

## أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض

د. يحيى مبارك خطاطبة

قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

ymkatatbh@imamu.edu.sa

## أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض

د. يحيى مبارك خطاطبة

قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية  
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

### الملخص

هدفت الدراسة إلى قياس أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض. بلغ عدد أفراد الدراسة (٢١٤) مقبلاً على الزواج. تم اختيار (١٧٢) مقبلاً على الزواج عشوائياً من المقبلين على الزواج المتحقين ببرنامج تدريب المقبلين على الزواج على رخصة القيادة الأسرية في جمعية ابن باز الخيرية بمدينة الرياض، و(١٤١) من طلبة المستوى الثامن بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في الفصل الدراسي الثاني ٢٠١٤/٢٠١٥.

استجاب أفراد الدراسة لمقياس قلق المستقبل الذي أعدته شقير (٢٠٠٥) ومقياس الكفاءة الذاتية الذي طوره الصقر (٢٠٠٥) بعد التحقق من خصائصهما السيكومترية وملاءمتهما لأغراض الدراسة الحالية. وأظهروا درجات مرتفعة على مقياس قلق المستقبل ودرجات منخفضة على مقياس الكفاءة الذاتية.

أشارت نتائج الدراسة إلى فعالية التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ). ولصالح أفراد المجموعة التجريبية. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للعمر، وفقاً لاختبار شيفيه. ووجود فروق على مقياس قلق المستقبل تعزى للمستوى الاقتصادي ولصالح ذوي الدخل الاقتصادي المنخفض. وأخيراً بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الكفاءة الذاتية تعزى للمستوى الاقتصادي.

الكلمات المفتاحية: رخصة القيادة الأسرية، قلق المستقبل، الكفاءة الذاتية، المقبلون على الزواج.

## The Impact of Family Driving License Training on Reducing Future Anxiety and Improving Self Efficiency among About-to-Marry Subjects in Riyadh

Dr. Yahya M. Khatatba

College of Social Sciences

Imam Mohamad Bin Saud Islamic University

### Abstract

The purpose of this study was to assess the the impact of family driving license training on reducing future anxiety and improving self efficiency among getting marrid subjects in Riyadh. The sample of the study consisted of 314 young subjects who were getting marrid. 173 subjects, randomly selected, attended the training program on family driving license in the Ibn Baz charity in Riyadh, while 141 were eighth-level students at the College of Social Sciences at the Imam Muhammad bin Saud Islamic University during the second semester of 2014/2015. The study sample responded to Future Anxiety scale developed by Shuqayr (2005) and the Self-Efficacy scale developed by Alsaqer (2005).

The results of the study showed the effectiveness of the training on family driving license in reducing future anxiety and improving self-efficiency among the study sample. Statistical differences were found between the mean differences of the getting marrid Parrticipantis performance on Future Anxiety scale, and the self-efficacy scale attributed to training on family driving license ( $\alpha= 0.05$ ), in favour of the experimental group. The results also showed no statistically significant differences on the Future Anxiety scale and the self-efficacy scale attributable to age. Satically significant differences were found in the Future Anxiety scale accordinf to the economic level, in favor of the low economic level. Finally, the results revealed no statistically significant differences on self-efficacy scale according to to the economic level.

**Keywords:** family driving license, future anxiety, self-efficacy, getting marrid.

## أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض

د. يحيى مبارك خطاطبة

قسم علم النفس - كلية العلوم الاجتماعية  
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

### المقدمة

تعتبر التكنولوجيا الحديثة والتطور الحضاري من دواعي الخوف والقلق من المستقبل، حيث أنّ التغيرات السريعة تجعل الإنسان يقف حائراً قلقاً وسط هذه التطورات، وتجعله يسعى جاهداً لتحقيق هدفه في الحياة، الأمر الذي يقلل من كفاءة الذاتية ويزيد من حدة قلقه ويهدد مستقبله في كل لحظة.

وقد أشارت تقارير منظمة الصحة العالمية لسنة (٢٠٠١) ”بأن (٤٥٠) مليون شخص في العالم يعانون من اضطرابات ومشاكل نفسية كالقلق الذي يمثل (٣٠-٤٠٪) من مجموع الاضطرابات النفسية، ويظهر ذلك بوضوح لدى الإناث وكذلك الأطفال، والمراهقين ومن هم بسن الشيخوخة“ (زهران، ٢٠٠١، ص٤٨٥).

وقد بدأ الاهتمام بدراسة القلق نظراً لزيادة ضغوط الحياة التي يتعرض لها الإنسان المعاصر، وكثرة المعوقات التي تحول دون تحقيق أهدافه، ومن ثم يتناوبه القلق، ويعجز عن تحقيق ذاته، والوصول إلى إشباع رغباته (عبد الفتاح، ١٩٩٤). ”وكون الشباب يشكلون الغالبية العظمى من أعضاء المجتمع، وهم الأساس الذي يُبنى عليه التقدم في كافة مجالات الحياة، وهم أكثر فئات المجتمع حيوية، وقدرة، ونشاطاً، وإصراراً على العمل والعطاء ولديهم إحساس بالتجديد، مما يجعلهم أكثر قدرة على مواجهة مشكلات المستقبل وتحدياته.“ (الساعاتي، ٢٠٠٣، ص٢٥).

وتمر حياة الشباب بعوائق بيئية وشخصية متنوعة تدفعهم إلى الشعور بالاضطراب والقلق نتيجة لأحداث الماضي المؤلمة، وإمكانات الحاضر المتواضعة، ومن ثم يتكون لديهم الشعور بالقلق تجاه المستقبل، فالتناقضات الكبيرة بين ما هو واقعي وبين الأحلام الوردية والواقع المرير يضع الشباب في منعطف خطر من الصراعات النفسية، ويؤدي إلى ظهور الاضطرابات النفسية والشخصية كالقلق المرتبط بمهنة أو الزواج والمخاوف المتعلقة بالمستقبل (دياب،

٢٠٠١، ص ٤٣٨). وقد ينظر البعض إلى المستقبل نظرة تشاؤمية ويحمل موقفاً سلبياً كالقلق أو الخوف أو الفرع، وبما أنّ مرحلة الشباب مرحلة عواطف وتوتر وشدة تكتنفها المعاناة والأزمات النفسية، والقلق والإحباط، وصعوبات التوافق؛ لما يتعرض له الفرد من تحديات وصعوبات في الأسرة والمجتمع (الحسيني، ٢٠١١). فمرحلة النضج والبلوغ لها تأثيرها في رفع مستوى قلق المستقبل (Future Anxiety) لديهم. ففي المرحلة العمرية من (١٠-١٤) سنة يظهر خوف وقلق من المستقبل بنسبة (٨، ٢٪) أعلى من بقية أنواع القلق الأخرى، وفي المرحلة العمرية (١٥-١٩) سنة تبلغ النسبة (٥، ١٥٪)، أما المرحلة العمرية (٢٠-٢٩) سنة ترتفع نسبة القلق إلى (٧، ٥١٪) وهي الدرجة الأعلى من بقية المراحل العمرية الأخرى (Zaleski, 1996). ومن العوامل المثيرة للقلق لدى الشباب هو المستقبل، خاصة عندما يشعر الشباب بعدم وضوح مستقبله المهني والأسري، فإنه يشعر بالإحباط والقلق على ذاته وعلى مستقبله ووجوده، وعلى علاقته بالآخرين؛ لأن المستقبل يتضمن النجاح في العمل وتحقيق الذات والإمكانات الكاملة لديه (عسكر وعبد الرزاق، ١٩٩٨). وأشار بركات (٢٠٠٠) في دراسته إلى أن تصور طلاب الجامعة للمستقبل أظهر ما نسبته (٢، ٦٥٪) من القلق والخوف من المستقبل. مما يشير إلى أن تصور الشباب الجامعي للمستقبل يكتنفه الخوف والقلق وعدم الثقة في تحقيق الطموحات التي يرجونها لأنفسهم ولأسرهم ولمجتمعهم. وترى عبد الباقي (١٩٩٣) أنّ القلق لدى الشباب يرتفع كلما تقدم الإنسان في العمر، مما ينعكس على مطالب الحياة الاجتماعية والاقتصادية والمستقبلية، ويتمثل قلق الشباب في المستقبل لتحقيق آمالهم وتطلعاتهم كالزواج ومساعدتهم على اختيار الشريك وإيجاد فرص العمل. ويرى زالسكي (Zaleski, 1996) أنّ الأشخاص الذين يعانون من ارتفاع مستوى قلق المستقبل يظهرون أنماطاً سلوكية ترتبط بعدم القدرة على تحسين حياتهم الشخصية، والعجز عن التخطيط للمستقبل، والعمل لتحسين الفشل وخيبة الأمل (Disappointment) والتعامل مع الأحداث المستقبلية بروح أقل مرحاً وتفاؤلاً ويصبحون أقل اهتماماً بصحتهم وأجسامهم؛ وذلك لعدم وجود أي دافعية لديهم للاحتفاظ بقوتهم في مواجهة المواقف الحياتية المختلفة.

ويمكن اعتبار المرحلة التي ترتفع فيها درجة القلق مقارنة ببقية المراحل مرحلة حرجة (Critical Stage) بالنسبة للشباب بشكل عام، وللمقبلين على الزواج بشكل خاص؛ لذا يُعد قلق المستقبل الذي يعاني منه المقبلون على الزواج بدرجة ملحوظة من المصطلحات الحديثة في مجال البحث العلمي، حيث أن أنواع القلق المعروفة لها بعد مستقبلي، ويؤكد منصور (٢٠٠٠، ص ٥٩) أن عصرنا الحالي يمتاز بسمات عديدة محفزة للقلق كالفردية، والعزلة النفسية،

وعدم القدرة على التكيف السريع مع تقنيات الاتصال المعاصرة، بالإضافة إلى حالة الاغتراب النفسي والقلق من المستقبل. والذي يمثل خطراً هو أن مظاهر القلق التي بدأت تطفو على السطح منذ أن أطلق توفلر (Toffler)، مصطلح صدمة المستقبل (Future Shock) معتبراً أن العصر الحالي يخلق توتراً خطراً بسبب المطالب المتعددة لاستيعاب تغيراته والسيطرة عليه (Zaleski, 1996. p165). ويشكل قلق المستقبل خطورة في حياة الفرد، والتي تمثل خوفاً من مجهول ينتج عن خبرات ماضية وحاضرة يعيشها الفرد، تجعله يشعر بعدم الأمن ويتوقع الخطر، ويشعر بعدم الاستقرار، مما ينتج حالة التشاؤم واليأس، وبداية الاضطرابات النفسية (شقير، ٢٠٠٥، ص ٤).

وقلق الشباب من المستقبل هو خوف أو مزيج من اليأس والأمل ومصاحبة بعض الأفكار الوسواسية، ويحدث بسبب التفكير أو التصرف أو النشاط تجاه المستقبل (الحسيني، ٢٠١١). بينما يعرف سعود (٢٠٠٥، ص ٦٣) قلق المستقبل بأنه جزء من القلق المعمم على المستقبل (Generalized anxiety about the future)، الذي يتمثل بمجموعة من البنى المعرفية كالتشاؤم أو إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة وفقدان السيطرة على الحاضر، وعدم التأكد من المستقبل. ويتداخل كل من الماضي والحاضر في التنبؤ بقلق المستقبل فالشباب مثلاً لديهم عدة أسباب تساعد على ظهور قلق المستقبل لديهم كالأسباب الاجتماعية، والاقتصادية، والمهنية، والصحية، والأكاديمية، والخوف من المجهول، وغيرها من الأسباب. ويحصر شمّال (١٩٩٩، ص ٧٠) أسباب قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات بفعل عوامل اجتماعية ثقافية، مما يعني أن هناك أموراً داخل المجتمع تستثير التوجس والخوف من الأيام المقبلة التي ستعتمد على تغيير أهداف الفرد الحياتية، كما أن طبيعة المناخ الاجتماعي المهيأ لحالة القلق من المستقبل كضغوط الحياة، وأزمة السكن، وارتفاع الأسعار، وقلة فرص العمل لخريجي الجامعات والمعاهد.

وترى القاضي (٢٠٠٩) أن قلق المستقبل بالخوف من مجهول يجعل الفرد يشعر بعدم الاستقرار والخوف من الموت ومواجهة الحياة المستقبلية، والخوف من التغيرات الاجتماعية المتوقع حدوثها، والتوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل، وهذا يسبب حالة التشاؤم واليأس قد تصل إلى درجة الاضطراب. كما يمكن تعريفه بأنه خبرة انفعالية غير سارة يمتلك الفرد خلالها خوفاً غامضاً نحو ما يحمله الغد الأكثر بعداً عن الصعوبات، والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن، أو الطمأنينة نحو المستقبل (الحسيني، ٢٠١١).

وتشير شقير (٢٠٠٥، ص ٤) ”إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد وتمثل خوفاً من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (وحاضرة أيضاً) يعيشها الفرد تشعره بعدم الأمن والاستقرار وتوقع الخطر، وتسبب له هذه الحالة شيئاً من التشاؤم واليأس يؤدي به إلى اضطراب حقيقي وخطير كالإكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير، وينشأ قلق المستقبل عن أفكار خاطئة لا عقلانية لدى الفرد تجعله يؤول الواقع من حوله، وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائل الذي يفقده السيطرة على مشاعره، وأفكاره العقلانية، وانعدام الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والخوف والذعر (panic) الشديد من التغيرات الاجتماعية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل من تحديات، ومن ثم الثورة النفسية الشديدة التي تأخذ أشكالاً مختلفة كالخوف من المستقبل المجهول غير المستند إلى الأدلة والبراهين المادية، وبالتالي فإن قلق المستقبل يشكل مزيجاً من الرعب والأمل بالنسبة إلى المستقبل والأفكار الوسواسية، وقلق الموت، واليأس بشكل مبالغ فيه يجعل صاحبه يعاني من التشاؤم منه“.

وتعتبر مرحلة الزواج مرحلة انتقالية من الاعتماد على الآخرين إلى الاعتماد على الذات وما يصاحب هذا التغير من بحث عن وظيفة واستقرار نفسي ومتطلبات وتحديات أسرية، وعندما يقبل الشباب على عتبات المستقبل فإن قدرته على مواجهة وإجتياز مشكلاته تُعد أمراً محفوفاً بالمخاطر، ولذلك يجب على الشاب تأمل وتفهم ظواهر المستقبل حتى يتهيأ لها ويُعد نفسه لمواجهةها، وأكثر ما يثير القلق لدى الشاب هو المستقبل؛ بل يشعره بعدم وضوح أو تحديد المستقبل الزواجي مما يجعله يشعر بالإحباط والخوف والانعزال عن الآخرين.

ويمكن عزو أهم أسباب قلق المستقبل لدى الشباب المقبلين على الزواج إلى عدة أمور تتمثل في طرق اختيار شريك الحياة، وطرق الارتباط المفضلة لديهم، ومواصفات الشريك، وأسباب اللجوء إلى بناء العلاقات غير الشرعية قبل الزواج، وارتفاع نسبة العنوسة (Spinsterhood) بين الجنسين، وزيادة معدلات الطلاق (Divorce)، وحالات العنف الأسري (Violence Family) وارتفاع الضغوط الاجتماعية والاقتصادية التي تقع على الأفراد المقبلين على الزواج. كما أن الإستعداد الشخصي وقدرة الفرد على التفاعل مع الأحداث المستقبلية ومواجهة الضغوط من الأسباب الكامنة لإحداث القلق لدى الشباب (الحسيني، ٢٠١١). ويرى نجاتي (٢٠٠٠، ص ١٥٩)، أن القلق ينعكس بشكل عام على الشخص ويميزه عن غيره بمجموعة من الخصائص، حيث يتصف الأشخاص القلقون بسرعة الاستثارة، والتعب، وصعوبة الاستمرار

في عملهم اليومي. وإعتبرت العجمي (٢٠٠٤، ٩٨) "أن ضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات، والإحساس بمعنى الحياة، وعدم قدرة الفرد على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع، ونقص القدرة على التكهن بالمستقبل، وعجزه عن التكيف مع المشكلات الأسرية من الأسباب الدافعة لارتفاع قلق المستقبل لدى الأفراد". «كما يعتبر التفكير اللاعقلاني في المستقبل والخوف من الأحداث السيئة المتوقع حدوثها والشعور بالارتباك والضيق، والغموض، وتوقع السوء من الأسباب الكامنة لقلق المستقبل» (عبد المحسن، ٢٠٠٧، ص ١٢٠). ويظهر قلق المستقبل نتيجة تعرض الشخص لمجموعة من التغييرات المعبرة عن الشعور بعدم الثقة بالمستقبل، وطرق التفكير الخاطيء وغير الصحيح؛ وبذلك فإن الأشخاص القلقين يميلون إلى أن تكون مساحة حياتهم قصيرة إلى المستقبل، أي أن الحاضر يبقى محصوراً في ظروف القلق، والإمتداد المستقبلي يميل إلى التناقص، إذ يعتبر توفلر (Toffler) قلق المستقبل مرضاً حقيقياً أسبابه تعود إلى التغيير (الداهري، ٢٠٠٥).

ومن المظاهر التي تبرز على الشخص الذي يعاني من قلق المستقبل بدرجة شديدة الإنطواء، وعلامات الحزن، والشك، والتردد، والبكاء لأتفه الأسباب، والنظرة التشاؤمية للحياة، والتغنت بالرأي، والخوف من التغييرات الاجتماعية، واستغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين المستقبل، والحفاظ على الطرق الروتينية في مواقف الحياة، والانعزال والانسحاب من الأنشطة البناءة في الحياة. ويذكر حسانين (٢٠٠٠، ص ١٩) سمات الأشخاص ذوي قلق المستقبل كالتشاؤم، واستغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين المستقبل، والإنسحاب من الأنشطة البناءة دون مخاطرة، وإتخاذ الإجراءات الوقائية لزيادة الفرص في المستقبل، وإستخدام آليات دفاعية ذاتية كالإزاحة، والكبت لتقليل الحالات السلبية، والتركيز على أحداث الحاضر والهروب من الماضي، والإنطواء، والخوف من التغييرات الاجتماعية، وصلابة الرأي وظهور الإنفعالات لأدنى الأسباب والحفاظ على الظروف الروتينية.

ويعاني المقبل على الزواج من عدد من الأزمات والصراعات النفسية والاجتماعية عند رؤيته واقع المتزوجين وكثرة الخلافات الأسرية كارتفاع معدلات الطلاق إلى أعلى مستوياتها، واكتضاظ المحاكم بقضايا الخلع، والعنف الأسري، وزيادة بعض الظواهر التي تدفع إلى القلق والخوف من المستقبل الزواجي الناتج عن طبيعة العلاقات غير المشروعة بين الجنسين قبل الزواج، وانتشار ظاهرة الزواج العرفي في الآونة الأخيرة.

ويلعب الجانب الإقتصادي دوراً في إحداث قلق المستقبل للفرد، فكلما انخفض الدخل الشهري للفرد كلما ارتفع مستوى القلق لديه؛ لأنه يمثل الحاجز الذي يحول دون تحقيق

الأهداف والطموحات التي يحلم بها الشخص، فالعامل الإقتصادي يساعد في استقرار الأسرة من ناحية ضمان متطلباتها؛ مما ينعكس إيجاباً على الأطفال، وأكثر المشاكل الأسرية سببها إقتصادي يحول دون تحقيق متطلبات الأسرة وإحتياجاتها (السفاسفة والمحاميد، ٢٠٠٧).

ومن المظاهر الأساسية لقلق المستقبل: المظاهر المعرفية وهي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائماً من الحياة معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكه، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية. والمظاهر السلوكية وهي مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوكه، كتجنب المواقف المحرجة، وكذلك المواقف المثيرة للقلق. والمظاهر الجسدية ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسولوجية كضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، إرتفاع ضغط الدم، والإغماء، والتوتر العضلي، وعسر الهضم، فالقلق لا يجعل الفرد يفقد إتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية ومدركاً عدم منطقية تصرفاته، أمّا في الحالات الحادة فإن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة (الداهري، ٢٠٠٥). ومن المهارات والأساليب الإرشادية المتبعة لعلاج الأشخاص الذين يعانون من إرتفاع قلق المستقبل إعادة التنظيم المعرفي، وتغيير الأفكار اللاعقلانية لديهم.

ويعاني الفرد المقبل على الزواج من القلق مما يؤثر في شخصيته ومستقبله تأثيراً سلبياً، وكلما زادت درجة قلق المستقبل أو عدم قدرة الفرد على تحديد ما يريده، فإن ذلك يسهم في إحداث العديد من الإضطرابات والأمراض النفسية، ويؤثر على كفاءة وتوقعات الفرد الذاتية من المستقبل مما يجعله يتجه نحو توقع سلبي نحو المستقبل. وأهم ما يميز الدراسات التي تستشرف آفاق المستقبل، أنها تسلّم زمام القيادة الأسرية للشباب المقبل على الزواج، وترشده إلى خطوات صياغته وبنائه، وتوعيته بأسبابه (الحسيني، ٢٠١١). ومن الأعراض التي تظهر على الشاب المقبل على الزواج بسبب قلقه من المستقبل العصبية، والتوتر، والشعور بعدم الراحة، والحساسية الزائدة، وسهولة الإستثارة والهيّاج، وعدم القدرة على الاستقرار، والشك والارتباك، والتردد في اتخاذ القرار، والاكْتئاب، والتشاؤم، والانفعال بأخطاء الماضي وكوارث المستقبل، وتوهم المرض، والشعور بقرب النهاية والخوف من الموت، وضعف التركيز، وشرد ذهن، واضطراب قوة الملاحظة، وضعف القدرة على العمل والإنتاج والإنجاز، وسوء التوافق الاجتماعي، والمهني، والسلوك العدواني (زهرا، ٢٠٠٥). كما يعاني المقبل على الزواج من إرتفاع قلقه من المستقبل وخوفه عليه، وتضعف قدرته على مواجهة التحديات التي تعتريه،

ويتدنى مفهومه عن ذاته، ويحدث تراجع بثقته بنفسه، كما أن تقديره لذاته يصبح متدنياً وتراجع كذلك كفاءته الذاتية (Self-Efficacy) التي تُعرّف بأنها معتقدات الفرد حول قدرته لإنتاج مستويات معيّنة من الأداء. وتؤثر على ممارسة النشاطات الهامة في حياته. وتحدد معتقدات الكفاءة الذاتية بكيفية شعور الفرد وتفكيره، وكيف يحفز نفسه وكيف يتصرف، وتنتج هذه المعتقدات تأثيرات متنوعة من خلال أربع عمليات رئيسية هي العمليات المعرفية، والعاطفية، والدوافع، وعمليات الإختيار (Bandura, 1994). ويشير تركيب الكفاءة الذاتية إلى "معتقدات الفرد عن قدراته لتنظيم وتنفيذ طرق العمل اللازمة لتحقيق الإنجازات المرغوبة (Bandura, 1997, p3).

ويعتمد قلق المستقبل على درجة امتلاك الفرد للكفاءة الذاتية، وقدرته على التحكم فيما حوله في البيئة لإنجاز أهدافه الشخصية ولمواجهة الأحداث السالبة، وهذا الفهم جيد لتخفيف قلق المستقبل (Zaleski, 1996. P 166). وقد يؤثر القلق على صحة الفرد ومعاناته اليومية وتخوفه من المستقبل وارتباطه بالدوافع العدوانية، وضعف الكفاءة، والإحباط، والشعور بالذنب، وتفكك العلاقات الإجتماعية، والاعتقاد بالأفكار اللاعقلانية، والإنهيار العصبي، والإصابة بالأمراض النفسجسمية (العكاشي، ٢٠٠٠).

ويؤكد باندورا (Bandura, 1994, p 71) أن فاعلية الذات (Self-Efficacy) ليست قدرة ثابتة يمتلكها الفرد ضمن ذخيره السلوكية، إنما هي قدرة خلافة يتم فيها تنظيم المهارات الفرعية للمعرفة، والنواحي العاطفية والسلوكية والإجتماعية وتسبقتها بشكل فعال لخدمة كثير من الأغراض. ويعرفها شفارتسر (Schwarzer, 1994) على أنها بعد من أبعاد الشخصية تتمثل في قناعات ذاتية في القدرة على التغلب على المتطلبات والمشكلات الصعبة التي تواجه الفرد من خلال التصرفات الذاتية. وتحتوي قائمة الكفاءة الذاتية على توقعات ذاتية حول قدرة الشخص في التغلب على مواقف ومهام مختلفة بصورة ناجحة. والمقصود بالكفاءة الذاتية أو توقعات الكفاءة الذاتية توقع الفرد بأنه قادر على أداء السلوك الذي يحقق نتائج يرغب فيها في أي موقف معين (جابر، ١٩٩٠، ص ٤٤١). وتتضمن الكفاءة الذاتية أحكام الأفراد الشاملة على مدى قدرتهم على إنجاز مهمة محددة، كما تشمل الحكم على التغيرات التي تطرأ على فاعلية الذات أثناء اكتساب الفرد للمعلومات والقيام بالتجارب إضافة إلى العوامل الدافعية التي تحرك سلوكه بطريقة مباشرة (Gist & Mitchell, 1992).

وتكمن أهمية الكفاءة الذاتية المدركة في كونها تؤثر في سلوك الفرد، وتساعده ليختار النشاطات التي يعتقد بأنه يمكن له أن ينجح بها، ويتجنب تلك التي يعتقد أنه يمكن أن يفشل

في حلها، كما أن الأفراد ذوي الإحساس المرتفع بالكفاءة الذاتية يميلون إلى بذل جهود كبيرة عند قيامهم بإنجاز مهمات معينة، عند مواجهة ما يعوق تقدمهم ونجاحهم، ويُعدون أكثر إصراراً في حين أن الأفراد ذوي الإحساس المنخفض بالكفاءة الذاتية يبذلون جهداً أقل في أداء المهمات، ويتوقفون بسرعة عن الاستمرار في العمل إذا ما واجهتهم صعوبات وعقبات تقف أمام تحقيق المهمة (أبو غزال وعلاونة، ٢٠١٠). كما أن إدراك الأفراد لفاعليتهم الذاتية يؤثر على الخطط التي يعدونها، فالأفراد الذين لديهم حساسٌ مرتفعٌ بفعاليتهم الذاتية يرسمون لأنفسهم خططاً ناجحة وإيجابية ومؤدية للنجاح على العكس من الذين يرسمون خططاً فاشلة من ذوي الكفاءة الذاتية المتدنية (محمد، ٢٠٠٨). وكلما ازداد اعتقاد الإنسان بامتلاكه إمكانيات سلوكية توافقية من أجل التمكن من حل مشكلة ما بصورة عملية، كان أكثر إندفاعاً لتحويل هذه القناعات لسلوكٍ فاعل. (Schwarzer, 1994) كما أن تمتع الفرد بمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية يعد مؤشراً على قدرة الأفراد الجيدة في التخطيط لمستقبلهم ورسمه بشكل واضح. ويكمن لدى الإنسان مجموعة من القدرات التي تميزه عن غيره من المخلوقات كالتفكير على التفكير، والتخطيط، وتنظيم الذات، والتكيف مع المواقف، بمعنى أن أداء الفرد لوظائفه هو نتاج لمجموعة من العوامل الشخصية، والسلوكية، والبيئية (Pajares, 2005). وامتلاك الفرد لمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية يعتبر مؤشراً لقدرة الفرد على التحكم في أفعاله الشخصية، وأعماله، والأفراد ذوي الكفاءة الذاتية المنخفضة غير قادرين على التعامل الجيد مع المواقف، وأكثر احتمالاً للفشل في حياتهم (Bandura, 1997).

ونظراً لزيادة الآثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي تتكون لدى المقبلين على الزواج فقد بدء الوعي لإعداد الأزواج منذ القدم حيث اهتم رجال الدين بتقديم التعاليم الزوجية للأزواج قبل الزواج (Pre-Married)، كما انتشرت الكتب التي تقدم المشورة للأفراد الراغبين بالزواج حول أسس الإختيار، والسنوات الأولى من الزواج، وطبيعة الخلافات الأسرية والتعامل معها. كما ظهرت المواقع الإلكترونية والمجلات التي تهتم بتقديم النصائح والمعلومات للمقبلين على الزواج، وفي السنوات الأخيرة بدأ صناع القرار بالإهتمام بإعداد الأزواج كتقديم الدعم المادي، وتخفيض رسوم الزواج للذين حضروا من (٤-١٢) ساعة من التدريب على رخصة الزواج (Poley, 2011).

ومن مبررات بناء وتقديم برامج الإرشاد للشباب المقبلين على الزواج، ارتفاع معدلات الطلاق، وتقديم الخطط الإرثائية كبرامج وقائية تساعد المقبلين على الزواج على التكيف والتوافق الأسري، ولكون الأسرة نواة المجتمع الأولى، وهي البوتقة التي ينشأ ويتربى فيها أفراد

المجتمع (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠١٠، ص٤٢٥). كما يجب أن تكون برامج الوقاية قبل الزواج واضحة من حيث أهدافها، وعدد دوراتها، وساعاتها المقررة، وعناوين الجلسات التي يخضع لها المتدرب بحيث لا تقل عن (٤-١٢) شهراً مما يوضح للمقبلين على الزواج خطوات اتخاذهم للقرار، وأن لا تقل ساعات التدريب عن (١٢-٢٤) ساعة كمخطط للإعداد المقبلين على الزواج وتدريبهم على الأنشطة والمهارات المختلفة حيث تعطى الجلسات والمهارات التدريبية للزوجين منفردين وللزوجين مع مجموعات التدريب (Silliman and Schumm, 1999). ومن المهارات الأساسية لبرامج إعداد المقبلين على الزواج تدريبهم على مهارات الاتصال (Communication skills)، والمرونة (Flexibility)، والتقارب والتوافق في الشخصية، وتسوية النزاعات، والتسامح العاطفي بين الشريكين (Ooms, 2010).

وتعتبر مرحلة التحضير للزواج (Preparation-Marriage) والإعداد له ذات أهمية؛ ذلك كون أن الإعداد الكافي قبل الزواج يؤثر إيجابياً على الأزواج بصفة خاصة، والمجتمع بصفة عامة، ويؤكد بولي (Poley, 2011) أن الإعداد المسبق للزواج يحقق استراتيجية فعّالة في المجتمع ويحقق الزواج الصحي. ويؤكد كل من ألسون ولارسون (Larsen & Olson, 1989) أن فاعلية برامج الإعداد للزواج خفضت عدد حالات الطلاق بنسبة (٢١٪) كما يؤكد أن أكثر من (١٣) دراسة بينت فاعلية برامج التدريب قبل الزواج على تحسين التوافق الزوجي، وخفض انتشار المشكلات الزوجية.

ويعد إعداد الأزواج وتأهيلهم وتدريبهم قبل الزواج من المهام الأساسية التي تساعدهم على الاختيار والذي يمثل الخطوة الأكثر أهمية لتكوين الأسرة. ولواجهة التصدعات المستقبلية في العلاقة الزوجية، ولدرء الاضطرابات النفسية التي قد تنشأ نتيجة تعارض الدور المنوط بالأزواج، كان لابد من إعداد وتأهيل الشباب المقبلين على الزواج وتعريفهم بمهامهم ومسؤولياتهم المتعددة، إضافة إلى تعريفهم بحقوق وواجبات الزوجين، وإكسابهم قيم الحب والتعاطف والتعاون، وهي القيم اللازمة للتوافق والتراضي في العيش المشترك، واستمرار ديمومة الحياة الأسرية (بنجر، ٢٠١٠، ص١١). وتمثل العلاقة الزوجية أقوى وأصدق العلاقات الإنسانية لما تحويه من دفة في المشاعر وعمق في التواصل، ومشاركة في الأهداف والطموح على الرغم من التحديات التي تعترها. ويمكن للعلاقات الأسرية أن تكون مصدراً لإثراء ودعم كل منها، كما يمكن أن تكون مصدراً للضغوط والمعاناة، وهي في معظم الحالات مزيّج من الدعم والضغط. ويسعى الإرشاد الأسري إلى تحقيق سعادة الأسرة واستقرارها؛ مما ينعكس على سعادة المجتمع واستقراره. ويهتم الإرشاد الأسري؛ كذلك بمساعدة الأسرة في مختلف المراحل التي

تمر بها: مرحلة ما قبل الزواج، ومرحلة الحمل، ومرحلة الأطفال ورعايتهم في مختلف مراحل نموهم وصولاً إلى رعاية كبار السن (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠١٠). ويعد امتلاك المقبلين على الزواج لمهارات التدريب على رخصة القيادة الأسرية من الشروط الأساسية لتحقيق متطلبات بناء الأسرة الصحية قبل مرحلة الزواج.

والزواج كما تعرفه سليمان (٢٠٠٤) هو علاقة بين الرجل والمرأة تقوم على أسس دينية واجتماعية واقتصادية، وهي عامل أساسي لبقاء النوع الإنساني والحفاظ عليه. ويبنى الزواج على مجموعة من المعايير والشروط التي يتبناها كل من الرجل والمرأة كالمعتقدات الدينية، والجانب العائلي، والعمر، والمستوى التعليمي، والوضع الاجتماعي، والاقتصادي، إذ يُلاحظ في الغالب أن الارتباط يحصل بين الأشخاص الأكثر تشابهاً مما يضمن التكيف والتجانس، إلا أن هذا لا يمنع من وجود بعض الاختلافات بين الطرفين؛ لذا يكون لزاماً عليهما تعلم تقبل الإختلاف والتعايش معه. وامتلاكهم لمهارات التعامل مع المشكلات والاضطرابات الأسرية كزيادة الخلافات الزوجية وكثرة الشجار بين الزوجين، والإدمان على العقاقير كالمهدئات والكحول والمخدرات، وظهور بعض الاضطرابات العصبية وصراع الأصدقاء، وإساءة التعامل مع الزوجة والأطفال، واضطراب العلاقة بين الوالدين والأبناء، والطلاق. (المجلس الوطني لشؤون الأسرة، ٢٠١٠).

ويعتبر الزواج السعيد من أهم مقومات رضا الفرد عن حياته، إلا أن الحياة الزوجية في معظم الأسر تختبر العديد من الأزمات، خاصة في المجتمعات المعاصرة التي تحاول التعايش مع سرعة التطور والتحديث، حيث يشير مكتب الإحصاء الأمريكي إلى أن نسبة الطلاق في السنوات الخمس الأولى من الزواج قد تصل إلى (٤٠-٥٠٪) من الحالات (Cherlin, 1993). وينظر أكثر من (٧٥٪) من الأمريكيين إلى الزواج على أنه ذو قيمة هامة لذا من الضروري الإعداد الجيد والتأني في اتخاذ القرار المتعلق به ويقلل الإعداد للزواج من حالات الطلاق بنسبة (٢٠٪) (Popenoe & Whitehead, 2010). ومن الفوائد التي يجنيها الشباب المقبلين على الزواج الذين يحملون رخصة قيادة الأسرة (Family driving license) ويتدربون عليها بشكل خاص، والمجتمع بشكل عام انخفاض درجة إصابة أفراد العائلة بالاضطرابات النفسية مقارنة مع الأفراد الذين لم يتعرضوا للإرشاد والتدريب قبل الزواج (Olson, DeFrain, & Skogrand, 2011). كما يظهر رضا الزوجين عن علاقاتهم الزوجية مقارنة بغيرهم ممن لم يتلقوا التدريب، وسعادتهم الزوجية أعلى بنسبة (٧٩٪) مقارنة مع الأزواج الذين لم يتلقوا التدريب (Carroll & Doherty, 2003).

ومن المهارات التي يتدرب عليها المقبلون على الزواج عليها لحصولهم على رخصة القيادة الأسرية التدريب على مهارات الاتصال، والمرونة العاطفية، وإدارة الصراعات الأسرية، والترابط الأسري، وإدارة الموارد الأسرية، ومهارات التعبير العاطفي (Emotional Expression Skills)، والنظر إلى الإيجابيات بين الشريكين، والوضوح (Olson & Olson, 2000). والحب والتقدير والاحترام، والانتماء، والتعاون، والصداقة، والتقبل، والاستماع العاطفي، والتشجيع وهي من مطالب الزواج الأساسية (مرسي، 1991). ويؤكد غينغرش (Gingrich, 2003) أن الإرشاد قبل الزواج يقلل من حجم الخلافات الزوجية التي تقع بين الزوجين ويحسن درجة الرضا عن العلاقة الزوجية في المستقبل، ويعتمد على قوة ونوعية التدريب والعلاقة الإرشادية التي يتم بناؤها بين المرشد والمقبل على الزواج.

ومن هذا المنطلق؛ يعتبر سوء الإعداد للزواج سبباً جوهرياً في التفكك الأسري، والطلاق، ومصدراً أساسياً لإصابة الأزواج والأبناء بالأمراض والاضطرابات النفسية كالإكتئاب، والتأخر الدراسي، والانحراف، وتعاطي المخدرات؛ لذا فإن الدراسة الحالية تهدف إلى استقصاء أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية بقلق المستقبل والكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض، ويساعد التدريب على رخصة القيادة الأسرية المقبلين على الزواج على الإختيار الموفق لشريك الحياة، وتحقيق التكيف الزوجي ودفع التعاون بينهما للتغلب على المصاعب والتحديات التي قد تعترض نظام الأسرة، والقدرة على تحمل المسؤولية، والإستعداد للحياة الزوجية والإندماج فيها، ويشبع حاجتهما العاطفية ليصبحوا قادرين على تفهم كل منهما للآخر، وتبصر كليهما بحقوقه وواجباته، كما يتم تدريبهم على الاستعداد لمواجهة الأزمات الأسرية والتعامل معها.

وقد أجرى عدد من الدراسات العربية والأجنبية التي اهتمت برعاية الأشخاص المقبلين على الزواج وتأهيلهم من خلال عرضها لبرامج علاجية وبعض الأنشطة التي تساعدهم على التعامل مع الأزمات الأسرية، والاستعداد لتكوين العلاقات العاطفية واشباع الحاجات العلاقية بين الشريكين، يعرضها الباحث كما يلي:

أجرى موك (Mock 2014) دراسة نوعية هدفت إلى استكشاف تجارب الأزواج لإحياء علاقاتهم الزوجية بعد مراجعتهم المختصين بمراكز الإرشاد الأسري، واعتمد الباحث على المقابلات التي يتم إجراؤها للأزواج من قبل المختصين. تم تقديم دورة لمدة يومين ركزت في العلاج المركز على الحل (The Solution-Focused Therapy) وتناول فيها عدة موضوعات كدافعية الزوجين نحو العلاقة الأسرية، والبيئة الأسرية الداخلية والخارجية. بلغ عدد أفراد

عينة الدراسة (١٠) أزواج تم اختيارهم عشوائياً من (٣٠) زوجاً من مراجعي مراكز الإرشاد الأسري في جامعة ولاية بوتا في الولايات المتحدة الأمريكية. أشارت نتائج الدراسة أن (٧٠٪) من الأزواج الذين يخضعون لبرامج إعداد المقبلين على الزواج ويرجعون المرشد الأسري حال تخلخل علاقتهم الزوجية يحصلون على نتائج إيجابية.

كما قام مهليك (2014) Mihalec بدراسة فاعلية التدريب على البرامج الإثرائية للزوجين قبل الزواج، بلغ عدد أفراد الدراسة (١١٢) زوجاً. قسمهم الباحث الى مجموعتين تجريبية وتكونت من (٥٤) زوجاً، وضابطة وتكونت من (٥٨) زوجاً، قام الباحث بتدريب أفراد المجموعة التجريبية على برنامج مكون من عشر جلسات. أشارت النتائج إلى فاعلية البرنامج في تدريب المقبلين على الزواج، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في درجة امتلاكهم للعلاقات الإثرائية بين الأزواج، وتحسين قدرتهم على إدارة الصراعات، ومهارات الاتصال وامتلاكهم معرفة حول العلاقة الجنسية وأسس بناء الأسرة، والمرونة العاطفية بين الزوجين على القياسين القبلي والبعدي.

وأجرى يازدي وهوزينال (2013) Yazdi and Hoseinali دراسة حول آثار التدريب قبل الزواج على الاختيار الزوجي لدى طلبة الجامعة. بلغ عدد أفراد الدراسة (٤٠) طالباً من جامعة آزاد الإسلامية، قسمهم الباحث إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية تعرضت المجموعتين لاختبار قبلي وبعدي حول الاختيار الزوجي، في حين تعرضت المجموعة التجريبية لبرنامج تدريب مكون من ثماني جلسات بواقع (١٢٠) دقيقة لكل جلسة، تناول الباحث في الجلسة الأولى قضايا تعريفية بالزواج، وقضايا الألفة وأساليب الاختيار، وفي الجلسة الثانية تناول قضايا الحب وبعض الأمثلة من قصص الحب، وحداد الحب، وتحدث في الجلسة الثالثة عن التكافؤ بين الأزواج، وعرض الباحث في الجلسة الرابعة قضايا تتعلق بالخطوبة، وفي الجلسة الخامسة تحدث عن مشاكل السنة الأولى من الزواج كالمشاكل الاقتصادية والاجتماعية وتدخل الأقارب في شؤون الزوجين. أشارت النتائج أن برامج تدريب المقبلين على الزواج تساعدهم على تحديد أولويات ومعايير الاختيار، كما بينت النتائج فعالية الدراسة في تعديل وتغيير مواقف المقبلين على الزواج نحو الاختيار الزوجي، وفهم الفروق والتكافؤ بين الزوجين، في حين وجدت الدراسة عدم وجود فاعلية في تغيير الأفكار لدى المقبلين على الزواج تجاه الحب والعلاقات غير الرسمية قبل الزواج.

وبحث ميري وشيرفرد (2013) Miri and Sharifrad في دراستهم تأثير التعليم والتدريب على مواقف الأزواج لدى المقبلين على الزواج. وهدفت الدراسة إلى تحديد تأثير

تدريب المقبلين على الزواج على المعلومات المتعلقة بالحياة الزوجية، بلغ عدد أفراد الدراسة شبه التجريبية (٢٥٠) زوجاً من الذين خضعوا لدورة التدريب، حيث قام المتدربون بتعبئة استبيان بعد الإنتهاء من الدورة تضمن ثلاثة أجزاء هي: المعلومات الديمغرافية، ودرجة المعلومات التي اكتسبوها من التدريب، والمهارات التي تدربوا عليها كمواقف. أظهرت النتائج أنّ (٨٣٪) من الأزواج كشفوا عن إفادتهم العلمية من المهارات والمعارف المتعلقة بالحياة الزوجية، كما كشفت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات في المواقف والمهارات والمعارف التي حصل عليها المتدربون. كما اكتسبوا معارف عن العلاقة الزوجية بنسبه (٤,٣٪)، بينما بلغت نسبة إفادتهم من المهارات والمواقف العملية (٨٪).

كما أجرى فتورس وزملاؤه (Futris, et. al (2011) دراسة حول الآثار المترتبة على برامج الإستعداد للزواج للمقبلين على الزواج، بلغ عدد أفراد الدراسة (١٠٦) أشخاص بواقع (٥٣) زوجاً تراوحت أعمارهم (٢١-٢٠) سنة. إلتقى الباحثون بشكل فردي مع (٢٥) زوجاً كل زوج على حده، والتقى الباحثون (٢٨) زوجاً بشكل جماعي في نهاية الأسبوع و لمدة ستة أسابيع بواقع مرة في الأسبوع. تناول البرنامج عدة موضوعات كبناء العلاقة الزوجية، وتقويتها، ومهارات الاتصال بين الأزواج، ومهارات حل الصراعات، ونشأة الأسرة، والإدارة المالية، والأهداف الشخصية لكل زوج، وتدريبهم على النمذجة، وأسس بناء الثقة والعلاقة الحميمة، كما تم تعبئة الاستبانة المكونة من (١٦٥) فقرة من المشاركين في التدريب قبل الحضور لمركز التدريب. أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية لدى المتدربين قبل وبعد التدريب ولصالح أفراد المجموعات الفردية مقارنة مع المجموعات الجماعية، كما كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية لدرجة رضا المشاركين عن علاقاتهم وتوافقهم الزوجي، وقدرتهم على فهم ملامح الشخصية تعزى للتدريب على البرنامج والمستوى الإقتصادي حيث تبين أن ذوي الدخل السنوي المنخفض (أقل من ٢٠,٠٠٠ دولار درجة رضاهم عن علاقاتهم الزوجية متدنية مقارنة مع ذوي الدخل الاقتصادي المرتفع، وأخيراً بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدريب على البرنامج تعزى لمتغير الجنس، وأوصت الدراسة بعمل ورش عمل فردية وجماعية لعدة أيام لتفعيل برامج الخدمات الإرشادية قبل الزواج.

وقام بارك وزملاؤه (Park, et. al (2009) بدراسة العلاقات الزوجية في كوريا. هدفت الدراسة تقييم وقياس الأبعاد الأساسية للزواج، وزيادة مشاركة المرأة في العمل، وأثر عملها في العلاقة الزوجية، بلغ عدد أفراد الدراسة (١٠٥٨) من المتزوجين والمقبلين على الزواج الذين استجابوا لأداة الدراسة، أشارت نتائج الدراسة إلى رضا (٥٩٧) عن علاقاتهم الزوجية

بدرجة مرتفعة و(٧٦) بدرجة متوسطة، مع أنّ المجموعتين الراضين وغير الراضين لم يفكروا في الطلاق، وبينت النتائج أنّ نسبة (٩٨٪) من أفراد الدراسة لديهم رضا عن علاقاتهم الأسرية، ولديهم القدرة على إدارة الأمور المالية ومعرفة طبيعة الدور في الأسرة، والعلاقات الاجتماعية للأقارب والأصدقاء.

كما قام أسون وميلير (2007) Olson and Miller بدراسة طولية لتدريب المقبلين على الزواج قبل وأثناء الزواج. بلغ عدد أفراد الدراسة (٢٥) زوجاً تم تدريبهم على برنامج مكون من عدة جلسات تمثلت بتحديد نقاط القوة ومجالات نمو الزوجين، ومهارات الإتصال، ومهارات إدارة الصراع الزوجي، والإدارة المالية كبرنامج إثرائي وقائي قبل الزواج، وبعد الزواج، كما تتبع مدى امتلاكهم وتطبيقهم لهذه المهارات من خلال ملئهم استبانة التي تقيس مدى ممارستهم لمهارات الإتصال وإدارة الصراعات، ودرجة الرضا الزوجي. وقد تم دراسة خمسة أزواج بعد سنتين من زواجهم، وأربعة أزواج بعد أربع سنوات من زواجهم وبقية الأزواج تمت دراستهم بعد سنة واحدة من زواجهم فيما زوج واحد لم تستمر علاقاتهم الزوجية. أشارت النتائج إلى إكتساب (٧٥٪) من الأزواج للمهارات التي تدربوا عليها. كما بينت النتائج فاعلية برنامج التدريب في إستمرارية امتلاك الأزواج بعد الإنتهاء من البرنامج لهذه المهارات بنسبة (٥٦٪).

وأجرى كارول ودوهارتي (2004) Carroll and Doherty دراسة تحليلية شاملة كمراجعة لتقييم نتائج الأبحاث المتعلقة بفعالية برامج الإرشاد الوقائية المقدمة للمقبلين على الزواج، حيث بينت نتائج الدراسة أن درجة تأثير البرامج الوقائية لإرشاد المقبلين على الزواج بلغت (٨٠٪)، كما كشفت النتائج أن المشاركين في برامج الوقاية للمقبلين على الزواج اكتسبوا خبرات جديدة بنسبة (٣٠٪) من خلال الإستجابة على مقاييس النجاح مقارنة مع الأشخاص الذين لم يتعرضوا لبرامج التدريب، كما عززت البرامج الإرشادية المهارات الشخصية والاجتماعية لدى المقبلين على الزواج.

وقام كنوتسون وألسون (2003) Knutson and Olson بدراسة هدفت إلى تقييم فعالية الإرشاد المقدم من قبل المختصين ورجال الدين للإعداد للزواج، بلغ عدد أفراد الدراسة (١٥٢) من الأزواج المشاركين تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات: مجموعة تلقت التدريب قبل الزواج وبعد الزواج من خلال التغذية الراجعة، وعددهم (٥٩) زوجاً، ومجموعة تلقت التدريب دون إعطاء تغذية راجعة وعددهم (٤٦) زوجاً، والمجموعة الأخيرة لم تتلق التدريب واستخدمت كمجموعة ضابطة وعددهم (٤٨) زوجاً. أظهرت النتائج أنّ المجموعة التي تلقت

التدريب والتي تم تزويدها بالتغذية الراجعة كانت أكثر رضا زواجي بنسبة (٨٣٪) مقارنة بأفراد المجموعة الثانية التي بلغت نسبة (٥٥٪)، وأتقنت (١٠) علاقات من (١٣) علاقة مقارنة بالمجموعة الثانية التي لم تقدم التغذية الراجعة حيث أتقنت (٤) علاقات فقط.

وفي مراجعة قام بها سيليمان وشومان (2000) Silliman and Schumm للدراسات السابقة التي بحثت في فاعلية برامج الإعداد للزواج، وتأثيراتها في نوعية العلاقة بين الأزواج، وجدا تزايداً في مستوى الرضا الزواجي لدى الأزواج، وتحسناً في مهارات الاتصال، وانخفاضاً في مستوى الصراعات والتفاعلات السلبية بينهم.

وعلى الصعيد العربي بحثت محمد (٢٠١٤) العلاقة بين الكفاءة الذاتية والنهك النفسي وقلق المستقبل لدى المعلمين الجدد. بلغ عدد أفراد الدراسة (٤٠٠) معلماً ومعلمة من المعلمين الجدد. أشارت نتائج الدراسة إلى أن العلاقة سالبة بين الكفاءة الذاتية وقلق المستقبل، كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين على مقياسي قلق المستقبل والكفاءة الذاتية.

ودرس علي (٢٠١٣) "قلق المستقبل الزواجي وعلاقته بالذكاء الوجداني وبعض المتغيرات لدى عينة من طلبة الجامعة. هدفت الدراسة معرفة معاناة أفراد الدراسة من قلق المستقبل وطبيعة العلاقة بين قلق المستقبل الزواجي والذكاء الوجداني لدى عينة الدراسة، والفروق بين الجنسين في قلق المستقبل الزواجي، والفروق تبعاً للتخصص (أدبي- علمي) والفروق تبعاً لمكان السكن (ريف - مدينة). بلغ عدد أفراد الدراسة (٨٠) طالب بجامعة المينا. أظهرت نتائج الدراسة إلى معاناة طلبة الجامعة من قلق المستقبل الزواجي، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق المستقبل الزواجي والذكاء الوجداني، ووجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في قلق المستقبل الزواجي لصالح الإناث، وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في قلق المستقبل الزواجي تبعاً لنوع التخصص لصالح التخصص الأدبي، وكذلك فروق بين أفراد العينة تبعاً لمكان السكن في قلق المستقبل لصالح المقيمين في المدينة".

كما قام المومني ونعيم (٢٠١٢) بدراسة قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات. هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل. بلغ عدد أفراد الدراسة (٤٣٩) طالباً وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد الدراسة كان مرتفعاً، حيث جاء المجال الإقتصادي في المرتبة الأولى وبدرجة مرتفعة، في حين جاء المجال الأسري في المرتبة الأخيرة وبدرجة مرتفعة أيضاً. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المجال الاجتماعي

والإقتصادي تعزى للجنس، وفروق في مجال العمل تعزى للتخصص، وعدم وجود فروق إحصائية على جميع المجالات تعزى للمستوى الاقتصادي، وأخيراً بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل الكلي تعزى للتفاعلات بين الثنائية والثلاثية وبيّن المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلبة الجامعة.

ودرس معشي (٢٠١٢) "مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة الذين هم تحت التخرج واختلاف العمر الزمني والتخصص الأكاديمي والتحصيل، بلغ عدد أفراد الدراسة (١٠٩) طالباً تحت التخرج من طلبة كلية المعلمين بجامعة جازان بالمملكة العربية السعودية. وأشارت النتائج إلى وجود مستوى عالٍ من القلق لدى الطلبة، كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة تعزى للعمر الزمني والتخصص، والمعدل التراكمي".

كما درس النعيمي والجابري (٢٠١٠) "قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في مركز محافظة كركوك. هدفت الدراسة التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في محافظة كركوك، ومعرفة الفروق الإحصائية في مستوى القلق تبعاً لمتغير العمر وسنوات الخدمة. بلغ عدد أفراد الدراسة (١٠٠) مدرسة. أشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى المعلمات المتأخرات عن الزواج، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمات في قلق المستقبل تبعاً للعمر".

كما قامت العساف (٢٠١١) بدراسة حول فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج، تكونت عينة الدراسة من (٣١١) من المقبلين على الزواج، أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرامج الإرشادية الإنمائية في تبصير المقبلين على الزواج بواجباتهم وحقوقهم، وحدود الأدوار التي يقومون بها.

وأجرت محمد (٢٠٠٨) دراسة حول قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات. هدفت إلى قياس قلق المستقبل لدى الشباب ومعرفة الفروق بين الجنسين والحالة الاجتماعية وطبيعة المهنة والعمر. بلغ عدد أفراد الدراسة (١٥١) شاباً وشابة. أشارت نتائج الدراسة إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى أفراد الدراسة، كما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج - غير متزوج) لصالح غير المتزوجين، وبينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لطبيعة المهنة.

وأخيراً تناولت الدرمني (2005) Al-Darmaki بدراستها الإرشاد النفسي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وسمة القلق وحل المشكلات في الإمارات العربية المتحدة، بلغ عدد أفراد الدراسة (١١٣) مشاركاً ومشاركة (٨) ذكور و(١٠٥) من الإناث من طلبة قسم علم النفس

في جامعة الإمارات، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الإرشاد النفسي وكل من سمة القلق وفاعلية الذات والقدرة على حل المشكلات لدى طلبة الجامعة.

يتبين من الدراسات السابقة فاعلية التدريب على البرامج الإرشادية للأشخاص المقبلين على الزواج قبل الزواج في تحسين كفاءتهم الذاتية وتخفيض قلقهم من المستقبل وتحسين علاقاتهم الزوجية. وتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث الأهداف، والفئة المستهدفة، إلا أن ما يميزها عن غيرها من الدراسات عينتها المتمثلة بالمقبلين على الزواج بمدينة الرياض، والمتغيرات التي تعتبر مؤثرة على الأشخاص المقبلين على الزواج.

### مشكلة الدراسة

يعيش الإنسان في الوقت الحاضر في عالم متغير يقف أمامه عاجزاً عن تحقيق أهدافه، فقلق المستقبل وما يحمله من مفاجآت وتغيرات تتخطى قدرة الكائن على التكيف معها يجعل التوتر النفسي شديداً، ومن ثم تكون استجابة الفرد متطرفة في محاولة منه للتوقع بعيداً عن هذه التغيرات المتلاحقة. ومن هنا يشكل المستقبل والاهتمام به الأولوية في حياة الشاب، وهذا ما أكدته العديد من النظريات والدراسات التي تناولت هذه الشريحة من المجتمع، وهو ما يدعو إلى ضرورة القيام بدراسة علمية للتعرف على أهمية هذا المتغير لدى هذه الفئة في المجتمع. ويؤكد علماء النفس أن أهم قرارين يتخذهما الإنسان في حياته هما: اختيار العمل المناسب له، واختيار الزوجة، فالعمل والزواج ركيزتان أساسيتان لتحقيق الصحة النفسية وتميبتها (عبد الله ويوسف، ٢٠٠٤).

كما أكدت نتائج الدراسات التي تناولت موضوع قلق المستقبل والكفاءة الذاتية انتشار قلق المستقبل لدى فئة الشباب بشكل عام، وارتفاع حدته لدى المقبلين على الزواج بشكل خاص كدراسة (Futris, et. al, 2011) ودراسة (المومني ونعيم، ٢٠١٢؛ والمشيخي، ٢٠١٠؛ عبد المنعم، ٢٠٠٨؛ ومحمد، ٢٠٠٨). ويؤدي ارتفاع درجة قلق المستقبل إلى تدني كفاءة الفرد الذاتية وتراجع توقعاته عن نفسه؛ مما ينعكس سلباً على حياته وتحتد درجة إصابته بالأمراض والاضطرابات النفسية، وتمتد آثارها على المستوى الشخصي، والنفسي، والأكاديمي، والصحي، والزواجي حيث يعاني الشخص القلق المستقبل من الاكتئاب والتشويش والضغط النفسي، والميل للتشاؤم والإحباط واليأس والانعزال، ويصعب عليه الانتقال من دائرة التفكير السلبي إلى دائرة التفكير الإيجابي، وتضعف ثقته بنفسه، وتتدنى كفاءته الذاتية، مما ينعكس سلباً على علاقاته الأسرية والاجتماعية، وقد تستمر هذه الآثار لتدفع إلى تفاقم القلق من المستقبل والعزوف عن الزواج

عند المقبل عليه، وارتفاع نسب العنوسة في المجتمع، وكثرة الأمراض النفسية والإجتماعية. من هنا جاءت هذه الدراسة لاستقصاء التدريب على رخصة القيادة الأسرية وعلاقته بقلق المستقبل والكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض. ومن هذا المنطلق، فإن مشكلة الدراسة تتلخص في محاولة الإجابة عن السؤال الآتي:

- ما أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض؟ وبالتحديد تحاول الدراسة الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما درجة امتلاك الشباب المقبلين على الزواج بمدينة الرياض لقلق المستقبل، والكفاءة الذاتية المدركة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب على رخصة القيادة الأسرية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للعمر، والمستوى الاقتصادي؟.

### أهداف الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى:

- تعرف أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج في مدينة الرياض.

- تحديد درجة امتلاك الشباب المقبلين على الزواج بمدينة الرياض لكل من قلق المستقبل، والكفاءة الذاتية.

- الكشف عن الفروق بين المقبلين على الزواج في كل من قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تبعاً لعدد من المتغيرات الديمغرافية.

### أهمية الدراسة

ترجع أهمية الدراسة النظرية إلى أنها تحاول الكشف عن أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض، مما يسهم من الناحية النظرية في إثراء الدراسات والبحوث في هذا الجانب، وإلقاء الضوء على هذه الموضوعات لما لها من أهمية في نجاح الحياة الزوجية، والعلاقات بين الشريكين.

أما من الناحية التطبيقية فتتضح أهمية الدراسة من خلال النتائج التي أسفرت عنها، والتي يمكن الاستفادة منها في بناء برامج إرشادية لتأهيل المقبلين على الزواج، ومنحهم رخصة القيادة الأسرية كمتطلب أساسي لاستكمال إجراءات عقد النكاح، كما تساعد هذه البرامج المقبلين على الزواج على الوعي بالحقوق والواجبات، إضافة إلى خفض قلق المستقبل لديهم، وتساعد كذلك نتائج هذه الدراسة العاملين في مجال الخدمات الأسرية وإرشاد الأزواج، والمقبلين على الزواج بشكل خاص.

### التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة

**قلق المستقبل Future Anxiety:** تبنى الباحث تعريف مُعد المقياس الذي أعدّه شقير (٢٠٠٥)، ص (٥) "وهو خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشوية وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير في المستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس". ويعرف إجرائياً لأغراض الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس قلق المستقبل المستخدم في الدراسة.

**الكفاءة الذاتية Self-Efficacy:** تبنى الباحث تعريف الذي أعدّه المقياس الصقر (٢٠٠٥) للكفاءة الذاتية والتي يقصد بها معتقدات الفرد حول قدراته على تنظيم وتنفيذ الأعمال، والإجراءات اللازمة لتحقيق نتائج إيجابية في دراسته الجامعية. وتعرف إجرائياً لأغراض الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الكفاءة الذاتية المستخدم في الدراسة.

**التدريب على رخصة القيادة الأسرية Training On Family Driving License:** ويعرف إجرائياً بأنه برنامج مكون من عدة جلسات يتم تدريب المشترك على مهارات القيادة الأسرية كالتدريب على تكوين وبناء العلاقات الأسرية، والحاجات العلاقية للشريكين، ومهارات الاتصال الأسري، وحقوق الزوجين، وفن القيادة الأسرية، وصناعة الأزواج، ومهارات التعامل بين الأزواج، وإشباع الحاجات العاطفية.

### حدود الدراسة

تتحدد نتائج هذه الدراسة بمجتمع وعينة الدراسة وطريقة اختيارهما؛ حيث تمثل مجتمع الدراسة من المقبلين على الزواج بجمعية ابن باز الخيرية بمدينة الرياض، ولبذين أنها برنامج التدريب على رخصة القيادة الأسرية للمقبلين على الزواج المنعقدة تحت رعاية الجمعية، والمكونة من عشر جلسات تدريبية، بواقع (٥٠) دقيقة للجلسة الواحدة. والمقبلين على الزواج الذين لم يتدربوا على رخصة القيادة الأسرية من طلبة كلية العلوم الاجتماعية (المستوى الثامن) اعتمد هو الباحث للمقارنة، وتم اختيارهم بطريقة عشوائية.

### منهجية الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية استخدم الباحث المنهج الوصفي؛ لكونه المنهج الأنسب للكشف عن أثر التدريب على رخصة القيادة الأسرية في خفض قلق المستقبل وتحسين الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض.

### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من المقبلين على الزواج بجمعية ابن باز للتدريب على رخصة القيادة الأسرية وعددهم (١٧٣) مقبلاً، إضافة إلى جميع طلبة البكالوريوس في كلية العلوم الاجتماعية (المستوى الثامن) وعددهم (١٤١) مقبلاً، تم إختيارهم عشوائياً في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ٢٠١٤/٢٠١٥. وقد وزع أفراد الدراسة إلى مجموعتين بناءً على التدريب على رخصة القيادة الأسرية: مجموعة تجريبية (١٧٣) مقبلاً، ومجموعة ضابطة (١٤١) مقبلاً استخدمهم الباحث للمقارنة. كما في الجدول (١).

جدول (١)  
توزيع أفراد الدراسة

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
التدريب	تدربوا	١٧٣	٥٥,١%
	لم يتدربوا	١٤١	٤٤,٩%
العمر	أقل من ٢٠ سنة	٢٩	٩,٢%
	٢٥-٢١ سنة	٥٨	١٨,٥%
	من ٢٦-٣٠	١٥٦	٤٩,٧%
الدخل الشهري	أقل من ٥ آلاف ريال	٧١	٢٢,٦%
	٦-١٠ آلاف ريال	٨٠	٢٥,٥%
	أكثر من ١٠ آلاف ريال	١٠١	٤٢,٤%

## أدوات الدراسة

استخدم في الدراسة الحالية أداتان لتحقيق أهداف الدراسة تمثلتا في: مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية.  
أولاً: مقياس قلق المستقبل؛

استخدم الباحث مقياس قلق المستقبل الذي أعدته (شقير، ٢٠٠٥) المكون من (٢٨) فقرة موزعة على خمسة أبعاد وهي القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية، وقلق الصحة والموت، والقلق الذهني، واليأس من المستقبل، والخوف والقلق من الفشل في المستقبل، يحدد المفحوص درجة إنطباق الفقرة عليه، باختياره بدلاً من البدائل الآتية (دائماً وأعطيت خمس درجات، غالباً وأعطيت أربع درجات، أحياناً وأعطيت ثلاث درجات، نادراً وأعطيت درجتان، مطلقاً وأعطيت درجة واحدة). وقد تحققت شقير (٢٠٠٥) من صدق الاختبار بعرضة على عدد من المختصين في علم النفس لبيان مدى إنتماء الفقرات للمقياس ومدى وضوح الفقرات وإبداء الملاحظات التي يرونها مناسبة. كما تم حساب ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد تطبيقه على عينة من طلاب وطالبات السنة الرابعة بجامعة طنطا (١٢٠) طالباً وكانت معاملات الارتباط دالة. كما تم إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس الخمس وبين بعضهم البعض وكذلك بين كل محور وبين الدرجة الكلية للمقياس وجميعها معاملات ارتباط مرتفعة وموجبة ودالة عند مستوى (٠,٠١) حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٩٣,٠ - ٦٧,٠) وهذا يزيد من الاطمئنان على ارتفاع صدق المقياس لما وُضع له.

كما تحققت شقير (٢٠٠٥) من ثبات المقياس بطريقة إعادة تطبيق الاختبار (Test-Retest) حيث تم تطبيقه على عينة من الجنسين من طلاب كلية التربية جامعة طنطا وعددها (٨٠) من كلا الجنسين مرتين متتاليتين بفواصل زمنية مدته شهر، وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٨١,٠، ٨٣,٠، ٨٤,٠) لكل من عينة الذكور والإناث، والعينة الكلية. كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية تم حسابه بطريقتين باستخدام معادلة سبيرمان براون (Sperman - Brown) للتجزئة النصفية لعينة عددها (١٦٠) طالباً من الجنسين وبلغ معامل الارتباط بين البنود الزوجية والفردية (٨١٨,٠) وبلغ معامل الثبات (٨١٩,٠) وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يطمئن على استخدام المقياس. كما تم حساب الثبات بطريقة كرونباخ (معامل ألفا) (Alpha Coefficient) حيث تم حساب معامل ألفا على عينة من الذكور والإناث من طلاب الجامعة لعينة مكونة (١٠٠) طالب من الجنسين وبلغ معامل الثبات (٨٨٢,٠، ٩١١,٠، ٩٢٣,٠) لعينة الذكور، الإناث، والعينة الكلية

على التوالي، وهي معاملات ثبات مرتفعة للمقياس.

ولأغراض الدراسة الحالية، تم التحقق من صدق محتوى المقياس بعرضه على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس، لتحديد مدى قياس كل فقرة من فقرات المقياس للبعد الذي تنتمي له، إضافة إلى تحديد مدى ملائمة الصياغة اللغوية للفقرات. وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم حذف بعض الفقرات، في حين جرى تعديل الصياغة اللغوية لبعضها، وإضافة بعض الفقرات، وتقسيم فقرات المقياس إلى ثلاثة أبعاد تكون البعد الأول وهو قلق مشكلات المستقبل العامة من إثنتي عشرة فقرة، بينما تكون البعد الثاني وهو قلق المستقبل الفكري (المعريف) والصحي، من أربع عشرة فقرة، أما البعد الثالث والآخر وهو قلق المستقبل الزواجي وتكون من سبع عشرة فقرة، وبناءً على اقتراحات المحكمين أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٣) فقرة. كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس (قلق مشكلات المستقبل العامة، وقلق المستقبل الفكري والصحي، وقلق المستقبل الزواجي) والدرجة الكلية للمقياس والتي تراوحت بين ٥٦٦,٠ (\*\*). - (٠,٨٩٥) (\*\*). وبين المحاور الرئيسة للمقياس والفقرات المكونة لكل بعد والتي تراوحت لبعدها قلق المستقبل من المشكلات العامة بين (٠,٨٩٥) (\*\*)--(٠,٤٧٩) (\*\*). بينما تراوحت معاملات الارتباط لبعدها قلق المستقبل الفكري والصحي بين (٠,٨٠١) (\*\*)--(٠,٣٤٤) (\*\*). وأخيراً تراوحت قيم معاملات الارتباط لبعدها قلق المستقبل الزواجي بين (٠,٤٥٧) (\*\*)--(٠,٧٦٨) (\*\*). وجميعها معاملات مرتبطة إيجابياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١) مما يشير إلى مناسبة الأداة لما وضعت له. وقام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة الإعادة وبفاصل زمني مدته أسبوعان، على عينة مماثلة لعينة الدراسة مكونة من (٣٠) طالباً لاستخراج دلالات ثبات المقياس بحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي ومعادلة كرونباخ - ألفا، ويوضح الجدول (٢) معاملات الثبات للأداة.

### جدول (٢)

#### معامل ثبات الإعادة و الاتساق الداخلي (كرونباخ- ألفا) لمقياس قلق المستقبل

مقياس قلق المستقبل ومجالاته	ثبات الاتساق الداخلي	ثبات الإعادة	عدد الفقرات
قلق مشكلات المستقبل العامة	٠,٧٨	٠,٨٧	١٢
قلق المستقبل الفكري (المعريف) والصحي	٠,٧٥	٠,٨٩	١٤
قلق المستقبل الزواجي	٠,٧٩	٠,٨٦	١٧
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٤	٠,٨٥	٤٣

يتضح من الجدول (٢) أنّ قيم معاملات ثبات إعادة والإتساق الداخلي لمجالات مقياس قلق المستقبل تراوحت ما بين (٠,٧٥-٠,٧٩) وللمقياس ككل (٠,٩٤) وثبات إعادة (٠,٨٥) وللتساق الداخلي وتعد قيم الإرتباط هذه مناسبة لأغراض الدراسة.

**ثانياً: مقياس الكفاءة الذاتية :**

استخدم الباحث مقياس الكفاءة الذاتية الذي طوّره الصقر (٢٠٠٥)، بالاستناد إلى مجموعة من الدراسات التربوية العربية والأجنبية ذات العلاقة بالموضوع والإفادة منها، وهي (Romano, 1996; Harter, 1983؛ الصرايرة، ١٩٩٢؛ شيخة، ١٩٩٣) المكون من (٧٠) فقرة يحدد المفحوص درجة انطباق الفقرة عليه، بإختياره بدلاً من البدائل الآتية (دائماً وأعطيت خمس درجات، غالباً وأعطيت أربع درجات، أحياناً وأعطيت ثلاث درجات، نادراً وأعطيت درجتان، مطلقاً وأعطيت درجة واحدة). وقد تحقق الصقر (٢٠٠٥) من صدق الإختبار بعرضة على عدد من المختصين في علم النفس لبيان مدى انتماء الفقرات للمقياس ومدى وضوح الفقرات وأي ملاحظات يرونها مناسبة.

كما تحقق الصقر (٢٠٠٥) من ثبات المقياس بعرضة على عينة إستطلاعية من خارج عينة الدراسة بفارق زمني مدته أسبوعان، حيث تم حساب معامل الإرتباط بين النتائج في المرة الأولى والثانية للمقياس ككل، بلغ معامل الثبات المحسوب (٠,٨٧). ولأغراض الدراسة الحالية، تم التحقق من صدق محتوى المقياس بعرضه على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس، لتحديد مدى قياس كل فقرة من فقرات المقياس للبعد الذي تنتمي له، إضافة إلى تحديد مدى ملاءمة الصياغة اللغوية للفقرات. وفي ضوء ملاحظات المحكمين تم حذف بعض الفقرات، في حين جرى تعديل الصياغة اللغوية لبعضها، وتم تقسيم فقرات المقياس إلى أربعة أبعاد تكون البعد الأول الإنفعالي من سبع فقرات، بينما تكون البعد الثاني الإجتماعي من تسع فقرات، أمّا البعد الثالث الشخصي تكون من ست عشرة فقرة، وأخيراً تكون البعد الأخلاقي من ثلاث عشرة فقرة، وبناءً على اقتراحات المحكمين أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٥) فقرة.

كما تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس (البعد الإنفعالي، والبعد الاجتاعي، والبعد الشخصي، والبعد الأخلاقي) والدرجة الكلية للمقياس والتي تراوحت بين ٠,٦٩١ (\*\*\*)-٠,٩٦٢ (\*\*\*)، وبين المحاور الرئيسة للمقياس والفقرات المكونة لكل بعد، والتي تراوحت للبعد الإنفعالي بين ٠,٨٩٢ (\*\*\*)-٠,٨١٥ (\*\*\*) بينما تراوحت للبعد الاجتماعي بين ٠,٨٨٦ (\*\*\*)-٠,٧١٣ (\*\*\*) أما البعد الشخصي فقد تراوحت معاملات الارتباط بين ٠,٨٦٧ (\*\*\*)-٠,٧١٥ (\*\*\*) وأخيراً تراوحت قيم معاملات الارتباط لمحور البعد الأخلاقي بين ٠,٨٨٥ (\*\*\*)-٠,٧١٣ (\*\*\*) وجميعها معاملات مرتبطة

إيجابياً عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، مما يشير إلى مناسبة الأداة لما وضعت له. وقام الباحث بحساب ثبات المقياس بطريقة الإعادة وبفاصل زمني مدته أسبوعان، على عينة مماثلة لعينة الدراسة مكونة من (٣٠) طالباً لإستخراج دلالات ثبات المقياس بحساب معامل ثبات الاتساق الداخلي ومعادلة كرونباخ - ألفا، ويوضح الجدول (٢) معاملات الثبات.

### جدول (٢)

معامل ثبات الإعادة و الاتساق الداخلي (كرونباخ- ألفا) لمقياس الكفاءة الذاتية.

مقياس الكفاءة الذاتية ومجالاته	ثبات الاتساق الداخلي	ثبات الإعادة	عدد الفقرات
البعد الانفعالي	٠,٨٩	٠,٨٦	٧
البعد الاجتماعي	٠,٨٥	٠,٨٣	٩
البعد الشخصي	٠,٧٩	٠,٨١	١٦
البعد الاخلاقي	٠,٨٦	٠,٨٥	١٣
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٤	٠,٨٣	٤٥

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات ثبات الإعادة والاتساق الداخلي لمجالات مقياس الكفاءة الذاتية تراوحت ما بين (٠,٧٩-٠,٨٩) وللمقياس ككل (٠,٨٤) وثبات الإعادة و(٠,٨٣) للاتساق الداخلي وتعد قيم الارتباط هذه مناسبة لأغراض الدراسة.

### إجراءات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس قلق المستقبل ومقياس الكفاءة الذاتية على (١٧٣) مقبلاً على الزواج من الذين شاركوا في برنامج التدريب على رخصة القيادة الأسرية، والتي أقيمت في جمعية ابن باز الخيرية بمدينة الرياض، و(١٤١) طالباً من طلبة كلية العلوم الاجتماعية في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض (المستوى الثامن) الذين لم يتدربوا على رخصة القيادة الأسرية. استخدمهم الباحث كمجموعة ضابطة، في الفصل الدراسي الثاني لعام ٢٠١٤/٢٠١٥، بعد الحصول على الموافقات الرسمية.

### تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية :

للإجابة عن أسئلة الدراسة، حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابات أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل ومقياس الكفاءة الذاتية، وتم استخدام اختبار (T Test) للمقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام تحليل التباين (One Way Analysis Of Variance) للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين

بناءً على التدريب (مجموعة تلقت التدريب على رخصة القيادة الأسرية من المقبلين على الزواج (انها كافة متطلبات الدورة التدريبية)، ومجموعة لم تلحق التدريب على رخصة القيادة الأسرية من طلبة المستوى الثامن بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الامام) في الدرجات الكلية والأبعاد الفرعية للمقياسين.

### النتائج الدراسية

#### أولاً نتائج السؤال الأول:

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول (ما درجة امتلاك المقبلين على الزواج بمدينة الرياض لقلق المستقبل، والكفاءة الذاتية؟) حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابات أفراد الدراسة على أبعاد مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية وذلك كما في الجدول (٤).

#### أولاً مقياس قلق المستقبل:

#### جدول (٤)

#### المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مقياس قلق المستقبل.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجال
٠,٧٧٥٧٨	٣,٨٢٢٥	قلق المستقبل من المشكلات العامة
٠,٦٥٤٦٢	٣,٩٠٦٣	قلق المستقبل الفكري (المعريف) والصحي
٠,٥٩٠٤٥	٤,١١٥٨	قلق المستقبل الزوجي
٠,٥٨٠٥٣	٣,٩٤٨٢	الدرجة الكلية للمقياس

يتبين من الجدول (٤) أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس قلق المستقبل لدى المقبلين على الزواج جاءت بدرجة مرتفعة حيث بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل (٣,٩٤٨٢) والانحراف المعياري (٥٨٠٥٣)، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمشكلات قلق المستقبل العامة (٣,٨٢)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لقلق المستقبل الفكري بلغ (٣,٩٠) أما قلق المستقبل الزوجي فقد بلغ المتوسط الحسابي (٤,١١) بدرجة مرتفعة جداً مقارنة مع المتوسطات الأخرى.

## ثانياً: مقياس الكفاءة الذاتية :

## جدول (٥)

## المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات مقياس الكفاءة الذاتية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
٠,٩٦١٢٨	٢,٢٧٢٥	البعد الانفعالي
٠,٩٦١٢٣	٢,١٨٢٦	البعد الاجتماعي
٠,٨٢٢٩٧	٢,٢٠٧٤	البعد الشخصي
٠,٨٩٢٥٨	٢,٢٤٣٦	البعد الأخلاقي
٠,٨٧٧٥٧	٢,٢٢٦٥	الدرجة الكلية للمقياس

يظهر من الجدول (٥) أنّ المتوسطات الحسابية لمقياس الكفاءة الذاتية جاءت بدرجة متوسطة للمتوسط الحسابي (٢,٢٢٦٥)، والانحراف المعياري (٠,٨٧٧٥٧). حيث جاء البعد الانفعالي أعلى متوسط حسابي وبلغ (٢,٢٤) أمّا البعد الاجتماعي فقد حصل على أدنى متوسط حسابي وبلغ (٢,٢٧).

## ثانياً: نتائج السؤال الثاني :

وللإجابة عن سؤال الدراسة الثاني (هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب على رخصة القيادة الأسرية؟) حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية كما في الجدول (٧):

## جدول (٦)

## المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والإحصائي (٤) للإستجابات أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب على رخصة القيادة الأسرية

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
قلق المستقبل	تدربوا	١٧٣	٣,٨٧٢٠	٠,٦٠٩٤٣	٢,٥٩٩-	٠,٠١٠
	لم يتدربوا	١٤١	٤,٠٤١٦	٠,٥٣٠٣٠		
مقياس الكفاءة	تدربوا	١٧٣	٢,٤٤٧٢	١,١١٧٥١	٥,٦٢٧	٠,٠٠٠
	لم يتدربوا	١٤١	١,٩٥٥٨	٠,٢٣١٤١		

يتبين من الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب على رخصة القيادة الأسرية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )، ولصالح الأفراد الذين تلقوا التدريب على رخصة القيادة الأسرية مقارنة بنظرائهم الذين لم يتلقوا التدريب. حيث يتبين من الجدول السابق انخفاض قلق المستقبل وارتفاع الكفاءة الذاتية لدى المتدربين مقارنة بغير المتدربين.

### ثالثاً نتائج السؤال الثالث:

وللإجابة عن سؤال الدراسة الثالث (هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للعمر، والمستوى الإقتصادي؟) حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية وفقاً للمتغيرات الآتية:  
أ- العمر تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الأحادي، لإستجابة أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية كما في الجدول (٨).

### جدول (٧)

#### المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية وفقاً لمتغير العمر

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العمر	المتغير
١,٣٤٧٥٦	٣,٣٨٦٨	٢٩	أقل من ٢٠ سنة	قلق المستقبل
٠,٤٢٢٩٤	٣,٩٤٥٤	٥٨	من ٢١-٣٠ سنة	
٠,٣٨٩٨٥	٣,٩٩٩٠	١٥٦	من ٢٦-٣٠ سنة	
٠,٣٨٤٠٤	٤,٠٦٨١	٧١	أكبر من ٣٠ سنة	
٠,٥٨٠٥٣	٣,٩٤٨٢	٣١٤	الكلية	
١,٢٤٧٤٤	٢,٥٥٤٥	٢٩	أقل من ٢٠ سنة	مقياس الكفاءة الذاتية
٠,٧٤٩٩٧	٢,٠٩٣٥	٥٨	من ٢١-٢٥ سنة	
٠,٨١٦٩٢	٢,١٩٨١	١٥٦	من ٢٦-٣٠ سنة	
٠,٩٠٧٢١	٢,٢٦٣٦	٧١	أكبر من ٣٠ سنة	
٠,٨٧٧٥٧	٢,٢٢٦٥	٣١٤	الكلية	

يتبين من الجدول (٧) أن هناك تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية لكل من قلق المستقبل والكفاءة الذاتية، ولمعرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية، قام الباحث بعمل إختبار تحليل التباين الأحادي وكما هو مبين في الجدول (٨):

## جدول (٨)

تحليل التباين الأحادي لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل ومقياس الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج وفقاً لمتغير العمر.

المتغير	المصدر	مجموع المربعات	الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
قلق المستقبل	بين المجموعات	١٠,٥٦٤	٢	٢,٥٢١	١١,٥٠٠	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٩٤,٩٢٢	٢١٠	٠,٢٠٦		
	المجموع	١٠٥,٤٨٧	٢١٢			
مقياس الكفاءة الذاتية	بين المجموعات	٤,٣٦٨	٢	١,٤٥٦	١,٩٠٧	٠,١٢٨
	داخل المجموعات	٢٣٦,٦٨٤	٢١٠	٠,٧٦٣		
	المجموع	٢٤١,٠٥٢	٢١٢			

يتبين من الجدول (٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للعمر على أداة قلق المستقبل، ولمعرفة دلالة الفروق قام الباحث بعمل المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه، وكما هو مبين في الجدول (٩):

## جدول (٩)

المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية وفقاً لمتغير العمر.

المقياس	العمر	العمر	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
قلق المستقبل	أقل من ٢٠ سنة	من ٢١-٢٥ سنة	٠,٥٥٨٦٠ (*)	٠,٠٠٠
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,٦١٢٢٣ (*)	٠,٠٠٠
		أكبر من ٣٠	٠,٦٨١٢٩ (*)	٠,٠٠٠
	من ٢١-٢٥ سنة	أقل من ٢٠ سنة	٠,٥٥٨٦٠ (*)	٠,٩٤١
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,٥٣٦٢	٠,٦٦٧
		أكبر من ٣٠	٠,١٢٢٦٩	٠,٠٠٠
	من ٢٦-٣٠ سنة	أقل من ٢٠ سنة	٠,٦١٢٢٣ (*)	٠,٩٤١
		من ٢١-٢٥ سنة	٠,٥٣٦٢	٠,٨٥٩
		أكبر من ٣٠	٠,٦٩٠٦	٠,٠٠٠
	أكبر من ٣٠ سنة	أقل من ٢٠ سنة	٠,٦٨١٢٩ (*)	٠,٦٦٧
		من ٢١-٢٥ سنة	٠,١٢٢٦٩	٠,٨٥٩
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,٦٩٠٦	

## تابع جدول (٩)

المقياس	العمر	العمر	الفرق بين المتوسطين	الدلالة	
مقياس الكفاءة	أقل من ٢٠ سنة	من ٢١-٢٥ سنة	٠,٤٦٠٩٧	٠,١٤٨	
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,٣٥٦٣٦	٠,٢٥٦	
		أكبر من ٣٠	٠,٢٩٠٩٢	٠,٥١٧	
	من ٢١-٢٥ سنة	أقل من ٢٠ سنة	٠,٤٦٠٩٧	٠,٤٦٠٩٧	٠,١٤٨
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,١٠٤٦٠	٠,١٠٤٦٠	٠,٨٩٥
		أكبر من ٣٠	٠,١٧٠٠٤	٠,١٧٠٠٤	٠,٧٥١
	من ٢٦-٣٠ سنة	أقل من ٢٠ سنة	٠,٣٥٦٣٦	٠,٣٥٦٣٦	٠,٢٥٦
		من ٢١-٢٥ سنة	٠,١٠٤٦٠	٠,١٠٤٦٠	٠,٨٩٥
		أكبر من ٣٠ سنة	٠,٠٦٥٤٤	٠,٠٦٥٤٤	٠,٩٦٥
	أكبر من ٣٠	أقل من ٢٠ سنة	٠,٢٩٠٩٢	٠,٢٩٠٩٢	٠,٥١٧
		من ٢١-٢٥ سنة	٠,١٧٠٠٤	٠,١٧٠٠٤	٠,٧٥١
		من ٢٦-٣٠ سنة	٠,٠٦٥٤٤	٠,٠٦٥٤٤	٠,٩٦٥

يتبين من الجدول (٩) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية حيث لم يظهر اختبار شيفيه أية فروق على حسب فئات العمر لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للعمر. ثانياً: **المستوى الاقتصادي**: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحليل التباين الاحادي، لاستجابة أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض كما في الجدول (١٠):

## جدول (١٠)

## المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المستوى	المتغير
٠,٧٩٢٧٥	٣,٩١٧٢	٨٢	أقل من ٥ آلاف ريال	قلق المستقبل
٠,٣٦٥٣٤	٣,٩٣٢٥	١٣٣	٦-١٠ آلاف ريال	
٠,٦١١٤٣	٣,٩٩٤٨	٩٩	أكثر من ١٠ آلاف ريال	
٠,٥٨٠٥٣	٣,٩٤٨٢	٣١٤	الكلي	مقياس الكفاءة الذاتية
٠,٨٥٢١٩	٢,٢٢٢٧	٨٢	أقل من ٥ آلاف ريال	
٠,٩٠٠٨٩	٢,٢٥٢٢	١٣٣	٦-١٠ آلاف ريال	
٠,٨٧٢٤٩	٢,١٩٥٢	٩٩	أكثر من ١٠ آلاف ريال	
٠,٨٧٧٥٧	٢,٢٢٦٥	٣١٤	الكلي	

يتبين من الجدول (١٠) أن هناك تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية لكل من قلق المستقبل ومقياس الكفاءة الذاتية تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي، ولمعرفة إذا ما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية، قام الباحث بعمل اختبار تحليل التباين الأحادي وكما هو مبين في الجدول (١١):

جدول (١١)  
تحليل التباين الأحادي لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية وفقاً لمتغير المستوى الاقتصادي.

المتغير	المصدر	مجموع المربعات	الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
قلق المستقبل	بين المجموعات	٢,٩٤٢	٢	١,٤٧١	٩,٤٣٤	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٤٨,٤٩٧	٣١١	٠,١٥٦		
	الكلي	٥١,٤٣٩	٣١٣			
مقياس الكفاءة الذاتية المدركة	بين المجموعات	٠,٥٦٥	٢	٠,٢٨٢	٢,٣٣٨	٠,٠٩٨
	داخل المجموعات	٣٧,٦٠٣	٣١١	٠,١٢١		
	الكلي	٣٨,١٦٨	٣١٣			

يتبين من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الكفاءة الذاتية تعزى للمستوى الاقتصادي، ولمعرفة دلالة الفروق قام الباحث بعمل المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه، وكما هو مبين في الجدول (١٢):

جدول (١٢)  
المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل تبعاً للمستوى الاقتصادي

المقياس	الدخل	الدخل	الفرق بين المتوسطين	الدلالة
قلق المستقبل	أقل من ٥ آلاف ريال	٦-١٠ الف ريال	٠,٢٣٣٨٢ (*)	٠,٠٠٠
		١٠ الاف ريال او أكثر	٠,٠٩٠٤٧	٠,٣١١
	٥-١٠ ألف ريال	أقل من ٥ الاف ريال	٠,٢٣٣٨٢ (*)	٠,٠٠٠
		١٠ الاف ريال أو أكثر	٠,١٤٣٣٥ (*)	٠,٠٢٤
	١٠ آلاف ريال أو أكثر	أقل من ٥ الاف ريال	٠,٠٩٠٤٧ (*)	٠,٠٠٠
		٦-١٠ الف ريال	٠,٠٩٠٤٧ (*)	٠,٠٠٠

يتبين من الجدول (١٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس قلق المستقبل، حيث يظهر اختبار شيفيه وجود فروق بين فئة الدخل المرتفع (١٠ آلاف ريال أو أكثر) مع ذوي الدخل المنخفض (أقل من ٥ آلاف) ولصالح ذوي الدخل المنخفض.

### مناقشة النتائج

أظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لإستجابات أفراد الدراسة على مقياس قلق المستقبل لدى المقبلين على الزواج جاءت بدرجة مرتفعة حيث بلغ المتوسط الحسابي (٣,٩٤٨٢) والإنحراف المعياري (٥٨٠٥٣) أعلى من المتوسط الحسابي لإستجاباتهم على مقياس الكفاءة الذاتية حيث بلغ (٢,٢٢٦٥)، وإنحراف معياري (٠,٨٧٧٥٧). كما أشارت النتائج أن أعلى مجالات قلق المستقبل ارتفاعاً وفقاً لإستجابات أفراد الدراسة مجال قلق المستقبل الزواجي حيث بلغ المتوسط الحسابي (١١,٤)، يليها على الترتيب قلق المستقبل الفكري بمتوسط الحسابي (٢,٩٠) وأخيراً قلق المشكلات العامة وبلغ (٣,٨٢). أما مجالات الكفاءة الذاتية فقد جاء البعد الانفعالي من أعلاها حيث بلغ (٢,٢٧) يليه البعد الشخصي وبمتوسط حسابي (٢,٢٤).

ويمكن تفسير هذه النتيجة نظراً بكون أفراد الدراسة المقبلين على الزواج يعانون من قلق المستقبل بدرجة مرتفعة، ودرجة منخفضة من كفاءتهم الذاتية وتوقعاتهم عن قدراتهم الذاتية في المستقبل، وقد يفسر ذلك بطبيعة المرحلة الإنتقالية التي يمر بها المقبل على الزواج من المعاناة والتفكير الدائم وتهئية الظروف النفسية والإقتصادية، كما أن معايير وأسس إختيار الشريك تلعب دوراً جوهرياً في رفع درجة القلق، خاصة بعد وقوف المقبل على الزواج على مطالب الزواج المتعددة كإرتفاع المهور، وتأمين المسكن، وارتفاع تكاليف الزواج، وزيادة معدلات الطلاق، والعنف الأسري، وتشرد الأبناء، والتأكيد بوجود مشكلة إجتماعية حقيقية تتمثل في كثرة حالات الطلاق وزيادة العنف الأسري في الآونة الأخيرة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة التي أجراها المشيخي (٢٠١٠، ص أ) حول العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. والتي أظهرت نتائجها وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب في قلق المستقبل ودرجاتهم في مقياس فاعلية الذات، ومستوى الطموح، ووجود علاقة إيجابية بين فاعلية الذات ومستوى الطموح، ووجود فروق دالة إحصائية على مقياس قلق المستقبل بين منخفضي الطموح ومرتفعيه ولصالح المنخفضين لمستوى الطموح. وبينت النتائج إمكانية

التنبؤ بقلق المستقبل في ضوء فاعلية الذات ومستوى الطموح.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة التي قام بها عبد المنعم (٢٠٠٨) حول التوجه المستقبلي من حيث علاقته بتحقيق الذات وسمات الشخصية الإبداعية لدى عينة من الشباب الجامعي، والتي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوجه المستقبلي من جهة الذات وسمات الشخصية الإبداعية من جهة أخرى.

كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل، ومقياس الكفاءة الذاتية تعزى للتدريب على رخصة القيادة الأسرية عند مستوى الدلالة ( $a = 0,05$ )، ولصالح الأفراد الذين تلقوا التدريب على رخصة القيادة الأسرية مقارنة بنظرائهم الذين لم يتلقوا التدريب. حيث تبين أن المتوسط الحسابي لأفراد مجموعة التدريب على رخصة القيادة الأسرية أعلى من المتوسط الحسابي لأفراد المجموعة التي لم تتلق التدريب على الرخصة (المجموعة الضابطة)، مما تشير إلى أن التدريب على رخصة القيادة الأسرية أسهم في تحسين درجة امتلاك المقبلين على الزواج لأسس بناء وتكوين العلاقة الأسرية، ومهارات الاتصال الجيد، والقدرة على إدارة الخلافات الأسرية، وحل المشكلات العاطفية، واتخاذ القرارات داخل الأسرة. وبناء العلاقة الرومنسية، بعد تعرضهم لبرامج التدريب على رخصة القيادة الأسرية ومهاراته العملية، واكتسابهم للمهارات والمواقف التي تلقوها أثناء عملية التدريب، وهذا ينعكس على توقعات الأفراد عن أنفسهم وقدراتهم وارتفاع ثقتهم بأنفسهم وصورة الذات لديهم، والذي ينتج عنه ارتفاع في كفاءتهم الذاتية وتحسنها.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج الدراسة التي أجراها موك (Mock, 2014) كدراسة نوعية هدفت إلى استكشاف تجارب الأزواج لإحياء علاقاتهم الزوجية بعد مراجعتهم المختصين بمراكز الإرشاد الأسري، والتي أشارت نتائجها إلى أن (٧٠٪) من الأزواج الذين يخضعون لبرامج إعداد للمقبلين على الزواج ويراجعون المرشد الأسري حال تخلخل علاقاتهم الزوجية يحصلون على نتائج ايجابية وتتحسن علاقاتهم الزوجية، مقارنة بالذين لم يخضعوا لبرامج إعداد المقبلين على الزواج.

كما تتفق نتائج الدراسة مع الدراسة التي قام بها مهلك (Mihalec, 2014) لدراسة فاعلية التدريب على البرامج الإثرائية للزوجين قبل الزواج. والتي أشارت نتائجها فاعلية البرنامج الإيجابية في تدريب المقبلين على الزواج على بناء العلاقات الإثرائية بين الزوجين وإدارة الصراعات، وتحسين مهارات الاتصال، وامتلاكهم معرفة حول العلاقة الجنسية وأسس بناء الأسرة، والمرونة العاطفية بين الزوجين. على القياسين القبلي والبعدي.

وتتفق مع نتائج الدراسة التي أجراها يازدي وهوسنلي (Yazdi, & Hoseinali, 2013) حول آثار التدريب قبل الزواج على الإختيار الزواجي لدى طلبة الجامعة. والتي أشارت نتائجها إلى أن برامج تدريب المقبلين على الزواج تساعد على تحديد أولويات ومعايير الإختيار، وتساعد في تعديل وتغيير مواقف المقبلين على الزواج نحو الإختيار الزواجي، وفهم الفروق والتكافؤ بين الزوجين، في حين وجدت الدراسة عدم وجود فاعلية في تغيير الأفكار لدى المقبلين على الزواج تجاه الحب والعلاقات غير الرسمية قبل الزواج.

وتتفق أيضاً مع نتائج الدراسة التي قام بها ميري وشرفرايد (Miri & Sharifirad, 2013) حول تأثير التعليم والتدريب على مواقف الأزواج لدى المقبلين على الزواج، والتي هدفت إلى تحديد تأثير تدريب المقبلين في الزواج على المعلومات المتعلقة بالحياة الزوجية، أظهرت نتائجها أن (٨٣٪) من الأزواج كشفوا عن إفادتهم العلمية والعملية من المهارات والمعارف المتعلقة بالحياة الزوجية، وكشفت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات في المواقف والمهارات والمعارف التي حصل عليها المتدربون.

وأخيراً تتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسة التي أجرتها العساف (٢٠١١) حول فاعلية البرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج، والتي أظهرت نتائجها فاعلية البرامج الإرشادية الإنمائية في تبصير المقبلين على الزواج بواجباتهم وحقوقهم، وحدود الأدوار التي يقومون بها. ويمكن عزو النتيجة السابقة إلى كون التدريب على رخصة القيادة الأسرية فعالاً في تحسين وتعزيز مهارات الفرد المقبل على الزواج وصحته النفسية، ويحسن أساليب واستراتيجيات التوافق الأسري، ويعمق معنى العلاقة الزوجية، ويعرف المقبلين على الزواج بالمراحل التي تمر بها الأسرة كمرحلة البناء والتي تتمثل بمعرفة أسس الإختيار، ومرحلة الخطوبة والزواج، ومرحلة الأبوة، العيش الفارغ، بداية الشيخوخة وتدريب المقبلين على الزواج على المهارات العلاقاتية المتمثلة بالحب، المودة، التفاعل، التقبل، المودة، الرضا، الإحترام، التقدير، المواساة، التشجيع، الدعم، الإحترام، والتعاطف، الاستماع الفعال بين الشريكين. وتدريبهم على مهارات الإتصال المتمثلة بالمرسل، المستقبل، وقت الإرسال، نوع الرسالة، مهارات الإقناع، ومهارات النقاش، وطريقة الإتصال. وإدارة الصراعات الأسرية وأنواعها.

وكشفت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للعمر على أداة قلق المستقبل، ولمعرفة دلالة الفروق قام الباحث بعمل المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه، حيث لم يظهر إختبار شافيه أية فروق على حسب فئات العمر لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للعمر.

ويفسر عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس قلق المستقبل، والكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج تعزى للعمر؛ بشدة الضغوط التي يعانيها الفرد المقبل على الزواج، وطبيعة بناء وتكوين الأسرة التي تأخذ وقتاً طويلاً للتفكير فيها من قبل الشباب، ولكونها من القرارات الإيجابية الصعبة والتي اعتبرها علماء النفس من القرارات الحتمية التي يتخذها كل فرد منهم. كما يمكن تفسيره لطبيعة المرحلة الإنتقالية من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الرشد وطبيعتها وخصائصها ومتطلباتها النمائية والتي تعتبر أكثر وعياً وتحملاً للمسؤولية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسة التي أجراها معشي (٢٠١٢) حول مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة الذين هم تحت التخرج وإختلاف العمر الزمني والتخصص الأكاديمي والتحصيل، والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة تعزى للعمر الزمني والتخصص، والمعدل التراكمي.

كما تتفق نتائج الدراسة مع نتائج الدراسة التي أجراها النعيمي والجابري (٢٠١٠) حول قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في مركز محافظة كركوك، والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العلمات في قلق المستقبل تبعاً للعمر.

وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لأداء المقبلين على الزواج على مقياس قلق المستقبل والكفاءة الذاتية تعزى للمستوى الاقتصادي على أداة قلق المستقبل، لمعرفة دلالة الفروق قام الباحث بعمل المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفيه، حيث تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمقياس قلق المستقبل، حيث يظهر اختبار شيفيه وجود فروق بين فئة الدخل المرتفع (١٠ آلاف ريال أو أكثر) مع ذوي الدخل المنخفض (أقل من ٥ الاف) ولصالح ذوي الدخل المنخفض.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسة التي قام بها فتورس وزملاؤه (Futris, et.al., 2011) حول الآثار المترتبة على برامج الإستعداد للزواج للمقبلين على الزواج، والتي أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائية لدرجة رضا المشاركين عن علاقاتهم وتوافقهم الزواجي، وقدرتهم على فهم ملامح الشخصية للخطيبين تعزى للتدريب على البرنامج والمستوى الاقتصادي حيث تبين أن ذوي الدخل السنوي المنخفض (أقل من ٢٠,٠٠٠) دولار درجة رضاهم عن علاقاتهم الزوجية متدنية مقارنة مع ذوي الدخل الاقتصادي المرتفع.

ويمكن تفسير الفروق بكون المقبلين على الزواج من ذوي الدخل المرتفع أقل قلقاً وأعلى درجة في كفاءتهم الذاتية مقارنة مع الأفراد ذوي الدخل المنخفض، وذلك يرجع إلى تكاليف الزواج، وارتفاع المهور التي تقع على عاتق المقبل على الزواج والتي تتطلب منه الإعداد لها

وحسابها بشكل جيد، كما أكدت عدداً من الدراسات أن ارتفاع الدخل الإقتصادي يعتبر عاملاً مساعداً لتحقيق السعادة النفسية لدى الأفراد.

ويعتبر امتلاك المقبل على الزواج لرخصة القيادة الأسرية مصدراً مهماً للراغبين في بناء العلاقة الزوجية بشكل ناجح، والذي بدوره يساعدهم على تكوين مفهوم ذات إيجابي عن أنفسهم، وتحسين كفاءتهم الذاتية، ويرفع درجة ثقتهم بأنفسهم؛ مما ينعكس إيجاباً على شخصيتهم، وعلى نمو الأسرة وسيرها في طريقها التويم. فبرامج التدريب والإعداد المقدمة للمقبلين على الزواج تساعد المقبلين على الزواج على زيادة الوعي بالذات، والانفعالات وانفعالات الآخرين وردود أفعالهم، وتطور لديهم مهارات الإعداد والتخطيط، والتعبير عن الذات وتوكيدها وتنظيمها، وكشفها، مما ينعكس على الفاعلية الذاتية ويؤدي إلى تحسينها.

### التوصيات

استناداً إلى نتائج هذه الدراسة فيما يتعلق بالتدريب على رخصة القيادة الأسرية وعلاقته بقلق المستقبل والكفاءة الذاتية لدى المقبلين على الزواج بمدينة الرياض، يمكن التوصية بما يلي:

- ١- بناء البرامج الإرشادية التدريبية للمقبلين على الزوج وربطها بعدة متغيرات نفسية واجتماعية لكلا الجنسين.
- ٢- تحسين مستوى خدمات الإرشاد الزواجي في الجامعات ومؤسسات المجتمع التي تقدم برامج إعداد وإثراء ومتابعة العلاقات الزوجية.
- ٣- اعتبار حضور الدورات التدريبية على رخصة القيادة الأسرية للمقبلين على الزواج شرطاً من شروط الزواج.
- ٤- إجراء دراسات تهتم بالعلاقة الزوجية الصحية قبل الزواج وأثناءه وبعده ومساعدة الأزواج على تخطي العقبات التي قد يواجهونها .
٥. تدريب المرشدين على تقديم برامج تأهيل شاملة لإعداد المقبلين على الزواج وتدريبهم على بعض المهارات.

## المراجع

- أبو غزال، معاوية، وعلاونه، شفيق (٢٠١٠). العدالة المدرسية وعلاقتها بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من تلاميذ المدارس الاساسية في محافظة إربد. مجلة جامعة دمشق، ٢٦(٤)، ٢٨٥-٣١٧.
- بركات، حمزة (١٩٨٨). تصور طلاب الجامعة للمستقبل. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- بنجر، آمنه أرشد (٢٠١٠). دور المدرسة الثانوية في إعداد الطلاب وتزويدهم بالثقافة الزوجية من منظور تربوي إسلامي. مجلة مستقبل التربية العربية، ١٧(٦٦)، ٩-٥٢.
- جابر، عبد الحميد (١٩٩٠). نظريات الشخصية: البناء، الديناميات، النمو. طرق البحث، التقييم. القاهرة: دار النهضة العربية.
- حسانين، أحمد محمد (٢٠٠٠). قلق المستقبل وقلق الامتحان في علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المينا.
- الحسيني، عاطف (٢٠١١). قلق المستقبل والعلاج بالمعنى. ط ١. القاهرة: دار للفكر العربي.
- الداهري، صالح (٢٠٠٥). مبادئ الصحة النفسية. ط ١. الاردن: دار وائل للنشر.
- دياب، عاشور (٢٠٠١). فعالية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة التربية وعلم النفس، جامعة المينا، ١٥(١١)، ٤٦٦-٤٣٦.
- زهران، حامد (٢٠٠١). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط ٢. القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد (٢٠٠٥). علم نفس الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتب.
- الساعاتي، سامية (٢٠٠٢). الشباب العربي والتغير الاجتماعي. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.
- سعود، ناهد (٢٠٠٥). قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم. رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا.
- السفاسفة، محمد والمحاميد، شاكرا (٢٠٠٧). قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٨(٣)، ص١٢٧-١٤٢.
- سليمان، سناء (٢٠٠٤). التكيف الزواجي وإستقرار الأسرة من منظور إسلامي نفسي اجتماعي. القاهرة: عالم الكتب.
- شقير، زينب (٢٠٠٥). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: الإنجلو المصرية
- شمال، محمود (١٩٩٩). قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات. مجلة المستقبل العربي، ٥(٢٤٩)، ٧٠-٨٥.

- شيخه، شفاء (١٩٩٣). الفروق في الكفايات المدركة بين الطلبة ذوي الصعوبات التعليمية والعادين والمتفوقين أكاديميا. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الأردنية: عمان.
- الصرايرة، خالد (١٩٩٢). الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بالممارسات الوالدية الداعمة للإستقلال الذاتي لدى الأطفال. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية: عمان.
- الصقر، تيسير (٢٠٠٥). مستوى النمو الأخلاقي والكفاءة الذاتية المدركة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة اليرموك: الأردن.
- عبد الله، معتز، ويوسف، جمعه (٢٠٠٤). الزواج العرفي: واقعه وأثاره النفسية والإجتماعية. القاهرة: مطبوعات مركز البحوث والدراسات الإجتماعية، آداب القاهرة.
- عبد الباقي، سلوى (١٩٩٣). مسببات القلق خبرات الماضي والحاضر ومخاوف المستقبل. دراسات نفسية وتربوية، القاهرة: عالم الكتب.
- عبد المحسن، مصطفى (٢٠٠٧). فعالية الإرشاد النفسي في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب كلية التربية بسيوط. (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة أسيوط.
- العجمي، نجلاء (٢٠٠٢). بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب جامعة الملك سعود. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود.
- العساف، عهدود (٢٠١١). دراسة تقويمية للبرامج الإرشادية للمقبلين على الزواج في مشروع ابن باز الخيري في الرياض. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الرياض، جامعة الملك سعود.
- عسكر، عبد الله وعبد الرزاق، عماد (١٩٩٨). البطالة وحالة القلق والمشاعر الاكتئابية لدى الشباب. المؤتمر الخامس، الإرشاد النفسي والتنمية البشرية، ١-٣ ديسمبر (١٩٩٨) مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس.
- العكاشي، بشرى (٢٠٠٠). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. العراق. الجامعة المستنصرية. كلية التربية (رسالة ماجستير غير منشورة).
- علي، حسام (٢٠١٣). قلق المستقبل الزواجي وعلاقته بالذكاء الوجداني وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية. ٢٤ (٩٤)، ٦٩-٢٩.
- القاضي، وفاء (٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة. (رسالة ماجستير غير منشورة)، الجامعة الإسلامية، غزة.
- كرميان، صلاح (٢٠٠٨). سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في استراليا. أطروحة دكتوراة غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك.
- المجلس الوطني لشؤون الأسرة (٢٠١٠). الإرشاد الأسري. الأردن: عمان.
- محمد، هبة (٢٠٠٨). قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية. ٢١ (١)، ٣٧٩-٣٢١.

- محمد، ياسمين (٢٠١٤). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالهيك النفسي وقلق المستقبل لدى المعلمين الجدد. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا.
- مرسي، كمال (١٩٩١). العلاقة الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس. دار القلم للنشر والتوزيع: الكويت.
- المشخي، غالب (١٤٢٠هـ). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. رسالة دكتوراه غير منشورة، مكة المكرمة، جامعة أم القرى.
- معشي، محمد (٢٠١٢). قلق المستقبل لدى الطالب المعلم وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسات تربوية ونفسية. مجلة جامعة التربية بالقرن، ٧٥ (٢٣)، ص ٢٧٨-٢٠٦.
- منصور، حمدي (٢٠٠٠). فاعلية العلاج الانفعالي في تخفيف أعراض اضطراب القلق العام لدى عينة من المرضى النفسيين (دراسة تجريبية). مجلة دراسات الخدمة الاجتماعية والعلوم النفسية، ٩ (٣)، ٢١١٧-٢١٤٧.
- المومني، محمد، ونعيم، مازن (٢٠١٢). قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٩ (٢)، ١٧٣-١٨٥.
- نجاتي، عثمان (٢٠٠٠). التعايش مع الخوف (فهم القلق ومكافحته). دار الشروق: القاهرة.
- النعمي، هادي، والجباري، جنار (٢٠١٠). قلق المستقبل لدى المدرسات المتأخرات عن الزواج في مركز محافظة كركوك. مجلة التربية والعلم، ١٧ (٣)، ص ٢٧١-٢٩٦.
- Al-Darmaki, F. (2005). Counseling self-efficacy and its relationship to anxiety and problem-solving in United Arab Emirates. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 27(2), 323-335.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: the exercise of control*. New York: W.H Freeman.
- Bandura, A. (1994). *Self-efficacy .In changing societies*. New York: Cambirdge university press.
- Carroll, J. S. & Doherty, W. J. (2003). *Evaluating the effectiveness of premarital prevention programs: A meta-analytic review of outcome research*. (Unpublished doctoral dissertation), University in Brigham Young.
- Cherlin, A. (1993). Marriage, Divorce, Remarriage. *Contemporary Sociology*, 22(4), 573-574.
- Futris, T. Allen W. Tiffany M. & Seponski. D. (2011). The impact of PREPARE on engaged couples: variations by delivery format. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 10(1), 69-86.

- Gingrich, F. (2003). Complementary delusions in premarital counseling. *American Journal of Pastoral Counseling*, 6(4), Pp 51-71.
- Gist, M. & Mitchell, T. (1992). Self- Efficacy a theoretical analysiss of its determinants and malleability. *Academy of Managment Review*, 17(2), 183-2011.
- Knutson, L & Olson, D. (2003). Effectiveness preper program with premarital couples in community settings. *Marriage & Family*, 6(4), 529-546.
- Mihalec, G. (2014). *Effectiveness of adapted prepare-enrich program in Hungary*. Unpublished doctoral dissertation, University in Budapest, Hungary.
- Miri, M, & Sharifirad, R. (2013). The effect of instruction on knowledge and attitude of couples attending pre-marriage counseling classes. *J Educ Health Promot*, 2(52), 28-40.
- Mock, j. (2014). *The process of couples' experiences in a brief intervention*. (Unpublished Doctoral thesis), University of Utah State, Logan.
- Olson, D. & Olson, A. (2000). *Empowering couples: Building on your strengths*. Minneapolis, MN: Life Innovations.
- Olson, D., DeFrain, J. & Skogrand, L. (2011). *Marriages and families: intimacy, diversity, and strengths*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Olson, D. & Miller. SH. (2007). *Integrating PREPARE/ENRICH & couple communication programs: a longitudinal follow-up study*. Retrieved from: <https://www.prepare-enrich.com>.
- Ooms, T. (2010). *Marriage and relationship education and couples and marriage therapy/counseling: What's the difference?*. *National Health and Medical Research Council Brief*. Retrieved from: [www.healthymarriageinfo.org/resource-detail/index.aspx?rid=3676](http://www.healthymarriageinfo.org/resource-detail/index.aspx?rid=3676).
- Park, J. Kim, D. Song, W. & Lee, J. (2009). Discriminant validity of korean version of ENRICH marital inventory (K-ENRICH). *Journal of Christian Counseling*, 65(2), 1-3.
- Pajares, F. (2005). Overview of social cognitive theory and self - efficacy, *Educational & psychological Measurement*, 68(3), 443 – 463.
- Poley, M. (2011). *A Pre-marriage proposal: getting ready for marriage, an adlerian design a research paper*. (Unpublished master's thesis), Adlerian Counseling and Psychotherapy.
- Popenoe D. & Whitehead R. (2010). *The state of our unions 2010*. Piscataway, NJ: National Marriage Project, Rutgers University.
- Romano, J. (1996). School personal prevention training: A m easure of self-

- efficacy. *Journal of Educational Research*, 90(1), 57-63.
- Schwarzer, R. (1994). Optimistische kompetenzerwartung: zur erfassung einerpersonellen bewaeltigungsressource. *Dignostika Heft*, 2(40), 105-123.
- Silliman, B., & Schumm, W. (2000). Marriage preparation programs: A literature review. *The family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 8(2), 133-142.
- Silliman, B. & Schumm, W. (1999). Improving practices in marriage preparation. therapy counseling: What's the difference? *Oklahoma City, OK: National Healthy Marriage Resource Center*, 25(1), 23-43.
- Wells, A. (1997). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorder "A practice Manual & Conceptual Guide"*. John Wiley & Sons, The Atrium, Southern, Chichester.
- Yazdi, S. & Hoseinali .D. (2013). The effects of pre-marital instruction on attitude to spouse selection in Yazd University students, copy right Institute of Interdisciplinary. *Business Research*, 4(10), 469-477.
- Zaleski Z. & Janson, G. (2000). *Effect of future anxiety and locus of control on power strategies used by military and civilian supervisors*. *Studia Psychological* .
- Zaleski, Z. (1996). Future anxiety: concept measurement and preliminary research. *Person Individual Difference*, 21(2), 165- 174.