قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلطة

إعداد

دكتورة
محمد إبراهيم محمد الأثر
مباحث
الجامعة العمالية بالزقازيق

دكتورة
سميرة محمد إبراهيم شندند
أستاذ مساعد الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة عين شمس
قلق المستقبلي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة

إعداد

د. محمد إبراهيم محمد الأنور

مختصر

جامعة العمالية بالزقازيق

كمية:

يشهد القرن الحادي والعشرين تحوّلات اقتصادية عالمية تتحور حول كونية الاقتصاد العالمي، وهذه التحولات تتسم بالتنوع، بل إنها تصبح متوازنة، حيث إنها تؤثر على الاقتصاد العالمي.

حيث إنها تؤثر على حياتنا، فإنها تتيح لنا الفرصة لتنمية شعورنا بالهوية، فإنها تتيح لنا الفرصة لتنمية شعورنا بالهوية، فإنها تتيح لنا الفرصة لتنمية شعورنا بالهوية، فإنها تتيح لنا الفرصة لتنمية شعورنا بالهوية.

وقد صاحب هذه التحولات تغييرات مفاجئة في القطاع العام، أو ما يطلق عليه قطاع الأعمال، وإطلاق مبدأ المناقشة، واللجوء إليه، لقد تم استخدامه في تحكي خريجي كلية التربية في قطاع التعليم، وهو ما يشير إلى شعب عالم الدين (2005: 99-200) سيبا في تردي الخدمات التعليمية في المدارس الحكومية.

وينتسب إلى تفوق تحسب الدولة التدريبي من تقديم الخدمات الأساسية، ومنها التعليم مستهدداً بخفض نسبة الإتفاق الحكومي على التعليم (نسبة إلى مؤسسة الدولية).

وتم تضييف سفراء أبو رية (2005: 62-66) في خريجي كلية التربية يستعدين بكم حاليًا، وذلك في المدارس الحكومية - في حالة العجز - لعمل بالحصة (بأجر جنحتان للحصة) لينتقلون معهم على مدى العام بأجر مائة وعشر جنوات شهريًا. كما اقترح مشروعات لبناء نظام الإعلان المفتوح (وهو نوع من أنواع التعاقد المؤقت) في مجال التعليم، ولم تكن أيًا آخرًا خاصة بالتعليم قبل الجامعي، وقد لاقت هذه المبادرات، وما زالت استجابات كبيرة ورضيًا على كل المستويات، وذلك لتشجيعها للاسترداد النفسي والمادي للعاملين في مجال تقديم هذه الخدمات، وقد يكون هذا الرفض سببًا لإجباره هذه المبادرات أو تعميمها. وقد لوحظ ارتفاع التحولات الاقتصادية البارزة بتحذير المستمر في معدلات البطالة وظهور (عمران الدين حسن وآخرون: 2004: 11)، حيث تم الاستعانة بكتور من العاملين والعمالات في عدد من القطاعات، مع تشجيع العاملين على المعايير المبكر بأساليب مختلفة، مما أثار هاجس البطالة عند العاملين بكل تخصصاتهم سواء لافتقارهم مهارات التطور أو
للتوسع في استخدام التكنولوجيا المتقدمة وتوفير العملة، أو لاحتفال تغير نشاط جهة العمل، ومن ثم
يتزايد شعورهم بقلق المستقبل والتشاؤم بشأنه، مما قد يجعلهم أكثر استعدادًا للضغوط النفسية.
خصوصًا وقد أوضحت نتائج بعض الدراسات أن المتعالمين بشأن المستقبل بيد أن أكثر إرادة
للضغط توتين، ورودريغيري (2004).

ولא شك أن كلا ما يتعرض في مجال عمله إلى قدر من الضغط، ولكن يحتاج مستوى
الشعور بالضغط بين إنسان وأخر بحسب مجال عمل مجموعه من العمال منها ما يتعلق بالفرد ذاته،
وأخرى تتعلق بيئة العمل، وقد يشتبك الفرد ضغوط بيئة العمل الفيزيائية، أو الإنسانية، أو غيرها، أو
يحاول التوافق معهما، ولكن حين يكون الأمر متعلقاً بمكانة قد العمل ذاته، وتضاوَل فرص
الحصول على عمل بديل، فإن ذلك مما يمس صميم الوجود الإنساني.

مشكلة الدراسة:

تتبدى مشكلة الدراسة الحالية في تزايد الحركات الاجتماعية للعمال في السنوات الأخيرة،
سواء في صورة إضراب أو احتجاج، وتسرح أو تظاهرة، حيث رصد مركز أولاد الأرض
على سبيل المثال في الفترة من يونيو-سبتمبر 2002، عدد 120 احتجاج، 40 احتجاج، مع حالات
فصل لمعدات بلغت 245، وحالات ترشيد بلغت 2494، وخمس مظاهرات، وقد امتدت هذه
الوقفات إلى بعض الانتفاضات، وبعض نواحي أخرى، هيئة التضامن، والمعلم، هذا، رغم أن المناخ
السياسي لا يحد هذه الصور من أشكال التعبير عن المطالبة التي تبدو مشروعة لأصحابها، مما
يفترض شعوراً لدى اللاحرين بأن هذه الفئات بشأن المستقبل مستويات إرادية أصعبها للاختيار
الذي يعيشونه، أو يتعترضون لها قد تزايدت إلى درجة تشير إلى غموض صورة المستقبل لديهم، بل
قد يصل الأمر إلى تشاؤمهم ووقوف بشأن المستقبل، وفحص إشاع الحاجاتهم وطموحهم لمستقبلهم
وطموحهم، مما يعكس درجة على غموض مستقبل أسرهم ويفعلهم عرضة لمزيد من عناية
الضغط النفسية، فعلى ذلك مشترات مستقبل كما يذكر حين توني
(2002)، ويفترض نموذج روبرت أن فقدان الوعي بالحدود منه قد يكون
(1998) Cartwright & Cooper

أكثر من غيره إثارة للضغط (حنان الأحمد، 2002: 38)، وهو ما لم تتهام بتناول الدراسات
العربية رغم كثرة الدراسات الأخرى التي تتناول الضغوط النفسية، أو الدراسات التي اهتمت بقلق
المستقبل، رغم حداثة المفهوم، أو ما ينظر في من مفاهيم باستثناء دراستي إبراهيم بدر
(2003، 2002) للعلاقة بين التوجه نحو المستقبل، وعلاقته ببعض الاضطرابات، ومن بينها
الضغط النفسية، ودراسة هدى جعفر (2003) للعلاقة بين التفاوض والتشاؤم وضغط العمل، وقد
سبق أن حذر وتوزر كريتلت وكرى كوبير
(1998) من أن ضغط
العمل لا ينهي تأثيرها بنهاية يوم العمل بل يمتد الأمر ليس في نهاية الأمر نقصًا للأسرة، مما يقتضي الأهمام
ضرورة دراسة التأثيرات النفسية المصاحبة للتحولات الاقتصادية والاجتماعية الجارية في مجتمعنا لدى شرائح مهنية مختلفة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:
- تحديد طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل وبين الضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة.
- تحديد سهولة الفروض في تطور ذكاء المستقبل والضغوط النفسية في ضوء المتغيرات الأثنية: النوع (ذكور - إناث) ، نوعية العمل (دائم - مؤقت) ، ومجال العمل (التعليم - الحكومة - القطاع العام - القطاع الخاص (التقليدي) - القطاع الخاص المستحدث (فيما يعرف بالخصوصة).

مع ملاحظة أن النقص بين مهنة التعليم والعمل الحكومي جاء استناداً لنتائج دراسات سابقة، أكدت على النتائج بينهما في مستوى الشعور بالضغوط، حيث يذكر فاربر أن العلم يتعرض أكثر من غيره للضغوط النفسية بسبب ما تسمى هذه المهنة من أمور الدور وكثير من التساهل والمشاركة و وعدم الاستعداد لمواجهة التوترات، مما قد يصل إلى الشعور بالاحترق النفس.

أهمية الدراسة:

تتناول الدراسة الحالية موضوعاً يقع في منطقة تكاسل بين علم النفس الاجتماعي والسياسي والصحة النفسية. حيث تتناول دراسة موضوعاً من صميم الصحة النفسية لدى شرائح مهنية متباينة من العاملين: أبطال وأبطالنا عم صربيا الجامعي والمعلمين هم صانعي المستقبل- وذلك في وقت يزخر بتغيرات متلاحقة قد تكون لها تأثيرها الحاسم على الصحة النفسية للأفراد مما يعكس على أسرهم، وعلى مستوى انجازهم، بل ومستوى دافعيتهم للحياة.

وتضمن أهداف هذه الدراسة من تناولها لظاهرة لم تتطاهم في الدراسات العربية ربما لحالة مشابهة نسبية، حيث تتناول قلق المستقبل وعلاقته بالضغوط النفسية لدى شرائح مهنية مختلفة في إطار التحولات الاقتصادية والقلق من الاتجاه نحو الخصخصة التي يعيشها المجتمع المصري في الوقت الحاضر، وذلك في ضوء مجموعة متغيرات هي: النوع ، طبيعة العمل، ومجال العمل.


ومن ثم يقوم الباحثان بدراسة فقق المستقبل في علاقة الضغوط النفسية لدى العاملين بالتعليم والحكومة والقطاع الخاص وبيورته التلقائية والقطاع الخاص نفسه في صورته المستحدثة فيما يعرف بالخصخصة. وذلك في فترة زمنية تلتئم إلى مرحلة الرشد الأوسط (وهي مرحلة الاستقرار والزواج وترزية الأبناء) بعد تأخر سمن الزواج - خاصة وأن هذه المرحلة لم تلق الاهتمام الكافي من الباحثين رغم أهميتها بالمقارنة بمرحلتي الطفولة والمرافحة أو حتى مرحلة الشيخوخة.

وعلى أي حال توضح نتائج هذه الدراسة مفخز وتبعت القرارات والتحولات الاقتصادية الجارية في مجتمعنا بالنسبة للصحة النفسية لدى العاملين في مهن متباهية، كما يمكن الاستفادة مما يمكن أن تنبع عنه الدراسة من نتائج في تقديم توصيات يمكن أن تسهم في خفض حدة المشكلات النفسية الناجمة والمصاحبة للتحولات الاقتصادية للعاملين والمعلمين. فمن الخطورة يمكن أن يشعر العاملين باحتمالية فقد العمل، فإنه كما يراه فؤاد أبو حطب (1998) مؤشر اقتصادي اجتماعي في أن واحد، ومن ثم يتبع الاهتمام بالبعد النفسي في التنمية، باعتبار أن الإنسان هو هدف التنمية ووسيلةها في الوقت ذاته.

وقد صاغ الباحثان مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

1- هل توجد علاقة بين فقق المستقبل وبين الضغوط النفسية لدى العاملين؟

2- هل تختلف مستويات الشعور بالضغوط المستقبلي لدى العاملين تبعًا لكل من المتغيرات الأثلية: النوع (ذكور - إناث) أو طبيعة العمل (دائم - مؤقت) أو مجال العمل (تعليم - الحكومة - القطاع الخاص (التقليدي) - القطاع الخاص المستحدث (فيما يعرف بالخصخصة)).

3- هل تختلف حدة الشعور بالضغط النفسي لدى قطاع العاملين السابق الإشارة إليها باختلاف النوع (ذكور - إناث) أو طبيعة العمل (دائم - مؤقت) أو مجال العمل (تعليم - الحكومة - القطاع الخاص (التقليدي) - القطاع الخاص المستحدث (فيما يعرف بالخصخصة).

ملاحظات النتيجة:

يتبين الباحثان لدراساتهم تحديدات إجرائية لكل من المتغيرات المحورية الثلاث في الدراسة وذلك على النحو التالي:

فقق المستقبل - Future anxiety

بمجرد أن توجه يمكن حالة من الترقب الحذر المشوش بنوقس الشر والتشاؤم

* اكتفى الباحثان بنذكر بعض الأمثلة للدراسات وذلك منذ عام 2000 لكتلتها.
تجاه المستقبل (العالمي أو الأسري أو الشخصي) على النحو البعيد أو القريب.(سمراء شند، 2002).

ويعتمد هذا الباحثان في الدراسة الحالية درجة الصحة على مقياس قلق المستقبل المستخدم.

**Psychological stress**

هي التأثيرات السلبية التي تحدث نتيجة التفاوت بين حجم الأغذية ودهونه، أو تأثيرها على مواجهة هذه الأغذية أو تحمل تبعاتها. وهي أمور قد تعرض الفرد لبعض الأعراض النفسية، والاجتماعية، والخلفية، ويعتمد بها إجراءات في الدراسة الحالية درجة الصحة على مقياس قلق المستقبل المستخدم.

**الخصمصة:**

تُعرَف الخصمصة بأنها محاولة الملكية العامة سواء حكومية أو قطاع عام - أو ما تمدد على قطاع الأعمال - وذلك بمجرد عشرة طريقة إلى الملكية الخاصة، حيث استفادت رأس المال العام (من توفير مستودعات في عام 2000)، ومن بين هذه الطرق، بيع الشركات أو المصانع أو الهيئات المملوكة للدول.

**الإطار النظري:**

تُبدي خطة قلق المستقبل والضغوط النفسية في أمورهما البالغة المحتملة بالنسبة لمختلف جوانب الصحة النفسية والجسدية للفرد، حيث يُمكن لهذه الأثير أن تُكون لتشمل التفاعلات، والدوام، وانعدامه، ومعرفته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، مكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته، ومكانته.

ويُعرض الباحثان فيما يلي نكتاً من هذين المفهومين بصلة من التفصيل.

**أولاً: قلق المستقبل:**

بدأ الاهتمام بدراسة القلق نية المستقبلي باستخدام مصطلحات مختلفة، وقد يكون من أبرز مصطلحات الحذاء من المستقبل أو التوقعات السائدة نحو المستقبل أو التشاؤم من المستقبل، أو التوجه نحو المستقبل.(سمراء شند، 2002).

**الثاني: التكيف:**

وبالتفاح، ودخول الآلة إلى شتك المجالات التي يرتادها الإنسان ويعمل معها، الأمر الذي أشعره بالضغط وتمنع القردة على مساعدة هذا التطور المستمر، فتُمشى عن شيء، بالمقابل، القلق، الذي يتعرض لهوا والذي تجعله كأنه مغبر عن مجتمعه، إضافة إلى سعة مطالب الحياة البالية، وقفة فرض العمل، ودورة الحروب والكوارث، وحوار العنصر، والابتعاد عن الحياة الروحية، بما أنهم في إرهاق الإنسان، وزيادة من قلقه، وزيادة استقراره، وبالتالي صعوبة توافقه، أو تأثيره، مع المعنى الذي هو جزء منه.(رضا الجبائي، زهرا صبيح، 2004:14).
ما ذهب إليه سلوك الع扫黑 (1993: 106) من القول بأن قلق المستقبل هو خوف أو مزيج من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل، والأفكار والتوقعات الأفكارية، وقلق الموت، والبأس بصورة غير معقوفة.

بينما يعرض زاليتشكي (1996: 115) بأنه حالة من التوتر والقلق والخوف والانزعاج والقلق بشأن التغيرات غير المزعجة - على المستوى العالمي أو الإقليمي أو الشخصي على الأقل - التي تصل للشعور بالتهديد تجاه إمكانية وقوع كارثة، وأكثرها كارثة حقيقية وشيكة الحدوث.

ويتبني محمود شمال (1999) منحنى آخر في تعريفه لقلق المستقبل حيث يرى أنه حالة عدم اتساق في مدركات الفرد، بسبب له حالة من التوتر وعدم الارتياح التي تظل ملزمة له حتى يصبح متماسك في مدركاته، وبعد ذلك يحدق التوتر ثم يستعيد حالة التوازن.


ويتبع محمد عبد الظاهر الطيب (2007) موقعاً أكثر تحديداً في تعريفه لقلق المستقبل حيث يرى أنه خبرة عاطفية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفاً غامضاً نحو ما يحمله الغد الأكبر بعداً من صعوبات، والتأثير السلبي للأحداث المتوقعة، والشعور بالانزعاج والتشوكر والاضطراب عند الاستغراق في التفكير فيها، والشعور بضعف القوارة على تحقيق الأمال والطموحات، وفقدان القدرة على التركيز، والصعوب والإحساس بأن الحياة غير جذابة بالاجتماع، والشعور بفقدان الأمل أو الألمانية نحو المستقبل.

وأما الجدير الإشارة إليه أن قلق المستقبل كمفهوم يختلف عن مفهوم القلق الكلاسيكي من حيث مصدره، وأسبابه، وأعراضه الفسيولوجية، وإن استخدمهما بعض الباحثين بصورة واحدة، وهو ما قد يزعم الباحثون الحاليين إلى حداثة المفهوم وقصص الكتابات حوله، ويوفر وجهة نظر الباحثين اهتمام زاليتشكي في دراسته الأولى (1994) بتعريف ماهية تأثير قلق المستقبل المتخيل على الشاشة الفسيولوجية، واستجابة الجلد الجلابة، والرمع الكهربائي للعضلات، ومستوى كهرباء البلادة، حيث لم يعثر بين تأثيرات قلق المستقبل سليباً أو إيجابياً إلا على الرمع الكهربائي للعضلات، وهو ما يؤثر بالتالي بين المفهومين ومن ثم تتباين الأساليب والأعراض الخاصة والمجاعة لكل منهما.

كما يرى الباحثون أن القلق الكلاسيكي غير محدد هام أو هو شعور غامض بالخطر، بينما قلق المستقبل موجه إلى موضوعات قد تكون خاصة بالفرد ذاته أو بأسرته أو بعالمه، أو هو شعور عام بالتشاو من المستقبل.

وتخص رنا البحري، زهرا صبيح (2004: 17) أن معظم النظريات التي فسرت للقلق قد أشارت صراحة أو ضمنا إلى أن أحد مصادر القلق هو توقع تهديد ما سواء كان هذا التهديد حادا أو غامضا، والتوقع مرتبط بالأحداث المستقبلية، ويدمج القلق عن الخوف من المستقبل، أو توقع شيء ما، أو صراع داخل النفس بين النزاع والقيود التي تحول دون ذلك للنزاع.

وفي محاولة لتحذير أعراض قلق المستقبل يصف رونالد مولين Molin (1990: 512-513) من عناوين من قلق المستقبل بالتشاؤم والشك، وتوقع الشر، والانفعالية الزائدة والسرعة، والاضطرابات، والسلبية وعدم الشعور بالأمان، وعدم الثقة في الآخرين، وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقعة، والتوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل.

الاتجاهات تفسير قلق المستقبل:

تتفق النظريات النفسية في اهتمام برائدة القلق، إلا أنها لم تتفق بشأن القلق من المستقبل، ومن التوجهات التي أبدعت اهتماما بالخوف من المستقبل، أو القلق من المستقبل، الاتجاه الإنساني، والاتجاه المعرفي.

فقد اهتم أصحاب المنظور الإنسانى بدراسة القلق باعتبار أنه خوف من المستقبل وما قد يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان وإنسانية الفرد، فالقلق ينشأ مما يتوقع الفرد أن يحدث، أي أن المستقبل هو العامل الذي يستثير القلق. (زنا البحري، زهرا صبيح 2004: 17) وقد اختلف في تحليل الإنسانى للقلق، وفقاً للاتجاهات، ومن ثم ينحسر اهتمام الباحثين الحضريين فقط بتناول الاتجاه الوجودي والاتجاه المعرفي لقلق المستقبل.

فيما يتعلق بالاتجاه الوجودي، يؤكد أصحاب هذا الاتجاه على خصوصية الإنسان، ومن ثم تركزت دراسته على موضوعات تقرض بها الإنسان، مثل الإرادة والحرية والمسؤولية والانكار والقيم، حيث أن التحيي الرئيسي أمام الإنسان هو أن يحقق وجوده وذاته كأنسان مفروض، فهو هذه
النهائي الذي يجب أن يتوحجه إليه في الحياة، وإذا فان كل ما بعوق محاولات الفرد لتحقيق هذا الهدف، أو يهدي مغزى وجوده، أو يعده هذا المغزى يمكن أن يستثمر قلقه، وترى إيمان فوري (2002) أن عام النفس الوجودي يترنّد بروية خاصة للظاهرة القلق تميز بالشمول والكلية في الآن نفسه، حيث يتم الوجوديون بالتأكيد على أن القلق في الأساس ظاهرة صحيحة، ونقلاً ببداية من كيركرودر الذي اعتبار أن القلق أفضل معلم للإنسان لأنه يستحق في وعية ديمومة التهديد باللاوجود والعدم، وهو ما يدفع الإنسان دائماً كي يسمى لتوكيد ذاته في مقابل هذا التهديد من خلال استكشاف الذات، والعمل على دعم القدرات ومواقف القوة التي يمكنها من مواجهة ما يتعده وتخلص إيمان فوري (2002) إلى اهتمام الوجودي بإبراز خصائص ظاهرة القلق على نحو شام، حيث تكشف الظاهرة في نطقها بسياسة الأدوبيك الهيكلي: الوعي الوجودي باللكونة، ثم تطرح تصور إمكانات لائهائية لتدني أعراض ظاهرة بداية من معاينة خبرة القلق ووعي المليء بها، واستمرار معاناة القلق لصعال الإيجابية و إثارة الكنونية، إلى سائر أساليب التجنب والاستراتيجيات ترتدي معاناة خبرة القلق، وما تؤدي إليه من صور تعبير الوعي وانكماش الذات وفرق الوجود، وصور عديدة من المظاهر المرضية، بينما ينظر رولو ماي (1977) إلى القلق كحالة توحجه وتسترها التهديد، وقد يكون التهديد نحو الحياة نفسها (الموت) أو للحياة النفسية (فقدان الحرية) أو بعض القيم التي يطالبها الفرد مع وجودات ذات (وطنية، حب، مكانة، معتقد، etc.) بينما يرى جيمس بارك (1995: 94-100) أن من أسباب القلق اختفاء مشاريع الأمن العائب، أو الشعور بتهديد غير واضح المعالم، فالقلق الوجودي قريب للحرية والاختيار بين البديل.

ومنزلنا نقلت من الاتجاه الوجودي إلى الاتجاه المعزوف؛ نجد أن أصحاب هذا الاتجاه الأخير يعتمدون في تفسيرهم للاضطرابات الإفنانية على أن هناك علاقة وثيقة بين المعرفة والاتصال والسلوك ولا يمكن فصل بينهم، وبعد أرور بيك (الاتجاه 1976-1982).


التأثير السلبي للتميز العقلي في إدراك الأحداث والظروف المحيطة، وإن قلق المستقبلي يخلال الوعي بالظروف البيئية.

ووفقًا لزاليسكي (Zaleski 1996: 165-174) أن العالم يعيش حالة تهدئة نتيجة توقع التدمير العالمي الشامل، أو الزوال، أو السيطرة، أو التهديدات النووية، أو نقص الطاقة (البروز)، والتحديات البيئية، أو التزوير البيئي، أو الصراعات السياسية، أو انتشار الأمراض المستعصية (الإيبولا)، إضافة إلى الأحداث الشخصية والأسرية المهددة، ومن ثم قد يُمثل هذه الأحداث تهديداً للفرد بدءاً نفوذ قلق المستقبلي.

وينص محمود شمالي (1999) على أن أغلب الأفراد يتفقون في الاهتمام بالتوجه المعرفي، فقد أكد أن التنافر المعرفي من مصدر استنارة قلق المستقبلي، لكنه أضاف إلى ذلك العوامل الاجتماعية الثقافية، وأن تكون الأوضاع داخل المجتمع قد تثير التوتر والخوف من الأيام المظلمة ويعمل على تغيير الفكر لأهدافه الحياتية. فضلًا عن أن استمرار حالة الاضطراب مستقل من فرص الحراك الاجتماعي، ولا سيما الحراك الاجتماعي الصاعد، وهو ما يساهم في نموذج من الخوف والتوتر من الغد، وذلك بالإضافة إلى تأثير ضغوط الحياة، وما تقوم به وسائل الأتصال الاجتماعية من إثارة قلق المستقبلي لدى الأفراد، مما ينعكس على انتشار رافاهية الحياة وما يرفع فيه البعض من ثراء فاحش، يجعلهم يشعرون بضالتهم وصاية خمول في الحياة.

هذا بينما قرر كيفن تونج (2000) تنظرًا معرفيًا لمفهوم القلق اعتمادًا على دراسات عديدة، في الفترة الزمنية الممتدة (1952-1993)، وصاغ تصويره في هذا الصدد انتظارًا من أن هناك مهنيات تستثير القلق من المستقبل، وهي التهديد الكلي حيث يرى أن القلق هو الاستجابة المتوقعة للمعلومات المهددة للإنسان سواء كان التهديد جسمياً أو نفسيًا، ويستند هذا النموذج إلى منظور بيك ورمانته في تقسرهم للقلق، وأن القلق نتاج لدردش غير منظم أو غير متسق مع الحقيقة أو هو معالجة مشوهة للمعلومات، فالتأتيقين المعرفي هو أهم خطوة، ويحدد بعضًا من أساليب التهديد (التهديد البيئي والثروت، تزايد الاجرام والعنف والحرب النووية)، والخوف من الأمراض الخطيرة (الإيدز والسرطان) والمناولة في سوق العمل مما قد يشكل تهديداً لكيان الفرد، إضافة إلى التهديد الاقتصادي، فالصعوبات الاقتصادية تتماثل في تأثيرها الجسيم (وأحياناً الأ نفسياً) على الإنسان، حيث تتم زيادة أعداد الراغبين في العمل (نتائج زيادة الساعة)، نهوضاً من التهديد، مما تضره من منافسة، ويعد تأثراً لذلك بالبطالة، وتثبيتها، والإنهيار الاقتصادي، وزيادة القلق نتيجة الشعور بتهديد الأزمات. كما يشير إلى خطورة ضعف الترابط الاجتماعي وتاثيره على الصحة النفسية للأفراد.
ثانياً: الضغوط النفسية:

بعد مفهوم الضغط، يتم استخدام أجهزة الاستخدام في مجال العلوم الطبيعية، حيث تستخدم هذه المفاهيم بمعنى ذلك التأثير الذي يحدثه قوة معينة على الشيء بصورة قد يصعب عليه تحملها أو تؤثر على إحداث تغيرات معينة سواء في شكله أو حجمه أو طبيعتها. تم بدأ استخدام المفاهيم حديثاً في مجال العلوم الإنسانية خاصة، وبدأت التحديات وعلم النفس خاصة، لتشير إلى تلك القوة التي تؤثر على الفرد بصورة كبيرة، قد تسفر عن تأثيره وتعديله لبعض التغيرات النفسية الصارمة مثل التوتر، والصراع، والقلق، والاضطراب، وحدة الانفعال ...

وقد يصحب ذلك تأثيرات عصبية ونفسية، وقد يعاني الفرد من جراء ذلك إلى الاضطراب النفسي وسوء التوازن.

وقد تعرض مفهوم الضغط كعبرة من المفاهيم إلى كثير من التفاعلات سواء في تحديهد أو تعريفه. ومن ثم تكبد التفاعلات الخاصة بهذا المفهوم وفقاً لاتصالات الباحثين، وإن كان يشوب بعضها الخلط بين بعض المفاهيم المتصلة بالضغط، ومن ثم فقد حاول Swoger (1981: 30) إزالة ذلك الخلط والتداعيات من خلال محاولة التمييز بين مصطلحات الضغط، وبين مصدر الضغط ورد فعل الفرد بالنسبة للضغط، وعرف مصدر الضغط بأنه أي مثير سواء خارجي أو داخلي ينشأ في حالة النفسية والنفسية للفرد بحيث يحفزه أو يثيره.

وقد استخدم أساليب مواجهة متبعة كرد فعل لذلك، بينما يصف الضغط بأنه تلك الحالة الناتجة عن إخفاق الفرد في عملية مواجهة المثيرات، وعرف Rutter (1983: 4-6) الأحداث الضاغطة بأنها هي الأحداث التي تحدث تغيير في حياة الفرد على نحو يتطلب إعادة تواصله السابقة، وترتب بردود أعمال جسدية ونفسية.

أما هارولد بينجريم (1987: 222) فيعرف الضغوط بأنها حالات لفعالية تمكنت لتشمل الأفعالات السارة إلى الحزيئة، وعندما تكون وتسمر هذه الأفعال لفترة طويلة جداً تسبب في الشعور بالضغط. وتظهر هذه الضغط في صورة مشكلات نفسية ونفسية. ويفضي أن الأحداث التي تسبب الضغط تسمى الضغوطات، والتي تشمل عدداً من الأحداث المرتبطة بغيرات الحياة مثل الطلاق، والإحباط، والصراع، والمواقف المترابطة مثل الكوارث، وممتلكات الشخصية، بالإضافة إلى مسببات الضغوط الكثيرة ومنها ضغوط العمل وضغوط المنزل.

وبعدها طالت منصور وفيرونا البيلاوي (1989: 6-47) بأنها تلك الظروف المرتبطة بالضغط وبالتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات أو التغييرات التي تتطلب نوعاً من إعادة التوازن، وما ينتج عن ذلك من أثار جسمية ونفسية، وقد تنتج الضغوط كذلك من جراء الصراع والإحباط والحرمان والقلق.
وتتحدد الضغوط لدى ممنوحة سلامة (1991: 275) على أنها كل ما من شأنه أن يثير الفرد على تغيير نمط قائم لحياته أو لجانب من جوانبها بحيث يتطلب منه ذلك أن يعيد أو يغير من تواقيعه السابقة. وبدافع أو تنقب في هذه الأحداث بين أحداث رئيسية (أي: شخص عزيز، أو الطلاق والانفصال، بالغة للأطفال) إلى أحداث أقل ضغطاً من الساقية مثل الضغوط الاقتصادية، وانضطرابات العلاقة مع الآخرين إلى مجرد (منصصات بروية) كمشكلات الرعاية الصحية والجوانب المالية كتوفر الضروريات أو التعلم أو العلاقات الاجتماعية.

ويتطرق مفهوم الضغوط لدى عبد الرحمن الطبري (1991: 139) بأنه التوقع الذي يوجد لدينا حول عدم قدرتنا على الاستجابة المناسبة لما قد يتعرضنا من أمور أو عوارض قد تكون شاذات

استجاباتها لنا غير موضعية وغير مناسبة.

ويبرئ برين سيوارد (1993: 13) بين الضغوط والتنوير حيث يرى أن الضغوط هي تلك الأحداث الخارجية التي تمت مطالبة للتفوق لدى الفرد، وقد ينتج بعض الأفكار في التوقعات، ولكن يظل في ذلك، ومن ثم تكون النتيجة هي الشعور بالضغط النفسي أو الفكري، ويضيف أن الضغوط قد تكون بنية أو نفسية، وقد يحدث نتساهل بينهما أو يتفاعلان معاً.

ويتضايق شاكر قديم في معجم علم النفس والتحليل النفسي (شرح طه وآخرون،1993) المنحني نفسه تقريباً عندما يرى أن مفهوم الضغوط يشير إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكتابته أم على جزء منه بدرجة تؤخذ لديه إحساساً بالتوتر، أو تشويهها في تكامل شخصيته، وحينما تزداد شدة الضغوط فإن ذلك قد يقود الفرد قد يفوقه على التواصل، ويثير نسيج سلوكي عما هو عليه إلى نمط جديد، وللضغط النفسي أثاراً على الجهاز البدني والنفسي للفرد، والضغط النفسي حالة يعانيها الفرد حين يواجه مطلب ملح فوق حدود استطاعته، أو حين يقع في موقف صراع حاد.

بينما تواصل حسن مصطفى (1996: 23) بعد قياسه بعدة دراسات في مجال الضغوط إلى تعريف الضغوط بأنها تلك الأفكار الداخلية أو البيئية التي تكون على درجة من الشدة والمواقف بما يقلق الفرد والشجاعة بالفرد والتي قد تؤدي في ظروف معينة إلى الاحتلاط الوظيفي أو السلوكي، أو ذلك في بعض الأحيان.

وهكذا: بشر مفهوم الضغوط إلى درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية التي يعيشها أو يصادفها في الحياة اليومية، وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الأحيان، والمتوحشة مع ملاحظة اختلاف درجة تحمل تلك التأثيرات من شخص إلى آخر تبعاً لتكوين شخصيته ومصطلحه النفسية المميزة.
نظريات ونماذج تفسير الضغوط النفسية:

على الرغم من تعدد وتباين النظريات والتفسيرات، فإن تطبيقات Selye و Chowb جعب نظريات الفسيولوجية النفسية في طرح مفهوم الضغوط في الحياة العملية. حيث يرى Selye أن الكائن الحي يعاني نتيجة تغيرات الحياة إلى أشكال مختلفة من الضغوط منها ما هو داخلية ومنها ما هو خارجي. وأن هذه الضغوط يستجيب لها بما أسمى زمنة التكيف العام، ويشير Selye أن التعرض المتكرر للضغط يترتب عليه تأثيرات سلبية على حياة الفرد حيث تترتب الضغوط على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية أو اجتماعية أو نفسية أو كلاهما معاً.

يرى Selye أن الاستجابة للضغط تتكون من (GAS) General Adaptation Syndromes حيث يقابل الجسم عن طريقها الاعراض أو التحدي البيئي لتكيف.

بعض الدراسات التي يواجهها وتسير أعراض التكيف العام في ثلاث مراحل:

أولى مرحلة الإنذار (النبيذ) Alarm وفيها يتحرك الكائن الحي لمواجهة التهديد.

ثانية مرحلة المقاومة Resistance والتي يحاول فيها الكائن الحي أن يقوم ويوثق التهديد.

ثالث مرحلة استنزاف (الإنهاء) Exhaustion وفيها تستنزف طاقة الجهاز ويصبح عرضة للإعياء والتعب وأخيرا الإصابة بالأمراض.

وينكر Selye أن ردوت الفعل السوية هي التي تسحب للجسم بأن يقاوم الضغوط قصيرة المدى حيث يترتب على مثل هذه الردود تقوية الطاقة واختزال الأتم، أما استمرار هذه الضغوط فإنه يؤدي إلى ظهور استجابات غير صحية طويلة المدى. ويرى Selye أن الضغوط النفسية يمكن أن تمايل في أهميتها وقاطع الضغوط النفسية.


ويشير أرون Beeker إلى أن الفرد يضغط المعني على الأحداث، وكذك يعرف أن تفسير الفرد لا يقتصر على أنفعاله وسلوكه، ولكنه يمثل إلى نظرته لذاته ونظامه ومستقبله (1977: 3-25)، إلا أنه يربط بين خبرات الطفولة المراهقة بالشعور بفقدان الأمن والتهديد، وعدم الشغف والتعاسة وتوقع المخاطر وبين المباينة في التقييم الشفهي للأحداث، وارتفاع مستوى
القلق، وانخفاض القدرة على المواجهة، 1972، (3: 343-353).

كما يؤكد راتر على دور العوامل المعرفية في الالتهابات الضاغطة حيث يرى أن الحدث في حد ذاته لا يؤثر على الفرد، ولكن ما يؤثر على الفرد هو معنى الحدث بالنسبة له، 1983، (26-27).

وفي إطار النهج نفسه برى فريق من الباحثين ضروري الانتقال إلى ظروف وديناميات التفاعل بين الفرد والبيئة عند كباره موضوع الضغوط، حيث برى هوارد كاهن وكاري كوبير أن بنية الفرد تعد مصدرا للضغط، مما يؤدي إلى وجود تهديد نحات بالفرد أو تهديد يستسلمه وأهدافه في الحياة، فإن لم يستطع الفرد مواجهة هذه الضغوط فهذا يقود إلى بعض الأمراض، وارتفاع مستوى القلق، هوارد كاهن وكاري كوبير، 1993.

وتضيف سوزان كارتر وكاري كوبير، 1998، Cartwright & Cooper (1: 1) أن مصادر الضغوط في العمل النموذجي في حين تقل فرص التقدم الوظيفي في السنين التي تسبق مرحلة التقاعد ينمو الشعور بالخوف من فقدان العمل أو المكانة الاجتماعية خاصة مع تهديد المناقشة مع الأصغر والأخلاقيات.

ويقترح وكوكس ومكاي في: حنان الأحدي، 2000، (دوموجا، ليفاير) ضغط النفس يتكون الضغط يمكن وصفه على أنه جزء من النظام الديني المعاقد لتفاعل بين الشخص وبينه، ويؤكد أن الضغط ظاهرة مداركة فردية ومتصلة في العمليات النفسية، كما يبطينا اهتماماً خاصاً بإكونات التنغماية المرادة للنظام، ويعني وجود وأهمية عناصر التغذية المرادة أن وصف النظام داعياً وليس مستقيماً ويتضح من هذا النموذج أنه يعامل الضغط على أنه مثير وسريع.

ويجد دافيد فونثانا ورضا أبو سرعين فونثانا، 1993، (4: 3-1) أهم مصادر الضغوط الخاصة بالعمل ذات الارتباك بموضوع الدراسة الحالية: في انخفاض المركز أو المكانة والakening أو تأثير التوفيق، وعدم الاستقرار في مكان العمل أو فقدان الأمن، حيث أن شعور الأفراد بأنهما دائمًا السلف أو التهديد بعدم الاستمرار في نفس العمل، أو أنهم يخرون عن حاجة العمل يجعلهم أكثر استعداداً للضغط، مما يخفض من إنتاجيتهم ويخفض من روحهم المعنوية.

ويضيف تحتوي الفرجهاوي، 1997، (11: 3-1) إلى أن معظم الدراسات والبحوث التي أجريت في مجال الضغوط العمل تركز على مصادر عامة للضغط يختلف مستواها من بنية عمل إلى أخرى، وهي تعارض الأفراد ومدى وضوح الدور، ونجاح الوظيفي، ونشاط الدعم المادي، وعصم المشاركة في القرارات، وصعوبات تتعلق بالبيئة المادية للعمل، بالإضافة إلى تضارب القرارات والسياسات في العمل.
ومما تجد الإشارة إليه أن الإنسان يمكن أن يعترض للضغوط المختلفة باستمرار، إلا أنه قد يستطيع أن يعيد توزيعه بشكل سريع حال انتهاء الموقف الضاغط، وهو ما يُوفق على مدى قدرته على المواجهة والمطابقة في التحمل، فالشخصية الإنسانية ذات خصائص تنجز بعضها عن البعض الآخر، في بعض الحالات مثلاً، تشكل عبأً على أنماط معينة من الشخصيات، في حين تستطيع أن تدخل إلى الخِلال أفضلية ضغوط أخرى تحلها وهي تُصيرفها بشكل الذي يكاد لا يترك أثراً لدى الفرد.

ومع ذلك، يرى الباحثين الحاليين أن الاهتمام بالظروف المقارنة (إضاءة، نقص المعرفة، زيادة الضوضاء، الأذى والأخطرة في مكان العمل... الخ)، والظروف الخارجية في العمل (الوظائف، أجور العمل... الخ)، نادرًا اهتمام الباحثين بصورة أكبر من اهتمامهم باحتمالية فقد العمل ذاته.

ثالثاً: العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية:


إلا أن الدراسة الحالية ترى أن العلاقة بين قلق المستقبل والضغوط النفسية أقرب ما تكون إلى العلاقة التفاعالية، أو أنها ينشأ من ذات المشروع أو المورد. حيث يتضح من الإطار النظري أن المكون المعرفي يكاد يكون هو المسؤول عن حدوث كل من قلق المستقبل والضغوط النفسية، ومن وجهة نظر روبرت فريمان، مارك رينليك (1995: 1961-1971) فان المكون المعرفي هو المكون الأساسي الذي يكمم وراء الشعور بقلق المستقبل، وهو استجابة توزيعية لبيئة الفرد، تتخذ بإدراك التهديد في موقف معيّن، أو محدد، حيث يضيف الفرد معنى إلى الموقف من خلال مخططاته وعمقاته حول موضوع التهديد، وتقدر مدى وخطورة التهديد، حيث يجد الفرد نتاجًا للشعور المعرفي.


وتوجهاً من المستقبلي، وتزيد من إحساسهم بالضغوط، ويحدث بعض المؤشرات المؤيدة لتصوره عن ضغوط الحياة ومن أبرزها أزمات السكن، ارتفاع الأسعار مع ثبات أو تدني الدخل، غياب العدالة التوزيعية وما يرتبط بها من مشكلات اجتماعية وتقصدية، قلة فرص العمل، وما يرتبط بها من البطالة ومشكلاتها.

ومع ذلك، تشكك العلاقة بين قلق المستقبلي والضغط النفسي من الحساسية الانزاعية في إدراك الأحداث وتفسيرها، وخاصة في ظروف مجتمعية تثير القلق تجاه المستقبل ليس على المستوى الشخصي أو الأسري بل يشمل الأمر ليشمل العالم بأسره، مما يجعل من الأحداث مصبر ضغط على الفرد مما يستدعي طاقته النفسية للفرد في محاولة التوائم مع التغييرات المتسارعة.

بالتالي، ترى دراسة الحالة إمكانية القول بأن خبرة العمل المؤقت أو احتمالية الإطالة إلى المعاش الميكرو، أو الفعل، يمكن أن تكون مكونًا بسيطًا لقلق المستقبل، وفي الوقت ذاته قد يكون الهدوء (Lynd et al. 1967) التي توقع التهديد، يعمل كوسيلة في العلاقة بين نموذج الغزو إلى النواتج السلبية وقلق البطالة.

دراسات سابقة:

رغم كثرة الدراسات التي أجريت في كل من مجال قلق المستقبلي والضغط النفسي إلا أن الباحثين لم يجدوا غير دراسات محدودة ارتبطت بوضوع البحث الحالي، ومن ثم قسمت الدراسات السابقة إلى دراسة اتسعمنا وفقاً للمحاور التالية:

1- دراسات خاصة بقلق المستقبلي:

قام مالفيين (1965) بدراسة العلاقة بين فقدان الأمن نحو العمل والشعور بالتهديد النفسي، وقد تكونت شعاع الدراسة من 130 فرداً من الذكور والإناث، تراوحت أعمارهم الزمنية بين 22-64 سنة، واستخدم الباحث عدة تقنيات وساعادة بيانات ديموغرافية، وقد توصل مالفيين أن فقد العمل أو التهديد بفقدانه يشعر الفرد بالتهديد، مما يؤدي إلى شعوره بالقلق المستمر بشأن المستقبل، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين عدم الأمن تجاه العمل والقلق والإكتئاب، خاصة مع عزل تأثير بعض العوامل مثل (المساندة الاجتماعية) أو بعض متغيرات الشخصية (السلامة، تمييز الذات).

قام محمد بكاري (1993) بدراسة العطالة، وعلاقتها بعض سمات الشخصية لدى خريجي الجامعة، وقد تكونت عينة البحث من 200 عالماً من الحاصلين على مؤهلات علياً، و30 عاملاً ينتمون في المؤهل التربوي والتعليمي والوظيفي والاجتماعي والسلوك، ومجموعة أخرى من 23 كمجموعة عطالة مؤقتة، مع مراقبة التجاوز في نتائج المتغيرات، وكان من بين ما أسوأته هذه الدراسة من نتائج وجود علاقة موجبة دالة بين كل من العطالة الدائمة والعطالة المؤقتة والقلق، وجود فرق دالة في سمة القلق.
بين مجموعتي العمل والعطالة لصالح الأخيرة فهي أعلى قليلاً، كما يظهر وجود فروق ذلية على
حالة الفلك بين مجموعتي العمل والعطالة المؤقتة لصالح الأخيرة فهي أعلى قليلاً.
واعتمد عبد الله عسکر وعماد عبد الرزاق (1998) دراسة البطالة كمصادر للقلق
والاكتئاب لدى الشباب. وقد تكونت عينة الدراسة من 162 شاباً من حملة المؤهلات العليا
والموسطة، من تراوح أعمارهم الزمنية بين 20-35 عاماً. يشكلون ثلاث مجموعات، وهي
مجموعة عاملين منظمين، ومجموعة عاطلين ومجموعة عاملين بصورة غير منظمة. وقد توصل
الباحثان إلى وجود فروق كبيرة بين المجموعات الثلاث، كما يوجد فروق بين العاملين وعاطلين
في الفلك كحالة لصالح العاطلين أي أنهم أكثر قليلاً، كما يوجد فروق بين العاملين وغير العاملين
المؤمنين في القيادة. كان أعلى أنهم أكثر فهماً، بينما لم توجد فروق بين مجموعات
العاطلين ومجموعة العمال غير الممنوحين في متغير الفلك كظلة.

وحوار محمود شمال (1999) التعرف على قلق المستقبلي لدى عينة من خريجي
الجامعات بالعراق، وتكونت عينة الدراسة من 200 من خريجي الجامعات العراقية وتشير
أعمارهم الزمنية بين 21-32 عاماً، واستخدم الباحث ماقباس للقلق المستقبلي من إعداده. وأظهرت
نتائج الدراسة أن نسبة 84% من أفراد العينة يعانون مستوى عال من قلق المستقبلي، بينما سجل
41.2% من أفراد العينة مستوى منخفضاً من قلق المستقبلي، ولا يوجد فروق بسبب النوع، أو
المستوى الاجتماعي الاقتصادي، وينسفر الباحث هذه النتيجة بشعور الشباب بعدم الأمن والانتباه
والإحباط رغم تلبية

النوع أو المستوى الاجتماعي الاقتصادي، فيدفعهم إلى الشعور بالقلق من المستقبلي.

وقد فحصت دراسة كلين (2000) (Klein) إلى بحث العلاقة المترابطة وأحداث المستقبل،
والمعنى بين المعنى الشخصي والتوجه المستقبلي. وقد أظهرت الدراسة بنظام المعنى في
العلاقات بين الشخصيات والأمن، والعوامل المختلفة للضغوط، وبحث العلاقة بالملحنين،
al-acíفاء، والعلاقات الحميمة بين الشركين، وتأثيرها على قلق المستقبلي أو التفاوت ب شأنه. وقد
أظهرت نتائج الدراسة أن أفراد العينة من الأثرياء الأمريكيان أكثر قدرة على التخطيط للمستقبلي
بالمقارنة بالبيض أو الآسيويين، بينما لم يتضح وجود فروق دلالة بين متوسطات درجات النساء في

التعليم المستقبلي، ولكنهم كان أكثر قليلاً، وقله تفاعلاً بالمستقبل من الرجال.

وقد نشر كوكان (2001) دراسة استتعمارية للتشاو وقلق المستقبلي لدى عينة من
الفلسطينيين قومها 1085 من الذكور والإناث في غزة والضفة الغربية والقدس الشرقية، وقد
أظهرت النتائج أن 27.1% لديهم قلق مستقبلي، وتوافق سببنا للأوضاع الاقتصادية في
فلسطين، وأن 1.0% قلق على كسب العيش، 45.8% متشائمون من المستقبلي، بينما 28%

واهتم بدأ الأنصاري (2004) بتعرف معدلات شدة الفتق والفرق في هذه المعدلات لدى الشباب في تسع بلدان عربية هي الكويت والسعودية والإمارات ومصر ولبنان ولبنان، وسوريا ولبنان. وقد تكررت عينة الدراسة من (2006) طالباً، وطالبين، وطالبة من طلاب الجامعات العربية الحكومية، وأجري التحقيق على عينة الميزة، وتمكّن ميزة جامعات الكويت للتقاط وتسجيل النتائج، وهي ميزة تتيح النتائج، وتم تحليل النتائج عن أعلى معدلات انتشار الفتق كنسبة الشباب في مصر، وجنوب شرق ميزة شباب فلسطين، وسورية، وعثمانية، والإمارات والقار، وتم توصل إلى وجود ترابط بينهما، جوهريًّا في الفتق بين عيان الدراسة.

وفي دراسة ثانية، تزعمد إلى استخلاها للدراسة السابقة، قادم بدأ الأنصاري (2004) بتعرف معدلات انتشار الفتق لدى الشباب في سنة عشر، بلداً عربية، وقد تكررت عينة الدراسة.
من 7000 طالب وطالبة من طلاب الجامعات العربية، على أن تمثل العينة أكثر من جامعة في كل قطر، ويتسم أفرادها أكثر من كلية، وأكثر من تخصص، ومن فرق دراسة مختلفة، واستخدم الباحث مقياس جامعة الكويت للقلق، وكشفت الدراسة عن ارتفاع معدلات القلق عامة، وجود فروق ولكنها غير دالة بين الذكور والإناث، بينما وجد الباحث وردًا تفوقًا في من متوسطات الطلاب ومتوسطات الطالبات لصالح الإناث في 11 بلدًا عربيًا.

قائمة محمود منيرة (2002) بدراسة عن صورة المستقبل العربي لدى خريجي الجامعات المصرية، وذلك من خلال تحليل مضمن إجابات العينة المستخدمة، وتوصيل إلى اتصاف الشباب بأحاسية التفكير وغلبة التشاو ووجود تداخل بين الأدبيات المستقلة والتوافق، وأنهم يشعرون بأن الخلاص يعتمد على الصدفة أو القدر.

قائمة محمود منيرة (2002) بدراسة لقلق المستقبل في علاقة بعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، وقد تكونت العينة من 600 طالب وطالبة من تخصصات أدبية وعملية ومن الذكور والإناث بكلية جامعة المنصورة، واستخدم الباحث مقياسًا لقلق المستقبل من إعداده، وأظهرت النتائج أن قلق المستقبل له تأثير على التوافق الدراسي لطلاب الجامعة، وأن الذكور أعلى قليلاً من الإناث، وأن طلاب الشعب الأدبية أكثر قليلاً من المستقبل من الشعب العلمية، وأن مستوى القلق يزداد مع التقدم في الفترات الدراسية.

2- دراسات خاصة بالضغط النفسي لدى العاملين: هدفت دراسة عبد الرحمن الطريري (1991) إلى تعرف المؤشرات السلوكية الدالة على مستوى الضغط النفسي من خلال بعض المتغيرات، وقد تكونت عينة الدراسة من 81 شخصًا في وظائف مماثلة كمدربين واقتصاديين تنفيذيين وموظفي خطوط الطيران ورجال الأمن ومن مستويات تعليمية مختلفة، وعازب ومترجح. وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في المؤشرات السلوكية الدالة على الضغط النفسي ومتغيرات عدما اختلاف التعبيرات السلوكية عن الضغط النفسي بين العازب والمتزوجين، إلا أن هناك تفسيراً ذا دالة بين متغيري النوع والحالة الاجتماعية عبر المستويات المختلفة للمتغيرين، كما أن الدراسة أظهرت تشابها في التعبير عن الضغط النفسي لدى أصحاب الوظائف المختلفة.

قام دافيد فونتانا ورضا أبو سريع (1993) بدراسة لمستويات Fontana & Abouerise الضغط، وعوامل الشخصية لدى عينة من المعلمين والمعلمات، وقد أظهرت النتائج أن 73.9% من المعلمين يعانون من مستوى متوسط من الضغط، بينما يعاني 23% من المعلمين من مستوى ضغط مرتفع، كما لم تظهر النتائج وجود فروق دالة لتأثير النوع على مستوى الضغط النفسي.
وقام محمد بخيت (1994) بدراسة للضغط النفسي والرضا الوظيفي لدى عينة من محترفي الموسيقى في كلية الفنون. وقد تكونت عينة الدراسة من 275 معلماً ومعلمة، تتراوح أعمارهم بين 26-56 سنة. وقد استخدم الباحث في دراسته عدة أدوات من بينها مقياس الضغط النفسي، وقد ظهر من النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مقياس الضغط النفسي، وبين تعاطي المنشطات، وتقليل العادات والقدرة على إقامة علاقات ودية، كما كانت الدراسة عدد وجود فروق بين المعلمين والمعلمات في الدرجة الكلية للشعور بالضغط النفسي.


وهناك دراسة أخرى تناولت فيها العلاقة بين الضغوط المهنية من جانب والاضطرابات النفسية من جانب آخر، وذلك لدى المعلمين الكوبيتين وغيرهم. وقد تكونت عينة الدراسة من 456 معلماً ومربيًا، وظاهر من النتائج أن المعلمين الذين اليوم ضغط المهنية، وانتظاراً تأثير الضغط المهنية، وتقدير السبب الضغط المهنية، وتقدير السبب الضغط المهني، وتقدير السبب الضغط المهني، وتقدير السبب الضغط المهني. وتأتي عودة المشعشع (2020) اهتمامه بالبحث حيث قام بدراسة لجنة تتناول فيها الضغوط لدى الموظفين، وذلك على عينة قوامها 284 من الكوبيتين وغير الكوبيتين في القطاع الحكومي.
وتبين من نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الجنسية، كما تبين أن الموظفات أكثر تعرضاً للضغوط من الموظفين.

وقام الباحث نفسه (2003) بدراسة رابعة هدف فيها التعرف على مصادر ضغوط العمل لدى المدرسين الكويتيين والمصريين في المدارس الثانوية بدولة الكويت، وتقونت العينة من 400 مدرسة ومدرس كويتي ومصري ومن المتزوجين وغير المتزوجين، واستخدم الباحث مقاييساً من تعرفه. وقد أظهرت النتائج أن الإناث أعلى شعوراً بالضغط من الذكور، ولا توجد فروق بين المتزوجين وغير المتزوجين، ولا توجد فروق بين الكويتيين والمصريين في أي من المتغيرات موضوع الدراسة.

وهدف عباس العزبي (2004) إلى التعرف على علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين بالمرور بمدينة الرياض، وتقونت عينة الدراسة من عدد 150 موظفاً من العاملين في المرور بمدينة الرياض وقد استخدم الباحث المنهج السمحي الوصفي التحليلي، مستخدماً في ذلك أدوات من بينها مقاييساً للضغط النفسية من إعداده. وظهرت نتائج الدراسة ارتباط الضغوط النفسية بعدم وجود فرص للتربة والتطوير، أو عدم التقدير المادي أو المعنوي، وعدم الزوجي، وعدم كفاءة المراقبة، وإدراک المكاتب بموضوعية. ووجد تأثيراً دالاً إحصائياً لمتغيرات السن، والخبرة، والتحديات الاجتماعية، وطبيعة العمل ومفهوم الذات في الضغوط النفسية لدى العاملين.

وحاول عمر النعاس (2005) دراسة العلاقة بين الضغوط المهنية والصحة النفسية لدى العاملين بالشركة العامة للكهرباء بمدينة مصريات، وتحديد طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية وبعض العوامل الديموغرافية: مثل سنوات الخبرة والمستوى التعليمي والوضع الوظيفي، وتقون عينة الدراسة من عدد 250 فردًا بنسبة 80% من مجتمع البحث، واستخدم الباحث مقاييساً للضغط المهنية وأخر للصحة النفسية، ووصل الباحث إلى نتائج من أهمها: وجود تأثير دال إحصائياً للشعور بالاستقرار الوظيفي على الضغوط المهنية لدى المشاركين على مؤهلات أثيراً بالمقارنة بالتدريب المهني، ولم توجد علاقة ذات دالة بين الضغوط المهنية والصحة النفسية.

وهدفت دراسة عبد الله السماري (2006) إلى التعرف على مستوى التوافق المهني وعلاقته بضغط العمل ومستواه في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: الحالة الاجتماعية، ونوع السكن، ومكان العمل لدى العاملين بقوائم الطوارئ الخاصة بالسعودية، وقد نكرت العينة من 391، وتم تطبيق استبانة تتضمن ثلاث محاور الأول للمعلومات الشخصية والثاني لقياس التوافق المهني، والثالث لقياس ضغط العمل. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التوافق المهني أقل من المتوسط، وانخفاض مستوى الرضا الوظيفي، وكان مستوى الضغوط في حدود المتوسط.
مع وجود علاقة بين أبعاد التوافق المهني ومصادر ضغط العمل، ويتبنى وجود علاقة عكسية بين ضغط العمل والعمر وعدد سنوات الخدمة.

واحده هيئة السباعي (2002) بالتعرف على مستوى ضغوط العمل التي يتعذر لها أفراد عينة الدراسة، أمام المصادر المشتركة لذلك الضغوط، والتنبؤ في مستوى ضغوط العمل، وفقاً لمتغيرات الإنجاز، ونوع الخدمة، وتوزيع الوظيفة، وكذلك التعرف على أهم الاستراتيجيات المستخدمة في مواجهة ضغوط العمل، وقد تراقت عينة الدراسة من 958 موظفة (

(دارية، وفنية). وتوصلت الباحثة إلى نتائج عدة من أهمها أن تختلف مستوى ضغوط العمل لدى الموظفات بصورة عامة. إلا أن أهمها بحسب الترتيب التنازلي هو محدودية فرص التطور والترقي الوظيفي، وعهد العمل، وعدم المشاركة في اتخاذ قرارات العمل، وظروف بيئة العمل، وصراع الدور، وغموض الدور، كما تبين وجود أثر إحصائي دال لمتغير السن لصالح الأصغر سنًا، وأن آثار إحصائي دال لمتغير التعليم لصالح أعلى تعليمًا بالإضافة إلى أن إحصائي دال لصحة الخدمة لصالح الأقل خبرة.

- دراسات خاصة بقلق المستقبلي في علاقته بالضغط:

قام ميناكشي تيكو (1994) برئاسة لـ42 أسرة من ولاية كرشان تم تهجيرهم لأسباب سياسية وWebDriver. وقد تعرضت هذه الأسر لضغوط واضطهاد هدد شعورهم بالانتماء والمكانة. وقد استخدم الباحث عدة مقاييس عامة ببعضها مقياس القلق، وأخيرًا للالكتاب وقد أظهر أنها على مجموعة مقاييس معاناتهم من عدة أعراض أساسية من بينهم القلق من المستقبل والالكتاب.

واحده سلوى عبد الباقي (1998) برئاسة لـ42 أسرة من طلاب جامعية حنان، ورثاء عينة الدراسة من 93 طالبة وطالبة من كلية وتعاليمات مختلفة، واستخدمت الباحثة مقياس لثقافة من إعدادها. وقد أظهرت النتائج أن شعور بالوحدة ونقص الثقة بالنفس يميز قلق الماضى وقلق الحاضر، وأن فقدان موضوع الحب شائع بين الماضي والحاضر والمستقبل، وأن قلق المستقبلي تميز بوعاء نوعية وهي اليأس وسوء الحظ والتشاؤم، ولم توجد فروق في القلق بسبب النوع، وأن طلاب الأقسام العلمية أشد قلقاً من التخصصات الأخرى. وقد أظهر تحليل استجابات المبادئ المفتوحة لمشكلات المستقبلي، بالمستقبل تحت الأهداف الأولى (التحسن على عمل، السباعي، نجاح المستقبل، نجاح سوء الحظ) وقام قليلن (2000) برئاسة عينة 288 أسرة وأحداث الحياة الضاغطة على التوجه نحو المستقبل، وذلك على عينة قوامها 81 طالباً جامعيًا، واستخدمت عدة أدوات لقياس التصور المستقبلي، والتفكير والتشاؤم، والقدرة على الصبر، والمشكلات السلوكية، بالإضافة
إلى قائمة بيانات ديموغرافية، وقد أظهرت النتائج أن الصدمات والضغوط ليست لها تأثير دال على مستوى التوجه المستقبلي لدى عينة الدراسة.

واعتمد عبد المنعم (2004) بدراسة التفاعل، والتشاؤم وارتياحه إدارة ضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من 319 طالباً وطالبة، بمتوسط عمر 21 سنة، طلاب جامعة الكويت، واستخدم الباحث عدة أدوات من بينها القائمة العربية للتتفاعل والتشاؤم، وعداد أحمد عبد الخالق 1987، ومقاييس ضغوط أحداث الحياة تعريض الباحث وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فرق جواهرية بين الذكور والإناث في التفاعل، حيث كان الذكور أكثر تفاعلًا من الإناث، بينما لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التفاعل أو ضغوط الحياة.

وتناولت أن كونلي (2001) في دراستها طبيعة العلاقة بين الصدمة (كحدث ضاغط) والتوجه المستقبلي وبعض سلوكيات المراهقين لتفهم التأثير النفسي والعاطفي لهما، وتكونت عينة الدراسة من 311 مراهقًا من سن من 11 إلى 18 سنة، وعما أنظرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة بين أعراض الصدمة والتوجه المستقبلي، وخلصت الدراسة إلى أن التوجه المستقبلي يشكل حماية من السلوكيات المشتركة والعناوين.

وقدت دراسة يوسف أبو حمدان ومحمد الغزاوي (2001) إلى معرفة كيفية تطور الضغوط النفسية عبر الأعداد الزمنية المختلفة (المضي، الحاضر، المستقبل) وأثر النوع، والحالة الاقتصادية، والحالة الاجتماعية لدى المعلمين الذين يتلقون صدمة مؤثرة، وقد تكونت عينة الدراسة من 179 معلماً ومعلمة، منهم 96 معلماً، و 80 معلمة منهم يدرسون في جامعة مؤهله، واستخدم الباحثان أداة من إعدادهما تحتوي على الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الضغوط وتطورها في الماضي والحاضر والمستقبل، وأشارت النتائج إلى أن متوسط الضغوط في الماضي ينخفض بصورة دالة عن ضغوط الحاضر، أما متوسط الضغوط المتوقعة في المستقبل فقد وجد أنه أعلى من المتوسط الفردي ومن متوسط الحاضر ومتواضع الماضي. كما أظهرت النتائج أن الوضع الاقتصادي هو العامل الوحيد المؤثر في ضغوط الماضي، وبشكلية التنبؤ بالضغط المستقبلي.

واعتمد أوبرار وأخرون (2002) بدراسة لمصادر الضغوط والمواجهة والرفاهية النفسية، وتفشح العلاقة بين حلق المستقبل والضغط النفسي والاقتصادية والاسترخاء النفسية. وذلك لدى عينة ترجمًا 232 طالباً وطالبة بكليات عملية وأخرى نظرية، تتراوح أعمارهم الزمنية بين 17-32 سنة، واستخدم الباحثون عدة أدوات من بينها مقياس لقلق المستقبل، وأخسر للضغط النفسية، وقد ظهر من النتائج أن حلق المستقبلي والمشكلات الاقتصادية من أهم أسباب الضغط النفسية.
وقد إبراهيم بد (2003) دراسة تهدف لتعرف العلاقة بين نقص توجه الشاب نحو المستقبل (فقدان الشاب للأمل في المستقبل) ومعاناته من بعض الاضطرابات (الاكتئاب والاغتراب والضغط النفسي) وذلك على عينة قوامها 108 طالباً وطالبة في عمر بين 20-22 سنة. واستخدمت مجموعة من الأدوات، ومن أهم ما أظهرته النتائج أن نسبة 65.2% من أفراد العينة يعانون من نقص التوجه نحو المستقبل. كما أظهرت وجود علاقة إيجابية دالة بين نقص التوجه نحو المستقبل والضغط النفسي لدى الجنسين، ووجدت فروق وإن كانت غير دالة في مستوى الضغط النفسي لصالح الذكور.

وفي دراسة عبر حضارية مقارنة اهتم إبراهيم بد (2003) بمقارنة مستويات التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي المصري والسعودي وذلك على عينة تكمن من 800 طالب مصري وسعودي، ذكور وإناث من طالب الفرقتين الثلاثة والرابعة بالمرحلة الجامعية. وقد تم صناعة النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى التوجه نحو المستقبل بين المصريين والسعوديين (عينة الذكور والإناث). بينما انخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الذكور في العينة المصرية مقارنة به عند الإناث المصريات، كما انخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الإناث في العينة السعودية مقارنة به عند الذكور السعوديين. ولم توجد فروق في مستوى الشعور بالضغوط بين العينتين المصرية والعينية السعودية، بينما كان الذكور المصريين أعلى شعوراً بالضغط من السعوديين، والإناث السعوديات أعلى شعوراً بالضغط من المصريات.


وقالت هدى جعفر (2006) بدراسة التفاوت والتشابه وعلاقتها بضغط العمل والرضي عن العمل لدى عينة من الموظفين والموظفات الكويتيين، وقررت عينة الدراسة من 312 مس الموظفين والموظفات الذين تتراوح أعمارهم بين 20-60 سنة، وتركزت نسبة 82% من أفراد العينة في الفئة العمرية من 30 إلى 39 سنة، وقد استخدمت الدراسة مقاييس للتفاعل والتشابه، ومقياساً آخر للضغط، ونالت النتائج ان الكتلة العاملة ساهمت ضغوط العمل، بينما لم يظهر ارتباطاً داخلي بين التشان وضغط العمل.

تقييم على الدراسات السابقة:

تشير مراجعة البحوث والدراسات السابقة التي أجريت حول متغيرات الدراسة الحالية إلى كثرة البحوث في مجال فقه المستقبل والضغط النفسي بشكل عام أو ضغوط العمل من حيث بيئة


والنسوي الاجتماعي الاقتصادي، كما استفاد الباحثان من النتائج عند صياغة فروض البحث الحالية.

• فروض البحث:

وفي ضوء ما اقتُبِسَت إليه نتائج البحوث والدراسات السابقة التي أجريت حول متغيرات الدراسة الحالية، واسباب الإشارة إليها تفصيلاً في سياق عرض البحوث والدراسات السابقة، يضع الباحثان دراسةهما الحالية سبعة فروض مؤداها:

1- توجد علاقة إيجابية موجبة ونَدَاة إحصائيًا بين مستوى الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى العاملين.

2- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات مجموعي الذكور والإناث من العاملين على مقياس قلق المستقبلي المستخدم.

3- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات مجموعي الذكور والإناث من العاملين على مقياس الضغوط النفسية المستخدم.

4- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة من العاملين الدائمين والمثليين حول المواقف على مقياس قلق المستقبلي المستخدم.

5- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد العينة من العاملين الدائمين والمثليين المواقف على مقياس الضغط النفسية لصالح المجموعة الأخرى.

6- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجات العاملين في (التعليم–الحكومة–القطاع الخاص) في القطاعات المستحدثة (الخصائصية) على مقياس قلق المستقبلي المستخدم.

7- لا توجد فروق ذات دالة إحصائياً بين درجات العاملين في (التعليم–الحكومة–القطاع العام) في القطاعات المستحدثة (الخصائصية) على مقياس الضغط النفسية المستخدم.

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي نظراً لملاءمة هذا المنهج لطبيعة مشكلة الدراسة وفرضتها الموضوعية.

عينة البحث:

تعدت شروط اختيار العينة فيما يلي: يتراوح عمر أفراد العينة بين 28-45 عاماً، وهم من المتزوجين والمتزوجات، ولهما أولاد، وأعداد مكافئة من الحاضرين على الثانوية العامة أو ما قبل مستوىها أدرسون بجامعة، وهم العاملين والمتزوجين بمحافظة الشرقية.

وقد تكونت عينة البحث الكلية من كل من:
• عينة الدراسة الاستطلاعية:
قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية بهدف تعرف ملاءمة مقياس قلق المستقبل لعينة البحث، وتعريف الخصائص السكوبستريا لمقياس الضغوط النفسية، ومن ثم اختراع عينة قامهما.

200 عاملاً وعاملة متطوع، بالتعليم والحكومة والقطاع العام والقطاع الخصوصي التقليدي، والتخصص الخاص المستخدم (أحصائية)، بحيث يتم اتباع عينة البحث الأساسية في العمر، والهالة الاجتماعية، ووجود أبناء، والمؤهلات الدراسية، وطبيعة العمل، و مجال العمل.

• عينة الدراسة الأساسية:
تمثلت في صورتها النهائية وقوامها 400 عاملاً وعاملة بعد استبعاد قرابة 200 استمارة، بحث
لم نتمكن عليهم شروط اختيار العينة، أو لم يستسلموا الاختبارات أو البيانات، أو لتحقيق الكفاءة بين عدد أفراد العينة من حيث المؤهل الدراسي، النوع، أو طبيعة العمل، ومجاله.

ويمضح جدول (1) مصادر استناد المجموعات الفرعية المتضمنة في البحث، وعدد الأفراد الذين اختبروا من كل مصدر، وطبيعة العمل، ومجاله.

<table>
<thead>
<tr>
<th>جملة</th>
<th>عاملات</th>
<th>عاملون</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>دائمين</td>
<td>مؤقتين</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>دامين</td>
<td>مؤقتين</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>مدرسة البنين المسلمين</td>
<td>التعليم</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>أحمد حسين الجبالي</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>مجلس مدينة فدرس</td>
<td>الحكمة</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>الادارة الصحية بالخازم</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>عابد بابي</td>
<td>قطاع عام</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>غزل ونسيج الزفاف</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>عدة شركات خاصة</td>
<td>قطاع خاص مستحدث</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>شركة عمر أفندي</td>
<td>خصخصة</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>جملة</td>
<td>400</td>
<td>100</td>
</tr>
</tbody>
</table>

مجرسة العينة:

من حيث العمر الزمني:

تتراوح أعمار عينة الدراسة بين 39-55 سنة بمتوسط عمر 40.9، وانحراف معياري قدره 6.2، وللتحقق من تجانس العينة تم إجراء تحليل التباين آحادي الإتجاه، الذي يتضح منه أن قيم (F) غير دالة، مما يعني تجانس مجموعات الدراسة (الشريان المهني المختلفة) في العمر الزمني، جدول (2).
- من حيث المستوى الاجتماعي الاقتصادي:

قد الباحثان باختصار أن الناس من ذوي المستوى الاجتماعي الاقتصادي المتناظر في القطاعات المختلفة. وتعتبر من جوانب مجموعات العينة تم إجراء تحليل التباين اعتمادي الإنتاج الذي يتضح منه أن قيم (ف) غير دالة، مما يعني تجاه مجموعات الدراسة (الأنشطة المهنية المختلفة) في المستوى الاجتماعي الاقتصادي. جدول (2).

جدول (2) تحليل التباين أحادي الاتجاه بين درجات العمالين تبعاً للعمر الزمني والمستوى الاجتماعي الاقتصادي

<table>
<thead>
<tr>
<th>الدالة</th>
<th>ادف</th>
<th>متوسط المربعات</th>
<th>مجموع المربعات</th>
<th>العدد</th>
<th>الفرامل الضيفالي</th>
<th>الفرامل الضيفالي</th>
<th>الفرامل الضيفالي</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

المؤدات المستخدمة:
1- مقياس قلق المستقبل (سميرة شنيد، 2002).
2- مقياس الضغوط النفسية للمعلمين. إعداد الباحثين.
3- مقياس مستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة (عبد العزيز الشقير، 2006).

أولاً: مقياس قلق المستقبل (سميرة شنيد، 2002)

وصف المقياس:

6- قامت عدة المرادات مقياس بحساب صدق المقياس بعض طرقي من بينها الصدق العام والذي أصغر
عن ثلاث عوامل هي (ثقة المستقبل تجاه العالم، تجاه الذات، وتجاه الأسرة).

وتلفيق عمليات مقياسات استخدمت البديلة عدة طرق، وكان مفاصل القياسات الدالة. عدد سنة 2006. وقد أظهرت الدراسة الاستقصائية صلاحية التفتيش على عينة البحث، ناجحة، من التغيير في بندين فقط، وهما: النتائج الأول: ألا تزود من أحب إلى أعد أحب مع من أحب.
والبنين الثاني: أن أزرق بأبناء إلى أن يكون أحدن ذائعين. وذلك لأن عينة الدراسة الحالية من المتموزين ولديهم أبناء.

إعداد الباحثين:

ثانيهما: قياس الضغوط النفسية للعاملين:

قام الباحثين بالإبلاغ على الإطار النظري والدراسات السابقة المرتبطة بالضغط النفسية، بالإضافة إلى المقاييس المستخدمة في هذا المجال، ومن المقايس التي أعتمدت عليها الباحثان:


إعداد المقياس في صورته الأولية:

تم إعداد نتائج المقياس وأبعاده المفترضة في ضوء الاستفادة من الأطر النظرية والمقاييس السابقة وقد بلغ عدد عبارات المقياس في صورته الأولية (75) عبارة، تنتمي إلى خمسة مجالات من الضغوط وهي (الضغط النفسية، الضغوط المهنية، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الصحية، والضغط العام).

الصق الظاهري (المتطرف):

استخدم الباحثان أسلوب التحكم استيفاء هذا النوع من الصدق، حيث تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين، والتي تضمنت مجموعة من أساتذة علم النفس والتربيه والصحة النفسية في كليات الآداب، التربية، وقد طلب من السادة المحكمين الآتي:

- الحكم على دقة وتسامح العبارات وسلامة اللغة، ومدى إنتاج كل عبارة للبعد المدرجة عليه، واتجاه العبارة (الإيجابية - السلبية)، و مدى مصداقية العبارات في قياس الهدف الذي أعدت من أجله، ودقة أو إضافة عبارات تحقق إثراء المقياس.

ويجدر ملاحظة أن الباحثان قاما بتقديم مجالات الضغوط تحدياً إجرائياً لاستطالة رأي المحكمين وذلك بناء على الأطر النظرية المتعلقة بالضغط، كما يلي:

- الضغوط الأسرية: هي تلك الأحداث السيئة أو السعيدة التي تحدث في الأسرة وتؤثر في الشخص تأثيراً سلبياً، وتؤدي إلى نفس قدرة الفرد على الوفاء بهما دوره بوصفه رب أسرة ومسئول عن توفير الرعاية الاجتماعية والاقتصادية والصحية والنفسية لها.

بتوجه الباحثان بالشكر والعرفان للسادة محكمي مقياس الضغوط النفسية، وهم: أحمد زهران، د. نبيل حافظ، د. محمد بومي خليل، د. محمد عبد المجيد، هي هانم عبد المجيد، أحمد هشام إبراهيم.
الضغط المهنيّة: هي تلك المعاناة التي يشعر بها العامل وتؤدي إلى عدم رضا عن عمله. وذلك لعدم إشباع حاجاته المادّية والنفسية، مما يؤدي إلى شعوره بالتوتر، كما تضنيه مجهوده أو أن طبيعة عمله مرهقة ولا تحقق طموحاته.

الضغط الديمائيّة: هو الشعور السلبي الناجم عن عدم قدرة الفرد على تلبية الاحتياجات المادية لأسرته، نتيجة لنقص الموارد المادية أو التعطل عن العمل، مما يجعل الفرد يشعر بالقلق والاضطراب.

الضغط الصحيّة: هي تلك المواقف أو الأحداث التي تعرق الفرد عن استخدام الكامل لقدراته.

نتيجة للمرض الجمديّ أو النفسي.

الضغط العناية: هي معاناة عامة تؤدي إلى تقلّب قدرة الفرد على التوافق، فقد تكون نتيجة لاضطراب العلاقات الاجتماعيّة، وضعف وسائل الإعلام، وارتفاع مستوي تطلّعات الفرد أو أسرته، إضافة إلى ضغوط الوقت، والمعاناة من البيئة المحيطة، مثل الشروط، الزحام، وسائل التواصل والمواصلات. وتأثير هذه الضغوط على الحالة الجمديّة أو الإنتاجية أو النفسية التي تظهر على الفرد.

وفي ضوء تحليل استجابات السادة المحكمين تبين أن بنود المعاقس بصفة عامة واضحة، وروعي تحديد بعض البند غير الواضح من حيث الصياغة، كما حذفت بعض العبارات التي لم تحظ بسمية اتفاق أكثر من 90% كما رأى بعض السادة المحكمين تقديم بعد الضغوط العامة إلى الضغوط البيئية والمجتمعية، وضعف الوقت، وتأثير الضغوط.

ومن تم تميز البناء هذه اللبيزة فيما يلي:

الضغط البيئية والمجتمعية: هي معاناة عامة تؤدي إلى تقلّب قدرة الفرد على التوافق، قد تكون نتيجة لاضطراب العلاقات الاجتماعيّة، وضعف وسائل الإعلام، ومستوي تطلّعات الفرد، والمعاناة من البيئة المحيطة، مثل الشروط، الزحام، وسائل التواصل والمواصلات.

ضغط الوقت: هي معاناة الفرد من عدم قدرته على إنجاز المهام المنوط بها لفترة طويلة.

تأثير الضغوط: هي الأثار الجمديّة والانتقاليّة النفسية التي تظهر على الفرد نتيجة كثرة تعرضه للضغوط.

وبعد نتائج أكثر من الأسئلة المحكمين أصبحت المعاقس في صورة النهاية مكادا من بيع.

أبعد، وكان بعد قياس 10 عبارة، وبذلك يكون التوافق على 70 عبارة.

دراسة الاستطلاعية على عينة ممثلة لتعليم مدرسة ملائمة المعاقس:

بسبب الإشارة إلى إجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها 2000 عامل تشتهر خصائصها مع نقصات العينة الأساسية، بهدف التأكد من صلاحية المعاقس.
وقد تم اختبار صدق المقياس بعدها طريقة: 

- الصدق الظاهري (المنطقية): 

تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين، الذين بلغ عددهم اثني عشر. 

- استادا يتمتع بخصائص صرامة (عدم النقاء، ونفاذة الأشعة، والتقدير). وقد قام الباحثان بالإبقاء على العبارات التي حظيت بنسبة اتفاق أكثر من 90% في مقياس الضغوط النفسية. 

حساب قدرة المقياس على التمييز: 

تعطي هذه الخطة مؤشرًا لصدق المقياس، حيث تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة الإستحلالية وقتماها 200 عامل، وتم ترتيب درجاتهم تنازليا، بعرض ترتيب درجات الأقوى، ودرجات الضعف في الميزان، وذلك لحساب الفرق إحصائيًا بين درجات الإرباعي الأعلى للحاصلين على أعلى الدرجات على الدرجة الكلية، ودرجات الإرباعي الأدنى للحاصلين على أقل الدرجات على الدرجة الكلية إليها، وذلك باستخدام اختبار تك. لدالة الفوتو كما يتضح من جدول: 

جدول 3) دالة الفوتو بين الإرباعيين الأعلى والأدنى على مقياس الضغوط النفسية 

<table>
<thead>
<tr>
<th>مستوى الدلالة</th>
<th>ترقيم الدرجة</th>
<th>منخفضة الدرجات (1 - 12)</th>
<th>مرتفع الدرجات (13 - 10)</th>
<th>الاعصاب</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>2001</td>
<td></td>
<td>28.8, 50</td>
<td>2,88</td>
<td>23.1</td>
</tr>
<tr>
<td>2002</td>
<td></td>
<td>11.4, 78</td>
<td>14.7, 86</td>
<td>41.8</td>
</tr>
<tr>
<td>2003</td>
<td></td>
<td>34.83</td>
<td>10.8</td>
<td>32.7</td>
</tr>
<tr>
<td>2004</td>
<td></td>
<td>24.71</td>
<td>12.8</td>
<td>44.7</td>
</tr>
<tr>
<td>2005</td>
<td></td>
<td>10.4</td>
<td>12.8</td>
<td>12.4</td>
</tr>
<tr>
<td>2006</td>
<td></td>
<td>15.6</td>
<td>1,5</td>
<td>11.5</td>
</tr>
<tr>
<td>2007</td>
<td></td>
<td>14.6</td>
<td>33.6</td>
<td>24.7</td>
</tr>
<tr>
<td>2008</td>
<td></td>
<td>16.9</td>
<td>13.6</td>
<td>44.3</td>
</tr>
<tr>
<td>2009</td>
<td></td>
<td>18.6</td>
<td>2.7</td>
<td>12.4</td>
</tr>
<tr>
<td>2010</td>
<td></td>
<td>24.1</td>
<td>14.8</td>
<td>24.7</td>
</tr>
<tr>
<td>2011</td>
<td></td>
<td>33.1</td>
<td>12.8</td>
<td>24.7</td>
</tr>
</tbody>
</table>

بتحصل من جدول (3) يوجد فوتو دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأفراد بين الإرباعيين الأعلى والأدنى على جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية للمقياس، مما يدل على قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد. وتمت هذه الدراسة بمواد قسم الزكاة، حيث تم تحليل الصناعات kịpية للمقياس الجيد.

نوات المقياس: تم حساب نوات المقياس بطريقة:  

- Test- retest method: 

أجري المقياس على عينة الدراسة الاستحلالية البالغة 200 مفردة، ثم أجري التطبيق مرة أخرى بفواصل زمنية أكثر من خمسة عشر يومًا، وتم استخدام الدرجات الخمسة لحساب معاصر.
الاتباق بين التصفيق، وقد أسفر هذا الإجراء عن معاملات ثبات دالة عند 0.001 (جدول 1).

**طريقة التجزئة النصفية:**

تتم حساب النتائج بطريقة التجزئة النصفية وذلك باستخدام بيانات نفس عينة الدالة الاستطلاعية (100 م_OK) مع معاملات ثبات المقاييس مع التحدي مع أثر التجزئة النصفية بمعدلات سيرمان.

جداول (4) معاملات ثبات مقياس الضغوط النفسية للعاملين

<table>
<thead>
<tr>
<th>الثبات بطريقة التجزئة النصفية</th>
<th>معاملات الثبات بطريقة إعادة الاختبار</th>
<th>الأحاسيس</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

- حساب تجانس مكونات المقاييس:

قام الباحثان بحساب قيمة معامل الاتباق بين درجات كل عبارة والتبع الذي تنتمي إليه العبارة كما بالجدول رقم (5).

جداول (5) معاملات الإتساق الداخلي لمقياسات مقياس الضغوط النفسية

<table>
<thead>
<tr>
<th>المفردة</th>
<th>البعد الأول</th>
<th>البعد الثالث</th>
<th>البعد الثاني</th>
<th>البعد ثالث</th>
<th>البعد الخامس</th>
<th>البعد السادس</th>
<th>البعد السابع</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

*الذين يشيرون إلى القيم.*
يوضح من جدول (1) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بين درجات كل عبارة عن الدرجة الكلية لكل عدد تتمي إلى، وكذلك بين درجات كل بعد من أعداد المقاس والمجموع الكلي للدرجات الأمر الذي يشير إلى تماشى المقاس وتجانس محتوائه.

- طريقة التطبيق والتصحيح للمقياس:

يتكون المقاس الحالي من سبعة أعداد أساسية، كل بعد يتضمن 10 عبارات، وتصحيح جميعها بإعطاء ثلاث درجات في حالة الإجابة (تنطبق غالباً) وإعطاء درجتان عند الإجابة (تنطبق أحياناً) وبعده درجة واحدة عند الإجابة (تنطبق نادراً) في حالة العبارات الإجابية.

وتعكس طريقة توزيع الدرجات في حالة العبارات السلبية، وتتراوح درجات المقاس بين 10 و 70، وتعرض الدرجة المرتفعة عن زيادة إدراك الضغوط النفسية، بينما تمثل الدرجة المنخفضة عن انخفاض إدراك هذه الضغوط.

3- مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة. (عبد العزيز الشخصي، 2000)


نتائج البحث:

1- نتائج الفرض الأول:

ينصح هذا الفرض على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مستوى الضغوط النفسية وثق الفرد لدى العاملين، وفي سعي الباحثين للتحقق من صحة هذا الفرض أو بطلانه، استخدم أسلوب معاملات ارتباط "بيكسون" للوقوف على طبيعة العلاقة بين الدرجات التي حصل عليها فراد العينة على مقاس قلق المستوى والدرجات التي حصل عليها فراد العينة نفس الاعلى لقياس الضغوط النفسية، وبناءً على جدول (1) ما توصل إليه الباحثان من نتائج في هذا الصدد:
|- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **الدرجة الثانية** | **قلق المستقبلي نحو الأسرة** | **قلق المستقبلي نحو الذات** | **قلق المستقبلي نحو العالم** | **ضغط النفس** |
| ضغط النفس الاسترليني | 0.913 | 0.843 | 0.841 | 0.843 |
| ضغط النفس المهنئ | 0.791 | 0.741 | 0.735 | 0.732 |
| ضغط النفس الاقتصادي | 0.798 | 0.750 | 0.743 | 0.736 |
| ضغط النفس الاجتماعي | 0.763 | 0.715 | 0.712 | 0.706 |
| ضغط الوقت | 0.816 | 0.776 | 0.772 | 0.765 |
| ضغط الوقت | 0.685 | 0.636 | 0.632 | 0.624 |
| ضغط التوقع | 0.771 | 0.720 | 0.717 | 0.710 |
| ضغط التوقع | 0.685 | 0.636 | 0.632 | 0.624 |
| ضغط الدرجة الكلية | 0.882 | 0.836 | 0.834 | 0.827 |

يتضح من جدول (1) وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات العاملين على مقياس قلق المستقبلي كأبعاد فرعية ودرجة كلية، ودرجات على مقياس الضغوط النفسية كأبعاد فرعية ودرجة كلية، حيث كانت قيم (١٠) موجبة ودالة على مستوى دالة ٠.٠٠٠، مما يؤكد وجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما.

- **نتائج الفرض الثاني:**

ينص هذا الفرض على أنه لا يوجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات مجموعي الذكور والإناث من العاملين على مقياس قلق المستقبلي المستخدم، وفي سعي الباحثين لتحقيقه من هذه الفرض أو بناءً عليه، استخدمنا اختبارات t-test لحساب الفروق بين متوسطي درجات مجموعي الذكور والإناث على مقياس قلق المستقبلي المستخدم. وبوضوح جدول (2) ما وصلنا إليه في هذا الصدد.

<table>
<thead>
<tr>
<th><strong>التالفة</strong></th>
<th><strong>النوع</strong></th>
<th><strong>نادي (٠-٠.٠)</strong></th>
<th><strong>نادي (٠.٠-٠.١)</strong></th>
<th><strong>نادي (٠.١-٠.٢)</strong></th>
<th><strong>نادي (٠.٢-٠.٣)</strong></th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td><strong>قلق المستقبلي نحو العالم</strong></td>
<td>0.518</td>
<td>0.450</td>
<td>0.400</td>
<td>0.340</td>
<td>0.280</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>قلق المستقبلي نحو الذات</strong></td>
<td>0.175</td>
<td>0.155</td>
<td>0.135</td>
<td>0.115</td>
<td>0.095</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>درجة الكلية</strong></td>
<td>0.9</td>
<td>0.85</td>
<td>0.80</td>
<td>0.75</td>
<td>0.70</td>
</tr>
</tbody>
</table>

يتضح من جدول (2) عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث من العاملين في قلق المستقبلي كأبعاد فرعية ودرجة كلية، حيث كانت قيم (١٠) على التوالي: (٠.٢١٨ ، ٠.٢١٨ ، ٠.١٧٩ ، ٠.١٧٩ ) في درجة قلق المستقبلي نحو العالم، ودرجة قلق المستقبلي نحو الذات، ودرجة قلق المستقبلي نحو الأسرة، والدرجة الكلية لقلق.
المستقبل، وهي جميعا غير ذات دلالة إحصائية عند أي مستوى دلالة، أي أن الفرض الثالث قد
تحقق كليا.

3 - نتائج الفرض الثالث:

ينص هذا الفرض على أنه لا توجد فروق دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعي
الذكور والإناث في انخفاض ضغوط النفسية المستخدمة.

وفي سعي الباحثين للتحقق من صحة هذا الفرض أو بطلانه، استخدموا اختبار "t".

لحساب الفروق بين متوسطي درجات مجموعي الذكور والإناث على مقياس الضغوط
 النفسية المستخدم، ووضوح جدول (8) ما توصلنا إليه في هذا الصدد.

جدول (8) قيمة "t" للفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية للعاملين

<table>
<thead>
<tr>
<th>النوع</th>
<th>الذكور (ن=180)</th>
<th>الإناث (ن=181)</th>
<th>t</th>
<th>&quot;t&quot; النصفي</th>
<th>&quot;t&quot; الأساسي</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>ضغوط الأسيرة</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>الضغوط المهنية</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>الضغوط الاجتماعية</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>الضغوط الصحية</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>الضغوط الجنسية</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>ضغط الوقت</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
<tr>
<td>تغير الضغوط</td>
<td>17.3</td>
<td>18.3</td>
<td>1.3</td>
<td>1.9</td>
<td>3.3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

يتضح من جدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات مجموعي
الذكور والإناث من العاملين في الضغوط النفسية كأبعاد فرعية وكدرجة كليا، حيث كانت قيم
(ت) كلها غير دالة عند أي مستوى دلالة أي أن الفرض الثالث قد تحقق كليا.

4 - نتائج الفرض الرابع:

ينص هذا الفرض على وجود فروق دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة من
العاملين الدائمين والعاملين المؤقتين على مقياس فرق المستقبل لصالح المجموعة الأخيرة.

وفي سعي الباحثين للتحقق من صحة هذا الفرض أو بطلانه، استخدموا اختبار "t".

لحساب الفروق بين متوسطي درجات مجموعي العاملين الدائمين والعاملين المؤقتين على
مقياس فرق المستقبل المستخدم، ووضوح جدول (9) ما توصلنا إليه في هذا الصدد.
بتكوين من جدول (1) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاعلمين الدائمين والموقتين على مقياس قلق المستقبلي، في قلق المستقبلي كأبعاد فرعية وكركلة كلية، حيث يتضح من قيم (ت) على درجة الأعداد الفرعية والدرجة الكلية لقلق المستقبلي، أنها جميعا دالة إحصائيا عند مستوى دلالة أعلى من 0.01 في اتجاه الاعلمين الموقتين، أي أن الاعلمين الموقتين أعلى في درجة القلق من المستقبلي من الاعلمين الدائمين، أي أن الفرض الرابع قد تحقق كلما.

- نتائج الفرض الخامس:

ويتص الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة من الاعلمين الدائمين والموقتين على مقياس الضغوط النفسية لصالح المجموعة الأخرى.

وفي سعي الباحثين للتحقق من صحة هذا الفرض أو بطلانه، استخدموا اختبار (T) لحساب الفروق بين متوسطي درجات مجموعتي الاعلمين الدائمين والموقتين على مقياس الضغوط النفسية المستخدم. ويوضح جدول (10) ما توصل إليه في هذا الصدد.

جدول (10) قيمة ت: لدلالات الفروق بين متوسطي درجات مجموعتي الاعلمين الدائمين والموقتين على مقياس الضغوط النفسية

<table>
<thead>
<tr>
<th>الدالة</th>
<th>ت</th>
<th>مؤمنين (ن=400)</th>
<th>دائمين (ن=400)</th>
<th>طبعة العمل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>م</td>
<td>م</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>1.142</td>
<td>0.01</td>
<td>17.9</td>
<td>16.9</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0.866</td>
<td>0.07</td>
<td>18.8</td>
<td>17.5</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

بتكوين من جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الاعلمين الدائمين والموقتين على مقياس الضغوط النفسية، ومعظم الأبعاد الفرعية، حيث
يُبين من قيم (ت) على الضغوط الأسرية، والضغط الاجتماعي، والضغط الاقتصادي، والضغط الصحي، والضغط البيئي والمجتمعية، أنها جبوع دالة إحصائياً عند مستوى دالة 0.01 في اتجاه الارتفاع للعاملين المؤقتين، بينما لا يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند أي مستوى بين متوسطي درجات مجموعي العاملين الدائمين والعاملين المؤقتين في الضغوط المهنية، وضغط الوقت، وتأثير الضغوط. مما يعني تحقيق الفرض الخامس جزئياً.

1- نتائج الفرض السادس:

وينص هذا الفرض على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات العاملين في (التعليم - الحكومة - القطاع العام - القطاع الخاص بنطاق ما) و (التعليم الخاص المستحدث - مقياس فلق المستقبل المستخدم)

وفي سعي الباحثين للتحقيق من صحة هذا الفرض أو نفيه، استخدموا أساليب تحليل التباين أحادي الاتجاه، ووضوح جدول (11) ما توصل إليه في هذا الصدد.

جدول (11) تحليل التباين الأحادي لدرجات العاملين على مقياس فلق المستقبل طبقاً لطبيعة العمل

<table>
<thead>
<tr>
<th>المستوى</th>
<th>عدد الدلاة</th>
<th>قيمة F</th>
<th>متوسط درجات الخبرة</th>
<th>مجموع المربعات الحرية</th>
<th>مصدر التباين</th>
<th>الأبعاد</th>
<th>F</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>2002</td>
<td>4691</td>
<td>90.254</td>
<td>324.365</td>
<td>80.236</td>
<td>بين المجموعات</td>
<td>3.47</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>80.236</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>الكلي</td>
<td>83.698</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>4882</td>
<td>98.22</td>
<td>394.39</td>
<td>84.81</td>
<td>بين المجموعات</td>
<td>3.62</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>84.81</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>الكلي</td>
<td>88.432</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>4837</td>
<td>180.88</td>
<td>355.13</td>
<td>70.24</td>
<td>بين المجموعات</td>
<td>3.24</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>70.24</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>الكلي</td>
<td>73.488</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1182</td>
<td>589.3</td>
<td>191.21</td>
<td>150.92</td>
<td>بين المجموعات</td>
<td>3.24</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>150.92</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td>الكلي</td>
<td>154.178</td>
<td>2</td>
</tr>
</tbody>
</table>

يتضح من جدول (11) أن قيم التباين الفائقة الخاصة بدرجة الكلية لمقياس فلق المستقبل

والعفادات التالية لدى العاملين بالقطاعات المختلفة في (التعليم - الحكومة - القطاع العام - القطاع الخاص بنطاق ما) و (التعليم الخاص المستحدث - مقياس فلق مستقبل المستخدم) تدل على عدم وجود تباين دلال على درجات العاملين وفقاً لطبيعة العمل، وفي سعيهما لتضمين وệuة دالة الفروق استخدمت الباحثان اختبار توكلي للمقارنات البدنية، ووضع جدول (12) ما توصل إليه في هذا الصدد.
جدول (12) دالة الفروق بين موسطات درجات العاملين على مقاييس فق المستقبلي باستخدام اختبار توكى

<table>
<thead>
<tr>
<th>الفرق المتوسطات والدلالاتها</th>
<th>المجموعات</th>
<th>الأعداد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>قبل</td>
<td>قبل المستقبلي</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>-before 50</td>
<td>before 50</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>80</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,588</td>
<td>17.48</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,550</td>
<td>18.51</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>-1,338</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2,013</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.975</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.325</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.263</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.288</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>80</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,45</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.75</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.995</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.250</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.260</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.325</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.263</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.288</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>80</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,588</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,550</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>-1,338</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>2,013</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.975</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.325</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.263</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.288</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>80</td>
<td>80</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1,45</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>1.75</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.995</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.250</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.260</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.325</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.263</td>
<td>14.74</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0.288</td>
<td>14.74</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**دالة إحصائية عند مستوى (10%)**

- يتبين من جدول (12) وجود فروق دالة إحصائياً بين م المتوسطات درجات كل من:
  - العاملين في القطاع الحكومي والعمالين في القطاع الخاص المستحدث (حصلت) على
    بعدى فق المستقبل نحو الأهمية نحو الأهمية وكذلك على الدرجة الكلية للمقياس، وذلك لصالح
    العاملين في القطاع الخاص المستحدث (حصلت).
  - العاملين في القطاع العام والعمالين في القطاع الخاص التقليدي على بعدى فق المستقبل
    نحو العالم، وذلك لصالح العاملين في القطاع العام.
- العاملين في القطاع العام والعاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) حديث
  الخصوصية على بعد قلقة المستقبل نحو الأسرة، وذلك لصالح العاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية).

- العاملين في القطاع الخاص التقليدي والمعتمدين على بعد قلقة المستقبل نحو العالم، وذلك لصالح المعلمين.

- العاملين في القطاع الخاص (التقليدي) وفي القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على بعد قلقة المستقبل نحو الأسرة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك لصالح العاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية).

- المعلمين والعاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على بعد قلقة المستقبل نحو الأسرة، وذلك لصالح العاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية).

7- نتائج الفرض السابق:

وينص هذا الفرض على عدم وجود فروق ذات دالة إحصائياً بين درجات العاملين في التعليم (الحكومة - القطاع العام - القطاع الخاص (التقليدي) - القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على مقياس الضغوط النفسية المستخدم.

وفي سعي الباحثين للتحقق من صحة هذا الفرض أو بطلانه، استخدما أساليب تحليل التباين أجاه الاختلاف، وبوضوح جدول (12) ما توصلنا إليه في هذا الصدد.
جدول (4) نتائج تحليل التباين الإحدي لدرجات العاملين على مقياس الضغوط طبقا للجالب العل

<table>
<thead>
<tr>
<th>مستوى الدالة</th>
<th>قيمة ف. من مجموعات السجائر</th>
<th>درجات حسب الحالة</th>
<th>مصدر التباين</th>
<th>الأبعاد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>117.911</td>
<td>279.418</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>1.424</td>
<td>3.777</td>
<td>الأمرية</td>
<td>114.611</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>14.214</td>
<td>1.004</td>
<td>الكل</td>
<td>91.328</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>152.255</td>
<td>288.411</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>4.028</td>
<td>22.074</td>
<td>المهنية</td>
<td>148.177</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>16.381</td>
<td>5.999</td>
<td>الكل</td>
<td>151.377</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>153.184</td>
<td>288.398</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>5.816</td>
<td>26.647</td>
<td>الاقتصادية</td>
<td>147.368</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>17.731</td>
<td>7.769</td>
<td>الكل</td>
<td>164.768</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>75.995</td>
<td>110.741</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>7.746</td>
<td>18.200</td>
<td>النشاط</td>
<td>68.245</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>9.761</td>
<td>7.777</td>
<td>الكل</td>
<td>77.537</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>153.416</td>
<td>328.246</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>5.025</td>
<td>32.051</td>
<td>البيئية</td>
<td>148.365</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>10.877</td>
<td>10.373</td>
<td>الكل</td>
<td>199.250</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>38.575</td>
<td>145.000</td>
<td>الضغوط</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>5.867</td>
<td>17.767</td>
<td>المجتمعية</td>
<td>26.588</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>9.846</td>
<td>7.777</td>
<td>الكل</td>
<td>17.623</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>168.898</td>
<td>102.248</td>
<td>الهدف</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>6.899</td>
<td>10.218</td>
<td>الضغوط</td>
<td>105.499</td>
</tr>
<tr>
<td>للمجتمع</td>
<td>8.798</td>
<td>7.777</td>
<td>الكل</td>
<td>16.575</td>
</tr>
<tr>
<td>بين المجموعات</td>
<td>108.026</td>
<td>10.248</td>
<td>الدرجة</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>داخل المجموعات</td>
<td>4.535</td>
<td>10.248</td>
<td>الكل</td>
<td>103.780</td>
</tr>
</tbody>
</table>

يتصور من الجدول السابق أن قيم النسب الفئية الخاصة بالدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية وأبعاد الفرعية لدى العاملين بالقطاعات المختلفة في (التعليم-الحكومة-قطاع عام-قطاع خاص (فناني)-قطاع خاص مستحدّث (خصم تخصص) دالة году 2001، مما يعني وجود تباين دال في درجات العاملين وفقاً لحال المعال، وفي سعي الباحثين لتحديد وجبة دالة الفروق استخدم الباحثين اختبار نوكي لمقارنات المعدة، فيما يلي جدول (4) يوضح ما توصلنا إليه في

هذا الصدد.


<table>
<thead>
<tr>
<th>الجدول (14)</th>
<th>دالة الفروق بين متوسطات درجات العاملين على مقياس الضغوط النفسية باستخدام اختبار نوكي</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>متوسطات ودلالاتها</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>1 - ضغوط</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>2 - قضاء حكومي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>3 - قضاء عام</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>4 - قضاء خاص تقليدي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>5 - قضاء خاص مستحدث</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>6 - قضاء حكومي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>7 - قضاء عام</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>8 - قضاء خاص تقليدي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>9 - قضاء خاص مستحدث</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>10 - قضاء حكومي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>11 - قضاء عام</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>12 - قضاء خاص تقليدي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>13 - قضاء خاص مستحدث</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>14 - قضاء حكومي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>15 - قضاء عام</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>16 - قضاء خاص تقليدي</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
<tr>
<td>17 - قضاء خاص مستحدث</td>
<td>مجموعين</td>
</tr>
</tbody>
</table>
يُضحِّى من جدول (١٤) وحُدَّد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات كل من:
- العاملين في القطاع الحكومي والعاملين في القطاع العام على أبعاد الضغوط الأمنية،
- والاقتصادية، والصحية، والبيئية والمجتمعية، وذلك لصالح العاملين في القطاع العام.
- القطاع الحكومي والعلمين على جميع أبعاد الضغوط عدة الضغوط الصحية والدرجة
- الكلية للقياس، وقد كانت الفروق الدالة لصالح المعلمين.
- العاملين في القطاع الحكومي والعاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على
- جميع أبعاد الضغوط والدرجة الكلية للقياس، لصالح العاملين في القطاع الخاص المستحدث
- (خصوصية).

- العاملين في القطاع العام والعاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على بعد
- الضغوط الصحية لصالح العاملين في القطاع العام.
- القطاع العام والمعلمين على أبعاد الضغوط المهنية والصحية وضغط الوقت ولأثير الوقت
- نصالح المعلمين.
- القطاع العام والمعلمين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على أبعاد الضغوط
- المهنية وضغط الوقت ولأثير الوقت والدرجة الكلية للقياس، لصالح العاملين في القطاع الخاص
- المستحدث (خصوصية).

- العاملين في القطاع الخاص التقليدي والمعلمين على بعد ضغط الوقت والدرجة الكلية
- للمقياس لصالح المعلمين.
- العاملين في القطاع التقليدي والعاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية) على
- جميع أبعاد مقياس الضغوط والدرجة الكلية للمقياس عدا بعد الضغوط البيئية والمجتمعية لصالح
- العاملين في القطاع الخاص المستحدث (خصوصية).

مناقشة النتائج:

أظهرت النتائج (جدول (١٤)) وجود علاقة إرتباطية معوية وثيقة بين فوائد المستقبل والضغط
الشخصية بأبعادها المختلفة، وهو ما يعزى إلى أن فوائد المستقبل والضغط النفسي يرتبطان بخصوص
أساليب التفكير في مواجهة الأزمات أو الضغوط، بل وتضمن المشاكل، ومن ثم يغلب على
الأفراد الشعور بالعجز والإحباط. وقد سبق أن أكد هذه العلاقة أتوتر وأخرون Otrar et al.
2002، إبراهيم بدر (2003، ب) ـ، كما يتفق هذا مع ما أورده رونالد مولين (1990) من صفات الذين يعانون من فقلك المستقبل، حيث يصفون بالتشاؤم والشك والانفعالية الزائدة، والاضطرابات، والسلبية، وعدم الشعور بالأمل، وعدم الثقة في الآخرين، وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والحذف من التغييرات الاجتماعية والسياسية المتوقعة، والتوترات السلبية لكل ما يحمله المستقبل.

وبري عبد العزيز الشخص وزيدان الرصافي (1998: 15) أن العصر الحالي يتميز بالتغيير السريع الذي قد يصعب على الفرد ملاحظته، فما يتبث أن يتكيف مع ظروف ما، وإذا به يواجه طروفاً أخرى جديدة تفرض عليه بناء مزيد من الجهد لإعداد التكيف معها ومواجهتها، فضلاً عن تعرضه المستمر لكثر من التأثيرات الضارة مثل الضوضاء، الثقل، والارتباط، والتفاوت، والكفاية من أجل الحصول على مقدرات الحياة، وتعدين الأدوار، وغيرها من التحديات التي قد تعرضه للاضطراب العصبي أو النفسي أو كليهما.

ومن ثم يفترض الفرد إلى تغييات معرفية إضافة إلى تغييرات أكثر أهمية في ظاهر الضغط والشعور بالاضطربات، وهي التغييرات الأدبية في صورة الشوق والغضب والضغوط والحذر والتشاؤم والشعور بالعجز دون تم الشعور بفقلك المستقبل.


وقد يرجع عدم وجود فروق دالة بين متوسطات درجات الذكور والإحذاء - في هذه الدراسة ـ في قلق المستقبل، والضغط النفسية إلى أن أفراد النوع يعيشون الخوارزميات الحياتية نفسها في العمل أو المنزل أو المجتمع، ويعيشون التطور السريع في أوجه الحياة، ويشعون بعد قدرتهم على متابعتها مما يمشي لدتهم خوف وتشاؤم من المستقبل، وهذا يتفق إلى حد ما مع ما أورد عاشور ديب (2005) من أسباب تلقك المستقبل تتمثل في قصور الفرد عن التواقيع مع المشكلات، أو وجود نقاوة بين مستوى طموحات الفرد، ولامكالانة الواقعية، أو تفكك الأسرة ونقص الانتماء.
الأسري أو المجتمعية والشعر بالتمرق، وقصور الروية نحو المستقبل، أو ضالة المعلومات أو نشوة الأفكار.

ولا تختلف هذه الأسباب عند الذكور عنها لدى الإناث، فيما عرضة للشعر بنقص القدر على ملاحظة التطورات المتلاحقة من حولهم، سواء في مجال العمل أو مجالات الحياة عامة، مما يؤثر على قدرة الفرد على التكيف معها فتساعد فرقا نحو مستقبله. وقد يعزى تذبذب النتائج إلى اختلاف الأعماق أو السنوات الاجتماعية والاقتصادية أو الثقافية، ولا تزعى إلى النوع، فعلى سبيل المثال اختفت نتائج محمد عشري (2004) بين العينة العمانية والعينة المصرية.


وقد يرجع عدم وجود فروق دالة بين متوسطات درجات الذكور والإناث إلى أنهما تعذر معيارين ينتميان إلى الوضع النفسية، فالمرأة العاملة مطلقة بالمساهمة في الإنتاج على الأسرة تعطيها عنها على وقتها المنقضية بعملها بعيدا عن رعاية الأسرة، ومن ثم فهي تشعر بضغوط أسرية وضغوط اقتصادية وصحية، كذلك يشعرن بالقدر نفسه من الوضع الاجتماعي لأنهم يعيشون في مجتمع واحد ويعانون من انхожاء لملاماتهم المحدودة لتمثيل المساهم المالي والميزة التنافسية لجذب الأشخاص، ومن ثم يكون تأثير الضغوط عليهما وشعورهما بهم درجة متناوبة.

ولكن تتفاوت بتبان الأفكار وليس بتبان النوع، وتفتق الباحثة مع محمود حمودة (1998) في أن النوع لا يعد عاملًا مهمًا في مواجهة الوضع والتكيف معها، فهناك ضغوط تحملها المرأة أكثر من الرجل، وضغوط أخرى يتحملها الرجل أكثر من المرأة.


وعبد الله عصمت وعبد الرؤف (1998) في هذا الشأن:

حيث يعيش العاملون المؤقتون في اضطراب بسبب الشعور بعدم الأمان الناجح عن الخوف.

من عدم تجنيد التعاطف، إضافة إلى عدم تمتعهم بميزات التمثيل الاجتماعي أو الصحي أو غيره من الميزات التي يمتلك بها الدائمون، كما لا يتم ترويجهما مثل زملائهم. بينما قد يرجع عدم وجود فروق دالة في الضغوط المهنية، وضغط الوقت، وتأثير الضغوط (رغم ارتفاع متوسطات درجات المؤقتين) على أن الممارسات المهنية لكليهما واحدة، والوقت أصبح ضاغطاً على الجميع على السواء بعد أن ساد التعدد كل جنات الحياة، ومن ثم فلا اختلاف أيضاً في تأثير الضغوط.

بينما أظهرت نتائج الفرض السادس والسابع (الجدول 11-14) وجود فروق دالة بين درجات الشرائح المهنية المختلفة، وذلك على قلق المستقبلي والضغوط النفسية حديثي (11-14).

وبمراجعة دلالات الفروق واتجاهها باستخدام اختبار توكي (11-14) يبين ارتفاع متوسط درجات الشعور بقلق المستقبلي نحو العالم و نحو الذات و نحو الأسرة وكدرجة كلية لدى أفراد العينة من العاملين بالقطاعات السعودية الخصوصية عن بقية شرائح العينة في معظم الأبعاد والدرجة الكلية.

حيث كان متوسط درجاتهم على مقياس قلق المستقبلي أعلى من بقية متوسطات العاملين، وكان العاملين بالحكومة أقل أفراد العينة شعروا بقلق المستقبلي على درجة الكلية والأبعاد الفرعية.

وهذه النتيجة وان كانت تعود إلى مشاعر عدم الأمان التي يشعرون بها روؤساء الشركات التي تبغى بالفعل - فتأسست قطاعاً خاصاً مستندياً (خصوصية) - حيث يقومون في تسلم الشركات بتكليص عدد الأعمال، أو يتم الاستغناء عن تكاليف المعيشة المبكر، أو النقل إلى أماكن بعيدة عن محل العمل; مما يجعلهم يشعرون أنهم في النقيض، أو تضيق الميزانية التي كادوا يحصلون عليها أثناء تغييرهم للقطاع العام، كل هذا يجعل العاملين الباقين في العمل أكثر شعوراً بالقلق نحو العالم والقلق نحو أنفسهم وأسرهم، فيهم يختبؤون مصادر تعرضهم إذا تم الاستغناء عنهم، كيف يوفروف متطابقون أسهم التعبئة الذين تم استغلالهم عنهم أو أحيلوا إلى المعيشة المبكر، ولم يعانون أو يعانون خبرات زملائهم الذين تم استغلالهم عنهم أو أحيلوا إلى المعيشة المبكر، وهو ما أظهرت نتائج دراسة على 1000 فرد من الذين تفاعوا عن العمل وفقاً للمعايير الباقين أن 62% منهم لم يجدوا فرص عمل بعد خروجهم للمعاش، بينما وجد 37% منهم فرصتهم متماثلة، ووجد 2% فرصهم عمل دائمة (إمداد السنين حسن وآخرون، 2003).

كما أن العاملين يدركون خطورة فقدانهم للعمل سواء من حيث تأثيرهم على حساباتهم النفسية، حيث يوجه تراشقهم الشعبي ذلك في هذا المثل (الصرح بالطارو لا حبةٌ ولا خبرةٌ في الدار، أي موتٌ أو أرهم من نفقته بلا عمل)، ويكشف ذلك ما توصل إليه خالد الشلالة (1999): من أن
المتقاعدين يشعرون بالإجربة والطموح، والشفافية، والثقة، وعدم الاستقرار النفسي، وزيادة
الخلافات والتوترات الأسرية. كما يذكرن خروجهم من المنازل الاجتماعية، واحتمالاً، فقد درسهم
لمكاناتهم الاجتماعية، وهو ما أشار عليه نتائج دراسة عامة الدين، حسن واخرون (2003) على
عديد من المدارس إلى المعالم المبكر يتمنى إلى أربع محاولات، تراوحت نسب الشعور بهم بتحدي
المكانة الاجتماعية بين 55.3%، 55.3%، 48.4%، 48.4%.

وعندما يبحث لدى العاملين بالشركات مستثمرة، تحقاً، فضلاً عن الشعور بالضغط،
Fontana & Abouserie
نفسية لافتتاح الأمن الوطني، وقد أشار دافيد فوينا وابو سنع (1993) إلى ذلك بعبارة نسباً للضغط. بينما
من أفراد تعنيف فلسطين بمن للضغط. بينما أشار بدير الأنصاري (2000) إلى ارتفاع معدلات
انتشار الفرق ومستهلك في بعض الدول العربية موضوع الدراسة. وكانت أولى هذه الدول هي مصر
قلماً فضلاً، وقد يُبرر الوضوح بين هذه المتتالية وارتفاع مستوى البطالة في هذه البلدان. وقد
سبق أن قرر كون توج (2002) أن التهديد الاقتصادي، والمنافسة من أجل خطة
عمل، يثير الشعور بنفي المستقبل، وهو ما يرتبط بالضغط، ويتخليه مع ما نذكره حسن
الضغط، وما توصلت إليه دراسة (أجم مصطفى النعاس، 2005) من وجود فروق ذائبة
إحصائية في الضغوط المهنية تعاً لمتغير الوضع الاجتماعي.

كما أظهرت النتائج ارتفاع معدلات درجات المقدمين فيما يتعلق بقلق المستقبل والضغط.
نفسية على الأعداء والدرجة الكافية، إلا أنه في معظم الأعداد لم توجد فروق دالة بين متوسط
درجاتهم ومتوسط درجات العاملين في القطاع الخاص المستحلك (الخصم)، وقد عجز ذلك
إلى ما ذكره طلعت نصموص (1994) مع أن معناها التعليم تترشح ضغوط ومواقف،
وإيجابيات متزايدة قد تكون الصحة النفسية للمعلم، والمتطلبات المفروضة على المعلم تتراوш إلى
الجهد، الذي يجعل من الصعب على الشخص العادي أن يحققها أو يتحمل دون أي شعور
بالضغط والتوتر والشدة. وناهض إليه كل من عادل عبد الله (1995) وبيترز وفويرت
Pithers & Fogarty (1995) من أن المقدمين أكثر معاناة من الضغوط النفسية بالمقارنة
بصاحبين الأصليين، إضافة إلى أن المعلم يعاني ضغوط مجمعة، وإعلامية قد تكون
المستقبل، وما يرتبط به، حيث تتعارض صورة المعلم من سنوات لتقييمه في كل وسائل
التعليم، وتطوره، أكثر من الوزارة التي يُذكر فيها؛ وما إذا كان
فصولا أو تحليلات، لتجربته، أو فصوله، أو تحليله، ممارسته لدوره الخاصة، دون محاولات حادة لتحقيق أوضاعه.

كما أظهر نتائج أن العاملين بالقطاع العام أعلى قلياً من المستقبل، وأكثر شعوراً بالضغط.
من العاملين بالحكومة أو القطاع الخاص التقليدي، حيث يشعرون بأنهم الخصومة ستمتد إليهم
إن عاجلاً أو أتجرًا، وأنهم معرضون للخسائر نفسها التي مر بها زملاؤهم في الشركات المخصصة، وأنهم أيضاً معرضون لشبح البطالة في فترة عمرية تتميز بالرغبة في تحقيق التقدم الوظيفي، حيث يؤكد فؤاد أبو حطب (1998) على أهمية العمل وأن المتعطل أو المتغطرس يشعر بالقلق وتشاؤم وفقدان الأمان والأمل عند عدم حصوله على عمل بل قد يصل الأمر إلى الاكتئاب.

كما أسفرت النتائج عن تفوق العاملين بالحكومة بالقطاع الخاص -مقارنة بيني الفئات-

بانخفاض متوسط درجاتهم على أبعاد قلق المستقبلي، ودرجته الكلية، ومعظم أبعاد الضغط النفسي ودرجته الكلية، هو ما يشقيق مع منطق الدراسة من أهمية شعور العاملين بالأمن الوظيفي الذي يحقق الاستقرار الأمني في بلد يعاني من تزايد نسب البطالة، حيث يحقق العمل الحكومي فرص الاستقرار، النزاهة، الاحترام، العمل، بينما يحقق العمل بالقطاع الخاص فرص الاستقرار المرهن بالنفاذ في العمل، وهو ما يستدعي الدافعة للعمل وتحسين الأداء لتحقيق التزام، إضافة إلى ما يقدي من ميزات للعمل، ويعود هذه النتيجة ما توصل إلى عودة المصري (1993) من عدم وجود رقى بين العاملين في القطاع الحكومي والعمال في القطاع الخاص في الرضا الشامل، كما أظهرت نتائج دراسة سوسون عبد الهادي (1995) أن العاملين بالقطاع الخاص أكثر رضاً من العاملين بالقطاع العام.

ورغم أن خالف الشعور بقلق المستقبلي والضغط النفسي بين العاملين باختلاف مجال العمل، هل هي قطاع عام أم قطاع خاص تقليدي، أم قطاع خاص مستحدث، (خصخصة)، حيث أن كل عمل له طبيعة ومتطلبات خاصة به تختلف عن أي عمل آخر، بجانب أن الاستقرار والأمن الذي يأتي من عمل قد لا يأتي من عمل آخر.

الخلاصة بأن افتقد الأمن يرتبط بالشعور بقلق المستقبلي والضغط النفسي، ومن ثم يجب اختيار الأساليب المناسبة للخصوصة بما يناسب التوجهات السائدة نحو العمل الحر واتجاهه نحو المنازلية، مما زال المصري بفضل العمل الدائم، والعمل، وذلك حتى يعد تأهيله للقبول تلك التفتيت.

توصيات تطبيقية:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية يمكن اقتراح مجموعة متكاملة من الإجراءات التي تستطيع أن تسهم في تخفيف حدة الشعور بقلق المستقبلي والضغط النفسي لدى العاملين وهم:

1. الإهتمام بالتدريب التحفيزي لمواجهة منطلقات سوق العمل، وتحديات التغيير ومن بينهاً التدريب،

2. نشاط جهة العمل وذلك بديلاً عن الإحالة للمعاص المبكر.

التأهيل في برامج تدريب قدرات المعلمين والعمال.
3. وضع خطط طويلة المدى، وتحديد احتياجات سوق العمل من التخصصات المختلفة، بحيث يرتبط التعلم بحاجات المجتمع.

4. تتضمن المناهج الدراسية، وبرامج الإعلام الدعوة أو التأهيل لفكرة العمل الحر.

5. الالتزام بمساندة الدعالة والبرامج في تكفاوت الفرص بين العاملين في مجالات نسائية وتنمية المهنية والتقليم، وزيادة مهارات العاملين باتاحة فرص أكبر للاندماج في الدورات التدريبية التي تدعم تنمية المستمر للنقل من شعورهم بضغوط العمل بعيش زيادة الكفاءة المهنية.

6. العمل على تخفيف ضغوط العمل للعمال بتعويض الاتصال الإنساني بين المستخدمين عن إبراز العمل والعمالين وتحسين عوائد أدائهم الوظيفي والإدعي. مع الاهتمام أيضًا بجانب تدرب العلاقات الاجتماعية بين العاملين ضمن نطاق العمل الرسمي وغير الرسمي من خلال البرامج والأنشطة ذات الطابع الثقافي التربوي، لتحفيز الاهتمامات النفسية الرئيسية من الاحترام وتحقيق الذات.

7. العمل على عدم التغيب المفاجئ لأغراض عمل قائمة، تكبير شركات من القطاع العام إلى الخاص (الخاصة)، حيث أن هذا التغيير الفاعلي يتضمن من الضغوط النفسية ومس تنفيذ اتجاه المستقبل.

8. العمل على إشراك العاملين في اقتراح أو اتخاذ القرار بالتغيير، حيث أن هذه المشاركة قد تكون من الشعور بالضغط الدائمة من القرارات الفوقية والتي يفاجئ بها العاملون عند التطبيق.

بحث مقترحة:

استكملنا للجدل الذي بدأ البحثان في دراستهما الحالية، وفي ضوء ما توصلنا إليه من نتائج برى البحثان ضرورة إجراء مزيد من البحوث والدراسات في المجال نفسه حيث تحلل هذه البحوث المفتوحة فيما يلي:

1- إجراء المزيد من البحوث لمعرفة إلى مصادر ضغوط العمل لدى العاملين في القطاع الخاص المستحدث (الخاصة).

2- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تتناول مصادر الضغوط المهنية أو العمل على العاملين في المؤسسات الحكومية المختلفة وأثرها المحتملة على إنتاجية تلك المؤسسات ووجودية الإدار.

3- دراسة الفروق في مصادر فتق المستقبل بين المؤسسات الحكومية والقطاعات الخاصة.

4- دراسة العلاقة بين اطرضا الوظيفي وفق المستقبل لدى العاملين.
المراجع:
8. حسن متعمق (٢٠٠٤). نموذج الحياة وأعماله. نماذج مواجهاتها، القارة: زهراء الشرق.
10. حمد عبد الرحمن (١٩٩٤). نموذج الحياة وأعماله. مجلة العلوم الاجتماعية. المجلد الثالث. العدد ٢٧، ص ص ١٣٠-١٣٥.
11. حنان عبد الرحيم (٢٠٠٢). نموذج الحياة وأعماله. مجلة العلوم الاجتماعية. المجلد الثالث. العدد ٢٧، ص ص ١٣٠-١٣٥.
15. سليمان الهويش (٢٠٠٤). العلاقة بين مسارات العمل والفرز الوظيفي لدى المأمونين. جامعة مصر، جزء ٢، ص ص ٣٤٢-٣٤٥.


34. عودة سلطان الشعاب (2000). ب، المصطلح المهرية وعلاقاته بالعلاقات النفسية الجمعية لدى المدرسين في الكويت، مجلة عمان الامارات، العدد 18، العدد 3.
37. عودة سلطان الشعاب (2001). العلاقة بين الرسوم المهرية وكل من التفاعل والتشابه بالألاقات النفسية الجمعية لدى المعلمين في الكويت، مجلة العلوم الإدارية والاجتماعية، دولة الإمارات العربية، العدد 3.
38. عودة سلطان الشعاب (2002). مصادر مصطلح conducts العمل لدى المعلمين الكويتيين والمسيرة في المدارس الثانوية، الكويت، دولة الكويت، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد 14، ص. 243-244.
44. محمد عبد الصمد (1994). العلاقات بين الممارسات النفسية لدى المعلمين ووجهاة الشخص، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عمان.
141. محمد عبد القادر عبد الرازق (2002). قلق المستقبل وعلاقته مع بعض المفاهيم الثقافية، دراسة حضارية مقارنة بين جامعيين من كلية التربية باحث وسلاسة عمان، المؤتمر الدولي الحادي عشر لمركز الدراسات النفسية، جامعة عمان، ص 117-129.
149. هيئة ميدون السياحة (2002). صعود العمل: مستوياتها ومصارها واستراتيجيات إدارتها لدى الإدارات وشركات السياحة في الجامعات السعودية.
150. يوسف محمد عبد الحليم والمصادر غير المطبوعة (2001). تطور الضغط النفسي في الأردن: المخصوص بالجهاز...


ملحق (1) مقياس الضغوط النفسية

د/ سميره محمد إبراهيم شند
كلية التربية - جامعة عين شمس

البيانات الأولية

المؤهل

التخصص:

التعليم:

العمل

السن

الانتماء الاجتماعي:

عدد أفراد الأسرة:

دخل الأسرة:

سنوات الخبرة:

التعليمات

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات والمطلوب منك قراءة كل عبارة من هذه العبارات جيداً وإبداء رأيك في كل منها من حيث انتباهك بمضمونها ومعانيها بالنسبة لك أَم لا

1- إذا كانت العبارة تتطابق عليك غالباً ضع علامة ( ) تحت خانة ( تطبيق غالباً)

2- إذا كانت العبارة تتطابق عليك بدرجة متوسطة ضع علامة ( ) تحت خانة ( تطبيق أحياناً)

3- إذا كانت العبارة تكاد لا تتطابق عليك ضع علامة ( ) تحت خانة ( تطبيق نادراً)

لأخطأ أن المطلوب منك هو وضع علامة واحدة فقط أمام كل عبارة مع ملاحظة أنه لا يوجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ولكن المطلوب هو أداء رأيك الحقيقي في كل عبارة من العبارات التالية.

وفي كل الأحوال فإن أجابتك سوف تحاول بالسرية التامة ولا تستخدم في غير أغراض البحث العلمي. وشكرًا على حسن تعاونك.
<table>
<thead>
<tr>
<th>الاستجابة</th>
<th>العادات</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1. نظرتي مشكلات أفراد أسرتي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>2. نشأني أو أخذ عصي في أي ناحية</td>
<td>تطبيق عادل</td>
</tr>
<tr>
<td>3. أعاني من صعوبة تدبير الزاماتي المادية</td>
<td>تطبيق أحياناً</td>
</tr>
<tr>
<td>4. يضطربن شعوري بالضغط إلى التدخين أو التناطي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>5. مريد وسائل الإعلام من فهم استهلاك الأسرة</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>6. أغرب إلى النوم لكثرة الأعاج والمشاكل</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>7. يسبب شعوري بالضغط في نقص فنرني على التركيز</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>8. أشعر أن أسرتي لا تعنيني الاهتمام الكافٍ</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>9. تمت محاولتي بالبحث عن رأي بدون وجه حق</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>10. يشتفى في تزويج أعية المجالات الاجتماعية</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>11. انخفض استخدام بعض المهندسات شعوري بالضغط</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>12. طرفي المعيشة غير مستقرة</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>13. احتاج لزيادة من الوقت لإنتاج مهامي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>14. يزداد أخطائي نتيجة شعوري بتلك الشعور</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>15. يحزني وقوع أحد أفراد أسرتي في مشاكل</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>16. علاقاتي في العمل ليست على ما يرام</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>17. أعاني من تزويج تكلفة تعليم أولادي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>18. حالتى الصحية تحولى عند أداء مهامي اليومية</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>19. يعاني من تأثيرات اجتماعية كثيرة</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>20. اتخاذ الحول لوقت مناسب مع أسرتي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>21. أشعر بالقلق والتوتر نتيجة تزويج الضغوط</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>22. إذن بروجين (زوجي) بي عبر كافي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>23. يطلب مني رئيسى أعمال خارج مهام وظيفتي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>24. أعاني من عدم وجود مصدر للدخل غير عملى</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>25. عملى لا يخدم الرعاية الصحية المناسبة لأسرتي</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>26. يضايقني أذا أحسنا نقول مالا نفعل ونفعل مالا نقول</td>
<td>تطبيق نادر</td>
</tr>
<tr>
<td>الاستجابة</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>-----------------</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>العبارات</td>
<td>تطبيق غالباً</td>
</tr>
<tr>
<td>----------</td>
<td>------------</td>
</tr>
<tr>
<td>27</td>
<td>أجد صعوبة في الدخول مبكرًا للعمل</td>
</tr>
<tr>
<td>28</td>
<td>كثيراً مصمتة تشعر بالعمر وتعتبر السريرة</td>
</tr>
<tr>
<td>29</td>
<td>أفكر في الغد والمساءدة من الزوجة (الزوج)</td>
</tr>
<tr>
<td>30</td>
<td>يضايقني ترقية من هم أقل كفاءة مني</td>
</tr>
<tr>
<td>31</td>
<td>اضطر للاكتراش من الآخرين</td>
</tr>
<tr>
<td>32</td>
<td>اضطر العلاج الخاص لمعد ووجود خدمة جيدة بالتأمين</td>
</tr>
<tr>
<td>33</td>
<td>أجد صعوبة في القيام ببعض المهامات الاجتماعية</td>
</tr>
<tr>
<td>34</td>
<td>قل وقتاً غير كاف لراحة جسدية</td>
</tr>
<tr>
<td>35</td>
<td>أعاني من اضطراب النوم عند زيادة المضبوطات</td>
</tr>
<tr>
<td>36</td>
<td>تتعترض قرارات تعصف في العمل</td>
</tr>
<tr>
<td>37</td>
<td>نعمل ساعات زائدة ولا نتقاضى المقابل المادي</td>
</tr>
<tr>
<td>38</td>
<td>يعقدني تزويج الأسر且 بشكل مستمر</td>
</tr>
<tr>
<td>39</td>
<td>أعاني من مرض السكر</td>
</tr>
<tr>
<td>40</td>
<td>أشعر بعدم الأمان بسبع وضوح السياسات</td>
</tr>
<tr>
<td>41</td>
<td>يضربني ضغط الوقت إلى استخدام بعض المهندسات</td>
</tr>
<tr>
<td>42</td>
<td>نقل قدرتي على اتخاذ القرارات عند زيادة المضبوطات</td>
</tr>
<tr>
<td>43</td>
<td>أشعر أن علاقتي الأسرية غير موقعة</td>
</tr>
<tr>
<td>44</td>
<td>يزعني تناقض مطالب الزواج، الزملاء، والمسؤولين</td>
</tr>
<tr>
<td>45</td>
<td>أناقش رائنا غير مناسب لا يكتبني احتياجاتي</td>
</tr>
<tr>
<td>46</td>
<td>أعاني من الضغط المرتفع بشكل دائم ضغط على أساسي</td>
</tr>
<tr>
<td>47</td>
<td>ظروف العمل لا تحقق في فرص الاسترخاء</td>
</tr>
<tr>
<td>48</td>
<td>أصبح صعباً نتيجة للكثرة المضبوطات</td>
</tr>
<tr>
<td>49</td>
<td>يضايقني عدم قدرتي على ثبتية احتياجاتي الأسري</td>
</tr>
<tr>
<td>50</td>
<td>لا بحث عملي في فرص الترقى أو التقدير الكافي</td>
</tr>
<tr>
<td>51</td>
<td>أجد صعوبة في علاج أفراد أسري ليضيق ذات اليد</td>
</tr>
<tr>
<td>الاستجابة</td>
<td>العبارة</td>
</tr>
<tr>
<td>-----------</td>
<td>---------</td>
</tr>
<tr>
<td>تطبيق أحياناً</td>
<td>تطبيق غالباً</td>
</tr>
<tr>
<td>53</td>
<td>تعاوني آلام القولون المصري</td>
</tr>
<tr>
<td>54</td>
<td>يسقي رغم التعاون والتكافل في العمل</td>
</tr>
<tr>
<td>55</td>
<td>يربك جبائي أي تغيرات في بيئة العمل</td>
</tr>
<tr>
<td>56</td>
<td>أفق القياني على الحياة نتيجة شعوري بالضغط</td>
</tr>
<tr>
<td>57</td>
<td>بسبب لي الأولاد كثيرا من المشاكل</td>
</tr>
<tr>
<td>58</td>
<td>بيئة العمل (الإضاءة، النهارة، حرارة) غير جيدة</td>
</tr>
<tr>
<td>59</td>
<td>أمل مظهري الشخصي ل تقديم احتياجات الأسرة</td>
</tr>
<tr>
<td>60</td>
<td>أعاني من مرض مزمن</td>
</tr>
<tr>
<td>61</td>
<td>يقوم بإعطاء معاينة لفني ومبادئ لأستم في العمل</td>
</tr>
<tr>
<td>62</td>
<td>يضايقني عدد الاستم بال مواعيد لسبب الوقت</td>
</tr>
<tr>
<td>63</td>
<td>أفقد شعوري عند تأديب شعوري بالضغط</td>
</tr>
<tr>
<td>64</td>
<td>أسئ (تمني) مساعد في الدراسة</td>
</tr>
<tr>
<td>65</td>
<td>عملي مره ويسير بساعات طويلة</td>
</tr>
<tr>
<td>66</td>
<td>أضطر لتأخير مساعد النزاعات المالية</td>
</tr>
<tr>
<td>67</td>
<td>فقدت الاشتراك في التنسيق الصحي</td>
</tr>
<tr>
<td>68</td>
<td>ظروف المعيشة غير مستقرة</td>
</tr>
<tr>
<td>69</td>
<td>أشعر نفس قدري على تطبيق وقفي بشكل جيد</td>
</tr>
<tr>
<td>70</td>
<td>يزداد شعوري بالآلام المدعة عند تعرضي للضغوط</td>
</tr>
</tbody>
</table>