

أساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم

The Strategies of Self - Management and Its Relation to Unemployment Anxiety Among Students Who are Expected to Graduate from Jordan University

Zead Ahmad Limoun

PhD. Student/ University of Jordan/ Jordan
zeadahmad55@yahoo.com

Omar Mustafa Alshwashreh

Professor Associate/ Yarmouk University/ Jordan
SHAWASHEREH@YU.EDU.JO

زياد أحمد الليمون

طالب دكتوراه/ الجامعة الأردنية/ الأردن

عمر مصطفى الشواشرة

أستاذ مشارك/ جامعة اليرموك/ الأردن

تاريخ الاستلام: 13/ 10/ 2019م، تاريخ القبول: 23/ 12/ 2019م. Received: 13/ 10/ 2019, Accepted: 23/ 12/ 2019.

DOI: 10.33977/1182-011-031-012

E-ISSN: 2307-4655

<https://journals.qou.edu/index.php/nafsia>

P-ISSN: 2307-4647

significant differences between self - management for all dimensions of unemployment anxiety regarding the occupational unemployment anxiety, and psychological unemployment anxiety attributed to the variables of gender in favor of females, and differences in self - management as a whole and dimensions attributed to the rate level of education, in favor of excellent rate/ average. There are statistically significant differences for the dimensions of time management, self - confidence and self - motivation in favor of very good average. The dimension of the emotional management was in favor of good average in the dimension of social relations management. There are statistically significant differences in economic unemployment anxiety and psychological unemployment anxiety regarding the rate level of education in favor of the acceptable/ fair average. There are statistically significant differences regarding the methods of self - management for all dimensions in favor of health colleges. There are statistically significant differences for the unemployment anxiety in favor of scientific colleges in the dimensions of occupational unemployment, social unemployment and psychological unemployment anxiety in favor of humanitarian colleges regarding the economic unemployment.

Key words: Self - Managements' Strategies, Unemployment Anxiety, University Student

المقدمة:

تعدّ إدارة الذات المنهج والأسلوب الذي يسلكه الفرد لتحقيق أهدافه بنجاح، وتتضمن تحديد الأهداف بناءً على القدرات والإمكانات المتوافرة لدى الفرد، واتخاذ القرارات بشكل صحيح، وترتيب الأولويات في الحياة، ووضع الخطط البناءة والفاعلة التي تسهم في الوصول إلى الغايات، وتنمية النفس بأسلوب علمي سليم في جميع مراحل حياة الفرد؛ من أجل بلوغ الغايات بأقل وقت وجهد وتكلفة.

ويعدّ مفهوم إدارة الذات من المفاهيم الحديثة التي تؤدي دوراً حيوياً في تنظيم شؤون حياة الفرد بشكل إيجابي، يساعده على التعامل والتفاعل بإيجابية مع الآخرين في البيئة المحيطة به، ويمكن هذا المفهوم الفرد من تنمية وتعزيز قدراته الذاتية، بحيث تكون عاملاً مساعداً على النجاح في مختلف شؤون حياته (Minzer, 2008).

ويتسم مفهوم إدارة الذات بالمرونة التي تختلف من فرد إلى آخر، وقد تختلف بالنسبة للفرد الواحد حسب طبيعة الخبرة والمواقف التي يمر بها في حياته اليومية، فهي طريق يرسمه الفرد لنفسه من أجل تحسين مستوى قدراته وإمكاناته من خلال تطبيق استراتيجيات إدارة الذات التي تسهم في تحقيق الأهداف مما يجعل الفرد يصل إلى فهم وتحقيق ذاته، وتحديد المتطلبات التي يحتاجها لتحقيق أهدافه بوضوح وبأقل وقت وجهد ممكن (Neini, 2003).

المخلص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، تكونت عينة الدراسة من (550) طالباً وطالبة من طلبة البكالوريوس، المتوقع تخرجهم خلال الفصل الدراسي الثاني والصفحي للعام الدراسي 2018/2019م، اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية من (14) كلية علمية وإنسانية وصحية ولتحقيق أهداف الدراسة، طُوّر مقياسان هما: مقياس إدارة الذات، ومقياس قلق البطالة.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ما يلي: وجود علاقة ارتباط سلبية دالة إحصائياً بين أبعاد أساليب إدارة الذات، وأبعاد قلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، وعدم وجود فروق في إدارة الذات، وقلق البطالة ككل، والأبعاد تعزى لمتغيري الدخل والجنس. وتم وجود فروق دالة إحصائياً لقلق البطالة، فيما يتعلق بالقلق المهني، والقلق النفسي، تعزى للجنس لصالح الإناث، ووجود فروق في إدارة الذات تعزى للمعدل لصالح التقدير (ممتاز) في إدارة الوقت والثقة بالنفس والدافعية الذاتية، ولصالح التقدير (جيد جدا) في إدارة الانفعالات، ولصالح التقدير (جيد) في إدارة العلاقات الاجتماعية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قلق البطالة في القلق الاقتصادي والقلق النفسي تعزى للمعدل لصالح التقدير (مقبول)، ووجود فروق في أساليب إدارة الذات، تعزى للكلية لصالح الكليات الصحية، ووجود فروق في قلق البطالة، تعزى للكلية لصالح الكليات العلمية في القلق المهني، والقلق الاجتماعي، والقلق النفسي، ولصالح الكليات الإنسانية في القلق الاقتصادي.

الكلمات المفتاحية: أساليب إدارة الذات، قلق البطالة، طلبة الجامعة.

Abstract:

The study aimed to reveal the relation between self - management methods and unemployment anxiety among the students expected to graduate from the University of Jordan. The study sample consisted of 550 undergraduate students expected to graduate during the second and summer semester of the academic year 2018 - 2019, chosen using the random stratified techniques, from 14 colleges of the science, humanity and health fields. To achieve the objectives of the study, two measures were developed (the measure of self - management and the measure of unemployment anxiety). The results of the study indicated the following results: There is statistically significant negative correlation between the dimensions of self - management methods and unemployment anxiety among students expected to graduate from Jordan University. There are no statistically significant differences in self - management and unemployment anxiety for all dimensions attributable to the variable of income and gender. There are statistically

■ **الثقة بالنفس (Self Confidence):** وهي إحساس الفرد بقيمته الذاتية وتقبله وتقديره واحترامه لها، باعتباره يمتلك من القدرات والإمكانات المتاحة التي تؤهله ليعتمد على نفسه، في تحقيق أهدافه بنجاح.

■ **الدافعية الذاتية (Self Motivation):** وهي قدرة الفرد على تحفيز نفسه بنفسه وبذل الجهد بالمتابعة والكفاح لتحقيق أهدافه، والاستمرارية في العمل؛ من أجل الوصول إلى الغايات، ومواجهة وتذليل الصعوبات والعقبات مع الشعور بالتفاؤل والأمل. كما تسهم مهارات إدارة الذات في تكوين رؤية واضحة المعالم للفرد تساعد في وضع ورسم الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، وتحديد خطوات العمل والإجراءات اللازمة؛ من أجل بلوغ الأهداف والتقييم المستمر للخطوات والوسائل التي يتبعها الفرد في الوصول إلى أهدافه بشكل دوري ومستمر، ووضع الحلول للتعامل مع العقبات والمعوقات التي قد تعترض طريقه في تحقيق الطموح والآمال المرجوة (Bridgestock, 2009).

ويعدّ طلبة الجامعات من الفئات المهمة في المجتمع التي تؤدي دوراً مهماً في بناء وتقدّم وازدهار المجتمعات؛ لأنهم عماد التقدم والبناء والعنصر المتعلم والمثقف والمؤهل لدخول سوق الإنتاج، والعمل وتنمية عجلة التنمية والتقدم في سائر المجالات الاقتصادية والعلمية، إلا أن هناك عقبات تحول دون أن يأخذ طلبة الجامعات دورهم في تطور المجتمعات بعد التخرج، منها: كثرة عدد الخريجين من مختلف الجامعات سنوياً، وعدم قدرة القطاع العام على استيعاب الأعداد المتزايدة من الخريجين، ووضع القطاع الخاص عدداً من الشروط لتوظيف الخريجين منها سنوات الخبرة والكفاءة، تدفع طلبة الجامعة خاصة - من هم على أبواب التخرج - إلى الشعور بالقلق والتوتر والشك في عدم القدرة في الحصول على الوظيفة أو العمل بعد التخرج؛ ليجعلهم عرضة لقلق البطالة (استثية وشاهين، 2015).

وتعد البطالة من أهم المشكلات الاقتصادية والاجتماعية التي تعاني منها المجتمعات المختلفة، في الدول النامية والمتقدمة، والمملكة الأردنية الهاشمية كغيرها من الدول تعاني من مشكلة البطالة، برغم وجود العديد من البرامج والمشاريع المختلفة لحلها، أو التخفيف من آثارها (زكي، 1998).

ويشكل شبح البطالة عائقاً تنموياً واقتصادياً في الكثير من بلدان العالم الثالث، ومصدر تهديد لأمن واستقرار العديد من المجتمعات والأنظمة والحكومات، في ظل النمو السكاني المتزايد في العديد من دول العالم وزيادة الفجوة بين الإنتاج والاستهلاك، الذي يؤثر سلباً على سلوك الشباب في الدول النامية، وكذلك في عدد من دول العالم المتقدم، مما يؤدي إلى إقبال الشباب العاطلين عن العمل على تعاطي المخدرات، وشرب الكحول، والسرقعة، وممارسة الجريمة، والشعور بالظلم الاجتماعي الذي يزيد من الشعور بالإحباط والهزيمة الداخلية وقلة الانتماء والعنف، وقد تقوم فئات أخرى من الشباب بالكبت بداخلها بحيث يتحول بمرور الوقت إلى شعور بالقلق والتوتر واليأس والقهر والحرمان، ويخلق شباباً مدمراً نفسياً وجسدياً، غير قادر على الإسهام في بناء وتقدم المجتمعات ونهضتها (حمزة، 2013).

وتعدّ إدارة الذات من المهارات التي ترتبط ارتباطاً مباشراً بمهارات الدراسة ومهارات التفكير ومهارات إدارة الوقت والمهام ومهارات الاتصال؛ مما يجعلها تسهم في التأثير على تشكيل شخصية الطالب واكتسابه مهارة حل المشكلات، ومؤشراً دالاً على تحقيق الصحة الإيجابية لدى الطالب (محمود، 2012)؛ لأنه يؤدي إلى تعميم السلوك التوافقي لدى الأفراد لمساعدتهم على تحقيق استقلاليتهم والتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تعترض طريقهم في تحقيق الأهداف التي يرغبون في الوصول إليها (Gole & Bambara, 2000)، إذ إن الطالب عندما ينتقل من مرحلة الدراسة إلى سوق العمل يحتاج إلى مهارات عديدة تساعد على اكتساب أنماط الاتصال والتواصل الفعال والسوي مع الآخرين في بيئة العمل والمجتمع، ومنها: إدارة الذات التي تتضمن احترام الوقت وإدارته بفاعلية وكفاءة، والقدرة على التعبير عن المشاعر، وحل المشكلات، وإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين، مبنية على الاحترام المتبادل، والشعور بتقدير الذات، وبدوره الإيجابي في بناء المجتمع وتقدمه (Shella, 2006).

وتعدّ مهارات تحديد الأهداف وإدارة الوقت والثقة بالنفس والقدرة على أداء المهام والعمل، من متطلبات سوق العمل التي يحتاجها الفرد في البناء الوظيفي (Bridgestock, 2009).

وعرف نيني (Neini, 2003) إدارة الذات بأنها: مجموعة من الاستراتيجيات أو المهارات التي تساعد الفرد في تخطي وتجاوز الصعاب والعقبات والظروف التي قد تواجهه في الحياة اليومية وتمنحه الثقة بالنفس بشكل يساعده على تحقيق الأهداف المرغوبة والمنشودة.

وعرفها (Shella, 2006) أنها: قدرة الفرد على السيطرة والتحكم في أفعاله ومشاعره وردات فعله، المختلفة تجاه المواقف التي يتعامل معها في الحياة، والتكيف مع الواقع بشكل متوازن.

وعرف الجراح والشرفين ((2018) إدارة الذات أنها: قدرة الفرد على ضبط مشاعره وأفعاله وتوجيه أفكاره وإمكانياته وقدراته المتاحة والمتوافرة لديه نحو تحقيق أهدافه المحددة والمرسومة.

ويرى (محمود، 2013) أن هناك خمسة أبعاد لإدارة الذات، هي:

■ **إدارة الوقت (Time Management):** وهي قدرة الفرد على الاستخدام الأمثل للوقت من خلال تحديد الاحتياجات ووضع قائمة الأهداف؛ لتحقيقها، وتحديد الأولويات من خلال التخطيط والالتزام والتنفيذ والمتابعة وعمل جداول الأعمال.

■ **إدارة الانفعالات (Emotions Management):** وهي مهارة الفرد في قدرته على ضبط انفعالاته المختلفة والتعامل مع الحالات المزاجية السيئة، وإظهار الانفعال المناسب تجاه المواقف المختلفة.

■ **إدارة العلاقات الاجتماعية (Social Relationships Management):** هي قدرة الفرد على تكوين وبناء شبكة من العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين من أفراد وجماعات وقيادة المناقشات الجماعية، وتحقيق الأهداف من خلال العمل في فريق.

البطالة بين الذكور (16%) ، مقابل (8.27%) للإناث، في الربع الأول من عام (2018) م، وبلغت نسبة البطالة في صفوف حملة الشهادات العليا (الأفراد المتعلمون ممن يحملون مؤهل بكالوريوس فأعلى) ، نحو (1.24%) ، لعام (2017) م.

وتشير الإحصائيات الصادرة عن ديوان الخدمة المدنية لسنة (2018) م، إلى أن عدد المتقدمين بطلبات توظيف لديوان الخدمة المدنية يصل سنوياً إلى ما يقارب (30) ألفاً من بين (60) ألفاً من الخريجين، مع ازدياد تدفق أعداد الخريجين من الجامعات وكليات المجتمع، ذلك أن الجامعات وكليات المجتمع تخرج سنوياً ما يزيد عن (60) ألفاً يتقدم منهم حوالي (30) ألف لديوان الخدمة المدنية، في حين لا يزيد عدد الوظائف الحكومية المتاحة للتعين عن (8) آلاف وظيفة تقريباً في السنة، وكما أن المهن التعليمية تأخذ الحصة الكبرى من بين الطلبات بنسبة تزيد عن (50%) ، (ديوان الخدمة المدنية، 2018).

وفي ضوء تفاقم مشكلة البطالة وارتفاع نسبتها بشكل سنوي، رأى الباحث إجراء دراسة لأساليب إدارة الذات وعلاقتها بقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.

وتتمثل مشكلة الدراسة بالإجابة عن السؤالين الآتيين:

● هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أساليب إدارة الذات، وقلق البطالة، لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، تعزى لمتغير (الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، دخل الأسرة) ؟

● هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائية بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تظهر أهمية الدراسة نظراً لأهمية الفئة المستهدفة - الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة - والتي تعد طاقة بشرية مهمة ومؤهلة تملك من العلم والمعرفة ما يساعدها في تقديم المجتمع الأردني وتطوره وبنائه، وطرح الدراسة لموضوع هام وهو قلق البطالة لدى الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة، والذي أصبح شحاً يلاحق معظم الخريجين، وقد تسهم هذه الدراسة في تقديم فهم نظري لطبيعة العلاقة بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.

الأهمية التطبيقية:

تقديم الدراسة الحالية إحصائيات تساعد المهتمين والمتخصصين في المؤسسات الرسمية والحكومية والقطاع الخاص في وضع الخطط والبرامج والخطط وإقامة المشاريع، التي تسهم في التخفيف من حدة البطالة، وتوفير فرص عمل للشباب الخريجين، مما يسهم باستثمار الطاقات والقدرات الكامنة لدى هؤلاء الشباب، والاستفادة منهم في بناء وازدهار مجتمعهم ووطنهم.

كما تحاول الدراسة لفت انتباه المسؤولين والمتخصصين في الجامعات الرسمية والخاصة ووزارة التعليم العالي الأردنية، إلى ضرورة الموازنة بين التخصصات المطروحة في الجامعات

وترى حجازي (2013) أن ظاهرة البطالة تؤدي دوراً في تضييق حق الفرد في الحصول على العمل أو الوظيفة وتبديد طاقاته وإمكاناته، فالعمل حق مشروع لكل فرد من أفراد المجتمع قادر عليه، لأنه يوفر له أن يعيش حياة كريمة باستخدام قدراته الطبيعية، وبما يوفره له المجتمع ومؤسساته المختلفة من خدمات لتنمية هذه القدرات والإمكانات وتعزيزها؛ بهدف إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، والإسهام في تلبية حاجات الآخرين وتقديم المجتمعات وتطورها وازدهارها في شتى المجالات الاقتصادية، والاجتماعية، والعلمية، ولا يكون ذلك إلا بالعلم والعمل فهما عصب التقدم والتطور لأي مجتمع؛ فالعمل حاجة نفسية واجتماعية بالنسبة للأفراد عامة ولخريج الجامعة خاصة، وفقدانه وعدم القدرة في الحصول عليه يعد من أخطر ما يواجه المجتمعات من الظواهر الاجتماعية التي تهدد الموارد البشرية، وتزعزع الأمن والاستقرار فيها.

وتعرف حجازي (2012) البطالة بأنها: عدم قدرة سوق العمل على استيعاب الأعداد المتزايدة سنوياً من الخريجين الراغبين في الحصول على عمل أو وظيفة، واستثمار طاقاتهم وقدراتهم بما يخدم نهضة الاقتصاد والبناء والتطور في المجتمع.

وتسهم البطالة في ظهور العديد من المشكلات النفسية، التي تؤدي دوراً سلبياً في التأثير على نفسية وسلوك الفرد العاطل عن العمل، فهي تعمل على زيادة شعور الفرد بالإحباط واليأس؛ بسبب فقدان العمل الذي يعد مصدر الرزق وعدم القدرة على تلبية متطلبات الحياة المعيشية المختلفة واحتياجات بناء الأسرة ونفقاتها من مأكّل، ومشرب، ومسكن، وتعليم، وغيرها، فالفرد العاطل عن العمل يعاني من القلق والتوتر والشعور بالضيق والملل؛ مما يسهم في ازدياد المشاعر السلبية لديه كإحساس بمشاعر النقص والدونية (عبد الحق، 2014).

كما يرى عكة (2014) أن من أهم مظاهر الاعتلال النفسي التي قد يصاب بها الفرد العاطل عن العمل القلق والاكتئاب، حيث تظهر أعراضهما بنسبة أعلى لدى العاطل عن العمل مقارنة بمن هو غير عاطل عن العمل، وتتفاقم حالة الاكتئاب باستمرار في حالة وجود البطالة عند الفرد؛ لتدفعه إلى الانعزالية والانطوائية والانسحاب نحو الذات، الذي يجعل الفرد العاطل يبحث عن وسائل أخرى بديلة تساعده على الخروج من معاناة هذا الواقع اليومي؛ فالعمل للفرد يسهم في تقوية روابط الانتماء والاندماج وتعزيزها والتفاعل في البيئة الأسرية والاجتماعية المحيطة به؛ حيث يعطي الفرد نوعاً من الإحساس بالقدرة على تحمل المسؤولية وتبعاتها، ويرتبط هذا الشعور بسعي الفرد الدائم نحو تحقيق ذاته من خلال العمل والمثابرة في تحقيق الغايات، كما تؤدي البطالة بالفرد إلى الشعور بحالة من العجز والضيق وسرعة الاستئثار الانفعالية وعدم الرضا عن الذات والحياة؛ مما ينتج عنه حالة من تدني تقدير الذات واحترامها.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تشير الإحصائيات الرسمية الصادرة عن (دائرة الإحصاءات العامة، 2018) إلى أن نسبة البطالة في المملكة الأردنية الهاشمية في الربع الأول من عام (2018) م، بلغت (4.18%) ، وبلغت

- الحدود المكانية: طبقت الدراسة على طلبة البكالوريوس في الجامعة الأردنية في المملكة الأردنية الهاشمية في محافظة العاصمة عمان.
- الحدود البشرية: طبقت الدراسة على عينة من الطلبة الذين هم على أبواب التخرج، في مرحلة البكالوريوس في الكليات الإنسانية والعلمية في الجامعة الأردنية في المملكة الأردنية الهاشمية.
- الحدود الزمانية: طبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام 2018/2019م.

الدراسات السابقة:

قام الطلاب والفقراء (2019) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى قلق البطالة والانغلاق الفكري والعلاقة بين قلق البطالة والانغلاق الفكري لدى عينة من طلبة جامعة مؤتة. وقد تكونت عينة الدراسة من (583) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة، اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى النتائج الآتية: أن مستوى قلق البطالة لدى طلبة جامعة مؤتة كان متوسطا، وأظهرت أيضا وجود فروق موجبة دالة إحصائياً بين بعدي القلق العام وقلق الجوانب الجسمية والبدنية وبين الانغلاق الفكري، وأظهرت أيضا وجود فروق دالة إحصائياً في درجات الطلبة على مقياس قلق البطالة تعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الإناث والكلية لصالح الكليات العلمية والمستوى الدراسي لصالح طلبة السنوات (الثانية، والثالثة، والرابعة) مقارنة بطلبة السنة الخامسة.

وأجرى المحتسب، العبادلة، والعكر (2017) دراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين قلق البطالة والمرونة الإيجابية وجودة الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (300) خريج من محافظة رفح في فلسطين حالة البطالة، وبينت النتائج وجود علاقة سلبية بين المرونة الإيجابية وقلق البطالة، كما أن المرونة الإيجابية لها علاقة مع جودة الحياة وتؤثر سلباً على قلق البطالة، ولها دور في تحسين جودة الحياة بعد التعرض لقلق البطالة، كما تبين وجود ارتباط مباشر بين قلق البطالة وجودة الحياة، وتبين كذلك وجود فروق في المرونة الإيجابية وقلق البطالة تبعاً لمتغير تقدير التخرج من الجامعة، ووجود فروق في المرونة الإيجابية وقلق البطالة تبعاً لمتغير دخل العائلة.

ق قام ستيجرو، والدمان، وروش، وكروم (Staiger, Wald-mann, Rüsçh&Krumm, 2017) بدراسة هدفت التعرف إلى أهم المشكلات النفسية لدى العاطلين عن العمل في ألمانيا، وأجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (15) فرداً عاطلاً عن العمل، تراوحت أعمارهم ما بين (18 - 63) عام، في البداية تم إجراء مقابلات فردية معهم، إذ توصلت نتائج الدراسة إلى أن العاطلين عن العمل يعانون من مشكلات نفسية، ولديهم إحساس عال بالقلق والإحباط، وتدني مفهوم الذات، ولديهم عزلة اجتماعية، فقد أشاروا إلى حاجتهم الماسة إلى زيادة الدعم الاجتماعي والاهتمام، والرغبة في إجراء تغييرات إيجابية في حياتهم.

وأجرت أبو هدروس (2017) دراسة هدفت للتعرف إلى

الرسمية والخاصة والكليات، ومتطلبات سوق العمل، وحاجاته من التخصصات المطلوبة، ورسم سياسة تعليمية في الجامعات وربطها بخطة وطنية تساهم في تخريج تخصصات فنية ومهنية يحتاجها سوق العمل ووقف بعض التخصصات الراكدة والمشبعة لفترة زمنية معينة؛ لتلبية الاحتياجات الوطنية والمستقبلية في الأردن.

ولفت نظر دور المؤسسات المختصة بتقديم الإرشاد النفسي إلى ضرورة العناية بهذه الفئة من الشباب، وإعطائها المزيد من العناية والرعاية حتى يعبروا هذه المرحلة بنجاح دون مشكلات، أو عقبات نفسية أو اجتماعية، أو قلق أو توتر.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- ◆ الكشف عن طبيعة العلاقة بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.
- ◆ الكشف عن الفروق في أساليب إدارة الذات وقلق البطالة التي تعزى إلى المتغيرات الآتية: (الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، دخل الأسرة).

التعريفات الاصطلاحية والإجرائية:

◀ أساليب إدارة الذات: (Self - Managements strategies) :

يعرف نيني (Neini, 2003) إدارة الذات بأنها: مجموعة من الاستراتيجيات أو المهارات التي تساعد الفرد في تخطي الصعاب وتجاوز العقبات والظروف التي قد تواجهه في الحياة اليومية وتمنحه الثقة بالنفس بشكل يساعده على تحقيق الأهداف المرغوبة والمنشودة.

وتعرف إجرائياً: بأنها الدرجة التي يحصل عليها الطالب المتوقع تخرجه على مقياس إدارة الذات.

◀ قلق البطالة (Anxiety Unemployment) :

تعرفه الجمال وبخيت (2008) أنه: استجابة انفعالية مؤقتة غير سعيدة، وشعور غير مريح، يراود الطالب المقبل على التخرج من الجامعة، نتيجة لتوقعاته المحتملة بأنه سوف يقع فريسة لشبح البطالة، وما يصاحبه من قلق وتوتر واضطراب في الحالة الانفعالية العامة، وانشغال الفكر بالأفكار السلبية وتوتر الحالة النفسية والجسمية.

ويعرف إجرائياً بأنه: الدرجة التي يحصل عليها الطالب المتوقع تخرجه على مقياس قلق البطالة.

◀ الطالب المتوقع تخرجه: هو الطالب الذي يدرس آخر فصل دراسي له في الجامعة، ويتوقع تخرجه في نهاية الفصل الدراسي.

حدود الدراسة ومحدداتها:

سوف تقتصر الدراسة على الحدود والمحددات الآتية:

- الحدود الموضوعية: تحدد الحدود الموضوعية في هذه الدراسة في المتغيرات الآتية: (أساليب إدارة الذات، وقلق البطالة).

لدى طلبة الدبلوم المهني من التخصصات المختلفة، واستخدام الباحث المقاييس الآتية: مقياس الصلابة النفسية، ومقياس إدارة الذات، ومقياس الصحة النفسية، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط موجبة دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية، وإدارة الذات وكل من الصحة النفسية والنجاح الأكاديمي، وكذلك يمكن التنبؤ بالصحة النفسية من خلال الصلابة النفسية وإدارة الذات ويمكن التنبؤ بالنجاح الأكاديمي من خلال الصلابة النفسية وإدارة الذات، وتوجد فروق دالة إحصائياً في كل من: الصلابة النفسية، وإدارة الذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

وقام أوموني وأوساكاينل (moniyi & Osakinle, 2011) بدراسة هدفت إلى معرفة الآثار النفسية للبطالة لدى الخريجين العاطلين عن العمل في نيجيريا، وتكونت عينة الدراسة من (167) شاباً وشابة، تراوحت أعمارهم ما بين (20 - 35) سنة، وأشارت النتائج إلى ارتفاع القلق والتوتر عند الأفراد العاطلين عن العمل مقارنة بالأفراد من أصحاب العمل المتقطع، وأشارت إلى ارتباط الصحة النفسية الإيجابية والرفاهية النفسية بالعمل، حيث يعاني الأفراد العاطلون عن العمل بشكل كبير من الاكتئاب والسلوكيات الموجهة للجريمة، وتدهور الصحة النفسية.

وكما أجرى هود وفالون وكريد (Hood, Fallon, & Creed, 2009)، دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة مهارات إدارة الذات بالتوافق المهني، وتكونت عينة الدراسة من (245) طالباً وطالبة من خريجي الجامعة، وطبق عليهم الباحثون مقياس التوافق المهني ومقياس إدارة الذات، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال بين إدارة الذات والتوافق المهني.

وقام إرسوي وإردوست (Ersoy and Erodost, 2008) بدراسة هدفت إلى تحديد ما إذا كان الطلبة الجامعيون الشباب قلقين بشأن البطالة بعد التخرج أم لا، وأن اختيار المجال للتعليم الجامعي يؤثر على قلق البطالة، وتكونت عينة الدراسة من (287) طالباً وطالبة من جامعة أنقرة في تركيا، كانوا يدرسون العلوم الاجتماعية، وقد أظهرت النتائج أن مستوى القلق حول البطالة لدى الطلبة الذين هم على وشك التخرج مرتفع جداً.

كما هدفت دراسة كل من الجمال وبخيت (2008) التعرف إلى قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفاعلية الذات لدى طلاب السنة النهائية في جامعة المنوفية في مصر، وتكونت عينة الدراسة من (405) من طلبة السنة النهائية، وقد استخدمت المقاييس الآتية: مقياس قلق البطالة، ومقياس فاعلية الذات، واختبار جودة الحياة، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس قلق البطالة ودرجاتهم على اختبار جودة الحياة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الجنسين (ذكور، إناث) على مقياس قلق البطالة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب المنتمين للقسم العلمي والطلاب المنتمين للقسم الأدبي على مقياس قلق البطالة، كما توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في درجات قلق البطالة بين الطلاب المرتفعين في جودة الحياة، والطلاب المنخفضين في جودة الحياة في اتجاه منخفضي جودة الحياة، ووجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في درجات قلق البطالة، بين الطلاب مرتفعي جودة الحياة

طبيعة العلاقة بين إدارة الذات والذكاء الاجتماعي في ضوء النظام التمثيلي ومتغيرات أخرى لدى عينة من الطالبات المتفوقات بكلية التربية في جامعة الأقصى بغزة في فلسطين، وتألفت عينة الدراسة من (160) طالبة متفوقة، ولتحقيق ذلك استخدمت الباحثة ثلاث أدوات، هي: اختبار النظام التمثيلي، ومقياس مهارات إدارة الذات، ومقياس الذكاء الاجتماعي، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين مهارات إدارة الذات والذكاء الاجتماعي، كما دلت النتائج على وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى مهارات إدارة الذات بين الطالبات المتفوقات في التخصصات العلمية والأدبية لصالح الأخيرة.

وهدف دراسة إشتية وشاهين (2015) إلى تقصي مستوى قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس، في ضوء بعض المتغيرات كالجنس، والكلية والتقدير الأكاديمي، إضافة إلى العلاقة بين قلق البطالة وفعالية الذات، وتكونت عينة الدراسة من (288) طالبا وطالبة من طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس في فلسطين، واستخدم الباحثان المقاييس الآتية: مقياس قلق البطالة، ومقياس فاعلية الذات، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة في متوسطات قلق البطالة تعزى إلى متغيرات الجنس والتقدير الأكاديمي، كما أن المستوى لكل من قلق البطالة وفعالية الذات لدى الطلبة كان متوسطاً، وكانت العلاقة عكسية بين قلق البطالة وفعالية الذات، كما أن الفروق في مجال القلق العام كانت لصالح طلبة التخصصات الطبية والتمريضية مقارنة بطلبة الكليات الأخرى.

وهدف دراسة السيد وياسين وإمام (2015) إلى الكشف عن تباين إدارة الذات، والفاعلية الأكاديمية باختلاف المتغيرات الديموجرافية، وإمكانية التنبؤ بإدارة الذات من خلال الفاعلية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، وأجريت الدراسة على عينة من (120) طالباً وطالبة من طلبة الفرقة الثالثة في كلية التربية في جامعة المنصورة في مصر، واستخدام المقاييس الآتية: مقياس إدارة الذات، ومقياس الفاعلية الأكاديمية وجميعها من إعداد الباحثين، وقد أظهرت النتائج: عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث على مقياس إدارة الذات، أما تنبؤ إدارة الذات من خلال الفاعلية الذاتية فقد بلغ معامل (ب) له (0.47)، وبخطأ معياري يساوي (0.05)، وكانت قيمة بيتا هي (0.61)، وبلغت قيمة (ت) لمعامل تنبؤ إدارة الذات من الفاعلية الأكاديمية هي (9.52)، وهي دالة عند مستوى (0.000).

وقام الرشيد (2015) بدراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية والصلابة النفسية وإدارة الذات لدى عينة من الطالبات الجامعيات، والتعرف إلى مستوى التوافق لدى الطالبات الجامعيات، والتعرف إلى خصائص الطالبات في المرحلة الجامعية من خلال معرفة مستوى الصلابة النفسية وإدارة الذات، وتكونت عينة الدراسة من (80) طالبة جامعية، واستخدمت الباحثة الأدوات الآتية: مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، ومقياس الصلابة النفسية، ومقياس إدارة الذات، وأظهرت النتائج وجود فروق بين متوسطات مقياس إدارة الذات باختلاف مستوى التوافق.

كما هدفت دراسة محمود (2012) إلى دراسة الصلابة النفسية، وإدارة الذات كمنبئات للصحة النفسية، والنجاح الأكاديمي

وفي بيان جوانب الاتفاق والاختلاف بينهما، فقد اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في حجم عينتها، مثل دراسة اشتية وشاهين (2015) بلغت عينتها (288) طالباً وطالبة من طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس في فلسطين، ودراسة المحتسب والعبادلة والعكر (2017) وتكونت عينة الدراسة من (300) خريج من محافظة رفح في فلسطين، أما الدراسة الحالية فقد بلغت عينتها (550) طالباً وطالبة، من الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة الأردنية، ودراسة أوموني وأوساكاينل (Omoniyi & Osakinle, 2011)، إذ تكونت عينة الدراسة من (167) شاباً وشابة من الخريجين العاطلين عن العمل في نيجيريا، أما الدراسة الحالية فكانت عينتها من الطلبة المتوقع تخرجهم وليس من تخرج، ودراسة أبو هدروس (2017) حيث تألفت عينة الدراسة من (160) طالبة متفوقة، أما الدراسة الحالية فشملت عينتها الذكور والإناث.

كما اختلفت عن الدراسات السابقة في مكان إجرائها، حيث تم إجرائها على طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم في الأردن، أما الدراسات السابقة فقد تم إجرائها على طلبة الجامعات خارج الأردن، مثل: دراسة هدروس (2017) التي أجريت على طالبات كلية التربية في جامعة الأقصى في فلسطين، ودراسة اشتية وشاهين (2015) التي أجريت على طلبة جامعة القدس في فلسطين، ودراسة الجمال وبخيت (2008) التي أجريت على طلبة جامعة المنوفية في مصر، ودراسة ارسوي وإردوست (Ersoy & Erodost, 2008) التي أجريت على طلبة جامعة أنقرة في تركيا.

وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة أنها الدراسة الوحيدة التي جمعت بين متغيرين هما: إدارة الذات وقلق البطالة على حد علم الباحث داخل الأردن.

الطريقة والاجراءات:

منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، نظراً لملاءمته لموضوع الدراسة.

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في الكليات الإنسانية والعلمية والصحية المتوقع تخرجهم من مرحلة البكالوريوس في الجامعة الأردنية للفصل الدراسي الثاني والصيفي للعام الدراسي 2018/2019م، والبالغ عددهم (5365) طالباً وطالبة، والجدول (1) يوضح مجتمع الدراسة.

الجدول (01):

توزيع أفراد مجتمع الدراسة

المجموع	عدد الطلبة		الكليات الإنسانية
	ذكور	إناث	
2697	666	2031	

النفسية والطلاب منخفضي جودة الصحة النفسية في اتجاه الطلاب منخفضي الصحة النفسية.

كما قام كل من رابي وفريز وبيهرا (Raab, Frese & Beehr, 2007) بدراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير إدارة الذات في التكيف والتطور والتخطيط المهني، وتكونت عينة الدراسة من (205) أفراد، وقد تم استخدام مقياس إدارة الذات والتخطيط المهني، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين إدارة الذات واختيار المهنة والتنبؤ بالنجاح بها، كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث في إدارة الذات في هذا المجال، وبينت النتائج أن إدارة الذات تؤثر في تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي للأفراد.

كما أجرى والسن (Wilson, 2007) دراسة هدفت للتعرف إلى العلاقة بين التوافق مع الحياة الجامعية وإدارة الذات والتفاؤل، وتكونت عينة الدراسة من (242) طالباً وطالبة، طبق عليهم مقياس التفاؤل ومقياس إدارة الذات ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن التفاؤل وإدارة الذات المرتفع منبئان بالتوافق الجيد مع الحياة الجامعية، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين إدارة الذات والتفاؤل والتوافق مع الحياة الجامعية.

وأجرى أكرمان (Ackerman, 2005) دراسة هدفت إلى كشف العلاقة بين بعض المهارات، منها إدارة الذات، والقدرة على توجيه الهدف، والتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة بوسطن، وقد تكونت عينة الدراسة من (433) طالباً وطالبة من طلبة جامعة (بوسطن) في الولايات المتحدة الأمريكية، واستخدمت الدراسة قائمة الوعي ببعض مهارات إدارة الذات، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين مهارات إدارة الذات وقدرة الطالب على توجيه أهدافه وتحمل المسؤولية.

من خلال مطالعة الدراسات السابقة، فقد تباينت أهداف الباحثين المهتمين بموضوع الطلبة الخريجين والشباب الجامعي العاطل عن العمل، واختلفت بذلك نتائج تلك الدراسات، فقد أكدت نتائج دراسة المحتسب (2017) بأن قلق البطالة يؤثر سلباً على جودة الحياة للعاطلين عن العمل، وقد بينت دراسة اشتية وشاهين (2015) أن قلق البطالة يؤدي إلى عدم استقرار الحالة المزاجية وانشغال الفكر واضطراب الصحة الجسمية وتدهور ملحوظ في النظام المعرفي والعاطفي.

كما أظهرت دراسة ستيجرو والدمان وروش وكروم (Staiger, Waldmann, Rüscher & Krumm, 2017) أن العاطلين عن العمل يعانون من مشكلات نفسية، ولديهم إحساس عالٍ بالقلق والإحباط، وتدني مفهوم الذات، وأظهرت دراسة وأوساكاينل وأوموني (Omoniyi & Osakinle, 2011) أن تجربة البطالة يمكن أن تتسبب في الضرر النفسي الاجتماعي بدرجة كبيرة في حياة أولئك الذين لا يستطيعون إيجاد فرصة عمل، وأن مشاكل الصحة النفسية لدى العاطلين عن العمل أعلى من العاملين، وكذلك ارتفاع القلق والتوتر عند الأفراد العاطلين عن العمل مقارنة مع العاملين.

وفي عملية المقارنة بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة،

أداتا الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الأداتان الآتيتان:

♦ أولاً مقياس إدارة الذات:

طوّر مقياس إدارة الذات من خلال الرجوع للأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة بإدارة الذات مثل دراسة: (أبو هديوس، 2017، السيد وآخرون، 2017، الرشيد، 2015، محمود، 2012 Hood, 2009; Wilson, 2007). ومن ثم تحديد أبعاد المقياس وصياغة فقرات كل بعد، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (35) فقرة موزعة على خمسة أبعاد، هي: (إدارة الوقت، إدارة العلاقات الانفعالات، إدارة العلاقات الاجتماعية، الثقة بالنفس، الدافعية الذاتية).

صدق المقياس: تم التأكد من مؤشرات الصدق لهذا المقياس من خلال:

1. صدق المحتوى: تم التأكد من صدق المحتوى للمقياس بعرضه على (10) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي، وعلم النفس في الجامعات الأردنية والفلسطينية؛ لإبداء آرائهم حول سلامة الصياغة اللغوية، ومدى وضوح كل فقرة من فقرات المقياس، وانتماء الفقرة للبعد الذي تندرج تحته، ومدى مناسبة الفقرة للبيئة الأردنية، وأية ملاحظات أخرى تتعلق بالحذف أو التعديل أو الإضافة لمقياس إدارة الذات ومن ثم تم الأخذ بنسبة اتفاق لا تقل عن (80%) من آراء المحكمين، وبناءً على آراء المحكمين عدلت صياغة (10) فقرات، وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (35) فقرة.

2. صدق البناء الداخلي لمقياس إدارة الذات: للتحقق من دلالات صدق البناء لمقياس إدارة الذات، فقد طبق على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بواقع (50) طالباً وطالبة، يمثلون الكليات العلمية، والكليات الإنسانية، والكليات الصحية، من الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة على الفصل الدراسي الثاني والصيفي، وقد حسبت معاملات ارتباط الفقرات مع البعد الذي تنتمي إليه، والجدول (3) يبين نتائج ذلك.

المجموع	عدد الطلبة		الكلية
	ذكور	إناث	
1520	514	1006	الكليات العلمية
1148	286	862	الكليات الصحية
5365	1466	3899	المجموع

العينة الاستطلاعية: طبقت أدوات الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالباً وطالبة، من طلبة الجامعة الأردنية، الذين اختيروا بالطريقة العشوائية من خارج عينة الدراسة النهائية. أما العينة الفعلية: فقد اختيرت بالطريقة العشوائية العنقودية، تبعاً للمتغيرات الآتية: الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، مستوى دخل الأسرة وقد اختيرت عينة مكونة من (550) طالباً وطالبة من الطلبة المتوقع تخرجهم على الفصل الدراسي الثاني والصيفي للعام الدراسي 2018/2019.

الجدول (02):

توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، مستوى دخل الأسرة

المتغير	فئة المتغير	العدد
الجنس	ذكور	145
	إناث	405
الكلية	إنسانية	261
	علمية	142
	صحية	147
التقدير	ممتاز	57
	جيد جداً	192
	جيد	219
الدخل	مقبول	82
	اقل من 1000 دينار	377
	1000 دينار فأكثر	173
المجموع		550

الجدول (03):

معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له لمقياس إدارة الذات

| معامل الارتباط بالدرجة الكلية لبعدها الفقرة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| .730** | 29 | .717** | 22 | .763** | 15 | .873** | 8 | .764** | 1 |
| .876** | 30 | .832** | 23 | .881** | 16 | .855** | 9 | .841** | 2 |
| .831** | 31 | .768** | 24 | .875** | 17 | .848** | 10 | .783** | 3 |

معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط بالدرجة	معامل الارتباط	معامل الارتباط
بالدرجة الكلية لبعدها	بالدرجة الكلية لبعدها	الكلية لبعدها إدارة	بالدرجة الكلية لبعدها	بالدرجة الكلية لبعدها
الفقرة	الفقرة	العلاقات الاجتماعية	إدارة الانفعالات	إدارة الوقت
.816**	.849**	.805**	.887**	.833**
32	25	18	11	4
.789**	.797**	.915**	.846**	.851**
33	26	19	12	5
.890**	.838**	.862**	.825**	.761**
34	27	20	13	6
.824**	.798**	.797**	.873**	.808**
35	28	21	14	7

** دالة عند مستوى 0.01

كما حسب معامل الثبات باستخدام كرونباخ ألفا وطريقة إعادة الاختبار والجدول (5) يبين نتائج ذلك.

الجدول (05)

قيم معاملات الثبات باستخدام طريقة إعادة، و كرونباخ ألفا، لمقياس إدارة الذات

معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا	معامل الثبات بطريقة إعادة	البعدها
.898	.883**	إدارة الوقت
.934	.891**	إدارة الانفعالات
.929	.899**	إدارة العلاقات الاجتماعية
.900	.808**	الثقة بالنفس
.912	.900**	الدافعية الذاتية
.961	.950**	الكلية

*: دالة إحصائياً عند مستوى (0.01 ≤ α)

ويتضح من الجدول (5) أن معاملات الثبات مقبولة لمثل هذا النوع من الدراسات، إذ تراوحت الدرجات على طريقة إعادة لأبعاد المقياس ما بين (0.808 - 0.900)، والدرجة الكلية للمقياس (0.950) وتراوحت الدرجات على طريقة كرونباخ ألفا على إبعاد المقياس ما بين (0.898 - 0.934)، وللمقياس ككل (0.961).

تطبيق مقياس إدارة الذات: طبق المقياس بالطلب من الطلبة الإجابة على فقرات المقياس بوضع إشارة (X) على أحد الخيارات الخمسة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

طريقة تصحيح مقياس إدارة الذات: يتكون المقياس بصورته النهائية من (35) فقرة، تكون الإجابة عن المقياس وفق التدرج الخماسي، حسب نموذج ليكرت الخماسي: دائماً (5)، غالباً (4)، أحياناً (3) نادراً (2)، أبداً (1)، وتتراوح الدرجات الكلية للمقياس ما بين (35 - 175).

طريقة تصحيح مقياس إدارة الذات: فسرت الدرجات حسب المعادلة الآتية: -

المدى = الحد الأعلى - الحد الأدنى / عدد الفئات

المدى = 5 - 1 / 3

المدى = 1.33

ويمكن تفسير الدرجات التي يحصل عليها الطالب على النحو

الآتي:

ويتضح من الجدول (3) أن هناك ارتباطاً بين درجة الفقرة، والدرجة الكلية للبعدها الذي تنتمي إليه، إذ تراوحت معاملات درجة الفقرة ودرجة بعد إدارة الوقت ما بين (0.761 - 0.851)، وبين درجة الفقرة ودرجة بعد إدارة الانفعالات ما بين (0.887 - 0.825) وبين درجة الفقرة ودرجة بعد إدارة العلاقات الاجتماعية ما بين (0.763 - 0.915)، وبين درجة الفقرة ودرجة بعد الثقة بالنفس ما بين (0.717 - 0.849) وبين درجة الفقرة ودرجة بعد الدافعية الذاتية ما بين (0.730 - 0.890)، كما حسبت معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات والجدول (4) يبين نتائج ذلك.

الجدول (04):

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس إدارة الذات

| معامل الارتباط |
|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| .516** | .763** | .673** | .673** | .727** | .727** | 1 |
| 28 | 19 | 10 | 10 | 11 | 11 | 2 |
| .453** | .783** | .763** | .763** | .718** | .718** | 2 |
| 29 | 20 | 11 | 11 | 12 | 12 | 3 |
| .747** | .472** | .659** | .659** | .596** | .596** | 3 |
| 30 | 21 | 12 | 12 | 13 | 13 | 4 |
| .519** | .724** | .720** | .720** | .736** | .736** | 4 |
| 31 | 22 | 13 | 13 | 14 | 14 | 5 |
| .432** | .811** | .820** | .820** | .785** | .785** | 5 |
| 32 | 23 | 14 | 14 | 15 | 15 | 6 |
| .656** | .571** | .596** | .596** | .689** | .689** | 6 |
| 33 | 24 | 15 | 15 | 16 | 16 | 7 |
| .627** | .624** | .794** | .794** | .751** | .751** | 7 |
| 34 | 25 | 16 | 16 | 17 | 17 | 8 |
| .571** | .599** | .652** | .652** | .820** | .820** | 8 |
| 35 | 26 | 17 | 17 | 18 | 18 | 9 |
| | .493** | .594** | .594** | .769** | .769** | 9 |

** دالة إحصائياً عند مستوى (0.01 ≤ α)

يتبين من الجدول (3) أن معاملات الارتباط الدالة إحصائياً بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.820 - 0.432)، أي أن هناك ارتباطاً بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس.

3. ثبات الأداء لمقياس إدارة الذات: تم التحقق من ثبات المقياس من خلال: الثبات بطريقة إعادة (Test - Retest)، وطريقة كرونباخ ألفا (Gronbach Alpha)، حيث تم تطبيق المقياس على عينة من الطلبة، ضمت (50) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة، ومن مجتمعها وأعيد تطبيق المقياس بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحسبت معاملات الارتباط بين الدرجات على التطبيقين،

بعرضه على (10) من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في الإرشاد النفسي والتربوي وعلم النفس في الجامعات الأردنية والفلسطينية؛ لإبداء آرائهم حول سلامة الصياغة اللغوية، ومدى وضوح كل فقرة من فقرات المقياس، وانتماء الفقرة للبعد الذي تندرج تحته، ومدى مناسبة الفقرة للبيئة الأردنية، وأية ملاحظات أخرى تتعلق بالحذف أو التعديل أو الإضافة لمقياس قلق البطالة، وتم الأخذ بنسبة اتفاق لا تقل عن (80%) من آراء المحكمين، وبناءً على آراء المحكمين عدلت صياغة (11) فقرة، وحذف فقرتين، وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (30) فقرة.

2. صدق البناء الداخلي لمقياس قلق البطالة: للتحقق من دلالات صدق البناء لمقياس قلق البطالة طبق على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة بواقع (50) طالباً وطالبة، يمثلون الكليات العلمية، والكليات الإنسانية، والكليات الصحية، من الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة على الفصل الدراسي الثاني والصيفي. وقد حسبت معاملات ارتباط الفقرات مع البعد الذي تنتمي إليه، والجدول (6) يبين نتائج ذلك.

الجدول (06) :

معاملات ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له لمقياس قلق البطالة

معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط
بالدرجة الكلية للبعد	بالدرجة الكلية للبعد	بالدرجة الكلية للبعد	بالدرجة الكلية للبعد	بالدرجة الكلية للبعد	بالدرجة الكلية للبعد
قلق البطالة النفسي	قلق البطالة الاجتماعي	الفقرة	الفقرة	الفقرة	الفقرة
.800**	.812**	17	.796**	9	.878**
.871**	.752**	18	.876**	10	.787**
.734**	.937**	19	.802**	11	.913**
.680**	.899**	20	.686**	12	.943**
.904**	.853**	21	.897**	13	.843**
.853**	.883**	22	.867**	14	.831**
.761**	.763**	23	.769**	15	.912**
			.879**	16	.932**

دالة عند مستوى 0.01

ويتضح من الجدول (6) أن هناك ارتباطاً بين درجة الفقرة، والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، إذ تراوحت معاملات درجة الفقرة ودرجة بعد قلق البطالة المهني ما بين (0.787-0.943) وبين درجة الفقرة ودرجة بعد قلق البطالة الاقتصادي ما بين (0.686 - 0.897)، وبين درجة الفقرة ودرجة بعد قلق البطالة الاجتماعي ما بين (0.752 - 0.937)، وبين درجة الفقرة ودرجة بعد قلق البطالة النفسي ما بين (0.680 - 0.904) كما تم إيجاد معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس قلق البطالة والجدول (7) يبين نتائج ذلك.

الجدول (07) :

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس قلق البطالة

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
1	.815**	11	.780**	21	.796**

** دالة إحصائياً عند مستوى (0.01 ≤ α)

متغيرات الدراسة:

المتغير المستقل: (إدارة الذات)، المتغير التابع: (قلق البطالة).

المعالجات الإحصائية:

استخدام ارتباط بيرسون للسؤال الأول، وتحليل التباين للسؤال الثاني.

إجراءات الدراسة:

سارت الدراسة وفق الخطوات الآتية:

- حصر مجتمع الدراسة من خلال مراجعة مركز الحاسوب في الجامعة الأردنية، إذ بلغ عدد الطلبة في مرحلة البكالوريوس، المتوقع تخرجهم خلال الفصل الدراسي الثاني والصيفي للعام الدراسي 2018/2019م (5365) طالباً وطالبة.

- تطبيق أدوات الدراسة على العينة العشوائية العنقودية التي تم اختيارها من الطلبة المتوقع تخرجهم من جميع الكليات العلمية والإنسانية والصحية في الجامعة الأردنية، إذ بلغت (550) طالباً وطالبة.

- جمع وتفريغ الاستبانات وإدخالها على منظومة (SPSS)، وتحليلها واستخراج النتائج ومناقشتها، وكتابة التوصيات اللازمة في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة.

نتائج الدراسة:

◀ النتائج التي تتعلق بالسؤال الأول الذي ينص على:

هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟ للإجابة عن السؤال الأول حسب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس إدارة الذات، وأبعاد مقياس قلق البطالة والجدول (9).

الجدول (09):

معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس إدارة الذات وأبعاد مقياس قلق البطالة

أبعاد قلق البطالة/ أبعاد إدارة الذات	قلق البطالة المهني	قلق البطالة الاقتصادي	قلق البطالة الاجتماعي	قلق البطالة النفسي	مقياس قلق البطالة ككل
إدارة الوقت	-.258**	-.289**	-.282**	-.311**	
إدارة الانفعالات	-.399**	-.375**	-.410**	-.409**	
إدارة العلاقات الاجتماعية	-.110**	-.206**	-.040	-.074	
الثقة بالنفس	-.374**	-.382**	-.375**	-.343**	
الدافعية الذاتية	-.348**	-.322**	-.348**	-.341**	
مقياس إدارة الذات ككل					-.466**

** دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.01$)

يلاحظ من الجدول (9) وجود علاقة ارتباط سلبية دالة

يتبين من الجدول (7) أن معاملات الارتباط دالة إحصائياً بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس وتراوحت ما بين (0.6250 - 0.9620)، أي أن هنالك ارتباطاً بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس.

3. ثبات الأداة لمقياس قلق البطالة: جرى التحقق من ثبات المقياس من خلال: الثبات بطريقة الإعادة (Test - Retest)، وطريقة كرونباخ ألفا (Gronbach Alpha)، حيث طبق المقياس على عينة من الطلبة عددها (50) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة ومن مجتمعها، وأعيد تطبيق المقياس بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وحسبت معاملات الارتباط بين الدرجات على التطبيقين، كما تم حساب معامل الثبات باستخدام كرونباخ ألفا وطريقة إعادة الاختبار والجدول (8) يبين ذلك.

الجدول (08):

قيم معاملات الثبات باستخدام طريقة الإعادة، و كرونباخ ألفا، لمقياس قلق البطالة

البعد	معامل الثبات بطريقة الإعادة	معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا
قلق البطالة المهني	.797**	.941
قلق البطالة الاقتصادي	.822**	.904
قلق البطالة الاجتماعي	.880**	.920
قلق البطالة النفسي	.808**	.870
الكلية	.899**	.974

*: دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.01$)

ويتضح من الجدول (8) أن معاملات الثبات مقبولة لمثل هذا النوع من الدراسات، إذ تراوحت الدرجات على طريقة الإعادة لأبعاد المقياس ما بين (0.797 - 0.880)، والدرجة الكلية للمقياس (0.899)، وتراوحت الدرجات على طريقة كرونباخ ألفا على أبعاد المقياس ما بين (0.870 - 0.941)، وللمقياس ككل (0.974).

تطبيق مقياس إدارة قلق البطالة: طبق المقياس بالطلب من الطلبة الإجابة عن فقرات المقياس بوضع إشارة (X) على أحد الخيارات الخمسة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً).

طريقة تصحيح مقياس قلق البطالة: يتكون المقياس بصورته النهائية من (30) فقرة، تكون الإجابة عن المقياس وفق التدرج الخماسي حسب نموذج ليكرت الخماسي: موافق بشدة (5)، موافق (4)، غير متأكد (3)، غير موافق (2)، غير موافق بشدة (1)، وتتراوح الدرجات الكلية لمقياس إدارة الذات ما بين (30 - 150).

طريقة تصحيح مقياس قلق البطالة: فسرت الدرجات حسب المعادلة الآتية:

المدى = الحد الأعلى - الحد الأدنى / عدد الفئات.

المدى = $5 - 1 / 3$

المدى = 1.33

ويمكن تفسير الدرجات التي يحصل عليها الطالب على النحو الآتي:

■ (1 - 2.33) تشير إلى مستوى منخفض من قلق البطالة.

■ (2.34 - 3.67) تشير إلى مستوى متوسط من قلق البطالة.

■ (3.68 - 5) تشير إلى مستوى مرتفع من قلق البطالة.

المتغير	أساليب إدارة الذات	قلق البطالة
	المتوسط الحسابي	3.2878
جيد	العدد	219
المعدل	الانحراف المعياري	.86966
	المتوسط الحسابي	3.7654
مقبول	العدد	82
	الانحراف المعياري	.61756
	المتوسط الحسابي	3.3048
اقل من 1000	العدد	377
الدخل	الانحراف المعياري	.88965
	المتوسط الحسابي	3.4040
أكثر من 1000	العدد	173
	الانحراف المعياري	.62227

يتبين من الجدول (10) وجود فروق ظاهرية بين الأوساط الحسابية لاستجابات المفحوصين على كل مقياس من مقياسي أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تبعاً لمتغيرات الجنس، والكلية، والمعدل، والدخل، ولمعرفة دلالة تلك الفروق استخدم تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA)، والجدول (11) يبين نتائج التحليل:

الجدول (11):

نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) لمعرفة دلالة الفروق في كل من أساليب إدارة الذات، وقلق البطالة تبعاً لمتغيرات الجنس والكلية والمعدل والدخل

الأثر	القيمة	قيمة (ف) المناظرة	مستوى الدلالة
الجنس Hotelling's Trace	.028	7.009	.001
الكلية Wilks' Lambda	.706	48.066	.000
المعدل Wilks' Lambda	.835	15.927	.000
الدخل Hotelling's Trace	.015	1.876	.112

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق في كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تعزى لمتغير الدخل، حيث كانت قيمة هوتلنج (Hotelling's Trace) = (0.0150)، وقيمة (ف) المناظرة = (1.876) ومستوى دلالتها = (0.1120)، بينما تبين وجود فروق تعزى لمتغير الجنس، حيث كانت قيمة هوتلنج (Hotelling's Trace) = (0.028)، وقيمة (ف) المناظرة = (7.009) ومستوى دلالتها = (0.0010)، كما تبين وجود فروق تعزى للكلية، حيث كانت قيمة ويلكس (Wilks' Lambda) = (0.7060)، وقيمة (ف) المناظرة = (48.066)، ومستوى دلالتها = (0.000)، وتبين كذلك وجود فروق تعزى للمعدل، حيث كانت قيمة ويلكس (Wilks' Lambda) = (15.927)، وقيمة (ف) المناظرة = (15.927)، ومستوى دلالتها = (0.000)، ولمعرفة في أي من المتغيرات الثلاث تعود تلك الفروق، استخدم تحليل التباين الثلاثي (Three Way ANOVA) عديم التفاعل، والجدول (12) يبين ذلك.

إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) بين أبعاد مقياس إدارة الذات وأبعاد مقياس قلق البطالة، إذ بلغ معامل الارتباط بين المقياسين ككل (- 660.4)، وبلغ أكبر معامل ارتباط بين بعد إدارة الانفعالات وبعد قلق البطالة النفسي، إذ بلغ (- 0.409)، وأقل معامل ارتباط بين بعد إدارة العلاقات الاجتماعية وبعد قلق البطالة الاجتماعي، إذ بلغ (- 0.40) .

الناتج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم تعزى لمتغير (الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، دخل الأسرة)؟ وللإجابة عن السؤال الثاني حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأساليب إدارة الذات وقلق البطالة تبعاً لمتغيرات الجنس والكلية والمعدل والدخل، والجدول (10) يبين ذلك.

الجدول (10):

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأساليب إدارة الذات، وقلق البطالة تبعاً لمتغيرات الجنس والكلية والمعدل والدخل

المتغير	أساليب إدارة الذات	قلق البطالة
	المتوسط الحسابي	3.2561
ذكر	العدد	145
الجنس	الانحراف المعياري	.70705
	المتوسط الحسابي	3.3646
أنثى	العدد	405
	الانحراف المعياري	.85034
	المتوسط الحسابي	3.5999
إنسانية	العدد	261
	الانحراف المعياري	.57523
الكلية	المتوسط الحسابي	3.8638
علمية	العدد	142
	الانحراف المعياري	.42712
	المتوسط الحسابي	2.3576
صحية	العدد	147
	الانحراف المعياري	.61464
	المتوسط الحسابي	3.1573
ممتاز	العدد	57
	الانحراف المعياري	.72207
المعدل	المتوسط الحسابي	3.2606
جيد جداً	العدد	192
	الانحراف المعياري	.79876

الجدول (12) :

تحليل التباين الثنائي (Three Way ANOVA) لدلالة الفروق في كل أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تبعاً لمتغيرات الجنس والكلية والمعدل

مصدر التباين	المتغير	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الجنس	إدارة الذات	190.615	1	190.615	1.559	.212
	قلق البطالة	2153.516	1	2153.516	10.284	.001
الكلية	إدارة الذات	5939.461	2	2969.731	24.282	.000
	قلق البطالة	39527.806	2	19763.903	94.377	.000
المعدل	إدارة الذات	11447.218	3	3815.739	31.199	.000
	قلق البطالة	4092.755	3	1364.252	6.515	.000
الخطأ	إدارة الذات	62007.709	507	122.303		
	قلق البطالة	106172.912	507	209.414		
الكلية المصحح	إدارة الذات	148770.771	549			
	قلق البطالة	305428.438	549			

يتبين من الجدول (12) عدم وجود فروق في إدارة الذات تعزى للجنس حيث بلغت قيمة (ف) = (1.559) ، ووجود فروق في قلق البطالة تعزى لمتغير الجنس، إذ بلغت قيمة (ف) = (10.284) ، ومن خلال المتوسطات الحسابية في الجدول (10) يلاحظ أن الفروق تعود لصالح الإناث، ويلاحظ وجود فروق في كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تعزى لمتغير الكلية حيث كانت قيم (ف) = (24.282)، (94.377) على التوالي، وكذلك يلاحظ وجود فروق في كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تعزى لمتغير المعدل التراكمي، إذ كانت قيم (ف) = (6.515، 31.199) على التوالي، ولمعرفة اتجاه الفروق استخدم اختبار (شافيه) للمقارنات البعدية، والجدول (13) يبين ذلك.

الجدول (13) :

نتائج اختبار شافيه للمقارنات البعدية لاتجاه الفروق في كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تبعاً لمتغيري الكلية والمعدل التراكمي

المتغير	الكلية (س)	الكلية (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	الدلالة
إدارة الذات	إنسانية	علمية	.0170	.03911	.910
		صحية	-.3633*	.03868	.000
	علمية	صحية	-.3802*	.04414	.000
قلق البطالة	إنسانية	علمية	-.2640*	.05652	.000
		صحية	1.2423*	.05589	.000
	علمية	صحية	1.5063*	.06377	.000
إدارة الذات	المعدل (س)	المعدل (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	الدلالة
		جيد جداً	.0736	.05658	.639
	ممتاز	جيد	.2036*	.05577	.004
		مقبول	.7935*	.06468	.000
	جيد جداً	جيد	.1300*	.03708	.007
		مقبول	.7199*	.04948	.000
	جيد	مقبول	.5899*	.04856	.000
		جيد جداً	-.1033	.08175	.660
	ممتاز	جيد	-.1305	.08059	.454
قلق البطالة		مقبول	-.6081*	.09347	.000
	جيد جداً	جيد	-.0272	.05358	.968
		مقبول	-.5049*	.07150	.000
	جيد	.0272	.05358	.968	

يتضح من الجدول (13) ما يلي: -

لصالح ذوي التقدير (ممتاز) ، أي أن الطلبة ذوي التقدير (ممتاز) أكثر إدارة لذاتهم مقارنة بطلبة ذوي التقدير (جيد جداً، جيد، مقبول) وكذلك الفروق في إدارة الذات بين ذوي التقدير (جيد جداً) من جهة وذوي التقدير (جيد، ومقبول) من جهة أخرى لصالح ذوي التقدير (جيد جداً)، أي أن الطلبة ذوي التقدير (جيد جداً) أكثر إدارة لذاتهم من الطلبة ذوي التقدير (جيد، ومقبول) ، وأيضاً بين ذوي التقدير (جيد) وذوي التقدير (مقبول) لصالح ذوي التقدير (جيد) ، أي أن الطلبة ذوي تقدير (جيد) أكثر إدارة لذاتهم من الطلبة ذوي التقدير (مقبول) .

- أن الفروق في قلق البطالة بين ذوي التقدير (مقبول) من جهة وبين بقية التقديرات الأخرى (ممتاز، جيد جداً، جيد) كانت لصالح ذوي التقدير (مقبول) أي أن الطلبة ذوي التقدير (مقبول) هم أكثر قلقاً من بقية الطلبة ذوي التقديرات (ممتاز، جيد جداً، جيد) .

- أن الفروق في إدارة الذات بين طلبة الكليات الإنسانية والعلمية من جهة وطلبة الكليات الصحية من جهة أخرى لصالح طلبة الكليات الصحية، أي أن طلبة الكليات الصحية أكثر إدارة لذاتهم مقارنة بطلبة الكليات العلمية والإنسانية.

- أن الفروق في قلق البطالة كانت بين طلبة الكليات العلمية والصحية من جهة وطلبة الكليات الإنسانية من جهة أخرى لصالح طلبة الكليات الإنسانية، أي أن طلبة الكليات الإنسانية أكثر قلقاً من طلبة الكليات الصحية والعلمية، وكانت الفروق في قلق البطالة بين طلبة الكليات العلمية وطلبة الكليات الصحية لصالح طلبة الكليات العلمية، أي أن طلبة العلمية أكثر قلقاً من طلبة الكليات الصحية.

- أن الفروق في إدارة الذات بين ذوي التقدير (ممتاز) من جهة وذوي التقديرات (جيد جداً، جيد، مقبول) من جهة أخرى

الجدول (14) :

نتائج تحليل التباين متعدد المتغيرات (MANOVA) لمعرفة دلالة الفروق في أبعاد أساليب إدارة الذات، وأبعاد قلق البطالة، تبعاً لمتغيرات الجنس والكلية والمعدل والدخل

المتغير	البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الجنس	إدارة الوقت	13.127	1	13.127	1.239	.266
	إدارة الانفعالات	21.187	1	21.187	1.114	.292
	إدارة العلاقات الاجتماعية	2.994	1	2.994	.280	.597
	الثقة بالنفس	15.706	1	15.706	1.738	.188
	الدافعية الذاتية	11.091	1	11.091	.993	.320
	قلق البطالة المهني	577.234	1	577.234	26.194	.000
	قلق البطالة الاقتصادي	17.731	1	17.731	.755	.385
	قلق البطالة الاجتماعي	160.891	1	160.891	9.073	.003
	قلق البطالة النفسي	323.311	1	323.311	20.817	.000
	المعدل	إدارة الوقت	1515.686	3	505.229	47.680
إدارة الانفعالات		493.381	3	164.460	8.646	.000
إدارة العلاقات الاجتماعية		95.233	3	31.744	2.968	.032
الثقة بالنفس		450.309	3	150.103	16.607	.000
الدافعية الذاتية		577.781	3	192.594	17.242	.000
قلق البطالة المهني		162.437	3	54.146	2.457	.062
قلق البطالة الاقتصادي		598.765	3	199.588	8.495	.000
قلق البطالة الاجتماعي		209.718	3	69.906	3.942	.008
قلق البطالة النفسي		286.003	3	95.334	6.138	.000

المتغير	البعد	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
	إدارة الوقت	243.077	2	121.538	11.470	.000
	إدارة الانفعالات	515.362	2	257.681	13.547	.000
	إدارة العلاقات الاجتماعية	26.259	2	13.129	1.228	.294
	الثقة بالنفس	555.709	2	277.855	30.742	.000
الكلية	الدافعية الذاتية	238.777	2	119.388	10.688	.000
	قلق البطالة المهني	5860.905	2	2930.453	132.980	.000
	قلق البطالة الاقتصادي	2695.013	2	1347.507	57.355	.000
	قلق البطالة الاجتماعي	2276.176	2	1138.088	64.178	.000
	قلق البطالة النفسي	1006.213	2	503.106	32.394	.000
	إدارة الوقت	52.620	2	26.310	2.483	.085
	إدارة الانفعالات	42.960	2	21.480	1.129	.324
	إدارة العلاقات الاجتماعية	6.053	2	3.027	.283	.754
	الثقة بالنفس	26.395	2	13.198	1.460	.233
الدخل	الدافعية الذاتية	54.355	2	27.177	2.433	.089
	قلق البطالة المهني	97.478	2	48.739	2.212	.111
	قلق البطالة الاقتصادي	56.825	2	28.412	1.209	.299
	قلق البطالة الاجتماعي	179.203	2	89.602	5.053	.007
	قلق البطالة النفسي	48.567	2	24.284	1.564	.210

يتضح من الجدول (14) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد أساليب إدارة الذات تعزى للجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد أساليب إدارة الذات تعزى للمعدل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد أساليب إدارة الذات تعزى للكلية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد أساليب إدارة الذات تعزى للدخل.

وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد قلق البطالة تعزى لمتغير الدخل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد قلق البطالة المهني وبُعد قلق البطالة الاجتماعي وبُعد قلق البطالة النفسي تعزى للجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد قلق البطالة الاقتصادي وبُعد قلق البطالة النفسي تعزى للمعدل، ولمعرفة اتجاه الفروق استخدم اختبار (شافيه) للمقارنات البعدية، والجدول (15) يبين ذلك.

الجدول (15)

نتائج اختبار شافيه للمقارنات البعدية لاتجاه الفروق في أبعاد كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة تبعاً لمتغير المعدل التراكمي والكلية

البعد	المعدل / (س)	المعدل / (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
	ممتاز	جيد جدا	.5036	.49101	.789
إدارة الوقت		جيد	2.1709*	.48403	.000
		مقبول	8.4803*	.56136	.000
البعد	المعدل / (س)	المعدل / (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
	جيد جدا	جيد	1.6673*	.32183	.000
		مقبول	7.9768*	.42943	.000
	جيد	مقبول	6.3094*	.42143	.000

المعدل / (س)	المعدل / (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة	البعد
ممتاز	جيد جدا	- .4734	.65785	.915	إدارة الانفعالات
جيد	جيد	.8015	.64850	.676	
مقبول	مقبول	4.7356*	.75210	.000	
جيد جدا	جيد	1.2749*	.43118	.034	
مقبول	مقبول	5.2090*	.57535	.000	
جيد	مقبول	3.9341	.56464	.000	
ممتاز	جيد جدا	- .8306	.49328	.419	إدارة العلاقات الاجتماعية
جيد	جيد	- .8784	.48627	.354	
مقبول	مقبول	1.1819	.56395	.224	
جيد جدا	جيد	- .0478	.32332	.999	
مقبول	مقبول	2.0124*	.43142	.000	
جيد	مقبول	2.0603*	.42338	.000	
ممتاز	جيد جدا	.9260	.45348	.245	الثقة بالنفس
جيد	جيد	1.6801*	.44703	.003	
مقبول	مقبول	6.0533*	.51845	.000	
جيد جدا	جيد	.7541	.29723	.094	
مقبول	مقبول	5.1273*	.39661	.000	
جيد	مقبول	4.3731*	.38922	.000	
ممتاز	جيد جدا	2.4504*	.50413	.000	الدافعية الذاتية
جيد	جيد	3.3533*	.49697	.000	
مقبول	مقبول	7.3222*	.57636	.000	
جيد جدا	جيد	.9029	.33043	.060	
مقبول	مقبول	4.8718*	.44091	.000	
جيد	مقبول	3.9689*	.43270	.000	
ممتاز	جيد جدا	- 3.0033*	.70809	.001	قلق البطالة المهني
جيد	جيد	- 1.9733*	.69802	.047	
مقبول	مقبول	- 6.0028*	.80954	.000	
جيد جدا	جيد	1.0300	.46411	.179	
مقبول	مقبول	- 2.9995*	.61929	.000	
جيد	مقبول	- 4.0295*	.60775	.000	
ممتاز	جيد جدا	- 1.3136	.73112	.359	قلق البطالة الاقتصادي
جيد	جيد	- 2.5299*	.72073	.007	
مقبول	مقبول	- 7.1866*	.83588	.000	
جيد جدا	جيد	- 1.2163	.47921	.093	
مقبول	مقبول	- 5.8730*	.63944	.000	

البعد	المعدل / (س)	المعدل / (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
	جيد	مقبول	- 4.6566*	.62753	.000
قلق البطالة الاجتماعي	ممتاز	جيد جدا	- .6280	.63520	.807
		جيد	- .4881	.62617	.895
		مقبول	- 3.4561*	.72621	.000
	جيد جدا	جيد	.1399	.41634	.990
		مقبول	- 2.8281*	.55554	.000
	جيد	مقبول	- 2.9680*	.54519	.000
قلق البطالة النفسي	ممتاز	جيد جدا	1.8465*	.59445	.023
		جيد	1.0759	.58600	.339
		مقبول	- 1.5986	.67962	.138
	جيد جدا	جيد	- .7705	.38963	.272
		مقبول	- 3.4451*	.51990	.000
	جيد	مقبول	- 2.6746*	.51022	.000
البعد	الكلية (س)	الكلية (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
إدارة الوقت	إنسانية	علمية	.0876	.33944	.967
		صحية	- 3.1998*	.33568	.000
	علمية	صحية	- 3.2874*	.38302	.000
إدارة الانفعالات	إنسانية	علمية	1.4344*	.45478	.007
		صحية	- 3.5115*	.44974	.000
	علمية	صحية	- 4.9459*	.51317	.000
إدارة العلاقات الاجتماعية	إنسانية	علمية	- 2.1520*	.34101	.000
		صحية	- 1.4284*	.33723	.000
	علمية	صحية	.7236	.38479	.172
الثقة بالنفس	إنسانية	علمية	- .1489	.31350	.893
		صحية	- 2.9955*	.31003	.000
	علمية	صحية	- 2.8466*	.35375	.000
الدافعية الذاتية	إنسانية	علمية	1.3729*	.34851	.000
		صحية	- 1.5790*	.34465	.000
	علمية	صحية	- 2.9519*	.39326	.000
قلق البطالة المهني	إنسانية	علمية	- 2.7284*	.48951	.000
		صحية	12.4426*	.48409	.000
	علمية	صحية	15.1711*	.55236	.000
	إنسانية	علمية	.2862	.50544	.852
قلق البطالة الاقتصادي		صحية	9.9190*	.49984	.000
		علمية	9.6328*	.57033	.000

المعدل / (س)	المعدل / (ص)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
إنسانية	علمية	- 3.4453*	.43912	.000
قلق البطالة الاجتماعي	صحية	8.6410*	.43426	.000
علمية	صحية	12.0863*	.49550	.000
إنسانية	علمية	- 2.0318*	.41095	.000
قلق البطالة النفسي	صحية	6.2656*	.40640	.000
علمية	صحية	8.2974*	.46371	.000

، أن متوسط الوسط الحسابي في بعد قلق البطالة الاجتماعي للذكور والإناث على التوالي (21.7587، 22.729) ، أن متوسط الوسط الحسابي في قلق البطالة النفسي للذكور والإناث على التوالي (25.054، 23.945) .

الجدول (16) :

الوسط الحسابي		البعد
للذكور	للإناث	
24.062	26.803	قلق البطالة المهني
21.7587	22.729	قلق البطالة الاجتماعي
23.945	25.054	قلق البطالة النفسي

يتضح من الجدول (15) أن الفروق في بعد إدارة الوقت وبعد الثقة بالنفس وبعد الدافعية الذاتية تبعاً لمتغير المعدل كانت لصالح ذوي التقدير (ممتاز) ، وأن الفروق في بعد إدارة الانفعالات تبعاً لمتغير المعدل كانت لصالح ذوي التقدير (جيد جداً) ، وأن الفروق في بعد إدارة العلاقات الاجتماعية تبعاً لمتغير المعدل كانت لصالح ذوي التقدير (جيد) ، وأن الفروق في جميع أبعاد أساليب إدارة الذات تبعاً لمتغير الكلية، كانت لصالح الكليات الصحية، وأن الفروق في بعد قلق البطالة الاقتصادي، وبعد قلق البطالة النفسي تبعاً لمتغير المعدل لصالح ذوي التقدير (مقبول) ، وأن الفروق في بعد قلق البطالة المهني، وبعد قلق البطالة الاجتماعي، وبعد البطالة النفسية تبعاً لمتغير الكلية، كانت لصالح الكليات العلمية، وأن الفروق في بعد قلق البطالة الاقتصادي كانت لصالح الكليات الإنسانية.

يتضح من جدول (16) أن متوسط الوسط الحسابي في بعد قلق البطالة المهني للذكور والإناث على التوالي (26.803، 24.062)

الجدول (17) :

نتائج تحليل التباين (MANOVA) لمعرفة دلالة الفروق في أبعاد قلق البطالة تبعاً لمتغير الجنس

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
قلق البطالة المهني	بين المجموعات	801.841	1	801.841	12.786	.000
	داخل المجموعات	34366.639	548	62.713		
قلق البطالة الاجتماعي	بين المجموعات	100.416	1	100.416	2.268	.133
	داخل المجموعات	24260.675	548	44.271		
قلق البطالة النفسي	بين المجموعات	131.435	1	131.435	4.447	.035
	داخل المجموعات	16198.364	548	29.559		

أشارت النتائج إلى أن العلاقة سلبية بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة؛ وقد يعزى ذلك إلى قدرة الفرد على توجيه مشاعره وأفكاره وإمكاناته نحو الأهداف التي يصبو إلى تحقيقها، فالذات تمثل ما يملكه الفرد من مشاعر وأفكار وإمكانات وقدرات، يستطيع استغلالها في تحقيق الأهداف والآمال والطموحات وتجاوز العقبات والصعوبات في الحياة اليومية والجامعية، مما يساعد على فهم الشخص لذاته، وتطوير القدرة

لديه على إدارة ذاته بشكل فاعل يعمق فهمه لها ويؤدي إلى تحفيز الدافعية الذاتية، والتي تسهم في تقليل مستوى القلق لديه.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة هود وفالون وكريد (Hood،

يتضح من الجدول (17) وجود فروق في بعد إدارة قلق البطالة المهني تعزى للجنس حيث بلغت قيمة (ف) = (12.786) ومن خلال البطالة النفسية تعزى للجنس حيث بلغت قيمة (ف) = (4.447) ومن خلال المتوسطات الحسابية في الجدول (16) يلاحظ أن الفروق تعود لصالح الإناث.

مناقشة النتائج:

◆ مناقشة النتائج التي تتعلق بالسؤال الأول، الذي ينص على: هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائية بين أساليب إدارة الذات وقلق البطالة لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟

الجامعة، وأقل معامل ارتباط بين بعد إدارة العلاقات الاجتماعية وبعد قلق البطالة الاجتماعي، إذ بلغ (-0.40)، وقد يعزى ذلك إلى عدم قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الآخرين في بيئته المحيطة، فليس لديه شبكة اجتماعية تساعده وتقدم له الدعم النفسي والمعنوي؛ مما يؤدي إلى رفع مستوى القلق والتوتر لديه عند مواجهة الصعاب والعقبات، ومنها ما قد يواجهه من عدم القدرة في الحصول على فرصة عمل بعد التخرج.

♦ مناقشة النتائج التي تتعلق بالسؤال الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05 α) بما يخص (أساليب إدارة الذات، وقلق البطالة)، لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، تعزى لمتغير (الجنس، الكلية، المعدل التراكمي، دخل الأسرة)؟

أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في كل من أساليب إدارة الذات وقلق البطالة ككل وكأبعاد تعزى لمتغير الدخل، وقد يعزى ذلك إلى أن غالبية الطلبة هم من الطبقة المتوسطة في المجتمع، وغالبيتهم تدرس على حساب المنح وصندوق الطالب والمكافآت المختلفة؛ مما يساهم في خفض القلق والتوتر لدى الطلبة. كما أن أساليب إدارة الذات هي مهارات متنوعة تتمثل في قدرة الطالب على تنظيم وقته وثقته بنفسه وتنظيم علاقاته الاجتماعية والتحفيز والدافعية الذاتية، وهي مهارات يمكن أن يكتسبها الطالب إذا كان لديه رغبة ودافعية ذاتية في تحقيق الذات والطموح في الدراسة والحياة، حيث لا يشكل مستوى الدخل عائقاً أمام اكتساب هذه المهارات، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة المحتسب والعبادة والعكر (2017) التي أشارت إلى وجود فروق في قلق البطالة تعزى لدخل العائلة.

كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في إدارة الذات ككل وكأبعاد تعزى لمتغير الجنس، ويعزى ذلك إلى أن تحقيق الذات والسعي نحو التميز والإبداع والتفوق والنجاح لا يقتصر على جنس دون الآخر، فكل الجنسين يكافح ويحاول أن يحقق ذاته؛ ليشق طريقه في الحياة وخاصة بعد التخرج، فالشهادة الجامعية هي طريق يترود من خلاله الطالب بالمعرفة ومهارات الحياة المختلفة؛ ليصنع لنفسه مكانة في المجتمع تساعده على تحقيق النمو النفسي والاجتماعي، وبالتالي تحقيق الصحة النفسية، وهذا يشمل كلا الجنسين ذكوراً وإناثاً.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة رابي وبيهرا (Raab, Frese and Beehr, 2007)، التي أظهرت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في إدارة الذات، ودراسة السيد وياسين وأمام (2015) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس إدارة الذات، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة محمود (2012) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائية في إدارة الذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في قلق البطالة ككل وكأبعاد في بعد قلق البطالة المهني وبعد قلق البطالة الاجتماعي ويعزى ذلك إلى خوف الأنثى من عدم توافر فرص عمل بعد التخرج، تتفق مع طبيعة تخصصها ومؤهلاتها، وعدم القدرة على حصولها على فرص التدريب والتأهيل المناسب لخوض سوق العمل، فتضطر للعمل

(Fallon, & Creed, 2009)، التي كشفت عن وجود علاقة مهارات إدارة الذات بالتوافق المهني، ومع دراسة كل من رابي وبيهرا (Raab, Frese & Beehr, 2007)، التي أشارت إلى تأثير إدارة الذات في التكيف والتطور والتخطيط المهني.

وكما قلت قدرة الفرد على ضبط وتوجيه مشاعره وأفكاره وطاقاته وإمكاناته المتوافرة لديه، أدى ذلك إلى صعوبة في إدارة ذاته من أجل تحقيق الأهداف التي يضعها؛ مما يؤدي إلى رفع مستوى القلق لديه بسبب عجزه عن تحقيق أهدافه والتعامل مع الصعوبات والعقبات التي قد تواجهه في الحياة اليومية بحيث يؤثر في خفض التوقعات الإيجابية، وبالتالي ينتج عن ذلك اضطراب، وقلق، وخوف، وتوتر من القادم ويصبح العقل الجمعي للشخص، يسيطر عليه مفهوم الخوف والقلق وعدم القدرة على التركيز في تنظيم شؤون حياته اليومية والجامعية، حيث السياق الاجتماعي المحيط به وإحصائيات أعداد الخريجين العاطلين عن العمل في المجتمع، وأعداد الخريجين الذين هم على أبواب التخرج في مختلف الجامعات والمعاهد والكليات في الأردن.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ستيجرووالدمان وروش وكروم (Staiger, Waldmann, Rüschi & Krumm, 2017) التي أشارت إلى أن العاطلين عن العمل يعانون من مشكلات نفسية، ولديهم إحساس عال بالقلق والإحباط، وتدني مفهوم الذات، ولديهم عزلة اجتماعية، ولكنه إذا ما نظر إلى داخله وعظم جهده وقدراته وإمكاناته المتاحة والمتوافرة لديه، واقتدى بنماذج مجتمعية من الخريجين، حققت خبرات ناجحة وقصص نجاح في المجتمع، لم تستسلم لعامل البطالة، بل شقت طريقها واستثمرت ما لديها من قدرات ومواهب وإمكانات متاحة؛ من أجل تحقيق الأهداف والآمال والطموحات بخطوات مملوءة بالثقة والقدرة على إدارة الذات، ولم يرهن نفسه للمحيط والسيئات المجتمعية التي قد تشكل عامل إحباط، ونظر إلى الجانب المملوء من الكأس وعزز ثقته بنفسه، وبما يمتلك من قدرات وإمكانات ومهارات التواصل والإقناع والثبات والإقدام وعدم الإحجام؛ سيسطيع أن يحقق أهدافه ويمتلك مهارة في إدارة ذاته تساعده في خفض مستوى القلق لديه.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة اشتية وشاهين (2015)، التي أظهرت وجود علاقة عكسية بين قلق البطالة وفعالية الذات، وتتفق أيضاً مع دراسة كل من الجمال وبخيت (2008)، التي أشارت إلى وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين قلق البطالة وفعالية الذات، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة والس (Wilson, 2007)، التي أظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إدارة الذات والتفاؤل والتوافق مع الحياة الجامعية.

وتشير النتائج إلى أن أكبر معامل ارتباط بين أبعاد المقياسين كان بين بعد إدارة الانفعالات وبعد قلق البطالة النفسي، إذ بلغ (-0.409)، وقد يعزى ذلك إلى قدرة الفرد على السيطرة والتحكم بمشاعره وردات فعله اتجاه المواقف الحياتية اليومية التي يواجهها وتعامل معها بحكمة وعقلانية في ضوء قدراته وإمكاناته، بشكل يساعده على تخفيف مستوى القلق النفسي من القادم، فيما يتعلق بإيجاد فرصة عمل بعد التخرج أو الانضمام إلى قافلة العاطلين عن العمل؛ لأنه يستطيع بما يمتلك من مهارات إدارة الذات، وقدرات أن يتعامل مع الواقع الجديد بعد التخرج من

إدارة الذات وقدرة الطالب على توجيه أهدافه وتحمل المسؤولية.

وكذلك أشارت النتائج إلى وجود فروق في قلق البطالة ككل وفي بعدي قلق البطالة الاقتصادي وقلق البطالة النفسي لصالح الطلبة ذوي التقدير (مقبول). فإن ذلك يعزى إلى أن الطلبة ذوي التقدير (مقبول) أكثر قلقاً من الطلبة ذوي التقديرات الأخرى؛ بسبب قلة فرص العمل المتاحة لذوي التقدير (مقبول) والشعور لديهم بعدم الجدوى من الدراسة الجامعية، وصعوبة المنافسة في الحصول على فرص العمل مقارنة مع ذوي التقديرات العالية، وذلك لأن التقدير في الشهادة الجامعية له دور في عملية التوظيف، حيث يؤخذ في الحسبان عندما يتم التعيين أو توظيف الخريجين في المؤسسات الخاصة والحكومية، والخشية من البقاء عالة على الأسرة، وتوقع الأسوأ بعد التخرج من الجامعة، والقلق من عدم تكافؤ الفرص في الحصول على عمل، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة المحتسب والعبادلة والعكر (2017) التي أشارت إلى وجود فروق في قلق البطالة تبعاً لمتغير تقدير التخرج من الجامعة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة اشتية وشاهين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة في متوسطات قلق البطالة تعزى إلى التقدير الأكاديمي.

وأشارت النتائج إلى أن الفروق في إدارة الذات ككل وفي جميع أبعاد أساليب إدارة الذات بين طلبة الكليات الإنسانية والعلمية من جهة وطلبة الكليات الصحية من جهة أخرى، كانت لصالح طلبة الكليات الصحية، وقد يعزى ذلك إلى أن طلبة الكليات الصحية أكثر إدارة لذاتهم، حيث تتوافر لديهم القدرة على تنظيم الوقت وضبط الانفعالات، فيتمكنون لديهم ثقة بالنفس وقدرة على تجاوز العقبات والصعاب في الحياة اليومية والجامعية وإدارة العلاقات الاجتماعية بفاعلية ودافعية ذاتية محفزة تدفعهم نحو بذل المزيد من الجهود لتحقيق النجاح والتفوق والتميز.

كما أن طبيعة التخصصات الصحية تتميز بالصعوبة وتحتاج إلى بذل مزيد من الجهد والدراسة حتى يستطيع الطالب أن يعبر المرحلة الجامعية بنجاح، كما أن تخصصات الكليات الصحية تحفز الطلبة على التنافس من أجل إثبات الذات، وهذا يدفع الطالب في الكليات الصحية إلى أن يكون أكثر فاعلية في امتلاك مهارات إدارة الذات، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة أبو هدرس (2017) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى مهارات إدارة الذات بين الطالبات المتفوقات في التخصصات العلمية والأدبية لصالح الأخيرة.

كما أشارت النتائج إلى أن طلبة الكليات الصحية أقل قلقاً، ويليهم العملية ثم الإنسانية، وأن الفروق في أبعاد قلق البطالة المهني وقلق البطالة الاجتماعي والبطالة النفسي لصالح الكليات العلمية، وفي بعد قلق البطالة الاقتصادي لصالح الكليات الإنسانية. أما كون طلبة الكليات الصحية أقل قلقاً، فإن ذلك يعزى إلى مستوى مرتفع من تقدير الذات لدى طلبة الكليات الصحية بسبب مكانة تخصصات الكليات الصحية في المجتمع حيث يحظى خريجوها بالاحترام والتقدير من قبل أفراد المجتمع بشكل عام.

كما أن طبيعة عمل طلبة الخريجين من الكليات الصحية بعد التخرج يتضمن العمل في مهن مثل المهن الطبية التي لها مكانة في المجتمع؛ بسبب الدخل المرتفع الذي يحصل عليه العامل في هذه المهن، ونظرة أفراد المجتمع الإيجابية إلى أصحاب هذه المهن بنوع

في مجال غير تخصصها، وقد يتم استغلالها من قبل أرباب العمل؛ مما يضطرها للقبول بأجر متدنٍ مقارنة مع الفرص التي تكون متاحة للذكور بشكل أكثر وتناسب مع طبيعة الذكور الفسيولوجية أكثر من الإناث، بحيث يشكل عامل ضغط على عدد الفرص المتاحة للإناث في سوق العمل، أضف إلى ذلك أن نسبة الإناث اللواتي هن على أبواب التخرج مرتفعة مما يشكل عامل إحباط لدى الإناث؛ لأن التنافس على فرص العمل سيكون كبيراً بسبب كثرة أعداد الخريجات مقارنة مع الخريجين الذكور، وهذا يولد لدى الإناث شعوراً بالقلق والتوتر والخوف من عدم الحصول على الوظيفة أو العمل بعد التخرج والانتظار في طابور العاطلين عن العمل؛ وهذا يؤدي إلى الخوف من عدم القدرة على تحقيق إشباع الحاجات النفسية، والنمو النفسي والاجتماعي والتي تساعد في تحقيق الصحة النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الطلافحة والفقراء (2019) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في درجات الطلبة على مقياس قلق البطالة تعزى للنوع الاجتماعي ولصالح الإناث، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة اشتية وشاهين (2015) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة في متوسطات قلق البطالة تعزى إلى متغيرات الجنس، ودراسة كل من الجمال وبخيت (2008) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة في متوسطات قلق البطالة تعزى إلى الجنس.

وكذلك أشارت النتائج إلى وجود فروق في أساليب إدارة الذات ككل لصالح التقدير (ممتاز) وفي أبعاد إدارة الوقت والثقة بالنفس والدافعية الذاتية كانت لصالح ذوي التقدير (ممتاز)، و في بعد إدارة الانفعالات لصالح ذوي التقدير (جيد جداً)، في بعد إدارة العلاقات الاجتماعية لصالح ذوي التقدير (جيد)، فإن ذلك يعزى إلى أن الطلبة ذوي المعدلات المرتفعة أكثر قدرة على إدارة الذات، وتنظيم وإدارة الوقت واستغلاله وضبط العلاقات الاجتماعية وعدم التوسع فيها؛ بسبب ضغط الوقت والجدول اليومي المخصص للدراسة، وامتلاك الدافعية الذاتية والتحفيز من أجل التفوق والنجاح في الدراسة الجامعية، فالحصول على معدل مرتفع يتطلب إدارة ذاتية فاعلة.

وقد يسهم المعدل المرتفع في احتمالية الحصول على العمل بشكل أسرع من أصحاب المعدلات الأقل، فالمعدل التراكمي بعد التخرج يعد أحد العوامل التي تؤخذ بعين الاعتبار عند التقدم للحصول على الوظيفة أو العمل خاصة في القطاع الحكومي، أو في الحصول على البعثات وغيرها من الفرص بعد التخرج، وقد تعزى الفروق في بعد إدارة الانفعالات لصالح الطلبة ذوي التقدير (جيد جداً) إلى قدرتهم على ضبط المشاعر وردات الفعل اتجاه المواقف المختلفة في الحياة اليومية لأنهم يسعون إلى تحقيق أهدافهم في ضوء قدراتهم وليس لديهم ضغط نفسي في منافسة الآخرين ولديهم نوع من التوازن في التعامل مع الواقع في الحياة ومتطلباتها.

وقد تعزى الفروق في بعد إدارة العلاقات الاجتماعية لصالح الطلبة ذوي التقدير (جيد) إلى قدرتهم واهتمامهم بالآخرين وبإقامة العلاقات الاجتماعية والنجاح فيها لإظهار التفوق فيها مقابل التفوق العلمي لدى الطلبة الآخرين.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة أكرمان (Ackerman, 2005) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين مهارات

التوصيات:

- من خلال ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية قدمت التوصيات الآتية:
1. التوسع في تقديم المنح والبعثات والقروض والمكافآت المختلفة للطلبة في الجامعة، وتنبي برامج تشغيل الطلبة في المرافق الجامعية خلال سنوات الدراسة.
 2. إضافة مادة دراسية إجبارية في خطط جميع التخصصات الصحية والعلمية والإنسانية، حول تعليم مهارات إدارة الذات ومهارات الحياة.
 3. إيلاء الطالبات في الجامعة العناية والاهتمام خلال سنوات الدراسة الجامعية من خلال عقد دورات تدريبية مهنية تساعدن على دخول سوق العمل بعد التخرج، وتقديم ورشات وبرامج ومحاضرات إرشادية؛ تسهم في التخفيف من مستوى القلق والخوف من البطالة بعد التخرج.
 4. عقد دورات وبرامج مهنية بالتعاون مع الجهات المختصة في القطاع العام والخاص، للطلبة ذوي التقدير المتدني في الجامعة، لمساعدتهم على دخول سوق العمل بعد التخرج من الجامعة، و التخفيف من مستوى القلق والخوف لديهم من البطالة بعد التخرج.
 5. توجيه الطلبة عند دخولهم الجامعة إلى الالتحاق بالكليات والتخصصات التي يطلبها ويحتاجها سوق العمل.

المصادر والمراجع العربية:

- أشتية، أياد وشاهين، محمد. (2015). قلق البطالة وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 11 (3): 319 - 330.
- أبو هدر، ياسرة. (2017). إدارة الذات وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي في ضوء الأنظمة التمثيلية وبعض المتغيرات لدى عينة من الطالبات المتفوقات في جامعة الأقصى، مجلة العلوم التربوية والنفسية - البحرين، 16 (1): 369 - 407.
- الجراح، فاروق والشريفين، عماد. (2018). عناصر إدارة الذات في التربية الإسلامية دراسة تأصيلية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 26 (5): 188 - 218.
- الجمال، حنان وبخيت، نوال. (2008). قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفعالية الذات لدى طلاب السنة النهائية بكلية التربية بجامعة المنوفية، مجلة البحوث النفسية، (1): 284 - 327.
- حجازي، اعتدال. (2012). أثر التدريب التحويلي في الحد من ظاهرة البطالة بين خريجات الكلية العلمية في المملكة العربية السعودية، مجلة كلية التربية بالمنصورة، 3 (78): 165 - 231.
- دائرة الإحصاءات العامة. (2018). واقع البطالة في الأردن، المملكة الأردنية الهاشمية.
- ديوان الخدمة المدنية. (2018). نشرة عن جدول التشكيلات، المملكة الأردنية الهاشمية.
- الرشيد، لولوه. (2015). التوافق مع الحياة الجامعية وعلاقته بالصلاية

من الاحترام والتقدير والقبول، كما يحظى خريجو هذه الكليات بتوافر فرص عمل في سوق العمل المحلي والخارجي مقارنة مع خريجي الكليات العلمية والإنسانية.

أما الكليات العلمية فهي أكثر قلقاً من الكليات الصحية، وأقل من الإنسانية، حيث يحظى خريجوها بالإسناد المجتمعي والقبول وارتفاع مستوى تحقيق الذات لدى طلبتها، وكثير من التخصصات في الكليات العلمية وخاصة تخصصات الذكور لها فرص عمل متاحة في سوق العمل المحلي والخارجي أكثر من الفرص المتاحة لطلبة الكليات الإنسانية التي تعاني الركود والإشباع في كثير من تخصصاتها بالنسبة للإناث وبعض تخصصات الذكور؛ مما يسهم في خفض مستوى مشاعر الخوف والقلق لدى طلبة الكليات العلمية، وقد تعزى الفروق في أبعاد قلق البطالة المهني، وقلق البطالة الاقتصادي، وقلق البطالة النفسي، لصالح الكليات العلمية إلى ارتفاع نسبة عدد الإناث مقارنة بالذكور في هذه الكليات.

وفي ظل قلة الفرص المتاحة للعمل بعد التخرج وخاصة للإناث في بعض التخصصات العلمية بسبب كثرة الخريجات في هذه التخصصات، تخشى الكثير من الطالبات أن تواجه صعوبة في الحصول على فرصة عمل بعد التخرج، وأن تضطر للعمل في مجال غير تخصصها، ومن الانضمام إلى قائمة العاطلين عن العمل، وعدم القدرة على منافسة الآخرين في الحصول على فرصة عمل، وعدم تكافؤ الفرص لجميع الخريجين، والقلق من ظاهرة الواسطة والمحسوبية في التوظيف.

وقد يعزى ارتفاع مستوى القلق لدى طلبة الكليات الإنسانية ككل، وفي بعد القلق الاقتصادي، إلى كثرة أعداد الخريجين من هذه الكليات ومن هم على أبواب التخرج في هذه الكليات مقارنة مع خريجي الكليات الصحية والعلمية، حيث يشكل خريجو الكليات الإنسانية الحجم الأكبر من رصيد طلبات التوظيف في ديوان الخدمة المدنية، كما تعاني كثير من تخصصات الكليات الإنسانية من الإشباع والركود وخاصة تخصصات الإناث، وبالتالي هناك ضغط على فرص العمل المتاحة لطلبة الكليات الإنسانية، مما يزيد من الشعور بالخوف والقلق والتوتر لدى الطلبة الذين هم على أبواب التخرج، من حدوث مشكلات اقتصادية لهم بعد التخرج، نتيجة قلة فرص العمل وتكدس الخريجين، وزيادة الأسعار ومتطلبات الحياة اليومية، والقلق من الاضطرار إلى العمل براتب محدود بعد التخرج لا يلبي متطلبات الحياة اليومية.

تختلف هذه النتيجة مع دراسة إشتية وشاهين (2015) التي أظهرت أن الفروق في مجال القلق العام كانت لصالح طلبة التخصصات الطبية والتمريضية، مقارنة بطلبة الكليات الأخرى، بينما تختلف مع دراسة كل من الجمال وبخيت (2008) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطلاب المنتمين للقسم العلمي والطلاب المنتمين للقسم الأدبي على مقياس قلق البطالة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة الطلافحه والفقراء (2019) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية في درجات الطلبة على مقياس قلق البطالة تعزى للكليات ولصالح الكليات العلمية.

- Journal of Scientific Research in Education - Egypt*, 4 (16), 77 - 98. 11. Talafha, F., & Alfugara, Z. (2019) .. *Unemployment Anxiety and its Relationship to Intellectual Isolation among Mu'tah University Students*, *Journal of Dirasat. Educational Sciences*, 46 (2) : 102 - 120.
- Al - Mohtaseb, I., Al - Abadleh, N., Aker, M. (2017) . *Flexibility as a mediator variable between the anxiety of unemployment and the quality of life for graduates*, *IUG Journal of Educational and Psychology Sciences*, 25 (3) : 172 - 189.
- Mahmoud, H. (2012) . *Psychological rigidity and self - management and their relation to mental health and academic success in the view of some variables for vocational diploma students*, *Journal of Arab Studies - Egypt*, 11 (4) : 541 - 618.

المصادر والمراجع الأجنبية:

- Ackerman, M. (2005) . *Fetal alcohol syndrome, implications for education, gourde, non - classroom, information, analysis*.
- Bridgstock, R. (2009) : *The Graduate Attributes We're Over Looked: Enhancing Gradate Employability Through Career Management Skills*, *Higher Education Research & Development*, 28 (1) , 31 - 44.
- Ersoy ,K.Erod st , H (2008) . *Unemployment worries among Turkish university students*, *Social Behavior and Personality An International Journal*, 36 (2) , 275 - 288.
- Hood, M., Fallon, T., and Creed, P. A. (2009) . *The Relationship Between Career Adaptability, Person and Situation Variables And Career Concerns In Young Adults*, *Journal of Vocational Behavior*, 74 (2) , 219 - 229.
- Minzner, K. E. (2008) . *Using Self - Management to improve homework completion and grades of students with Learnin disabilities* (Doctoral dissertation, University of Cincinnati).
- Neini, H., Nevgi, A., & Virtanen, P. L. (2003) . *Towards Self - regulation in web - based learning*, *Journal of Educational Media*, 28 (1) , 49 - 71.
- Omoni, M., and Oskinle, O (2011) . *Unemployed Graduates, Mental Health and the Place of Entrepreneur ship Education in Achieving Nigeria*, *s Vision 20: 2020, Literacy Information and Computer Education Journal*, 2 (3) , 470 - 476.
- Raabe, B., Frese, M., & Beehr, T. (2007) . *Action Regulation Theroy and Career Self - Management*, *Journal of Vocational Behavior*, 70 (2) , 297 - 311.
- Shella, S. (2006) . *Emotional intelligence in the hospitality industry: a comparison study: doctor in philosophy Texas Tech University*, 23 publications citations, 1, 175 - 107.
- Staiger, T., Waldmann, T., Rüschi, N., and Krumm, S (2017) . *Barriers and Facilitators of Help - Seeking among unemployed Persons with Mental Health Problems: A Qualitative Study*, *BMC Health Services Research*. Jan 17;17 (1) : 39. Doi: 10.1186/s12913 - 017 - 1997 - 6.
- Wilson, G. (2007) . *What predicts Adjustment Among College students*. *Journal of American college health*, 1 (56) , 15 - 22.

- النفسية وإدارة الذات لدى طالبات جامعة القصيم، مجلة العلوم التربوية بجامعة القاسم، 23 (1) : 489 - 520.
- زكي، رمزي. (1998). *الاقتصاد السياسي للبطالة: تحليل لأخطر مشكلات الرأسمالية سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطني لثقافة والفنون والآداب، الكويت*.
- السيد، سمر وياسين، حمدي وإمام، نجوى. (2015). *إدارة الذات والفاعلية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية - مصر*, 4 (16) ، 77 - 98.
- الطلافحة، فؤاد والفقر، زينان. (2019). *قلق البطالة وعلاقته بالانغلاق الفكري لدى طلبة جامعة مؤتة، مجلة دراسات العلوم التربوية*, 46 (2) : 102 - 120.
- المحتسب، عيسى والعبادلة، نعيم والعكر، محمد. (2017). *المرونة كمتغير وسيط بين قلق البطالة وجودة الحياة لدى الخريجين، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية*, 25 (3) : 172 - 189
- محمود، هويدة. (2012). *الصلابة النفسية وإدارة الذات وعلاقتها بالصحة النفسية والنجاح الأكاديمي في ضوء بعض المتغيرات لدى طلاب الدبلوم المهنية بكلية التربية، مجلة دراسات عربية - مصر*, 11 (4) : 418 - 618.

المصادر والمراجع العربية مترجمة:

- Ishtaya, I., & Shaheen, M. (2015) . *Unemployment Anxiety and its Relationship to Effective Self - efficacy among Final Year Students at Al - Quds University, Jordanian Journal of Educational Sciences*, 11 (3) : 319 - 330.
- Abu Hdros, Y. (2017) *Relationship to social intelligence in view of representational systems and some variables for a sample of best female students in Al - Aqsa University, Journal of Educational and Psychological Sciences - Bahrain*, 16 (1) : 369 - 407.
- Al - Jarrah, F., & Shryfeen, E. (2018) . *Elements of Self - Management in Islamic Education A Fundamental Study*, *IUG Journal of Educational and Psychology Sciences*, 26 (5) : 188 - 218.
- Elgamel, H., & Bakhit, N. (2008) . *Unemployment anxiety and its relationship to quality of life and self - efficacy among final year students at the Faculty of Education at Menoufia University, Journal of Psychological Research*, (1) : 284 - 327.
- Hejazy, E. (2012) . *The effect of transformative training in reducing unemployment among female graduates of the Scientific College in the Kingdom of Saudi Arabia, Journal of the Faculty of Education - Mansoura*, 3 (78) : 165 - 231.
- Department of Statistics. (2018). *The reality of unemployment in Jordan, the Hashemite Kingdom of Jordan*.
- Civil Service Bureau. (2018) . *Brochure on the Formations Table, the Hashemite Kingdom of Jordan*.
- Al - Rasheed, L. (2015) . *Alignment with university life and its relationship to psychological rigidity and self - management among Qassim University students, Journal of Educational Sciences at Al Qasim University*, 23 (1) : 489 - 520. - Zaki, R. (1998) . *The Political Economy of Unemployment: An Analysis of the Serious Problems of Capitalism, World of Knowledge Series, National Council for Culture, Arts and Letters, Kuwait*.
- Al - Sayyid, S., Yassin, H., Imam, N. (2015) . *Self - management and academic effectiveness among university students*,