

الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين)

الباحث م.م. مصطفى عبد الزهرة عبود

ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة أبواب واحتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته، وتطرق الباحث عن الجوانب النفسية وخصوصاً الصلابة النفسية وقلق المستقبل، وجاءت أهمية البحث في التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين).

أما مشكلة البحث فتكمن في دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية - وقلق المستقبل نظراً لقلّة الدراسات التي اهتمت بدراسة المؤشرات الموضوعية لطلبة المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين).

أما مجالات البحث فقد اشتملت على المجال البشري الذي تمثل بطلبة المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية للعام الدراسي (2014-2015)، وتحدد المجال الزمني للمدة من (2014/12/15) لغاية (2014/01/20) في حين كان المجال المكاني في القاعات الدراسية لكلية التربية الرياضية.

وفي الباب الثاني تطرق الباحث عن الصلابة النفسية وقلق المستقبل، وأستخدم الباحث المنهج (الوصفي الارتباطي المقارن)، وتكونت عينة البحث من (40) طالباً من المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية للعام الدراسي (2014-2015)، واستعمل الباحث مقياس الصلابة النفسية وكذلك مقياس قلق المستقبل، كما تم استعمال نظام (SPSS) للحصول على نتائج البحث، واستنتج الباحث ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لعينة البحث، واوصى الباحث بإجراء دراسات اخرى على مراحل اخرى ولكلا الجنسين .

Mental toughness and their relationship to the future with concern the students of the Faculty of Physical Education (married and unmarried)

By

Mustafa A. Abood

Abstract

A search on the five-door and contained the first door on the front of the research and its importance, and touched a researcher on the psychological aspects, especially mental toughness and concern the future, came the importance of research to identify the relationship between mental toughness and the concern of the future with the students of the Faculty of Physical Education (married and unmarried).

The research problem lies in the study of the relationship between mental toughness - and the concern of the future due to the lack of studies, which focused on studying the objective indicators for the students of the fourth stage of the Faculty of Physical Education (married and unmarried).

The areas of research included the human domain that represents the students of the fourth stage of Physical Education College for the academic year (2014-2015), and determine the temporal area for the duration of (12/15/2014) up to (20.01.2014) while he was in the spatial domain classrooms of the Faculty of Physical Education.

In Part II, the researcher on mental toughness and concern the future, the researcher used (descriptive a linking comparative), the research sample consisted of 40 students from the fourth stage of the Faculty of Physical Education for the academic year (2014-2015), as used researcher mental hardness scale as well as scale concern the future, as was the use of the system (SPSS) for search results, the researcher concluded that there was a significant correlation between mental toughness and concern for the future relationship of the research sample, the researcher recommended to conduct further studies on the other stages and both sexes.

الباب الأول:

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يعد الجانب النفسي وسيلة تربوية في المجتمعات الحديثة من خلال تحقيق أعلى القدرات العقلية والنفسية والاجتماعية ، اذ يطمح الفرد ان يكون الافضل في تحقيق طموحاته وهذه الطموحات تختلف من شخص الى اخر اذ تتوقف على قدرة الفرد النفسية لغرض الوصول الى اهدافه المستقبلية.

وتمثل الصلابة النفسية عاملاً مهماً وحيوياً للبناء النفسي وأحد المتغيرات ذي التأثير الكبير في التغلب على المشكلات التي يواجهها الفرد خلال الحياة الاجتماعية التي يعيشها وما يطمح اليه للوصول الى اهدافه في زمن معين او مرحلة من مراحل حياته ، وان هناك عوامل تأخذ مجراها السلبي المتمثل بالقلق المستقبلي الذي يعتمد على خبرات الفرد في وسطه الاجتماعي، وبالتالي فان كل هذه الضغوط قد تشكل خطراً على صحته بدرجة عالية مما يؤدي إلى اختلال في توازن حياة الفرد، وكلما كان للإنسان صلابة نفسية عالية في مواجهة ضغوطات الحياة مما تسهم في تقليل مستوى القلق المستقبلي الذي يصيب الانسان، وعليه ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة في التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

2-1 مشكلة البحث:

يعيش الإنسان زمناً كثرت فيه وتعددت روافد المشكلات النفسية مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته وصولاً للتوافق الشخصي والاجتماعي اذ تتمثل في إمكانية الحصول على العمل بعد إنهاء الدراسة، وتحقيق حياة رغيدة، وفي حالة عدم إشباع هذه الحاجات تظهر المشكلات النفسية والاجتماعية، وخاصةً ما يتعلق بالآمال والطموحات المستقبلية ومن هنا جاءت المصاعب في تحديد التعامل مع القلق المستقبلي على وفق الصلابة النفسية وذلك من خلال احتكاك الباحث مع بعض الأفراد المتزوجين وغير المتزوجين للذكور وتعرفه على أغلب المشاكل النفسية المرتبطة بالحياة المستقبلية لهم ، وذلك للكشف عما إذا كانت هذه الأساليب تستطيع ان تسهم في تخفيف المعاناة ومواجهة المشاكل .

لذا ارتأى الباحث أن يتناول دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية - وقلق المستقبل نظراً لقلّة الدراسات التي اهتمت بدراسة المؤشرات الموضوعية للصلابة النفسية وقلق المستقبل لطلبة المرحلة الرابعة لكلية التربية الرياضية .

3-1 أهداف البحث:

- 1- التعرف على مستوى الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية المرحلة الرابعة (المتزوجين وغير المتزوجين) (الذكور) .
- 2- التعرف على العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين) (الذكور).
- 3- التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (غير المتزوجين) (الذكور).
- 4- التعرف على الفروق للصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين) (الذكور).

4-1 فرضا البحث:

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين) (الذكور).
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية للصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية الرياضية (المتزوجين وغير المتزوجين) (الذكور).

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري : عينة من طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية الرياضية/جامعة ميسان (المتزوجين وغير المتزوجين) (الذكور) للعام الدراسي (2014-2015).

- 1-5-2 المجال المكاني: القاعات الدراسية لكلية التربية الرياضية/جامعة ميسان .

- 1-5-3 المجال الزمني: المدة من (2014/12/15) لغاية (2015/01/20).

الباب الثاني:

2- الدراسات النظرية والمشابهة:

2-1-1 الصلابة النفسية:

هي " نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل

مسؤولية ما يتعرض له من أحداث، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً وإعاقةً له⁽¹⁾.

ويعرفها (دخان) بأنها "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة"⁽²⁾.

2-1-2 قلق المستقبل؛

"إن القلق في حد ذاته ظاهرة طبيعية وإحساس وشعور وتفاعل مقبول ومتوقع تحت ظروف معينة، وأحياناً يكون للقلق وظائف حيوية تساعد على النشاط وكذلك حفظ الحياة، لكن متى يشكل القلق مشكلة بالنسبة للفرد، وذلك حين يكون خوفاً دون سبب ظاهر أو سبب مفهوم"⁽³⁾. وتضيف (العكايشي) "أنه حالة من التحسس الذاتي وحاجة يدركها الفرد تشغل تفكيره على شكل شعور بالضيق والتوتر والخوف الدائم وعدم الارتياح تجاه الموضوعات التي يتوقع حدوثها مستقبلاً"⁽⁴⁾.

أما تعريف الباحث الاجرائي لقلق المستقبل (هو حالة من التوجس تنتاب الفرد نتيجة توقعات مستقبلية منها الايجابية واخرى السلبية، تؤدي بالشخص الى حالة من الشرود الذهني وعدم الارتياح، والتفكير في كيفية توفير المتطلبات الضرورية.

2-2 الدراسات المرتبطة؛

دراسة (اسعد فاخر حبيب 2014)⁽¹⁾ قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة البصرة.

هدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة البصرة كلية التربية للعلوم الانسانية والعلوم الصرفة والتعرف على مستوى كل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى تلك العينة، وتألفت العينة

(1) خالد بن محمد بن عبد الله : الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكّة المكرمة ، السعودية ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، رسالت ماجستير ، 2012 ، ص 12.

(2) نبيل دخان وبشير الحجار: الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، السعودية ، مجلة الجامعة الإسلامية، مجلد (١) ، 2006 ، ص 375.

(3) دري حسين عزت : الطب النفسي، دار القلم، الكويت، 1982، ص 99.

(4) بشرى أحمد جاسم العكايشي: قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالت ماجستير غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، 2000 ، ص 13.

(1) اسعد فاخر حبيب: قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة البصرة، جامعة البصرة، كلية التربية للعلوم الانسانية، 2014، ص 1-29.

من (100) طالب وطالبة، للعام (2013- 2014) واعتمد الباحث أداتين وهما (مقياس قلق المستقبل ل السبعاوي 2007) و(مقياس مستوى الطموح ل الحياوي 2007) وتمّ التحقّق من صدق المقاييس وثباتهما.

الباب الثالث:

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

إنّ الكثير من الحالات، والظواهر لا يمكن دراستها إلا من خلال منهج يتلاءم والمشكلة، إذ إن طبيعة المشكلة هي الأساس الذي في ضوئه يتم اختيار منهج الدراسة، لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن "الطريقة السببية المقارنة التي تتم فيها المقارنة بين مجموعات مختلفة في بعض المتغيرات"⁽²⁾.

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم طلبة المرحلة الرابعة لفرعي العلوم النظرية والتطبيقية لكلية التربية الرياضية جامعة ميسان للعام الدراسي (2014-2015) والبالغ عددهم (60) طالباً؛ وقد اختيرت عينة البحث من (المتزوجين وغير المتزوجين) وبواقع (20) من الطلبة المتزوجين و(20) غير المتزوجين من الذكور؛ بحيث أصبحت عينة البحث (40) طالباً ويكونون ما نسبته (66.66%)، وقام الباحث باستبعاد (10) طلاب من خارج عينة البحث لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية، وكذلك تم استبعاد (7) طلاب من الموظفين المنتسبين على ملاك وزارة التربية، و(3) بسبب الغياب.

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة:

- المصادر العلمية (العربية والأجنبية).
- الملاحظة.
- الوسائل الإحصائية المستخدمة.
- فريق عمل مساعد^(*).

⁽²⁾ محمد حسن علاوي ، أسامة كامل الراتب : البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، ط1،

القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص105.

^(*) وسام حميد عبدالرضا ، (طالب دكتوراه) / اختصاص الاختبار والقياس .

• القياس والاختبار.

- حاسبه الكترونية يدوية عدد (1).
- جهاز الحاسوب الالكتروني عدد (1) نوع DELL.
- اقلام رصاص .

3-4 اجراءات البحث الميدانية :

3-4-1 مفردات مقياس الصلابة النفسية:

استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية المعد من قبل (تنهيد عادل فاضل)⁽¹⁾ الذي استخدمته على طلبة كلية التربية في جامعة الموصل عام 2011.

وقد قام الباحث بتطبيق فقرات المقياس المستخدم في المجال الرياضي كونه يلائم عينة البحث، وقد قسمت فقرات المقياس على شكل ثلاث ابعاد اساسية للصلابة النفسية تشمل محور الالتزام - والتحدي - والتحكم وبواقع (16) فقرة لمحور الالتزام و(13) فقرة لمحور التحدي و(14) فقرة لمحور التحكم بحيث اصبحت فقرات المقياس مكونه من (43) فقرة^(*)، وقد وضع امام كل فقرة ثلاث بدائل تمثل مستوى الفرد و تعبيره عن رغبته وما يعتقد من ان هذا الاختبار يكون جزءاً من شخصيته.

وحددت الاوزان من (1-3) درجات كل فقرة حسب البدائل التي يستجيب لها الطالب فأعطيت بدائل الفقرات الايجابية الاوزان الآتية (3) درجات للبديل (تنطبق دائماً)، و(2) للبديل (تنطبق احياناً)، و(1) (لا تنطبق ابداً)، وبعد ذلك يتم حساب الدرجة الكلية للمقياس لكل فرد من افراد العينة علماً ان اعلى درجة للمقياس (129) واقل درجة هي (43) ودرجة الحياد هي (86).

3-4-2 مفردات مقياس قلق المستقبل :

استخدم الباحث مقياس قلق المستقبل المعد من قبل (فضيلة محمد عرفات)⁽²⁾ الذي استخدمته على طلبة كلية التربية في جامعة الموصل عام 2007 .

وقد قام الباحث بتطبيق فقرات المقياس المستخدم في المجال الرياضي كونه يلائم عينة البحث، وقد قسمت فقرات المقياس على شكل خمسة ابعاد اساسية لقلق

(1) تنهيد عادل فاضل : الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، جامعة الموصل، كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد ١١، العدد ١، 2011، ص50.

(*) ينظر ملحق (1).

(2) فضيلة محمد عرفات : قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، جامعة الموصل، كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية، 2007، ص14.

المستقبل ويشمل المحور النفسي - والاجتماعي - والاقتصادي - والصحي - والاسري ويتألف من (48) فقرة^(*) (15) فقرة إيجابية و(33) سلبية، أما أعلى درجة للمقياس (192) وأدنى درجة هي (صفر) ، في حين أن المتوسط الفرضي (96) درجة.

وحددت الأوزان من (0-4) درجات لكل فقرة حسب البدائل الخمسة ومن أجل الحصول على الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل تم تحديد أمام كل فقرة (خمسة بدائل) (تعبّر عني تماماً)، (تعبّر عني كثيراً)، (تعبّر عني بدرجة متوسطة)، (تعبّر عني بدرجة قليلة)، (لا تعبّر عني على الإطلاق) ، وأعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الخمسة على النحو الآتي :

(0-1-2-3-4) الفقرات الإيجابية .

(0-1-2-3-4) الفقرات السلبية .

3-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة قوامها (10) طلاب من غير عينة الدراسة الأصلية، وكان وقت تنفيذ المقياس يوم الخميس الموافق (2015/01/8) في تمام الساعة العاشرة والنصف صباحاً وذلك لمعرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبار، والصعوبات التي قد تواجه الباحث، ومعرفة إمكانية فريق العمل المساعد.

3-6 التجربة الرئيسية:

تم تطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية البالغ عددها (40) طالباً في تمام الساعة العاشرة والنصف صباحاً من يوم الاثنين الموافق (2015/01/12).

3-7 الوسائل الإحصائية:

استعملت فيه النظم الإحصائية الآتية:

• الحقيبة الإحصائية الجاهزة (SPSS.Ver17) للحصول على الآتي:

✓ الأوساط الحسابية.

✓ الانحرافات المعيارية.

✓ النسبة المئوية .

✓ معامل الارتباط (بيرسون) .

✓ قانون (T . test) .

✓ مستوى الدلالة

✓

(*) ينظر ملحق (2)

الباب الرابع

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

4-1 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث :

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الصلابة النفسية وقلق المستقبل (المتزوجين وغير المتزوجين)

المتغيرات	المتزوجين		غير المتزوجين	
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الصلابة النفسية	98.95	5.02	90.50	4.93
قلق المستقبل	84.75	9.18	92.20	4.29

يبين الجدول (1) التفاوت بين الأوساط الحسابية لعينة البحث إذ بلغت الأوساط الحسابية لمقياس الصلابة النفسية (المتزوجين وغير المتزوجين) على التوالي (98.95) ، (90.50) وبأنحرافات معيارية (5.02) ، (4.93) ، فيما بلغت الأوساط الحسابية لمقياس قلق المستقبل (المتزوجين وغير المتزوجين) على التوالي (84.75) ، (92.20) وبأنحرافات معيارية (9.18) ، (4.29) .

4-2 عرض نتائج علاقة الارتباط بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل للمتزوجين وتحليلها ومناقشتها :

جدول (2)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ر) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	الدلالة
الصلابة النفسية	الدرجة	98.95	5.02	0.552	0.400	دال
قلق المستقبل	الدرجة	84.75	9.18			

درجة الحرية (ن-2) ومستوى الدلالة (0.05)

يلاحظ من الجدول (2) أن الوسط الحسابي لمقياس الصلابة النفسية كان (98.95) والانحراف المعياري (5.02) ، أما الوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل فقد كان (84.75) والانحراف المعياري (9.18) لدى المتزوجين ، وبلغت قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.552) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة

(0.400)، وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود علاقة معنوية فيما بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى المتزوجين.
3-4 عرض نتائج علاقة الارتباط بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لغير المتزوجين وتحليلها ومناقشتها؛

جدول (3)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ر) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	الدلالة
الصلابة النفسية	الدرجة	90.50	4.93	0.739	0.400	دال
قلق المستقبل	الدرجة	92.20	4.29			

درجة الحرية (ن-2) ومستوى الدلالة (0.05)

يلاحظ من الجدول (3) أن الوسط الحسابي لمقياس الصلابة النفسية كان (90.50) والانحراف المعياري (4.93)، أما الوسط الحسابي لمقياس قلق المستقبل فقد بلغ (92.20) والانحراف المعياري (4.29) لدى غير المتزوجين، وبلغت قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما (0.739) وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية والبالغة (0.400)، وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود علاقة معنوية فيما بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى غير المتزوجين.

3-4-1 مناقشة نتائج علاقة الارتباط للصلابة النفسية وقلق المستقبل (للمتزوجين وغير المتزوجين)؛

نلاحظ من الجداول (2) (3) أن هناك علاقة ارتباط معنوية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل لعينة البحث ويعزو الباحث سبب تلك العلاقة بأن الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل يكون في بعض الأحيان ذا نظرة سلبية للحياة تؤثر في تفكيره وعدم قدرته على مواجهة المشاكل الحياتية، وبالعكس كلما كان الفرد يمتلك صلابة نفسية عالية تؤدي بالتالي إلى التغلب على الكثير من المشاكل الحياتية وينظر إلى المستقبل نظرة تفاؤلية، وهذا ما يؤكد عليه (خالد بن محمد) "أن الصلابة النفسية تنشئ جدار دفاع نفسي للفرد يعينه على التكيف البناء مع أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة، وتخلق نمطاً من الشخصية شديدة الاحتمال تستطيع أن تقاوم الضغوط وتخفف من أثارها السلبية، ليصل إلى مرحلة التوافق، وينظر إلى الحاضر والمستقبل بنضرة ملؤها

الأمل والتفاؤل، وتخلو حياته من القلق والاكتئاب وتصبح ردود أفعاله مثلاً للاستحسان.⁽¹⁾

4-4 عرض نتائج الفروق بين المتزوجين وغير المتزوجين للصلابة النفسية وتحليلها ومناقشتها:

جدول (4)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
المتزوجين	الدرجة	98.95	5.02	5.367	2.019	دال
غير المتزوجين	الدرجة	90.50	4.93			

درجة الحرية (ن-2) (38) ومستوى الدلالة (0.05)

يلاحظ من الجدول (4) أن الوسط الحسابي لعينة المتزوجين كان (98.95) والانحراف المعياري (5.02)، أما الوسط الحسابي لعينة غير المتزوجين فقد كان (90.50) والانحراف المعياري (4.93) لمقياس الصلابة النفسية، وبلغت قيمة (T) المحسوبة (5.367) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.019)، وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتزوجين وغير المتزوجين للصلابة النفسية ولصالح مجموعة المتزوجين.

4-5 عرض نتائج الفروق بين المتزوجين وغير المتزوجين لقلق المستقبل وتحليلها ومناقشتها:

جدول (5)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (T) المحسوبة والجدولية لمتغيرات البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T) المحسوبة	قيمة (T) الجدولية	الدلالة
المتزوجين	الدرجة	84.75	9.18	3.285	2.019	دال
غير المتزوجين	الدرجة	92.20	4.29			

درجة الحرية (ن-2) (38) ومستوى الدلالة (0.05)

(1) خالد بن محمد بن عبد الله: صدر سبق ذكره، ص 33.

يلاحظ من الجدول (5) أن الوسط الحسابي لعينة المتزوجين كان (84.75) والانحراف المعياري (9.18)، أما الوسط الحسابي لعينة غير المتزوجين فقد كان (92.20) والانحراف المعياري (4.29) لمقياس قلق المستقبل، وبلغت قيمة (T) المحسوبة (3.285) وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية والبالغة (2.019)؛ وتحت مستوى الدلالة (0.05) مما يعني وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتزوجين وغير المتزوجين لقلق المستقبل ولصالح مجموعة المتزوجين.

4-5-1 مناقشة نتائج الفروق للصلابة النفسية وقلق المستقبل (للمتزوجين وغير المتزوجين):

نلاحظ من الجداول (4)(5) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية للصلابة النفسية للمتزوجين وغير المتزوجين ولصالح مجموعة المتزوجين، ويعزو الباحث تلك الفروق إلى الخبرات المتراكمة التي يمتلكها الشخص المتزوج نتيجة مواجهته لضغوط الحياة الصعبة وتحمله مسؤولية توفير جميع متطلبات العيش لعائلته وسد كافة احتياجاتهم، وهذا ما يؤكد عليه (مجدي ، 2007) الصلابة النفسية بأنها "القدرة العالية على المواجهة الإيجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية، والتي تعكس مدى اعتقاده في فعاليته والقدرة على الاستخدام الأمثل لكل المصادر الشخصية والبيئية النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة وتحقيق الإنجاز والتفوق"⁽¹⁾.

وكذلك نلاحظ أن هناك فروق ذات دلالة معنوية لقلق المستقبل ولصالح مجموعة المتزوجين، ويعزو الباحث تلك الفروق في انخفاض مستوى القلق المستقبلي إلى معرفة الفرد للتجارب الضاغطة والاستعداد الأمثل لحلها من خلال توفير الامكانيات المتاحة التي تخفف من كمية الضغوط النفسية وهذا ما اشارت إليه (ناهد شريف ، 2004) "ويعد المستقبل مصدراً مهماً من مصادر القلق بوصفها مساحة لتحقيق الرغبات والطموحات وتحقيق الذات، والامكانيات الكامنة، وأن ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في مجتمع ملئ بالتغيرات ومشحون ببعوامل مجهولة المصير وترتبط هذه الظاهرة بمجموعة من المتغيرات، كروية الواقع بطريقة سليمة انطلاقاً من مشكلات الحاضر"⁽²⁾، وهذا ما كشفته أيضاً دراسة (شادي ، 1999) ، "بأن مجالات القلق الحالي

(1) محمود فاهيم مجدي: بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية، مجلة البحوث النفسية والتربوية، 2007 ، ص70.

(2) ناهد شريف سعود: قلق المستقبل وعلاقته بمستوى التفاؤل والتشاؤم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، 2004، ص63.

المتعلقة بقلق الفرد الناشئ من ضعف الامكانيات المادية والخوف من عدم الحصول على فرصة عمل في المستقبل⁽³⁾.

الباب الخامس:

5 - الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- من خلال الإجراءات والعمل الذي واكب الباحث في عينته وإجراءاته الميدانية والنتائج الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :
1. هناك علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية للصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى عينة البحث.
 2. هناك تفوق واضح لعينة المتزوجين في الصلابة النفسية مقارنةً بغير المتزوجين.
 3. هناك انخفاض لدى عينة المتزوجين لقلق المستقبل مقارنةً بغير المتزوجين.
 4. للصلابة النفسية تأثيراً كبيراً في الحد من مستوى القلق المستقبلي لدى عينة البحث.

5-2 التوصيات

- وفقاً للنتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحث تم وضع التوصيات الآتية :
1. تصميم برامج لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور الطلاب بالصلابة النفسية، والتي تمكنهم من المثابرة في تحقيق أهدافهم.
 2. عقد الدورات الإرشادية النفسية التي تسهم في تنمية الطلبة على مواجهة القلق المستقبلي.
 3. إجراء المزيد من الدراسات حول الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى مراحل عمرية أخرى.
 4. إجراء بحوث ودراسات في الصلابة النفسية وقلق المستقبل لدى جنس الاناث .

⁽³⁾ سعادة الشادي: اثر أسلوب الإرشاد وفق الفراغ في تخفيف قلق المستقبل لدى بنات دور الدولة، اطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة بغداد، 1999، ص75.

المصادر

- ❖ اسعد فاخر حبيب: قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة البصرة، جامعة البصرة، كلية التربية للعلوم الانسانية، 2014.
- ❖ بشرى أحمد جاسم العكايشي: قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالت ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية، 2000.
- ❖ تنهيد عادل فاضل : الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية، جامعة الموصل، كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد ١١، العدد ١، 2011.
- ❖ خالد بن محمد بن عبد الله : الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينت من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، السعودية، كلية التربية، جامعة ام القرى، رسالت ماجستير، 2012.
- ❖ دري حسين عزت : الطب النفسي، دار القلم، الكويت، 1982.
- ❖ سعادة الشادي : اثر أسلوب الإرشاد وفق الفراغ في تخفيف قلق المستقبل لدى بنات دور الدولة، اطروحة دكتوراه غير منشورة جامعة بغداد، 1999.
- ❖ فضيلة محمد عرفات : قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي، جامعة الموصل، كلية التربية، مجلة أبحاث كلية التربية، 2007.
- ❖ محمد حسن علاوي ، أسامة كامل الراتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي ، 1999.
- ❖ محمود فهم : بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية ، مجلة البحوث النفسية والتربوية ، 2007.
- ❖ ناهد شريف سعود: قلق المستقبل وعلاقته بمستوى التفاؤل والتشاؤم ، رسالت ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق ، 2004.
- ❖ نبيل دخان وبشير الحجار: الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم ، السعودية ، مجلة الجامعة الإسلامية، مجلد (١) ، 2006.