مجلة مستقبل العلوم الإجتماعية
Future of Social Sciences Journal
FSSJ

المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي

Positive Resilience and its Relationship to Future Career Anxiety Among University Students

د/ ألاء حسني صالح متولي

مدرس بقسم العمل مع الأفراد والأسر – كلية الخدمة الاجتماعية

جامعة حلوان

DOI: 10.21608/fjssj.2025.430672 **Url**: https://fjssj.journals.ekb.eg/article_430672.html
تاريخ إستلام البحث: ٢٠٢٥/٤/٢٨م **تاريخ القبول:** ٢٠٢٥/٥/٢٨م **تاريخ النشر:** ٢٠٢٥/٧/١م
توثيق البحث: متولي، ألاء حسني صالح. (٢٠٢٥). المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي ، مجلة مستقبل العلوم الإجتماعية,ع. ٢٢،ج.(٢),ص-ص:١٢٣-١٥٢.

٢٠٢٥م

المجلد: الثاني والعشرون. **العدد**: الثاني. يوليو ٢٠٢٥م.

المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي

المستخلص:

استهدفت هذه الدراسة تحديد طبيعة العلاقة بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، كما استهدفت الوصول لمؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي لتحسين المرونة الإيجابية والتخفيف من حدة قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، وتحددت مفاهيم الدراسة في (مفهوم المرونة الإيجابية، مفهوم قلق المستقل المهني)، وتكونت عينة الدراسة من (٢٧٦) مفردة من الشباب الجامعي، وتنتمي هذه الدراسة لنمط الدراسات الوصفية لتحديد العلاقة بين متغيرين وهما المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، باستخدام منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة العشوائية، وقد أشتملت أدوات الدراسة على مقياس المرونة الإيجابية وتتحدد أبعاده الفرعية في أربعة أبعاد هي (المساندة الاجتماعية– الكفاءة الشخصية– الكفاءة الاجتماعية والأسرية– البنية القيمية والدينية)، ومقياس قلق المستقبل المهني وتتحدد أبعاده الفرعية في أربعة أبعاد هي (الأفكار السلبية عن المستقبل– أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها– التخصص والتحصيل الدراسي– الاستقرار الأسري والاجتماعي)، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

الكلمات المفتاحية: المرونة، المرونة الإيجابية، قلق المستقبل المهني، الشباب الجامعي.

Positive Resilience and its Relationship to Future Career Anxiety Among University Students

Abstract

This study aimed to identify the nature of the relationship between positive resilience and future career anxiety among university students. It also aimed to propose indicators of the role of social worker to improve positive resilience and reduce the severity of future career anxiety among university students. The study concepts were defined as (positive resilience, and future career anxiety). The study sample consisted of (276) university students. This study belongs to the descriptive study type to determine the relationship between two variables, namely positive resilience and future career anxiety among university students, using the social survey method through random sample method. The study tools included positive resilience scale, and

its sub-dimensions were defined in four dimensions: (social support - personal competence - social and family competence - value and religious structure), and the future career anxiety scale, and its sub-dimensions were defined in four dimensions: (negative ideas about the future - the importance of the profession and the possibility of obtaining it - specialization and academic achievement - family and social stability). The findings emphasized that there is a statistically significant inverse relationship at a significance level of (0.01) between positive resilience and future career anxiety among university students.
Keywords: Resilience - Positive resilience - Career anxiety - University students.

أولًا: مشكلة الدراسة:

يمثل الشباب القوة الدافعة للمجتمع، والفئة العمرية التي تتمتع بالحيوية والقدرة على العمل والنشاط، كما أنهم الفئة العمرية التي يكاد بناؤها النفسي والثقافي أن يكون مكتملًا على نحو يمكنها من التوافق والتفاعل والإندماج والمشاركة بما يسهم في تحقيق أهداف المجتمع وتطلعاته (حبيب، حنا، ٢٠١١، ص ٣٤١). ويُعد الشباب الجامعي الركيزة الأساسية في أي مجتمع ووسيلة التنمية المستدامة، حيث بلغ عدد الطلاب المقيدين بالتعليم العالي للعام الجامعي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤ (٣,٧٦٠,١٦٣) طالب، بنسبة (٥٠,٤% ذكور، ٤٩,٦% إناث) (الإحصاء، ٢٠٢٤).

يواجه الشباب الجامعي العديد من التحديات التي قد تؤثر على الجوانب النفسية لديهم، وقدراتهم على التكيف، لذا فتمتع الطلاب بقدر عال من المرونة الإيجابية يمكنهم من التكيف مع مختلف الظروف، ومواجهة التحديات، حيث تلعب المرونة دورًا هامًا في مساعدة الطلاب على مواجهة الضغوط وتعزيز الصحة النفسية، وترتبط كذلك بمستوى التفكير الإيجابي حيث أشارت دراسة عبدالوهاب (٢٠٢٤) إلى أنه توجد علاقة طردية بين التفكير الإيجابي المتعلق بالحياة الشخصية والمرونة لدى طلاب الخدمة الاجتماعية، كما تتأثر المرونة بمدى الدعم الاجتماعي من المحيطين. وقد أشارت دراسة Hamdan-Mansour, et al., (2014) إلى أن المساندة الاجتماعية ترتبط بالمرونة، كذلك أيضًا دراسة Pidgeon, et al. (2014) حيث أشارت إلى أن الطلاب ذوو المرونة المنخفضة يعانون من إنخفاض في مستوى الدعم الاجتماعي وقلة علاقاتهم الاجتماعية كذلك عدم قدرتهم على التكيف. يؤثر امتلاك الشباب الجامعي للمرونة الإيجابية على العديد من الجوانب حيث

أشارت دراسة جابر، علي (٢٠١٦) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المرونة الإيجابية وقلق الاختبار وأظهرت وجود علاقة موجبة بين المرونة الإيجابية والتحصيل الأكاديمي، كما أوضحت دراسة Liu, Wang & Zhou (2022) إلى أن المرونة الإيجابية لدى طلاب الجامعة ترتبط بقدراتهم على التصرف بوعي في مختلف المواقف، كما ترتبط المرونة الإيجابية بإدارة الأزمات حيث أشارت دراسة وهبه، بله (٢٠١٩) إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرونة الإيجابية وإدارة الأزمات الاقتصادية، كذلك دراسة مصطفى (٢٠١٦) حيث أظهرت نتائجها وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرونة الإيجابية ومعنى الحياة لدى الشباب الجامعي.

تعتبر المرونة الإيجابية نسق متعدد الأبعاد يشتمل على مهارات تساعد الأفراد على مواجهة ضغوط الحياة، كما أنها صفة يمكن أن تتغير من فرد لأخر، كما يمكن أن تتغير أيضًا في الفرد ذاته وفقًا لتغير المرحلة العمرية (جعفر، ٢٠١٥، ص ٥٦).

تتأثر المرونة بالتفاعل بين ثلاثة عناصر أساسية هي مستوى الضغوط التي يتعرض لها الفرد ووقت حدوثها، البنية النفسية للفرد وطبيعة المجتمع وقيمه، كذلك مدى المساندة التي يتلقاها الفرد (مصطفى، ٢٠٢٣، ٧٢٧)، وأضاف أليكس (Alec. J) أن السعي نحو تحقيق المرونة يتكون من ثلاثة عناصر أساسية وهي التعافي، والاستدامة، النمو، كما أشار إلى أهمية المساندة الاجتماعية للتغلب على التحديات التي تواجه الفرد (Zautra et al., 2010, P.4)

ويتميز الأفراد ذوي المرونة الإيجابية بعدة سمات منها: أنهم يتميزون بمهارات تواصل جيدة، كما يتميزون بتقديرهم المرتفع للذات، ويستطيعون إقامة علاقات اجتماعية جيدة، يستخدمون أساليب للمواجهة تتناسب مع الموقف الضاغط، التدين والشعور بالإنتماء، لديهم قدرة على التحكم في انفعالاتهم، لديهم قدرة على التكيف مع التغيرات (لشهب، ٢٠٢٤، ٤١٠).

وبذلك فإن امتلاك الفرد لقدر من المرونة الإيجابية أمر في غاية الأهمية ولا سيما المرحلة الجامعية، مما يجعله يتخطى الضغوط والتحديات في هذه المرحلة، إذ يزداد فيها مسئوليات الطالب في تحقيق الإنجاز الأكاديمي من جهة ورسم مستقبله المهني من جهة أخرى.

وترتبط زيادة الضغوط الحياتية لدى الشباب الجامعي بزيادة قلق المستقبل المهني حيث أشارت دراسة النحاس (٢٠٢٤) إلى أنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين

الضغوط الحياتية للشباب الجامعي وقلق المستقبل المهني بأبعاده المختلفة (التفكير السلبي في المستقبل- التفكير في الدراسة وافاق التخصص- امكانية الحصول على مهنة- تحقيق الاستقرار الأسري والاجتماعي).

ويعرف قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي بأنه "حالة من التوتر وعدم الاطمئنان، والخوف والضيق يشعر بها الطالب الجامعي عندما يفكر في مهنة المستقبل، ناتجة عن توقعات وتعميمات بأن الفرص المهنية في المستقبل تتضاءل، وأن الحصول على مهنة ذات مكانة مرموقة وعائد اقتصادي جيد قد يصبح أمرًا صعب المنال، مهما بذل من جهد ومهما كانت مؤهلاته وإعداده الاكاديمي" (مخيمر، ٢٠١٣، ص ٥٠٢).

يوثر قلق المستقبل على الفرد في العديد من الجوانب إذ أن شعور الفرد بأن المستقبل غير آمن وينتابه الغموض يؤثر عليه فيصبح دائم التفكير في المستقبل وينتابه العديد من المخاوف، مما ينعكس سلبًا على قدرته على التكيف مع البيئة المحيطة به (العزام، الشرقان، ٢٠٢٤، ص١٣٤٢).

وفي هذا الصدد فقد أوضحت دراسة كل من Al Adwan, El Hajji, & Fayez, (2024) ودراسة Dalmış, Büyükatak & Sürücü, (2025) إلى أنه نتيجة التقدم التكنولوجي السريع يزداد شعور الطلاب بالقلق تجاه مستقبلهم، وتجاه فرص العمل المتاحة.

كما أشارت دراسة شرف الدين (٢٠٢١) إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين قلق المستقبل المهني والتوجه نحو الحياة للطالب الجامعي، كذلك فإن التفكير في المستقبل والمخاوف المرتبطة به يؤثر على قدرة الطالب على التحصيل الدراسي وفي هذا الصدد أشارت دراسة المالكي (٢٠١٨) إلى وجود علاقة إرتباطية سلبية بين قلق المستقبل المهني والدافعية للإنجاز.

ويعتبر قلق المستقبل المهني أحد أنواع القلق الذي يعاني منه الشباب بصفة عامة – والشباب الجامعي بصفة خاصة- المقبلين على التخرج، حيث يتمثل هدفهم الأساسي في الحصول على مهنة مناسبة، تساعد على تنمية قدراتهم وتحقيق ذاتهم (حمامة، خليل، ٢٠٢٣، ص ص ٢٢٨- ٢٢٩).

وقد حدد (شقير وآخرون، ٢٠١٢، ص ١٠٩) مجموعة من السمات والمظاهر للأشخاص الذين يعانون من قلق المستقبل ومن أهمها:

١- أنهم أشخاص متشائمون.

٢- يميلون إلى الشك في معظم الأمور.
٣- لديهم انفعالات زائدة.
٤- يفتقدون للشعور بالأمن النفسي.
٥- يميلون إلى الخوف من أي تغيرات يمكن أن تحدث في المستقبل.
٦- يميلون إلى السلبية.
٧- غير قادرين على إتخاذ القرارات.
٨- لديهم توقعات سلبية عن المستقبل.
٩- يعانون من ضعف الثقة بالنفس.

ووفقا لدراسة Bolanowski, (2005) فإنه توجد سبعة عوامل رئيسية تثير قلق المستقبل المهني لدى الطلاب تتمثل في صعوبة الحصول على عمل والقلق المتزايد من القدرة على الحفاظ على ذلك العمل، الإنخفاض في الأجور، التأثيرات السلبية للعمل على الحياة الأسرية خاصة التعارض بين الأدوار المهنية والادوار الأسرية، المستوى المفرط من ضغوط العمل، نقص القدرات الشخصية للتعامل مع ضغوط العمل، عدم القدرة على التطور المهني نتيجة القيود المؤسسية، العوامل المرتبطة بتطوير الدور المهني.

كذلك تشير دراسة أشارت دراسة Öztekin, Gómez-Salgado, & Yıldırım (2025) إلى وجود علاقة إيجابية بين قلق المستقبل والتوتر والاكتئاب، أشارت إلى وجود علاقة سالبة بين المرونة النفسية وإعادة التقييم المعرفي لدى طلاب الجامعة.

كما أظهرت دراسة Upadhyay, (2024) وجود علاقة عكسية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني، كذلك أشارت دراسة Hammad, (2016) إلى وجود علاقة عكسية بين قلق المستقبل والتخصص.

وأوضحت دراسة Öztekin, (2025) أن قلق المستقبل عند طلاب الجامعة يرتبط إيجابيًا بالتشاؤم، ويرتبط سلبيًا بالمشاعر الإيجابية، والمشاركة، والإنجاز.

ووفقًا للنظرية الإيكولوجية التي تهتم بالتفاعل بين الفرد والبيئة، فالشباب الجامعي يتعرضون للعديد من الضغوط الاجتماعية والتعليمية، كذلك يعاني من العديد من المخاوف المرتبطة بالمستقبل المهني، مما يؤثر على تكيفه مع البيئة المحيطة، وبالتالي يسعى لتنمية قدراته لإستعادة التوازن والتكيف مع مختلف التغيرات.

وإستقراء لما سبق يتضح أن الشباب الجامعي فئة من أهم فئات المجتمع، تمر بالعديد من التحديات المرتبطة بمستقبلهم المهني بالنظرة التشاؤمية، كذلك وعدم توفر فرص عمل يستطيعون من خلالها إشباع احتياجاتهم، وتطوير ذاتهم، وشغل مكانة اجتماعية مناسبة. وفي ضوء العرض السابق يمكن تحديد مشكلة الدراسة في قضية رئيسية مؤداها "ما العلاقة بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي؟"

ثانيًا: أهمية الدراسة:

١- تكمن أهمية الدراسة في أنها تتناول فئة من أهم فئات المجتمع التي تحقق أهداف المجتمع وتطلعاته.

٢- التزايد المستمر في أعداد الطلاب المقيدين بالتعليم العالي حيث بلغ عدد الطلاب للعام الجامعي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤ (٣,٧٦٠,١٦٣) طالب بنسبة (٥٠,٤% ذكور، ٤٩,٦% إناث) (الإحصاء، ٢٠٢٤) مما يتطلب تحديد التحديات التي تواجههم، وتنمية قدراتهم على مواجهتها.

٣- قد تفيد هذه الدراسة في تصميم برامج للتدخل المهني للعمل على زيادة المرونة الإيجابية للشباب الجامعي والتخفيف من حدة قلق المستقبل المهني لديهم.

ثالثًا: أهداف الدراسة:

١- تحديد طبيعة العلاقة بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، ويتحقق ذلك من خلال:

أ- تحديد مستوى المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي.

ب- تحديد مستوى قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

٢- الوصول لمؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي لتحسين المرونة الإيجابية والتخفيف من حدة قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

رابعًا:مفاهيم الدراسة:

١- مفهوم المرونة الإيجابية

يعرفها قاموس علم النفس للجمعية الأمريكية لعلم النفس American Psychological Association (APA) Dictionary of Psychology (2018) بأنها "عملية ونتيجة التكيف الناجح مع تجارب الحياة الصعبة أو المثيرة للتحدي، وخاصة من خلال المرونة العقلية والعاطفية والسلوكية والتكيف مع المطالب الخارجية والداخلية".

تعرف المرونة بأنها "ميزة أو صفة في شخصية الفرد تمكنه من مواجهة الأحداث الضاغطة في الحياة، والتي تمثل مصدر خطر بالنسبة لأمنة النفسي بطريقة إيجابية، مما يكسبه الخبرة في التعامل مع الأحداث الجديدة والمشابهة، وهي تختلف من شخص إلى آخر حسب القدرات الشخصية والتكوينية للفرد، وتعتمد على مهارات الفرد الفطرية والمكتسبة في التعامل مع مختلف الأحداث" (رجب، ٢٠٢٥، ص١٥).

كما تعرف المرونة الإيجابية بأنها "القدرة على إستعادة التوازن والتعافي من صدمات وضغوطات الحياة الشديدة، وتعكس التفاعل الديناميكي للعوامل التي تعزز التكيف الإيجابي في مواجهة المواقف الحياتية السلبية، وتعمل على تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي الناجح، وترتبط بالصحة النفسية للفرد" (Truffino, 2010, p. 145).

وتعرف الباحثة المرونة الإيجابية نظريًا بأنها "القدرة على مواجهة ضغوط الحياة بطريقة إيجابية، والتعامل مع الأحداث الجديدة بكفاءة، مع الاهتمام بضرورة المساندة الاجتماعية، وتنمية الكفاءة الشخصية، والكفاءة الاجتماعية والأسرية، مع الالتزام بالقيم والمعايير المجتمعية".

وتقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الشباب الجامعي على مقياس المرونة الإيجابية وأبعاده "المساندة الاجتماعية، الكفاءة الشخصية، الكفاءة الاجتماعية و الأسرية، البنية القيمية والدينية".

٢- مفهوم قلق المستقبل المهني

يعرف قلق المستقبل بأنه "معاناة الفرد من شعور يحمل تهديد بتوقع الأسوء بالمستقبل، مما يجعله مقترن بالخوف والترقب وعدم الطمأنينة وفقدان الأمل" (زايد، ٢٠٢١، ص ٥).

يعرف قلق المستقبل المهني بأنه "المشاعر السلبية التي تنتاب الطالب الجامعي بشأن وضعه المهني في المستقبل في ظل عدم توفر فرص عمل مناسبة له بعد التخرج من الجامعة" (السيد، ٢٠٢١، ص ١٨).

كما يعرف بأنه "المشاعر السلبية وردود الأفعال الفسيولوجية والمكونات المعرفية، كالأفكار السلبية والمخاوف التي تنشأ في المواقف المهنية التي يواجهها الأفراد، في حالات إتخاذ القرارات بشأن اختيار التخصص أو تخوفهم بشأن جودة عملهم في المستقبل وإمكانية الالتحاق بعمل مناسبة" (Atikah, Kurniawati, & Rifameutia, 2023, p.1378).

وتعرف الباحثة قلق المستقبل المهني نظريًا بأنه "المشاعر السلبية التي تعتري الشباب الجامعي والتي تتعلق بوضعه المهني في المستقبل، وتنتج عن الأفكار السلبية عن المستقبل، وإمكانية الحصول على فرصة عمل مناسبة بعد التخرج".

وتقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الشباب الجامعي على مقياس قلق المستقبل المهني وأبعاده "الأفكار السلبية عن المستقبل، أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها، التخصص والتحصيل الدراسي، الاستقرار الأسري والاجتماعي".

خامسًا: الموجهات النظرية للدراسة

يركز البحث الحالي على النظرية الإيكولوجية حيث تهتم النظرية الإيكولوجية بدراسة تفاعلات الأفراد مع كل الأنساق البيئية (Wendt, 2021, p.2)، ويتجه تركيز الأخصائي الاجتماعي على نقاط الإلتقاء بين العميل والبيئة، حيث أن الإنسان وبيئته يشكلان نسقًا متفاعلًا وديناميكيًا (النوحي، ٢٠٠١، ص ١١٢).

فالمشكلة في ظل النظرية الإيكولوجية لا ترجع إلى سبب أو عامل واحد سواء كان جسدي أو نفسي أو عقلي أو أسري أو اجتماعي، ولكنها ترجع إلى العديد من العوامل المترابطة و المتفاعلة في شكل دائري وليس خطي أو سببي، وذلك وفقًا لتداخل وتعدد الأنساق التي يتفاعل معها الفرد لإشباع حاجاته (جبل، ٢٠١٨، ص ٤١)، لذلك لا يمكن دراسة السلوك الإنساني بمعزل عن البيئة لأن الإنسان وفقًا للنظرية الإيكولوجية ليس وحدة المسئول عن سلوكه ولكن أيضًا الأنساق البيئية التي يتفاعل معها (جبل، ٢٠١٣، ص ٤٣).

فالأخصائي الاجتماعي يحتاج إلى التعامل من مستويات مختلفة من البيئة عند الممارسة المهنية لتحقيق أهداف عملية المساعدة (جبل، ٢٠٢٢، ص ٥٠) حيث حدد كل من (Connolly & Harms, 2011)، (Cheung & Leung, 2019) مستويات البيئة في:

١- مستوى الميكرو Microsystem : يركز هذا المستوى على الفرد ويتضمن الوحدات الصغير كالخصائص الجسدية أو العقلية.

٢- مستوى الميزو Mesosystem : يركز على المستوى الأوسط مثل الأسرة.

٣- مستوى الاكزو Exosystem : يركز على الجماعات غير الرسمية.

٤- مستوى الماكرو Macrosystem : يركز على المجتمع ويهتم بالقيم الثقافية، والقوانين، والأيدلوجيات، والمعايير المجتمعية.

٥- مستوى الكرونو Chronosystem : يركز على التأثيرات الزمنية مثل التحولات الحياتية.

وفي ضوء هذه المستويات فإنه يبرز دور الأخصائي الاجتماعي مع الشباب الجامعي لتحسين المرونة الإيجابية والتخفيف من حدة قلق المستقبل لديهم. لذا فيمكنه العمل على تنمية الكفاءة الشخصية على المستوى الأصغر (مستوى الميكرو)، كذلك يعمل على تحسين المساندة الاجتماعية وتحسين الكفاءة لاجتماعية والأسرية من خلال مستوى الميزو، ويتطرق للعمل على مستوى المجتمع (مستوى الماكرو) ويعمل على تنمية وعي الشباب للالتزام بقيم المجتمع.

سادسًا: الإجراءات المنهجية للدراسة:

١- نوع الدراسة والمنهج المستخدم:

تنتمي هذه الدراسة إلى نمط الدراسات الوصفية، والتي تستهدف تحديد طبيعة العلاقة بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، وتعتمد على منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة العشوائية البسيطة.

٢- فروض الدراسة:

الفرض الرئيس: توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

وينبثق عن هذا الفرض الفروض الفرعية التالية:

(أ) توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

(ب) توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين الكفاءة الشخصية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

(ت) توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين الكفاءة الاجتماعية والأسرية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

(د) توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين البنية القيمية والدينية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي.

٣- أدوات الدراسة:

أ- مقياس المرونة الإيجابية إعداد (عثمان، ٢٠١٠).

وصف المقياس: يتكون المقياس من (٤٥) عبارة موزعة على أربعة أبعاد فرعية، وذلك كما يلي:

جدول رقم (١) يوضح توزيع مقياس المرونة الإيجابية على أربعة أبعاد

البعد	أرقام العبارات	المجموع
المساندة الاجتماعية	٢، ٦، ١٠، ١٤، ١٨، ٢١، ٢٥، ٢٩، ٣٦.	٩
الكفاءة الشخصية	١، ٤، ٨، ١٢، ١٦، ١٩، ٢٣، ٢٧، ٣١، ٣٤، ٣٨، ٤٠، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٥.	١٦
بعد الكفاءة الاجتماعية والأسرية	٥، ٩، ١٣، ١٧، ٢٠، ٢٤، ٢٨، ٣٢، ٣٥، ٣٩، ٤١.	١١
البنية القيمية والدينية	٣، ٧، ١١، ١٥، ٢٢، ٢٦، ٣٠، ٣٣، ٣٧.	٩

- طريقة تصحيح المقياس:

للمقياس ثلاث استجابات (تنطبق علي تمامًا- تنطبق علي أحيانًا- لا تنطبق علي مطلقًا)، أوزانهم على التوالي (٣، ٢، ١)، وذلك في حالة العبارات الإيجابية، وتعكس هذه الدرجات في حالة العبارات السلبية، ويشير ارتفاع درجات الطالب على المقياس إلى وجود قدر مرتفع من المرونة الإيجابية، بينما يشير إنخفاض الدرجة إلى وجود قدر منخفض من المرونة الإيجابية.

- صدق المقياس:

قام مُعدو المقياس باتبع عدة إجراءات حيث قام بإستخدام الصدق العاملي، كما استخدم أيضًا الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، كذلك معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت جميعها دالة عند مستوى معنوية (٠,٠١).

- **ثبات المقياس:** تم اتباع عدة إجراءات للتحقق من ثبات المقياس:

١- **الطريقة الأولى:** بإستخدام طريقة "الفا كرونباخ"، حيث بلغت قيمة ألفا (٠,٨٣) للمقياس ككل.

٢- **الطريقة الثانية:** طريقة التجزئة النصفية، حيث بلغ معامل الثبات بإستخدام معامل سبيومان براون (٠,٨١) وهو معامل مرتفع، مما يشير إلى صلاحية المقياس للتطبيق.

وقد قامت الباحثة بإعادة إجراء عمليات صدق وثبات المقياس للتحقق من مدى مناسبته للبحث الحالي وقد تم التحقق من الصدق والثبات وذلك كما يلي:

١- صدق المقياس:

- صدق الاتساق الداخلي: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طلاب الجامعة وعددهم (٣٠) مفردة من غير عينة الدراسة ولهم نفس خصائص عينة الدراسة، وتم إجراء معاملات الارتباط بإستخدام معامل الارتباط بيرسون براون لحساب معامل الاتساق الداخلي

من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات مجموع كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس.

جدول رقم (٢) يوضح حساب معامل الارتباط بين درجات مجموع كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس (ن= ٣٠)

م	الأبعاد	قيمة ر ودلالتها
١	المساندة الاجتماعية	٨٢٠.**
٢	الكفاءة الشخصية	٨٤١.**
٣	بعد الكفاءة الاجتماعية والأسرية	٩١٩.**
٤	البنية القيمية والدينية	٧٢١.**
تشير * إلى الارتباط عند ٠,٠٥ و تشير ** إلى الارتباط عند ٠,٠١		

يوضح الجدول السابق وجود ارتباط بين مجموع درجات كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس، حيث تتراوح قيم معامل الارتباط بين (٠,٩١٩) و (٠,٧٢١)، وجميع هذه المعاملات مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس بدرجة مناسبة حيث يمكن الاعتماد على نتائجه.

٢-ثبات المقياس: قامت الباحثة بإعادة إجراء عمليات الثبات للمقياس للتحقق من مدى ملائمته للبحث الحالي، وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة من طلاب الجامعة وعددهم (٣٠) مفردة من غير عينة الدراسة ولهم نفس خصائص عينة الدراسة، وقد جاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٣) يوضح حساب ثبات المقياس باستخدام معامل الارتباط الفا كرونباخ

الأبعاد	معامل ثبات "الفا"
المساندة الاجتماعية	.٦٧٩
الكفاءة الشخصية	.٧٣٠
الكفاءة الاجتماعية والأسرية	.٨١٠
البنية القيمية والدينية	.٥٢٤
المقياس ككل	.٨٩٦

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات بإستخدام طريقة ألفا كرونباخ بلغ للبعد الأول (المساندة الاجتماعية) (.٦٧٩)، وبلغ معامل الثبات للبعد الثاني (الكفاءة الشخصية) (.٧٣٠)، وبلغ معامل الثبات للبعد الثالث (الكفاءة الأسرية والاجتماعية) (.٨١٠)، وبلغ معامل الثبات للبعد الرابع (البنية القيمية) (.٥٢٤)، وبلغ معامل الثبات للمقياس ككل (.٨٩٦)، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات ويمكن للباحثة الاعتماد على نتائج هذه الأداة.

مستويات المتوسطات الحسابية لمقياس المرونة الإيجابية

إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١: ١,٦٧	مستوى منخفض
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١,٦٨: ٢,٣٣	مستوى متوسط
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٢,٣٤: ٣	مستوى مرتفع

ب- مقياس قلق المستقبل المهني إعداد (خليل، خيري، إسماعيل، ٢٠١٧).

- **وصف المقياس:** يتكون المقياس من (٤٠) عبارة موزعة على أربعة أبعاد، البعد الأول (الأفكار السلبية عن المستقبل) ويشتمل على (١٠) عبارات، البعد الثاني (أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها) ويشتمل على (١٠) عبارات، البعد الثالث (التخصص والتحصيل الدراسي) ويشتمل على (١٠) عبارات، البعد الرابع (الاستقرار الأسري والاجتماعي) ويشتمل على (١٠) عبارات.

- **طريقة التصحيح:** يتم الإجابة على عبارات المقياس وفقًا لمقياس متدرج ثلاثي، و تتراوح الدرجات من ثلاثة إلى واحد وذلك في حالة العبارات الإيجابية، وتعكس هذه الدرجات في حالة العبارات السلبية. حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى وجود قدر مرتفع من قلق المستقبل المهني.

- **صدق المقياس:** اتبع مُعد المقياس عدة إجراءات للتحقق من صدق الأداة منها صدق الاتساق الداخلي حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بين درجات مجموع كل بعد والمجموع الكلي لدرجات المقياس بين (٠,٧٧٣) و (٠,٨٣٠) وجميع هذه المعاملات مرتفعة ودالة. مما يشير إلى صدق المقياس.

- **ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس عن طريق ألفا كرنباخ: حيث بلغت قيمة ألفا للمقياس ككل (٠,٨٩٧). مما يعني أن معامل الثبات مرتفع ودال إحصائيًا.

وقد قامت الباحثة بإعادة إجراء عمليات صدق وثبات المقياس للتحقق من مدى مناسبته للبحث الحالي وقد تم التحقق من الصدق والثبات وذلك كما يلي:

١- صدق المقياس:

- **صدق الاتساق الداخلي:** قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طلاب الجامعة وعددهم (٣٠) مفردة من غير عينة الدراسة ولهم نفس خصائص عينة الدراسة، وتم إجراء معاملات الارتباط بإستخدام معامل الارتباط بيرسون براون لحساب معامل الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات مجموع كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس.

جدول رقم (٤) يوضح حساب معامل الارتباط بين درجات مجموع كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس (ن=٣٠)

م	الأبعاد	قيمة ر ودلالتها
١	الأفكار السلبية عن المستقبل	**.٧٩٩
٢	أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها	**.٨٣٧
٣	التخصص والتحصيل الدراسي	**.٧٧١
٤	الاستقرار الأسري والاجتماعي	**.٥٤٣
تشير * إلي الارتباط عند ٠,٠٥ و تشير ** إلي الارتباط عند ٠,٠١		

يوضح الجدول السابق وجود ارتباط بين مجموع درجات كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات المقياس، حيث تتراوح قيم معامل الارتباط بين (٨٣٧.**) و (٥٤٣.**)، وجميع هذه المعاملات مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية (٠,٠١) مما يشير إلى صدق المقياس بدرجة مناسبة حيث يمكن الاعتماد على نتائجه.

٢-ثبات المقياس:

قامت الباحثة بإعادة إجراء عمليات الثبات للمقياس للتحقق من مدى ملائمته للبحث الحالي، وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة من طلاب الجامعة وعددهم (٣٠) مفردة من غير عينة الدراسة ولهم نفس خصائص عينة الدراسة، حيث تم حساب الثبات بعدة طرق كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٥) يوضح معاملات الثبات لمقياس قلق المستقبل المهني

م	الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			التجزئة النصفية	التصحيح بإستخدام سبيرمان براون
١	الأفكار السلبية عن المستقبل	.٧٣٨	.٥٨٢	.٧٣٦
٢	أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها	.٧٢٧	.٤٦٨	.٦٣٧
٣	التخصص والتحصيل الدراسي	.٦٦٨	.٦٥٠	.٧٨٨
٤	الاستقرار الأسري والاجتماعي	.٤٨٩	.٤٩٨	.٦٦٥
المقياس ككل		.٨٤٤	.٧٥١	.٨٥٨

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات بإستخدام طريقة ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغ (.٨٤٤) وطريقة التجزئة النصفية بلغ (.٧٥١) وبإستخدام معامل سبيرمان براون قيمته (.٨٥٨)، وهو معامل عال، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات ويمكن للباحثة الاعتماد على نتائجه.

مستويات المتوسطات الحسابية لمقياس قلق المستقبل المهني

إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١: ١,٦٧	مستوى منخفض
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ١,٦٨: ٢,٣٣	مستوى متوسط
إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة أو البعد بين ٢,٣٤: ٣	مستوى مرتفع

٤-مجالات الدراسة:

أ- **المجال المكاني:** أجريت الدراسة بجامعة حلوان وتحديدًا بكلية الخدمة الاجتماعية وذلك نظرًا لموافقة المسئولين على إجراء الجانب العملي للدراسة، توافر عينة الدراسة.

ب- المجال البشري:

- **إطار المعاينة:** بلغ عدد الطلاب المقيدين في الفرقة الرابعة بكلية الخدمة الاجتماعية انتظام (٦٦٠٢) طالب وذلك للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥.

- **العينة:** تم سحب عينة عشوائية بسيطة من الشباب الجامعي بنسبة (٥%)، حيث بلغ حجم العينة (٢٧٦) طالب **توافرت فيهم الشروط التالية:**

١- أن يكون مقيدًا بالفرقة الرابعة انتظام.

٢- أن لا يكون قد رسب بالكلية.

٣- أن لا يعمل بالقطاع العام أو الخاص أو الأعمال الحرة.

٤- أن يكون غير متزوج.

٥- أن يقيم في أسرة طبيعية.

٦- أن يوافق على التعاون مع الباحثة.

ج- المجال الزمني: تمثل المجال الزمني للدراسة في فترة جمع البيانات خلال الفترة من ٢/ ٢٠٢٥ إلى نهاية ٣/ ٢٠٢٥.

سابعًا: النتائج العامة للدراسة:

المحور الأول: خصائص عينة الدراسة:

جدول رقم (٦) وصف خصائص عينة الدراسة

م	المتغير	فئات المتغير	ك	%
١	النوع	ذكر	٨٢	٢٩,٧
		أنثى	١٩٤	٧٠,٣
المجموع			٢٧٦	١٠٠
٢	السن	من ٢٠ لأقل من ٢٢ سنة	١٦٥	٥٩,٨
		من ٢٢ لأقل من ٢٤ سنة	١٠٨	٣٩,١
		من ٢٤ سنة فأكثر	٣	١,١
المجموع			٢٧٦	١٠٠
٣	محل الإقامة	حضر	٢٣٦	٨٥,٥
		ريف	٤٠	١٤,٥
المجموع			٢٧٦	١٠٠

- يتضح من الجدول السابق أن النسبة الأعلى من عينة الدراسة كانت من الإناث حيث بلغت نسبتها(٧٠,٣)، بينما بلغت نسبة الذكور (٢٩,٧).
- كما يتضح من الجدول السابق أيضًا من الطلاب في الفئة العمرية (من ٢٠ لأقل من ٢٢) بنسبة (٥٩,٨)، تليها الفئة العمرية (من ٢٢ لأقل من ٢٤) بنسبة (٣٩,١)، في حين جاءت أقل نسبة للفئة العمرية (من ٢٤ سنة فأكثر) بنسبة (١,١).
- ويتضح أيضًا من الجدول السابق أن النسبة الأعلى من الطلاب كانت تقيم في الحضر بنسبة (٨٥,٥).

المحور الثاني : مستوى المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي

جدول رقم (٧) يوضح مستوى أبعاد المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي (ن=٢٧٦)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
١	بعد المساندة الاجتماعية	٢,٣١	٠,٤٣	متوسط	٣
٢	بعد الكفاءة الشخصية	٢,١٨	٠,٣١	متوسط	٤
٣	بعد الكفاءة الاجتماعية والأسرية	٢,٣٦	٠,٣٦	مرتفع	٢
٤	بعد البنية القيمية والدينية	٢,٤١	٠,٢٢	مرتفع	١
أبعاد المرونة الإيجابية ككل		٢,٢٩	٠,٢٨	متوسط	

يتضح من الجدول السابق أن مستوى أبعاد المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (٢,٢٩)، ومؤشرات ذلك وفقًا لترتيب المتوسط الحسابي: الترتيب الأول بعد البنية القيمية والدينية بمتوسط حسابي (٢,٤١)، يليه الترتيب الثاني بعد الكفاءة الأسرية والاجتماعية بمتوسط حسابي (٢,٣٦)، يليه الترتيب الثالث بعد المساندة الاجتماعية بمتوسط حسابي(٢,٣١)، يليه الترتيب الرابع والأخير بعد الكفاءة الشخصية بمتوسط حسابي (٢,١٨).

المحور الثالث: مستوى قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي

جدول رقم (٨) يوضح مستوى أبعاد قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي (ن=٢٧٦)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
١	بعد الأفكار السلبية عن المستقبل	١,٧٩	٠,٣٨٨	متوسط	٤
٢	بعد أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها	١,٩٢	٠,٣٨٨	متوسط	٢
٣	بعد التخصص والتحصيل الدراسي	١,٨٢	٠,٤٠٢	متوسط	٣
٤	بعد الاستقرار الأسري والاجتماعي	٢,٠٦	٠,٣١٦	متوسط	١
أبعاد قلق المستقبل المهني ككل		١,٩٠	٠,٣١٤	متوسط	

يتضح من الجدول السابق أن مستوى أبعاد قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي (١,٩٠)، ومؤشرات ذلك وفقًا لترتيب المتوسط الحسابي: الترتيب الأول بعد الاستقرار الأسري والاجتماعي بمتوسط حسابي (٢,٠٦)، يلية الترتيب الثاني بعد أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها بمتوسط حسابي (١,٩٢)، يليه الترتيب الثالث بعد التخصص والتحصيل الدراسي بمتوسط حسابي (١,٨٢)، يليه الترتيب الرابع والأخير بعد الأفكار السلبية عن المستقبل بمتوسط حسابي (١,٧٩).

المحور الرابع: النتائج المتعلقة بفروض الدراسة

اختبار الفرض الرئيس للدراسة وفروضه الفرعية: "توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المنهني لدى الشباب الجامعي":

جدول رقم (٩) يوضح العلاقة بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المنهني لدى الشباب الجامعي (ن=٢٧٦)

م	الأبعاد	بعد المساندة الاجتماعية	بعد الكفاءة الشخصية	بعد الكفاءة الاجتماعية والأسرية	بعد البنية القيمية والدينية	أبعاد المرونة الإيجابية ككل
١	بعد الأفكار السلبية عن المستقبل	-.٣٩٣**	-.٦٢٨**	-.٥٩٠**	-.٤١٨**	-.٦٤٠**
٢	بعد أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها	-.٣٧٣**	-.٤٤١**	-.٣٦٦**	-.٣٠٦**	-.٤٣٦**
٣	بعد التخصص والتحصيل الدراسي	-.٤٩٨**	-.٥١٤**	-.٥٤٧**	-.٤٠٥**	-.٥٨٤**
٤	بعد الاستقرار الأسري والاجتماعي	-.٢٨٣**	-.٣٥٨**	-.٣٢٧**	-.٣١٩**	-.٣٩٦**
أبعاد قلق المستقبل المهني ككل		-.٤١٢**	-.٥٩٢**	-.٥٥٩**	-.٤٣٨**	-.٦٢٦**

تشير * إلى الارتباط عند ٠,٠٥ و تشير ** إلى الارتباط عند ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أنه:

- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين أبعاد المرونة الإيجابية و قلق المستقبل المهني ككل لدى الشباب الجامعي، فكلما زادت المرونة الإيجابية إنخفض مستوى قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، **مما يجعلنا**

نقبل الفرض الرئيس للدراسة والذي مؤداه": توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي".

- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي. **مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الأول للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي".**
- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين الكفاءة الشخصية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي. **مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الثاني للدراسة والذي مؤداه " توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين الكفاءة الشخصية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي".**
- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين الكفاءة الاجتماعية والأسرية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي. **مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الثالث للدراسة والذي مؤداه" توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين الكفاءة الاجتماعية والأسرية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي".**
- توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين البنية القيمية والدينية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي. **مما يجعلنا نقبل الفرض الفرعي الرابع للدراسة والذي مؤداه" توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا بين البنية القيمية والدينية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي".**

ثامنًا: مناقشة النتائج:

- استهدفت الدراسة الحالية تحديد مستوى المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي حيث أوضحت نتائج الدراسة أن مستوى أبعاد المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي متوسط وترتيب تلك المؤشرات وفقًا لترتيب المتوسط الحسابي كالتالي: بعد البنية القيمية والدينية، بعد الكفاءة الأسرية والاجتماعية، بعد المساندة الاجتماعية، بعد الكفاءة الشخصية للشباب الجامعي ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Gómez Molinero, et al. (2018) التي أشارت إلى أن مستويات المرونة لدى طلاب الجامعة متوسطة، كذلك نتائج دراسة Hamdan-Mansour, et al. (2014) التي أوضحت أن طلاب الجامعة يتمتعون بمستوى متوسط إلى عال من المرونة، كذلك أيضًا نتيجة دراسة غنية، سعد الله

(٢٠٢٣) حيث أوضحت تنوع المرونة النفسية لدى الشباب الجامعي بين متوسطة ومرتفعة.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية ووفقًا لمفهوم التوافق فإن الشباب الجامعي الذين يتمتعون بالمرونة لابد أن يبذلون الجهد من أجل رفع مستوى الموائمة بينهم وبين البيئة، ويسعون إلى التغيير وذلك لتحقيق أهدافهم وفقا لمختلف التغيرات.

وفي ضوء الإطار النظري فإن الأفراد ذوي المرونة الإيجابية يتمتعون بعدة سمات منها: أنهم يتميزون بمهارات تواصل جيدة، كما يتميزون بتقديرهم المرتفع للذات، ويستطيعون إقامة علاقات اجتماعية جيدة، يستخدمون أساليب للمواجهة تتناسب مع الموقف الضاغط (لشهب، ٢٠٢٤، ٤١٠).

- كما أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى أن مستوى قلق المستقبل المهني كان متوسط وترتيب تلك المؤشرات وفقًا لترتيب المتوسط الحسابي بعد الاستقرار الأسري والاجتماعي، بعد أهمية المهنة وإمكانية الحصول عليها، بعد التخصص والتحصيل الدراسي، بعد الأفكار السلبية عن المستقبل، وتختلف نتائج الدراسة الحالية اختلاف جزئي مع نتائج دراسة Chomani, Pshtiwan, Khoshnaw, (2021) التي أشارت إلى أن مستوى القلق لدى الشباب الجامعي أعلى من المتوسط، كذلك أيضًا تختلف مع نتائج دراسة سالمي (٢٠١٨)، زايد (٢٠٢١) التي أوضحت أن قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي مرتفعًا.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية ووفقًا لمفهوم المكانة فإن الشباب الجامعي يعانون من العديد من المخاوف المرتبطة بالالتحاق بمهنة معينة، نتيجة لإرتباط المكانة الاجتماعية للفرد بالأدوار التي يؤديها، وكما أنه توجد العديد من المكانات غير مرغوب فيها حيث أنها لا تحقق الأهداف ولا تشبع الحاجات والطموح الإنساني.

وفي ضوء ما ورد بالإطار النظري يوثر قلق المستقبل على الفرد في العديد من الجوانب إذ أن شعور الفرد بأن المستقبل غير آمن وينتابه الغموض يؤثر عليه فيصبح دائم التفكير في المستقبل وينتابه العديد من المخاوف، مما ينعكس سلبًا على قدرته على التكيف مع البيئة المحيطة به (العزام، الشرقان، ٢٠٢٤، ص١٣٤٢).

- كما أوضحت نتائج الدراسة الحالية أنه توجد علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين المرونة الإيجابية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي،

فكلما زادت المرونة الإيجابية أدى إلى إنخفاض مستوى قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، فكلما تمتع الشباب الجامعي بدرجة عالية من المرونة يستطيعون من خلاله إتخاذ القرارات بوعي مما يقلل لديهم المخاوف المرتبطة بالمستقبل المهني، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Öztekin, Gómez-Salgado, & Yıldırım, (2025) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين المرونة النفسية وإعادة التقييم المعرفي لدى طلاب الجامعة، ونتائج دراسة Upadhyay, (2024) التي توصلت إلى وجود علاقة عكسية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل المهني، ونتائج دراسة Öztekin, (2025) التي أشارت أن قلق المستقبل عند طلاب الجامعة يرتبط إيجابيًا بالتشاؤم، ويرتبط سلبيًا بالمشاعر الإيجابية، والمشاركة، والإنجاز ، ونتائج دراسة النحاس (٢٠٢٤) التي أشارت إلى أنه توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الحياتية للشباب الجامعي وقلق المستقبل المهني، ونتائج دراسة وهبه، بله (٢٠١٩) التي أشارت إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين المرونة الإيجابية وإدارة الأزمات الاقتصادية، و كذلك نتائج دراسة Liu, Wang, & Zhou, (2022) التي أشارت إلى أن المرونة الإيجابية لدى طلاب الجامعة ترتبط بقدراتهم على التصرف بوعي في مختلف المواقف.

ويتفق ذلك مع ما ورد بالإطار النظري في أن المرونة الإيجابية يشتمل على مهارات تساعد الأفراد على مواجهة ضغوط الحياة (جعفر، ٢٠١٥، ص ٥٦)، حيث يتميز الأفراد ذوي المرونة الإيجابية بعدة سمات منها: أنهم يتميزون بمهارات تواصل جيدة، كما يتميزون بتقديرهم المرتفع للذات، ويستطيعون إقامة علاقات اجتماعية جيدة، يستخدمون أساليب للمواجهة تتناسب مع الموقف الضاغط، التدين والشعور بالإنتماء، لديهم قدرة على التحكم في انفعالاتهم، لديهم قدرة على التكيف مع التغيرات (لشهب، ٢٠٢٤، ٤١٠)، ومما يزيد من حدة المخاوف والقلق بشأن المستقبل لدى الشباب الجامعي أنه مع التقدم التكنولوجي السريع يؤدي إلى اختفاء بعض المهنة وإحلال مكانها مهن أخرى، وذلك مع أشارت له دراسة كل من Al Adwan, El Hajji, & Fayez, (2024) ودراسة Dalmış, Büyükatak & Sürücü, (2025) إلى أنه نتيجة التقدم التكنولوجي السريع يزداد شعور الطلاب بالقلق تجاه مستقبلهم، وتجاه فرص العمل المتاحة.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية ووفقًا لمفهوم ضغوط الحياة فإن المواقف التي يمر بها الشباب الجامعي، التي يتصورن أنها إمكاناتهم وقدراتهم الشخصية والبيئية، حيث يؤدي ذلك إلى

الشعور بالقلق والخوف، ووفقًا لمفهوم الضغط فإن إستجابات الشباب الجامعي للضغوط تتمث في شعورهم بالقلق والخوف، وفي ضوء ذلك ووفقًا لإجراءات وأساليب التوافق فإن الشباب الجامعي عندما يتعرضون لمواقف ضاغطة ويعتمدون في ذلك على قدراتهم الشخصية والموارد البيئية المتاحة، وإتباع نماذج سلوكية جديدة لكي يتمكنوا من رفع مستويات التفاعل بينهم وبين بيئاتهم وتحقيق قدر أكبر من التوافق مع البيئة المحيطة. هذا الأمر يستوجب من الشباب الجامعي توافر عدة سمات لكي يتمكن من إستعادة حالة التوازن.

- كما أوضحت نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين المساندة الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، فكلما زادت المساندة الاجتماعية أدى إلى إنخفاض قلق المستقبل لدى الشباب الجامعي ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Sari, & Santi, (2024) التي أشارت أنه كلما زادت المساندة الاجتماعية أدي إلى إنخفاض القلق المهني لدى الطلاب، كذلك نتائج دراسة Zhang, Wang, & Mei, (2023) التي أشارت إلى أن المساندة الاجتماعية ترتبط إرتباطًا سلبيًا بالقلق المهني لدى الطلاب، كذلك دراسة Dughi, (2020) التي أوضحت أنه توجد علاقة عكسية بين المساندة الاجتماعية والقلق لدى الطلاب، كذلك نتائج دراسة القاضي (٢٠٢٣) التي أشارت إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين قلق المستقبل المهني والمساندة الاجتماعية.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية وفي إطار مفهوم الترابط فالفرد يميل فطريًا للانتماء إلى جماعات مما يزيد من قدرته على التوافق، وفي ذلك نجد أن شبكة العلاقات الاجتماعية التي ينتمي لها الشباب الجامعي تعمل على مساعدتهم على التغلب على الضغوطات وتريد من قدراتهم على التكيف مع التغيرات مما يقلل من حدة القلق المرتبطة بشأن المخاوف التي تنتابهم بشأن الحصول على مهنة في المستقبل.

- كما أوضحت نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين الكفاءة الشخصية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، فكلما زادت الكفاءة الشخصية لدى الشباب الجامعي أدى إلى إنخفاض قلق المستقبل لدبهم، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Deer, Gohn, & Kanaya, (2018) التي توصلت إلى أنه كلما ارتفعت الكفاءة الشخصية لدى طلاب المرحلة الجامعية أدى ذلك إلى إنخفاض القلق المهني لديهم كما أوضحت نتائج دراسة Park, et al., (2019) حيث توصلت

إلى أن تحسين الكفاءة الشخصية للطلاب من شأنه أن يساعد في خفض حدة القلق المرتبطة بإتخاذ القرار تجاه مستقبلهم المهني، كذلك أيضًا نتائج دراسة Elfina, & Andriany, (2024) التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين الكفاءة الذاتية وقلق المستقبل المهني، لذلك فإن الفرد الذي يتمتع ذاتية عالية يظهر معدلًا منخفضًا من لقلق المستقبل المهني.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية ووفقًا لمفهوم التوجيه الذاتي فإن الشباب الجامعي يجب أن يكون لديهم القدرة لكي يتمكنوا من إتخاذ قراراتهم بأنفسهم، وأن يستطيعون السيطرة على شئون حياتهم، ووفقًا لمفهوم تقدير الذات فإن نظرة الشباب الجامعي لذاتهم ترجع إلى طريقة تفكيره ومن ثم تؤثر على سلوكه، فكلما زادت نظرتهم لأنفسم بأنهم أكثر كفاءة أدى إلى زيادة قدرتهم إلى إتخاذ القرار بشأن الفرص المتاحة للعمل ومن ثم التخفيف من حدة القلق تجاه مستقبلهم المهني.

- كما أوضحت نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين الكفاءة الاجتماعية والأسرية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، فكلما زادت الكفاءة الاجتماعية والأسرية لدى الشباب الجامعي أدى إلى إنخفاض قلق المستقبل لديهم، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Çiçek, Zeren, (2023) التي توصلت إلى أن ضعف العلاقات الأسرية يزيد من حدة قلق المستقبل المهني لدى الأبناء.

وفي ضوء النظرية الإيكولوجية ووفقًا لمفهوم الكفاءة فإن أداء الأسرة لوظائفها بشكل إيجابي من شأنه أن ينمي ثقة الطلاب بأنفسهم حول إتخاذ القرارات بشأن التخصص الدراسي أو المهنة مما يقلل لديهم المخاوف والقلق المرتبط بالمستقبل المهني.

- كما أوضحت نتائج الدراسة الحالية وجود علاقة عكسية دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين البنية القيمية والدينية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، فكلما زادت البنية القيمية والدينية لدى الشباب الجامعي أدى إلى إنخفاض قلقهم بشأن المستقبل المهني، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة Halis, & Cumaliyeva, (2016) التي أشارت إلى أن البنية القيمية لدى للشباب الجامعي تؤثر في إختيارهم للمهنة.

وفي إطار النظرية الإيكولوجية وفقًا لمفهوم الموائمة بين الفرد والبيئة فإن القيم الإيجابية التي يتعلمها الشباب الجامعي من البيئة المحيطة تظهر في شكل تفاعلات إيجابية تتوائم مع

حاجاته وقدراته وإمكانياته ومع خصائص وإمكانات البيئة، حيث أن تحلي الشباب الجامعي بالقيم الإيجابية يؤثر على قراراتهم في إختيار المهنة، وبالتالي فتتناسب مع إتجاهاتهم مما يقلل من مخاوفهم بشأن المستقبل المهني.

مؤشرات لدور الأخصائي الاجتماعي لتحسين المرونة الإيجابية والتخفيف من حدة قلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي:

دور المنمي: وذلك من خلال تقديم دورات تدريبية للشباب الجامعي لتنمية الثقة بالنفس والعمل على تنمية الكفاءة الشخصية وتنمية القيم الإيجابية لديهم، كذلك تنمية قدراتهم على مواجهة التحديات والتغلب على الضغوطات التي تواجههم بشأن المستقبل المهني.

دور المعالج: من خلال تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الشباب الجامعي المتعلقة بالالتحاق بالمهنة في المستقبل، والتخفيف من حدة مشاعر الخوف من شأن إيفاء المهنة المستقبلية لمتطلبات الحياة.

دور التربوي: من خلال مساعدة الشباب الجامعي على تعلم مهارات التكيف وتزويدهم بالمعارف والمعلومات والمهارات اللازمة لسوق العمل

- مراجع البحث:

الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء.(٢٠٢٤). النشرة السنوية الطلاب المقيدون- أعضاء هيئة التدريس للتعليم العالى عام ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤.

النوحي، عبد العزيز فهمي إبراهيم (٢٠٠١). الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية عملية حل المشكلة ضمن إطار نسقي/ ايكلوجي، دار الاقصى للطباعة، ط٢.

السيد، إيمان صلاح محمد. (٢٠٢١). العلاقة بين المسئولية الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية، ع٧، ١-٤٠.

القاضي، نوران أحمد محمد سليمان. (٢٠٢٣). قلق المستقبل المهني وعلاقته باستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة جامعة الفيوم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الفيوم.

العزام، عبدالناصر أحمد محمد، الشرقان، عبدالله عبدالكريم خميس. (٢٠٢٤). قلق المستقبل لدى عينة من الأساتذه الجامعيين في جامعة البلقاء التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات، المجلة العلمية لعلوم التربية النوعية، ع٥، يونيو، ١٣٣٩- ١٣٦٧.

المالكي، شيماء شعبان محمد. (٢٠١٨). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافعية للإنجاز والتخصص الاكاديمي لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنصورة.

النحاس، أحمد سعد أحمد. (٢٠٢٤). الضغوط الحياتية وعلاقتها بقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي، مجلة الخدمة الإجتماعية، ع٧٩, ج٢ ، ١٥٨- ١٨٦.

جابر، شريف عادل، علي، سيد إبراهيم. (٢٠١٦). المرونة الإيجابية وعلاقتها بقلق الاختبار والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلاب قسم التربية الخاصة بجامعة الملك فيصل، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع ٦٩، ج٢، يناير.

جعفر، غادة علي هادي.(٢٠١٥). أثر النزوح في المرونة الإيجابية لدى المراهقين النازحين واقرانهم غير النازحين، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، ع٢٤، ٥٥- ٧٣.

جبل، عبدالناصر عوض أحمد. (٢٠١٣). نظريات مختارة في خدمة الفرد، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

جبل، عبدالناصر عوض أحمد. (٢٠١٨). نظريات ونماذج مختارة في خدمة الفرد، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

جبل، عبدالناصر عوض أحمد. (٢٠٢٢). الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية، القاهرة، دار الحق للطباعة.

حبيب، جمال شحاته، حنا، مريم إبراهيم. (٢٠١١). الخدمة الاجتماعية المعاصرة، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.

حمامة، عمار، خليل، آمنة. (٢٠٢٣). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق الأكاديمي لدى الطلبة المقبلي على التخرج، مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، مج ٧ ، ع١، ٢٢٢-٢٤٤.

خليل، سمية يونس، حامد، خيري أحمد حسين، إسماعيل، حنان زكريا عبدالغني. (٢٠١٧). الخصائص السيكومترية لمقياس قلق المستقبل المهني لدى طلاب جامعة أسوان، مجلة كلية التربية، جامعة أسوان، ع٣٢.

رجب، أحمد. (٢٠٢٥). مهارات إدارة الذات والمرونة النفسية .. كيف تتغلب على الضغوط والمتاعب؟، دار أزهى.

زايد، فاطمة عبدالله محمد. (٢٠٢١). قلق المستقبل لدى الشباب بالمرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم والدراسات الإنسانية، ع٦٨، ١- ١٧.

سالمي، مسعودة. (٢٠١٨). قلق المستقبل المهني لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، مجلة العلوم النفسية والتربوية، ع٤، ٣٥٨- ٣٧٦.

شقير، زينب محمود، عماشة، سناء حسن، القرشي، خديجة ضيف الله. (٢٠١٢). جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طالبات قسم التربية الخاصة وطالبات الدبلوم التربوي بجامعة الطائف، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع ٣٢, ج ١ ، ٩١- ١٣٢.

شرف الدين، هالة علي أحمد السيد. (٢٠٢١). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى بعض طلاب كلية التربية الرياضية جامعة المنصورة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

عثمان، محمد سعد حامد. (٢٠١٠). الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ع٣٤، ج٢، ٥٣٩- ٥٧٣.

عبدالوهاب، علي حامد عبدالرشيد.(٢٠٢٤). التفكير الإيجابي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب الخدمة الاجتماعية بجامعة أسيوط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة أسيوط.

غنية، عبيب، سعدالله، أبوالقاسم. (٢٠٢٣). مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة دراسات نفسية، مج١٤، ع١، ٣٧٧- ٣٩٠.

لشهب، أسماء.(٢٠٢٤). أثر الارشاد المعرفي السلوكي في تحسين مستوى المرونة الإيجابية لدى تلميذ مرحلة التعليم الثانوي، مجلة دراسات في سيكولوجية الإنحراف، مج ٩، عدد ٢، ٤٠٣- ٤٢١.

مخيمر، هشام محمد إبراهيم. (٢٠١٣). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافع للإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج ٢٣، ع ٧٩، ٤٩٧- ٥٥٠.

مصطفى، دعاء إبراهيم عبدالله. (٢٠١٦). المرونة الإيجابية وعلاقتها بمعنى الحياة والاضطرابات النفسجسمية لدى عينة من الشباب الجامعي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

مصطفى، ولاء ربيع. (٢٠٢٣). الشفقة بالذات كمدخل لتعزيز المرونة الإيجابية لدى المراهقات الملتحقات بدار رعاية الأيتام، مجلة كلية التربية، مج١، ع١، ج٢، ٧١٥- ٧٨٥.

وهبه، سماح جودة علي، و بله، وفاء عبدالستار السيد. (٢٠١٩). المرونة الإيجابية لربة الأسرة وعلاقتها بإدارة الأزمات الاقتصادية، مجلة بحوث في العلوم والفنون النوعية، ع١١، ٧٧- ١٣٦.

- المراجع باللغة الانجليزية:

Atikah, D. N., Kurniawati, F., & Rifameutia, T. (2023). Students' career anxiety: A systematic literature review. Jurnal Pendidikan Progresif, 13(3), 1366-1381.

Al Adwan, M. N., El Hajji, M., & Fayez, H. (2024). Future anxiety among media professionals and its relationship to utilizing artificial intelligence techniques: The case of Egypt, France, and UAE. Online Journal of Communication and Media Technologies, 14(2), e202425.

American Psychological Association (APA) Dictionary of Psychology. (2018). Resilience. Retrieved from https://dictionary.apa.org/resilience

Bolanowski, W. O. J. C. I. E. C. H. (2005). Anxiety about professional future among young doctors. International Journal of Occupational Medicine & Environmental Health, 18(4).

Connolly, M., & Harms, L. (2011). Ecosystems Theories. In Social Work: From Theory to Practice (Cambridge University Press). This chapter discusses how systems theory underpins ecological approaches in social work and supports holistic intervention 2

Cheung, M., Leung, C.A. (2019). Social-Cultural Ecological Perspective. In: Ow, R., Cheong Poon, A. (eds) Mental Health and Social Work. Social Work. Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-13-0440-8_25-1.

Chomani, S. H., Pshtiwan, A., & Khoshnaw, K. K. (2021). The role of some variables and their relationship to the level of future-anxiety among university students. Social work and education, 8(3).

Çiçek, H. Ş., & Zeren, Ş. G. (2023). ADOLESCENTS'CAREER ANXIETY DURING THE COVID-19: THE ROLE OF FAMILY SUPPORT, HOPE AND CAREER DECISION-MAKING. International Innovative Education Researcher (IEdRes), 3(1).

Deer, L. K., Gohn, K., & Kanaya, T. (2018). Anxiety and self-efficacy as sequential mediators in US college students' career preparation. Education+ training, 60(2), 185-197.

Dughi, T. (2020). Perceived social support and anxiety: A correlational analysis. Educația Plus, 26(1), 287-295.

Dalmış, A. B., Büyükatak, E., & Sürücü, L. (2025). Psychological resilience and future anxiety among university students: the mediating role of subjective well-being. Behavioral Sciences, 15(3), 244.

Elfina, M. L., & Andriany, D. (2024). Career self-efficacy and future career anxiety on indonesian fresh graduates during pandemic. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 8(1), 11.

Gómez Molinero, R., Zayas García, A., Ruiz González, P., & Guil, R. (2018). Optimism and resilience among university students

Hamdan-Mansour, A. M., Azzeghaiby, S. N., Alzoghaibi, I. N., Al Badawi, T. H., Nassar, O. S., & Shaheen, A. M. (2014). Correlates of resilience among university students. *Am J Nurs* Res, 2(4), 74-9.

Hammad, M. A. (2016). Future anxiety and its relationship to students' attitude toward academic specialization. Journal of Education and Practice, 7(15), 54-65.

Halis, M., & Cumaliyeva, D. (2016). The effects of spiritual values on career values in career choice: A research on students. Route Educational and Social Science Journal, 3(2), 17-30.

Liu, X., Wang, Q., & Zhou, Z. (2022). The association between mindfulness and resilience among university students: a meta-analysis. Sustainability, 14(16).

Öztekin, G. G. (2025). The relationship of future anxiety with a multidimensional framework of well-being among undergraduate students: optimism and pessimism as mediators. BMC psychology, 13(1), 1-10.

Öztekin, G. G., Gómez-Salgado, J., & Yıldırım, M. (2025). Future anxiety, depression and stress among undergraduate students: psychological flexibility and emotion regulation as mediators. Frontiers in Psychology, 16, 1517441

Pidgeon, A. M., Coast, G., Coast, G., Coast, G., & Coast, G. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. Open journal of social sciences, 2(11), 14.

Park, I. J., Lee, J., Kim, M., Kim, J. Y., & Jahng, S. (2019). Affect in daily career decision self-efficacy and career choice anxiety. The Career Development Quarterly, 67(4), 313-326.

Sari, F. N., & Santi, D. E. (2024). The Relationship between Self-Confidence and Social Support and Career Anxiety in Buddhist Students. Journal of Information Systems and Management (JISMA), 3(2), 111-118.

Truffino, J. C. (2010). Resilience: An approach to the concept. Revista de Psiquiatría y Salud Mental (English Edition), 3(4), 145-151.

Upadhyay, V. (2024). Examining the relationship between Hardiness and Future anxiety among Working Professionals. International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology, 2(5), 1403-1427.

Wendt, W. R. (2021). Ecology of common care: the ecosocial approach as a theory of social work. Springer International Publishing, Cham.

Zautra, A. J., Hall, J. S., & Murray, K. E. (2010). A new definition of health for people and communities. Handbook of adult resilience, 1(1).

Zhang, B., Wang, H., & Mei, R. (2023). Relationship between social support and employment anxiety among art education students: Self-efficacy as a mediator. Social Behavior and Personality: an international journal, 51(5), 1-8.