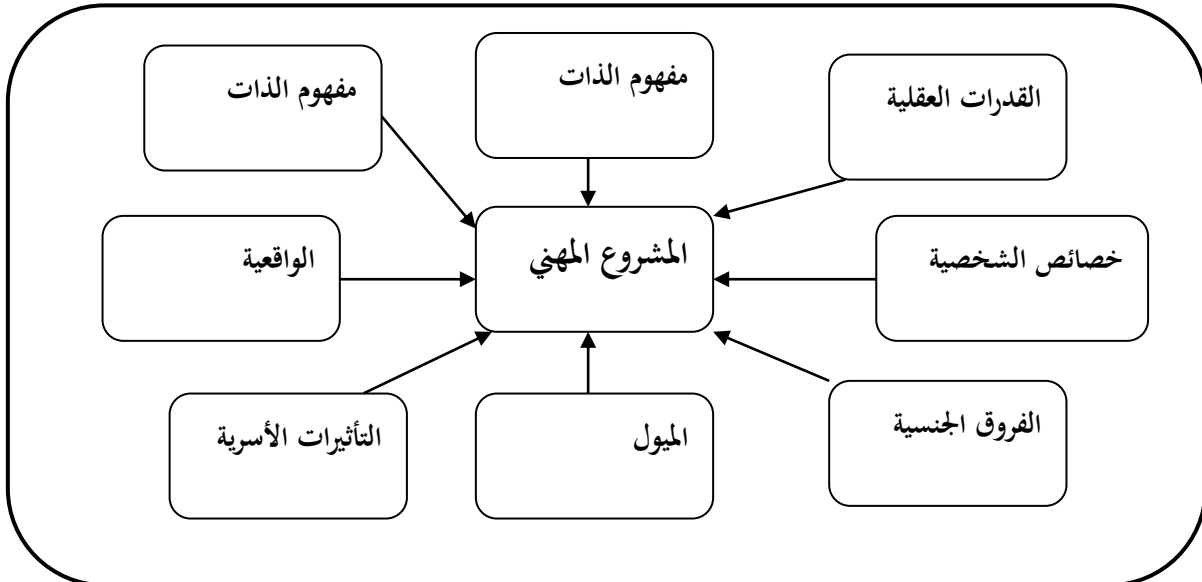
ومن ثم فإن (Guishard) قد ركز على أن المشروع المهني لا بد أن يأخذ بعين الاعتبار الأبعاد الزمنية الثلاثة (الماضي الحاضر المستقبل) (بن صافية، 2009: 274) ، وهذه الأبعاد تساهم بشكل أو بآخر في بناء التمثلات حول محددات المشروع المهني لدى الطالب الثانوي أو الجامعي وهو يمر بمراحل متعددة مثلما وضحته نظريات علم النفس المهني في العنصر المشار إليه سابقا، وتجدر الإشارة إلى أن مفهوم المشروع المهني يرتبط بتحقيق المسارات التالية:

- المرونة والقدرة على التوافق.
- الإطلاع على المعلومات المتعلقة بسوق العمل.
- الاستعداد والقدرة على إدارة المستقبل المهني، وتطوير المسارات المهنية (وندي، شارل، 1998: 15)

4-2- مبادئ المشروع المهني:

- يتضمن بناء المشروع المهني لدى الفرد الإعتماد على المبادئ التالية:
- يصلح الفرد على أن يقوم بأكثر من مهنة إذا كانت لديه القدرة على التكيف والتوافق مع المهن المختلفة.
 - عدم اختيار المهنة تأثراً بنجاح شخص معين فيها.
 - اختيار أكثر المهن ملاءمة لقدرات الفرد واستعداداته وميوله وطموحاته وعليه تصبح عملية الاختيار المهني عملية مستمرة ومتصلة، بمعنى أن تتاح للفرد حرية الاختيار والتقرير في موضوع مصيره في كل مرحلة من مراحل حياته.
 - لكل مهنة متطلبات يمكن أن تتغير عبر الزمن وحسب الظروف المكانية وعلى اختلاف الدول والمجتمعات.
- 4-3- العوامل المؤثرة في المشروع المهني: قام (العبيدي، 2001) بتحديددها حسب الشكل التالي:

شكل (2) : يبين العوامل المؤثرة في المشروع المهني (العبيدي، 2001: 15)



ومما سبق يمكن القول أن تبني الشباب المتمدرس لفكرة المشروع المهني تقوم على أساس المهنة المحبذة لديهم والتي يرى نفسه فيها في المستقبل ومن جهة أخرى ارتباط هذه المهنة بالجوانب المختلفة لشخصية الفرد وهذا ما أشارت إليه نظريات الاختيار المهني لـ "جون هولاند" والتي وضحت من خلالها الشخصيات المهنية، لذا يمكننا القول أنبناء المشروع المهني للفرد يخضع للعلاقة بين البناء الشخصي للفرد والمهنة المحبذة إليه من خلال تصورهما وهذا ما سنتطرق إليه من خلال العنصر التالي.

4-4- العلاقة بين الشخصية والمهنة في بناء المشروع المهني:

إن المهنة التي يرغب فيها الشخص أو يفضلها على غيرها، هي التي يتوقع أن يرى فيها نفسه بالصورة التي يتوقعها من حيث الكفاية ومستوى الإنجاز، مما يحقق مفهومه عن ذاته، ولهذا فإنه عندما يرى الأشخاص أن مهنة بذاتها تنطوي على القيام بدور معين فيبدو عندئذ أن الشخصية وناحية التفضيل المهني ترتبطان بصفة عامة، وعلى ذلك يمكن تلخيص العلاقة بين الشخصية والمهنة بأن سمات الشخصية لها علاقتها الواضحة ذات الدلالة بالتفضيل المهني والنجاح في العمل والإشباع المهني.

عندما تحدد المهن بدقة من حيث التخصص الوظيفي للمهنة، يمكن أن نجد فروقا واضحة في الشخصية، بالنسبة لكل من الفئات المهنية، وعندما نرى أن بعض المهن لا يستطيع القيام بواجباتها بنجاح إلا أشخاص يتميزون بسمات معينة، بينما نجد مهن أخرى غير محددة المعالم يستطيع أن ينجزها أفراد عديدون ذوو سمات شخصية متفاوتة.

إن بعض المهن دون غيرها يمكن أن ترسم مخطط لنوع الشخصية اللازمة لأدائها بنجاح وقد أكد الكثير من الباحثين ضرورة توفر عوامل شخصية لدى الأفراد لكي ينجحوا ويستقروا في مهنتهم ومن هذه البحوث الأبحاث التي رأى فيها "تورانس" و"ليفلي" و"سوبر" في سلاح الطيران الأمريكي أن بعض العوامل الشخصية ارتبطت بمدى النجاح في التدريب على المحافظة على الحياة والقتال الجوي إذ وجدوا أن الممتازين كانوا أكثر استقلالاً وهم أثبت من الناحية الانفعالية وأكثر رغبة في الدراسة من غيرهم، كذلك أكدت الأبحاث الأولى أن الرضا عن العمل يرتبط سلبا مع العصائية (عز، 2014: 78-79)، وقد أظهر هيرون "Heron" في أبحاثه على سائقي السيارات والعمال شبه المهرة في المصانع النتيجة نفسها، وبذلك وصل الباحثون إلى تحديد العوامل لكي يكون متوافقا في عمله أن تتوفر فيه الاستعدادات والقدرات الخاصة وأن يتسم بالانفعالي وأن يكون له علاقات اجتماعية حسنة مع زملائه ورؤسائه، إضافة إلى وجود اتجاهات حسنة نحو عمله ومهنته. (أبو النيل، 1985: 274)

خلاصة الفصل:

لقد تناولت العديد من الدراسات موضوع التصورات وعلاقته بالمستقبل المهني لدى الأفراد وخاصة فئة الطلبة وقد تمّ تأكيد ذلك من طرف نظريات علم النفس المهني التي تناولت موضوع النماء المهني والتأهب لاختيار مهنة المستقبل انطلاقاً من العديد من العوامل النفسية والشخصية والاجتماعية والاقتصادية والتعليمية، بحيث تصبح هذه المتغيرات تؤثر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة في عملية التصورات المهنية التي ينتجها الفرد كي يصل إلى تحقيق أهدافه وطموحاته من خلال المثابرة والتطلع للمستقبل بكل حماس وأمل، وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن هذه العوامل السابقة قد تكون حائلاً بين تصورات الفرد وطموحاته، نظراً لاصطدامها بالواقع، وتجدد الإشارة إلى أن الفرد في هذه الحالة قد يفكر طويلاً وباستمرار خوفاً مما يخفيه المستقبل بما يسمى قلق المستقبل المهني باعتبار أن المستقبل هو من يحرك مشاعر الفرد ويقدر ما تكون المشاعر الإيجابية بقدر ما يكون التوجه نحو المستقبل إيجابي والعكس صحيح، لذا ننوه إلى أن فهم المستقبل والتوجه إليه من خلال تكوين تصورات مهنية ثرية وواقعية ومزجها بمشاعر التفاؤل والأمل قد يساعد الفرد بدرجة كبيرة في تحقيق مشروعه الدراسي والمهني ومشروع حياته ككل.

الفصل الرابع: الارتياح النفسي

تمهيد.

I- علم النفس الإيجابي.

- 1- تأسيس علم النفس الإيجابي.
- 2- تعريف علم النفس الإيجابي.
- 3- مجالات علم النفس الإيجابي.
- 4- تطبيقات علم النفس الإيجابي.
- 5- أهداف علم النفس الإيجابي.
- 6- أهمية علم النفس الإيجابي في المدارس.

II- الارتياح النفسي.

- 1- المفهوم الفلسفي للارتياح النفسي.
- 2- مفهوم الارتياح النفسي الشخصي.
- 3- علاقة الارتياح النفسي الشخصي بمفاهيم وثيقة الصلة به.
- 4- نظريات الارتياح النفسي .
- 5- نماذج الارتياح النفسي.
- 6- المتغيرات الأساسية للارتياح النفسي.
- 7- الارتياح النفسي وعلاقته ببعض المفاهيم الأخرى.
- 8- أبعاد الارتياح النفسي.
- 9- محددات الارتياح النفسي.
- 10- الارتياح النفسي المدرسي.

الخلاصة.

تمهيد:

إذا كان موضوع السعادة قد شغل بال الفلاسفة بدءاً بالفلسفة اليونانية إلى عصر النهضة الأوروبية وما بعدها فدراسته على يد علماء النفس لم تبدأ إلى حديثاً وهذا في عام 1998 بجامعة الو.م.أ وتجدد الإشارة إلى أن علماء وأطباء النفس كانوا يركزون على الاضطرابات النفسية والأمراض العقلية بينما بقيت الدراسات التي تناولت موضوع السعادة خجولة جداً، لذا حاول علماء الاتجاه الإنساني مثل: (R.May ; A.Maslow ; C.Rogers) أن يطرحوا موضوع القوى الإيجابية في الإنسان مثل: الإرادة وتحقيق الذات، نمو الشخصية غير أن موضوع السعادة لم يطرح بشكل علمي واسع إلا على يد علم النفس الأمريكي Martin Seligman وذلك في إطار علم النفس الإيجابي الذي بدأ في تأسيسه أواخر التسعينات وقد نشر كتاباً عام 2002 بعنوان " السعادة الحقيقية" وفيه يطرح أفكاره عن السعادة، خاصة وأنها تعد من المؤشرات الأساسية على بلوغ حاجياته المختلفة للفرد، وهي تعبر أيضاً عن تحقيق الارتياح النفسي لهذا انشغلت الطبقة المثقفة بدراسة ومناقشة هذا المفهوم منذ الأزل على غرار الحضارة الإغريقية والحضارات الشرقية القديمة أيضاً، ومع ظهور تيار علم النفس حطى باهتمام العلماء والباحثين في مختلف التخصصات التي تباينت لديها وجهات النظر حول استعمال مصطلح أو مفهوم موحد للارتياح النفسي (Wellbeing) حيث أطلق عليه اسم السعادة (Hapiness) وجودة الحياة (Quality of Life) وفي هذا الإطار فقد أشار فينهوفن Veenhoven (2007) أن هذه المصطلحات تستعمل بالتبادل والتبادل (Veenhoven,2009 :08) أما في دراستنا سنتناول مصطلح الارتياح النفسي الذي نال اهتمام تيار جديد يسمى بعلم النفس الإيجابي والذي يركز بدوره على جانب الصحة بعيداً عن المرض وهو يتبنى فكرة أن الإنسان قادر على التكيف وسط المجتمع إذا ما ركز على الجوانب الإيجابية والمضيئة في حياته التي تساهم في تحقيق ارتياحه النفسي.

وبناء على ما سبق سنحاول من خلال هذا الفصل التطرق بالتفصيل إلى مفهوم الارتياح النفسي وكل التخصصات التي تناولت دراسته وأهمها علم النفس الإيجابي.

I- علم النفس الإيجابي:

1- تأسيس علم النفس الإيجابي: لقد اهتم علم النفس منذ الحرب العالمية الثانية بعلاج الأمراض النفسية والعقلية، وجعل حياة الأفراد أكثر إنتاجاً من خلال التعرف على المواهب والكفاءات، وبعدها أصبح يركز على علاج الأمراض النفسية التي خلفتها هاته الحرب مثل معالجة القلق، الاكتئاب، الخوف متجاهلين الجوانب الإيجابية للفرد، كاستغلال القدرات الكامنة بعيداً عن الأمراض وكل ما هو سلبي، لكن في الثمانينات والتسعينات تغيرت نظرة الباحثين والعلماء وأصبحوا يهتمون أكثر بدراسة الخصائص الإيجابية للفرد والتي ليس لها علاقة بالمرض، بمعنى دراسة مكان القوة لدى الإنسان كالتحلي بالأمل، التفاؤل، الثقة في الذات، الشعور بالتقبل والتقدير، الرضا ... وهذا ما أطلق عليه باسم علم النفس الإيجابي (Positive psychology) الذي ظهر على يد (مارتن سليغمان، M.Sligman) وهو رئيس الجمعية النفسية الأمريكية سنة 1998، حيث قام هذا الأخير بتغيير التفكير الإيجابي إلى علم النفس الإيجابي، الذي يهتم بدراسة مكان القوة والفضائل الإنسانية والعمل على تقويمها بهدف الوقاية لمن يعيش بحالة جيدة من التوافق النفسي والعمل على تعزيزه واستمراره، ومن جهة أخرى مساعدة من يعاني من مشكلات توافقية إلى تدعيم ميكانيزمات التوافق لديه (سليغمان، 2000)، وطلب هذا الأخير (2005) من الممارسين في مجال الصحة النفسية أن يركزوا بالدرجة الأولى على نقاط القوة والفضائل لدى الشخص وأن يعملوا الشيء نفسه في المؤسسات والمدارس بهدف تعزيز وإظهار القوى الكامنة، ونظراً لأهمية علم النفس الإيجابي فقد تم إنشاء مركز خاص له بجامعة بنسلفانيا عام 2003 التي يعمل بها (سليغمان) وفي عام 2006 قررت جامعة هارفرد إدخال مادة علم النفس الإيجابي في برامجها (غسان، ليلي، 2015: 350)، ونجد في نفس السياق أن (Rogers) ركز على مصطلح السعادة أو الارتياح النفسي بحيث وظف مفهوم الوظيفة التفاضلية للفرد أما (ماسلو، Maslow) فقد اهتم بنقاط القوة لدى مرضاه وليس بالخلل أو المرض، وهذا يدل على أنهما ركزا على الصحة النفسية وعلى كل ما هو إيجابي كغياب أعراض الاكتئاب والاضطرابات السلوكية، ثم يأتي كل من (دينر، سيكزنتيميهايلي، سليغمان، باربرافريدكسون) الذين بادروا لتأسيس علم النفس الإيجابي من خلال طرح (سليغمان) للخطوط العريضة لعلم النفس الإيجابي، وفي عام 2002 انعقد الملتقى العالمي لعلم

النفس الإيجابي لأول مرة، وأصبح هذا التيار يتطور من خلال القيام بالبحوث في مجال موضوع السعادة وكيف نقيسها؟ وما الذي يجعل الفرد سعيدا ويسمح له بالعيش أفضل بالمجتمع؟ (تلمساني، 17: 2015-18)

ومما سبق يمكننا القول بأن علم النفس الإيجابي يهتم كثيرا بدراسة العلاقة التي تربط بين القدرات الكامنة للفرد (التفاؤل، الأمل، الصبر...) وتنمية الأفكار والانفعالات الإيجابية للفرد والتي من شأنها المحافظة على صحة الفرد النفسية والجسدية وبالتالي المساهمة في الشعور بالارتياح النفسي لدى الفرد، وهو الهدف الذي يطمح إلى تحقيقه علم النفس الإيجابي بالاعتماد على المشاعر الايجابية مثل التفاؤل والأمل كمتغيرات معرفية متوقعة لها القدرة على التنبؤ بالارتياح النفسي (سيروشي، دانك، 2005، Ciarrocchi, Deneke)، لذا لا بد من التطرق إلى علم النفس الإيجابي في دراستنا الحالية من خلال التطرق للعناصر التالية:

2- تعريف علم النفس الإيجابي:

- **تعريف سليغمان:** هو دراسة القدرات والقوى والقيم التي تمكن الفرد ومحيطه الاجتماعي من التفتح وهو إطار عام لدراسة الانفعالات الإيجابية والسمات الإيجابية كالتفاؤل والأمل.
 - **تعريف (كريستال - Crystal) و (بارك - Park) 2003:** هو دراسة كافة مكامن القوة لدى البشر، بهدف وقايتهم من الوقوع في الاضطرابات النفسية والسلوكية، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية الاجتماعية، والمجتمعية والتي تجعل الحياة جديرة بأن تعاش (Park، Crystal، 2003: 03).
 - **تعريف (Gable, Haidt):** هو علم يقوم على دراسة الظروف والعمليات التي تساهم في ازدهار الفرد أو الأداء الأمثل للأفراد والجماعات والمؤسسات. (Gable, Haidt, 2005: 104)
 - **تعريف قاموس علم النفس:** هو المجال الذي يتضمن النظريات والأبحاث النفسية التي تركز على الخبرات النفسية والسمات الفردية أو خصائص القوة، والمؤسسات الاجتماعية التي تجعل من الحياة تستحق العيش إلى أقصى درجة، وهذا المجال يخص المستوى الانفعالي والمعرفي بالخبرات الايجابية في الماضي والحاضر والمستقبل مثل الرضا، السعادة والتفاؤل، أما على المستوى الفردي فهو يتمثل في السمات الشخصية الايجابية مثل الشجاعة والوفاء والحكمة وأخيرا المستوى الجماعي فهو يخص الفضائل المدنية والمؤسسات التي تزيد من فعالية مشاركة الفرد كمواطن وعضو فعال في المجتمع. (تلمساني، 2015: 19)
- نستنتج من التعاريف السابقة أن علم النفس الإيجابي يهتم بقدرات الفرد الكامنة وكل الانفعالات الإيجابية من أجل التكيف والتمتع بصحة نفسية وعقلية جيدة رغم ظروف الحياة الضاغطة، ولأجل هذا قام " سليغمان بدراسة

التفاؤل و وجد أن لديه علاقة إيجابية بالصحة النفسية ونقص الانهيار والمرض العقلي، طول العمر وشعور الإنسان بالسعادة، أما (دينر، Diener) فقد درس الرضا عن الحياة والارتياح النفسي والعوامل المرتبطة بهما في حين نجد " ميهالي سيكزيميهالي - Mihaly Csikszentmihalyi " درس ظاهرة معروفة بتناسب الفرد لذاته مقابل الاستغراق التام في عمل محبوب، ومما سبق يعرف الباحث علم النفس الإيجابي على أنه العلم الذي يهتم بدراسة سلوك الإنسان الإيجابي ويعمل على تعزيزه ويقف عند السلوك السلبي ويعمل على دحضه وهذا بالاعتماد على نظريات وتقنيات وبرامج علم النفس الإيجابي.

3- مجالات علم النفس الإيجابي :

يركز علم النفس الإيجابي على بناء السعادة والازدهار في الأفراد والجماعات والمؤسسات من أجل عيش حياة مليئة بالفضائل، ويرمي أيضا إلى إظهار المشاعر والانفعالات الايجابية مثل: الأمل، الحب، التفاؤل، الشجاعة... مع إزالة المشاعر السلبية مثل التذمر، اليأس، التشاؤم، ظهور الاضطرابات النفسية والعقلية، ويعتقد (سليغمان، 2005) أن رسالة علم النفس الإيجابي ليس دراسة المرض والخلل في الإنسان فحسب وإنما هي لبناء الفضائل والاهتمام بمختلف خصائص الحياة الايجابية وإبراز السمات الجيدة في الإنسان لذا تتحدد مجالات علم النفس الإيجابي في المستويات التالية:

3-1- المستوى الشخصي: يتضمن تقييم وتحليل الخبرات الشخصية الذاتية للفرد مثل الارتياح النفسي الشخصي والرضا عن الحياة (في الماضي) والسعادة في الحاضر والأفكار الإيجابية كالتفاؤل والأمل في المستقبل.

3-2- المستوى الفردي العلائقي: يركز على السمات والسلوكيات الفردية الإيجابية الدائمة مثل: القدرة على التسامح وبناء علاقات متبادلة ناجحة، القدرة على الحب، الإحساس والتذوق الجمالي، الانفتاح العقلي والتطلع للمستقبل، الحكمة.

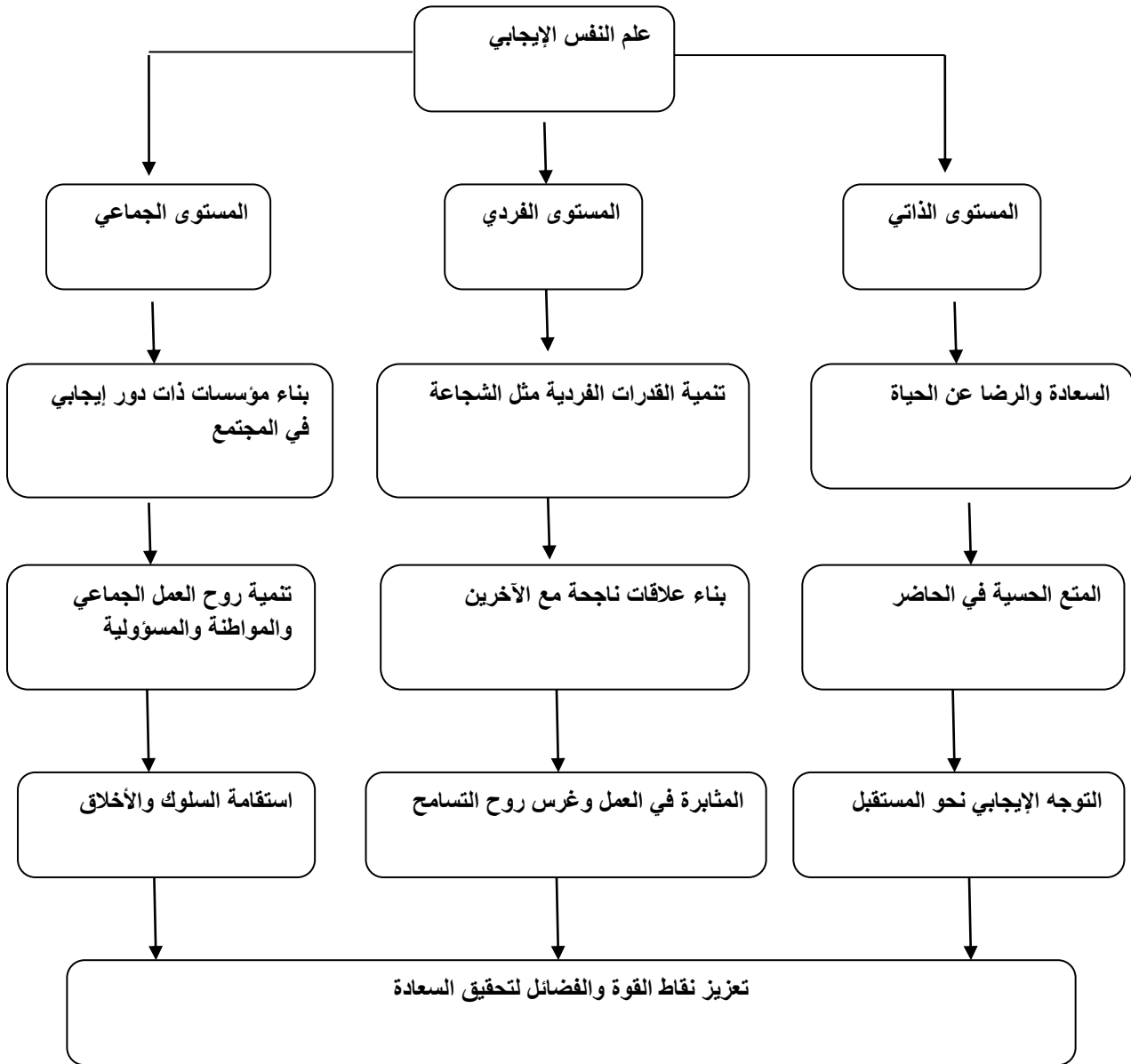
3-3- على المستوى الجماعي: تتمثل في الفضائل الإنسانية كالتواد مع الآخرين والاهتمام بهم، الإيثار، الأدب والأخلاق، الاعتدال، التحمل، خلق روح العمل (Seligman, Csikszentmihalyi, 2000 :05) أما في عام 2005 أضاف " Seligman " مستويات أخرى وهي كالتالي:

- المستوى الذاتي: يعود إلى تجارب السعادة والإنشراح والرضا أو التجارب السلبية وذات الوقع أو الأثر السلبي والتي وقعت في الماضي ثم الخبرات الحسية في الحاضر المتعلقة بالمتع الحسية والسرور والاستغراق في العمل إلى درجة الفيض، ثم يأتي دور الأفكار البناءة المتجهة نحو المستقبل والتي تقوم على الأمل والتفاؤل والطموح.

– على مستوى الأفراد: يركز على السعادة والقوى الإيجابية من أجل إظهارها وتنميتها والتحلي بها كسلوك بناء ويذكر منها الحب، الشجاعة، المثابرة، الموهبة، العلاقات الناجحة، الإقدام على العمل.

– على مستوى الجماعات: تركز على الاهتمام بالفضائل الوطنية وتنمية دور المؤسسات التي يقع على عاتقها بناء مواطنين يتصفون بالإستقامة والشعور بالمسؤولية والتحلي بالأخلاق الحسنة (غسان، ليلي، 2015: 349) ومن خلال ما سبق يلخص الباحث مجالات علم النفس الإيجابي في الشكل التالي:

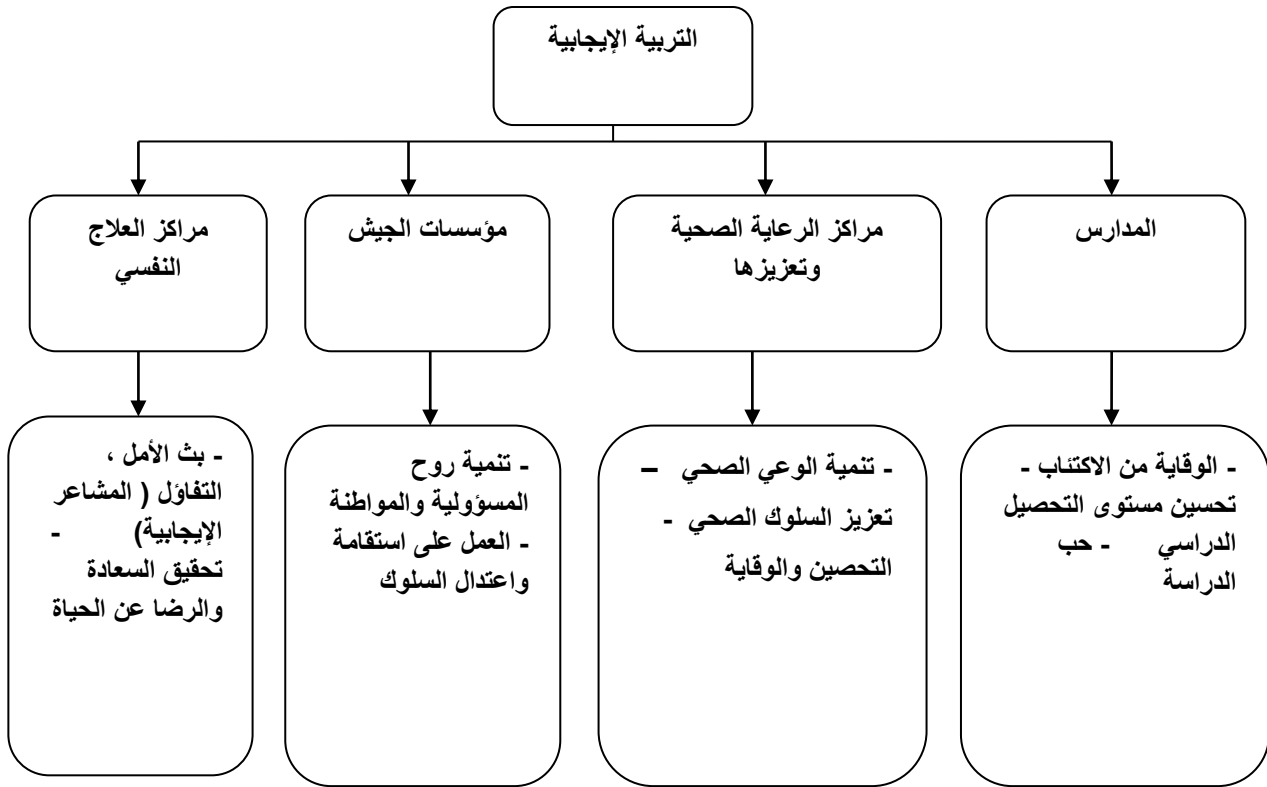
شكل (3) : يحدد مجالات علم النفس الإيجابي (من إعداد الباحث)



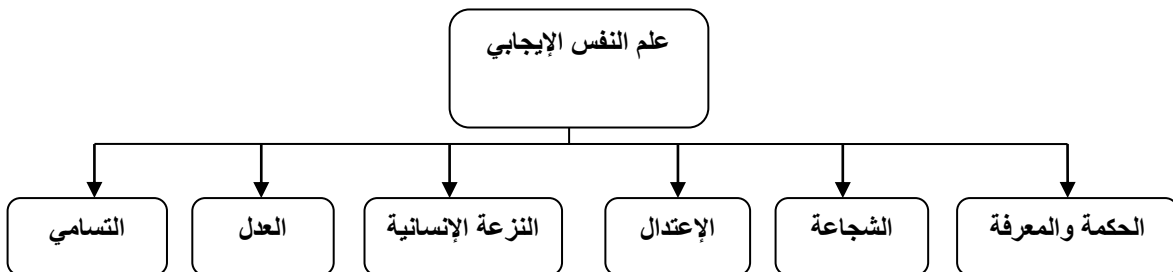
4- تطبيقات علم النفس الإيجابي :

إذا اعتمدنا على ما جاء في الأدب النفسي فنجد أن كتاب " تطوير القيم والفضائل الأخلاقية " الذي تم فيه تحديد السمات النفسية الإيجابية للفرد وهي قابلة للقياس في حين أن هذا الكتاب هو بمثابة مرجع نظري يوضح تطبيقات علم النفس الإيجابي بناء على مجموعة من الخصائص وضعت في ستة فئات كما هو موضح في الشكلين التاليين:

شكل (4) : يوضح تطبيقات علم النفس الإيجابي حسب (Seligman, 2000 : 9)



شكل (5) : يوضح تطبيقات علم النفس الإيجابي حسب (لecomte, 2009 : 5-6)



(في تلمساني، 2015: 23)

5- أهداف علم النفس الإيجابي :

- يهدف علم النفس الإيجابي إلى التحفيز من أجل إصلاح الأشياء الفاسدة في الحياة من أجل بناء جودة الحياة .
- مساعدة الناس للارتقاء من 5 إلى 0 على سلم الرضا عن الحياة وإنما من 0 إلى +5
- تنمية القدرة على حب الآخر .
- إعطاء معنى للعمل الذي يقوم به الفرد .
- تنمية الشعور بالمسؤولية لما يقوم به الفرد .
- تنمية القدرة على الصمود ومقاومة الشدائد .
- عدم السقوط في الاكتئاب والإدمان على الكحول والمخدرات والوقاية من محاولات الانتحار .
- الحصول على المتعة والإشباع ثم الوصول بالفرد إلى قمة القيم والفضائل لديه كي يشعر بالامتلاء الدائم (تلمساني، 2015 : 24)

- الوقاية وتحصين المراهقين الشباب والتلاميذ خاصة (غسان، ليلي، 2015 : 349)

6- أهمية علم النفس الإيجابي في المدارس :

- حل المشاكل النفسية للتلاميذ مثل الاكتئاب .
- حل المشاكل السلوكية للتلاميذ كالإدمان، العنف...
- بث روح الأمل والتفاؤل والمثابرة في الدراسة .
- رفع من مستوى الانتباه والتركيز لدى التلاميذ بهدف ضمان كسب المعرفة وتحسين التحصيل الدراسي .
- تحقيق الرضا عن الذات .
- مساعدة التلاميذ على التفكير المنفتح الذي يساعدهم على التخطيط وتصور المهن وبناء المشاريع الشخصية المستقبلية .
- الوقاية من الفشل المدرسي .
- الرفع من قيمة الشعور بالسعادة لدى التلاميذ من خلال تحسين المناخ المدرسي وإحراز التفوق الدراسي في هذه النقطة بالأساس يرى " سليغمان " أن السعادة لا يمكن حصرها في بعد واحد فقط كالنجاح الدراسي أو اللذة

الجنسية أو كسب المال، لأن مفهومها واسع وكلي وقد يختلف من شخص إلى آخر ومن باحث إلى آخر ويظهر هذا من مواقفهم تجاه السعادة، لكن " سليغمان " حاول أن يحدد المؤشرات الأساسية التي تعبر عن السعادة وبلوغ الارتياح النفسي والتي لا يصل إليها الفرد إلا إذا اعتمد على أسس علم النفس الإيجابي وهو يركز خاصة على المتعة والإشباع والوصول إلى حياة ذات معنى وهذا من خلال اقتراحه للمراحل التالية:

- الحياة الممتعة أو اللذيذة (**Pleasant Life**): تعني أن يتذوق المرء ويقدر المتع الأساسية في الحياة ويقصد بهذا حاجات الجسد (الطعام، الجنس، الاستمتاع بالطبيعة...) مع تجنب ما يجلب له الألم والمشاكل، ويبدو أن كثيرا من الناس يقعون ثابتين في هذه المرحلة من دون اكتشاف المزيد من أسرار السعادة لذا يرى " سليغمان " بأنها مرحلة للحصول على اللذة (**Pleasure**) لأن السعادة حسبه أكثر ثباتا واستمرار.

- الحياة الجيدة (**Good Life**): تتضمن مجمل القوى والفضائل التي يتمتع بها الفرد والتي يستعملها بشكل مبدع ومفيد لرفع مستوى جودة الحياة وقد صنف " سليغمان " هذه الفضائل إلى ست فئات هي كالآتي:

- الحكمة والمعرفة: تتضمن التعلم، الفضول، القدرة على الحكم والتفكير الناقد، الذكاء العملي، الذكاء الاجتماعي، الذكاء الانفعالي.

- الشجاعة: تعني القدرة على التحمل ومواجهة التحديات والآلام والصعاب مع القدرة على المثابرة، التكامل والاستقامة.

- الحب والانسانية: تنحصر في اللطف والعطاء، المحبة المتبادلة، التسامح ...

- العدالة: تتضمن التعاون مع الآخرين، الإنصاف والمساواة وقت القيادة، المواطنة.

- الاعتدال: يتضمن ضبط النفس والتعقل والاستقامة والتواضع ...

- التسامي وتطوير الذات: ويتجلى في تقدير الجمال والامتياز، العرفان بالجميل، التفاؤل والرجاء، الارتقاء بالحياة الروحية والإيمان، الإخلاص (غسان، ليلي، 2015: 242).

ومما سبق يمكن القول أن الحياة الجيدة تتضمن العديد من السلوكيات والقيم والأخلاق الفاضلة التي يجب أن يتحلى بها الفرد كي يحقق سعادته بمعنى الرفاه الشخصي، لكن لا بد أن ينشأ فيها الفرد ويكتسبها حتى تعود عليه بالنفع والإيجاب، خاصة إذا وظيفها في مكان العمل أو داخل الأسرة وفي بناء العلاقات مع الآخرين لكن بمفاهيم ومعتقدات أخرى تنظر إلى العمل على أنه يجلب السعادة من خلال الإخلاص فيه وإتقانه وهنا يشعر الفرد بأنه يقدم خدمة للمجتمع، ومن هذا المنطلق فقد نجد بعض العاملين يقضون ساعات طويلة في إنجاز أعمالهم بتفاني

حتى وصول الإمتلاء وهم بذلك يشعرون بمتعة كبيرة، وهذا دليل على أنهم غيروا نظرتهم إلى العمل على أنه نشاط مجهد وعمل روتيني وإنما وظفوا الفضائل والقيم السامية لرؤية إيجابية أكثر نحوه، وفي هذه الحالة يكون حجم العائدات أفضل، وإذا ما نظرنا إلى الزواج مثلا فيمكن أن يشعر الإنسان بالسعادة قد تفوق متعة العمل والمال، لأن المتزوجين هم الأكثر سعادة و الأقل تعرضا للاكتئاب مقارنة بالعازبين، كما أن الإحساس بالحب والاهتمام يضيف شعورا بالسعادة والإحساس بأن الشخص أنه محبوب، لذا يعتبر موضوع السعادة والارتياح النفسي موضوع متعدد الأوجه والأبعاد وهو لا ينحصر في تحقيق حاجيات معينة فقط بل يتعدى هذا الأمر ويرتبط عادة بطريقة التفكير لدى الفرد وطبيعة نشأته وسط مجتمعه.

- الحياة ذات معنى: تقوم الحياة ذات معنى على أسس معينة منها ما يبذله الفرد من مجهودات كأن يستعمل كامل قواه الشخصية لخدمة مثل أعلى يتوق إليه ويكون هدفاً أسمى وأكبر حجماً منه كخدمة المجتمع مثلاً أو تنمية الذات وتطويرها للأفضل كخدمة أحواله الروحية بالإضافة إلى الالتزام السياسي والمشاركة في الأعمال الخيرية مثل التطوع ومساعدة المحتاجين والمرضى...

السعادة الحقيقية هي بمثابة تمهيد للحياة ذات معنى وعندما يلتزم الإنسان بأحد المثل العليا أو الأعمال التي يتطلب منه التفاني في العمل والإخلاص حتى بلوغ الهدف بشكل مميز، عندئذ يشعر بفيض من السعادة بحيث يمكن الإشارة إلى أن المشاعر الإيجابية مثل التعاطف، اللطف، التسامح، التعاون، الحب، الأمل، ... تجعل الإنسان أكثر سعادة من سواه، بحيث يتمتع بصحة جيدة ويكون منتجاً وراضياً في عمله ولديه علاقات حميمة وطيدة وطيبة مع الآخرين، كما أنه يصبح شخصاً ناجحاً في حياته العائلية التي يجد فيها الطمأنينة والفرح والهناء والشخص السعيد تصبح لديه قوة لمواجهة الصعاب والتحديات فهو لا يتراجع لأنه يثق في نفسه ويرى بأن الأمور قد تؤول إلى الخير (غسان، ليلي، 2015: 242-243) وفي نفس السياق يقدم " Seligman " معادلة تشمل المؤشرات الأساسية للسعادة وهي كالتالي:

$$H = S + C + V$$

ويقصد بالرموز العوامل التالية:

H: تعني مستوى السعادة الدائمة (Enduring level of Happiness)

S: المعطى الفطري والوراثي (Set Range)

C : الظروف الخارجية (External circumstances)

V: الظروف الشخصية أو العوامل التي تقع تحت سيطرة الإرادة (Voluntary Control)

ويشرح "سليغمان" معادلته على أن المعطى الفطري يتمن المزاج والقدرات الفطرية وقد يسهم في تحقيق درجات من السعادة أو يجد منها ، ولكنه يساهم مبدئياً على تنميتها من خلال عملية التعلم والتدريب، أما الظروف الخارجية تتضمن الوضع المادي، الزواج، العمل، العلاقات ... وهي تؤثر في مستوى السعادة لدى الفرد، إلا أنه تبين أن المال يساعد في تحقيق الرفاه المادي وحل الكثير من المشكلات لكنه لا يصنع لوحده السعادة، أما الفقر فهو يحول بين الفرد وسعادته وهو عدو السعادة ويشير "سليغمان" إلى أن الحياة الروحية والتشبع بالإيمان يحقق السعادة ويبعد الشخص عن المشاكل والاضطرابات النفسية والعلائقية مثل الطلاق، لأن المؤمن يكون أكثر اتزاناً واستقامة، أما العوامل الشخصية التي تقع تحت سيطرة الإرادة ويمكن التحكم فيها فهي تتعلق بالماضي والحاضر والمستقبل، فتأثير الماضي على حياتنا في الحاضر فهذا يقف على طريقة تفكيرنا وتأويلنا للأحداث، فالشخص إذا عبر عن غضبه والمرارة والحقد الدفين الذي يرجع إلى الماضي فإن الأعراض والآلام قد تتفاقم ويصبح يعيش الماضي ولا يستطيع أن يكون سعيداً، وللتحرر من آثار التفكير في الماضي اقترح "Seligman" بعض الوسائل لذلك وهي في مايلي:

- أن نعترف بالجميل لكل من قدم لنا المساعدة مع وجوب شكره.

- أن نسامح ونغفر لمن أساء إلينا وإلا سوف يبقى الحقد يستنزف من طاقة الإنسان الشيء الكثير.

أما في الحاضر فلا بد أن يهتم الفرد بصحته الجسدية ويسعى لتلبية رغباته وحاجاته والتمتع بما هو موجود من خبرات، مع ممارسة النشاطات التي تبعث الشعور بالراحة والسرور مع العمل بكل إخلاص لدرجة حدوث الفيض (Flow) وهكذا ينتقل الشخص من حياة المتعة المؤقتة إلى الحياة الجيدة ومنه الالتزام بمعنى الحياة (غسان، ليلي، 2015: 244).

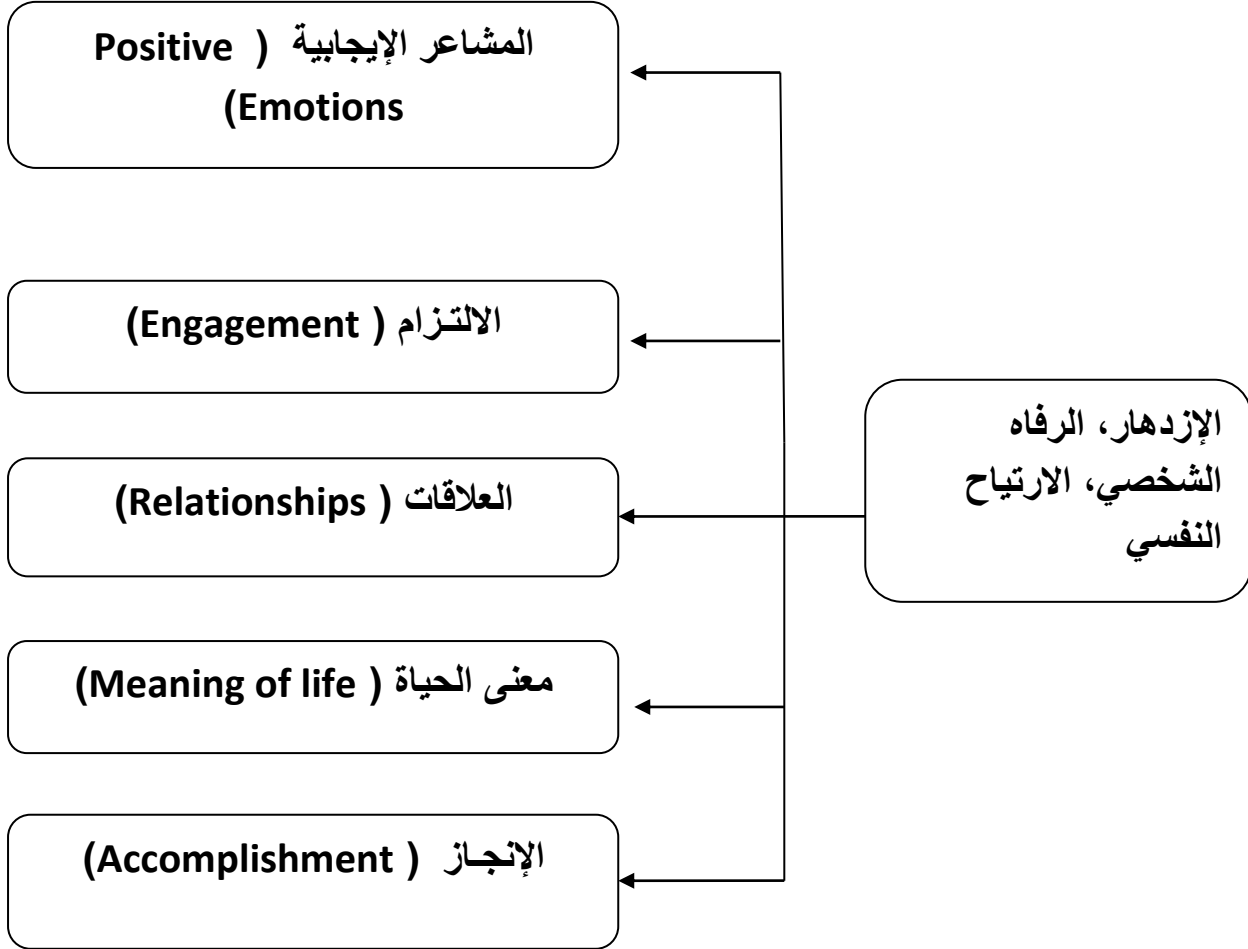
أما المستقبل فلا بد من التفكير فيه بكل إيجابية (التفاؤل، الثقة، الأمل، الإيمان ...) وهذه الأخيرة تمد الشخص بالقوة لمواجهة الصعاب والتحديات ومقاومة المعتقدات والأفكار السلبية، فالاستعداد لما هو خير وإيجابي هو بمثابة دافع لمواجهة العقابيل والأحداث السيئة والخروج من مشاكل الحياة والتكيف معها، وهذا يساهم في تقديم أداء جيد لدى الفرد في شتى مجالات الحياة سواء في العمل أو داخل الأسرة ويحافظ أيضاً على سلامة الصحة النفسية.

في عام 2011 قدم Seligman كتاباً جديداً بعنوان الازدهار (Flourish) وتغير هدف علم النفس

الإيجابي من السعادة إلى موضوع الرفاه أو الانشراح أو الارتياح النفسي (Wellbeing) بحيث يصبح معيار

قياسه على أساس الازدهار في حياة الأفراد والمؤسسات والمجتمع ككل، وهنا اقترح العالم Seligman نموذجاً لهذا الازدهار ولخصه في رموز والشكل التالي يوضح هذا النموذج.

شكل (6) نموذج (PERMA للإزدهار - Wellbeing) لمارتن سليغمان (M.Seligman ، 2011)



وخلاصة القول أن الهدف الأسمى لعلم النفس الإيجابي بحسب (Seligman) هو السعادة ومقياسها الرضا

عن الحياة ثم الإنشراح (الرفاه) ومقياسه الإزدهار.

7- مواضيع علم النفس الإيجابي:

يلخص (لكومنت، 2009، Lecomte) أهم المواضيع التي يعالجها علم النفس الإيجابي والتي سنعرضها من

خلال الجدول التالي:

الجدول (2) يحدد المواضيع التي يدرسها علم النفس الإيجابي حسب (لكومت، 2009، Lecomte)
(في تلمساني، 2015: 22)

المستوى الشخصي	المستوى العلائقي	المستوى الاجتماعي والاقتصادي
- الفعالية الذاتية	- الإيثار	- العمل التطوعي الاجتماعي
- الإرتياح النفسي	- الصداقة	- والإنساني
- الرضا عن الحياة	- الحب	- الرعاية المؤسسية
- السعادة والانفعالات الإيجابية	- المهارات الاجتماعية	- المواطنة
- الإبداع	- الذكاء الانفعالي	- الشجاعة
- تقدير الذات	- الثقة في الآخر	- الفعالية الجماعية
- المزاج	- المشاركة	- العدالة
- الدافعية	- التعاطف والتراحم	- منع ووضع حلول للصراعات
- التفاؤل	- الشكر والاعتراف	- وسط المجتمع
- القيم	- التواضع	- التضامن والتكافل
- العلاج النفسي الإيجابي	- التسامح	
- المرونة	- حل المشاكل	
- معنى الحياة	- العلائقية	
- الجانب الروحي	- الحياة العائلية	
- الشيخوخة		
- الحكمة		

II- الإرتياح النفسي: يعتبر الارتياح النفسي من المواضيع التي تناولتها الدراسات منذ زمن بعيد، إذا نجد كتاب الأخلاق لأرسطو (322-384 ق.م) تناول تعريف جودة الحياة على جميع الطبقات في المجتمع وأشار إلى أنها الحياة الجيدة والتي تجعل الفرد سعيدا، وييدي آخرون رأيهم في أن مكونات السعادة تختلف من فرد إلى آخر وتخضعلما هو مفقود من الحاجات فالمرضى يرى السعادة في الشفاء والصحة الجيدة والفقير يراها في الغنى، أما أريسطو يعتبر الحياة الطيبة حالة شعورية، وقد برزت أفكار عديدة حول المتعة، السعادة والرضا عن الشهوات الإنسانية وهذا من خلال البحوث في عهد الحضارة اليونانية على يد فلاسفة مثل أفلاطون وسقراط وأرسطو الذين ركزوا على الخبرات الإيجابية لدى الإنسان ودورها في خلق المتعة والسعادة، وأن الهدف من الحياة هو الحصول على أكبر قدر ممكن من المتعة التي تمثل سعادة الفرد، أما الفيلسوف (هوبز - Hobbes) فيرى أن السعادة تكمن في النجاح والسعي وراء إشباع الشهوات الإنسانية (مسعودي، 2016: 38-39) في حين يرى (أبيقور، Epicurus) أن الحياة الجيدة هي التي تتميز باللذة بعيدا عن الألم (مكماهان، 2010- Macmahan) واستمرت البحوث والدراسات وظهر مصطلح نوعية الحياة خاصة في المجتمعات الغربية بعد الحرب العالمية الثانية وهذا للتعبير عن الحياة الهنيئة التي يتمتع فيها الفرد بعدة عوامل توفر له الهناء ومنها العمل، الصحة، السكن... (عبد الوارث، سيد، 2008: 216). وفي سنة 1950 ركزت البحوث على قياس نوعية الحياة من خلال بعض المؤشرات كالرضا عن الحياة، وفي أواخر الستينات أشارت دراسة (Bradburn) إلى أن السعادة تنتج عن التوازن بين المشاعر الإيجابية والسلبية للفرد (Ryf et al, 2006 : 87) ، وكل ما تطرقت إليه الدراسات السابقة تعبر عن الارتياح النفسي الشخصي المتضمن الرضا وهو تقييم الفرد لحياته على المدى البعيد أما السعادة، فهي ردة الفعل المتضمنة المشاعر السارة وغير السارة وهذه المكونات الثلاثة من مشاعر إيجابية وسلبية والرضا عن الحياة هي التي تؤسس الارتياح النفسي حسب (Lucas, Diener et Suh, 2006: 277) وقد أشارت إلى هذه الفكرة العديد من الدراسات والبحوث مثل دراسة (Tiliouine et al, 2006)، وهذا في العصر الحديث بالموازاة مع ظهور علم النفس الإيجابي على يد (M. Seligman) وقد استعمل أتباع هذا التيار مصطلحات ومفاهيم تدل على الارتياح النفسي الشخصي كمصطلح السعادة مشاعر الرضا عن الحياة، جودة الحياة، نوعية الحياة، الرفاه) وبعدها تطورت الدراسات وظهرت توجهات ونظريات جديدة تعالج هذا الموضوع نظرا لتركيز علم النفس على الحالات الإيجابية على عكس ما كان سابقا (Meyrs et Diener , 1995 : 12) وبالتالي قام العديد من الباحثين بدراسة تأثير الخصائص الشخصية

Ryff et al, 2004 : استراتيجيات المواجهة، السعادة وكيف يمكن لها أن تتفاعل مع ظروف الحياة الخارجية : (1384) Wassman& Ricks,) بالإضافة إلى دراسة شخصيات الأفراد السعداء والتعساء كدراسة (1966) أما في علم النفس الاجتماعي وعلم النفس المعرفي فدرسوا مدى تأثير التكيف والمعايير الاجتماعية في شعور الفرد بالارتياح النفسي ومن بين هذه الدراسات نذكر دراسة كل من (Brickman & Campbell, 1971) (Parducci). (مسعودي، 2016 : 41) فالدراسات في علم النفس ركزت كثيرا على المشاعر السلبية لدى الفرد مثل القلق، الاكتئاب لكن مع التطور الذي عرفه علم النفس أصبح من الضروري الاهتمام بالجوانب الايجابية والمضيئة لدى الفرد، ومنها ما يتعلق بالارتياح النفسي الذي أصبح متداولاً في أوساط الباحثين في علم النفس وبرزت الدراسات التي تناولت هذا الموضوع، ففي الستينات ظهرت الدراسات الأولى مع " برادبورن، Bradburn " و" كانتريل، Cantrils " و " ويلسن، Wilson " سنة 1967) (3 : Bouffard, 1997)، ومع بداية السبعينات تم تقديم نظرية للارتياح في موضوع التكيف من طرف " أندروز " و" وايت " 1976، و" كامبل وآخرين " (75 : Blore, 2008)، أما الانطلاقة الحقيقية في دراسة الارتياح النفسي كانت في سنوات الثمانينات حيث قام (فينهوفن، Veenhoven -1984) بجمع 121 دراسة في 32 دولة حول موضوع السعادة والارتياح ثم قدم مفهوماً لهما وكيفية قياس الارتياح النفسي وركز على محدداته ونماذجه المختلفة، أما في بداية التسعينات تم عرض مقالات عديدة تشرح أكثر هذا المفهوم، وتم القيام بدراسات ميدانية في هذا الشأن، ونجد مثلاً كتابات (دينر، Diener, 1995) و (ميرزا، 1996، Myers) حيث ركزا على المتابعة العلمية للارتياح واعتبرا أن مؤشرات تكمن في خصائص الشخصية والعلاقات الحميمة والارتباطات الدينية (4 : Bouffard, 1997)، أما دراسة كل من (فينكينر، Finkenauer)، (بومستر، Baumeister) 1991 والتي أشارتا إلى دور العوامل الداخلية والأهداف الشخصية والأوهام الإيجابية في الشعور بالارتياح النفسي من عدمه، أما (أرجايل - Argyle) فقدم مقال يوضح فيه تأثيرات العوامل المحيطة في السعادة ويقصد بها العوامل الخارجية الموضوعية مثل: العمل، الزواج، أحداث الحياة المختلفة ... وقد تشعبت الدراسات حول مفهوم الارتياح لتصل إلى وضع مقاييس وأدوات لقياسه لدى الأفراد حيث قدم (كومينز - Commins) مقياساً للارتياح النفسي هو مقياس علمي تم تطويره من طرف تيلوين من خلال إضافته بند جديد وهو بعد التدن (Tiliouine, 2009) وبعدها ظهرت بنوك ومرصد خاص بالمعلومات التي تتعلق بالارتياح النفسي وهي بمثابة أساس للدراسات الجديدة الأخرى، نظراً للاستناد عليها وتزويد الباحثين

بالمعلومات الضرورية حول هذا المفهوم والذي تمت دراسته بالجزائر بواسطة مخبر العمليات التربوية والسياق الاجتماعي من خلال القيام بالدراسات المسحية بعدة مناطق من الجزائر بهدف الحصول على أكبر كم من المعطيات. (تلمساني، 2011: 25)

1- المفهوم الفلسفي للارتياح النفسي: لقد حصر الفلاسفة القدماء مفهوم الارتياح النفسي في السعادة واعتبروها المطلب الأسمى والأرقى لدى الإنسان وهي الهدف الحقيقي من الحياة.

- **تعريف أريستو:** يرى أن سعادة الإنسان تتضمن تحقيق الخير واللذة وحصنها أيضا في الفضائل بعيدا عن العاطفة وبل اعتبرها كقوة وعادة إرادية ويرى أن لكي يكون الإنسان سعيدا فلا بد من تحقيق النجاح في الحياة وتحقيق الخير والفضيلة، ويرى أيضا أن للإنسان العديد من القدرات التي يمكنه توظيفها للوصول إلى غايته في الحياة وتحقيق السعادة من خلال التحلي بالفضائل (دينر، 1984: 55 - Diener) ويضيف أن الحياة الجيدة والسعيدة تتطلب قدرة الفرد على التثقف وإفادة المجتمع، أما أفلاطون فيرى أن الحياة الجيدة تتجسد في سعي الفرد في طلب المعرفة والوصول إلى السعادة والمتعة (تلمساني، مرجع سابق: 26).

- **تعريف جيمس ميل:** السعادة هي وجود المتعة وغياب الألم.

- **تعريف الفيلسوفة " نومورا (2004):** السعادة حالة تتضمن تحقيق الذات والشعور بالبهجة إذ أن المرء لا يشعر بها إلا إذا مارس الإحساس بالبهجة والفرح وتعتبر رحلة البحث عن المتعة الروحية تقود بدورها إلى السعادة.

- **تعريف المعجم الفلسفي:** يعرف السعادة على أنها الرضا التام بما تناله النفس من خير (صليبا، 1982: 656).

- **تعريف سوانتو - Sointu (2005):** الارتياح النفسي مرتبط بالسياسة، الصحة، الرخاء في الدولة والراحة الشخصية وقد ترى (سوانتو) أن التصورات والممارسات الاجتماعية لديها دور في تحقيق الشخص للارتياح النفسي والوصول إلى مستوى السعادة وقد ينشأ الارتياح النفسي كالتزام معياري اختياري من طرف الفرد وهذا يتطلب تحمل المسؤولية (أوبريان، O'Brien 2008: 16 - 17).

- **تعريف مارتا نوسبوم، Nussbaum Martha- 1995:** الارتياح النفسي يتضمن مختلف الوظائف الأساسية التي يمكن تحقيقها في الحياة رغم وجود الفروق الفردية.

- **تعريف وايت، White - 2006:** يختصر السعادة والارتياح في مدى تحقيق الفرد للأهداف المنحصرة في أشياء متعددة وقد تكون إحداها أكثر أهمية بالنسبة له لأنها هي التي تحقق له المتعة دون الأخرى، ويرى أن مفهوم الارتياح هو كيفية تحقيق الأهداف المتعارضة وحل المشاكل المتعلقة بها بشكل لائق (أوبريان، 2008: 27 -

28 – O'Brien) وما سبق يمكننا القول أن أغلب تعاريف الفلاسفة للارتياح النفسي ركزت على جانب المتعة والحصول على اللذة في الوصول إلى السعادة وبالتالي تحقيق الارتياح النفسي، وقد وضعوا أيضا شروطا له تمثلت في الفضائل والتحلي بالمسؤولية ونفع الآخرين والتشبع بالقيم وفعل الخير ونلاحظ أنهم لم يركزوا على الجوانب الحيوانية ومدى تحقيق الشهوات في معالجتهم لمفهوم الارتياح النفسي، مع إهمال الجانب المادي وعليه نستنتج أن هذا المفهوم معقد نوعا ما لأنه يتضمن توفر مجموعة من العوامل والمكونات النفسية والاجتماعية والانفعالية والمعرفية ولأجل هذا تعددت التعاريف حوله وقد قدم العديد من الباحثين كل حسب توجهه مفهوما محددًا للارتياح النفسي والتي سنعرضها في ما يلي:

- تعريف دينر، **Diener** : الارتياح النفسي هو الحالة التي يشعر فيها الفرد بأن حياته تسير على ما يرام (Diener et al , 2006)

- تعريف رايف، **Ryff** : ترى ان الارتياح النفسي هو إحساس إيجابي بحسن الحال كما يعرف بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلالية في تحديد وجهة ومسار حياته وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها (Ryff et al, 2006 : 85-95).

- تعريف **Stewart – Brown** : يشير إلى أن الارتياح النفسي هو حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الفرد على مدى واسع من المشاعر منها الحيوية والإقبال على الحياة بثقة في الذات، الصراحة والأمانة مع الذات ومع الآخرين، السعادة، الاهتمام بالآخرين، البهجة والمرح (Stewart – Brown, 2000 : 35) وأشارت (عبادو، 2013) في دراستها لهذا المفهوم إلى تعاريف أخرى للارتياح النفسي منها ما يلي:

- تعريف **Danna et Griffin** : الارتياح النفسي يشمل جميع أنواع الرضا عن الحياة ما عدا العمل والتي يتمتع بها الفرد مثل الرضا أو عدم الرضا عن الحياة الاجتماعية، الأسرية، القيم الروحية، أوقات الفراغ، الرضا عن العمل الصحة العامة والتي تضم مجموعة من المؤثرات العقلية والنفسية كالمشاعر والانفعالات بالإضافة إلى المؤثرات المادية والفسولوجية مثل: مرض القلب، الضغط الدموي ... (Danna et Griffin, 1999)

- تعريف **Dariels (2000)**: الارتياح النفسي هو مفهوم ذو طابع انفعالي ويقاس من خلال خمسة مكونات هي: المتعة، الراحة، الحماس، الهدوء، القوة.

- تعريف **Betton (2004)**: الارتياح النفسي هو عملية تقييم معرفي انفعالي للحياة يشتمل على الحالة المزاجية للفرد وردود الأفعال الانفعالية اتجاه الأحداث أو الحكم حول إنجازاته في الحياة والرضا عن الحياة مع الشعور بالتوافق.

- تعريف **Cotton et Hart (2003)**: الارتياح النفسي هو الجمع بين الضيق النفسي والرضا عن الحياة. ومن خلال التعريفات السابقة نلاحظ أنها ركزت على جوانب متعدد منها اللذة والألم والمتعة والرضا عن الحياة والسرور وكلها عبارة عن مشاعر إيجابية يثمنها علم النفس الإيجابي، في حين يمكننا أن نحدد جانبيين للارتياح النفسي حسب " فينهوفن، (2000- Veenhoven) حيث أكد على أن السعادة تحمل معنى موضوعي ومعنى ذاتي بحيث تكون أولاً مرادفة لمفهوم الحرية والعيش في سلام وثانياً تحمل المعنى الذاتي لها هو نفسه الجانب الذاتي للارتياح النفسي الذي يعبر عن حالة عقلية تعكس شعور الفرد وتقديره المستمر لحياته وقد يشعر بالرضا المرتبط بإشباع حاجاته المختلفة (تلمساني، 2011: 37)، فالارتياح النفسي الشخصي هو عملية تقييم الفرد لحياته بشكل ذاتي بعيداً عن المعايير الموضوعية المحددة وهو يختلف من فرد لآخر وهنا يبقى الجانب الذاتي مهم في دراستنا لذا سنعرض كل ما يتعلق بهذا المفهوم في مايلي:

2- مفهوم الارتياح النفسي الشخصي: Subjective Wellbeing قدم العديد من الباحثين تعريفات مختلفة للارتياح النفسي الشخصي من أهمها مايلي:

- تعريف **دينر ولوكاس-Diener & Lucas**: الارتياح النفسي الشخصي له ثلاثة عناصر أساسية هي:

- وجود المشاعر الإيجابية.

- غياب المشاعر السلبية.

- الرضا عن الحياة.

ومن المؤشرات التي تدل عليه زيادة الخبرات الممتعة وغياب الخبرات غير الممتعة بالإضافة إلى الرضا عن الحياة

(Seligan & Huebner & Valois, 2005 : 357).

- تعريف **سليغمان - Seligman (2000)**: هناك ثلاثة محددات للارتياح النفسي والوصول إلى السعادة وهي تتمثل في الالتزام، السرور، الانفعالات الإيجابية وكلها تعبر عن مدى تحقيق الفرد للراحة النفسية، ويرآن السعادة لا تكتمل بالمتعة إلا إذا اتبع الفرد هذه المسالك الثلاثة (أوبريان، O'Brien، 2008: 19)

- تعريف كومينز - Cummins : الارتياح النفسي الشخصي هو عملية تقييم الفرد لحياته بطريقة إيجابية وهو يتكون من الرضا المعرفي والمشاعر الإيجابية التي تؤدي إلى الإحساس بالسعادة (Bourke & Geldens, 2007: 169)، ومن خلال التعاريف السابقة نستخلص أن مفهوم الارتياح النفسي الشخصي أعم وأشمل من الارتياح النفسي كحالة انفعالية إيجابية، وهو عبارة عن عملية تقييم معرفي لنوعية الحياة ككل والرضا عنها ويشمل هذا التقييم جانبين هما الجانب المزاجي والجانب المعرفي ويتجلى هذا في ظهور المشاعر السارة والتعبير عنها مقارنة بالمشاعر غير السارة عند الأفراد مع ممارستهم الأنشطة المختلفة، والعمل على إشباع حاجاتهم الأساسية حتى يشعرون بالرضا عن الحياة، لكن الباحث يرى أن الارتياح النفسي الشخصي هو تلك العملية العقلية (المعرفية) التي تتضمن مجموعة من المدركات التي على أساسها يمكن للفرد تقييم حياته والرضا عنها، ويخضع هذا التقييم لمبدأ الخبرة الذاتية والقناعة والتفكير الإيجابي ومدى تشبع الفرد بالمشاعر الإيجابية وقدرته على دحض المشاعر السلبية والتكيف مع المواقف والأحداث بكفاءة تجعله يعيش الهناء النفسي وراحة البال.

ومن خلال ما سبق نلاحظ أن الارتياح النفسي يقترب في مفهومه مع الكثير من المرادفات والمعاني اللصيقة بمهما يقودنا إلى الفصل بينه وبين المفاهيم الأخرى كما هو مبين في المبحث التالي.

3- علاقة الارتياح النفسي الشخصي بمفاهيم وثيقة الصلة به:

3-1- جودة الحياة: يتضمن هذا المفهوم ثلاثة مكونات هي:

- الإحساس الداخلي بحسن الحال وهو خاص بالانفعالات، والرضا عن الحياة التي يعيشها الفرد ويرتبط أيضا بالقناعات الفكرية والمعرفية التي تدعم المشاعر الإيجابية وكلاهما مفاهيم نفسية ذاتية تتضمن رؤية وإدراك وتقييم شخصي لحياة الفرد.

- القدرة على الاهتمام بالذات والالتزام والقيام بالأدوار الاجتماعية.

- القدرة على الاستفادة من مصادر بيئية المتاحة سواء الاجتماعية (المساندة الاجتماعية) والمادية (معيار الحياة) وتوظيفها بشكل إيجابي، وفي نفس الصدد يقترح كل من (فيلس وبيري، Felce & PERRY ، 1995) نموذج ثلاثي العناصر لجودة الحياة وهو يعكس التفاعل بين ظروف الحياة والرضا عن الحياة والقيم الشخصية وقد وضحا هذه العناصر من خلال تقديم التعريفات التالية:

3-2- ظروف الحياة: يقصد بها الوصف الموضوعي للظروف المعيشية من طرف الأفراد.

3-3- الرضا الشخصي عن الحياة: تعني الإحساس بحسن الحال والرضا عن أسلوب الحياة وظروفها.

3-4- القيم الشخصية: يقصد بها الأهمية التي يعطيها الفرد لظروف الحياة والتي يقيّمها تقييماً موضوعياً بما يسمى جودة الحياة الذاتية وقد تكون مقترنة بالطموح الشخصي (أبو حلاوة، 2006: 227).

هناك العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم جودة الحياة ومن أهمها ما يلي:

- هي درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر من الجانب النفسي والمعرفي والإبداعي.
- هي حالة شعورية تجعل الفرد قادراً على إشباع حاجاته والاستمتاع بحياته وبكل ما يحيط به.
- جودة الحياة تعبر عن قدرة الفرد على تبني أسلوب حياة يمكن الفرد من إشباع رغباته واحتياجاته المختلفة.
- تعني الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال، وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة مع إدراك الفرد لقوى ومضامين حياته وشعوره بمعنى الحياة والسعادة وصولاً إلى عيش حياة متناغمة متوافقة مع جوهر الإنسان والقيم السائدة في مجتمعه.
- تعني رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع والنزوع نحو نمط حياة يتميز بالترف.
- تعني شعور الفرد بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته من خلال ثراء البيئة ورفي الخدمات التي تقدم له في كافة مجالات الحياة (كاظم، البهادلي، 2006: 70).

3-5- السعادة: يعرفها دينر على أنها حالة من الرضا عن الحياة إلى جانب الاستمتاع بها من طرف الفرد بحيث يشعر بتحسين الحياة وجودتها وفي هذه الحالة تتحقق لديه السعادة الذاتية خاصة إذا ما مرّ بخبرات سارة تجعله يحس بالرضا عن هذه الحياة التي يعيشها بصورة متكررة ودائمة في حياته وهي بمثابة خبرة إيجابية وعلى عكس من هذا نجد الفرد يشعر بمستوى منخفض من السعادة الذاتية إذا ما مرّ بخبرات سلبية تثير لديه القلق والغضب (Diener et al, 1998) أما (فينهوفن) يرى أن السعادة على أنها سمة وليس حالة انفعالية متغيرة أما " يوشكو نومورا" فترى أن السعادة تعني شعور الفرد بالفرح والبهجة مقابل البحث عن المتعة الروحية باستمرار (يوشيكو نومورا، 2004: 366)، في حين يعرفها (السيد البهاص) بأنها انفعال وجداني ثابت نسبياً وهو يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة والفرح والسرور والرضا العام عن الحياة مع غياب المشاعر السلبية كالقلق والخوف والاكنتاب والتمتع بالصحة الجسمية والعقلية (البهاص، 2009: 234) وفي نفس السياق يعرف " أراجايل- Aragyl) السعادة على أنها شعور الفرد بالطمأنينة والرضا والاستمتاع واللذة، ويضيف بأنها حالة نفسية ثابتة نفسياً وهي تتكون من ثلاثة مكونات هي : (الوجدان الإيجابي ، غياب الوجدان السلبي، الرضا عن الحياة) ويفترض أن السعادة ليست عكس التعاسة ويبرر هذا بأن السعادة هي انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة وهي

نتيجة تكرار حدوث الانفعالات السارة وشدة هذه الانفعالات (Aragyl, 1993 : 9-10) أما " Veenhoven " فيرى أن الشخص السعيد نجده يستمتع بالحياة وهو يقدرها وهي تعكس حبه لها وهي قيمة عامة وغاية قصوى يسعى الفرد إلى تحقيقها (Veenhoven, 2003 : 129).

4- نظريات الارتياح النفسي:

4-1- نظرية الرغبة (Desire): تركز هذه النظرية على دور الدخل والوظيفة في جلب الارتياح النفسي الشخصي وتشير أيضا إلى أن الأكثر هو الأفضل ويتبنى هذه النظرية علماء الاقتصاد وتسمى أيضا بالنظرية النفعية وهم يرون أن الارتياح يتضمن إشباع الفضليات (Preferences) أو الرغبات وأن الفرد لا بد عليه أن يرتب هذه الأخيرة ويقوم بتنمية الوظائف ذات المنفعة بالنسبة للأفراد وإيجاد أساليب لتقدير قيمة الفضليات مثل تقدير قيمة المال، وتركز هذه النظرية أيضا على كل ما هو مهم من رغبات الفرد في الحصول على مستوى جيد من الرضا عن الحياة وتحقيق الارتياح وهذا يعني أن كلما كانت الرغبة أكثر كلما كانت الحياة أفضل وقد تم انتقاء هذه النظرية لدى بعض العلماء بدليل أن مدمني المخدرات كلما كانت رغبتهم أكبر لتعاطي المخدر كلما كانت مشاكلهم أكبر بحيث تصبح الرغبة بمثابة سبب للمشاكل وليس لتحقيق الارتياح (مسعودي، 2016: 45-46)، لذا تم تنقيح النظرية وإعادة النظر فيها من طرف الباحثين والذين بدورهم وضحووا فكرة أن الرغبة يجب أن تقوم على شكل ومحتوى الرغبة ويعني هذا أن نوع وطبيعة الرغبة هي التي تحدد النتائج مسبقا لذا يجب دراسة هذه الرغبات مسبقا والتنبؤ بنتائجها، ومن هنا يمكننا القول بأن الرغبة لا بد أن تكون دائما قائمة على معرفة حقائق ما نرغب فيه وهذا بناء على الواقع المعاش وهذا يتطلب معرفة، وبمعنى آخر لا بد من معرفة شكل الرغبة التي تتضمن مكونات الارتياح، ومن حيث المحتوى تركز على الأشياء الجيدة للأفراد لذا نستخلص أن هذه النظرية ترى أن تحقيق الرغبة هي التي تنتج الرضا والسرور وهي ترتكز أساسا على المنفعة في تحديد الرغبات لدن الفرد، حيث أن الوظائف التي لا تقوم على منفعة واضحة لا تعتبر من مؤشرات الارتياح وفي نفس الإطار نجد أن (San - Sen) قدم ثلاثة تفسيرات لمصطلح المنفعة وهي:

- تمثيل رقمي لسلوكيات الفرد المختارة.

- وظيفة السعادة.

- الرغبة في الإنجاز (ريتا، كامفيلد، دونالدسون Ruta, Camfield, Donaldson، 2007:399)
4-2- نظرية المتعة: تصنف هذه النظرية من النظريات الذاتية وهي ترى أن المكونات الأساسية للارتياح النفسي هي المتعة والألم، بحيث أن المتعة هي الجانب الإيجابي الوحيد لتحقيق الارتياح أما الألم هو العنصر السلبي الوحيد في الشعور بالارتياح، وتشير هذه النظرية إلى أن الإنسان دائما يسعى وراء تحقيق الشعور بالمتعة (اللذة) ومن المنظرين القدامى نجد " سقراط " و " بورتاقوراس " أما في الوقت الراهن نجد " جيرمي بينثام - Jeremy Bentham " من خلال تطرقه لمبادئ الأخلاق والتشريع حيث وضح أن الطبيعة البشرية وضعت تحت حكم سيدين وهما الألم والمتعة (تلمساني، 2015: 29)، وانطلاقا من هذه النظرية نستنتج أن تحقيق الارتياح لدى الفرد يتعلق بمدى تحقيقه لأكبر قدر من المتعة، ويشير الجانب الموضوعي للنظرية بأن الارتياح النفسي هو الحالة النفسية الجيدة التي لا تتحقق إلا بوجود المتعة والشعور بها من طرف الفرد ويضيف " جيرمي بينثام " أن المزيد من السعادة يجعل الحياة أفضل وإن التعرض للألم يساعد على أن تصبح الحياة أسوء، فالمتعة إذن تساهم في رفع الارتياح وخفض حدة الآلام، لكن (جيمس ميل - J. Mill) ميز بين الملذات والمتع من الأعلى إلى الأدنى وسماها بالجودة، بمعنى أن هناك ملذات أكبر قيمة من ملذات أخرى لذا يكون اختيار الفرد للملذات على أساس المتعة الأكثر قيمة وليس على أساس المتعة التي تحققها فقط (Martin, 2008 : 172-173)، فالفرد يسعى لتحقيق المتعة التي لها قيمة أكبر ولا يسعى إلى الأقل قيمة ليحصل على أكبر قدر من المتعة.

4-3- نظرية قائمة الأهداف: تعد هذه النظرية من النظريات الموضوعية التي عاجلت موضوع الارتياح النفسي الذي يعرفه (أرنسون - Arneson ، 1999) على أنه تحقيق أو إنجاز لأشياء محددة جيدة وهي تدخل في المكونات الأساسية للارتياح، لذا يتصور (أريستو) أنه لا بد من تحقيق الاكتفاء الذاتي لجعل الحياة جديرة بالاختيار ولا تفتقر لأي شيء، يفكر في تحقيق السعادة ولكن الأهم هو في اختيار مال له قيمة، فقد نجد أن قائمة الارتياح تتكون من الصداقة والسرور لكن يمكن أن هذه العناصر من القائمة لا تكفي للشعور بالارتياح لأنه يمكن أن تثبت أن المتعة هي التي تجعل حياة الأفراد أفضل بكثير، ولأجل هذا كان لا بد أن يتم تحديد كل ما هو جيد في القائمة، ولنفس الغرض يميل أصحاب هذه النظرية إلى " نظرية الكمال " لتوماس هورك، Thomas Horka -1993 " والتي درست العناصر المكونة للارتياح النفسي لدى الإنسان وقد يرى الكماليون أن كل ما يتعلق بالطبيعة الإنسانية يمكنه الدخول في مكونات وقائمة العناصر المشكلة للارتياح النفسي ويضربون المثل بالمعرفة، وقد تكون هذه المكونات مشتركة لكن كل فرد يوظفها حسب طريقته بهدف الوصول إلى

الارتياح النفسي بدرجة عالية (13 : 2010 : Tiberius & Hall)، وقد يرى الباحث أن كل النظريات السابقة المفسرة للارتياح النفسي تركز على جلب المتعة وتحقيق مجموعة من الرغبات والحاجيات الإنسانية من أجل الشعور بالفرح والسرور ومنه تحقيق الراحة النفسية وهذا من خلال المعالجة الفلسفية لهذا المفهوم من الجانب الموضوعي لكن الارتياح النفسي الشخصي في جانبه الذاتي تم تناوله من طرف نظريات أخرى والتي سنقوم بعرضها في ما يلي:

4-4- النظرية النفسية: الفكرة الأساسية التي تنطلق منها هذه النظرية هي أن للارتياح نقطة مرجعية بما يسمى العتبة وهي ترجع إلى الوراثة وخصائص الشخصية بالإضافة إلى عوامل أخرى ترجع إلى مراحل الطفولة الأولى من حياة الفرد (هيدي، Headey، 2007:390)، وهذا يعني أن البالغ لا يتغير لديه الارتياح رغم تغير الأحداث التي تحدث له رغم أنها تؤدي إلى انحرافه عن النقطة المحددة (العتبة) إلا أنه يعود إليها بعد مرور الوقت ليصبح كل ما سبق زائل وعابر ويعود الفرد بذلك إلى حالته الأولى بما يسمى النقطة المرجعية، لكن هذه الفكرة انتقدها " كامان ، 1983 - Kamman " لأنها تحمل دور أحداث الحياة في تحقيق الارتياح النفسي للفرد وما سبق يمكننا القول أن هذه النظرية تقاوم التغيير الذي يسعى إليه الفرد بهدف تحسين حياته ولا تعطي أهمية للأحداث التي تقع سواء بتلقائية أو ممنهجة ومخطط لها لكي يصل الفرد إلى الرفاه، وتشير أيضا إلى أن درجة الارتياح ثابتة وقد تؤثر فيها الأحداث السارة بصفة مؤقتة ولا يمكنها أن ترفع منها لوقت طويل ومستمر، بحيث تصبح كل التدابير التي ترمي إلى تحسين المستوى الاقتصادي والاجتماعي دون فائدة لأنها ذات تأثير مؤقت وترجع هذه النظرية أسباب هذا الثبات إلى الوراثة والبناء الشخصي، وفي نفس السياق يؤكد علماء النفس مثل (Diener&Lucas ، 1999) أن تأثير الوراثة والشخصية يضع حدودا لسياسة الدولة لتطوير الارتياح الشخصي .. وأن التغييرات في البيئة مهمة لوقت قصير بالنسبة للارتياح وتفقد أهميتها من خلال عملية التكيف ولها دور ضعيف على المدى الطويل للارتياح (استرلان، Easterlin ، 2003:04) أي أن الارتياح يختلف باختلاف الأحداث ومرور الزمن وقد تم الاعتماد على هذه النظرية سنة 1971 من طرف كل من (بريكمان وكامبل - Brickman & Campball) وأطلقا عليها اسم " نظرية التكيف " وقد لاحظا أن معظم الأفراد يعودون إلى خط قاعدي " Baseline " للارتياح وهذا بفضل قدرتهم على التكيف مع الأحداث لأنهم يتعودون مع الوقت على تغيرات ظروف الحياة ويدركون أن تأثيرات الأحداث الجيدة أو السيئة مؤقتة (O'Brien, 2008 : 35)، وفي سنة 1980 ظهرت نظرية الشخصية على يد كل من (كوستا وماكري -

(Costa & Maccrae) وقد أكدوا على أن الخط القاعدي يختلف لدى الأفراد باختلاف خصائص الشخصية بما يسمى بالفروق الفردية، أما " هيدي و ويرينغ - Heady & wearing) (1989 - 1992) فقاما بتطوير ما سبق واقترحا نظرية تسمى بنظرية " التوازن الديناميكي) وهما يربطان بين خصائص الشخصية بأحداث الحياة واقترحا أن نفس الأحداث هي التي تسعد نفس الأفراد وأن أحداث الحياة يجب أن تكون جزءا داخليا وليس خارجيا على التأثير على الارتياح (هيدي، Headey، 2007: 04) أما الباحث فيرى أن ما سبق من أفكار هو إشارة صريحة إلى ما تشير إليه نظرية العزو الداخلي ودور فعالية الذات في التعامل مع الأحداث مع القدرة على المحافظة على التوازن النفسي وجلب الراحة النفسية من خلال استثمار الجانب الذاتي في إحداث البهجة والسرور لفرد نفسه بفضل الرؤية الجيدة للأشياء، أما (ليكن وتيلغان - Lykken & Tellegan ، 1996) فطورا النظرية وأصبحت تسمى " بنظرية النقطة (Set Point) حيث ربطا خصائص الشخصية المستقرة بأحداث الحياة وأرجعا الأهمية إلى الوراثة في التأثير على الارتياح النفسي لدى الفرد وتوصل (Lykken) سنة 2000 إلى أن نسبة تأثير الوراثة في الارتياح تقدر بـ 100 % وهكذا تم إلغاء كل ما هو خارجي في التأثير على ارتياح الأفراد، وهذا بحجة أن الشخصية تلعب دور مركزي في هذه النظرية وفي نفس السياق نجد نظرية (Cummins) التي حاول من خلالها أن يثبت دور خصائص الشخصية في إعادة التوازن الطبيعي لمستوى الارتياح وهذا بعد انحرافه بسبب أحداث الحياة الإيجابية أو السلبية، وقد حدد تلك الخصائص ما يلي: العصبية، الانبساط، الذات، الضبط المدرك، التفاؤل (تلمساني، 2015: 46-47)، وما سبق يمكن القول أن هناك دور للتكيف والجوانب الشخصية والوراثة في التأثير على الارتياح النفسي لدى الفرد لكن لا يكفي لأن هناك عوامل أخرى قد تساهم في الرفاه ويرجع هذا إلى تنوع الرغبات والحاجات الإنسانية والسعي لتحقيقها يتطلب جوانب أخرى أهملتها هذه النظرية.

4-5- النظرية الاقتصادية: تركز هذه النظرية على ظروف الحياة مثل الدخل والوظيفة ومدى تأثيرهما على الارتياح النفسي الشخصي، حيث يفضل أصحاب هذه النظرية عدم التنظير عن الحالة العقلية للفرد وإنما التعامل فقط مع ملاحظة السلوك (استرلان، Easterlin، 2003: 04) وتعتمد هذه النظرية على فكرة الأفضليات بمعنى المنفعة وتسخير السلوكات و وظائف الفرد النفعية في جلب الارتياح، وفي هذا الإطار تشير نظرية (كانتريل - Cantril) إلى أن الجانب المادي له دور كبير في تحقيق الارتياح النفسي من خلال تحسين المستوى المعيشي للفرد لذا تؤكد هذه النظرية على تحسين الدخل المادي للأسرة وترى بأنه يجلب المنفعة التي تعتبر من مصادر

الارتياح ويبرهنون هذا من خلال دراسة التي قام بها (مولر و ديكو - Moller & Dickow ، 2000) حول المقارنة بين الأغنياء والفقراء بجنوب افريقيا وتوصلا إلى ان الأغنياء هم الأكثر ارتياحا وهذا ما يؤكد دور العامل المادي في الارتياح (تلمساني، 2015: 49-50-51)، لكن الباحث يرى أن المال لا يكفي لوحده في جلب الراحة النفسية لأن هناك العديد من الأغنياء وميسوري الحال يعجزون أمام تحقيق بعض الحاجات لأنها لا تشتري بالمال ومنها السعادة والصحة والهناء وخير دليل على ذلك هناك العديد من الأغنياء نجدهم غير مرتاحين نفسيا وهذا بسبب تعرضهم للمشاكل الاجتماعية أو صحية أو شخصية ... تؤدي إلى شعورهم بالعجز وإضعاف معنوياتهم، وعليه نعتقد أن الارتياح النفسي يتطلب تكامل واجتماع العديد من العوامل لبلوغه وهذا في ظل العديد من المتغيرات الأخرى التي تجعله صعب المنال.

4-6- نظرية المقارنة الاجتماعية: تقوم هذه النظرية على مقارنة الفرد بين ذاته والآخرين أو بين ما لديه وما يريد بمعنى ما يطمح إليه وما حققه في الواقع، ويشعر بالارتياح لابد أن يكون الفرق دائما ضعيفا وفي هذه الحالة يصبح الفرد دائما يقيم قدراته ويختبرها ويقارنها مع الآخرين على أساس بعض المعايير الموضوعية مثل: السن، المستوى التعليمي، الجنس ... وفي هذا الإطار يؤكد (فيستنجر - Festinger) أن المقارنة الاجتماعية تؤدي إلى وضع تقييم دقيق للذات، لذا تشير هذه النظرية إلى أن الفرد يقارن نفسه مع من هو أقل منه أو الأسوأ منه في جوانب معينة ثم يقيمها وحين يكتشف تميزه عنهم يشعر بالارتياح حول وضعه الأفضل وهذا يساعد أيضا على التقليل من المشاعر السلبية حول نفسه التي تؤدي به إلى انخفاض الارتياح، فالمقارنة في هذه الحالة تؤدي إلى ارتفاع مستوى الرضا عن الحياة وتقدير الذات، التفاؤل، ونشير إلى أن (ميكالوس، Michalos، 1985) قد انطلق من هذه فكرة المقارنة وقام على أساسها بدراسة الارتياح الناجم عن التقييم للذات في علاقته مع معايير متعددة للمقارنة وقد حددها في ما يلي:

- مقارنة ما لدى الفرد وماذا يريد.
- مقارنة الفرد لنفسه بالآخرين.
- أفضل ما حقق الفرد في الماضي.
- مقارنة ما هو عليه الآن في الحاضر مع ما يمكن تحقيقه في السنوات القادمة وهي تتعلق بمدى تفاؤل الفرد حول المستقبل.
- مقارنة الفرد بين حاجاته وما لديه.

- مقارنة ما أراد تحقيقه وما توصل إليه في ثلاث سنوات الأخيرة.
- إن الفرد يحصل على ما يستحق ويقارنه بما تحصل عليه الآخرين.

وتوصل (Michalos) في الأخير إلى أن الارتياح يتأثر بنسبة كبيرة لدى الفرد بسبب مقارنة ما لدى الفرد وما يريده هو ثم يليها بعد مقارنة الفرد نفسه بالآخرين، أما (سلييك، Selnik، 2003) فيرى أن المقارنة تتم على أساس الطموح، الأهداف، الحاجات بحيث تعتمد طموحات الفرد على خبرات الآخرين ولاقي يراها الفرد مرجعا له في المقارنة بين ما لديه وما لدى الآخرين، أما تعليق الباحث على هذه النظرية هو أنها هذه الأخيرة ركزت كثيرا على جانب المقارنة الذي يمكن أن نجده لدى أشخاص لكن هذه الفكرة لا يمكن تعميمها على الجميع وهي ليست مطلقة، لأن هناك من لديه قناعات حول فكرة وجود فروق فردية ومن هو أفضل ولديه كفاءة معينة في جانب معين قد لا يصل إلى تلك الأفضلية في جانب آخر في حياته، خاصة وأن المجتمعات مقسمة إلى طبقات منذ الأزل رغم أنها تدعي العدالة الاجتماعية، هذا ويشير الباحث إلى دور القوى الخفية في هندسة البشر وتأثيرات التنميط التي لا تفسح المجال للفرد أن يقارن نفسه بالآخرين وسط المجتمع، وفي الأخير نجد أن النظريات الثلاثة السابقة قد دافعت على أفكارها وتوجهاتها المتعلقة بالجوانب الأساسية التي تؤثر على الارتياح النفسي لدى الفرد وقد بررت هذا من خلال دراسات أجريت في هذا الشأن، حيث أن النظرية النفسية غلبت ما هو نفسي والنظرية الاقتصادية غلبت ما هو مادي، في حين نجد أن النظرية الاجتماعية غلبت ما هو اجتماعي من خلال مقارنة الفرد نفسه بالآخرين وسط المجتمع في تأثيرهم على مستوى الارتياح النفسي لكن في حقيقة الأمر لا بد من اجتماع كل هذه العوامل الثلاثة وربما أكثر حتى تتحقق الراحة النفسية وهذا في ظل التغيرات المتسارعة التي تحدث والتي بدون شك ستغير الرؤى حول دراسة العوامل المؤثرة بشكل مباشر أو غير مباشر على الارتياح النفسي لدى الإنسان.

5- نماذج الارتياح النفسي:

5-1- نموذج سان - Sen (نموذج القدرة): يعتمد هذا النموذج على تحديد مجموعة من المفاهيم هي: المنفعة الاختيار، القدرة، ويعرف القدرة على أنها ما يقدر الفرد القيام به من وظائف بحيث يمكن الفرد أن يشعر بالارتياح من عدمه من خلال تقييمه لقدرة على تحقيق الوظائف الأساسية ذات القيمة والمنفعة التي تساهم في العيش في هناء مثل التمتع بالصحة الجيدة، فالمنفعة تخضع لمبدأ تلبية الحاجات المفقودة لدى الفرد فمثلا الفقراء يركزون على تحقيق الوظائف التي تضمن لهم الصحة والمأوى والغذاء (O'Brien, 2008 :47)، لذا يمكننا القول بأن الوظائف التي يقوم بها الفرد وتنوعها لها علاقة بالقدرة التي يمنحها المستوى الاجتماعي والاقتصادي للفرد، وتجدد

الإشارة إلى ان الوظائف التي يقوم بها الأغنياء ليست نفسها التي يقوم بها الفقراء والتي يقوم بها الأصحاء ليست بمثل التي يقوم بها المرضى ممن يعانون الإعاقات المختلفة، لذا يتم تقييم الارتياح وفق نموذج (سان - Sen) على أساس الوظائف والقدرة على تحقيقها، لكن لابد من تحديد قيمة الأشياء والأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها من خلال أدائه للوظائف، وهذا مرتبط بجزية الفرد في العيش بطرق مختلفة بالرغم من أنه يمكن أن تكون البدائل المتاحة لا تمثل درجات الحرية، بالإضافة إلى أنه يكون لدى الفرد اختيار بين عشرة بدائل ولكن لا قيمة لها وأن الفرد يمكن أن تكون له الحرية لكنه لا يستطيع تحقيق أي شيء لأنه لا يملك القدرة على تحقيقها أو لأن هذه الاختيارات لا تتضمن الأشياء أو الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، وتطرت أيضا هذه النظرية إلى علاقة الارتياح والرعاية والمستوى المعيشي وأشارت إلى أن المحقق ينشأ من تقييم الفرد لما حققه من بين ما يسعى إلى تحقيقه بشكل عام وأن الارتياح يتجلى في الارتياح الفردي ومختلف الوظائف الأساسية التي تساهم في تحقيق الارتياح العام، لذا يرى (Sen) أن الارتياح يمكن أن يتولد بأمر متعدد، ففعل الخير مثلا يعتبر وظيفة تساهم في تحقيق الارتياح ولكن بالنسبة له فإن الارتياح ليس هو الهدف الوحيد الذي يسعى الفرد لتحقيقه وإنما يمكن أن تكون هناك أهداف أخرى والتي تعطي للحياة غاية ومعنى، وقد فرقت هذه النظرية أيضا بين الارتياح والمستوى المعيشي وهذا باعتبار أن الارتياح يتعلق بالآخرين أما المستوى المعيشي متعلق بالفرد فقط، فعلى سبيل المثال عند حدوث مكروه لصديق فقد يؤثر هذا على ارتياح الفرد وقد يشعر بمشاعر سلبية لكن هذا لا يؤثر على المستوى المعيشي للفرد (49: مرجع سابق, O'Brien) ، أما في ما يتعلق بالمساواة والارتياح فنموذج القدرة يقترح تحديد مجموعة من القدرات التي تكون احتياجات الفرد الأساسية حتى يتمكن من تحديد المستوى الأدنى الذي لا يجب أن ينزل الفرد دونه، ويرجع (Sen) هذا إلى طريقة التفكير لدى الفرد في تحديد العتبة التي تناسب احتياجاته ولا يكون هذا إلا بالمعرفة، ومن هذا المنطلق يعرف نموذج القدرة الارتياح النفسي على أنه الفرق بين القدرة الحقيقية والتوقعات، وهو ليس فقط ما يحققه الفرد وإنما هو البدائل التي تمنح للفرد فرصة الاختيار من بينها (تلمساني، 2016: 55-56-57).

5-2- نموذج الرعاية والارتياح (الحب، الامتلاك، الوجود) : تأسس هذا النموذج من خلال الدراسة التي قام بها (Allardt, 1993) وتضمنت مقارنة الارتياح النفسي لدى الأفراد في بلدان عديدة من العالم وقد استمد أفكاره من نموذج " الانتعاش - Welfare) الذي تم في دولة السويد وقد اعتمد هذا الأخير على المؤشرات الموضوعية للارتياح فقط، لكن في نموذج الرعاية فهو يعتمد على المؤشرات الموضوعية والذاتية معا لأن المؤشرات

الموضوعية يمكنها تحديد المستوى المعيشي لكن لا يمكنها تقدير مدى رضا الفرد أو عدم رضاه عن جوانب أخرى (كوني و لينتونان -Konu & Lintonen ، 2005 : 28)، ويرى Alldart أن الموارد ليست إلا عنصرا من عناصر الارتياح مثل توفر الجانب المادي فقط، وإنما هو يركز على الجانب الإنساني والعلاقات الاجتماعية أيضا، وقد قسم نموذجها إلى ثلاث أبعاد هي:

- الامتلاك (**Having**): يقصد بها امتلاك الصحة والتعليم والموارد الاقتصادية والعمل وكل ما يملكه الفرد.
- الحب (**Loving**): يتضمن العلاقات الاجتماعية ودرجة الشعور بالانتماء إلى المجتمع والارتباط والإنخراط في التنظيمات كتنظيمات العمال والجمعيات.

- الوجود (**Being**): وهو يعبر عن نمو الشخصية بعيد عن كل ما هو سلبي ويتجلى في المشاركة في الحياة السياسية والنشاطات المختلفة والاستمتاع بالطبيعة (O'Brien,2008 : 51).
لقد حدد هذا النموذج المؤشرات الموضوعية والذاتية للارتياح النفسي وفق الجدول التالي:

جدول (3) يبين المؤشرات الموضوعية والذاتية للارتياح النفسي (O'Brien,2008 : 138).

المؤشرات الذاتية	المؤشرات الموضوعية	الأبعاد
الشعور الشخصي بالرضا أو عدم الرضا عن المستوى المعيشي والظروف المحيطة	المقاييس الموضوعية للمستوى المعيشي والظروف المحيطة	الامتلاك: الحاجات المادية والشخصية
الشعور الشخصي بالسعادة أو عدم السعادة حول العلاقات الاجتماعية	معايير موضوعية للعلاقات مع الآخرين	الحب: الحاجات الاجتماعية
الشعور الشخصي بالنمو	معايير موضوعية لعلاقات الأفراد مع المجتمع والطبيعة	الوجود: الحاجات الشخصية للنمو والتطور

5-3- نموذج المساواة من أجل الارتياح: يعتبر (بيكر وآخرون - Baker et al ، 2004) من أصحاب هذا النموذج الذي يرى أن المساواة هي الشرط الأساسي في ارتياح الأفراد وهم يقسمون ويصفون الارتياح وفقا لقيم الحرية والمساواة والأخوة التي يطلق عليها اسم التضامن في وقتنا الحالي، ويؤكد هذا النموذج على أن المساواة هي القيمة المركزية للارتياح وأن الحرية والقيمة مرتبطان بالمساواة، لذا يجب أن تتحقق هذه الأخيرة في الجوانب التالية: الجانب الاقتصادي، الجانب الاجتماعي، الجانب الثقافي، جانب الرعاية والحب والتضامن، جانب العمل والتعليم (O'Brien,2008 : 53)، وقد تظهر اللامساواة في هذه الجوانب السابقة وقد تشترك مع بعضها

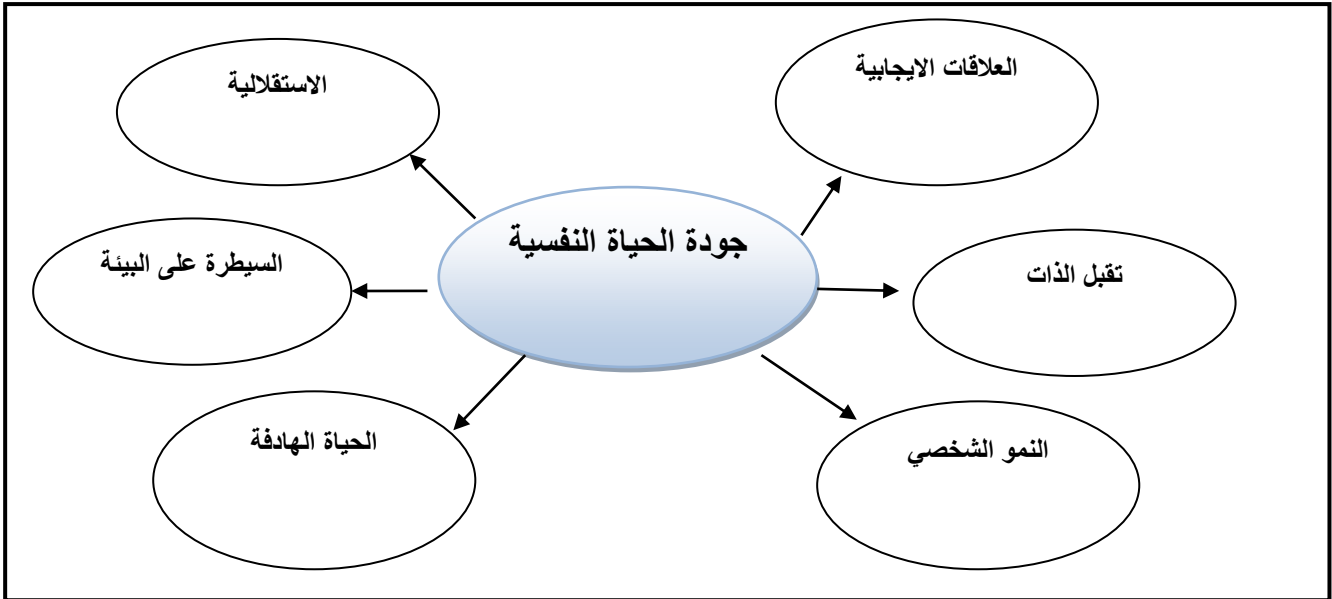
في خلق جو غير لائق لدى الفرد يؤثر سلباً على ارتياحه النفسي، وتتم الإشارة أيضاً إلى أن المساواة تشمل المساواة في الجانب العاطفي الذي يعتبر نموذجاً في حد ذاته بحكم أن الحب والتضامن لهم دور كبير في شعور الفرد بالارتياح النفسي، ويضيف (Baker) في هذه النقطة إلى أن مشكلة الآثار المترتبة عن غياب الحب والرعاية للأفراد ويستشهد بنظرية التحليل النفسي التي تؤكد على أنهما من أسباب ظهور الاضطرابات النفسية والعقيلة (مسعودي، 2016: 52-53).

4-5- نموذج العوامل الستة لـ (رايف وكيز - Ryff & Keyes، 1995): يعتبر نموذجاً للارتياح

النفسي وهو يعبر عن جودة الحياة النفسية وكل ما يتعلق بالجوانب الإيجابية لدى الإنسان بحيث عرف هذا النموذج باسم " نموذج العوامل الستة " والتي سنعرضها من خلال الشكل التالي:

شكل (7) نموذج الارتياح النفسي لـ (رايف وكيز - Ryff & Keyes، 1995) (في مسعودي،

(2006: 33)

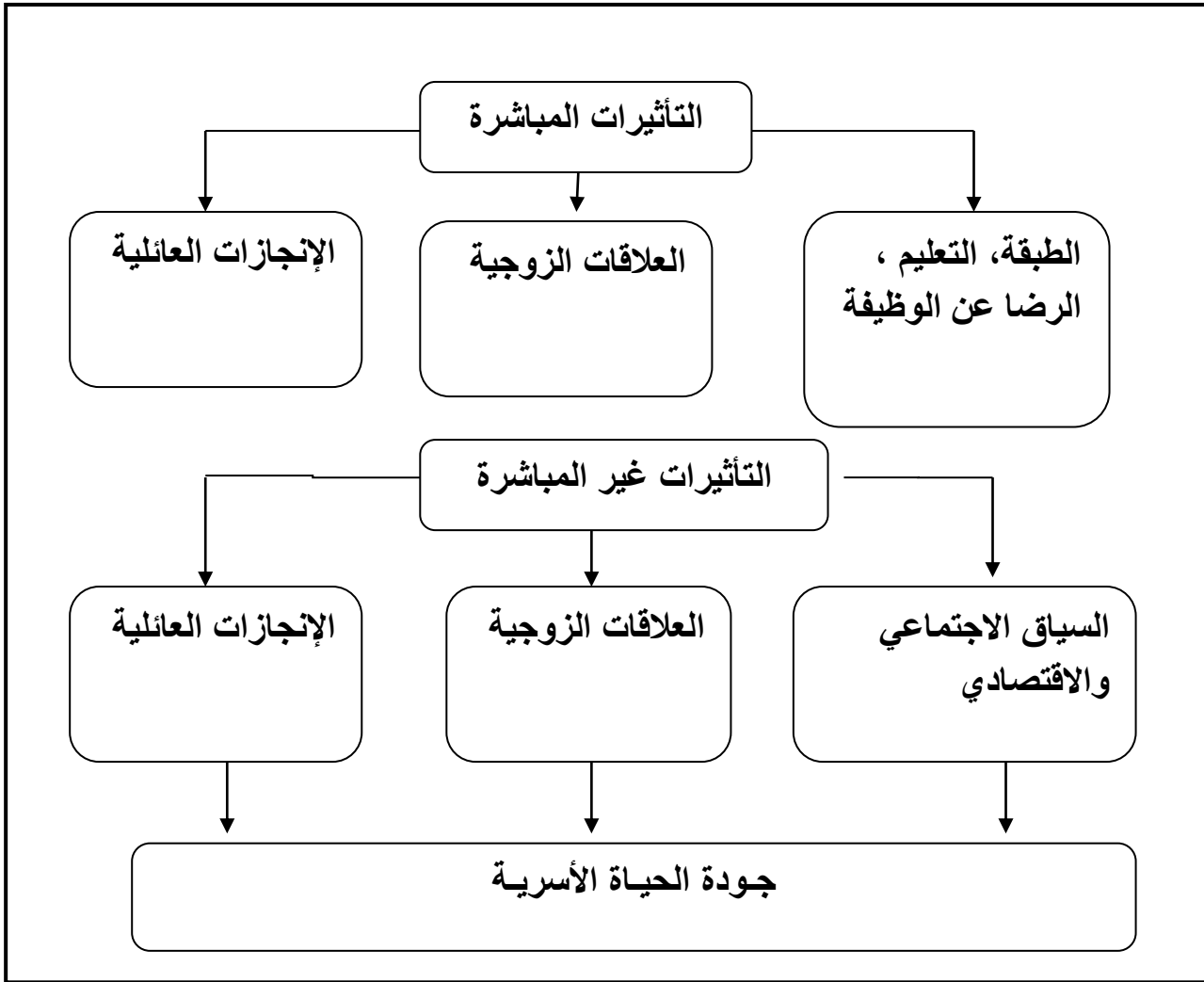


5-5- نموذج العوامل الأسرية من أجل الارتياح النفسي: يعتبر هذا النموذج من نماذج الارتياح النفسي وهو

يعبر عن الدور الذي تلعبه جودة الحياة الأسرية في تحقيق الرضا والسعادة مثل: الزواج، العلاقات العائلية الناجحة

كما هو مبين في الشكل التالي:

شكل (8) : نموذج العوامل الأسرية المؤثرة في الارتياح النفسي (مسعودي، 2006 : 34)



من خلال الشكل (8) يمكننا القول بأن الشعور بالارتياح النفسي يخضع لجودة الحياة الأسرية التي تتوفر على خصائص معينة مثل الإنجازات الخاصة بأفراد العائلة والجو الأسري، الحالة الاقتصادية للأسرة ونوع العلاقات الاجتماعية، وهناك عوامل غير مباشرة تتضمن المساندة الوالدية والأخوة والعلاقات الزوجية والطبقة التي تنتمي إليها الأسرة ومستوى التعليم والرضا عن الوظيفة (عبد المقصود، 2006 : 256).

6- المتغيرات الأساسية للارتياح النفسي : يتكون الارتياح النفسي من عدة متغيرات والتي يجب معالجتها والتطرق إليها خلال دراسته ومعرفة كل ما يتعلق به و من أهم المتغيرات التي يجب معرفتها هي:

6-1- الارتياح النفسي ثنائي المتغير: هناك متغيرين رئيسيين لدراسة متغير الارتياح النفسي وهما في ما يلي:

- المدخل اللذي، **Hedonic** : أو ما يسمى بجودة الحياة الذاتية وهذا المدخل ينظر إلى الارتياح على أنه جوهر المزاج الايجابي والرضا عن الحياة بشكل عام ما يساهم في تنمية الشعور الإيجابي.

- المدخل النفسي: يركز على نضج الشخصية وتنمية القدرات الكلية للفرد وهو يعطي أهمية كبرى للكثير من المتغيرات النفسية التي أشارت إليها Ryff في دراستها والتي أصبحت من أسس علم النفس الإيجابي مثل تنظيم الذات، تقدير الذات، العلاقات الإيجابية، التوافق).

6-2- الارتياح النفسي ثلاثي الأبعاد: ترى (أماني عبد المقصود، 2006) أن العديد من الباحثين يرون أن الارتياح النفسي يتضمن ثلاثة أبعاد هي:

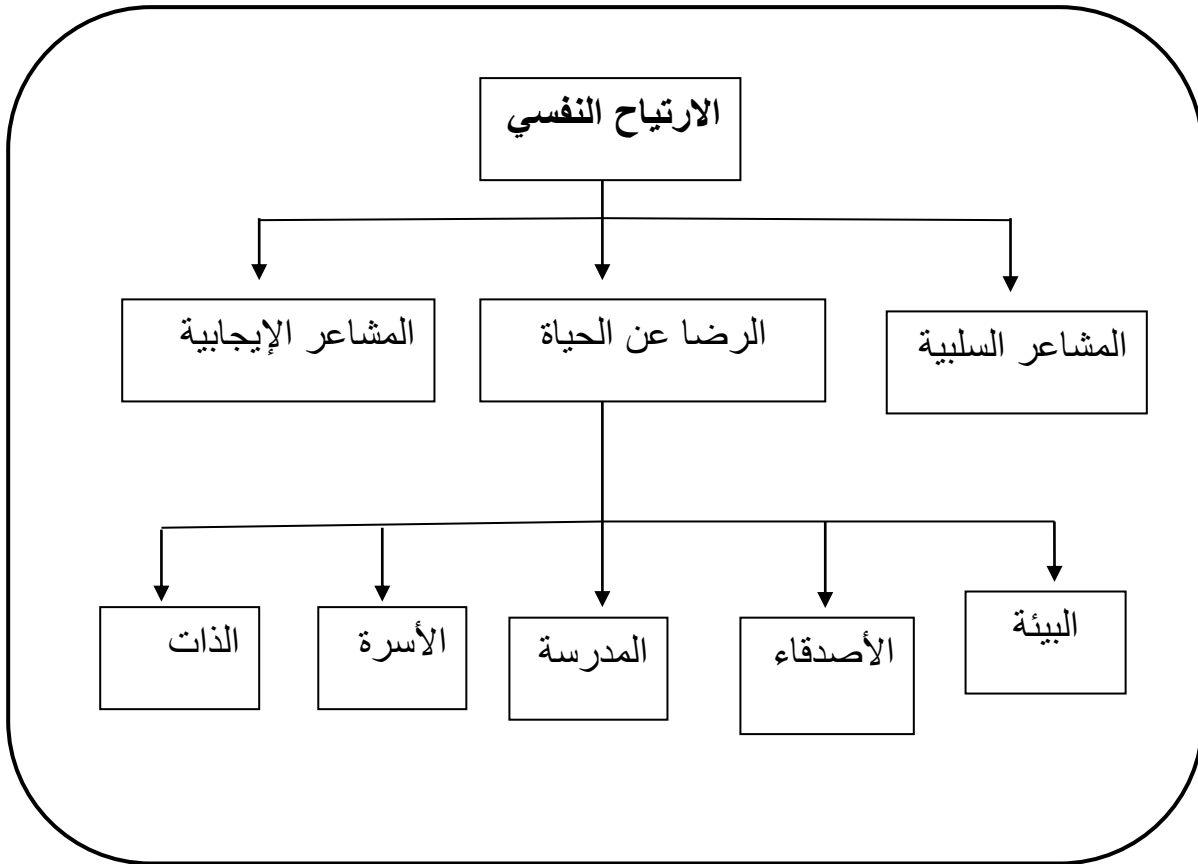
- **جودة الحياة الذاتية:** تعني الشعور الذاتي بجودة الحياة، وتركز على الآليات التي تجعل الفرد سعيد وراض عن حياته وهي تعبر أيضا عن تصور الأفراد وتقييمهم لحياتهم من الناحية الانفعالية والسلوكية، الأدوار النفسية والاجتماعية التي تعد أبعاد مهمة للصحة النفسية.

- **جودة الحياة النفسية:** تركز على الصحة النفسية والجوانب الايجابية للفرد مثل: القدرة على متابعة الأهداف ذات مغزى، والنمو والتطور وإقامة علاقات ايجابية مع الآخرين.

- **جودة الحياة الموضوعية:** تتضمن خمسة متغيرات أساسية وهي تتعلق بالمجالات التالية: السعادة المادية ، السعادة الصحية، النمو والنشاط، السعادة الاجتماعية، السعادة الانفعالية (مسعودي، 2016: 33-34)

أما (سولدو، Soldo) فيرى أن الارتياح يتكون من المشاعر الايجابية والمشاعر السلبية والرضا عن الحياة وقد حدد مجالات له كما هو موضح في الشكل التالي:

الشكل (9) مخطط سولدو للارتياح النفسي (راندولف، كانغاس، روكامو، Randolph, Kangas, Ruokamo, 2009 : 81)



7- الارتياح النفسي وعلاقته ببعض المفاهيم الأخرى: هناك بعض المفاهيم والمصطلحات وثيقة الصلة بالارتياح النفسي وتتداخل معه رغم وجود الاختلافات ونذكر أهم هذه المفاهيم في ما يلي :

7-1- الارتياح النفسي وجودة الحياة: اهتم الكثير من العلماء بدراسة الخبرات الذاتية الايجابية والعادات والسمات الشخصية الإيجابية التي تؤدي إلى تحسين جودة الحياة وتجعل لها قيمة ومعنى (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000: 07) وقد قدم كل من (بونومي وباتريك وبوشنيل، Bonomi & Patrick & Bushnel) تعريف لجودة الحياة كونها مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها بالإضافة إلى علاقته مع البيئة التي يعيش فيها، وتتمثل أيضا في درجة رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، وإدراك هؤلاء الأفراد لقدرة الخدمات التي تقدم لهم بهدف إشباع حاجاتهم المختلفة، فجودة الحياة لها علاقة بالقيمة المادية والبيئة النفسية والاجتماعية

للفرد (06 : Bonnomi et al,2000)، ومن الضروري التركيز على معرفة جودة الحياة النفسية والرضا عن الحياة والسعادة الشخصية حتى نصل إلى مفهوم شامل وكامل لجودة الحياة.

7-2- الارتياح النفسي وجودة الحياة الذاتية: استعملت العديد من الدراسات مصطلح جودة الحياة الذاتية مع جودة الحياة النفسية بالتبادل، لكن (دينر، Diener ، 1995) رأى أن جودة الحياة الذاتية تتضمن تقييم الفرد لردود أفعاله في حياته الشخصية والتي تعبر عن الرضا عن الحياة وعن العلاقات مع الآخرين والحالة المزاجية والوجدانية الإيجابية.

7-3- الارتياح النفسي وعلاقته بالصحة النفسية الإيجابية: يشير (Diener & Diener, 1995) إلى أن مفهوم الارتياح النفسي يستعمل بالتبادل مع مفهوم الصحة النفسية الإيجابية مثلما ورد في تعريف منظمة الصحة العالمية في تعريف الصحة النفسية على أنها حالة من الشعور بالسعادة وفي نفس السياق يرى (Masse 504 – 475 : et al, 1998) أن مصطلح الصحة النفسية يتكون من عنصرين أساسيين هما: الأول سلبي وهو الضيق (الكدر النفسي) والثاني ايجابي يتمثل في جودة الحياة النفسية.

7-4- الارتياح النفسي وعلاقته بجودة الحياة الانفعالية: يقصد بجودة الحياة الانفعالية الخلو والتحرر من المشكلات الانفعالية مثل القلق، الخوف، الاكتئاب مع القدرة على التكيف والتوافق مع الضغوط بدون اللجوء إلى أساليب غير توافقية مع القدرة على التعبير عن المشاعر والتواصل الإيجابي. (سليم، عكاشة، 2010)

7-5- الارتياح النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية: يرى بعض الباحثين أن هناك علاقة بين مفهوم الارتياح النفسي ومفهوم المرونة النفسية التي توظف بدورها على أنها القدرة التحمل ومواجهة الشدائد ومن جهة أخرى القدرة على التعافي والتجاوز السريع للصدمات النفسية التي تخلفها أحداث الحياة وتعرف المرونة النفسية أنها قدرة تساعد الفرد على المواجهة الإيجابية والتأقلم والتوافق الإيجابي مع التهديدات والعثرات والنكبات التي يتعرض لها في حياته وتحقيق نواتج حياتية إيجابية رغم هذه الظروف الصعبة (أبو حلاوة، 2006، 05). وبناء على ما سبق يمكن القول أن الارتياح النفسي يشكل البعد النفسي لجودة الحياة، كما أن جودة الحياة الذاتية تمثل الجانب الداخلي المعبر عنه بالرضا عن الحياة وعن العلاقات مع الآخرين وهنا نستنتج بأنها جزء من الارتياح النفسي بينما يمثل الارتياح النفسي البعد الإيجابي للصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة الانفعالية، بدليل أن هذه الأخيرة تمثل البعد الخاص بالكفاءة في التعامل مع الانفعالات والمشاعر مما يؤدي إلى تلقي الفرد تدعيمات اجتماعية إيجابية من الآخرين أثناء التفاعل معهم مما يؤدي إلى تقبله لذاته ورضاه عن حياته، أما المرونة النفسية فهي تعبير عن قدرة

الفرد على تجاوز العثرات والمحن وسرعة تعافيه من التأثيرات السلبية التي تخلفها أحداث الحياة وهذه القدرة تزيد من القابلية في تحسين جودة الحياة النفسية والارتياح ككل لدى الفرد، لذا يمكننا القول أيضا بأن هناك خطوط رفيعة جدا بين مفهوم الارتياح النفسي وكل المفاهيم السابقة وعليه يلزم على أي باحث التركيز أكبر عليها للوصول إلى أهداف بحثه من خلال التمييز بين المصطلحات المتقاربة.

8- أبعاد الارتياح النفسي: أفرزت نتائج الدراسات التي قام بها الباحثين حول موضوع الارتياح النفسي أن هذا المفهوم يتطور في مضامينه حيث تشير الدراسات التراكمية عن تطوره من مرحلة إلى أخرى وعليه نجد أن (Ardell, 1984) حدد أربعة أبعاد للارتياح النفسي وهي :

- الوعي الغذائي.
- الوعي الفيزيائي.
- الإحساس بالمحيط.
- إدراك وتسيير القلق، أما (ميكالوس، 1985) فقد حدد (12) بعد وهي: السكن، تقدير الذات، النقل، التعليم، الأمن المالي، المساحة المعاش فيها، التدخين، الراحة، الدخل، الصداقة، الصحة، العلاقات الأسرية.
- ويشير (رايف، Ryff ، 1989) إلى ستة أبعاد للارتياح النفسي وهي:
- العلاقات الايجابية مع الآخرين والمتضمنة العلاقات الشخصية الايجابية التي يسودها الدفء والثقة المتبادلة والقدرة على الحب .
- الاستقلالية في اتخاذ القرارات دون الاعتماد على الآخرين.
- التمكين البيئي ويتضمن استفادة الفرد من موارد البيئة التي يعيش فيها مع القدرة على اختيارها والتمتع بما يناسبه (تلمساني، 2015: 62-63).
- الهدف في الحياة وهذا من خلال إدراك الغرض من الحياة فالفرد يعتمد على ماضيه وحاضره ويتوجه نحو المستقبل من أجل إيجاد معنى لحياته.
- النمو الشخصي من خلال تنمية الذات والاستفادة من الخبرات التي تساهم في ذلك.
- تقبل الذات، أما (دايفس، Davis، 1992) حدد سبعة أبعاد للارتياح النفسي وهي : بعد العمل، البعد المالي، البعد الاجتماعي، البعد الروحي أو الديني، بعد تطوير الذات، بعد الراحة، البعد الفيزيائي.

وتمت الإشارة إلى عشرة أبعاد للارتياح النفسي في دراسة كل من (كايت، Keith) و(هال، Heal) سنة 1996 وهي كالتالي: الرضا، العلاقات، الصحة، الحقوق، الاحتواء الاجتماعي، الخصوصية، الضبط الفردي الأمن الاقتصادي، النمو والتطور، البيئة، وقد قامتا بتصنيف هذه المكونات في ثلاثة أبعاد هي:

- القيم .

- الفعالية.

- النشاط. (تلمساني، 2015: 62 - 63)، وفي سنة 1998 حدد كل من (ميرز و ويتمر، Myres & Witmer) خمسة أبعاد وهي كالتالي: التدين، الراحة، الحب، التوجيه الذاتي، الصداقة (فرينون، 2004: 26- Fraillon)، أما (كيم، Kim) فأشارت من خلال دراستها سنة 2001 إلى أبعاد الارتياح التالية:

- القبول والاعتراف، العلاقات، الصحة البدنية، الصديق الحميم، التسامي بالذات، ضبط الذات، الأمن الاقتصادي، الإنجاز، التدين، أما (كومينز، Cummins) فقد بدأ بتحديد خمسة أبعاد سنة 1996 وهي الصحة، المستوى المعيشي، الإنجازات، العلاقات، الأمن ، وعلى أساس هذه الأخيرة تم تصميم مؤشر الارتياح الشخصي (PWI) والذي نعتمد عليه في دراسنا الحالية وهو عبارة عن وسيلة مختصرة لإجراء المقارنات الثقافية، وتم عرض النسخة الأولى منه من طرف (Cummins) ثم طورت بفضل الجهود المشتركة للمجموعة الدولية للارتياح لتصبح سبعة أبعاد، ويهدف هذا المؤشر إلى قياس درجة الرضا حول المجالات السبعة التي تمثل التجزئة الأولية للسؤال العام حول الرضا عن الحياة بشكل عام، وأصبح بعدها يشمل المجالات التالية: المستوى المعيشي، الصحة، الامن الشخصي، العلاقات الاجتماعية، الأمن المستقبل والإنجازاتوقد تساهم هذه الأخيرة في التنبؤ بالرضا عن الحياة بشكل عام، وقد عرف المقياس تعديلا من خلال إضافة بعد ثامن وهو بعد التدين أو الحياة الروحية (Religiosity) وقد وجد (تيليون، Tiliouine) سنة 2009 أن هذا البعد يساهم في الرضا عن الحياة في المجتمع الجزائري (Tiliouine,2009 : 109-127).

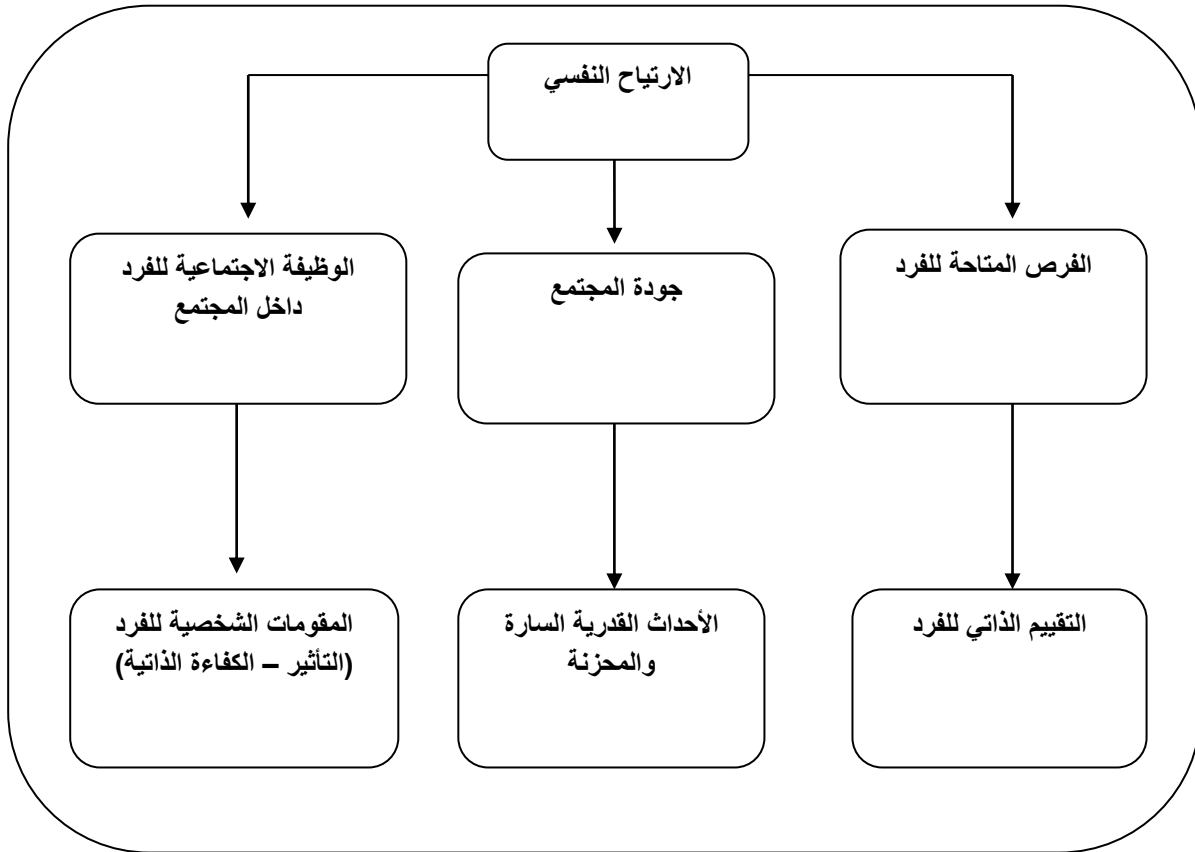
وفي الأخير يمكننا القول أن أبعاد الارتياح النفسي تخضع للعديد من المعايير الشخصية، الاجتماعية،الاقتصادية وحتى الثقافية، وقد يفترض أن المجتمعات التي تعاني من المشاكل الاجتماعية والاقتصادية أن تحدد أبعاد الارتياح النفسي انطلاقا من هذه المشاكل وتقوم بتقييم مستوى الارتياح انطلاقا من درجة التحكم الجيد وإيجاد حلول لها وتجاوزها لتحقيق الارتياح، أما المجتمعات التي تعاني من الحروب وقلة الأمن فهي ترى أن أبعاد الارتياح في الأمور المتعلقة بتوفير الأمن والغذاء والمأوى والتكفل الصحي الجيد... وقد يلجأ العديد من الباحثين إلى الجوانب المفقودة

في المجتمعات أو الجوانب التي تتميز مجتمع عن آخر وهم يبنون أفكارهم تبعاً لها، وخير دليل على ذلك ما قام به (Tiliouine, 2009) الذي اعتمد على جانب الدين الإسلامي الذي يميز البلدان الإسلامية والعربية ومنها الجزائر وأدرج بعد الدين كإضافة بمقياس الارتياح النفسي لـ (Cummins) وتوصل إلى أنه يساهم في الارتياح النفسي وهو بعد مفقود في البلدان التي تعتنق ديانات أخرى وبالتالي يمكن القول أن موضوع الارتياح النفسي يتطلب العديد من الدراسات المتتالية وبدون انقطاع نظراً لتشعب واتساع هذا المفهوم الذي يمكن تناوله من زوايا مختلفة.

9- محددات الارتياح النفسي: يلخصها (فينهوفن، Veenhoven، 1996) حسب الشكل التالي:

شكل (10) يوضح محددات الارتياح النفسي (Veenhoven، 1996) في (عبد العالي، علي

مظلوم، 2013 : 89)



نلاحظ من خلال الشكل (10) أن محددات الارتياح النفسي تتركز على عدد ونوعية الفرص التي يستغلها الفرد لإشباع حاجاته المختلفة، وقد يتميز المجتمع بالجودة والظروف المهيأة التي تتيح للفرد الفرص كي يستغلها انطلاقاً

من طموحات وأهداف مما يساهم أيضا في تأدية الوظائف داخل المجتمع ويقوم بأدواره على أحسن حال وهنا يتضح لديه أسلوب حياته الذي ينمي مهاراته الاجتماعية، وقد تتدخل مقومات الشخصية والكفاءة والتقييم الذاتي وطبيعة الأحداث سواء السارة أو المحزنة في التأثير على الارتياح النفسي، لذا يمكننا القول أن هذه المحددات هي التي تضبط العوامل التي يجب أن تتوفر لبلوغ الرفاه الشخصي.

10- الارتياح النفسي المدرسي (School Wellbeing):

يعرفه " تاغيري، Tagiuri، 1998 " انطلاقا من أربعة أبعاد هي المحيط الفيزيقي المتمثل في المحيط المدرسي وخصائص الفرد والجماعة وتعني خصائص المتعلم والزملاء بالإضافة إلى أعضاء الدراسة مثل: المعلمين وحدد أيضا أبعاد الثقافة والاعتقادات والقيم التي تتمثل في القوانين التي تسير المدرسة وهناك العلاقات وهي تتمثلي العلاقات مع المعلمين والزملاء (فان بينجام، Van Petegem ، 2008: 134) أما (جويس ابستان، Joyce، Epstein، 1976) فعرفت الارتياح النفسي المدرسي على أنه رد فعل التلاميذ على أبعاد العلاقة التالية:

- الرضا عن المدرسة بشكل عام.
- المسؤولية نحو العمل المدرسي والارتباط به.
- الموقف من الأستاذة.
- درجة الرضا عن الجو الذي يخلقه الأستاذ في القسم (Randolph et al, 2008 : 82).
- أما (نوتبوم، Nutbeam) و (وولد، Wold) و (كاناس، Kannas) سنة 1998 فقد حددوا ثلاث أبعاد للارتياح المدرسي وهي كالتالي:
- تقديم الدعم للتلميذ من طرف الأستاذ.
- الشعور بالأمن في المدرسة.
- الدعم من طرف الزملاء. (كليمنت، Clement ، 2010: 44).
- وفي سنة 2002 قدم كل من (كوني، konu) و (رامبيلا، Rimpela) أربعة أبعاد للارتياح المدرسي هي:
- ظروف التمدرس.
- وسائل تحقيق الذات.
- العلاقات.
- الصحة.

والملاحظ أنهما أضافا بعد الصحة الذي لم يتم تحديده من طرف الباحثين المساهمين في هذا المجال في حين نجد أن (جيلمان، Gelman) و (هابنر، Huebner) سنة 2003 قد أضافا بعد التحصيل الدراسي وقد حددا بدورهما أربعة أبعاد للارتياح المدرسي وهي كالتالي:

- التقييم العام لسعادة المتعلم داخل المدرسة.
- الجو المدرسي.
- الذكاء والقدرة على تكوين الجماعات في القسم.
- التحصيل الموضوعي والمدرک (Randolph et al, 2008 : 81)، وفي نفس السياق يرى (أنجل وآخرون، Engels et al ، 2004) أن الارتياح النفسي المدرسي يتضمن الجمع بين الحياة الانفعالية والعوامل المحيطة والمدرسة بالإضافة إلى حاجات وتوقعات التلاميذ (كليمنت، Clement ، 2010: 40) أما (فان بيتجم، Van Petegem ، 2004) الذي يرى أن الارتياح يعبر عن حالة المشاعر الايجابية نتيجة التوافق بين مجموعة من العوامل والحاجات الشخصية والتوقعات اتجاه المدرسة، ويمكن القول بأن (بيتجم) قد ركز على الحالة النفسية الجيدة للتلميذ مع غياب المشاعر السلبية كالقلق، الخوف، الغيابات، بالإضافة إلى بناء علاقة جيدة للتلميذ مع المحيط المدرسي ويقصد به الزملاء ، المعلمين مع القدرة على التكيف وهذا راجع إلى نوعية الوسط المدرسي الذي لا بد أن يستجيب إلى حاجات الطلاب. (Van Petegem, 2008:28)

مما سبق يمكننا القول أن تحقيق الارتياح النفسي المدرسي هو جزء من الارتياح النفسي الشخصي خاصة في ما يتعلق بتنمية الذات وتحقيق الإنجازات أو الرضا عن الدراسة والأداء والتحصيل الدراسي والعلاقات كحاجة اجتماعية بالإضافة إلى التمتع بالصحة والشعور بالرضا نحو البيئة المدرسية وكلها مؤشرات توحى بالارتياح المدرسي وبالتالي الوصول إلى تحقيق الرضا عن الحياة بشكل عام.

خلاصة الفصل:

رغم اهتمام الدراسات بموضوع الارتياح النفسي انطلاقاً من الفلاسفة القدماء إلى غاية الدراسات في علم النفس الإيجابي، حول العوامل التي تساهم في زيادة جودة حياة الأفراد والمجتمع وبالتالي تحقيق الازدهار والرضا عن الحياة إلا أن مفهوم الارتياح النفسي، يبقى معقدا نوعاً ما ولهذا نجد أن له تعاريف عديدة، ومن جهة أخرى نلاحظ كثرة العوامل التي تساهم في شعور الفرد بالرفاه الشخصي من خلال الإحساس بالبهجة والسرور، وتجدد الإشارة إلى أن هناك من يستعمل مفهوم الارتياح النفسي بالتبادل مع مفهوم جودة الحياة أو جودة الحياة النفسية وآخرين ينوعون في تحديد أبعاده وهذا في ظل تعدد النظريات والبحوث المساهمة في تفسير هذا المفهوم الذي مهما تمت دراسته يبقى هذا قليل جداً لأنه يستدعي المعالجة والبحث فيه بشكل مستمر ومتواصل من أجل الإثراء العلمي ومن جهة أخرى معرفة الآليات والميكانيزمات التي تحقق السلام الداخلي وتساهم في الحفاظ على الصحة النفسية والعقلية للفرد بحكم أنه الوحدة الأساسية في بناء المجتمع.

إجراءات الدراسة الميدانية

الفصل الخامس: إجراءات الدراسة الميدانية

أولاً : الدراسة الاستطلاعية

تمهيد.

- 1- أهداف الدراسة الاستطلاعية.
- 2 - مكان وزمان الدراسة الاستطلاعية.
- 3 - عينة الدراسة الاستطلاعية ومواصفاتها.
- 4- أدوات الدراسة الاستطلاعية.

خلاصة.

ثانياً: الدراسة الأساسية.

تمهيد.

- 1- أهداف الدراسة الأساسية.
- 2 - منهج الدراسة الأساسية.
- 3 - حدود الدراسة الأساسية.
- 4- عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها.
- 5 - أدوات الدراسة الأساسية.
- 6- إجراءات الدراسة الأساسية.
- 7- الأساليب الإحصائية الخاصة بالدراسة الأساسية.

خلاصة.

أولاً: الدراسة الاستطلاعية:

تمهيد:

نشير في هذا الفصل إلى محتوى الدراسة الاستطلاعية، مجتمع الدراسة وخصائصها وأدوات الدراسة والإجراءات التي اتخذت للتأكد من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لاستمارات منظور زمن المستقبل ببعديه فعالية الذات والتوجهات السلبية نحو المستقبل، التصورات المهنية والارتياح النفسي، حيث قام الباحث بإعادة تجريب مقياس منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي على عينة من الشباب المتمدرس بالبيئة الجزائرية، وبعدها صمم مقياس التصورات المهنية عبر عدة خطوات وعليه تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى مايلي:

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- التأكد من ملائمة أدوات الدراسة.
- قياس الخصائص السيكومترية للأدوات (صدق المحتوى والصدق اللغوي).
- التأكد من صلاحية التعليمات التي تتضمنها مقياس البحث وفهمها من طرف أفراد مجتمع الدراسة.
- التعرف على المدة الزمنية التي يستغرقها تطبيق كل أداة.
- تفادي العراقيل والصعوبات التي يتضمنها تطبيق أدوات البحث في الدراسة الأساسية.

2- عينة الدراسة الاستطلاعية وخصائصها:

تكونت عينة الدراسة لمقياس منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي من مئة (100) طالبو طالبة بالطور الثانوي والجامعي من كلا الجنسين، حيث تتراوح أعمارهم ما بين " 17 و 25" سنة من ثانوية لعزب أحمد بجديوية وطلبة من جامعة أحمد زبانة بغيليزان، في حين قدر زمن الدراسة الاستطلاعية بخمسة عشر يوم ابتداء من 15 مارس إلى غاية 05 أبريل 2023.

1-1- توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية وفق متغير الجنس والمستوى التعليمي لمقياس منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (04) توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية وفق متغير الجنس والمستوى التعليمي:

النسبة	المجموع	المستوى التعليمي		الجنس
		جامعي	ثانوي	
%37	37	16	21	ذكور
%63	63	33	30	إناث
%100	100	49	51	المجموع
		%49	%51	النسبة

نلاحظ من خلال الجدول (04) أن إجمالي أفراد العينة الاستطلاعية لمقياس كل من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي قدر بـ 100 فرد، حيث بلغت نسبة الإناث بـ %63 وهي أكبر نسبة مقارنة بالذكور التي قدرت بـ %37 أما من ناحية المستوى التعليمي فقدرت نسبة الطلبة بالمستوى الثانوي بـ % 49 وهي أقل نسبة مقارنة بمجموع عدد الطلبة ذوي المستوى الجامعي التي قدرت بـ %51 .

3- أدوات الدراسة :

3-1- وصف أدوات الدراسة:

3-1-1- الأداة الأولى: مقياس منظور زمن المستقبل (futur time perspective Scale)

مقياس منظور زمن المستقبل المصمم من طرف الباحث البارقي (2010)، وهو يتكون من بعدين أساسيين هما: فعالية الذات (22 فقرة) والاتجاهات السلبية نحو المستقبل (14 فقرة) كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول(5) يبين توزيع بنود مقياس منظور زمن المستقبل (إليك ملحق رقم 01)

الأبعاد	الفقرات
فعالية الذات	1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8 ، 9 ، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ،
التوجه نحو المستقبل	23 ، 24 ، 25 ، 26 ، 27 ، 28 ، 29 ، 30 ، 31 ، 32 ، 33 ، 34 ، 35 ، 36

أما عن سلم الإجابة فيتم الاختيار من 1 إلى 5 درجات في بعد فعالية الذات ، بحيث تعطى الدرجة (1) عند الإجابة بمعارض جدا، الدرجة (2) بمعارض، الدرجة(3) بمحايد، الدرجة (4) بموافق، الدرجة (5) بموافق جدا، أما فقرات بعد الاتجاهات السلبية نحو المستقبلتنقيطها يكون في اتجاه عكسي إذ تعطى الدرجة (1) عند الإجابة بموافق جدا، الدرجة (2) بموافق، الدرجة (3) محايد، الدرجة (4) معارض، الدرجة (5) معارض جدا.

3-1-2- الأداة الثانية: مقياس التصورات المهنية: "Professional Perceptions Scale"

تم استخدام مقياس التصورات المهنية المعد من طرف الباحث، والذي تضمن في البداية (51) فقرة، وبعدها خضع لعدة مراحل من التعديلات والتصحيحات حتى أصبح بـ (37) فقرة، موزعة بدورها على خمسة (5) أبعاد كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (6) يبين توزيع بنود مقياس التصورات المهنية على الأبعاد (إليك الملحق رقم: 06)

الأبعاد	عدد الفقرات	ترتيب الفقرات	تحديد الفقرات الموجبة	تحديد الفقرات السالبة	ترتيب الفقرات بالمقياس
البعد النفسي	8	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8	2، 4، 8	1، 3، 5، 6، 7	1 - 8
البعد الأكاديمي	8	9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16	9، 10، 11، 12، 13، 15	14	9 - 16
البعد الشخصي	7	17، 18، 19، 20، 21، 22، 23	18، 19، 20، 21	17، 22، 23	17 - 23
البعد الاقتصادي	8	24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31	25، 26، 27، 30، 31	24، 28، 29	24 - 31
البعد الاجتماعي	6	32، 33، 34، 35، 36، 37	كل الفقرات موجبة		32 - 37

- تتم الإجابة من طرف المفحوص على فقرات المقياس تبعا لمقياس ليكرت (Likert) الخماسي (موافق جدا، موافق، إلى حد ما، معارض، معارض جدا) بحيث تنقط الفقرات الموجبة بمنح الدرجة (5) في حالة الاستجابة بموافق جدا، والدرجة (4) في حالة الاستجابة بموافق، الدرجة (3) إلى حد ما، الدرجة (2) معارض، و الدرجة (1) في حالة الاستجابة بمعارض جدا، أما تنقيط الفقرات السالبة فيتم بطريقة عكسية إذ تمنح الدرجة (5) في حالة الاستجابة بمعارض جدا، الدرجة (4) معارض، الدرجة (3) إلى حد ما، الدرجة (2) موافق، والدرجة (1) في حالة الاستجابة بموافق جدا، وتمثل الدرجة المرتفعة على الأداة على علو مستوى التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس، بينما الدرجة المنخفضة على انخفاضه حيث تتراوح الدرجة الكلية على هذه الأداة ما بين (37 - 185).

3-1-3- الأداة الثالثة: مقياس الارتياح النفسي الشخصي (Subjectif Wellbing Scale):

هو مقياس عالمي صمم من طرف كومينز Cummins (2003)، وهو خاص بدراسة الرضا عن الحياة ومجالاتها، وقد وجد أن معامل الارتباط بين فقرات المقياس يفوق 0.50، وهو يفوق النتائج المتوصل إليها في البلدان الغربية كأستراليا (تيلوين، 2006 : 22) أما الثبات فقد وجد 0.85 (تيلوين، 2006 : 19)، ولكن العينة المطبق عليها هم الراشدين، إذ تم ترجمته وتطبيقه من طرف أساتذة مخبر العمليات التربوية والسياق الاجتماعي في الجزائر (PECS) عبر العديد من الدراسات المسحية، حيث قام تيلوين بتطوير هذا المقياس

بإضافة فقرة حول الحياة الروحية أو التدين، ليصبح المقياس بثمانية أبعاد جوهرية تتمثل في ما يلي: درجة الرضا عن المستوى المعيشي الصحة، الانجازات، العلاقات الاجتماعية، الأمن، الانتماء، الأمن تجاه المستقبل، الرضا عن التدين، ويتكون سلم الإجابة من الدرجة 0 إلى الدرجة 10 أي من عدم الرضا بتاتا إلى الرضا تماما، كما هو موضح في عنصر دراسة الخصائص السيكومترية لمقاييس الدراسة. (إليك الملحق رقم: 07).

4 - الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة: قام الباحث بالتحقق من المقاييس وهذا بإعادة تجريبها على المراهقين المتدربين في الثانويات (طلبة السنة الثالثة ثانوي بكالوريا) وأيضا على الطلبة الجامعيين، متوسط أعمارهم تتراوح ما بين (17 - 25) سنة وقد توصل إلى النتائج التالية:

4-1- حساب الصدق: تم حساب الصدق بطريقة الاتساق الداخلي للمقاييس من خلال ارتباط فقرات ومحاور المقاييس مع الدرجة الكلية، كما هو مبين في الجداول (7)، (8)، (9)، (10) .

الجدول (7) الاتساق الداخلي لمقياس منظور زمن المستقبل

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	*0.43	10	*0.41	19	*0.34	28	*0.60
2	*0.47	11	*0.28	20	*0.60	29	*0.46
3	*0.51	12	*0.35	21	*0.43	30	*0.46
4	*0.49	13	*0.47	22	*0.27	31	*0.70
5	*0.58	14	*0.43	23	*0.42	32	*0.47
6	*0.38	15	*0.45	24	*0.60	33	-0.04
7	*0.42	16	*0.33	25	*0.57	34	*0.26
8	*0.48	17	*0.43	26	*0.57	35	*0.47
9	*0.59	18	*0.35	27	*0.61	36	*0.56

* تعني مستوى الدلالة عند 0.05

نلاحظ من خلال الجدول (7) أن جميع معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها بحساب معاملات الارتباط لبرافي - برسون Bravais-Pearson بين فقرات مقياس منظور زمن المستقبل دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.05 ما عدا الفقرة (33) التي كانت غير دالة ويستوجب حذفها فيما بعد، أما عن قيم الاتساق الداخلي لهذا المقياس كانت كلها دالة حيث تراوحت ما بين (0.26-0.70) وهذا ما يشير إلى أن فقرات المقياس الأخرى لها اتساق داخلي متين يمكن الوثوق بها. (إليك الملحق رقم: 02)

الجدول (8) معامل الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التصورات المهنية

مستوى الدلالة **	معامل الارتباط	البعد
دالة عند 0.01	**0.66	البعد النفسي
	**0.56	البعد الأكاديمي
	**0.60	البعد الشخصي
	**0.59	البعد الاقتصادي
	**0.76	البعد الاجتماعي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (8) أن جميع معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها بحساب معاملات الارتباط لبرافي - برسون Bravais-Pearso بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التصورات المهنية هي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة 0.01 إذ تراوحت قيم الاتساق الداخلي ما بين (0.56 - 0.76) ويمكن الوثوق بها.

الجدول (9) معامل الارتباط بين الفقرات مقياس التصورات المهنية والبعد الذي تنتمي إليه

الأبعاد	الفقرة	معامل الارتباط	الأبعاد	الفقرة	معامل الارتباط	الأبعاد	الفقرة	معامل الارتباط
البعد الاجتماعي	34	**0.62	البعد الشخصي	17	0.17	البعد النفسي	1	**0.48
	35	**0.77		18	*0.26		2	**0.52
	36	**0.64		19	*0.31		3	**0.49
	37	**0.72		20	**0.34		4	**0.53
	38	**0.56		21	**0.44		5	**0.60
	39	0.220		22	**0.39		6	**0.43
	40	**0.51		23	0.13		7	**0.70
البعد الأكاديمي		**0.48	24	**0.48	8	**0.54		
		**0.49	25	**0.49	9	**0.68		
		**0.54	26	**0.54	10	**0.58		
		**0.66	27	**0.66	11	**0.33		
		**0.64	28	**0.64	12	**0.64		
		**0.58	29	**0.58	13	**0.65		
		**0.66	30	**0.66	14	**0.38		
		**0.55	31	**0.55	15	**0.62		
		**0.66	32	**0.66	16	**0.66		
		**0.38	33	**0.38				

* تعني مستوى الدلالة عند 0.05 / ** تعني مستوى الدلالة عند 0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) أن هناك ثلاث فقرات غير دالة ترتيبها بالمقياس كالتالي: (17)، (23)، و(39) مما استوجب حذفها، ونشير أيضا إلى أن هناك ارتباط قوي بين الفقرات الأخرى للمقياس والبعد الذي تنتمي إليه إذ نجد أن أغلبها كانت دالة عند 0.01 إلا فقرتين وهما (18) و(19) فكانتا دالتين أيضا عند 0.05 وهو ما يشير إلى أن فقرات المقياس لها اتساق داخلي متين ويمكن الوثوق بها.

جدول (10) الاتساق الداخلي لمقياس الارتياح النفسي الشخصي

رقم الفقرة	المؤشر / البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة **
1	الرضا عن الحالة الصحية	0.551**	دالة عند 0.01
2	الرضا عن الإنجازات في الحياة	0.650**	
3	الرضا عن العلاقات الشخصية	0.656**	
4	الشعور بالأمن	0.573**	
5	الشعور بالانتماء للمجتمع	0.745**	
6	الشعور بالأمن حول المستقبل	0.733**	
7	الرضا عن الحياة الروحية والتدين	0.711**	
8	المؤشر العام للرفاه الشخصي	0.540**	

نلاحظ من خلال الجدول (10) أن جميع معاملات الارتباط التي تم الحصول عليها بحساب معاملات الارتباط لبراي - برسون Bravais-Pearson بين فقرات مؤشر الارتياح النفسي الشخصي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 وأن قيم الاتساق الداخلي لمقياس الارتياح النفسي كانت كلها دالة حيث تراوحت بين (-0.54 - 0.74)، وهو ما يشير إلى أن فقرات المقياس لها اتساق داخلي متين ويمكن الوثوق بها.

2-4 - حساب الثبات: تم حساب ثبات المقاييس السابقة من خلال معادلة ألفا كرونباخ كما هو مبين في

الجدول التالي:

جدول رقم (11) حساب ثبات مقاييس الدراسة

المقياس / المتغيرات	ألفا كرونباخ (نسبة الثبات)
منظور زمن المستقبل	0.88
مقياس التصورات المهنية	0.76
الارتياح النفسي الشخصي	0.80

نلاحظ من خلال الجدول (11) أن درجة ثبات مقاييس الدراسة جاء مرتفعا مما يدل على صلاحية تطبيق هذه الأدوات في الدراسة الأساسية.

5 - عرض الخطوات الخاصة ببناء وتصميم مقياس التصورات المهنية من طرف الباحث:

- الخطوة الأولى:

الاعتماد على مخرجات المقابلات الفردية والجماعية في إطار المرافقة النفسية للشباب المتمدرس، ثم الانطلاق من الإطار النظري لمعالجة موضوع التصورات المهنية لدى المراهقين والشباب المتمدرس، حيث تمّ الاعتماد على المفاهيم والدلالات المتعلقة بموضوع التصورات المستقبلية للمهنة والتخطيط لها والعائد منها، والاختيارات للمهنة والمشاريع المهنية المستقبلية لضمان العيش الكريم للفئة مستقبلا بناء على أفكارهم، طموحاتهم وآمالهم في الحياة، لهذا ارتكزنا في تصميمنا لفقرات وأبعاد المقياس على الدراسات السابقة والنظريات المختلفة التي عالجت موضوع التصورات المهنية لدى الشباب وهي كالتالي:

1- نظرية النواة المركزية للتصورات الاجتماعية بما يسمى أيضا بالتنظيم الداخلي لموسكوفيتسي -

Mascovici

2- نظرية الاختيار والنمو المهني لـ Ginsberg.

3- نظرية مدة الحياة لسوبر .

4- نظرية هولاند للشخصيات المهنية ببيئات العمل.

5- نظرية الهوية المهنية والذات المستقبلية.

6- نظرية المخططات الذهنية للمهنة لطولمان.

7- نظرية الحاجات النفسية والاجتماعية لماصلو - Maslow ونظرية آن رو للحاجات.

8- نظرية التحديد والتوفيق ...

حيث تم التطرق لهذه النظريات وأكثر في الجانب النظري بفصل التصورات المهنية (إليك فصل التصورات المهنية، بما فيه مبحث نظريات التصورات المهنية) .

- الخطوة الثانية: تقديم معلومات أولية حول الدراسة (تحديد عنوان الدراسة، الإشكالية، الفرضيات وأهداف الدراسة، المفاهيم الإجرائية... إلخ)

- إعداد قائمة موسعة لفقرات المقياس وتنقيحها لغويا وشكلا ومضمونا (المحتوى)، ووضعها في مجموعات كل حسب البعد الذي تقيسه.

- وضع التعليمات الضرورية لتطبيق المقياس.

- تحديد خانة البيانات الأولية للمحكمين أولا ثم خانة أخرى للمستجيب.

- إعداد شكل المقياس.

- وضع الأوزان وأبعاد المقياس وتحديد طريقة تنقيط المقياس. (إليك الملحق رقم: 03)

– الخطوة الثالثة:

– عرض المقياس في صورته الأولى على المشرف لإبداء رأيه فيه، والذي بدوره قدم للباحث توجيهات من أجل القيام ببعض التصحيحات والتعديلات لكي، يقدم المقياس لتحكيمه فيما بعد من طرف أساتذة جامعيين. (إليك الملحق رقم: 03)

– الخطوة الرابعة:

تضمنت القيام بالتصحيحات والتعديلات التي طرأت على المقياس بناء على توصيات المشرف عن الدراسة من خلال ما يلي:

1- هناك أربع فقرات غير مناسبة ولا تقيس ما وضعت لأجله وعليه لابد من حذف الفقرات التالية:

- الفقرة 21: أعتقد أن التوظيف المباشر بعد التخرج صعب المنال.
- الفقرة 22: أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل استنزاف للجهد وإهدار للوقت.
- الفقرة 25: من الأفضل اختيار تخصص يدخلني في ميدان الشغل بعد نيل الشهادة مباشرة لأحصل على المال في أسرع وقت ممكن.
- الفقرة 32: لتحقيق مشروع المهني لابد من الهجرة إلى الخارج حتى وإن كان هذا بطريقة غير شرعية (الحرقة).

2- التعديلات اللغوية / إعادة صياغة واختصار للفقرات التالية:

- الفقرة 1 : – أشعر بالتعب والضيق بسبب التفكير المستمر والمتكرر في مستقبلي المهني.
- تصحيحها: أشعر بالتعب والضيق بسبب التفكير المستمر في مستقبلي المهني.
- الفقرة 4: يقلقني حال حاملي الشهادات الجامعية حين أتنبأ بأني سأصبح مثلهم مستقبلا
- تصحيحها : يقلقني واقع حاملي الشهادات الجامعية بعد التخرج
- الفقرة 14: أرى أن مستقبلي المهني سيكون خارج الوطن.
- تصحيحها: أرى أن مستقبلي المهني سيتحقق خارج الوطن.
- الفقرة 18: أعتقد أن بعد الحصول على الشهادة، الدبلوم سأصطدم بشبح البطالة.
- تصحيحها: أعتقد أنني بعد التخرج سأصطدم بالبطالة.

-الفقرة 20:أرى أن الوقوع في مشكل البطالة أمر حتمي ولا بد منه مستقبلا وهذا ما يجعلني أفشل في تحديد مشروع المهني

- تصحيحها: أرى أن المرور بفترة بطالة أمر حتمي مستقبلا، وهذا ما يعيق مشروع المهني.

- الفقرة 38: أرى أن الوضع المادي لطبقة المثقفة لا يتناسب مع مستواهم العلمي وهذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة.

- تصحيحها: أرى أن الوضع المادي للطبقة المتعلمة لا يتناسب مع مستواهم العلمي وهذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة.

- الفقرة 39: لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلي حاجياتي اليومية.

- تصحيحها : لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلي حاجياتي المادية.

- الفقرة 40 : أعتقد أنني سأجسد مشروع المهني في القطاع الخاص لأنه يوفر لي المال الكثير قد يحفزني في ممارسة مهنة المستقبل.

- تصحيحها:أعتقد أنني سأجسد مشروع المهني في القطاع الخاص لأنه يدر علي المال.

- ملاحظة: بعد حذف الفقرات: 21، 23، 25، 32 من المقياس، حدثت تغييرات طفيفة في ترتيب فقرات المقياس كما هو مبين في ما يلي:

- الفقرة 38 من الصورة الأولى للمقياس تصبح بترتيب 34 في الصورة الثانية للمقياس الجديد.

- الفقرة 39 من الصورة الأولى للمقياس تصبح بترتيب 35 في الصورة الثانية للمقياس الجديد.

- الفقرة 40 من الصورة الأولى للمقياس تصبح بترتيب 36 في الصورة الثانية للمقياس الجديد.

3- الحذف من خانة البيانات الشخصية الخاصة بالمحكمان البيانات التالية:

- الجنس ذكر أنثى

- الرتبة : أستاذ محاضر أستاذ مساعد متعاقد

-الأقدمية :

- عدد التربصات المستفاد منها:

4- إضافة خانة خاصة بالبيانات الشخصية للمستجيب على النحو التالي:

- البيانات الشخصية للطالب(ة):

الجنس : ذكر أنثى السن

المستوى المعيشي للأسرة : منخفض متوسط مرتفع

الحالة العائلية : أعزب متزوج مطلق أرمل

المستوى التعليمي : ابتدائي متوسط ثانوي جامعي تكوين مهني آخر
المهنة : عمل حر موظف بطال ما قبل التشغيل

المستوى الدراسي: ليسانس ماستر دكتوراه ماجستير تقني سامي آخر.....

التخصص :

5- إضافة فقرة توضيحية تتضمن التعريف بالعملية والهدف منها، والتعليمات وتوجيهات حول طريقة

الإجابة من طرف المستجيب على فقرات المقياس والتي أضفناها على النحو التالي:

- أخي الطالب أختي الطالبة، في إطار دراسة علمية حول التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس، نرجو منكم قراءة فقرات المقياس ثم التعبير عن آرائكم والإجابة بكل صدق وموضوعية عليها، وذلك بوضع علامة (x) داخل الخانة المعبرة أكثر عن شعورك ورأيك الخاص.

- الخطوة الخامسة:

- تقديم الصورة الثانية للمقياس بعد تعديله: يتكون مقياس التصورات المهنية من خمسة أبعاد، والتي بدورها

تتضمن عدد من الفقرات، تقدر بواحد وخمسون (51) فقرة في البداية، وبعد القيام بالتعديلات اللازمة أصبح

المقياس في صورته الثانية يتضمن (47) فقرة إذ قمنا بحذف أربع فقرات غير مناسبة حسب رأي المشرف

عن الدراسة وهي الفقرة : (21)،(22)، (25)، و (32)، كما قمنا بعدة تصحيحات ليصبح المقياس على

الشكل التالي (إليك الملحق رقم: 04)

- الخطوة السادسة:

- دراسة الخصائص السيكومترية للمقياس:

- دراسة الصدق:

1 - دراسة الصدق الظاهري (صدق المحكمين): تم كتابة وطبع المقياس الجديد المكون من (47) فقرة، ثم وزعنا نسخا منه على مجموعة من الأساتذة الجامعيين من جامعات مختلفة بغرض تحكيم هذا الاستبيان الخاص بالتصورات المهنية لدى الشباب المتدرس، وبعد عملية المراجعة والتنقيح قدموا لنا توجيهات ونصائح بهدف وضع التصحيحات والتعديلات التي يجب أن تطرأ على المقياس مجددا مع التنفيذ، والتي نذكرها بالتفصيل في ما يلي:

- المحكم الأول: تضمنت ملاحظات الأستاذ المحكم ما يلي:

1- الأبعاد غير عادلة التوزيع في فقراتها البعد النفسي: يتكون 6 فقرات / البعد الأكاديمي: يتكون من 7 فقرات/ البعد الشخصي: 16 فقرة / البعد الاقتصادي: 9 فقرات / البعد الاجتماعي: 9 فقرات ، مع إضافة فقرات بالبعد النفسي.

- التصحيح: أصبحت الأبعاد كالتالي: البعد النفسي: يتكون 8 فقرات / البعد الأكاديمي: يتكون من 8 فقرات/ البعد الشخصي: 9 فقرات / البعد الاقتصادي: 8 فقرات / البعد الاجتماعي: 7 فقرات.

وقمنا أيضا بإضافة فقرتين بالبعد النفسي وهما على النحو التالي:

- الفقرة 1: أرى أن تحقيق مهنة المستقبل يجعلني أكثر ارتياحا وسعادة.

- الفقرة 2: كلما فكرت في مستقبلي المهني أشعر بالضيق والقلق.

2- تعديل الأوزان الثلاثة لأنها لا تخدم البحث (أحيانا، لا ، نعم)

- التصحيح: أصبحت الأوزان كالتالي: (موافق جدا، موافق، إلى حد ما، غير موافق، غير موافق إطلاقا)

3- في الإطار المخصص للبيانات الشخصية للمستجيب لابد من حذف خانة الماجستير وتقني سامي ومستوى

آخر في ضبط المستوى الدراسي، بالإضافة إلى حذف التخصص أيضا لأنهما لا يخدمان البحث في شيء.

- التصحيح:

* البيانات الشخصية للطالب (ة): الجنس : ذكر أنثى السن
 المستوى المعيشي للأسرة : منخفض متوسط مرتفع
 الحالة العائلية : أعزب متزوج مطلق
 المستوى التعليمي : ثانوي جامعي
 المهنة : عمل حر موظف بطل ما قبل التشغيل

4- القيام بالتعديلات اللغوية للفقرات التالية: (5) و (10) مع وجوب الاختصار للفقرات: (09)، (11) و (19)

ترتيب الفقرة بالمقياس الجديد	تصحيح الفقرة	ملاحظة المحكم	ترتيبها بالمقياس المقدم للتحكيم	صيغة ومضمون الفقرة السابقة
5	أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لتحقيق مهنة المستقبل	تعديل لغوي	5	أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل
12	التكوين الحالي الذي أتلقاه يمكنني من موازلة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية	تعديل لغوي	10	أرى أن التكوين الجيد يمكنني من موازلة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية
11	أرى أن تخصصي مهم جدا لأنه مطلوب في سوق الشغل	اختصار الفقرة	09	أرى أن نوع تخصصي مهم جدا لأنه يتضمن برامج دراسية تؤهلني لولوج ميدان الشغل مستقبلا
15	تسهل المؤسسات التربوية والجامعية عملية بناء وإدارة مشروع المهني مستقبلا	اختصار الفقرة	11	تساهم المؤسسات التربوية والجامعية في تسهيل عملية بناء وإدارة مشروع المهني مستقبلا
21	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لا يحقق أهدافي.	اختصار الفقرة	19	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل من المشاكل المهنية التي ستواجهني مستقبلا

– حذف الألقاب من المقياس وهي موجودة بخانة التعليمات الأساسية مثل دكتور، بروفيسور والاكتفاء بأستاذ فقط. حيث نجد بالتعليمات الأساسية ما يلي:

الأستاذ(ة) الدكتور(ة) البروفيسور(ة) الفاضل(ة):.....

يشرفني أن تكونوا ضمن المحكمين للصدق الظاهري لأداة الدراسة

– التصحيح: الأستاذ(ة) الفاضل(ة):..... يشرفني أن تكونوا ضمن المحكمين للصدق الظاهري لأداة الدراسة...

7- باقي الفقرات كلها واضحة وتقيس ما وضعت لأجله

– المحكم الثاني: تضمنت ملاحظات الأستاذ المحكم ما يلي:

1- أعتقد أن الفقرتين (9) و (12) لهما نفس المعنى.

– التصحيح:

ترتيب الفقرات التي لها نفس المعنى(مكررة)	ترتيب الفقرة بالمقياس المقدم للتحكيم	الإجراء المتخذ (التصحيح)	الفقرة المحتفظ بها بالمقياس الجديد	ترتيب الفقرة المحتفظ بها بالمقياس الجديد
أرى أن نوع تخصصي مهم جدا لأنه يتضمن برامج دراسية تؤهلني لولوج ميدان الشغل مستقبلا	9	أرى أن تخصصي مهم جدا لأنه مطلوب في سوق الشغل	يحتفظ بها	11
أرى أن نوع تخصصي يتناسب مع عروض الشغل المتاحة للعمل	12	تحذف	تحذف	/

2- باستثناء الملاحظة المسجلة أعلاه، فإن ما تبقى من فقرات بأبعادها المختلفة حسب تصوري مناسبة جدا

وواضحة من حيث التركيب اللغوي المتميز بالبساطة.

– المحكم الثالث: تضمنت ملاحظات الأستاذ المحكم ما يلي:

1- حذف السنة الجامعية (2021-2022) في تقديم المقياس، مع حذف كلمة أرمل بخانة البيانات الشخصية.

– التصحيح: تحذف السنة الجامعية (2021-2022)، وكلمة أرمل من خانة البيانات الشخصية للمستجيب.

2- في المستوى الدراسي من المفروض لديك فئتين هما الثانوي والجامعي فلا بد من التعديل.

- التصحيح: تم تصحيح سابقا البيانات الشخصية للمستجيب بالإبقاء على المستوى الثانوي والجامعي فقط.

3- تسجيل بعض الملاحظات المتعلقة ببناء فقرات المقياس مع القيام بالتصحيات كما هو موضح في ما يلي:

ترتيب الفقرة بالمقياس الجديد	تصحيح الفقرة	ملاحظة المحكم	ترتيبها بالمقياس المقدم للتحكيم	صيغة ومضمون الفقرة السابقة
4	أرى أن راحتي النفسية مرتبطة بالمهنة التي أريد تحقيقها مستقبلا	تعديل لغوي	3	أرى أن راحتي النفسية مرتبطة بالمهنة التي أريدها مستقبلا
6	أرى أن الوضع الحالي للمجتمع يقلل من معنوياتي لتحقيق مهنة المستقبل	تعديل لغوي	5	أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل
24	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية لضمان مستقبل أفضل	تعديل لغوي	26	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة الغير شرعية (الحرقه) مستقبلا
/	فقرة محذوفة	تحذف لأنها مكررة بالفقرة 26	29	أعتقد أن الهجرة الغير شرعية(الحرقه) من الطرق الناجحة لضمان مهنة المستقبل
26	أعتقد أن الأجر الذي يتقاضاه الموظفون لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية	من هم العمال؟	30	أعتقد أن الأجر الذي يتقاضاه العمال لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية
34	أعتقد أن المهنة التي سأختارها مستقبلا تمنحني مكانة ودورا اجتماعيين	إعادة الصياغة	40	تمنحني مهنة المستقبل مكانة ودور اجتماعي

36	أرى أن المهنة التي سأختارها مستقبلا ستمكنني من المشاركة في الحياة الاجتماعية	تنقيح لغوي	42	أرى أن المهنة التي سأختارها تمكنني من المشاركة في الحياة الاجتماعية
40	أرى أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكارا حول المهنة التي سأمارسها مستقبلا	تعديل لغوي	46	أرى أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكار حول المهنة التي أمارسها مستقبلا

4- الفقرات الأخرى كلها واضحة وتقيس التصورات المهنية لدى الفئة المستهدفة.

- المحكم الرابع: تضمنت ملاحظات الأستاذ المحكم ما يلي:

1- إضافة فقرات في البعد النفسي.

2- في البيانات الشخصية للطالب (ة) تحذف الخانات التي لا فائدة منها في الدراسة وهي كالتالي: خانة الحالة العائلية، خانة المستوى المعيشي.

- التصحيح: تم إضافة فقرات كما هو مبين في مايلي:

ترتيبها بالمقياس الجديد (المصحح والمعدل)	الفقرات المضافة في البعد النفسي
2	أرى أن تحقيق مهنة المستقبل يجعلني أكثر ارتياح وسعادة
7	كلما فكرت في مستقبلي المهني أشعر بالضيق والقلق

3- تم تسجيل ملاحظات حول بناء فقرات المقياس نذكرها في مايلي:

ترتيب الفقرة بالمقياس الجديد	تصحيح الفقرة	ملاحظة المحكم	ترتيبها بالمقياس المقدم للتحكيم	صيغة ومضمون الفقرة السابقة
6	أرى أن الوضع الحالي للشباب يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل	الوضع الحالي لمن؟	5	أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل
11	أرى أن تخصصي مهم جدا لأنه	تحذف لأنها	12	أرى أن نوع تخصصي مهم جدا لأنه

	مطلوب في سوق الشغل(الفقرة 9)	مكررة في الفقرة 9		يتضمن برامج دراسية تؤهلني لولوج ميدان الشغل مستقبلا
19	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من بلوغ أهدافي المسطرة	إعادة الصياغة	16	تمكنني مهنتي المستقبلية من بلوغ أهدافي المسطرة فيما بعد
20	أتوقع أن مهنتي المستقبل من تخطي كل صعاب الحياة	إعادة الصياغة	17	تمكنني مهنة المستقبل من تخطي كل صعاب الحياة
21	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لا يحقق أهدافي	اختصار الفقرة	19	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل من المشاكل المهنية التي ستواجهني مستقبلا
/	تحذف الفقرة	غير مناسبة	20	أرى أن المرور بفترة بطالة أمر حتمي مستقبلا وهذا ما يعيق مشروعني المهني
/	تحذف الفقرة	غير مناسبة	21	أرى أن الانخراط في صفوف الدرك أو الجيش هو الضامن الوحيد لتحقيق مشروعني المهني
17	أرى أن مستقبلي المهني سيتحقق خارج الوطن (الفقرة 14)	تحذف لأنها مكررة بالفقرة 14	22	من أولوياتي العمل في الخارج حتى أضمن مهنة المستقبل
22	من الأفضل اختيار تخصص مطلوب في ميدان الشغل للحصول على وظيفة بعد نيل الشهادة مباشرة	إعادة الصياغة	23	من الأفضل اختيار تخصص يدخلني في ميدان الشغل بعد نيل الشهادة مباشرة لأحصل على المال في أسرع وقت ممكن
23	أقبل أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك	تنقيح لغوي	24	أحوض أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك

24	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية (الحرقة) لضمان مستقبل أفضل	إعادة الصياغة	26	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية (الحرقة)
23	أقبل أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك (الفقرة 23)	تخذف لأنها مكررة بالفقرة 24	27	ظروفي العائلية تجبرني على العمل مهما كان نوعه
25	أداء الخدمة الوطنية يعيقني في مزاولتي لمهنة المستقبل	إعادة الصياغة	28	الخدمة الوطنية عائق كبير في مزاولتي لمهنة المستقبل
24	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية (الحرقة) لضمان مستقبل أفضل (الفقرة 24)	تخذف لأنها مكررة في الفقرة 26	29	أعتقد أن الهجرة الغير شرعية (الحرقة) من الطرق الناجحة لضمان مهنة المستقبل
28	أرى أن المهن الحرة هي التي توفر لي المال الكثير	تحديد نوع المهنة؟	32	أرى أن المهنة المناسبة هي التي توفر لي المال الكثير
32	أعتقد أنني سأختار القطاع الخاص لتجسيد مشروعني المهني لأنه مدر للمال	إعادة الصياغة	36	أعتقد أنني سأجسد مشروعني المهني في القطاع الخاص لأنه يدر علي بالمال
/	/	تخذف لأنها غير مناسبة	39	للمجتمع دور في تصنيف وتحديد المهن النوعية ذات القيمة والمكانة العالية، وهذا ما يؤثر في اختياري لمهنة المستقبل
34	أعتقد أن المهنة التي سأختارها مستقبلا تمنحني مكانة ودور اجتماعيين	تعديل لغوي	40	تمنحني مهنة المستقبل مكانة ودور اجتماعي

40	أعتقد أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكار حول المهنة التي سأمارسها مستقبلا	تعديل لغوي	46	أعتقد أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكار حول المهنة التي أمارسها مستقبلا
34	أعتقد أن المهنة التي سأختارها مستقبلا تمنحني مكانة ودور اجتماعيين (الفقرة 34)	تحذف لأنها مكررة في الفقرة 44	47	أعتقد أن اختياري لمهنتي المستقبلية ستشعري بأهميتي وقيمتي وسط الآخرين

4- ما عدا الملاحظات السابقة فإن الفقرات المتبقية كلها مناسبة للقياس، وواضحة من حيث الشكل والمضمون.

- المحكم الخامس: تضمنت ملاحظات الأستاذ المحكم ما يلي:

ترتيب الفقرة بالمقياس الجديد	تصحيح الفقرة	ملاحظة المحكم	ترتيبها بالمقياس المقدم للتحكيم	صيغة ومضمون الفقرة السابقة
19	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من بلوغ أهدافي المسطرة	إعادة الصياغة	16	تمكنني مهنتي المستقبلية من بلوغ أهدافي في ما بعد
/	/	حذف الفقرة لأنها غير مناسبة	25	أعتقد أن المناصب النوعية ذات الدخل الوفير تمنح لأصحاب النفوذ وبواسطة القرابة والمحابة
/	/	حذف الفقرة لأنها غير مناسبة	47	أعتقد أن اختياري لمهنتي المستقبلية ستشعري بأهميتي وقيمتي وسط الآخرين

2- من غير الملاحظات المسجلة سابقا، فإن باقي الفقرات صالحة لقياس مختلف التصورات المهنية للشباب العينة.

– الخطوة السابعة:

1- تقديم الصورة الثالثة للمقياس بعد تعديله وفقا لتعليمات وتوصيات المحكمين (صدق المحكمين):

بعدها كان مقياس التصورات المهنية يتضمن واحد وخمسون (51) فقرة في البداية، وبعد القيام بالتعديلات اللازمة أصبح المقياس في صورته الثانية يتضمن (47) فقرة، لكن حين عرضه على مجموعة من المحكمين أصبح المقياس يضم (40) فقرة وبناء على توصياتهم المتضمنة إضافة، تعديل أو تصحيح فقرات وحذف أخرى أصبح المقياس في صورته الثالثة مكون من الأبعاد والفقرات التالية:

(إليك الملحق رقم: 05)

الأبعاد	الفقرات
البعد النفسي	1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5، 6 ، 7 ، 8
البعد الأكاديمي	9 ، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 15 ، 16
البعد الشخصي	17، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ، 23 ، 24 ، 25
البعد الاقتصادي	26 ، 27 ، 28 ، 29 ، 30 ، 31 ، 32 ، 33
البعد الاجتماعي	34 ، 35 ، 36 ، 37 ، 38 ، 39 ، 40

2- حساب صدق الأداة بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس من خلال الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس التصورات المهنية، واستخراج معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه كما هو موضح في الجدولين رقم (08) ورقم (09) في إطار دراسة الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة والتي أسفرت نتائجها بحذف ثلاث فقرات هي كالتالي: (17) (23) ، (39)، ليصبح المقياس في صورته الجديدة والنهائية بـ (37) فقرة. (إليك الملحق رقم: 06)

- 3- القيام بتغيير طفيف في ترتيب الفقرات التي تشكل أبعاد المقياس والذي سنوضحه في ما يلي:
- البعد النفسي (8 فقرات): من الفقرة 1 إلى الفقرة 8 / البعد الأكاديمي (8 فقرات): من الفقرة 9 إلى الفقرة 16)، أما البعد الشخصي (7 فقرات): من الفقرة 17 إلى الفقرة 23)، البعد الاقتصادي (8 فقرات): من الفقرة 24 إلى الفقرة 31)، أما البعد الاجتماعي (6 فقرات): من الفقرة 32 إلى الفقرة 37.
- 4 - حساب ثبات مقياس التصورات المهنية من خلال معادلة ألفا كرونباخ والتي توصلنا من خلالها إلى نسبة ثبات تقدر بـ (0.76).

6- عرض الصور النهائية لمقاييس الدراسة:

- بعد حساب صدق مقياس منظور زمن المستقبل بطريقة الاتساق الداخلي للمقياس من خلال الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية، توصلنا إلى أن الفقرة (33) من المقياس غير دالة ولا تقيس ما وضعت لأجله، ما استلزم علينا حذفها ليصبح المقياس مكون من (35) فقرة بعدما كان مكونا في البداية من (36) فقرة. (إليك الملحق رقم: (01) و (02)).
- بعد تصميم مقياس التصورات المهنية من طرف الباحث بـ (51) في صورته الأولى ثم قام بتحكيمة عبر العديد من الخطوات، ودراسة الخصائص السيكومترية له، أخذ المقياس صورة ثانية ثم صورة ثالثة وصورة نهائية له. (إليك الملاحق رقم: (03)، (04)، (05) و (06)).
- أما مقياس الارتياح النفسي الشخصي رغم إعادة تجريبه على عينة الدراسة الاستطلاعية لكن بقي على حاله، وبدون أي تعديلات أو تصحيحات وهو يتمتع بصدق وثبات مرتفع. (إليك الملحق رقم: 07).

خلاصة:

من خلال الدراسة الاستطلاعية توصلنا إلى اكتشاف مكان الدراسة والتعرف على مجتمع الدراسة أيضا، بما فيه تحديد عينة الدراسة التي سنشتغل عليها في الدراسة الأساسية، بالإضافة إلى تنفيذ الخطوات الهامة في بناء مقياس التصورات المهنية وتطبيقه على غرار المقاييس الأخرى ثم القيام بالتعديلات اللازمة بما يخدم نتائج الدراسة فيما بعد وهذا من خلال التعرف على إمكانية تطبيق أدوات الدراسة والتأكد من سلامتها وتمتعها بالصدق والثبات اللازمين، مما يجعل الباحث وضع ثقته الكاملة لتطبيق هذه المقاييس الثلاثة (مقياس منظور زمن المستقبل، مقياس التصورات المهنية، مقياس الارتياح النفسي) في الدراسة الأساسية.

ثانيا: الدراسة الأساسية

تمهيد:

بعد التحقق من الخصائص السيكموترية لأدوات الدراسة التي سنوظفها في الدراسة الأساسية يهتم الباحث في هذا الفصل بتحديد منهج الدراسة الأساسية بالإضافة إلى عرض الإطار المكاني والزمني للدراسة، والتطرق للعينة ومواصفاتها المختلفة، وسيتم توضيح الخطوات المتبعة في تطبيق وإجراء الدراسة والأساليب الإحصائية المستعملة بهدف الوصول إلى نتائج موضوعية.

1 - أهداف الدراسة الأساسية:

تهدف الدراسة الأساسية إلى ما يلي:

- التحقق من مدى صحة الفرضيات المتعلقة بالدراسة الحالية.
- التعرف إن كانت هناك علاقة موجودة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة الحالية.
- التعرف إن كانت هناك علاقة موجودة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة الحالية.
- السعي نحو معرفة إن كانت هناك فروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا لمتغير الجنس.
- التعرف إن كانت هناك فروق على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى لمتغير المستوى التعليمي لدى عينة الدراسة (ثانوي - جامعي).

2- منهج الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي الذي يساعد على وصف ما هو كائن وتفسيره، وهو يهتم أيضا بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الظواهر (كاظم، 1996: 13) كما يساعد على بناء صورة ممثلة في الواقع وذلك باستخدام الجداول والأشكال، والهدف منه هو الوصول إلى المعرفة والوقوف على كل دلالاتها (Delberyel, 1989 : 27)

ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدامه من أجل وصف ظاهرة الموضوع المعالج وتحليل بياناته والتأكد من وجود العلاقات والفروق بين متغيرات الدراسة.

3- حدود الدراسة الأساسية:

3-1- الحدود الموضوعية: تكمن في دراسة العلاقة لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس، بالإضافة إلى التحقق من دلالة الفروق الإحصائية في مستوى منظور زمن المستقبل لدى شباب العينة تبعاً للمتغيرات التالية: الجنس والمستوى التعليمي.

3-2- الحدود المكانية:

 تمت الدراسة على مستوى أربع ثانويات هي :

- ثانويتين على مستوى دائرة وادي رهيو وهما:

- ثانوية شارع الشهداء.

- ثانوي عبد الحميد قباطي.

- وثانويتين على مستوى دائرة جديوية وهما:

- ثانوية لعزب أحمد.

- ثانوية أول نوفمبر 1954.

- بالإضافة إلى أن الدراسة أقيمت على مستوى جامعة أحمد زبانة بولاية غليزان.

3-3- الحدود الزمنية:

 قمنا بإجراء الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 15 أبريل إلى غاية 20 ماي 2023.

3-4- الحدود البشرية: مست الدراسة عينة من الشباب من كلا الجنسين، وهم يدرسون تخصصات علمية وأدبية بالطور الثانوي والجامعي (شباب متمدرس).

4- عينة الدراسة الأساسية ومواصفاتها:

4-1- طريقة اختيار عينة الدراسة:

لقد تم اختيار أفراد العينة بصفة قصدية من أجل الوصول إلى الأهداف المرجوة من الدراسة وهم مجموعة من التلاميذ والطلبة من كلا الجنسين يدرسون في تخصصات علمية وأدبية بالطور الثانوي والجامعي، بحيث تكونت العينة الأولية من (600) شاب متمدرس وتم إبعاد (55) منهم نظراً للأسباب التالية:

- عدم الإجابة على عدد كبير من فقرات المقاييس.

- تقديم إجابتين لنفس الفقرة الواحدة بالمقاييس

- عدم ملء الخانة الخاصة بالبيانات الشخصية للمستجيب.

- تحريف صيغة بعض فقرات المقاييس وهذا بإضافة كتابات أخرى.

وبالتالي أصبح العدد الإجمالي النهائي لعينة الدراسة مكون من (545) شاب متمدرس.

وفي ما يلي سنعرض مواصفات وخصائص عينة الدراسة الأساسية من خلال الجداول التالية:

4-2- توزيع عينة الدراسة الأساسية وفق متغير الجنس كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (12) يوضح توزيع العينة حسب متغير الجنس (ذكور / إناث)

الجنس	العدد	النسبة %
الذكور	211	38.71
الإناث	334	61.29
المجموع	545	100

نلاحظ من خلال الجدول (12) أن نسبة الإناث بلغت 61.29% وهي أكبر من نسبة الطلبة الذكور والتي

بلغت 38.71 فقط، وهذا نظرا للأهمية التي توليها الإناث للدراسة من أجل ضمان مستقبلهم المهني.

4-3- توزيع عينة الدراسة الأساسية وفق متغير المستوى التعليمي كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول (13) يوضح توزيع العينة حسب متغير المستوى التعليمي (ثانوي / جامعي)

المستوى التعليمي	العدد	النسبة %
ثانوي	329	60.50
جامعي	216	39.50
المجموع	545	100

نلاحظ من خلال الجدول (13) أن إجمالي أفراد العينة الأساسية بـ (545) شاب متمدرس، أما من ناحية

المستوى التعليمي فقدرت نسبة الطلبة بالمستوى الجامعي بـ 39.50 % وهي أقل نسبة مقارنة بمجموع عدد

الطلبة ذوي المستوى الثانوي التي قدرت بـ 60.50%.

5- أدوات الدراسة الأساسية:

استخدم الباحث ثلاثة أدوات بهدف الحصول على المعلومات الكافية حول المتغيرات المدروسة وبالتالي الوصول إلى نتائج واقعية تُخدم العملية البحثية، ومن أجل الإلمام بجوانب الدراسة والإجابة على الإشكالية والتساؤلات الفرعية المطروحة وكذا اختبار الفرضيات المقترحة اعتمدنا على ثلاثة مقاييس هامة وهي:

- مقياس منظور زمن المستقبل (البارقي 2010) (إليك الملحق رقم : 02)

- مقياس التصورات المهنية من إعداد الباحث. (إليك الملحق رقم : 06)

- مقياس الارتياح النفسي الشخصي لكومنز (Cummins, 2003) والمترجم والمعدل من طرف الأستاذ الدكتور تليوين حبيب (2006) (إليك الملحق رقم : 07)

5-1- عرض و وصف أدوات الدراسة الأساسية:

- مقياس منظور زمن المستقبل : (**Futur time perspective Scale**) تم استخدام مقياس منظور زمن المستقبل المصمم من طرف البارقي (2010) وهو يتكون من بعدين أساسيين: فعالية الذات المستقبلية (22 فقرة) والاتجاهات السلبية للمستقبل (13 فقرة) بمجموع 35 فقرة كما هو موضح في الجدول التالي (إليك الملحق رقم : 02)

أما عن سلم الإجابة فيتم الاختيار من 1 إلى 5 درجات في بعد فعالية الذات، بحيث تعطى الدرجة (1) عند الإجابة بمعارض جدا، الدرجة (2) بمعارض، الدرجة (3) بمحايد، الدرجة (4) بموافق، الدرجة (5) بموافق جدا. أما فقرات بعد الاتجاهات السلبية للمستقبلتكون في اتجاه عكسي إذ تعطى الدرجة (1) على موافق جدا، الدرجة (2) موافق، الدرجة (3) محايد، الدرجة (4) معارض، الدرجة (5) معارض جدا.

- مقياس التصورات المهنية: " **Professional Perceptions Scale** "

تم استخدام مقياس التصورات المهنية المعد من طرف الباحث، وهو مكون من (37) فقرة، ويركز على خمسة (5) أبعاد تتضمن بدورها مجموعة من الفقرات (إليك الملحق رقم : 06) والجدول رقم: (06) مع الإطلاع على سلم الإجابة وتصحيح استجابات أفراد عينة الدراسة، صفحة: (126)

- مقياس الارتياح النفسي الشخصي **Subjectif wellbeing scale**:

تم استخدام مقياس كومنز للارتياح النفسي (Cummins, 2003) وهو مقياس عالمي قام تليوين (2006) بتطويره وإضافة فقرة حول الحياة الروحية أو التدين. وهو يدرس الرضا عن الحياة ومجالاتها إذ يتكون من ثمانية أبعاد

جوهرية تتمثل في: درجة الرضا عن المستوى المعيشي، الصحة، الانجازات، العلاقات، الأمن، الانتماء، الأمن حول المستقبل، الرضا عن التدين. ويتكون سلم الإجابة من الدرجة 0 إلى الدرجة 10 أي من عدم الرضا بتاتا إلى الرضا تماما (100%). (إليك الملحق رقم: 07)

6- إجراءات الدراسة الأساسية:

- بعد إعداد أدوات الدراسة في صورتها النهائية قام الباحث أيضا بإعادة تنظيمها على شكل استمارات بحث والتي طبع منها حوالي 750 نسخة بهدف التطبيق.
- تحديد حجم العينة التي نطبق عليها مقاييس الدراسة وتم تحديد 600 طالب من كلا الجنسين منهم 300 ثانوي (أقسام الثالثة ثانوي بكالوريا)، و 300 جامعي (سنة الثالثة ليسانس و ماستر 2)، علميين وأدبيين.
- ثم قام الباحث بعدها بالتواصل الشخصي بمدراء المؤسسات التربوية وبمستشاري التربية بالثانويات مستغلا في ذلك العلاقات الطيبة، والذين بدورهم ساعدونا في توفير الظروف الملائمة لتطبيق مقاييس الدراسة، وهذا بعد الإتفاق على طريقة عمل مناسبة لبلوغ الغرض.
- التنسيق مع الأساتذة بالثانويات لفسح لنا المجال لتطبيق مقاييس الدراسة وتمير الاستمارات على الطلبة والطالبات وهذا من خلال استغلال الحصص الخاصة بالتدريس وترك حرية التصرف فيها.
- تقديم التعليمات الضرورية للطلبة والمتعلقة بالمقاييس وطريقة التعامل معها كي تكون إجاباتهم واضحة وتلقائية ومعبرة عن مشاعرهم وتوقعاتهم ونظرتهم للحياة بكل مصداقية.
- بالنسبة لعملية تطبيق مقاييس الدراسة على طلبة وطالبات جامعة غليزان فكانت بنفس الطريقة التي اعتمدنا عليها بالطور الثانوي، وهذا من خلال الاعتماد على الحصص الدراسية للأساتذة واستغلالها لتمير الاستمارات على أفراد العينة والإجابة على البنود بكل حرية، وهذا من أجل جمع البيانات الضرورية المتعلقة بالدراسة والوصول إلى نتائج موضوعية تخدم الأهداف المسطرة.

7- الأساليب الإحصائية الخاصة بالدراسة الأساسية:

للتحقق من أسئلة الدراسة وفرضياتها تم الاعتماد على التحليل الإحصائي بواسطة الحاسوب باستعمال برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية وبرنامج اكسل Excel . وقد استخدم الباحث في معالجة بيانات الدراسة الأساسية الأساليب الإحصائية المناسبة للفرضيات المقترحة وذلك على النحو التالي:

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.
- معامل ارتباط ل (براني - بارسون Bravais-Pearson) للكشف عن العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاثة.
- اختبار (ت) (T.test) لاستخراج دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي لدى أفراد عينة الدراسة، إذ يعد من الاختبارات الباراميتريّة لاختبار الفرضيات الفرقية (مزيان، 2008 : 212).

خلاصة :

قد اهتم الباحث في هذا الفصل بضبط المقاييس وعينة الدراسة من حيث الحجم والكيف، بالإضافة إلى تحديد الأساليب الإحصائية لتحليل النتائج المتوقع الحصول عليها، وكل الإجراءات المتبعة المذكورة سابقا ستساعد في الوصول بدون شك إلى نتائج قيمة والتي سنعرضها في الفصل الموالي والمخصص بعرض وتفسير فرضيات الدراسة.

الفصل السادس : عرض وتفسير النتائج.

تمهيد

1- عرض ومناقشة النتائج:

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى.

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية.

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة.

2 - استنتاج عام.

تمهيد:

بعد قيام الباحث بكل الإجراءات الميدانية المتضمنة تطبيق مقاييس الدراسة على العينة، جاءت المرحلة الثانية التي يتم فيها تفرغ الاستجابات وتنظيمها وترتيبها وإدخالها في البرنامج الإحصائي SPSS بالإضافة إلى إجراء العمليات الحسابية التي تتطلبها الدراسة والتي تسمح باختبار الفرضيات وتشكل هذه العمليات من مجمل الأساليب الإحصائية التي تمت الإشارة إليها في الدراسة الأساسية سابقا، وفي هذا الفصل سيقوم الباحث بعرض النتائج المتوصل إليها ثم القيام بتحليلها وتفسيرها على ضوء فرضيات الدراسة بالاعتماد على الأدب النظري.

1- عرض ومناقشة النتائج:

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى والتي تنص على: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة.

وللتحقق من الفرضية تم استخراج معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (14) معاملات الارتباط بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة

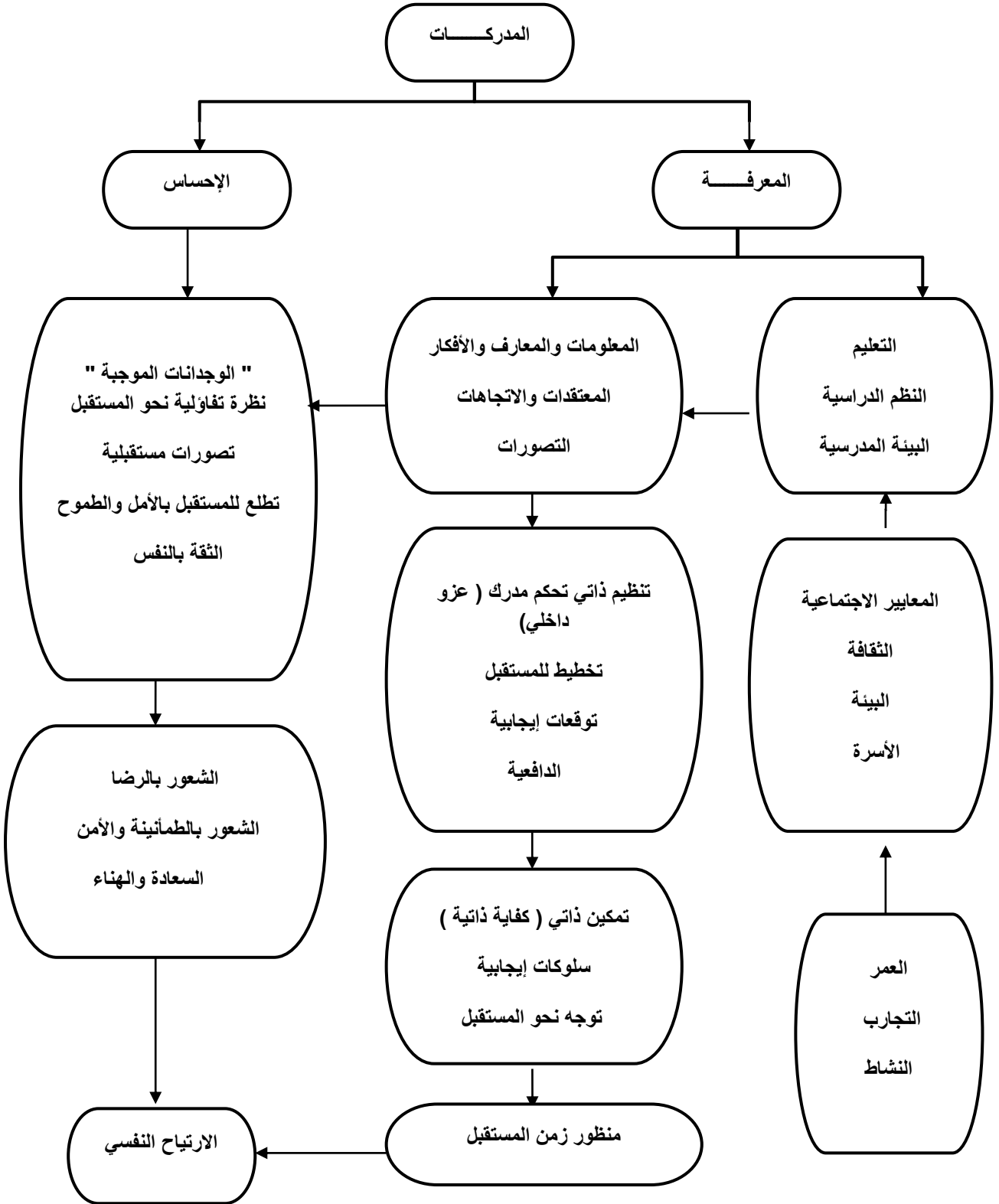
المتغيرات / الأبعاد	الارتياح النفسي	الدلالة الإحصائية
منظور زمن المستقبل	فعالية الذات	0.32**
	الاتجاهات السلبية للمستقبل	0.37**
الدرجة الكلية للمقياس		0.42**

يتضح من الجدول (14) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة حيث بلغت العلاقة الارتباطية على الدرجة الكلية (ر=0.42)، وكانت العلاقة دالة بين الاتجاهات السلبية للمستقبل والارتياح النفسي (ر= 0.37)، في حين وصلت العلاقة بين فعالية الذات والارتياح النفسي (ر=0.32). ومنه نستنتج أن اتجاهات الطلبة نحو المستقبل كانت أكثر ارتباطا بالارتياح النفسي، مما يشير إلى أن الفرضية الأولى قد تحققت، وهذه النتيجة تتماشى مع دراسة كل من:

(, Pethtel et al, 2018 ; Mooney et al , 2017;Drake et al, 2008) وتنفق أيضا مع دراسة (قطاب وزقاوة، 2024 ; فيصل وعبد الناصر، 2019; الأسدي والجبوري، 2016; عصفور ورشيد، 2016; خلود، 2006; الفتلاوي، 2000) وكما تساير ما توصلت إليه دراسة أجريت على 1200 طالب وتبين أنهم يتمتعون بمستوى مرتفع من التوجه نحو المستقبل (زقاوة، 2014: 178)، وكشفت دراسة جار الله وشرفي (2009) وجود توجه نحو المستقبل لدى الشباب أكثر من التوجهات الأخرى على مقياس زمباردو في حين توصل بني يونس (2007) إلى وجود علاقة موجبة بين التوجه الزمني نحو المستقبل للطلبة ومستوى الصحة النفسية لديهم ($r = 0.48$)، بحيث كانت العلاقة عكسية بين الزيادة في مستوى الصحة النفسية والتوجه الزمني نحو الماضي وأشار إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائيا بين الزيادة في الصحة النفسية والتوجه الزمني نحو الحاضر والمستقبل. أما دراسة (Zebardast. Besharat & Hghighatgoo, 2011) فتوصلت إلى أن الطلاب الجامعيين لديهم توجه إيجابي نحو المستقبل وأن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين التوجه نحو المستقبل والرفاه الشخصي يعني من يتطلعون للمستقبل بكل جد وإيجابية هم الأكثر سعادة وارتياح أما (الفتلاوي، 2000) توصل من خلال دراسته إلى أن هناك علاقة بين التوجه نحو المستقبل وبروز الوجدانات الموجبة التي تبعث الأمل والراحة النفسية، وتؤكد دراسة البدراي (2004) على أن أفراد العينة يتمتعون بتوجه زمني نحو المستقبل بنسبة (68.80%) وهناك علاقة طردية موجبة بين درجات الطلبة في التوجه الزمني الايجابي نحو المستقبل ودرجات الشعور بالأمن النفسي، وتشير دراسات أخرى أن الطلبة من ذوي التوجهات الزمنية المستقبلية هم أقل قلقا ولديهم درجات مرتفعة في إدارة الوقت (Kritzas & Grobler , 2007) (ورد في فيصل وعبد الناصر، 2019) في حين توصلت دراسة أخرى إلى عكس ما توصلنا إليه وهذا من خلال هيمنة التوجه نحو الماضي لدى الطلبة على حساب التوجه نحو الحاضر والمستقبل (عويضة، 2008؛ Goldrich, 2005) فالطريقة التي ينظر بها الأشخاص إلى مستقبلهم مهمة لأنها تؤثر على حياتهم المستقبلية بأشكال مختلفة ويتميز

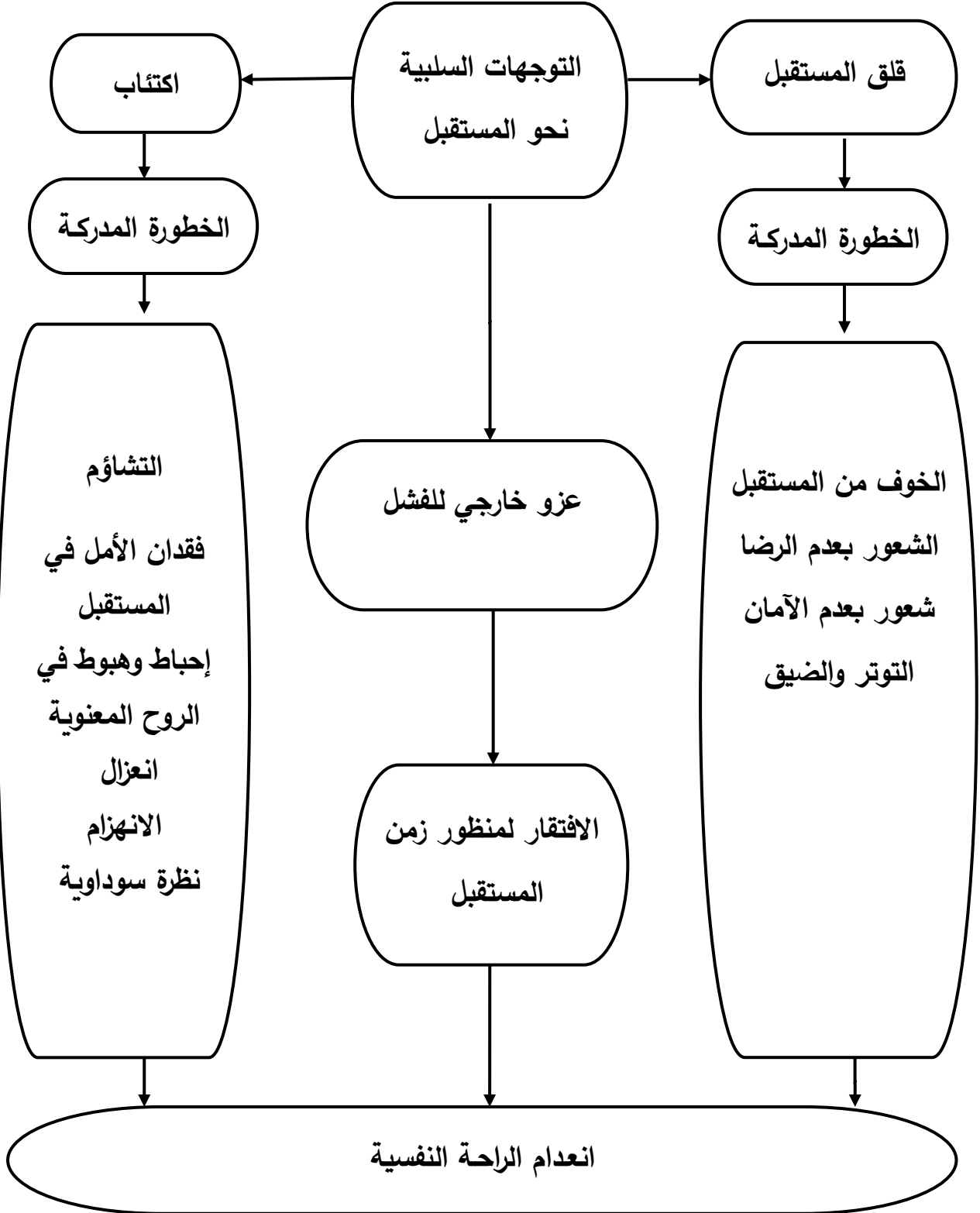
الأفراد ذوي التوجه نحو المستقبل بالميل إلى التفاؤل والاهتمام بالمستقبل واستباق أحداثه، والإحساس بالمتعة أثناء التفكير في الغد، كما لهم القدرة على توقع المستقبل، لذا يرى أدلر Adlar أن الإنسان تحركه توقعاته للمستقبل أكثر ما تحركه خبراته الماضية وأن أهداف الحياة هي السبب الذاتي للأحداث السيكولوجية؛ أي أنّ أهداف الإنسان المثالية هي التي تحدد مفردات سلوك الحاضر (هول وليذري، 1978). ويظهر جليا من خلال نتائج الفرضية والدراسات السابقة أن منظور زمن المستقبل يحقق العديد من الإمكانيات التي تساعد الفرد على التوافق والشعور بالارتياح النفسي خاصة؛ وأن الشباب المتمدرس يتلقى تعليما يساهم في تنوير طريقهم في تحقيق مستويات عالية في توجهاتهم نحو المستقبل وفي تنمية الفعالية والتنظيم الذاتي لديهم والتحكم في النفس أيضا وهذا ما تؤكدته دراسة (De Bilde, vansteenkiste & Lens, 2011) التي كشفت عن وجود ارتباط موجب بين منظور زمن المستقبل والتنظيم الذاتي للسلوك من خلال التحكم في الدوافع الداخلية كالشعور بالذنب والحجل والقناعة الشخصية، ما يدل على أن من لديهم مستوى واسع من منظور زمن المستقبل يتميزون بالقدرة على التحكم في انفعالاتهم وهم يستعملونها لتحقيق أهدافهم المستقبلية وهذا دليل على السلامة النفسية ومؤشر قوي لتحقيق الراحة النفسية لديهم كردود أفعال، وهنا يمكننا القول بأن التوجه نحو المستقبل يرفع من درجة الضبط الذاتي الموجهة للسلوك من أجل بلوغ الأهداف التي يفرضها هذا البعد من منظور زمن المستقبل وهذه العملية تعود بالإيجاب على الحالة النفسية للفرد بحيث أنه يصبح يتحكم في الانفعالات السلبية ويتطلع للمستقبل بكل إيجابية ما يزيح عنه عناء التفكير السلبي الذي يعكر المزاج ويؤثر على الراحة النفسية، وهذا يحقق الهناء النفسي، ونفس الأمر أشارت إليه دراسة (Coudin & Lima - 2011) لما توصلت إلى أن هناك علاقة موجبة بين منظور زمن المستقبل وسلامة الصحة النفسية، وتضيف إلى أن من يتمتعون بصحة نفسية جيدة هم الأكثر انفتاحا على المستقبل وهم يسعون دائما لتحقيق الأهداف الاجتماعية، ويدعم الباحث ما سبق بذكر العوامل المساعدة في توجه عينة الدراسة نحو المستقبل بحكم أنهم شباب متمدرس متطلع للمستقبل بكل أمل وعليه نشير إلى تشبع هذه

الفئة بالمدرجات الإيجابية يعود إلى العمر (السن) الذي يرشحهم للاستعداد الجيد للتطلع نحو المستقبل والقابلية للإنتاج الفكري والعملي، ومن جهة أخرى تأثير البيئة والمعايير الاجتماعية والتجارب والنظم المدرسية والتعليمية المستفاد منها من خلال الحصول على المعرفة وتلقي المعلومات التي تمكن هذه الفئة من التقييم والتفكير في المستقبل، واتساع رقعة تصورها مع زيادة الدافعية والمثابرة بناء على المعتقدات والاتجاهات الشخصية، وما سبق يدخل في حيز ما يسمى بالكفاية الذاتية التي تساعد الشباب المتدرس على التخطيط وتحديد الأهداف في المستقبل والتطلع إليه بروح الأمل والتفاؤل، بما يسمى بالنظرة الإيجابية للمستقبل أو بالأحرى التوجه الإيجابي نحو المستقبل، بحيث تصبح فيه الرؤى الواضحة والمنظورات الزمنية الإيجابية باعثا للشعور بالأمان والهناء النفسي وبمعنى آخر التمكين الذاتي المتعدد الأسباب، الذي يساهم في تبني أفراد العينة منظور إيجابي تجاه المستقبل مما ينتج عن هذه العلاقة الشعور بالارتياح النفسي، ويرتكز الباحث أيضا في تفسيره على القاعدة الآتية: " الإدراك هو معرفة زائد إحساس " يقصد من هذا أن المعلومات والمعارف التي يتلقاها الشباب في المدرسة وما يحصل عليه من البيئة وثقافة المجتمع - تعتبر كخبرة منشطة-تدفعهم لتكوين معرفة جديدة يستطيع من خلالها أن يدركوا وضعيتهم وما يجب القيام به كي يحققوا النجاح الواقع في المستقبل وهكذا ينمو لديهم التوجه نحو المستقبل والذي يفرض عليهم المثابرة والجد الممزوجان بالأحاسيس والمشاعر الإيجابية كالتفاؤل والأمل والرضا وهي مؤشرات دالة على الارتياح النفسي ويتفق رأينا هذا مع ما هو موجود في الأدب النظري الذي يشير إلى أن منظور زمن المستقبل هو تلك الدرجة التي يتم فيها توقع المستقبل ودمجه مع الحالة النفسية للفرد(Henry et al,2017) وفي الأخير يمكننا تلخيص ما سبق من خلال الشكل التالي:



شكل رقم (11) يبين سيرورة العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة (من إعداد الباحث)

ويضيف الباحث في تفسيره لنتيجة الدراسة عرض العلاقة العكسية لإثبات ما توصل إليه ويقصد بذلك إذا كان التوجه الإيجابي للمستقبل يعود بالإيجاب ويساهم في الشعور بالارتياح النفسي لدى شباب العينة، فحتمًا التوجه السلبي نحو المستقبل سيقدم لنا نتائج عكسية وقد تتجلى في ظهور المشاعر السلبية التي تدل على عدم الشعور بالطمأنينة والارتياح، وهذا ما دلت عليه دراسة إبراهيم شوقي عبد الحميد (2002) وبدر (2003) (ورد في: فراج، 2006: 1) حول مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى الشباب الجامعي وتوصل إلى أنهم يعانون من انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى الشباب الجامعي وتوصل إلى أنهم يعانون من انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل وهذا يعني فقدان الأمل في المستقبل والمعاناة من بعض الأزمات والاضطرابات النفسية وتوصل أيضا إلى أن هناك علاقة دالة موجبة بين تدني مستوى التوجه نحو المستقبل وكل من الاكتئاب والاعتراب والضعف النفسية بالنسبة لكل من الذكور والإناث (بدر، 2003: 52) وهذا ما أكدته (Ali Sarkohi, 2011) في أن تحيل الأحداث المستقبلية السلبية أو الإيجابية مرتبط بالصحّة النفسية وأثبت أيضا في دراسته ارتباط التوجهات السلبية للمستقبل بالاكتئاب (ورد في: دويده واليازيدي، 2023: 919) وفي نفس السياق هناك من يعتبر انخفاض التوجه الزمني نحو المستقبل قريب الشبه من قلق المستقبل، لذا يمكن القول بأن الافتقار لمنظور الزمن يسبب مشاكل نفسية تؤثر سلبا على الرفاه الشخصي للفرد، وعلى أساس هذه النتيجة يرى الباحث أيضا أن لمنظور زمن المستقبل (التوجه الإيجابي) أهمية كبيرة في جلب الراحة النفسية وتنمية القدرة على تحمل الإحباط في المواقف الضاغطة بما يسمى الصمود النفسي ونلخص العلاقة بين التوجه السلبي نحو المستقبل والارتياح النفسي من خلال الشكل التالي:



شكل رقم (12) يبين سيرورة العلاقة بين الافتقار لمنظور زمن المستقبل (التوجهات السلبية) والارتياح النفسي (من إعداد الباحث)

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية والتي تنص على: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة.

وللتحقق من الفرضية تم استخراج معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (15) معاملات الارتباط بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة

المتغيرات	التصورات المهنية	الارتياح النفسي	مستوى الدلالة
الأبعاد	البعد النفسي	0.33**	دالة عند 0.01
	البعد الأكاديمي	0.38**	
	البعد الشخصي	0.40**	
	البعد الاقتصادي	0.20**	
	البعد الاجتماعي	0.46**	
الدرجة الكلية		0.57**	

يتضح من الجدول (15) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة حيث بلغت العلاقة الارتباطية على الدرجة الكلية (0.57)، وكانت العلاقة دالة بين أبعاد المقياس والارتياح النفسي حين برز البعد الاجتماعي أكثر ارتباطاً بالارتياح النفسي حيث بلغت العلاقة (0.46 = ر) ثم يليه البعد الشخصي (0.40 = ر)، ثم البعد الأكاديمي (0.38 = ر)، فالبعد النفسي (0.33 = ر)، وفي المرتبة الأخيرة يأتي البعد الاقتصادي حيث وصلت العلاقة بينه وبين الارتياح النفسي (0.20 = ر). ومنه نستنتج أن التصورات المهنية للطلبة كانت أكثر ارتباطاً بالارتياح النفسي، مما يشير إلى أن الفرضية الثانية قد تحققت، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (العجمي، 2015) أما صاحب الدراسة (قطاب، زفاوة، 2024) توصل في بحث آخر تحت عنوان " مستوى التصورات المهنية لدى عينة من الشباب المتمدرس " إلى أن هناك مستويات عالية من التصورات المهنية أبدتها عينة الدراسة وبرز فيها البعد النفسي بمستوى عالٍ ولاحظ الباحث أن الفقرة (2) من مقياس التصورات المهنية ذات المحتوى " أرى أن تحقيق مهنة المستقبل يجعلني أكثر ارتياحاً وسعادة " جاءت في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.34) وانحراف معياري (0.92) وبمستوى عالٍ جداً، وأرجع هذا للأهمية التي يوليها الشباب المتمدرس للمشروع المهني المستقبلي والحصول على مهنته كنشاط ممتع يؤدي للشعور بالسعادة

والاستقرار النفسي والأمن المعنوي في المستقبل من خلال تحقيق الذات المهنية، ما يسمح لهم بالتحرر المادي وتحمل المسؤولية والاستقلالية الذاتية، وفي نفس السياق نجد دراسة (راينور، 1970- Raynor) التي توصلت إلى أن طلاب الجامعة الذين يرتفع لديهم الاعتقاد بأن العمل أو المهنة هي وسيلة لتحقيق الأهداف المستقبلية وبرنامج الخطط الحياتية هم الطلاب أقل قلقاً مقارنة بالطلاب الذين لديهم نظرة تشاؤمية حول مهنة المستقبل بحيث نجدهم مرتفعي القلق، وهذا ما يدل على أن التصورات الإيجابية نحو مهنة المستقبل بمثابة محرك يبعث الاطمئنان والراحة النفسية لدى الشباب المتدرس وتعطيهم الأمل في تحقيق ما يطمحون إليه مستقبلاً، ويؤدي كل من (ونغ وستيلر، Wong & Stiller) أن العمل يعد مصدراً مهماً في مفهوم الارتياح النفسي ويعطي المعنى الحقيقي له إذ أن من خلاله يشعر الإنسان أنه منتج ومفيد بشكل ما لذاته والآخرين (في مسعودي، 2016: 10) ويعني هذا أن لا راحة نفسية بدون عمل ولتحقيق الهناء النفسي لابد من الرضا عن الذات وعن الآخرين وعن الحياة بشكل عام، ولا يحقق الفرد هذا إلا إذا كان يرى نفسه يقدم خدمة للمجتمع عن طريق ما يمتهنه وبمجرد تفكير الشباب المتدرس في هذا الأمر وتخيله في مرحلة معينة من العمر وخاصة في مرحلة الشباب قد يشعروهم بالاطمئنان خاصة في ظل توفر المناخ الملائم والظروف المناسبة التي تدفعهم إلى تصور مستقبل مهني زاخر، وفي هذه النقطة يشير (أريستو) إلى أن النجاح ضروري لتحقيق السعادة (تلمساني، 2015: 46)، وتعكس هذه النتيجة أيضاً الجانب المعرفي للشباب المتدرس المتضمن الرضا عن العائد من المهنة المحببة إليهم وما يرافقها من مشاعر إيجابية ترقى إلى مستوى طموحاتهم وتطلعاتهم، ونشير أيضاً إلى أن أحداث الحياة التي لها أثر إيجابي على أفراد عينة الدراسة كالأهمية التي توليها الدولة بفتة الشباب ككل تجعلهم يظهرون تصورات مهنية نستشعر من خلالها الأمل والتفاؤل نحو مستقبلهم بفعل السياسة المنتهجة لأجل تشغيل الشباب وخاصة حاملي الشهادات من خلال خلق مناصب شغل وتشجيعهم على الولوج في ميدان الشغل عن طريق تبني المشاريع وتمويلها بالقروض دون فوائد ومنح الوسائل والإمكانات اللازمة للتكفل بهاته الطاقة الشبانية بحيث تدخل هذه التدابير في حيز سياسة الإدماج المهني والاجتماعي للشباب وتحقيق التنمية المستدامة، ومن جهة أخرى أثبتت دراسات مشابهة كدراسة كل من (فيردمان وهامبورست، 1954)، أن العمال يرون العمل بأنه وسيلة لتحقيق الذات واكتساب التقدير والاحترام والإشباع النفسي، ونفس الأهداف توصلت إليها دراسة كل من (طوكسي، وكابلان 1969) حين توصلنا إلى أن تصورات العمال حول العمل مرتبطة بإشباع حاجات معينة مثل: الإنجاز، المسؤولية، الاستقلالية، الحاجات الاجتماعية، الاحترام، تحقيق المكانة، تحقيق الرضا (بوزرية، 2012: 338)، ويعكس

هذا حاجة الإنسان إلى تحقيق الراحة النفسية من خلال مهنته المستقبلية، وفي المقابل تأتي الفقرة (3) ذات المحتوى " أشعر بالإحباط بسبب ارتفاع نسبة البطالة لذوي الشهادات الجامعية " في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (2.06) وانحراف معياري (1.24) بمستوى متوسط، وهذا راجع إلى تفاعل الشباب المتمدرس مع محيطهم الخارجي ومدى تأثرهم بالظروف التي يعيشها ذوي الشهادات الدراسية بعد تخرجهم حيث يتدخل هذا في عملية تصورهم للمستقبل المهني والتنبؤ به انطلاقاً من الواقع مما يفرض عليهم ضغوطاً وهواجس تسبب هبوطاً في المعنويات وقلقاً دائماً نحو العمل في المستقبل، إذ أنهم يستشعرون مشكلة البطالة التي يعاني منها الشباب حالياً ويتوقعون بأنهم سيواجهونها في المستقبل، ونفس المشكل أشارت إليه دراسة (محمود شمال حسن، 1999) وهو أن هناك أمور داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية، ويعتبر طبيعة المناخ الاجتماعي المهيأ لحالة القلق من المستقبل هو الذي تقل فيه فرص العمل الخريجي الجامعات والمعاهد وهذا ما يبرر استجابة أفراد الدراسة على هذه الفقرة من البعد النفسي لمقياس التصورات المهنية، وتشير الدراسات التي عالجت موضوع التصورات المهنية وعلاقته بالعائد النفسي والشخصي للفرد نذكر منها دراسة (عيلان، 2016، عتيق منى، 2013، ماحي، 2012، زروالي، 2011، بركات، 2009، رحمة، 2002) إلى أن الشباب المتمدرس لديه مستوى من التصورات المهنية، ونفسر هذا على أن هذه الفئة تولي أهمية كبيرة لممارسة مهنة المستقبل والتفكير بشأنها لتحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة، بحيث أصبحت المهنة تعتبر معياراً للنجاح الاجتماعي، إذ نجد شباب اليوم يطمح ويرغب في الوصول إلى مراحل متقدمة من الدراسة لأن في تصورهم هي الوسيلة التي تسمح لهم بلوغ ما يصبون إليه، وهي عامل من عوامل النجاح في الحياة، ما يخلق شعوراً إيجابياً نحو المستقبل المهني مع تحقيق الأهداف الشخصية أيضاً، وهذا لا يدل عن شيء وإنما يدل على الإرادة السياسية للدولة الجزائرية التي أضحت تهتم بانشغالات الشباب من خلال آليات التشغيل الجديدة وأنماط الدعم الأخرى للشباب المتمدرس حاملي الشهادات كمنح القروض والوسائل التي من شأنها تشغيل الشباب وتشجيعه على تبني المشاريع ومساعدتهم مادياً ومعنوياً من خلال المرافقة والتوجيه، بما يسمى حاضنات المشاريع بالإضافة إلى تقديم التسهيلات الإدارية لإنشاء المؤسسات المصغرة والمتوسطة وتمويلها مع إعفائها من الضرائب لمدة سنة كاملة، فضلاً عن المعدات والوسائل الممنوحة للشباب لتجسيد أفكاره ودخول عالم الشغل، وهذا يدخل في حيز نشر الفكر المقاولاتي والسعي لاستغلال الطاقات الشبانية أحسن استغلال لا سيما الشباب المتمدرس والعمل على دمجهم اجتماعياً ومهنياً بهدف تحقيق تنمية مستدامة، فتصورات الشباب المتمدرس إذن تتأسس من خلال

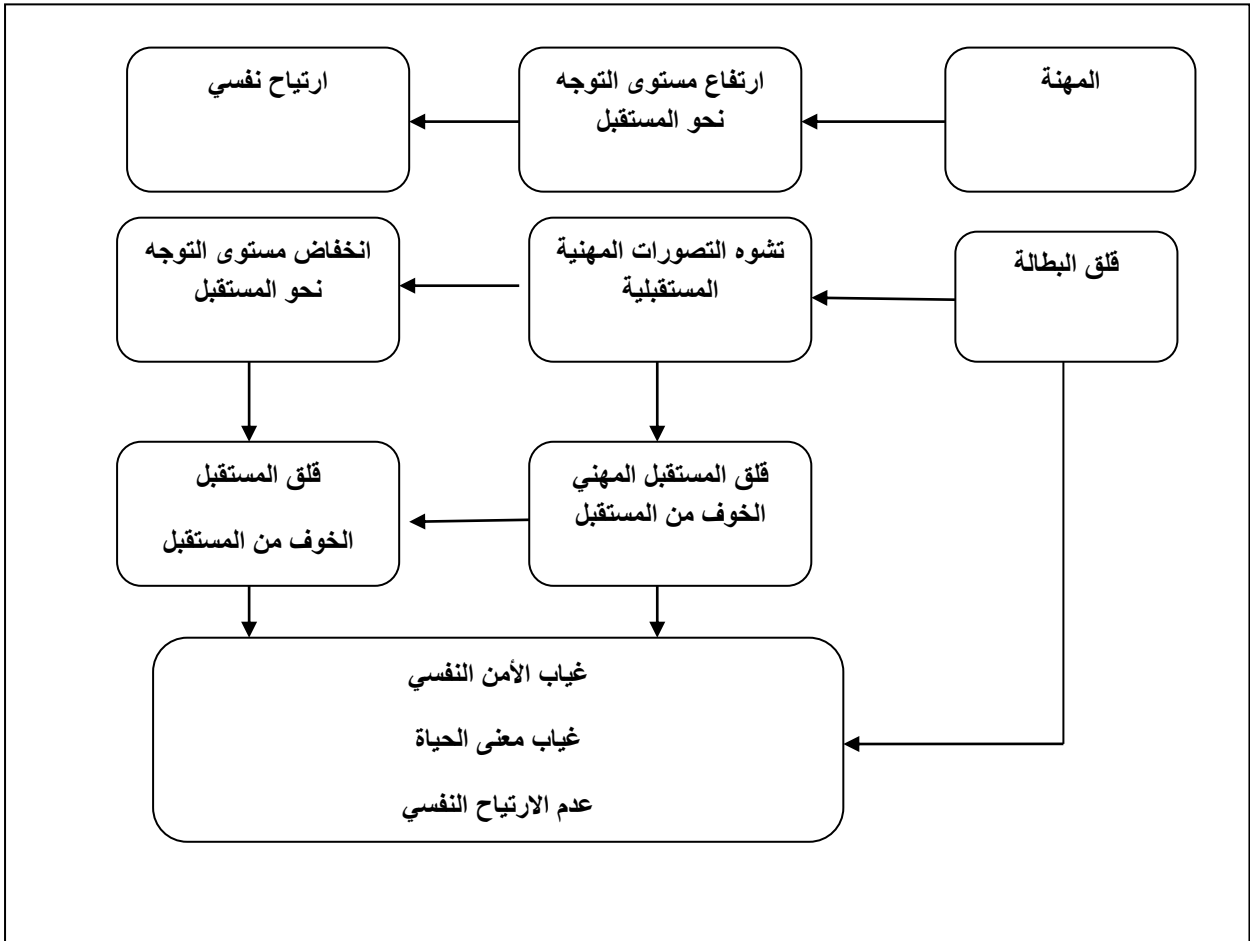
الواقع وتفاعل هذه الفئة داخل المجتمع، بحيث تخضع للتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والدينية والسياسية للبلد، ومما لاشك فيه أن أفراد عينة الدراسة كلهم شباب يطمحون للحصول على مهنة يحققون خلالها المكانة المحترمة ويفرضون ذواتهم ما يرفع من الشعور بالتقدير ومن جهة أخرى يتصورون مهنة المستقبل ذريعة ضد النظرة البراغماتية المنتشرة في المجتمع، وكل هذا يصب في عملية الاستعداد الشخصي لعينة الدراسة لضمان الأمن المعنوي والنفسي مستقبلا، وقد اتفقت نتائج دراستنا مع دراسة (عيلان، 2016) حول التصورات المهنية لدى طلبة نظام (ل.م.د) وتوصل بدوره إلى أن الطلبة يحملون تصورات خاصة بمستقبلهم المهني وهم يعتبرون المهنة مفتاح للتطور وتحقيق التقدير الاجتماعي، مما يخلق الشعور بالأمن النفسي والمعنوي حيث تكشف أيضا نتائج دراستنا أن عينة الدراسة الحالية لديهم نظرة مستقبلية طويلة لاهتمامهم بتطورهم الشخصي والبحث عن التقدير الاجتماعي وتكوين صورة متكاملة عن المهنة التي يريدونها مستقبلا ونفس الأمر أشارت إليه كل من دراسة (Saradooni, 2012) و (Trottier et al, 1998) من حيث حاجة هذه الفئة إلى البحث عن التقدير الاجتماعي والتطور الشخصي وهما العناصر الأساسية لتصورات الشباب الجزائري المتمدرس لكلا الجنسين ذكورا وإناثا لتصورهم للمستقبل المهني باعتبار العمل والحصول على وظيفة دائمة هو صمام الأمان في هذه المرحلة العمرية الحساسة، ويفسر الباحث هذا أن المهنة أو العمل هو السبيل الوحيد للحصول على التقدير والاحترام من الآخرين وبالتالي تحقيق الشعور بالرضا عن الذات وعن الآخرين وهذا ما يساهم في بعث الراحة النفسية لدى الفرد، كذلك أشارت دراسة (عتيق منى، 2013) إلى أن الطلبة لديهم تفاعل نحو المستقبل المهني ويحملون تصورات إيجابية نحوه، وتفسر الباحثة هذا أن الطبيعة البشرية بطبيعتها إيجابية وفي جوهرها تبحث بشكل دائم عن كل ما هو جديد والأفضل لها كما تسعى إلى أي شيء ينمي ذاتها ويطورها وكون الشباب المتمدرس ينتمون إلى مؤسسات تعليمية مختلفة ويدرسون في تخصصات مختلفة فلا شك أنهم يحددون أهدافهم وتوجهاتهم نحو المستقبل بناء على ما يتلقونه من معارف في إطار عملية تفاعلية اجتماعية بينهما ما يؤثر على تصوراتهم المستقبلية، وبالتالي المساهمة في تحقيق الارتياح نحو المستقبل المهني، هذا وقد أثبتت الدراسات الحديثة أن شبكات الدعم الاجتماعي التي تحيط بالأفراد تلعب دورا مهما لدى الناشئين والبالغين في تشكل الصور الذهنية المرتبطة بالمستقبل خاصة وأن فئة الطلبة كشباب متمدرس يتميزون بالإرادة والنشاط والحيوية والقدرة على الإنتاج العقلي ما يسمح لهم بالتدخل في تحديد مصيرهم ويندفعون نحو المستقبل لتحقيق أهدافهم وهنا يمكننا القول أن التصورات المهنية للشباب المتمدرس تعبر عن قبولهم لحاضرهم وهم يتطلعون للمستقبل برؤية إيجابية وهذا ما أشارت

إليه دراسة (زروالي، 2011) حين توصلت إلى أن الطلبة ذكور وإناث ينشغلون بالتفكير في مستقبلهم المهني نظرا لأهميته في نظرهم ويعتبرون المهنة المشرفة معيارا للنجاح الاجتماعي مادراسة (بوزريبة، 2012) فتوصلت إلى أن الشباب المتمدرس الذي هو في إطار التكوين والتأهيل المهنيهم راضون عن مهنتهم المستقبلية ويحملون تصورات مزروجة بمشاعر التفاؤل والأمل نحو المهنة المستقبلية التي سيقودها إليهم تخصصاتهم الدراسية، وهذا دليل على العلاقة التي تربط التصورات المعنية بالارتياح النفسي لدى شباب العينة ومن جهة أخرى نشير في دراستنا حول العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي إلى الجانب السلبي الذي يمكن أن يؤثر على هذه العلاقة، وهنا نشير إلى الواقع المعاش وما يواجهه الشباب المتمدرس ويدركه داخل المجتمع وفي هذا الإطار توصلت دراسة (شريف حلومة، 2005 : 44) إلى أن تصورات الطلبة حول المهنة مضطربة نظرا لاصطدام الإدراك بالواقع وعدم توجيه طلبة البكالوريا إلى تخصصات مرغوب فيها من طرفهم ويشير هذا إلى تشوه واضمحلال في التصورات المهنية المستقبلية التي ينتج عنها انفعالات سلبية كالقلق والاكتئاب بسبب الشعور بالتهديد وضياع المستقبل المهني، وهذه النتيجة بدون شك ستؤثر سلبا على راحتهم النفسية ومدى شعورهم بالرضا ويرجع الباحث سبب تقلص حجم ومستوى التصورات المهنية للأحكام التي يعطيها المجتمع لما يدرسونه من تخصصات وعلى أساس الحاضر يتحدد مصيرهم المهني مسبقا ومن جهة أخرى يعبر هذا عن انخفاض الواقع التربوي الدراسي عن مستوى الطموح والتطلعات في تحقيق التنمية الشاملة للشباب المتمدرس في المستقبل (رعد، 2012 : 12)، ومن جهة أخرى نجد المبالغة في التصورات المهنية والتوقعات أو الإخفاق في تحقيق التكهينات تعبر عن أشكال ضعيفة للتكيف لعدم تطابقها مع الواقع الأمر الذي يجعلهم في حالة مستمرة من القلق والاستعداد لأخطار لم تصل بعد، وتستنزف طاقتهم الجسمية والنفسية الشيء الكثير (جبر، 1998) وهذا لا يدل عن شيء وإنما يدل على أن التصورات المهنية في اتجاهها السلبي تؤثر بدورها سلبا على الارتياح النفسي لدى الفرد ومما سبق نرى بأنها تكون دائما وفق مقدار أو مستوى محدد تتحكم فيه العديد من المتغيرات والظروف المحيطة وبمعنى آخر هو أن التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس تكون خاضعة دائما للواقع وتبعاً للواقع المعاش، وفي نفس السياق - وبإعادة النظر إلى حال خريجي الجامعات ومعاناتهم من شبح البطالة كواقع معاش - فقد جاء في دراسة يوسف عاشور (2018) أن قلق البطالة يؤدي إلى اضطراب مستوى التوجه نحو المستقبل وقد يسبب في تكوين الشباب لصورة مشوشة عن المستقبل المهني وهذا ما يدفع الشباب المتمدرس إلى التفكير في الهجرة لاستشعاره المسبق للفشل والإخفاق والاعتراب وقد يقترن هذا بمشاعر الخوف من البطالة التي تؤدي إلى إبعاد هذه الفئة من التفكير في المستقبل، ومن جهة أخرى

وخلال مرافقة الباحث بعض الشباب المتمدرس يشير إلى تسجيل بعض الآراء حول تصور المهنة المستقبلية لديهم وقد صرحوا بعدم قبول المهن الغير المدرة للمال وكانت بصريح العبارة (نحن لا نقبل مهن البقشيش) وهناك من يرى المال في المهن الحرة، وأرجع الباحث هذا إلى الطموح الواضح لهذه الفئة ورغبتها في كسب المال الذي يعتبر كأداة لتحقيق السعادة، والميل إلى المهن الحرة لدليل قاطع على استشعارهم أن هذه الأخيرة أصبحت تتيح فرصة الكسب السريع للمال، مقارنة بالموظفين التابعين للقطاع العام، ومن جهة أخرى يختارون الانخراط في صفوف الجيش كحل سريع وطريق مختصر للحصول على مهنة، وهناك من يعتبره حل حتمي أما شبح البطالة ومما سبق يدعمه الباحث تفسير النتيجة المتوصل إليها العلاقة غير مباشرة بين البطالة والتوجه نحو المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي كما هو مبين في الشكل التالي:

شكل رقم (13): تفسير العلاقة غير مباشرة بين مستوى التوجه نحو المستقبل والتصورات المهنية في تحقيق الارتياح النفسي

لدى عينة الدراسة (من إعداد الباحث)



من خلال الشكل (13) يعرض الباحث مايلي:

- إذا كانت المهنة تؤدي إلى ارتفاع مستوى التوجه نحو المستقبل والذي بدوره يساهم في شعور عينة الدراسة بالارتياح النفسي، فإن البطالة تؤدي إلى انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل وهذا الأخير يتسبب في ظهور قلق المستقبل (قلق المستقبل المهني)، نتيجة تشوه التصورات المهنية وإبعاد الفرد عن التفكير في المستقبل ويحدث بعده الشعور بعدم الأمان وغياب معنى الحياة وعدم الارتياح.

- وما سبق يستنتج الباحث أن للتصورات المهنية والتفكير في المهنة المستقبلية علاقة بارتفاع وانخفاض التوجه نحو المستقبل وبالتالي تحقيق الارتياح النفسي من عدمه، بحيث تساهم التصورات المهنية والتفكير الإيجابي نحو مستقبل مهني أفضل في ارتفاع مستوى التوجه نحو المستقبل وبالتالي تحقيق الارتياح النفسي، وهذا يشير إلى العلاقة بين التصورات المهنية والتوجه نحو المستقبل في تحقيق الأمن النفسي وبلوغ معنى الحياة.

ومن جهة أخرى أفرزت نتائج الدراسة بأن البعد الاجتماعي لمقياس التصورات المهنية كان أكثر ارتباطا بالارتياح النفسي لدى شباب العينة ويفسر الباحث هذا إلى ارتفاع مستوى التصورات المهنية لهذا البعد (قطاب، زقاوة، 2024: 232-254) باعتبار أن خصائص أفراد العينة كلهم شباب ومراهقين في مرحلة البناء والنضج، ويبحثون عن النماء الشخصي والمهني الذي يمثل أحد مصادر المعنى في الحياة، ومن جهة أخرى يسعون لإشباع الحاجة إلى الانتماء وتحقيق ذواتهم وتأكيد وجودهم في المجتمع، وهذا من خلال المشاركة والانفتاح على الآخرين وأداء أدوار جديدة بفضل الانتقال من الحياة التعليمية إلى الحياة المهنية انطلاقا من القيم الاجتماعية والنظم الثقافية، ومن خلال تفاعلاتهم قد يتطلعون إلى المشاركة في الأنشطة والأعمال الخيرية وتتميز هذه الفترة بالقدرة على العمل في سبيل الصالح العام والتكيف مع المجتمع (الأقصري، 2002: 22)، بحيث يشير (هاهورست، 1995) إلى أن الفرد يتصور ويرى العمل بأنه وسيلة لخدمة الغير (بوزريية، 2012: 338)، لذا تظهر على سلوكيات التفاؤل والتضامن والتطوع وتقديم الأعمال ذات الطابع الإنساني خاصة على مستوى الجمعيات الخيرية المكلفة بتقديم المساعدات ما يسهل على شبابنا المتدرس الاندماج بالمجتمع بناء على عملية تفاعلية تكافلية تضامنية تقرها النظم والمعايير الاجتماعية والضوابط الدينية التي تضبط سلوكيات الأفراد والجماعات وهذا ما توصلت إليه دراسة (خطاب، 2003) حين أشارت إلى أن الحاجة إلى العمل وممارسته يرتبط ارتباطا إيجابيا عاليا بالحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى تحقيق الذات كما أن هناك ارتباط بين ممارسة العمل والقدرة على التعبير والمشاركة في الأعمال الجماعية (قيس، 2010: 24-25)، يعني أن التصورات الاجتماعية مسؤولة على اتخاذ قرارات

ومواقف الشباب المتمدرس وخاصة في ما يتعلق بمستقبله المهني، فالتصورات تسمح إذن بالتنبؤ بالسلوك المستقبلي للفرد بحيث يعبر السلوك عن التصورات التي يحملها هذا الأخير (عيلان، 2016 : 20) فالمجتمع يلعب دورا هاما في بناء التصورات المهنية لدى أفراد عينة الدراسة حين تتشكل عن طريق تفاعلاتهم مع الآخرين ومن خلال واقعهم الخارجي وانطلاقا من معطياتهم الشخصية الداخلية، بما يسمى الحاجات الإنسانية التي أشار إليها سلم ماصلو كالحاجة إلى الاحترام والتقبل، المشاركة الاجتماعية، المكانة والقيام بالدور تحقيق الذات، بناء علاقات والاتصال بالآخرين، الانتماء وغيرها من الحاجات التي يرغب الشباب المتمدرس إشباعها، ونفس الأمر أشارت إليه دراسة) بوزريبة، مرجع سابق) حين توصلت إلى أن التصورات والانتظارات المهنية للأفراد لها أبعاد اجتماعية من خلال اعتبار مهنة المستقبل تسمح لهم بالاتصال والتفاعل مع الآخرين بنسبة 69.59% مع إشعارهم بأهميتهم وقيمتهم ووسط الآخرين بنسبة 67.83%، أما (محمود، ترزولت: 1996) فتوصل إلى أن الطلبة يحملون في تصورهم أن المهنة هي وسيلة للعيش والمشاركة في الحياة الجماعية بنسبة 90% من حجم العينة، لذا نجدهم يكونون تصورات حول المهنة المستقبلية انطلاقا من حاجاتهم واهتماماتهم المختلفة ومن جهة أخرى يقومون باستحضار نظرة المجتمع للمهن ذات القيمة والشأن والنوعية وقد يستحضرون القيم والمعايير الاجتماعية السائدة في بناء تصورات ذات معنى دلالي، وهكذا تصبح عملية عقلية ذات أساس اجتماعي، وهنا يمكننا القول أن عملية تصور المهنة والتأسيس للمشروع الشخصي هو رد فعل لشخصية بكاملها تنشأ بفضل تجارب وخبرات سابقة للشخصية القاعدية والتنشئة الاجتماعية التي على أساسها تتكون تصورات الشباب الاجتماعية ما يسمح بتحديد السمات المثالية لاختيار المهنة المستقبلية وحجم العائدات منها، بحيث يساهم هذا في دفع الفرد إلى اكتساب مهارات التفكير والإدراك لواقعه المعاش من خلال العلاقة القائمة بينه وبين العالم الخارجي (المحيط الاجتماعي)، فالتصورات المهنية إذن تمثل همزة وصل بين النشاط العقلي النفسي والنشاط الاجتماعي (بليدوح، 2015 : 145)، بحيث أنها تنثري العلاقة بينها وبين شعور الشباب المتمدرس بالارتياح النفسي وهذا بدافع احتياجاته الاجتماعية في الحاضر وما يرغب في تحقيقه منها في المستقبل وكل هذا يجعل أفراد العينة تتطلع للمستقبل بكل أمل وتفاؤل من أجل تحقيق الرضا عن الذات والشعور بالتقدير والاهتمام من الآخر وكل هذه المشاعر الإيجابية لدليل على البحث عن تحقيق راحتهم النفسية.

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة والتي تنص على: توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير النوع لدى أفراد العينة (ذكور - إناث).

وللتحقق من الفرضية قام الباحث بحساب مصدر الفروق وهذا بالاعتماد على اختبار (ت) كما هو موضحفي الجدول التالي:

جدول رقم (16) يوضح دلالة الفروق في منظور زمن المستقبل تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - إناث)

المتغيرات	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الإ انحراف المعياري	اختبار " ت "	درجة الحرية	مستوى الدلالة
منظور زمن المستقبل	ذكور	211	131.73	20.09	4.35 -	543	0.00
	إناث	334	139.07	17.57			

يتضح لنا من الجدول (16) وجود فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير الجنس لصالح الإناث، وهذه النتيجة تتماشى مع دراسة صبح وزيزفون (2019) ودراسة (Almenara & Kvaskova, 2019)، كما توصلت دراسة (Rappaport & Wilson, 2010) إلى وجود فروق لدى الطلبة في توجهاتهم الزمنية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث (ورد في زياد، 2019: 20) واتفقت كذلك مع دراسة (الحياي، 2003) التي توصلت إلى أن التوجه الزمني نحو المستقبل واضح أكثر في سلوك الطالبات مقارنة بالطلبة الذكور. في حين وجدت دراسات أخرى فروقا دالة لكن لصالح الذكور (الفتلاوي، 2015; عبد الوهاب، 2011; جار الله، 2009; Cottle, 2009; Shifflett, 1980). بينما اختلفت النتيجة المتوصل إليها في الدراسة الحالية مع دراسات أخرى سابقة حين أشارت إلى عدم وجود فروق دالة تعزى إلى الجنس منها دراسة كل من (Mello & Worrell, 2013; عويضة، 2008; حميدان والعزاوي، 2001).

إن نتائج هذه الفرضية تشير إلى أن الذكور لديهم مستوى منخفض من الاتجاه الايجابي نحو المستقبل على عكس الإناث اللواتي تفوقن في هذا البعد، نظرا لقدرتهن على التطلع نحو المستقبل ومحاولتهن فرض أنفسهن في ميادين شتى، من خلال تحديد أهداف بعيدة المدى كي يلبين حاجتهن النفسية كإثبات وجودهن وتحقيق ذواتهن

في المجتمع وتحقيق الاستقلالية المادية التي أصبحت متاحة للأنثى أكثر مما كانت عليه في الماضي حيث كان كسب المال متاحا بنسبة كبيرة للذكور، فهن إذن، تستمدن هذا المنظور من التغيرات الطارئة في المجتمع والمتضمنة حرية المرأة وتساوي حقوقها مع الرجل بالإضافة إلى سياسة تأنيث العمل في عدة قطاعات مثل توظيفها في الإدارات وقطاع الصحة والتربية وغيرها من المهن التي أصبحت تتطور بفعل الثورة الرقمية والاعتماد على الذكاء الاصطناعي في العديد من المجالات، هذا أفزر بعض الوظائف التي لا تتطلب الجهد البدني الذي كان يعطي فرصة أكبر للعمل لجنس الذكور، أما الآن اتسعت رقعة العمل لديها مما يساعدها على منافسة أكبر للذكور والتطلع نحو المستقبل بطموح عال قد تغذيه الأسرة والمجتمع وسمعنا أمهات توصين بناتهن بعبارة: " في الضيق لا تجدن إلا عملكن " ومن الجهة الأخرى نجد أن الشباب من الذكور يعيش العديد من الضغوطات كالضغط داخل الأسرة الذي يحتم على الذكر تلبية حاجياته الأساسية وتدير أموره لوحده في هذا السن، وضغوط المستقبل الزواجي المتضمن ارتفاع حجم نفقات الزواج وصعوبة إختيار شريك الحياة، وضباية المستقبل المهني بعد التخرج، قلة فرص العمل والبطالة المنتشرة في أوساط الجامعيين، وهذا ما يدفعهم إلى تبني التوقعات السلبية للمستقبل ويؤثر على مستوى ارتياحهم النفسي ويمكن أن نفسر هذه النتيجة على ضوء التوجه نحو الهجرة غير الشرعية (الحرقة) لدى الشباب الذكور ومن جهة أخرى نجد أن الإناث يتوقعن الزواج والأمومة في سن مبكر مقارنة بالذكور، وهن يفكرن باستمرار في الأسرة والعائلة وقد يعشن كثيرا أحلام اليقظة والتخيلات التي تفتقد للواقعية والتخطيط على عكس الذكور الذين نجدهم دائما يفكرون للمدى البعيد وبأكثر امتداد وتخطيط لتحقيق أهداف تبدو واقعية دائما (Ronan, 1997)، أما دراسة (Green, Debacker, 2004) حول العوامل المؤثرة على منظور زمن المستقبل بأن الإناث يكثرن من تنويع الأهداف المستقبلية مقارنة بالذكور، وهن يبدن اهتماماتهن نحو المستقبل العائلي وتكوين أسرة مع تحديد أهداف أخرى متعلقة بالمهنة والوظيفة، أما الذكور فهم يركزون دائما على الأهداف المتعلقة بالوظيفة والأمن المالي، وقد يفسر البعض أن تأثير مشاعر الإناث يساهم بشكل أكبر في منظوراتهن نحو المستقبل مقارنة بالذكور، وتظهر عليهن مشاعر التفاؤل تبعا لمشاعرهن الحساسة تجاه ما يقع حولهن من أحداث وهذا ما يبرر تفوق نظرتهن المستقبلية على جنس الذكور (Honora, 1997).

- عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة والتي تنص على: توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى أفراد العينة (ثانوي - جامعي).
وللتحقق من الفرضية قام الباحث بحساب مصدر الفروق وهذا بالاعتماد على اختبار (ت) كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (17) لدلالة الفروق في منظور زمن المستقبل تبعاً لمتغير المستوى التعليمي (ثانوي - جامعي)

المتغيرات	المستوى التعليمي	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار " ت "	درجة الحرية	مستوى الدلالة
منظور زمن المستقبل	ثانوي	329	136.43	19.39	0.31	543	0.75 غير دالة
	جامعي	216	135.92	18.18			

يتضح من خلال الجدول (17) عدم وجود فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى عينة الدراسة، وقد اتفقت نتيجة دراستنا مع دراسة (الجبوري وآخرون، 2016) ويرجع الباحث هذا إلى أن أفراد العينة هم طلبة شباب ومراهقين يعيشون في نفس المرحلة العمرية وفي سن متقارب وفي بيئة واحدة تتشابه في جوانبها الاجتماعية، الاقتصادية والثقافية، لذلك فهم يحملون نفس التمثلات الاجتماعية ونفس التوجهات الفكرية المبنية أساساً على أهمية الدراسة وضمان المستقبل والتطلع إليه من خلال الفعالية الذاتية والتوجه نحو المستقبل بنظرة تفاؤلية وواقعية. ويمكن أن يكون للمسار الدراسي والمحتوى التعليمي أثر في تكوين نفس المنظور لدى الطلبة، المتعلق ببناء التصورات المستقبلية والسعي نحو النجاح ومحاولة فرض الذات وتحقيق الشخصية داخل المجتمع، كما تعود هذه النتيجة المتوصل إليها إلى سيادة الأبعاد التربوية والتعليمية والمعرفية والإدراكية والشخصية وتقاربها بين أفراد العينة، وهم يسعون إلى تحقيق أهدافهم بناء على نفس المعطيات المتناولة وخاصة وأنهم يقومون بأدوار دراسية متشابهة في المؤسسات التعليمية وهما يخضعان لنفس الظروف الحياتية في شتى المجالات الاجتماعية، الاقتصادية، الثقافية أو الدينية ... ونشير هنا أيضاً إلى دور المعايير التي تضبط المجتمع والسلوكيات والعادات والأعراف والتي تساهم في تحديد أنواع التوجهات المستقبلية من خلال استقصاء المعاني والأفكار منها وتحويلها إلى وجهات نظر يتم على أساسها تصور المستقبل وإدراك الزمن، وهذا ما يثبت عدم وجود

اختلاف في المنظورات الزمنية المستقبلية لدى أفراد العينة لكلا المستويين الدراسيين، ويفسر الباحث النتيجة التي توصل إليها إلى التشابه والتقارب في الحاجات النفسية والاجتماعية للطلبة ما يفرض عليهم إظهار منظورات زمنية متشابهة حسب التطلعات والرغبات والطموحات والتخطيط للنجاح هذا من جهة، ومن جهة أخرى يعتبر عامل السن أو الفئة العمرية لعينة الدراسة سببا في توجيههم نحو المستقبل بأكثر فعالية وحماس خاصة وأنهم يؤدون نفس الوظائف خلال حياتهم اليومية إلى حد كبير، وبحكم احتكاكنا بالشباب المتمدرس في هذه المرحلة فإننا نجدهم يفكرون في الآليات التي تضمن لهم العيش الكريم في الحاضر على غرار تعبيرهم عن الحاجات النفسية والاجتماعية كالبحث عن التقدير وإثبات الذات والرغبة في الاستقلالية والتحرر المادي، بالإضافة إلى التعبير عن الأفكار التي توحى على التوجه نحو ضمان مستقبل أفضل وهذا راجع إلى تشابه البنى العقلية والمكونات النفساجتماعية والفيزيولوجية والتعليمية والثقافية والدينية التي تتمتع بها عينة الدراسة في هذه المرحلة العمرية الحساسة، والتي تعتبر الحقل الذي يجسد فيه الشباب اتجاهاته وآرائه وييدي سلوكيات ذات محتوى متشابه وهذا في ظل تأثير إدراك الزمن والأشياء وتحت تأثير نفس المشاعر والانفعالات التي تدفعهم لتحقيق أهدافهم في المستقبل، ونشير أيضا إلى دراسة (الربابعة، الكساسبة، 2022) التي كانت نتائجها مشابهة إلى حد كبير للنتيجة المتوصل إليها حاليا، حيث توصلت إلى عدم وجود فروق لجميع أبعاد منظور زمن المستقبل لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

2- استنتاج عام:

لقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس، مما يعني أن التوجه الايجابي نحو المستقبل يساهم في شعور الفرد بالارتياح النفسي، وتوجهاته السلبية قد تؤثر سلبا على ذلك، من خلال ظهور التوتر والقلق والإصابة بالاضطرابات النفسية والعقلية مثل الاكتئاب والفصام وعادات الإدمان المختلفة، وقد مست هذه العلاقة كلا الجنسين ذكورا وإناث، وكلا المستويين الدراسيين بمعنى الثانوي والجامعي، وهي نتيجة تؤكد ما جاء في الخلفية النظرية للدراسة وهي تتوافق إلى حد كبير مع الدراسات السابقة التي أشارت إلى العلاقة التي تربط بين التوجه الزمني للفرد ومدى تمتعه بالصحة النفسية والعقلية ودرجة شعوره بالرفاه الشخصي، وقد بينت أيضا مدى تأثير أبعاد منظور زمن المستقبل في تحقيق مستويات من الرضا والسعادة وهذا بناء على درجة إدراك الفرد لما يحيط به ونوع البعد الذي يميل إليه والغالب على سلوكه والذي قد يسايره في حياته اليومية انطلاقا من خبراته الشخصية.

وقد تأكد الباحث أيضا من وجود علاقة ارتباطية بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة وأرجع هذا إلى الأهمية التي يوليها الشباب المتمدرس للعمل، وهو الضامن لمستقبلهم ومن خلاله يصل الفرد إلى مرحلة القدرة على تلبية حاجياته المختلفة والتي أشارت إليها العديد من الدراسات والنظريات السابقة المفسرة لدور التصورات المهنية في شعور الفرد بالحماس وإبداء الأمل والتفاؤل وبناء الأهداف والمثابرة لأجل تحقيقها، ما يجعله يشعر بالرضا عن ذاته وتحقيق حد مرضي من إثبات الذات ومدى الشعور بالقدرة على تبني مشروعه المهني، وتعني هذه النتيجة المتوصل إليها قدرة الطلبة على تصور المستقبل والتوجه إليه، وبناء أهداف شخصية والتخطيط لها والعمل على تحقيقها، ما يشير إلى أن الشباب المتمدرس يحمل تمثلات إيجابية نحو المستقبل بصفة عامة ونحو مستقبله المهني بصفة خاصة، وهذا رغم تأثيرات الواقع الذي يعج بالتناقضات والإكراهات المختلفة.

كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا لمتغير الجنس، حيث كانت هناك فروق في الدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث، وتعكس هذه النتيجة طبيعة المعاش النفسي للذكور مقارنة بالإناث، بحيث أنهم معرضون للقلق والإحباطات نظرا إلى حجم الضغوطات التي يمر بها الطلبة الذكور من حيث أن الطبيعة البيولوجية والمجتمع يرميان عليهم مسؤولية أكبر مقارنة بالإناث، إلى جانب انشغالهم بالتفكير في أمور عديدة مولدة للقلق مثل التفكير في الخدمة الوطنية والسكن وكيفية الحصول على مهنة في المستقبل بما يسمى " قلق المستقبل المهني" الذي أشارت إليه العديد من الدراسات في الأدب النفسي، وكل هذا يسبب هبوط

في المعنويات وخوف يؤثر سلبا على توجههم نحو المستقبل بايجابية، وحسب الباحث فقد يرجع أسباب تفوق الإناث على الذكور في توجههن الزمني نحو المستقبل إلى التغيير الاجتماعي المتضمن تحسين مستويات التدريس لهن، ودخولهن في عالم الشغل مع تقلدهن المناصب العليا في البلاد، حيث أثبتت جدارتهن في العديد من الميادين مع توسيع دائرة حقوقهن في المجتمع وقد تتساوى مع الرجل في الحقوق، وقد يعني المجتمع الأنتى من العديد من الواجبات والمسؤوليات ما يجعلها أقل ضغطا وأكثر توجهها نحو المستقبل مقارنة بالذكر، ما يتيح لها فرصة التفكير الايجابي والتمتع بالوجدانات الموجبة.

وبينت نتائج الدراسة أيضا عن عدم وجود فروق دالة على مقياس منظور زمن المستقبل يعزى إلى المستوى الدراسي في الدرجة الكلية للمقياس، وهذا يثبت دور المرحلة الزمنية أو الفئة العمرية الواحدة لأفراد عينة الدراسة و التي تراوحت ما بين (17 و 25) سنة، وتأثير المستوى الدراسي والأكاديمي في إعداد شباب متمدرس متطلع إلى المستقبل بكل طموح وأمل وبمفاهيم زمنية متقاربة لدى عينة الدراسة، بحكم التنشئة الاجتماعية والأساليب التربوية المتشابهة وتأثير البيئة الواحدة، وكل هذا يدل على أن أفراد عينة الدراسة تعطي معنى للحياة وتسعى لتحقيق أهدافها المستقبلية بما فيها بناء المشاريع المهنية وهذا في ظل التطورات والتغيرات الحاصلة في المجتمع الجزائري وجه الخصوص والعالم عامة في شتى المجالات.

خاتمة

خاتمة:

أظهرت الدراسة الحالية أن هناك علاقة ايجابية لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى الشباب المتدرب من التعليم الثانوي والجامعي، وأن التوجهات الايجابية نحو المستقبل تساهم في شعور الطلبة بالراحة النفسية، والاطمئنان وتدفعهم نحو التطلع للمستقبل بروح معنوية عالية أساسها الأمل والتفاؤل وأن للتصورات المهنية الواقعية وثارؤها يساهم في بعث المشاعر الإيجابية لدى أفراد العينة كما تحفزهم على المثابرة والجد والتطلع للمستقبل بدافعية أكبر لتحقيق النجاح وضمان المستقبل المهني وهذا لدليل على تحقيق العديد من الحاجات الإنسانية أو بالأحرى ضمان تحقيق حاجات نفسية واجتماعية ترمز للرضا والشعور بالرفاه الشخصي معاً، ومن جهة أخرى كشفت الدراسة أن هناك فروقا دالة على مقياس منظور زمن المستقبل تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، مما يدل على ارتفاع التوجهات السلبية للمستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث. كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعاً للمستوى الدراسي وتم تفسير النتائج على ضوء الأدب التربوي والدراسات السابقة حيث أظهرت أهمية منظور زمن المستقبل في تحقيق الارتياح النفسي والهناء الشخصي للأفراد. ويظهر أن الانخراط الإيجابي في المستقبل كفيل بتحرير إرادة الأفراد وتحفيز سلوكهم نحو الإنجاز وخلق الدافعية، وهو ما يضيف معنى لحياتهم ويجعلهم يتصرفون بإيجابية وبطاقة مفعمة بالحياة، وفي هذا السياق تلعب الأسرة ومؤسسات التنشئة بالمدرسة والجامعة دوراً حيوياً في ترشيد اتجاهات الشباب نحو المستقبل وإعادة الثقة لأنفسهم وجعلهم قادرين على تحقيق مشاريعهم وبلوغ أهدافهم من أجل مستوى أفضل من الارتياح النفسي، وينبغي التنويه إلى أن النتائج التي أفرزتها الدراسة الحالية تفتح آفاقاً جديدة للبحث عن طبيعة العلاقة بين منظور زمن المستقبل ومستوى الطموح لدى الشباب وتحقيق أهدافه، كما تبقى النتائج الحالية محدودة ضمن الأطر الزمانية والمكانية والبشرية التي أجريت فيها، وبإمكان الدراسات المستقبلية أن توسع من حدود الدراسة حتى يمكن التأكد من النتائج وتعميمها.

التوصيات والاقتراحات:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن تقديم بعض التوصيات والاقتراحات على النحو الآتي:

- 1 - القيام بدراسات شبيهة تمس الذين يزاولون دراستهم بالتكوين المهني والتمهين، والطلبة بمعاهد التكوين المتواصل وفئات أخرى غير التي مستها الدراسة الحالية.
- 2- الاعتماد على الدراسات والبحوث ذات صلة بالموضوع الحالي من أجل العمل على تحسين المنظورات الزمنية لدى الطلبة مع ضرورة تفعيل برامج حول التربية المستقبلية في جميع الأطوار الدراسية لتنمية قدرتهم على التخطيط للمستقبل.
- 3- تكثيف الدراسات حول الشباب المتمدرس والبحث أكثر في الجوانب النفسية والاجتماعية المتعلقة بهم وبما يتعلق بانشغالهم وطموحاتهم وتفكيرهم في المستقبل.
- 4- العمل على ترجمة بعض الأعمال المرجعية فيما يخص منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية والارتياح النفسي من اللغات الأجنبية إلى اللغة العربية من أجل إثراء المكتبات العربية والجزائرية.
- 5- إعداد ورشات عمل وملتقيات حول أهمية التصورات المهنية وإعداد المشروع المهني في ضمان مستقبل أفضل لدى الطلبة، مع ضرورة توجيههم توجيهاً مهنياً يستجيب لتطلعاتهم وأهدافهم واحتياجاتهم الشخصية والمستقبلية.
- 6- تعزيز وتدعيم آليات مرافقة الطلبة في التعليم الثانوي والجامعي من أجل مساعدتهم على بناء مشروعهم المهني من خلال الاعتماد على برامج تربية الاختيارات والمهن.
- 7- ضرورة تفعيل مشروع البكالوريا المهنية الذي يخضع لأسس وقواعد مضبوطة لفائدة الشباب المتمدرس.
- 8- تكوين الشباب المتمدرس تكويناً مهنياً (تطبيقياً) بعيداً عن التنظير، ما يسمح بتحرير المؤسسات التربوية من النمط التقليدي في هيكلة النشء.
- 9 - توسيع دائرة الدراسة الحالية لتشمل متغيرات الدراسة لدى الشباب غير المهيكول وغير المتمدرس.

قائمة المراجع والمصادر

1- المراجع باللغة العربية.

2- المراجع باللغة الأجنبية.

قائمة المراجع والمصادر:

المراجع باللغة العربية:

- 1- المعجم العربي الأساسي، لروس، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، 1990.
- 2- ابن منظور (1984)، لسان العرب، دار الفكر، القاهرة ، مصر.
- 3- أبو سعد، أحمد عبد اللطيف (2012)، علم النفس الإرشادي، دار ميسرة للطبع والنشر والتوزيع، عمان – الأردن.
- 4- أبو حميدان، يوسف والعزاوي، محمد الياس (2001) تطور الضغوط النفسية عبر الأبعاد الزمنية (الماضي، الحاضر،المستقبل) لدى المعلمين في جامعة مؤتة , مجلة جامعة دمشق, 17(2).
- أبو النيل، محمود السيد (1985)، علم النفس الصناعي، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 5 - أحمد محمود، جبر(2012)،العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية،جامعة الأزهر، غزة.
- الحيالي، أحمد محمد نوري محمود (2003). التوجه الزمني لدى طلبة جامعة الموصل، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية بجامعة الموصل، المجلد 1، ع(3): 218- 238.
- 6- إبراهيم شوقي، عبد الحميد (2002). مشكلات الطلبة بجامعة الإمارات العربية المتحدة (مشكلات المستقبل الزواجي والأكاديمي)، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الإمارات، مجلد12، عدد(1): 39-96.
- 7- أحمد محمد المومني ونعيم محمود مازن، (2012) قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأردنية في العلوم التربوية (2) : 173 – 185.
- 8- الرابعة، حمزة ، الكساسبة، هناء(2022). القدرة التنبؤية لأبعاد منظور زمن المستقبل بالأمل في العمل لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلة الدولية للبحوث النفسية والتربوية، مجلد(1)، ع(1): 130- 152.
- 9- الربيع، فيصل خليل والجراح، عبد الناصر دياب صالح وملحم، محمد أمين (2019). القدرة التنبؤية لأبعاد منظور زمن المستقبل بالتعلم المنظم ذاتيا لدى طلبة جامعة اليرموك، مجلة الدراسات التربوية والنفسية 13(3) 441-457.

- 10- الجبوري، عباس، رمضان الرمح، الأسدي، زينب، عبد الحسين كريم (2016)، التوجه نحو المستقبل لدى طلبة جامعة القادسية، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، مجلد (14) ع(2).
- 11- الفتلاوي، علي شاکر وكاظم، إیاد جواد (2015)، رؤى العالم وعلاقتها بالتوجه الزمني لدى أساتذة جامعة القادسية، مجلة القادسية للعلوم الانسانية، 18(4) 401-439.
- 12- العجمي، سعيد رفعان (2015). جودة الحياة وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى طلاب كلية الدراسات العليا للعلوم الأمنية، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة نايف، الرياض، السعودية.
- 13- الشافعي، صادق الجبوري (2010)، قياس مستوى قلق المستقبل المهني لدى طلبة جامعة كربلاء، مجلة العلوم الإنسانية، المجلد 1، العدد (4)، 115 – 135 .
- 14- الفتلاوي، علي شاکر (2010)، سيكولوجية الزمن، دار صفحات للدراسات والنشر، العراق.
- 15- البارقي، عوض بن هياز بن محمد (2010)، منظور زمن المستقبل لدى عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بادارة التربية والتعليم بمحافظة محایل عسير مع تصور لبرنامج إرشادي مقترح، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك خالد، المملكة العربية السعودية.
- 16- الداهري، صالح (2010)، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل، عمان، الأردن.
- 17- القاضي وفاء محمد حميدان (2009) قلق المستقبل وعلاقته بكل من صورة الجسم ومفهوم الذات لدى المتورين، رسالة ماجستير، جامعة الإسلامية، غزة.
- 18- المشيخي غالب بن محمد، علي (2009)، قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.
- 19- البهاص، أحمد (2009)، العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، عدد (23)، 278 – 327.
- 20- الفاعوري، أيهم (2008) قلق المستقبل لدى عينة من ذوي الاحتياجات الخاصة والعاديين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق سوريا.
- 21- المحاميد، عقلة شاکر، السفاسفة، إبراهيم محمد (2007)، قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية 8(3) 127 – 142.

- 22- البدراني جلال (2004)، الأمن النفسي وعلاقته بالتوجه الزمني لدى طلبة جامعة الموصل، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل العراقية .
- 23- العجمي، خجلاء، محمد (2004) بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية العربية.
- 24- العشري، محمود محي الدين سعيد (2004)، قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية لدى طلبة بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان.
- 25- الطائي، إيمان (2003)، العزلة الوجدانية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها بتصوراتهم المستقبلية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، جامعة المستنصرية، العراق.
- 26- الأقصري، يوسف (2002)، كيف نفهم الشباب وكيف نتعامل معهم، دار اللطائف للنشر، القاهرة.
- 27- العبيدي، كمال خليل (2001)، الوسائل والتقنيات التعليمية الحديثة في التدريب المهني، المركز العربي للتدريب، طرابلس.
- 28- الفتلاوي، علي شاکر (2000)، التوجه الزمني وعلاقته بالوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلبة جامعة بغداد، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، ابن رشد، جامعة بغداد، العراق.
- 29- السيد عبد الدايم، عبد السلام (1995)، منظور زمن المستقبل كمفهوم دافعي معرفي وعلاقته بكل من الجنس والتخصص، التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية، جامعة الرقازيق، مجلة دراسات نفسية، 5(4) أكتوبر 643 - 676 .
- 30- الحفني، عبد المنعم (1995)، الكف والعرض والقلق، مكتبة مديولي، القاهرة.
- 31- الرفاعي، نعيم (1991)، التوجيه المهني المدرسي، مطبعة جامعة دمشق، الطبعة 4، سوريا.
- 32- العبيدي، عزيز حنا داود (1990) علم النفس الشخصية، مطبعة التعليم العالي بجامعة بغداد، العراق.
- 33- بلريدوح، كوكب الزمان (2015)، التصورات الاجتماعية عند الطالبات الجامعيات (المخطوبات) لسمات شريك الحياة المثالي، دراسة ميدانية بجامعة أم بواقي، مجلة البحوث والدراسات الإنسانية، العدد (11)، 139 - 160.
- 34- بكار، صارة (2013)، أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة أبي بكر بلقايد، رسالة ماجستير غير منشورة، تلمسان، الجزائر.

- 35- بن علي محمد موساوي، معشي (2012).قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة كلية التربية بالزقازيق، (75)، السعودية.
- 36- بوزرية،سناء (2012). مدى مساهمة التصورات والانتظارات المهنية في اختيار التخصص الدراسي المهني،دراسة ميدانية بمؤسسات التكوين المهني لمدينة الطارف،رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس شعبة الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي المهني،عنابة.
- 37- بنصافية، عائشة (2009) ، المشروع المهني في ذهن المتفوق دراسيا، جامعة الجزائر، مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد (9) العدد (12): 265 – 301 .
- 38- بلقروش، سعاد (2009) التصورات الاجتماعية لطلبة السنة الرابعة علم النفس لصفات المؤطر النموذجي، دراسة ميدانية بجامعة 20 أوت 1955، سكيكدة.
- 39- بوسنة ،محمود (2008)، التوجيه المدرسي والمهني، مجلة العلوم الإنسانية، العدد1 .
- 40- بدر، ابراهيم محمود (2003)، مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد (13)، ع 38: 16-25.
- 41- بيك، أرون (2000)، العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة عادل مصطفى، بيروت، دار النهضة.
- 42- جبر،أحمد فهميم، 1998 ،علم النفس الإنساني والتربية الإنسانية في ميزان الإسلام، مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية، نابلس.
- 43- دويدة، آسية، اليازيدي فاطمة الزهراء (2023)، جودة الحياة وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة بالبليدة، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، المجلد (8)، العدد(1): 902-926.
- 44- داينيز روبين (2006) إدارةالقلق،ترجمة دارالفاروق،القاهرة، مصر.
- 45- دويدار،عبد الفتاح (1995)،أصولعلمالنفسالمهنيوتطبيقاته،دارالنهضةالعربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
- 46- هول، كالفن وجاردنز، ليندزي (1978) نظريات الشخصية، ترجمة فرح وآخرين، دار الشايح للنشر، القاهرة، مصر.

- 47- وندي، هارش، شارل، جاكسون (1998)، التخطيط الناجح لاختيار المهنة المناسبة، مركز التعريب والترجمة، الدار العربية للعلوم، ط1، لبنان.
- 48- وطفة، علي، عبد الله، المجيدل (1996)، بنية الاتصال التفاعلي بين الطلاب والمدرسين في جامعة دمشق، دار معد للنشر.
- 49- زقاوة، أحمد (2014)، المشروع الشخصي للحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينات من الشباب المتمدرس رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة وهران 2.
- 50- زينة طاهري (2013). التصورات الاجتماعية للطلبة الجامعيين حول العمل في القطاع الخاص، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماستر الأكاديمي، تخصص علم النفس عمل وتنظيم، أم البواقي.
- 51- زقاوة، أحمد (2012)، تصورات الشباب لمشروع الحياة، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 4(8)، ص. 234-252.
- 52- زروالي، لطيفة (2011) التصورات المستقبلية لدى المراهق المتمدرس، دراسات نفسية وتربوية، جامعة وهران، ع(7)، 156 - 185.
- 53- زروط، علي (2011)، قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز عند الطلبة بجامعة البليدة، رسالة ماجستير في علوم التربية والأرطوفونيا، جامعة الجزائر 2.
- 54- زياد، بركات، كفاح، حسن (2009)، احتياجات التنمية المستقبلية لدى طلبة الدراسات العليا في التربية ببعض الجامعات الفلسطينية من وجهة نظر الطلبة أنفسهم، ورقة بحث علمية مقدمة لمؤتمر الدراسات العليا الأول بعنوان " استشراف مستقبل الدراسات العليا بفلسطين، جامعة النجاح الوطنية، (1 - 25).
- 55- زينب محمود شقير (2005) مقياس قلق المستقبل، ط. 1، مكتبة الأنجلوالمصرية. القاهرة.
- 56- حلومة، شريف (2005). تمثلات اجتماعية وسياقات ثقافية، منشورات جامعة وهران (إنسانيات)، الجزائر، ع.ص، 201: 44-46.
- 57- حسانين، أحمد محمد (2000)، قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني في الثانوية، رسالة ماجستير.
- 58- يونس، محمد (2007)، علاقة مستويات الصحة النفسية بأبعاد التوجه الزمني عند عينة من طلبة الجامعة الأردنية، مجلة دراسات للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 34(1)، 15-32.

- 59- يوشيكو نومورا (2004)، التعليم التكاملي المستمر كصانع للمستقبل، ترجمة (حسن صرصور)، دار الفكر الإسلامي للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 60- كريميان، صلاح (2007) سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية باستراليا، رسالة دكتوراه، كلية الآداب والتربية. العربية.
- 61- مشري، سلاف، فلاح، خولة، جوادى وسيلة (2018)، مقياس قلق المستقبل المهني للطلبة المقبلين على التخرج، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الأغواط، المجلد (7)، عدد 31 جويلية 2018: 273-288.
- 62- محرزي، مليكة (2017)، العلاقة بين المنظور الزمني والإرجائية لدى طلاب الدراسات لما بعد التدرج بجامعة وهران، أطروحة دكتوراه في علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 2، الجزائر.
- 63- مسعودي، أحمد (2016). الإرتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين، أطروحة دكتوراه في علوم التربية، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران 2.
- 64- محمود فتحى، عكاشة، عبد العزيز ابراهيم سليم (2010)، العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقفة اللغوية، ورقة عمل مقدمة لمؤتمر جودة الحياة بكفر الشيخ، جودة الحياة كاستثمار للعلوم التربوية والنفسية (13 – 14)
- 65- محمد علي، قيس (2010)، علاقة عمل طلاب المرحلة الإعدادية بعد الدوام باتجاهاتهم المستقبلية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، 10(3)، 23-51.
- 66- مقلاتي، سامي (2009). التصورات الاجتماعية للطلبة حول عوامل التكوين وفقا لنظام (ل.م.د)، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعة أم بواقي.
- 67- مزيان، محمد (2008)، مبادئ في البحث النفسي والتربوي، دار الغرب للنشر والتوزيع، ط2، وهران، الجزائر.
- 68- مسعود، السناء منير (2006)، بعض المتغيرات المتعلقة بقلق المستقبل، رسالة ماجستير، كلية التربية، مصر.
- 69- محمد السعيد أبو حلاوة (2006) ،علم النفس الايجابي (الوقاية الايجابية، والعلاج النفسي الايجابي) قسم علم النفس .كلية علوم التربية .جامعة الإسكندرية.
- 70- موسى، فاروق عبد الفتاح (2004)، النمو النفسي في الطفولة والمراهقة، النهضة المصرية، القاهرة.

- 71- محمود، شمال حسن (1999)، قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات، مجلة المستقبل العربي، العدد 249، نوفمبر 1999، 70-85.
- 72- محمود، بوسنة، حورية تزولت (1996) قياس مستوى النضج المهني للمتربين في مراكز التكوين المهني، حوليات جامعة الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر .
- 73- مايكل، أراجايل (1993)، سيكولوجية السعادة، ترجمة (فيصل عبد القادر يوسف)، عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت، العدد 175.
- 74- ناج، حمزة المعموري (2016)، اتجاهات طلبة كلية التمريض نحو تخصصهم، نابو للدراسات والبحوث مجلة علمية محكمة جمادى الأولى 1437هـ، جامعة بابل كلية الفنون الجميلة، قسم التربية الفنية، العدد 21.
- 75- سلاف، مشري، خولة، فلاح، وسيلة، جوادى (2018)، مقياس قلق المستقبل المهني للطلبة المقبلين على التخرج، مجلة العلوم الاجتماعية، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الأغواط، مجاد (7) عدد 31 جويلية 2018 (273 – 288).
- 76- سعيد عبد الزهرة، الحصناوي (2013)، التصورات المستقبلية للحياة الأسرية كما يدركها طلبة الجامعة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، بغداد، العراق.
- 77- سليمان، جارالله، محمد شرفي (2009) تكيف قائمة زمباردو لمنظورات الزمن للغة العربية، قسم علم النفس جامعة الجزائر، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، ع(23): 53-64.
- 78- سمية علي، عبد الوارث أحمد، وفاء، سيد محمد حسين (2008)، فاعلية الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية التربية بالمملكة العربية السعودية، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (1) 3 215-242.
- 79- سعود، ناهد شريف (2005) قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم، رسالة دكتوراه، كلية التربية ، جامعة دمشق، سوريا.
- 80- عاشور، أحمد يوسف (2018)، استراتيجيات التكيف كمتغير وسيط بين قلق البطالة والتوجه نحو المستقبل لدى عينة من الخريجين في محافظات غزة، جامعة الأقصى، كلية التربية، قسم علم النفس والإرشاد النفسي.

- 81- عصفور، خلود ورشيد، أزهار (2016). التوجه الزمني وعلاقته بنمط الشخصية (A&B) لدى طلبة الجامعة، مجلة جامعة المستنصرية. (75)، 1-31.
- 82- عيلان، زكرياء (2016)، التصورات المهنية المستقبلية لطلبة (ل.م.د)، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس، تخصص عمل وتنظيم، جامعة الجزائر 2.
- 83- عز، إيمان (2014)، العلاقة بين سمات الشخصية والميول المهنية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، جامعة دمشق، سوريا، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد (36) عدد (6)، 67 – 87 .
- 84- عتيق، منى (2013).الطلبة الجامعيون : تصوراتهم للمستقبل وعلاقتها بالمعرفة، دراسة ميدانية بجامعة باجي مختار عنابة، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم تخصص علم النفس التربوي، جامعة قسنطينة 2.
- 85- عبادو، أمال(2013) علاقة العوامل الخمسة للشخصية بالارتياح النفسي في مكان العمل، رسالة ماجستير، جامعة ورقلة.
- 86- عبد الوهاب، صلاح (2011). المرونة العقلية وعلاقتها بكل من منظور زمن المستقبل وأهداف الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، مجلة بحوث التربية النوعية جامعة المنصورة، (20): 20-78.
- 87- عويضة، سلطان (2008)، الفروق في مستويات أبعاد التوجه الزمني وعلاقتها بمستويات الاتزان الانفعالي لدى عينة من طلبة جامعة عمان الأهلية، مجلة الخليج العربي، 30(114)، 65 – 109.
- 88- عطية، سيد أحمد (2008)، التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية للإنجاز والرضا عن الدراسة لدى طلاب جامعة الملك خالد المملكة العربية السعودية، كلية التربية، جامعة الزقازيق، السعودية.
- 89- عرفات، محمد، السبعراوي، فضيلة (2007)، قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص، أطروحة دكتوراه، كلية الموصل.
- 90- علي مهدي كاظم، عبد الخالق، نجم البهادلي (2006)، جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين (دراسة ثقافية مقارنة)، المجلة العربية(3)، 67-87.
- 91- عبد المقصود، أماني، عبد الوهاب (2006)، السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين، مجلة البحوث النفسية والتربوية، مجلد (21)، العدد (2)، كلية التربية، جامعة المنوفية (254 – 308) .

- 92- عبد جابر، كاظم، أحمد، خيرى (1996)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية.
- 93- عبد الخالق، أحمد محمد (1989)، الاختبارات الشخصية، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية للطباعة والنشر، مصر.
- 94- فراج، محمد (2006). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية، منشورات جامعة الملك سعود، 55-130.
- 95- فاضل، خليل ابراهيم (2000)، تطور اكتساب المفاهيم الزمنية والتاريخية لدى التلاميذ بعمر (5-15) سنة، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، مجلد (15)، عدد 17.
- 96- صبح، صفاء وزيزفون، عبير (2019). مستوى المنظور المستقبلي لدى طلبة جامعة تشرين في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة تشرين الآداب والعلوم الإنسانية، 41(6)، 102-116.
- 97- صبري، إيمان (2003) التفكير الخرافي لدى المراهقين وعلاقته بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز، مؤتمر علم النفس السابع عشر، الجمعية المصرية للدراسات النفسية وكلية الآداب جامعة القاهرة . الجيزة.
- 98- صليبا جميل (1982)، المعجم الفلسفي، بيروت، دار الكتاب اللبناني، لبنان.
- 99- قطاب، نورالدين، زقاوة، أحمد (2024)، منظور زمن المستقبل وعلاقته بالارتياح النفسي على ضوء بعض المتغيرات الشخصية ، كلية العلوم الاجتماعية، مجلة دراسات نفسية واجتماعية، جامعة ورقلة، المجلد (17) العدد 1 : 213 – 223.
- 100- قطاب، نور الدين، زقاوة أحمد(2024). التصورات المهنية لدى عينة من الشباب المتمدرس، مجلة الرواق، جامعة غليزان، المجلد(10)، العدد(1): 232-254.
- 101- قيس، محمد علي (2010)، علاقة عمل طلاب المرحلة الإعدادية بعد الدوام باتجاهاتهم المستقبلية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 10، العدد (3)، جامعة الموصل، 23 – 51.
- 102- قريشي، عبد الكريم، بوعيشة، أمال (2010)، التصورات الاجتماعية للشخص الإرهابي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 1.
- 103- رمضان، هالة عبد اللطيف (2015)، علاقة المنظور الزمني للوقت ببعض سمات علم النفس الايجابي لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، مصر، 3(42): 45-100.

- 104- رجيمي، سامية (2014) الكفاءة الذاتية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى مرضى السرطان الخاضعين للعلاج الكيميائي، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة باتنة.
- 105- رعد، كريم محمد (2012)، التربية المستقبلية ودورها في مواجهة تحديات القرن الحادي والعشرين، مجلة ديالي للبحوث الانسانية، العدد 54 ، 248-263
- 106- رحمة، أنطون (2002)، اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو مستقبلهم في مجالات الدراسة والعمل، مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس - المجلد الأول - العدد 2 (129 - 170).
- 107- شكمو، ليلي (2005) التصورات الاجتماعية للكارثة الطبيعية عند الطلبة الجامعيين الجزائريين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة منتوري، قسنطينة.
- 108- تلمساني، فاطمة (2015)، الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي والاجتماعي وتقدير الذات، أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه في العلوم في علم النفس التربوي، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر.
- 109- نحية محمد، عبد العالي، مصطفى، علي مظلوم (2013)، الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض المتغيرات الشخصية الايجابية " دراسة في علم النفس الإيجابي " مجلة كلية التربية بينها، 2 (93): 78 - 163.
- 110- تلمساني، فاطمة (2011)، الارتياح النفسي والمدرسي لدى طلبة الثانويات بوهران، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران.
- 111- خلود، بشير عبد الأحد (2006)، التوجه الزمني وعلاقته بالتنظيم الذاتي للتعلم لدى طلبة معاهد إعداد المعلمين في مدينة الموصل، دراسات موصلية، العدد (14)، 131 - 160.
- 112- غباري، نائر أحمد وأبو شعيرة، خالد محمد (2009)، سيكولوجيا النمو الإنساني بين الطفولة والمراهقة، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

المراجع باللغة الأجنبية:

113- Abric, J.C. (Ed.) (1994). Pratiques et Représentations sociales.
Paris : P.U.F.

- 114- Beal, Sarah J. (2011) The Development of Future orientation: Underpinnings & Related constructs. Theses, Dissertation, and student Research: Development of Psychology, paper 32.
- 115- Boniwell & al (2010), A question of balance : time perspective and well-being in British and Russian samples, the journal of positive psychology, 5 :1, 24-40.
- 116- Bourke. L, P Geldens. P (2007), Subjective Wellbeing and its meaning for young people in a rural Australian center. Social Indicators Research . 82: 165-187.
- 117- Boniwell & Zimbardo (2004), Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning – in P.A. Linley & S, John Wiley & sons, Inc.
- 118- Bonomi, R. E , Patrick, D.L, Bushnell, D.M (2000). Validation of the united states version of the world health Organization Quality of Life (WHOQOL) Measurement. Journal of Clinical Epidemiol, 53 : 1-12.
- 119- Buckner RL, Tulving E. (1995) Neuroimaging studies of memory: theory and recent PET results. In Handbook of Neuropsychology, ed. F Boller, J Grafman (Amsterdam: Elsevier), 10:439-466.
- 120- -Bandura, A., (1977), “Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change”, Psychological Review, 84, :191- 215.
- 121- Bergson, Henri (1948), Essai sur les données immédiates de la conscience, Paris, presses universitaires de France.

- 122- Carelli & Olsson (2015), Neural correlates of time perspective. In M.stolarski, N Fieulaine & w.van Beek (Eds), time theory, review, research and application : Essays in honor of Philip G. Zimbardo.(231-242)
- 123- Coudin, G., & Lima, M. (2011). Being well as time goes by: Future time perspective and well-being. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11(2) 219-232.
- 124- Clement, N(2010), Student wellbeing at School : The actualization of Value in education *International research handbook on value education and Student wellbeing*.
- 125- Cottele, T, (2009) *Perceiving time a psychological investigation with men and women* , New yourk : Wiley .
- 126- Calabresi, R ; Cohen, J. personality and time Attitudes, *Journal of Abnormal psychology*, 73 : 431-439.
- 127- Drake.L&al (2008), Time perspective and Corrélat of Well-being time and Society, 17(1) 47-61.
- 128- Diener, E, Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. E. (1999). Subjective : Threedecades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- 129- Diener. E., Suh, M. E. (1998). Subjective well-being and age: An international analysis. In K.W. Schaie & M.P. Lawton (Eds.) *Annual review of gerontology and geriatrics: Vol. 17. Focus on emotion and adult development* (pp. 304-324). NewYork: Springer.

- 130- -Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- 131- De volder ,M.L ; Lens,w.(1982). Academic achievement and future time perspective as a cognitive-motivational concept. *J. of personality and social psychology* , (42) 566-571.
- 132- personality and social psychology , (42) 566-571.
- 133- Dickstein, L.S.(1969), Prospective span as a cognitive Ability, *Journal of consulting and clinical psychology*(33): 757-760
- 134- Easterlin. R .(2003). Building a Better Theory of Well-being.<http://wwwrcf.usc.edu/~easterl/papers/BetterTheory.pdf>
- 135- Fraillon J.(2004). Measuring Student Well-Being in the Context of Australian Schooling. MCEETYA Secretariat, PO Box 202, Carlton South, VIC3053, Australia.<http://www.curriculum.edu.au/verve/resources>.
- 136- Grondin,S (2020) the time perception of time. Routledge 52 vanderbilt Avenue, New York, Ny 10017 USA- <https://book.africa/book/5422750/3199a8>.
- 137- Guell, p& al (2014) Time perspectives and subjective wellbeing in chile ,123 : 127-141.
- 138- Goldrich, J (2005) *A study in time orientation*, *Journal of personality and social psychology* ,6 :216 – 221
- 139- Greene, B.A.&Debacker, T, K.(2004). Gender and orientations toward the future: links to motivation. *Educational Psychology Review, Vol. 16, No.2*.

- 140- Goldman, B.A., Blackwell, K.M., & Beach, S.S. (2003): Academically Suspended University Students: What Percent Return? What Percent Graduate? *Journal of the First – Year Experience and Students in Transition*, Vol. 15, N.1. 105–113.
- 141- Gjesme, Torgrim (1983) On the concept of future time orientation: considerations of some(33) functions" and measurements implications, *International Journal of Psychology*, vol.18.issue1–4, 443–461.
- 142- Honora, D. T.(1997),Future Time Perspective and Academic Achievement: How Low-income African American Adolescents View the future. A Thesis presented to the Faculty of the Graduate School of Education of Harvard University in partial Fulfillment of the requirements for the degree Doctor of Education, U.M.I. company .
- 143- Henry, H , Zacher, H & Desmettem, D(2017). Future time perspective in the work context : A Systematic review of qualitative Studies. *Front Psychology*, 8,(1–22).
- 144- Headey. B. (2007). The Set-point Theory of Well-being Needs Replacing – On the Brink of a Scientific Revolution. German Institute for Economic Research.Mohrenstr. 58.10117 Berlin.
- 145- Heinrich, J.M ,(2006), Quelque Chose n'a pas eu lieu, la temporalité du trauma (association de psychanalyse interculturelle à l'épreuve du terrain. Direction : bertrand pire). In : www.p.s.f.com/spip.php.A129?

- 146- -Herslich, (1979),la représentation sociale in Moscovici(s): introduction à la psychologie sociale, Larousse, Université de paris ,1972.
- 147- Henik, W, Domino, G.(1970),Alterations in future time perspective in heroin addicts, Personal communication.
- 148- Kvaskova',L & Allmenara, C.A. (2019). Time Perspective and Career Decision-Making Self-Efficacy : A Longitudinal Examination Among Young Adult Students. Journal of Career Development. 1 – 14.
- 149- Kalkan, Melek (2008). Do psychological Birth order positions predict future time orientation in romantic relationships, Interpersonal 2(1), 89-101.
- 150- -Kritzas, C. & Grobler, A. (2007). The relationship between learning strategies, motivation and future time perspective for grade 12 learners. Unpublished research report, University of the Free State, Bloemfontein, South Africa.- Konu .A , Lintonen .T. (2005). Theory-based survey analysis of well-being in secondary schools in Finland. Health Promotion International, Vol. 21 N°1.
- 151- Lacan, J (1954) Les écrits techniques de freud, le Séminaire, livre I, texte établi par J-A.Miller, paris, le seuil, 1975.
- 152- Lewin, K. (1942) Time perspective and moral. In: Watson. (Ed), Civilian Morale. Houghton Mifflin, New York,48-70.
- 153- Mooney, A, Earl,J.k, Mooney, C.H. and Bateman, H (2017) Using balanced time perspective to explain well being and planing in retirement. Frontiers in Psychology, 8(1) : 1718.

- 154- Mello, Z & Worrell, F (2013). The relationship of time perspective to age, gender, and academic achievement among academically talented adolescents, journal for the education of the Gifted. 29. 271 – 289.
- 155- Mc Mahan.E , Estes. D.(2010). Measuring Lay Conceptions of Well-Being:The Beliefs About Well-Being Scale. J Happiness Stud.
- 156- Martin,(2008). Paradoxes of happiness. J Happiness Stud.9:171–184.
- 157- Martz, E. & Livneh, H.(2007).Do Posttraumatic Reactions Predict future time perspective among People with insulin- Dependent Diabetes Mellitus.RCB 50:2 pp.87–98.
- 158- Mase,R , Poulin , C, Dassa, C , Lambert, J, Belair, S & Battaglini, A (1998b) The structure of mental health higher – order confirmatory factor analyses of psychological distress and Well-being measures, Social Indicators Research, 45 : 475 – 504.
- Mary Kathleen,Barnes,(2006) How Many Days tilmy Birthday ? Teaching children, Mathematics, vol 12,N° 06-02-2006 (290-295).
- 159- Myers, D & Diener, E (1995), Whois happy ? Psychological Science, 6 (1), 10 – 19.
- 160- Moscovici serge, des représentations collectives aux représentations sociales, in Jodlet Denise, les représentations sociales P.U.F paris, 1993.
- 161- -Molin , R. (1990) Future anxiety , Journal of Children & Adolescent . social work , Vol. (7) , N.(6).

- 162- Moscovici, la psychanalyse son image et son public P.U.F, Paris,1976.
- 163- Nuttin, j.(1974). A relational theory of motivation and the dynamic function of cognitive contents.(Psychological Reports NO4).Louvain: University of Louvain.
- 164- O'Brien. M .(2008). Well-Being and Post-Primary Schooling,, NCCA Research Report No. 6 NCCA 2008 National Council for Curriculum and Assessment, www.ncca.ie.
- 165- Oppenheim, D,1996, L'enfant et le cancer, La traversée d'un exit, Bayard , paris.
- 166- Pethtel, OL, Moist M, Baker S (2018) Time perspective and psychological well- being in younger and older adults. JPPW 2(1) : 45-63.
- 167- Randolph. J, Kangas. M, Ruokamo. H. (2009). The Preliminary Development of the Children's Overall Satisfaction with Schooling Scale (COSSS). Child Ind Res. 2:79-93.
- 168- Ruta. D , Camfield. L, Donaldson. C. (2007). Sen and the art of quality of life maintenance:Towards a general theory of quality of life and its causation. The Journal of Socio-Economics 36 . 397-423.
- 169- Ryff, C ; Urry,H , Muller, D, Rosen, Kranz. M, Friedman, E, Davidson. R , singer. B. (2006). Psychological Wellbeing and III-Being: Do They have distinct or Mirrored Biological Correlates ? Psychosomatics, 75, 85- 95.

- 170- Ryff, C, Singer. B, Dienberg, G (2004). Positive health : Connecting Wellbeing With biology. Phil. Trans.R. soc. Lond. B (2004) 359, 1383- 1394.
- 171- Rodriguez, M. L.(1997). future time perspective and academic achievement level among Puerto Rican children. A Dissertation Submitted to the Graduate Faculty in psychology in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of philosophy the City University of New York, U.M.I company.
- 172- Ronan, N. M.(1997). The relationship between future time perspective and breast self examination in young women. thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science in Nursing Department of Nursing University of Nevada Las Vegas .UMI.
- 173- R, keas,(1996) Image de culture chez les ouvriers des sciences pédagogiques 16 éd , PUF, paris.
- 174- Reynor,J,(1970) Relationships Between Achievement Related Motives, Future Oreintation, and Academic Perfomance, Journal of personality and Social Psychology, (15) : 28-33.
- 175- Saradouni,K(2012), Approche anthropologique sur le vécu quotidien et les pratiques sociales chez les jeunes diplômés chômeurs (cas de la commune de Tizi-Ouzou), Thèse de magister en anthropologie, Université de Tizi-Ouzou.
- 176- Seligman, Martin (2011). Flourish ; a visionary new understanding of happiness and wellbeing.

- 177- Strathman,A & Jaireman (2005),(Eds), under standing behavoir in the context of time : Theory research and application, Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- 178- Seligman. M, Csikszentmihalyi. M. (2000) Positive psychology: an introduction. American Psychologist 55: 5-14.
- 179- Seca, J. M. (2002). Les représentations sociales. Paris :Gallimard.
- 180- Specter, M. H., & Ferrari, J. R. (2000). Time orientations of procrastinators: Focusing on the past, present,or future? Journal of Social Behavior and Personality , 15, 197-202.
- 181- Stewart, Brown, S(2000). Parenting , Well- being, halth and diseas.In Buchanan, A& Hudson, B(eds), promoting children's Emotional Well- being. Oxford : oxford university press.
- 182- Suddendorf & Corballis, M.C. (1997)F,T, mental time travel and the evolution of the human mind , Genet soc Gen psychol Monoqr , may ,123 (2),133-167 .
- 183- Sallaberry. Jean- Claude, les représentations mentales, cahiers pédagogiques n°:312 CRAP, Paris, mars 1993.
- 184- Scheier, M.F, & Carver, C.S, (1987), Dispositional optimism and physical well- being : the influence of generalizedexpectancies on health. Journal of personality, 55, 169-210.
- 185- Shifflett, P.(1980). Future time perspective and food habits of the aged. A Dissertation Submitted to the Graduate School of Texas A&M University in partial fulfillment of the requirements for the degree Doctor of Philosophy, U.M.I company.

- 186- Tiberius. V, Hall. A. (2010). Normative theory and psychological research:Hedonism, eudaimonism and why it matters. The Journal of Positive Psychology. Volume 5 Issue 3.
- 187- Tiliouine. H , Belgoumidi. A.(2009). An Exploratory Study of Religiosity, Meaning in Life and Subjective Wellbeing in Muslim Students from Algeria. Applied Research Quality Life. 4:109–127.
- 188- Tiliouine. H.(2009). Health and Subjective Wellbeing in Algeria: A Developing Country in Transition. Applied Research Quality Life . 4:223–238.
- 189- Tiliouine. H, Cummins. R , Davern. M .(2006). Measuring Wellbeing in Developing Countries: The Case Of Algeria. Social Indicators Research . 75: 1–30.
- 190- Trottier, C , la France, L& Cloutier, R(1998), Les représentations de l'insertion professionnelle chez les diplômés de l'université , in chorlot B.&Glasman D(dir) Les jeunes, l'insertion, l'emploi. Paris : PUF.
- 191- Thiébaud, E. La perspective temporelle, un concept a la recherche d'un définition opérattionnelle. Temporalistes, n° 33 : 5–9.
- 192- Veenhoven,R (2003), Happiness.The psychologist, 16(128–129).
- 193- Van Petegem, K, Aeltermann, A, vankeer, H ,Rosseel.Y,(2008),The influence of student characteristics and interpersonal teacher beha viour in the classroom on student's wellbeing. Social Indicators Research.85 : 279–291.

- 194- Wessman,A.F(1973) Personality and the subjective Experience of time, Journal of personality Assessment, 37 : 103-114.
- 195- Wohlford,p ; Herera, j.A.TAT , Stimulus- Cves and Extension of personality Assessment, (34) : 31-37.
- 196- Wallace,M.(1956), future tiime perspecive in Schizophrenia, journal of Abnormal and social psychology (52) : 240-245).
- 197- -Zimpardo, P.G. & Boyd J.N. (1999) Putting Time in Perspective: A valid, Reliable Individual-Differences Metric, Journal of personality and social psychology, Vol.77, No.6.1271-1288
- 198- Zaliski , 1996 : " Future anxiety : concepts measurement , and
- 199- preliminary research", Journal of personal individual difference, Vol 21 ,N 2 , pp 165 – 174 .

- مواقع الأنترنت:

1. الماحي، ثريا، نحو استراتيجية فعالة لخلق علاقة مستقرة بين سوق التعليم وسوق العمل كحل للبطالة وطريق للتنمية المستدامة.

<http://iefpedia.com/arab/wp-content/uploads/2012/05>

تاريخ ووقت زيارة الموقع: 2023.12.04 / 17:02

2. خطاب، كريمة سيد محمود، أثر الضغوط النفسية على النظرة المستقبلية للشباب، مجلة دراسات الطفولة، أكتوبر 2003.

<http://www.mathashraf.maktoopplog.com/976777/>

تاريخ ووقت زيارة الموقع: 2023.03.17 / 23:02

الملاحق

الملاحق:

- ملحق رقم 1:** الصورة الأولى لمقياس منظور زمن المستقبل.
- ملحق رقم 2:** مقياس منظور زمن المستقبل في صورته النهائية.
- ملحق رقم 3:** - تقديم الصورة الأولى لمقياس التصورات المهنية.
- ملحق رقم 4:** الصورة الثانية لمقياس التصورات المهنية .
- ملحق رقم 5:** الصورة الثالثة لمقياس التصورات المهنية.
- ملحق رقم 6:** عرض الصورة النهائية لمقياس التصورات المهنية.
- ملحق رقم 7:** صورة مقياس الارتياح النفسي الشخصي للتطبيق.
- ملحق رقم 8:** الخصائص السيكومترية لمقياس منظور زمن المستقبل.
- ملحق رقم 9:** الخصائص السيكومترية لمقياس التصورات المهنية.
- ملحق رقم 10:** الخصائص السيكومترية لمقياس الارتياح النفسي.
- ملحق رقم 11:** نتائج التحليل ببرنامج SPSS : العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة.
- ملحق رقم 12:** نتائج التحليل ببرنامج SPSS : العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى عينة الدراسة.
- ملحق رقم 13:** نتائج التحليل ببرنامج SPSS : دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للنوع الاجتماعي (ذكور - إناث) لدى عينة الدراسة.
- ملحق رقم 14:** - نتائج التحليل ببرنامج SPSS : دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للمستوى التعليمي (ثانوي - جامعي) لدى عينة الدراسة.
- ملحق رقم 15:** القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين لمقياس التصورات المهنية.

ملحق رقم (01) : الصورة الأولى لمقياس منظور زمن المستقبل

- البيانات الشخصية للمستجيب:

- الجنس : ذكر أنثى السن
 المستوى المعيشي للأسرة : منخفض متوسط مرتفع
 الحالة العائلية : أعزب متزوج مطلق أرمل
 المستوى التعليمي : ابتدائي متوسط ثانوي جامعي تكوين مهني آخر
 المهنة : عمل حر موظف بطال ما قبل التشغيل
 المستوى الدراسي : ليسانس ماجستير دكتوراه تقني سامي آخر
 التخصص :

-التعليمات : أخي، أختي يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة من أجل ملئها بمصادقية، وهذا في إطار إعداد بحث علمي جامعي، لذا نرجو منكم قراءة كل عبارة ثم تقرر، تقرر (ي) إلى أي مدى تعبر عن مشاعرك وأنها صحيحة بالنسبة لك لتحديد مدى انطباقها عليك من خلال وضع علامة (x) في إحدى الخانات المقابلة للعبارة.

الرقم	الفقرات	موافق جداً	موافق	محايد	معارض	معارض جداً
1	عندي ثقة كبيرة في المستقبل					
2	أرى مستقبلي ثمرة يومي لذا فأنا شديد العناية به					
3	أتطلع إلى المستقبل بالأمل والحماس					
4	كل قادم قريب وبإمكاني اختيار ما أريد أن أكون في المستقبل وإن أحقق ذلك					
5	أتوقع أن أصبح الشخص الذي أريد في المستقبل					
6	أرى المستقبل امتداد للحاضر وأحب أن أبنى مستقبلي ابتداءً من الآن					
7	أتوقع تحقيق نجاحات كبيرة في المستقبل					

					أرى طموحاتي وأحلامي واقعة في المستقبل	8
					أرى مستقبلي مشرقا وأشعر بالحماس لخوض أحداث الحياة	9
					اعتقد أن شؤون حياتي في المستقبل ستكون أكثر تنظيما	10
					أرى أن الفترة الأهم من حياتي هي المستقبل	11
					لأن المستقبل مهم فهو يحتل الحيز الأكبر من تفكيري	12
					في المستقبل سأصبح أكثر قدرة على ترتيب أعمالي	13
					أهدافي لا حصر لها وسأعمل لتحقيق أكبر قدر منها	14
					أتوقع أن يكون المستقبل أفضل من الحاضر بكثير	15
					من الطبيعي أن يتصور الفرد وضعه في المستقبل ثم يعمل لتحقيق ما يتطلع إليه	16
					المستقبل يحتل مكانه هامة في حياتي	17
					أنني أدرك ما أعمله لمستقبلي	18
					أحب أن أتحدث كثيرا عن المستقبل	19
					اعتقد أنني سأحقق مستويات عالية من التعليم في المستقبل	20
					أتوقع أنني سأحصل على أفضل وظيفة بعد التخرج	21
					أتوقع أن امتلك الكثير من الأشياء الثمينة في المستقبل	22
					أرى المستقبل مجرد تكرار للماضي بطريقة روتينية	23
					يبدو المستقبل مظلما بالنسبة لي	24
					أعيش يومي فقط	25
					التفكير في المستقبل البعيد مجرد تصورات لا تتحقق أبدا في الواقع	26
					أشعر بان الأمور تسير إلى الأمام من حولي وتتركني	27
					في المستقبل سنعاني كثيرا من الفراغ	28

					أنا لا أستطيع حتى مجرد تخيل ما سيحدث بعد المدرسة الثانوية	29
					أرى انه من المبالغة اعتبار عمل اليوم ذا اثر كبير على المستقبل	30
					المستقبل غامض وسيكون أسوأ من الحاضر بكثير	31
					لا انشغل كثيرا بما سيكون بعد إنهاء الدراسة الثانوية	32
				تم حذفها بعد دراسة الخصائص السيكومترية للمقياس	أتصور أنه لم يبق لدي الكثير من الأعمال لأصل إلى مرحلة الاستقرار التي أريدها	33
					أرى أن الوقت لا يساعدني لأنجز كل ما أفكر فيه من أعمال	34
					الوقت متسع والتقسيم الدقيق للوقت والخطط المستقبلية من المبالغة	35
					أكره أن أبدأ عملا اليوم لتحقيق شيء يقع في المستقبل البعيد	36

ملحق رقم (02) : مقياس منظور زمن المستقبل في صورتيه النهائية

مقياس منظور زمن المستقبل:

* البيانات الشخصية للطالب(ة) : السن:

الجنس: ذكر أنثى

المستوى التعليمي: ثانوي جامعي

المهنة: عمل حر موظف بطال ما قبل التشغيل-التسلييات : أخي، أختي يشرفني

أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة من أجل ملئها بمصادقية، وهذا في إطار إعداد بحث علمي جامعي، لذا نرجو منكم قراءة كل عبارة ثم تقرر، تقرر (ي) إلى أي مدى تعبر عن مشاعرك وأنها صحيحة بالنسبة لك لتحديد مدى انطباقها عليك من خلال وضع علامة (x) في إحدى الخانات المقابلة للعبارة.

الرقم	الفقرات / الأبعاد				
	موافق جداً	موافق	محايد	معارض	معارض جداً
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

					أرى طموحاتي وأحلامي واقعة في المستقبل	8
					أرى مستقبلي مشرقا واشعر بالحماس لخوض أحداث الحياة	9
					اعتقد أن شؤون حياتي في المستقبل ستكون أكثر تنظيما	10
					أرى أن الفترة الأهم من حياتي هي المستقبل	11
					لأن المستقبل مهم فهو يحتل الحيز الأكبر من تفكيري	12
					في المستقبل سأصبح أكثر قدرة على ترتيب أعمالي	13
					أهدافي لا حصر لها وسأعمل لتحقيق أكبر قدر منها	14
					أتوقع أن يكون المستقبل أفضل من الحاضر بكثير	15
					من الطبيعي أن يتصور الفرد وضعه في المستقبل ثم يعمل لتحقيق ما يتطلع إليه	16
					المستقبل يحتل مكانه هامة في حياتي	17
					أنني أدرك ما أعمله لمستقبلي	18
					أحب أن أتحدث كثيرا عن المستقبل	19
					اعتقد أنني سأحقق مستويات عالية من التعليم في المستقبل	20
					أتوقع أنني سأحصل على أفضل وظيفة بعد التخرج	21
					أتوقع أن امتلك الكثير من الأشياء الثمينة في المستقبل	22
بعد التوجهات السلبية نحو المستقبل						
					أرى المستقبل مجرد تكرار للماضي بطريقة روتينية.	23
					يبدو المستقبل مظلما بالنسبة لي	24
					أعيش يومي فقط	25
					التفكير في المستقبل البعيد مجرد تصورات لا تتحقق أبدا في الواقع	26
					أشعر بان الأمور تسير إلى الأمام من حولي وتتركني	27
					في المستقبل سنعاني كثيرا من الفراغ	28

					أنا لا أستطيع حتى مجرد تخيل ما سيحدث بعد المدرسة الثانوية	29
					أرى أنه من المبالغة اعتبار عمل اليوم ذا أثر كبير على المستقبل	30
					المستقبل غامض وسيكون أسوأ من الحاضر بكثير	31
					لا أنشغل كثيرا بما سيكون بعد إنهاء الدراسة الثانوية	32
					أرى أن الوقت لا يساعدني لأنجز كل ما أفكر فيه من أعمال	33
					الوقت متسع والتقسيم الدقيق للوقت والخطط المستقبلية من المبالغة	34
					أكره أن أبدأ عملا اليوم لتحقيق شيء يقع في المستقبل البعيد	35

ملحق رقم (03) : تقديم الصورة الأولى لمقياس التصورات المهنية قبل التحكيم :

استمارة صدق المحكمين

– معلومات حول موضوع الدراسة :

1- إشكالية الدراسة : هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية بالارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس؟

2 – الفرضيات:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة.
- توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير النوع لدى أفراد العينة.
- توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى أفراد العينة.

3 – المفاهيم الإجرائية :

- أ – منظور زمن المستقبل : هو مجمل التوقعات والتصورات لدى الشخص و نظرتة للخطة التي تحدد مستقبله، وإجرائيا يعني الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من المقياس المعد من طرف البارقي (2010)
- ب – التصورات المهنية : تعني نظرة الشباب إلى العمل والعائد من المهنة المنتظرة ومتطلباتها المختلفة ، أما إجرائيا تعني الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الأداة المصممة من طرف الباحث والتي ستطبق لهذا الغرض.
- ج – الارتياح النفسي : هو حالة نفسية يعيشها الشباب تتسم بالطمأنينة و تقبل الوضع المعاش كالبطالة ، مع مشاعر الرضا والتفاؤل نحو المستقبل في ظل متطلبات العيش ، مع تحلي الشاب بالصبر و القدرة على الصمود وحل المشاكل بطريقة ترضاهما نفسه و يقرها المجتمع دون اللجوء إلى طرق ملتوية وغير ملائمة كالغضب والعدوان والاستسلام والدوبان في الهموم المختلفة ، أما إجرائيا يعني الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من مقياس الارتياح النفسي ل(Cummins, 2003) المترجم والمعدل من طرف الأستاذ الدكتور تليوين حبيب (2006)

والذي أضاف فقرة حول درجة الرضا عن الحياة الروحية والتدين.

– الشباب المتمدرس: هم فئة اجتماعية تتميز بالحيوية والنشاط تتلقى تعليماً وتكويناً وفق برامج دراسية معينة أما

إجرائياً هم شباب يدرسون بالطور الثانوي والجامعي من كلا الجنسين تتراوح أعمارهم ما بين: 17 و25 سنة. 4

– عينة البحث : هم شباب متمدرس لكلا الجنسين في المستويين الثانوي والجامعي، أعمارهم ما بين: 17 و25

سنة.

– التعليمات الأساسية :

الأستاذ(ة) الدكتور(ة) البروفيسور(ة) الفاضل(ة)

يشرفني أن تكونوا ضمن المحكمين للصدق الظاهري لأداة الدراسة، و بعد استنادكم على مضمون الإشكالية

وفرضيات الدراسة نرجو من سيادتكم التكرم بإبداء رأيكم السديد ومقترحاتكم القيمة بشأن فقرات الاستبيان فيما

إذا كانت صالحة لقياس ما وضعت لأجله أو غير صالحة لذلك، ومدى انتماء كل فقرة إلى البعد المخصص لها،

مع مدى سلامة اللغة و وضوحها أو أية تعديلات ترونها مناسبة لتحقيق هدف الدراسة وجمع المادة العلمية اللازمة

لأطروحة الدكتوراه التي أقوم بإعدادها والموسومة بـ : منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية وعلاقتها بالارتياح

النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس كما أحيطكم علماً أن هذا المقياس يتضمن (5) خمسة أبعاد أساسية:

البعد النفسي: من الفقرة 1 إلى 6 / البعد الأكاديمي: 7 إلى 13 / البعد الشخصي: 14 إلى 33 / البعد

الاقتصادي: 34 إلى 42 / البعد الاجتماعي: 43 إلى 51 . سيتضمن

الاستبيان في صورته النهائية على المعلومات الشخصية بالمستجيب بحيث تكون الإجابة على فقراته بـ (نعم، لا

أو أحياناً) إذ تعطى الدرجة: 2 حين الإجابة بنعم، والدرجة الصفر 0 حين الإجابة بلا، والدرجة 1 حين الإجابة

بأحياناً.

الطالب : قطاب نورالدين

مع خالص عبارات الشكر والتقدير

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أحمد زبانة غليزان

معهد العلوم الاجتماعية والإنسانية قسم علم النفس والأرطوفونيا

تخصص علم النفس الصحة

استبيان يقدم للأساتذة (للتحكيم)

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس

تخصص : علم النفس الصحة

تحت عنوان :

منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية وعلاقتها بالارتياح النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس

تحت إشراف الأستاذ الدكتور: زقاوة أحمد

إعداد الطالب : قطاب نور الدين

تنويه : - المعلومات الواردة في الاستمارة سرية وتستخدم لأغراض علمية بحتة .

- يرجى وضع علامة (×) في الخانة المعبرة أكثر عن رأيك الخاص .

الملاحق

- البيانات الشخصية للمحكّم:

1- الجنس: ذكر أنثى

2- الرتبة: أستاذ محاضر أستاذ مساعد متعاقد

3- الأقدمية:

4- عدد التربصات المستفاد منها:

الملاحظات	البعد النفسي				الرقم	
	الوضوح وسلامة اللغة		القياس			الفقرات
	واضحة	غير واضحة	لا تقيس	تقيس		
					1 أشعر بالتعب والضييق بسبب التفكير المستمر و المتكرر في مستقبلتي المهني	
					2 أشعر بالإحباط بسبب ارتفاع نسبة البطالة لذوي الشهادات الجامعية	
					3 أرى أن راحتي النفسية مرتبطة بالمهنة التي أريدها مستقبلا	
					4 يقلقني حال حاملي الشهادات الجامعية حين أتنبأ بأني سأصبح مثلهم مستقبلا	
					5 أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل	
					6 أرى أن مشروعني المهني المستقبلي سيؤكد وجودي و يحقق لي ذاتي	

أبعاد الاستبيان وفقراته

العدد الأكاديمي					الرقم
الملاحظات	الوضوح وسلامة اللغة		القياس		الفقرات
	واضحة	غير واضحة	لا تقيس	تقيس	
					7 طبيعة التخصص الذي أدرسه يمكنني من تحقيق مشروع مهني
					8 يمنحني التكوين الدراسي ، الجامعي القدرة على اختيار وممارسة مهنة المستقبل
					9 أرى أن نوع تخصصي مهم جدا لأنه يتضمن برامج دراسية تؤهلني لولوج ميدان الشغل مستقبلا
					10 أرى أن التكوين الجيد يمكنني من مواصلة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية
					11 تساهم المؤسسات التربوية و الجامعية في تسهيل عملية بناء و إدارة مشروع مهني مستقبلا
					12 أرى أن نوع تخصصي يتناسب مع عروض الشغل المتاحة للعمل
					13 أرى أن المعلومات النظرية و التطبيقية التي أتلقاها تمكنني من مواصلة مهنتي فيما بعد

البعد الشخصي					رقم	
الملاحظات	الوضوح و سلامة اللغة		القياس			الفقرات
	واضحة	غير واضحة	تقيس	لا تقيس		
					14	أرى أن مستقبلي المهني سيكون خارج الوطن
					15	ارتفاع نسبة البطالة أوساط الجامعيين وحاملي الشهادات تدفعني للتفكير بأن الدراسة مضيعة للوقت
					16	تمكنني مهنتي المستقبلية في بلوغ أهدافي المسطرة فيما بعد

					17	تمكنني مهنة المستقبل في تحطّي كل صعاب الحياة
					18	أعتقد أن بعد الحصول على الشهادة ، الدبلوم سأصطدم بشبح البطالة
					19	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل من المشاكل المهنية التي ستواجهني مستقبلا
					20	أرى أن الوقوع في مشكل البطالة أمر حتمي ولا بد منه مستقبلا وهذا ما يجعلني أفشل في تحديد مشروعي المهني
					21	أعتقد أن التوظيف المباشر بعد التخرج صعب المنال
					22	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل استنزاف للجهد و إهدار للوقت
					23	أرى أن الانخراط في صفوف الدرك أو الجيش هو الضامن الوحيد لتحقيق مشروعي المهني

					24	من أولوياتي العمل في الخارج حتى أضمن مهنة المستقبل
					25	من الأفضل اختبار تخصص يدخلني في ميدان الشغل بعد نيل الشهادة مباشرة لأحصل على المال في أسرع وقت ممكن
					26	أخوض أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك
					27	أعتقد أن الانخراط في صفوف الدرك أو الجيش هو الطريق المختصر لتحقيق مهنة المستقبل
					28	أعتقد أن المناصب النوعية ذات الدخل الوفير تمنح لأصحاب النفوذ وبواسطة القرابة و المحاباة
					29	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة الغير شرعية مستقبلا
					30	ظروفي العائلية تجبرني على العمل مهما كان نوعه
					31	تعرقل الخدمة الوطنية مزاويتي لمهنة المستقبل

غير مناسبة (تحذف)					لتحقيق مشروع المهني لابد من الهجرة إلى الخارج حتى وإن كان هذا بطريقة غير شرعية (الحرقه)	32
					أعتقد أن الهجرة الغير شرعية (الحرقه) من الطرق الناجحة لضمان مهنة المستقبل	33
البعد الإقتصادي						الرقم
الملاحظات	الوضوح وسلامة اللغة		القياس		الفقرات	
	واضحة غير واضحة	واضحة غير واضحة	لا تقيس	تقيس		
					أعتقد أن الأجر الذي يتقاضاه العمال لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية	34
					أرى أن مشروع المهني يتطلب الدعم المادي	35
					أرى أن المهنة المناسبة هي التي توفر لي المال الكثير	36
					قضية أجور الموظفين و العمال ذوي الشهادات تدفعني إلى التفكير في التوجه للأعمال الحرة	37
					أرى أن الوضع المادي لطبقة المثقفة لا يتناسب مع مستواهم العلمي و هذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة	38
					لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلي حاجياتي اليومية	39
					أعتقد أنني سأجسد مشروع المهني في القطاع الخاص لأنه يوفر لي المال الكثير قد يحفزني في ممارسة مهنة المستقبل	40

					أرى أن مشروع المهني سيجلب لي مكاسب مادية تمكنني من الحصول على مستلزمات الرفاهية	41
					أعتقد أن مهنة المستقبل تضمن لي العيش الكريم	42

البعد الاجتماعي					الرقم	
الملاحظات	الوضوح و سلامة اللغة		القياس			الفقرات
	غير واضحة	واضحة	لا تقيس	تقيس		
					للمجتمع دور في تصنيف و تحديد المهن النوعية ذات القيمة والمكانة العالية ، وهذا ما يؤثر في اختياري لمهنة المستقبل	43
					تمنحي مهنة المستقبل مكانة ودور اجتماعي	44
					تمنحي مهنة المستقبل من الظهور وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع أشخاص مهمين	45
					أرى أن المهنة التي سأختارها تمكنني من المشاركة في الحياة الاجتماعية	46
					تمنحي مهنة المستقبل الكثير من الاحترام والاهتمام من طرف الآخرين	47
					يمكنني مشروع المستقبل من المشاركة في الأعمال الخيرية والنشاطات التضامنية	48

					49	تزعجني تدخلات أفراد أسرتي في اختياري لمهنة المستقبل
					50	أرى أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكار حول المهنة التي أمارسها مستقبلا
					51	أعتقد أن اختياري لمهنتي المستقبلية ستشعرنني بأهميتي وقيمتي وسط الآخرين

شكرا على تعاونكم

الملحق رقم (04) : الصورة الثانية لمقياس التصورات المهنية.

– استمارة صدق المحكمين

– معلومات حول موضوع الدراسة :

1 – إشكالية الدراسة: هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية لكلا من منظور زمن المستقبل والتصورات

المهنية بالارتياح النفسي لدى الشباب المتمدرس؟

2- الفرضيات:

– توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة.

– توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة.

– توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير النوع لدى أفراد العينة.

–توجد فروق دالة إحصائية على مقياس منظور زمن المستقبل تعزى إلى متغير المستوى التعليمي لدى أفراد العينة.

3 – المفاهيم الإجرائية :

منظور زمن المستقبل: هو مجمل التوقعات و التصورات لدى الشخص و نظرتة للخطة التي تحدد مستقبله ،

وإجرائيا يعني الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من المقياس المعد من طرف البارقي(2010)

– التصورات المهنية : تعني نظرة الشباب إلى العمل والعائد من المهنة المنتظرة ومتطلباتها المختلفة ، أما إجرائيا تعني

الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال الأداة المصممة من طرف الباحث.

– الارتياح النفسي : هو حالة نفسية يعيشها الشباب تتسم بالطمأنينة وتقبل الوضع المعاش كالبطالة، مع مشاعر

الرضا والتفاؤل نحو المستقبل في ظل متطلبات العيش، مع تحلي الشاب بالصبر والقدرة على الصمود وحل

المشاكل بطريقة ترضاهما نفسه ويقرها المجتمع دون اللجوء إلى طرق ملتوية وغير ملائمة كالغضب والعدوان

والاستسلام والذوبان في الهموم المختلفة، أما إجرائيا يعني الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال تطبيق

مقياس الارتياح النفسي الذي صممه تيليون حبيب.

4 - عينة الدراسة : البحث يستهدف الشباب المتمدرس لكلا الجنسين في المستويين الثانوي و الجامعي، أعمارهم ما بين: 17 و 25 سنة.

- التعليمات الأساسية : الأستاذ(ة) الدكتور(ة) البروفيسور(ة) الفاضل(ة):

يشرفني أن تكونوا ضمن المحكمين للصدق الظاهري لأداة الدراسة ،وبعد استنادكم على مضمون الإشكالية وفرضيات الدراسة نرجو من سيادتكم التكرم بإبداء رأيكم السديد ومقترحاتكم القيمة بشأن فقرات الاستبيان فيما إذا كانت صالحة لقياس ما وضعت لأجله أو غير صالحة لذلك ، ومدى انتماء كل فقرة إلى البعد المخصص لها، مع مدى سلامة اللغة ووضوحها أو أية تعديلات ترونها مناسبة لتحقيق هدف الدراسة وجمع المادة العلمية اللازمة لأطروحة الدكتوراه التي أقوم بإعدادها والموسومة ب : منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية وعلاقتها بالارتياح النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس. كما أحيطكم علما أن هذا المقياس يتضمن (5) خمسة أبعاد أساسية: البعد النفسي : من الفقرة 1 إلى 6 / البعد الأكاديمي: 7 إلى 13 / البعد الشخصي: 14 إلى 29 / البعد الاقتصادي: 30 إلى 38 / البعد الاجتماعي: 39 إلى 47 سيتضمن الاستبيان في صورته النهائية بعض المعلومات الشخصية للمستجيب، إذ تكون الإجابة على فقراته ب (نعم، لا أو أحيانا)، إذ تعطى الدرجة: 2 حين الإجابة بنعم، الدرجة 1 حين الإجابة بأحيانا، الدرجة صفر 0 حين الإجابة بلا.

مع خالص عبارات الشكر والتقدير

من إعداد الطالب : قطاب نورالدين

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أحمد زبانه غليزان
معهد العلوم الاجتماعية والإنسانية قسم علم النفس والأرطوفونيا
تخصص علم النفس الصحة

استبيان يقدم لأساتذة التعليم العالي (للتحكيم)

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس
تخصص : علم النفس الصحة

تحت عنوان :

منظور زمن المستقبل والتصورات المهنية وعلاقتها بالارتياح النفسي لدى عينة من الشباب المتمدرس

تحت إشراف الأستاذ الدكتور : زقاوة أحمد

إعداد الطالب : قطاب نورالدين

تنويه : - المعلومات الواردة في الاستمارة سرية وتستخدم لأغراض علمية بحتة .

- يرجى وضع علامة (×) في الخانة المعبرة أكثر عن رأيك الخاص .

* البيانات الشخصية للطالب (ة):

- الجنس : ذكر أنثى السن
 المستوى المعيشي للأسرة : منخفض متوسط مرتفع
 الحالة العائلية : أعزب متزوج مطلق أرمل
 المستوى التعليمي: ابتدائي متوسط ثانوي جامعي تكوين مهني آخر
 المهنة : عمل حر موظف بطل ما قبل التشغيل
 المستوى الدراسي: ليسانس ماستر دكتوراه ماجستير تقني سامي آخر....
 التخصص :

أبعاد الاستبيان وفقراته

رقم الفقرة	1- البعد النفسي
01	أشعر بالتعب والضغط بسبب التفكير المستمر في مستقبلي المهني
02	أشعر بالإحباط بسبب ارتفاع نسبة البطالة لذوي الشهادات الجامعية
03	أرى أن راحتي النفسية مرتبطة بالمهنة التي أريدها مستقبلا
04	يقلقني واقع حاملي الشهادات الجامعية بعد التخرج
05	أرى أن الوضع الحالي يقلل من معنوياتي لبلوغ مهنة المستقبل
06	أرى أن مشروع المهني المستقبلي سيؤكد وجودي ويحقق لي ذاتي

رقم الفقرة	2- البعد الأكاديمي
07	طبيعة التخصص الذي أدرسه يمكنني من تحقيق مشروع المهني

08	يمنحني التكوين الدراسي، الجامعي القدرة على اختيار وممارسة مهنة المستقبل
09	أرى أن نوع تخصصي مهم جدا لأنه يتضمن برامج دراسية تؤهلني لولوج ميدان الشغل مستقبلا
10	أرى أن التكوين الجيد يمكنني من موازلة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية
11	تساهم المؤسسات التربوية والجامعية في تسهيل عملية بناء وإدارة مشروع مهني مستقبلا
12	أرى أن تخصصي يتناسب مع عروض الشغل المتاحة للعمل
13	أرى أن المعلومات النظرية والتطبيقية التي أتلقها تمكنني من موازلة مهنتي فيما بعد
رقم الفقرة	3 - البعد الشخصي
14	أرى أن مستقبلي المهني سيتحقق خارج الوطن
15	ارتفاع نسبة البطالة في أوساط الجامعيين وحاملي الشهادات تدفعني للتفكير بأن الدراسة مضيعة للوقت
16	تمكنني مهنتي المستقبلية من بلوغ أهدافي المسطرة فيما بعد
17	تمكنني مهنة المستقبل من تخطي كل صعاب الحياة
18	أعتقد أنني بعد التخرج سأصطدم بالبطالة
19	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل من المشاكل المهنية التي ستواجهني مستقبلا
20	أرى أن المرور بفترة بطالة أمر حتمي مستقبلا وهذا ما يعيق مشروع مهني
21	أرى أن الانخراط في صفوف الدرك أو الجيش هو الضامن الوحيد لتحقيق مشروع مهني
22	من أولوياتي العمل في الخارج حتى أضمن مهنة المستقبل
23	من الأفضل اختيار تخصص يدخلني في ميدان الشغل بعد نيل الشهادة مباشرة لأحصل على المال في أسرع وقت ممكن

أخوض أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك	24
أعتقد أن المناصب النوعية ذات الدخل الوفير تمنح لأصحاب النفوذ وبواسطة القرابة والمحابة	25
الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة الغير شرعية مستقبلا	26
ظروفي العائلية تجبرني على العمل مهما كان نوعه	27
الخدمة الوطنية عائق كبير في مزاويتي لمهنة المستقبل	28
أعتقد أن الهجرة الغير شرعية (الحرقه) من الطرق الناجحة لضمان مهنة المستقبل	29

رقم الفقرة	4 - البعد الاقتصادي
30	الأجر الذي يتقاضاه العمال لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية
31	أرى أن مشروعني المهني يتطلب الدعم المادي
32	أرى أن المهنة المناسبة هي التي توفر لي المال الكثير
33	قضية أجور الموظفين ذوي الشهادات تدفعني إلى التفكير في التوجه للأعمال الحرة (التجارة)
34	أرى أن الوضع المادي للطبقة المتعلمة لا يتناسب مع مستواهم العلمي و هذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة
35	لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلي حاجياتي المادية
36	أعتقد أنني سأجسد مشروعني المهني في القطاع الخاص لأنه يدر علي بالمال
37	أرى أن مشروعني المهني سيجلب لي مكاسب مادية تمكنني من الحصول على مستلزمات الرفاهية

أرى أن مهنة المستقبل تضمن لي العيش الكريم	38
5 - البعد الاجتماعي	رقم الفقرة
للمجتمع دور في تصنيف وتحديد المهن النوعية ذات القيمة والمكانة العالية، وهذا ما يؤثر في اختياري لمهنة المستقبل	39
تمنحني مهنة المستقبل مكانة ودور اجتماعي	40
تمكيني مهنة المستقبل من الظهور وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع أشخاص مهمين	41
أرى أن المهنة التي سأختارها تمكيني من المشاركة في الحياة الاجتماعية	42
تمنحني مهنة المستقبل الكثير من الاحترام والاهتمام من طرف الآخرين	43
يمكنني مشروعني المستقبلي من المشاركة في الأعمال الخيرية والنشاطات التضامنية	44
تزعجني تدخلات أفراد أسرتي في اختياري لمهنة المستقبل	45
أرى أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكار حول المهنة التي أمارسها مستقبلا	46
أعتقد أن اختياري لمهنتي المستقبلية ستشعرنني بأهميتي وقيمتي وسط الآخرين	47

ملحق رقم (05) : الصورة الثالثة لمقياس التصورات المهنية بعد التحكيم .

استمارة بحث

- البيانات الشخصية للطالب (ة) :

السن:

الجنس: ذكر أنثى

المستوى التعليمي: ثانوي معي

المهنة: عمل حر وظف بط ما قبل الت يل

- أخي الطالب أختي الطالبة، في إطار دراسة علمية حول التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس، نرجو منكم قراءة فقرات المقياس ثم التعبير عن آرائكم والإجابة بكل صدق وموضوعية عليها، وذلك بوضع علامة (x) داخل الخانة المعبرة أكثر عن شعورك ورأيك الخاص.

رقم الفقرة	الفقرات / الأبعاد				
	موافق جدا	موافق	إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إطلاقا
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

2 - البعد الأكاديمي					
				9	طبيعة التخصص الذي أدرسه يمكنني من تحقيق مشروع المهني
				10	يمنحني التكوين الدراسي، القدرة على اختيار وممارسة مهنة المستقبل
				11	أرى أن تخصصي مهم جدا لأنه مطلوب في سوق الشغل
				12	التكوين الحالي الذي أتلقاه يمكنني من مواصلة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية
				13	أرى أن مشروع المهني يحتاج إلى المرافقة والتوجيه من طرف الأساتذة
				14	ما تقدمه البرامج الدراسية الحالية لا تؤهلني للحصول على المهنة التي أتصورها
				15	تسهل المؤسسات التربوية والجامعية في عملية بناء وإدارة مشروع المهني مستقبلا
				16	المعلومات النظرية والتطبيقية التي أتلقاها تمكنني من النجاح في مهنتي مستقبلا
3- البعد الشخصي					
				17	أرى أن مستقبلي المهني سيتحقق خارج الوطن
				18	ارتفاع نسبة البطالة في أوساط الجامعيين وحاملي الشهادات يدفعني للتفكير بأن الدراسة مضيعة للوقت
				19	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من بلوغ أهدافي المسطرة
				20	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من تحطيم كل صعاب الحياة
				21	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لا يحقق أهدافي
				22	من الأفضل اختيار تخصص مطلوب في ميدان الشغل للحصول على وظيفة بعد نيل الشهادة مباشرة
				23	أقبل أي مهنة مهما كان نوعها لأن متطلبات الحياة تدفعني لذلك
				24	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية لضمان مستقبل أفضل
				25	أداء الخدمة الوطنية يعيقني في موازاة مهنة المستقبل

البعد الاقتصادي					
				أعتقد أن الأجر الذي يتقاضاه الموظفون لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية	26
				أرى أن مشروع المهني يتطلب الدعم المادي	27
				أرى أن المهنة الحرة هي التي توفر لي المال الكثير	28
				قضية أجور الموظفين والعمال ذوي الشهادات تدفعني للتفكير في التوجه للأعمال الحرة	29
				أرى أن الوضع المادي للطبقة المتعلمة لا يتناسب مع مستواهم العلمي وهذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة	30
				لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلي حاجياتي المادية	31
				أعتقد أنني سأختار القطاع الخاص لتجسيد المشروع المهني لأنه مدر للمال	32
				أرى أن مشروع المهني سيجلب لي مكاسب مادية تمكنني من الحصول على مستلزمات الرفاهية	33
البعد الاجتماعي					
				أعتقد أن المهنة التي سأختارها مستقبلا تمنحني مكانة ودور اجتماعيين	34
				تمكنني مهنة المستقبل من الظهور وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع أشخاص مهمين	35
				أرى أن المهنة التي سأختارها مستقبلا ستمكنني من المشاركة في الحياة الاجتماعية	36
				تمنحني مهنة المستقبل الكثير من الاحترام والاهتمام من طرف الآخرين	37
				يمكنني مشروع المهني المستقبلي من المشاركة في الأعمال الخيرية والنشاطات التضامنية	38
				تزعجني تدخلات أفراد أسرتي في اختياري لمهنة المستقبل	39
				أرى ان النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكارا حول المهنة التي سأمارسها مستقبلا	40

شكرا على تعاونكم

ملحق رقم (06): الصورة النهائية لمقياس التصورات المهنية بعد دراسة الخصائص السيكومترية

Professional Perceptions Scale

* البيانات الشخصية للطالب :

السن

الجنس: ذكر أنثى

المستوى التعليمي: ثانوي جامعي

المهنة: عمل حر موظف بطال ما قبل التشغيل

- أخي الطالب أختي الطالبة، في إطار دراسة علمية حول التصورات المهنية لدى الشباب المتمدرس، نرجو منكم قراءة فقرات المقياس ثم التعبير عن آرائكم والإجابة بكل صدق وموضوعية عليها، وذلك بوضع علامة (x) داخل الخانة المعبرة أكثر عن شعورك ورأيك الخاص.

رقم الفقرة	الفقرات / الأبعاد			
	موافق جدا	موافق	إلى حد ما	غير موافق إطلاقا
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

البعد الأكاديمي						
					9	طبيعة التخصص الذي أدرسه يمكنني من تحقيق مشروع مهني
					10	يمنحني التكوين الدراسي، القدرة على اختيار وممارسة مهنة المستقبل
					11	أرى أن تخصصي مهم جدا لأنه مطلوب في سوق الشغل
					12	التكوين الحالي الذي أتلقاه يمكنني من مزولة مهنتي المستقبلية بكفاءة عالية
					13	أرى أن مشروع مهني يحتاج إلى المرافقة والتوجيه من طرف الأساتذة
					14	ما تقدمه البرامج الدراسية الحالية لا تؤهلني للحصول على المهنة التي أتصورها
					15	تسهل المؤسسات التربوية والجامعية في عملية بناء وإدارة مشروع مهني مستقبلا
					16	المعلومات النظرية والتطبيقية التي أتلقاها تمكنني من النجاح في مهنتي مستقبلا
البعد الشخصي						
					17	ارتفاع نسبة البطالة في أوساط الجامعيين وحاملي الشهادات يدفعني للتفكير بأن الدراسة مضيعة للوقت
					18	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من بلوغ أهدافي المسطرة
					19	أتوقع أن مهنتي المستقبلية تمكنني من تخطي كل صعاب الحياة
					20	أرى أن العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لا يحقق أهدافي
					21	من الأفضل اختيار تخصص مطلوب في ميدان الشغل للحصول على وظيفة بعد نيل الشهادة مباشرة
					22	الفرص النادرة للشغل قد تدفعني للتفكير في الهجرة غير شرعية لضمان مستقبل أفضل
					23	أداء الخدمة الوطنية يعيقني في مزاولتي لمهنة المستقبل
البعد الاقتصادي						
					24	أعتقد أن الأجر الذي يتقاضاه الموظفون لا يكفيهم لتلبية حاجياتهم اليومية
					25	أرى أن مشروع مهني يتطلب الدعم المادي
					26	أرى أن المهنة الحرة هي التي توفر لي المال الكثير
					27	قضية أجور الموظفين والعمال ذوي الشهادات تدفعني للتفكير في التوجه للأعمال الحرة

					أرى أن الوضع المادي للطبقة المتعلمة لا يتناسب مع مستواهم العلمي وهذا ما يقلل من عزيمتي في الدراسة	28
					لا أقبل العمل في إطار عقود ما قبل التشغيل لأنه لا يلبي حاجياتي المادية	29
					أعتقد أنني سأختار القطاع الخاص لتجسيد المشروع المهني لأنه مدر للمال	30
					أرى أن مشروع المهني سيجلب لي مكاسب مادية تمكنني من الحصول على مستلزمات الرفاهية	31
البعد الاجتماعي						
					أعتقد أن المهنة التي سأختارها مستقبلا تمنحني مكانة ودور اجتماعيين	32
					تمكنني مهنة المستقبل من الظهور وبناء علاقات اجتماعية ناجحة مع أشخاص مهمين	33
					أرى أن المهنة التي سأختارها مستقبلا ستمكنني من المشاركة في الحياة الاجتماعية	34
					تمنحني مهنة المستقبل الكثير من الاحترام والاهتمام من طرف الآخرين	35
					يمكنني مشروع المهنة المستقبلي من المشاركة في الأعمال الخيرية والنشاطات التضامنية	36
					أرى أن النماذج الناجحة في المجتمع قد رسخت لي أفكارا حول المهنة التي سأمارسها مستقبلا	37

شكرا على تعاونكم

ملحق رقم (07): صورة مقياس الارتياح النفسي الشخصي

- التعليمات: أمامك مجموعة من العبارات التي نريد منك تقييمها بوضع علامة (x) تحت الدرجة التي تنطبق عليك، أي نقطة من 0 إلى 10 بحيث أن نقطة الصفر تعني أنك غير راض تماما ونقطة 10 تعني أنك راض تماما
%100

رقم	المؤشرات / الأبعاد	0 غير راض تماما	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 راض تماما
1	ما درجة رضاك عن حياتك بشكل عام؟											
2	ما درجة رضاك عن مستواك المعيشي؟											
3	ما درجة رضاك عن حالتك الصحية؟											
4	ما درجة رضاك عن ما تنجزه أو تحققه في حياتك؟											
5	ما درجة رضاك عن علاقاتك مع الناس؟											
6	ما درجة شعورك بالأمن؟											
7	ما درجة شعورك بالانتماء الى مجتمعك (أي أنك جزء منه)؟											
8	ما درجة شعورك بالأمن حول مستقبلك؟											
9	ما درجة رضاك عن تدينك أو حياتك الروحية؟											

– البعد الثاني : التوجهات السلبية نحو المستقبل

Correlations

	SELEFFIC	F1	F2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11	E12	E13	E14	E15	E16	E17	E18	E19	E20	E21	E22															
SELEFFIC	1.000	.487**	.519**	.586**	.494**	.632**	.382**	.576**	.514**	.662**	.499**	.367**	.507**	.597**	.578**	.564**	.383**	.505**	.359**	.420**	.637**	.565**	.354**															
Sig. (bilatérale)	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000															
N	103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103															
E1		487**	1.000	.372**	.498**	.166	.321**	.128	.198*	.169	.460**	.251*	.108	.096	.259**	.207*	.326**	.198*	.119	.190	.238*	.235*	.162	-.051														
Sig. (bilatérale)		.000	.	.000	.000	.095	.001	.200	.047	.099	.000	.011	.278	.335	.009	.037	.001	.046	.234	.055	.016	.017	.103	.611														
N		102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102	102														
E2			519**	.372**	1.000	.343**	.380**	.263**	.177	.387**	.232*	.345**	.243*	.104	.352**	.319**	.217*	.214*	.202*	.261**	.115	-.019	.233*	.039														
Sig. (bilatérale)			.000	.000	.	.000	.000	.007	.074	.000	.018	.000	.013	.298	.000	.028	.030	.040	.008	.245	.851	.005	.031	.930														
N			103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103														
E3				498**	.343**	1.000	.258**	.507**	.163	.405**	.227*	.496**	.200*	.130	.095	.319**	.355**	.320**	.203*	.126	.291**	.204*	.316**	.217*	.076													
Sig. (bilatérale)				.000	.000	.	.000	.000	.008	.000	.010	.000	.043	.192	.340	.001	.009	.028	.030	.039	.001	.039	.038	.001	.027	.443												
N				103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103													
E4					166	.380**	.258**	1.000	.411**	.281**	.295**	.103	.316**	.256**	.270**	.216*	.249*	.330**	.279**	.164	.326**	.110	.077	.219*	.110	.018												
Sig. (bilatérale)					.000	.000	.000	.	.000	.004	.003	.299	.002	.009	.006	.008	.011	.001	.004	.098	.001	.269	.441	.026	.268	.860												
N					103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103													
E5						632**	.321**	.263**	.507**	.411**	1.000	.139	.408**	.361**	.402**	.221*	.181	.125	.311**	.229**	.365**	.095	.094	.229**	.160	.367**	.304**											
Sig. (bilatérale)						.000	.001	.007	.000	.000	.	.162	.000	.000	.025	.067	.208	.000	.020	.000	.338	.347	.002	.106	.000	.000	.002											
N						103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103												
E6							382**	128	.177	.163	.281**	.139	1.000	.156	.198*	.198*	.029	.133	.317**	.267**	.086	.111	.348**	.131	.167	.315**	.131	-.023										
Sig. (bilatérale)							.000	.200	.074	.100	.004	.162	.	.117	.056	.045	.017	.771	.180	.001	.008	.390	.263	.000	.188	.091	.001	.188	.818									
N							103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103									
E7								576**	.198*	.367**	.405**	.295**	.408**	.156	1.000	.318**	.468**	.150	.060	.277**	.360**	.268**	.267**	.110	.317**	.152	.115	.315**	.287**	.213*								
Sig. (bilatérale)								.000	.047	.000	.000	.003	.000	.117	.	.001	.000	.132	.547	.005	.000	.006	.006	.270	.001	.125	.248	.001	.003	.031								
N								103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103							
E8									514**	.169	.232*	.227*	.103	.361**	.189	.318**	1.000	.446**	.249*	.015	.068	.208*	.175	.264**	.227*	.126	.223*	.119	.323**	.335**	.282**							
Sig. (bilatérale)									.000	.089	.018	.021	.299	.000	.056	.001	.	.000	.011	.879	.492	.035	.078	.007	.021	.206	.024	.229	.001	.001	.004							
N									103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103						
E9										652**	.460**	.345**	.406**	.306**	.402**	.198*	.458**	.446**	1.000	.314**	.266**	.243*	.209*	.352**	.409**	.165	.209*	.245*	.206*	.255**	.256**	.185						
Sig. (bilatérale)										.000	.000	.000	.002	.000	.045	.000	.000	.	.001	.007	.013	.034	.000	.000	.096	.034	.012	.037	.009	.009	.061							
N										103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103						
E10											499**	.251*	.243*	.200*	.256**	.221*	.235*	.150	.249*	.314**	1.000	.217*	.130	.315**	.222*	.460**	.131	.309**	.027	.230*	.371**	.183	-.061					
Sig. (bilatérale)											.000	.011	.013	.043	.009	.025	.017	.132	.121	.001	.	.028	.191	.001	.024	.000	.188	.001	.788	.020	.000	.065	.542					
N											103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103					
E11												367**	.108	.104	.130	.270**	.181	.029	.060	.015	.268**	.217*	1.000	.339**	.163	.057	.251*	.011	.287**	.061	.145	.104	.127*	.073				
Sig. (bilatérale)												.000	.278	.298	.192	.006	.067	.771	.547	.979	.007	.028	.	.000	.000	.567	.011	.912	.003	.539	.143	.295	.201	.464				
N												103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103				
E12													507**	.096	.352**	.095	.205*	.125	.133	.277**	.068	.243*	.130	.339**	1.000	.422**	.442**	.108	.145	.523**	.003	.219*	.252*	.210*	.272*			
Sig. (bilatérale)													.000	.335	.000	.340	.038	.208	.180	.005	.482	.013	.191	.000	.000	.278	.145	.000	.974	.027	.010	.033	.005					
N													103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103			
E13														597**	.259**	.379**	.319**	.249*	.361**	.317**	.367**	.208*	.209*	.315**	.163	.422**	1.000	.268**	.327**	.191	.398**	.201*	.054	.361**	.281**	.211*		
Sig. (bilatérale)														.000	.009	.000	.001	.011	.000	.001	.005	.034	.001	.100	.000	.000	.	.006	.001	.053	.000	.042	.590	.000	.004	.033		
N														103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103		
E14															576**	.207**	.217*	.355**	.330**	.229*	.260**	.268**	.175	.352**	.222*	.057	.442**	.268**	1.000	.308**	.444**	.060	.257**	.320**	.343**	.129		
Sig. (bilatérale)															.000	.037	.028	.000	.001	.020	.008	.006	.078	.000	.024	.567	.000	.006	.	.002	.000	.001	.548	.009	.001	.000		
N															103	102	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103	103		
E15																564**	.335**	.214*	.320**	.279**	.365**	.086	.267**	.264**	.409**	.460**	.251*	.108	.327**	.308**	1.000	.112	.238*	.118	.245*	.325**	.175	.122
Sig. (bilatérale)																.000	.001	.030	.001	.004	.000																	

– علاقة الأبعاد بالدرجة الكلية لمقياس منظور زمن المستقبل:

Corrélations

		ATTITFUT	SELEFFIC	GLOBALE
ATTITFUT	Corrélation de Pearson	1.000	.469**	.858**
	Sig. (bilatérale)	.	.000	.000
	N	103	103	103
SELEFFIC	Corrélation de Pearson	.469**	1.000	.856**
	Sig. (bilatérale)	.000	.	.000
	N	103	103	103
GLOBALE	Corrélation de Pearson	.858**	.856**	1.000
	Sig. (bilatérale)	.000	.000	.
	N	103	103	103

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الثبات لمقياس منظور الزمن

***** Method 1 (space saver) will be used for this analysis *****

R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Reliability Coefficients

N of Cases = 102.0

N of Items = 36

Alpha = .8888

ملحق رقم (09) : الخصائص السيكومترية لمقياس التصورات المهنية

- الصدق: الاتساق الداخلي الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس لمقياس التصورات المهنية:

مستوى الدلالة **	معامل الارتباط	البعد
دالة عند 0.01	**0.66	البعد النفسي
	**0.56	البعد الأكاديمي
	**0.60	البعد الشخصي
	**0.59	البعد الاقتصادي
	**0.76	البعد الاجتماعي

- الاتساق الداخلي بين فقرات مقياس التصورات المهنية والبعد الذي تنتمي إليه:

معامل الارتباط	الفقرات	الأبعاد	معامل الارتباط	الفقرات	الأبعاد	معامل الارتباط	الفقرات	الأبعاد
**0.62	32	البعد الاجتماعي			البعد الشخصي	**0.48	1	البعد النفسي
**0.77	33		*0.26	17		**0.52	2	
**0.64	34		*0.31	18		**0.49	3	
**0.72	35		**0.34	19		**0.53	4	
**0.56	36		**0.44	20		**0.60	5	
			**0.39	21		**0.43	6	
**0.51	37					**0.70	7	
			**0.48	22	**0.54	8		
			**0.49	23	**0.68	9		
			**0.54	24	**0.58	10	البعد الأكاديمي	
			**0.66	25	**0.33	11		
			**0.64	26	**0.64	12		
			**0.58	27	**0.65	13		
			**0.66	28	**0.38	14		
			**0.55	29	**0.62	15		
			**0.66	30	**0.66	16		
			**0.38	31				

- ثبات لمقياس التصورات المهنية: 0.76 = Alpha

ملحق رقم (10) : الخصائص السيكومترية لمقياس الارتياح النفسي

– الصدق: الاتساق الداخلي للارتياح النفسي

Corrélations

	BIENETRE	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9
BIENETRE	1.000	.551**	.650**	.656**	.573**	.745**	.733**	.711**	.540**
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B2	.551**	1.000	.365**	.178	.150	.293**	.400**	.240*	.214*
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.	.000	.072	.129	.003	.000	.014	.030
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B3	.650**	.365**	1.000	.344**	.213*	.452**	.405**	.308**	.223*
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.000	.	.000	.031	.000	.000	.002	.023
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B4	.656**	.178	.344**	1.000	.260**	.363**	.264**	.598**	.358**
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.072	.000	.	.008	.000	.007	.000	.000
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B5	.573**	.150	.213*	.260**	1.000	.437**	.404**	.274**	.227*
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.129	.031	.008	.	.000	.000	.005	.021
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B6	.745**	.293**	.452**	.363**	.437**	1.000	.549**	.470**	.254**
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.003	.000	.000	.000	.	.000	.000	.010
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B7	.733**	.400**	.405**	.264**	.404**	.549**	1.000	.415**	.379**
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.000	.000	.007	.000	.000	.	.000	.000
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B8	.711**	.240*	.308**	.598**	.274**	.470**	.415**	1.000	.290**
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.014	.002	.000	.005	.000	.000	.	.003
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103
B9	.540**	.214*	.223*	.358**	.227*	.254**	.379**	.290**	1.000
Corrélation de Pearson									
Sig. (bilatérale)	.000	.030	.023	.000	.021	.010	.000	.003	.
N	103	103	103	103	103	103	103	103	103

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

- الثبات لمقياس الارتياح النفسي

***** Method 1 (space saver) will be used for this analysis *****

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 103.0

N of Items = 8

Alpha = .8001

ملحق رقم (11) نتائج التحليل برنامج SPSS

العلاقة بين منظور زمن المستقبل والارتياح النفسي لدى شباب العينة

Corrélations

	EFFICAC	ORIENT	GLOPER	PSYCHC	CADEMI	PERSONN	ECONOMI	SOCIAL	LOREPR
Corrélation de P	1,000	,362*	,835*	,207*	,399*	,315*	,218*	,459*	,514*
Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,362*	1,000	,815*	,347*	,231*	,349*	,112*	,298*	,428*
Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000	,000	,000	,009	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,835*	,815*	1,000	,333*	,384*	,401*	,202*	,461*	,572*
Sig. (bilatérale)	,000	,000		,000	,000	,000	,000	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,207*	,347*	,333*	1,000	,200*	,363*	,070	,170*	,580*
Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000		,000	,000	,104	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,399*	,231*	,384*	,200*	1,000	,440*	,114*	,366*	,742*
Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000		,000	,008	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,315*	,349*	,401*	,363*	,440*	1,000	,066	,305*	,712*
Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	,000		,126	,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,218*	,112*	,202*	,070	,114*	,066	1,000	,266*	,408*
Sig. (bilatérale)	,000	,009	,000	,104	,008	,126		,000	,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,459*	,298*	,461*	,170*	,366*	,305*	,266*	1,000	,656*
Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000		,000
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545
Corrélation de P	,514*	,428*	,572*	,580*	,742*	,712*	,408*	,656*	1,000
Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
N	545	545	545	545	545	545	545	545	545

**La corrélacion est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

ملحق رقم (12) نتائج التحليل ببرنامج SPSS

العلاقة بين التصورات المهنية والارتياح النفسي لدى شباب العينة

Corrélations

		EFFICACI	ORIENTAT	GLOPERSP	BIENETRE
EFFICACI	Corrélacion de Pearson	1,000	,362**	,835**	,329**
	Sig. (bilatérale)	,	,000	,000	,000
	N	545	545	545	545
ORIENTAT	Corrélacion de Pearson	,362**	1,000	,815**	,377**
	Sig. (bilatérale)	,000	,	,000	,000
	N	545	545	545	545
GLOPERSP	Corrélacion de Pearson	,835**	,815**	1,000	,427**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,	,000
	N	545	545	545	545
BIENETRE	Corrélacion de Pearson	,329**	,377**	,427**	1,000
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,
	N	545	545	545	545

** . La corrélacion est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

ملحق رقم (13) نتائج التحليل ببرنامج SPSS

دلالة الفروق على مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للنوع الاجتماعي (ذكور - إناث)

Statistiques de groupe

	SEX	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
GLOPERSP	HOMME	211	131,73	20,09	1,38
	FEMME	334	139,07	17,57	,96

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
GLOPERSP									

ملحق رقم (14) نتائج التحليل ببرنامح SPSS

دلالة الفروق على مستوى مقياس منظور زمن المستقبل تبعا للمستوى التعليمي لدى شباب العينة
(ثانوي - جامعي)

Statistiques de groupe

	NEDUCATI	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
GLOPERSP	lycee	329	136,43	19,39	1,07
	univ	216	135,92	18,18	1,24

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
GLOPERSP									
Hypothèse de variances égales	,281	,596	,313	543	,755	,52	1,66	-2,74	3,77
Hypothèse de variances inégales			,317	480,390	,752	,52	1,64	-2,70	3,73

ملحق رقم (15) : القائمة الاسمية للأساتذة المحكمين لمقياس التصورات المهنية

الجامعة المنتمي إليها	الرتبة	الاسم واللقب	الرقم
غليزان	أستاذ جامعي	زفاوة أحمد	1
تيارت	أستاذ جامعي	بن موسى سمير	2
غليزان	أستاذ جامعي	حرير لزرق	3
مستغانم	أستاذة جامعي	علاق كريمة	4
الشلف	أستاذ جامعي	سيدي عابد عبد القادر	5
معسكر	أستاذ جامعي	شعبي نور الدين	6