الأمن النفسي وعلاقته بالقلق لدى طلاب جامعة طبرق

د. أبوبكر فضل لامين الحبوني ـ قسم علم النفس ـ كلية الآداب . جامعة طبرق

DR. Abobaker.F.Lamen

abobakeralhaboney@gmail.com

الملخـــــص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى عينة من طلاب جامعة طبرق، والتعرف على مستوى الأمن النفسي ومستوى القلق لدى طلاب الجامعة، وكذلك الفروق في مستوى الأمن النفسي ومستوى القلق بين الطلاب حسب تباينهم من حيث النوع، وتكونت عينة الدراسة من (125) من طلاب جامعة طبرق من الجنسين، وتم استخدام مقباس الأمن النفسي لزينب شقير (2005)، ومقياس القلق الذي أعده سبيلبرجر (Spielberger) وعربه أحمد عبدالخالق (1994)، وتوصل البحث إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين الأمن النفسي والقلق، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين في الأمن النفسي لصالح الذكور، وعدم وجود فروق دالة احصائياً لدى عينة البحث في القلق.

الكلمات المفتاحية : الأمن النفسي- القلق.

Summary:

The aim of the current research is to reveal the relationship between psychological security and anxiety among a sample of students at the University of Tobruk, and to identify the level of psychological security and the level of anxiety among university students, as well as the differences in the level of psychological security and the level of anxiety among students according to their differences in gender. The study sample consisted of (125) of Tobruk University students of both sexes, and the psychological security scale by Zainab Shukair (2005), and the anxiety scale prepared by Spielberger and its Arab Ahmed Abdel Khaleq (1994), were used. The research found that there is a significant correlation between psychological security and anxiety, and the presence of differences There is a statistically significant difference between the genders in psychological security in

favor of males, and there are no statistically significant differences in anxiety among the research sample.
Keywords: psychological security - anxiety.

مقدمة:

يمتاز العصر الحالي بالتطـــور المتسارع في شتى المجالات وعلى كافة الأصعدة إلا أنه قد يكون لذلك التطور ضريبة، حيث تتعدد مصادر المخاوف والتوتر والقلق والاضطرابات النفسية مما يكون له الأثر السلبي على نمو الأنسان بكافة مجالاته المختلفة، ولكي يستطيع الفرد التغلب على تلك المخاوف و الاضطرابات لابد من وجود قدر كافي من الأمن النفسي حتى يستطيع الإنسان النمو بشكل سليم بكافة أشكاله المختلفة. [1].

ويعد الشعور بالأمن النفسي مظهراً من مظاهر الصحة النفسية الإيجابية، فقد تناول الكثير من العلماء والمفكرين والباحثين المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي يأتي في مقدمتها شعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين [2]. كما أن القلق من أكثر الاضطرابات النفسية الشائعة إذ يعد سمة رئيسة في معظم الاضطرابات النفسية فنجده لدى الأفراد الأسوياء عند تعرضهم للمواقف المتأزمة ونجده ملازماً لكل الاضطرابات النفسية والعقلية الأخرى فالقلق من الانفعالات الأساسية التي تصيب الأفراد من الجنس البشري، حيث يشكل القلق المفهوم الأساسي في علم الأمراض النفسية والعقلية ومحور الأعصاب والاضطرابات النفسية. [3]. وينظر إلى القلق على أنه خلل يصيب السياق السوي لنشاطات الإنسان في خبرة أو أكثر، وبعض مظاهر القلق يمكن اعتبارها عارضا طبيعيا يزول دون أن يترك أثارًا سلبية على كفاءة الشخص ومنها ما يتجاوز ذلك. [4].

إن الشخصية السوية هي التي تستطيع التعايش مع الآخرين في علاقات طبيعية ترفع من المستوى النفسي للفرد، وأن تجنب التواصل الحميم يؤدّي بالفرد إلى القيام بسلوك دفاعي فيغمر نفسه في شتى أنواع المبالغات والخيالات.

كما يعتبر طلاب الجامعة هم الطاقة البشرية التي بصلاحها وتوجيهها التوجه الأمثل ينهض المجتمع ويتطور في مختلف جوانبه. ومرحلة الشباب لها خصائصها

ومطالبها ومشكلاتها لذلك يجب الاهتمام بهم لأنهم يتعرضون لضغوط عديدة كباقي أفراد المجتمع نتيجة للتحولات السريعة التي يمر بها مجتمعنا في مختلف الجوانب.[5]

مشكلة البحث وتساؤلاته :

يعد الأمــن النفسي في مقدمة الحاجات النفسية ؛ بل وأكثرها أهمية على الإطلاق، ولا تظهر هذه الحاجة عند الفرد إلا بعد أن يشـبع حاجاته البيولوجيــة ، أو الحاجات الاجتماعية الشخصية كالحاجة إلى الحب والانتماء والتقدير. [6].

ولعل أهم الدوافع وراء اهتمام الكثيرين بهذا الموضوع مدى أهمية تحقيق الأمـن النفسي بالنسبة للإنسان وأن تلك الحاجة تعد محركاً لسلوكه وتوجيهه الوجهة السليمة، أما فقدان الشعور بالأمن من شأنه أن يسبب الاضطرابات النفسية والسلوكية فيؤثر على سير حياة الإنسان ونشاطاته المختلفة في شتى المجالات. لذا فإن الأمن النفسي ضرورة لكل فرد، وخبرة شخصية مؤلمة يتعرض لها كل إنسان في مرحلة ما من مراحل حياته وبدرجة متفاوتة. أن الشعور بالأمن طمأنينة قلبية تسلم إلى السكون النفسي والرخاء القلبي، ويشعر الإنسان بالأمن متى كان مطمئناً على صحته وعمله ومستقبله وأولاده وحقوقه ومركزه الاجتماعي، فإن حدث ما يهدد تلك الأمور، أو إن توقع الفرد هذا التهديد فقد شعوره بالأمن والطمأنينة. [7].

إن طلاب الجامعة في مجتمعنا يمرون بظروف مختلفة ويتعرضون لضغوط كثيرة وكبيرة منها ما هو نفسي واجتماعي واقتصادي ودراسي، وكذلك التفكير في مستقبلهم بعد التخرج كل هذه تبعث في نفوسهم الضيق والقلق، وهذه الضغوط تؤثر بصورة أو بأخرى في حياة هؤلاء الطلبة وتفاعلهم مع المحيط، وهي في تزايد مستمر لذا ستكون مصدراً من مصادر الاضطرابات لاسيما القلق، ومن هنا تبرز أهمية دراسة القلق لدى هذه الشريحة المهمة في المجتمع لغرض الحفاظ على مستوى معين من القلق يساعدهم على تيسير الأداء ويساعدهم على استثارة الدافعية بالقدر الذي يكون فيه عون لهم في جميع مجالات الحياة. [8]. ويتجلى موضوع البحث في محاولة الإجابة على الأسئلة التالية:

1 . هل هناك علاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى طلاب الجامعة؟

2 . ما مستوى الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة؟

3 . هل هناك فروق في الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة وفق متغير النوع؟
4 . ما مستوى القلق لدى طلاب الجامعة؟
5 . هل هناك فروق في القلق لدى طلاب الجامعة وفق متغير النوع؟

أهداف البحث:

1 . الكشف عن العلاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى طلاب الجامعة.
2 . التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة.
3 . الكشف عن الفروق في الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة وفق متغير النوع.
4 . التعرف على مستوى القلق لدى طلاب الجامعة.
5 . الكشف عن الفروق في القلق لدى طلاب الجامعة وفق متغير النوع.

أهمية البحث:

إن أهمية البحث الحالي تنبع من أهمية المتغيرات المدروسة فيها، حيث يعتبر الأمن النفسي من أهم الموضوعات النفسية نظراً إلى الدور الذي يقوم به في تحقيق التكيف والتوافق النفسي للأفراد، كما أن القلق من الموضوعات النفسية التي ترتبط غالبا بكل مشكلة نفسية يتعرض لها الأفراد في حياتهم، حيث اصبح إيقاع الحياة اليومية متسارعاً ونتيجة لهذا التسارع ازدادت الضغوط وصارت أكثر حدة وشدة، مما ينعكس على العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، وهذا الأمر يؤدي إلى ظهور علامات التوجس والخوف والقلق وفقدان الطمأنينة النفسية وتزايد مشاعر الوحدة النفسية والعاطفية والاجتماعية. ولاشك أن الطلاب الجامعيين يتعرضون لتأثير هذه الأوضاع النفسية والاجتماعية والثقافية. ومن هنا جاءت فكرة إجراء هذا البحث الذي يأمل الباحث أن يضيف نتاج جديد إلى التراكم المعرفي حول العلاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى طلاب الجامعة، والخروج بتوصيات أو مقترحات قد تساعد في تطوير برامج وخدمات تهم الطلاب وتناسبهم في مرحلة الجامعة وتساعد المرشدين والمعالجين النفسيين في كيفية الوقاية والكشف المبكر عن مظاهر وأعراض هذه المشكلات والصعوبات النفسية وكيفية التعامل معها.

حدود البحث:

ــ اقتصرت حدود البحث البشرية على طلاب جامعة طبرق.

ــ اما الحدود المكانية فتحددت في بعض كليات جامعة طبرق.
ــ والحدود الزمنية كانت للعام الجامعي 2023 - 2024م.

مصطلحات البحث:

الأمـــن النفسي : عرفه ماسلو (Maslow) 1952 بأنه" شعور الفرد بأنه محبوب ، ومتقبل من الآخرين، له مكانة بينهم ، يدرك أن بيئته صديقه، دوره فيها غير محبط، يشعر فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق" [9].

حالة القلق : هو شعور انفعالي وقتي يدركه الفرد عندما يواجه مواقف مختلفة تثير لديه نوع من الخوف والتوتر الطبيعي
نتيجة لارتباط هذه المواقف بموضوعات ذات أهمية له أو ذات صلة به وتنتهي حالة القلق بانتهاء الموقف المثير أو بمرور الوقت. [10].

سمة القلق: هي شعور انفعالي دائم يلازم الفرد في مختلف المواقف سواء كانت ذات أهمية أو أقل أهمية حيث أنها تختلف من فرد لآخـر تبعاً للعوامل المثيرة للقلق وهي تلازم هذه الفئة من الأفراد باستمرار. [11].

طلاب الجامعة: هم الأفراد الملتحقون بجامعة طبرق بمختلف كلياتها ومراحلها.

مفهوم الأمن النفســـــــي:

مفهوم الأمـــن النفسي من المفاهيم المركبة في علم النفس، و يتداخل في مؤشراته مع مفاهيم أخرى مثل الطمأنينة الانفعالية، الأمن الذاتي، التكيف الذاتي، الرضا عن الذات، مفهوم الذات الإيجابي، التوازن الانفعالي، كم يتبادل في الواقع عندما يكون الحديث عن مستواه في الدراسات النفسية مع مفاهيم (القلق، الصراع، الشعور بعدم الثقة، توقع الخطر، الإحساس بالضغط، الإحساس بالعزلة..)، لدرجة يصعب معها توضيح حدوده بجلاء، ويقال للأمن النفسي- أيضاً - "الأمن الانفعالي" و"الأمن الشخصي " و" الأمن الخاص" و"السلم الشخصي". [12]. ويذكر [13] أن الصنيع (1995) قد عرف الأمن النفسي بأنه "سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطر من الأخطار، كذلك شعور الفرد بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية المحيطة به". ويذكر [14] أن العناني قد عرفته بأنه "إشارة إنذار نحو كارثة توشك أن تقع إحساس بالضياع في موقف شديد

الدافعية مع عدم التركيز والعجز عن الوصول إلى حل مثمر". ويذكر [15] أن تايجر Tiger (1979) قد عرفه بأنه " دافع سيكولوجي داخلي لدى الانسان يسعى من خلاله إلى المحافظة على بقائه وراحته النفسية المستقرة، ويعد مكن الفرد من العمل والانتاج ووضع الأهداف والالتزام بتحقيقها، إَنهُ الأساس الذي يبنى مجموعة أفعال وسلوكيات تمكن الفرد من تجاوز المصاعب والمحن النفسية والانفعالية التي يمكن أن تواجهه في معيشته"، كما عرفته شقير (2005) بأنه "شعور مركب يحمل في طياته شعور الفرد بالسعادة والرضا عن حياته، بما يحقق له الشعور بالسلامة والاطمئنان، وأنه محبوب ومتقبل من الآخرين بما يمكنه من تحقيق قدر أكبر من الانتماء للآخرين مع إدراكه لاهتمام الآخرين به وتفهمهم له حتى يشعروا بقدر كبير من الدفء والمودة ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار ويضمن له قدراً من الثبات الانفعالي والتقبل الذاتي و احترام الذات". [16].

عناصر الأمن النفسي:

1 . تقّبل الذات : ويتمثل في نظرة الفرد لذاته نظرة إيجابية والشعور بقيمته.

2 . العلاقات الإيجابية مع الأخرين: إقامة علاقات مع الآخرين تتسم بالثقة والاحترام المتبادل.

3 . الاستقلالية: وتتمثل في اعتماد الفرد على نفسه، وتنظيم سلوكه، وتقييم ذاته من خلال معايير يضعها لنفسه.

4 . السيطرة على البيئة الذاتية: وتتمثل في قدرة الفرد على إدراك بيئته واستغلالها جيداً.

5 . الحياة ذات أهداف: وتتمثل في أن يضع الفرد لنفسه أهدافاً محددة وواضحة يسعى إلى تحقيقها.

6 . التطور الذاتي: وتتمثل في إدراك الفرد لقدراته وإمكانياته، والسعي نحو تطويرها مع تطور الزمن. [17].

مقومات الأمن النفسي:

1 . شعور بالتقبل والحب مع إقامة علاقات المودة والتعاون مع الآخرين.

2 .شعور بالانتماء إلى جماعة وتحقيق مكانة مناسبة فيها.

3. شعور بالسلامة مع غياب مهددات الأمن. [18].

أساليب تحقيق الأمن النفسي:

1 . ينبغي عليه أن يفعل كل ما يكسبه رضا الآخرين، وحبهم واهتمامهم به، ومساندتهم العاطفية له.

2 . يقع على المجتمع مسؤولية تحقيق الأمن لأفراده، وذلك بتأمين الضمان الاجتماعي لهم في حالة تقاعدهم مما يضمن لهم الحياة الكريمة.

3 . الثقة بالنفس والتي يمكن اكتسابها من خلال تقوية التفاعل الاجتماعي، فكلما قوي ارتباط الفرد بمجتمعه قل شعوره بالخوف لإحساسه بالدعم الاجتماعي.

4 . تدريب الفرد على مواجهة أعباء الحياة، وحل مشكلاتها وامتلاك المعرفة، فكلما ازداد الإنسان معرفة بالأمور قل شعوره بالخوف وازداد شعوره بالأمن والأمان.[19].

القلـــــــــق :

من الطبيعي أن يشعر الفرد بالقلق فالجميع يشعر بالقلق من وقت لأخر، فقد يشعر الفرد بالقلق عندما يواجه حدث مهم، أو عند الاستيقاظ على الأصوات العالية، فالقلق اليومي هو عرضي ما يعيش الناس مع اضطراب القلق لسنوات قبل تشخيصه، فالعلاج المبكر يساعد بشكل عام، وغالباً على ضمان نجاح العلاج، وللقلق أثار تكون قابلة للملاحظة المباشرة كالمشي والتحدث، وهناك أثار لا يمكن ملاحظتها، كالزيادة في معدل ضربات القلق. فالقلق بشأن الأمور المادية أو الصحية أو المخاوف العائلية، عكس القلق المعتدل الناجم عن حدث معين يختفي بعد فترة قصيرة من الوقت، كإلقاء خطاب أو في مقابلة العمل، وهناك قلق ناجم عن انخراطنا في العديد من الأنشطة التي تحتاج لمسؤولية والتركيز في الأداء. لكن القلق الذي يؤثر على الأنشطة الحياتية أو العلاقات العائلية أو الشخصية ويعيقها يجب التصدي له، والقلق الذي يستمر ستة أشهر يمكن أن يزداد سوء إذا لم يعالج، وهناك اتفاق في وصف القلق بأنه حالة انفعالية غير سارة لدى الفرد تؤثر في مستوى أدائه، وعلاقاته الاجتماعية، ومدى شعوره بالطمأنينة نتيجة تعرضه لمواقف نفسية ضاغطة خلال حياته سواء كانت هذه المواقف واضحة لدية أو غامضة، مما يؤدي إلى إحداث تغيرات داخلية يحس بها الفرد، وأخرى خارجية تظهر على ملامحه. [20].

أسباب القلق:

إن القلق يظهر من خلال رؤيتنا له بأنه مجال لوجهات نظر سلبية حول ما هو قادم، وهذه المواقف يمكن أن تسيطر في فترة من الزمن، وأن تعبر عن حالات موقفيه ثابتة نسبياً ومواقف معرفية وعاطفية تتسم بالسلبية والتشاؤم، ويمكن أن يظهر بخاصية أكثر عمومية بما يحمله الأيام القادمة وما يأتي به من أحداث يتوقعها الأشخاص كمشاعر الخشية من الكوارث الطبيعية، ومن جهة أخرى يرتبط هذا القلق وبشكل محدد، بحدث معين أو وضعيات شخصية، كتوقع أحداث أكثر فردية كالمرض ومعاناة المشكلات بين الأفراد، أو فقد شخص قريب أو شعور بتهديد الإخفاق في تحقيق أهداف خاصة شخصية، أو عدم التأكد من كيفية التصرف ضمن أحداث اجتماعية معينة، إن عدم إمكانية التنبؤ بالسلوك الخاص والنتائج النفسية المترتبة يمكن اعتبارها عناصر ينشأ عنها مواقف مليئة بمشاعر الخوف والقلق الناتج عن المجهول.[21].

أنواع القلق:

شهد مجال علم النفس تصنيفات مختلفة لأنواع القلق وفقاً لمتغيرات متعددة، ومن هذه التصنيفات:

تصنيف ديفيد شيهان الذي صنف القلق إلى نوعين أساسيين هما:

1 . القلق خارجي المنشأ: ينشأ هذا القلق من الخارج ، ويستطيع الانسان في الأحوال الطبيعية أن يقوم برد على الضغط النفسي، أو الخطر يميز بوضوح شيئاًما يميز يهدد أمنه، وسلامته ومن المعلوم أن انتشار هذا النوع من القلق يكون بمختل الأعمار إذ أن الضغوط النفسية تؤثر في مختلف الأعمار.

2 . القلق داخلي المنشأ: وهو ذلك النوع الذي يولد الشخص ولديه استعداد وراثي، وعادة يبدأ بنوبات قلق تأتي بلا إنذار أو سبب ظاهر، فيشعر الشخص في هذه الحالة كأن الأمر يداهمه من داخل جسمه، وليس استجابة لوقائع خارجية، وإن انتشار هذا النوع يبدأ من عمر تسع سنوات ؛ ولكن يصل إلى ذروته بين 20-26 سنة. [22].

مظاهر القلق:

1 . مظاهر معرفيـــة : هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة معتقداً أصبحت نهايتها وشيكة، أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية.

2 . مظاهر سلوكية : نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً تجنب المواقف المحرجة للشخص وكذلك المواقف المثيرة للقلق.

3 . مظاهر جسدية : وتظهر في ردود أفعال بيولوجية أو فسيولوجية، كضيق النفس، وجفاف الحلق، وبرودة الأطراف، وارتفاع ضغط الدم، وحالات الإغماء، أو التوتر العضلي، أو عسر الهضم. [23].

الدراسات السابقة:

1- دراســـــــــة : تهاني جبارة 2022 [24] والتي أجريت عام (2023) تهدف إلى اقتراح أسس تربوية لطالبات كلية الآداب بالجامعة الأسمرية الإسلامية بزليتن لتعزيز الأمن النفسي لديهن، وذلك باستخدام المنهج الوصفي التطويري، وقد جمعت البيانات من خلال استبانة، أما مجتمع الباحث فقد تكون من جميع طالبات كلية الآداب، وقد بلغ عددهن (1091) من قسم اللغة العربية والدراسات الإسلامية، وقسم التربية وعلم النفس، وقسم اللغة العربية، بوصفها عي قصدية، واختيار عينة عشوائية من الطالبات بلغ عددهَّن (990) طالبة، ومن خلال استجابات أفراد العينة توصل البحث إلى عدة نتائج أهمها ان تصورات المبحوثين العامة لمجالات الأمن النفسي كانت مرتفعة، واحتل مجال الطمأنينة النفسية المرتبة الأولى وفي المرتبة الثانية الاستقرار الاجتماعي، وفي المرتبة الثالثة الرضى عن الحياة، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير التخصص.

2- دراســـــة : السماك 2021 [25] والتي أجريت عام (2021) بعنوان : الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الكويت، والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (562) من الجنسين من طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت منهم (265) من الذكور و (279) من الاناث، وتم تطبيق

مقياس الامن النفسي، وقائمة بك الأولى للاكتئاب، ومقياس حالة القلق، ومقياس التعصب، ومقياس العصابية، ومقياس اندفاع الشخصية على عينة الدراسة، كما تمت معاجلة البيانات باستخدام الأساليب الاحصائية المناسبة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الجنسين في الأمن النفسي لصالح الذكور، ووجود علاقة دالة احصائياً بين انخفاض الامن النفسي والاكتئاب، ووجود علاقة دالة إحصائياً بين انخفاض الأمن النفسي والقلق، ووجود ارتباط دال سالب بين الأمن النفسي والتعصب، ووجود ارتباط دال سالب بين الأمن النفسي والعصابية، ووجود ارتباط دال سالب بين الأمن النفسي والاندفاع الشخصية في اتجاه الذكور.

3ـ دراســـــــة الأمين ، زهرالوالدين وآخرون 2021 [26] التي أجريت عام (2021) وهدفت إلى التعرف على مستوى الأمن النفسي لدى طلاب السنة الأولى بكلية التربية جامعة الزعيم الأزهري، بالإضافة إلى دراسة الفروق الاحصائية في درجة الأمن النفسي وعزوها إلى متغيرات (النوع ـ التخصص ـ الموطن الأصلي) واستخدم المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (99) طالباً وطالبة اختيروا بطريقة عشوائية منهم (25) من الذكور، و(74) من الإناث، وتم تطبيق مقياس الأمن النفسي لشقير (2005)، وتوصلت الدراسة إلى ان هناك انخفاض في الامن النفسي لدى طلاب المرحلة الأولى وعدم وجود فروق تعزى لمتغير النوع، ووجود فروق تعزى لمتغير التخصص لصالح تخصص علم النفس، ووجود فروق في درجة الأمن النفسي تعزى لمتغير الموطن الأصلي.

4ـ دراســـــــة : حيدر ، سناء محمد 2021 [27] التي أجريت عام (2021) والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين قلق الموت والأمن النفسي لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة عدن، والتعرف على مستوى كل من قلق الموت والأمن النفسي لدى أفراد عينة الدراسة، والتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين متوسط درجات الطلبة، وطبق على عينة الدراسة مقياس قلق الموت والأمن النفسي وفقاً للمستوى الدراسي الأول والثالث وتكونت عينة الدراسة من (446) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة عدنً ، ثم اختيارهم بطريقة عشوائية، وطبق عليهم مقياس قلق الموت، ومقياس الأمن النفسي، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لطبيعة مشكلة الدراسة وأهدافها وأسفرت

نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين قلق الموت والأمن النفسي، حيث بلغ معامل الارتباط (0.153)، كما بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس قلق الموت (2.09)، و(2.13) للأمن النفسي. ووجود فروق جوهرية بين أفراد العينة في قلق الموت ولصالح المستوى الثالث، وعدم وجود فروق بين متوسطي عينة الدراسة في الأمن النفسي من المستوى الأول والثالث.

5- دراســـــــة : المطيري ، مرام سعد 2019 [28] التي أجريت عام (2019) بعنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالقلق لدى المراهقين والمراهقات، وهدفت إلى التعرف على الأمن النفسي لدى المراهقين والمراهقات في المرحلة الثانوية وبلغ عددهم (1053) منهم (456) من الذكور، و(597) من الاناث، واستخدمت الباحثة مقياس الأمن النفسي ومقياس قلق المستقبل من أعدادها، والمنهج الوصفي (المقارن - التنبؤي)، وأوضح النتائج وجود علاقة طردية بين الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى الجنسين.

6- دراســـــة : الأسود ، الزهرة 2018 [29] التي أجريت عام (2018) ، وقد هدفت إلى قياس مستوى الأمن النفسي لدى عينة من الطالبات المقيمات بالحي الجامعي الوادي، ومعرفة الفروق بين الطالبات المقيمات في مستوى الأمن النفسي تبعاً لمتغيرات التخصص الدراسي، المستوى الدراسي، فترة مغادرة الإقامة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي وتكونت العينة من (100) طالبة مقيمة بالحي الجامعي، تم اختيارها بطريقة عرضية، وبعد جمع البيانات وتفريغها ومعالجتها، تم التوصل إلى وجود مستوى متوسط من الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي الوادي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبات المقيمات باختلاف التخصص الدراسي والمستوى الدراسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبات المقيمات باختلاف فترة مغادرة الإقامة.

7- دراســـــة : حمين ، أمينة 2015 [30] التي أجريت عام (2015) ، وقد هدفت إلى دراسة قلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بالجزائر، وشملت عينة الدراسة (600) من طلبة الجامعة منهم (219) طالباً و(381) طالبة، وتوصل البحث إلى مجموعة من النتائج تتمثل في أن مستوى قلق المستقبل عند الطلبة يكون مرتفع، ووجود فروق

باختلاف التخصص لصالح العلوم الإنسانية، أي : أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية ، وكذلك أسفرت نتائج البحث إلى وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل تعزى لمتغير التخصص الجامعي، حيث إن طلبة الطب أكثر قلقاً من المستقبل مقارنة بطلبة التخصصات التقنية والإنسانية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً لدرجة قلق المستقبل تعزى للجنس و المستوى الاقتصادي.

إجراءات البحث:

منهج البحث: أستخدم الباحث المنهج الوصفي، وذلك لمناسبته لطبيعة أهداف البحث.
مجتمع البحث وعينته: تمثل مجتمع البحث في طلاب كليتي الآداب والعلوم بجامعة طبرق والمسجلين رسمياً في قوائم الطلبة الذين يزاولون دراستهم في العام الجامعي 2023 – 2024، وتم اختيار عينة البحث بطريقة العينة العشوائية الطبقية، ومن مختلف المراحل الدراسية، حيث بلغ حجم العينة النهائي (125) طالباً وطالبة منهم (68) طالباً، و (57) طالبة. حيث يبين الجدول رقم (1) عينة البحث.

جدول رقم (1) يبين عينة البحث

الكلية	العينة		المجموع
	ذكور	إناث	
الآداب	36	33	69
العلوم	32	24	56
المجموع	68	57	125

أدوات البحث :

أولاً: مقياس الأمن النفسي: تم استخدام مقياس الأمن النفسي المعدّ من طرف "زينب شقير" (2005) وهو مكون من (54) فقرة، يقوم المفحوص بالإجابة عليها وذلك على مقياس يتدرج من: موافق بشدة (3) درجات، موافق (2) درجتان ، غير موافق (1) درجة واحدة، غير موافق بشدة (0) صفر، للفقرات الموجبة، بينما تكون التقديرات في اتجاه عكسي عند الفقرات السالبة، وبذلك تتراوح درجة المقياس من (0 - 162)، درجة، ويتكون المقياس من أربعة محاور:

1 . المحور الأول: الأمن النفسي المرتبط بتكوين الفرد ورؤيته للمستقبل. (14) فقرة.
2. المحور الثاني: الأمن النفسي المرتبط بالحياة العامة والعملية للفرد. (18) فقرة.

3 . المحور الثالث: الأمن النفسي المرتبط بالحالة المزاجية للفرد. (10) فقرات.
4 . المحور الرابع: الأمن النفسي المرتبط بالعلاقات الاجتماعية للفرد. (12) فقرة.

وطبق المقياس على عينة من الجنسين من فئات إكلينيكية مختلفة وأعمار زمنية مختلفة. وقد تم حساب ثبات المقياس بطرق مختلفة منها طريقة إعادة التطبيق، وطريقة ثبات الاتساق، وطريقة الفا كرونباخ، وتوصلت لمعاملات ثبات مرتفعة تراوحت معاملات الارتباط لجميع العبارات بين (0.34 – 0.82) للمقياس.

وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق وثبات المقياس باستخدام أكثر من طريقة، فتم عرض المقياس على مجموعة من (المُحكمين) الأساتذة الخبراء في علم النفس للتحقق من صدقه وتحديد مدى صلاحية العبارات من عدمها لقياس الأمن النفسي، وقد حازت عبارات المقياس على اتفاق المحكمين من حيث صلاحيتها للتطبيق. كما تم تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالب وطالبة، وتم حساب الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية وكان معامل الثبات (0.82)، وبطريقة الفا كرونباخ كان معامل الثبات (0.81)، وهي قيم ثبات مرتفعة تدل على صلاحية المقياس للاستخدام.

ثانياً/ مقياس القلق: أاستخدمت في هذا البحث الصورة المعربة لمقياس القلق كحالة ومقياس القلق كسمة والمعربة من قبل أحمد عبدالخالق، حيث أعد سبيلبرجر (Spielberger) وزملاؤه (1964) وتتكون الصورة من اختبارين فرعيين للقلق كحالة وكسمة، يقاس كل منهما بـــــ (20) فقرة، ويستخدم هذا المقياس لدراسة القلق لدى البالغين الأسوياء والمرضى والمصابين بأمراض نفسية وعصبية أو عضوية أو الذين ستجرى لهم عمليات جراحية أو غيرها من المواقف الضاغطة.

وفي الدراسة الحالية تم التحقق من صدق وثبات المقياس باستخدام أكثر من طريقة، فتم عرض المقياس على مجموعة من (المحكمين) الأساتذة الخبراء في علم النفس للتحقق من صدقه وتحديد مدى صلاحية العبارات من عدمها لقياس القلق، وقد حازت عبارات المقياس على اتفاق المُحكمين من حيث صلاحيتها للتطبيق. كمات م تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (40) طالب وطالبة، وتم حساب الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية وكان معامل الثبات (0.72) وبطريقة الفا كرونباخ (0.76) وبإعادة الاختبار (0.87) لمقياس القلق كسمة، وبلغ معامل الثبات بطريقة

التجزئة النصفية (0.78) وبطريقة الفا كرونباخ (0.79) وبإعادة التطبيق (0.78). لمقياس القلق كحالة. وتشير هذه النتيجة إلى ان كلاً من المقياسين يتمتع بدرجات مقبولة من الثبات تجعلهما صالحين للتطبيق.

تطبيق البحث: تم التطبيق من خلال الاتفاق مع بعض أعضاء هيئة التدريس في الأقسام التي وقع عليها الاختيار في كليتي الآداب والعلوم لتكون ضمن العينة، وقد استغرقت فترة التطبيق أسبوعان، حيث بين الباحث للعينة الغرض من التطبيق انما هو لغايات البحث العلمي، وبعد الانتهاء من التطبيق وجمع الاستمارات تم إدخال استجابات عينة البحث إلى الحاسب الآلي ومن خلال استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) تم تحليل البيانات، واستخدم المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، واختبار (ت)، ومعامل ارتباط بيرسون.

عرض نتائج البحث وتحليلها:

1 السؤال الأول: للإجابة على التساؤل الأول والذي كان نصه: هل هناك علاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى طلاب جامعة طبرق؟ تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لإجابات عينة البحث، والجدول رقم (2) يوضح نتائج التحليل:

جدول رقم (2) يبين قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين الأمن النفسي والقلق

القلق / الأمن النفسي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
كحالة	0.63	دال عند 0.05
كسمة	0.61	دال عند 0.05

يتضح من الجدول رقم (2) وجود علاقة دالة بين درجات أفراد العينة على مقياس الأمن النفسي ودرجاتهم على مقياس القلق، وبلغت قيمة معامل الارتباط بين الأمن النفسي والقلق كحالة (0.63)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.05). وكذلك بلغت قيمة معامل الارتباط بين الأمن النفسي والقلق كسمة (0.61)، وهي دالة عند مستوى دلالة (0.05). وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة [25] و [28] و [27]، ويمكن تفسير ذلك إلى ان الحاجات النفسية للأفراد قد تكون قلقة بعض الشيء وهذا ما يدفعهم إلى القيام بالأمن النفسي من اجل الحصول على تقدير الآخرين واحترامهم .

2 . السؤال الثاني: للإجابة على التساؤل الثاني والذي كان نصه: ما مستوى الامن النفسي لدى طلاب جامعة طبرق؟ تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) لإجابات عينة البحث، والجدول رقم (3) يوضح نتائج التحليل:

جدول رقم (3) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للأمن النفسي لدى عينة البحث

العينة	المتوسط الحسابي	الموسط النظري	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية
125	99.16	81	21.17	3.5	124	دال احصائياً عند 0.05 %

يتضح لنا من الجدول رقم (3) ان قيمة (ت) المحسوبة بلغت (3.5) عند درجة حرية (124) بمستوى دلالة احصائية (0.05)، أي ان مستوى الأمن النفسي لدى طلاب الجامعة فوق المتوسط، حيث بلغ متوسطهم الحسابي (99.16)، والانحراف المعياري (21.17)، وهو أعلى من المتوسط النظري (81). وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة [24]، فيما تختلف مع دراسة [29] و [26].

ويمكن تفسير ذلك ان ما يعيشه الطالب الجامعي من ظروف محيطة جيده تنعكس على توجهات الطلاب الجامعيين و مواقفهم في مراحل التعليم الجامعي. وقد تكون لسياسة القبول في الجامعة والكليات دور في إشاعة مشاعر الطمأنينة النفسية للحصول على قبول دراسي.

3 . السؤال الثالث: للإجابة على التساؤل الثالث والذي كان نصه: هل هناك فروق في الامن النفسي لدى طلاب جامعة طبرق وفقاً لمتغير النوع؟ تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) لإجابات عينة البحث، والجدول رقم (4) يوضح نتائج التحليل:

جدول رقم (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في الأمن النفسي وفقاً لمتغير النوع

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية
الأمن النفسي	ذكور	68	99.16	21.17	2.9	123	دال احصائياً عند 0.05 %
	اناث	57	97.55	22.07			

يتضح من الجدول رقم (4) ان استجابات افراد عينة الذكور على فقرات مقياس الأمن النفسي كانت بمتوسط حسابي (99.16) وانحراف معياري (21.17).كما يتضح من النتائج ان المتوسط الحسابي لاستجابات افراد عينة الاناث على فقرات مقياس القلق الأمن النفسي كانت بمتوسط حسابي (97.55) وانحراف معياري (22.07)، وقيمة (ت) المحسوبة بلغت (2.9) عند درجة حرية (123)، وذلك عند مستوى دلالة احصائية (0.05)، أي انه توجد فروق دالة احصائياً لدى عينة البحث في الأمن النفسي لدى عينة البحث وفقاً لمتغير النوع لصالح الذكور، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة [25]، فيما تختلف مع نتيجة دراسة [26] و [30].

ويمكن تفسير هذا الارتفاع البسيط في مستوى الأمن النفسي لدى الذكور عنه لدى الاناث في الدرجة الكلية، انه قد يرجع لظروف ثقافة مجتمعنا التي تجعل من الصعب على الاناث التعبير عن قلقهن، والرجل يكون أكثر قدرة على تحمل الأعباء والضغوطات النفسية، فلابد أن يكون على قدر كافي من الأمن النفسي حتى يستطيع تحمل كل الأعباء.

وأيضاً قد يكون نتيجة للاهتمام بتربية الذكور أكثر من الإناث حتى ولو بصورة لا شعورية مما ينعكس بدورة على وجود فرق في مستوى الشعور بالأمن النفسي، حيث ان الأمن النفسي يتأثر بأساليب المعامل الوالدية.

4 . السؤال الرابع: للإجابة على التساؤل الرابع والذي كان نصه: ما مستوى القلق لدى طلاب جامعة طبرق؟ تم استخدام المتوسط الحسابي وتقسيم مستويات انتشار القلق إلى ثلاث (3) مستويات وفقاً لإجابات عينة البحث، والجدول رقم (5) يوضح النتائج:

جدول رقم (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للقلق (كحالة وكسمة) لدى عينة البحث

مستوى القلق	الدرجة	االقلق كحالة	القلق كسمة
منخفض	40 – 20	38.50	39.12
متوسط	60 - 41		
مرتفع	80 - 61		

يتضح من الجدول رقم (5) تقسيم مستويات انتشار القلق إلى ثلاثة (3) مستويات: (منخفض من 20 - 40)، (متوسط من 41 - 60)، (مرتفع من 61 - 80)، إن المتوسطات الحسابية للقلق بوصفه (سمة وحالة) أظهرت أن القلق

بوصفه حالة قد بلغت (38.50)، والقلق بوصفه سمة بلغت (39.12). وتشير هذه النتيجة إلى أن القلق كسمة ينتشر بين الطلاب بشكل منخفض، والقلق كحالة بدرجة منخفضة. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة [25]، فيما تختلف مع نتيجة دراسة [30].

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن البيئة التي يعيش فيها طلاب الجامعة تساعد على توافقهم، كما يمكن القول ان مستوى كل من القلق كسمة ومستوى القلق كحالة قد بلغا قيماً متقاربة في درجة امتلاك القلق كحالة ودرجة امتلاك القلق كسمة. ويمكن تفسير هذه النتيجة أن هذا يُعد أمراً مقبولاً حيث إن من لدية حالة القلق قد نجد لديه سمة القلق، وقد يكون العكس صحيح.

5 . السؤال الخامس: للإجابة على التساؤل الخامس والذي كان نصه: هل هناك فروق في القلق لدى طلاب جامعة طبرق وفقاً لمتغير النوع؟ تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) لإجابات عينة البحث، والجدولين رقم (6) و رقم (7) يوضحا نتائج التحليل:

جدول رقم (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في القلق كحالة وفقاً لمتغير النوع

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية
القلق كحالة	ذكور	68	38.70	11.25	0.018	123	غير دال عند 0.05 %
	اناث	57	38.15	11.60			

يتضح من الجدول رقم (6) ان استجابات افراد عينة الذكور على فقرات مقياس القلق كحالة كانت بمتوسط حسابي (38.70) وانحراف معياري (11.25).كما يتضح من النتائج أن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد عينة الإناث على فقرات مقياس القلق كحالة كانت بمتوسط حسابي (38.15) وانحراف معياري (11.60). وقيمة (ت) المحسوبة بلغت (0.018) عند درجة حرية (123)، وذلك عند مستوى دلالة احصائية (0.05)، أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً لدى عينة البحث في القلق كحالة لدى عينة البحث وفقاً لمتغير النوع.

ويمكن تفسير عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في القلق كحالة إلى ما يتعرض له الذكور والإناث من الضغوط المتماثلة، أو قد يرجع ذلك إلى طبيعة الواقع الاجتماعي المتشابه الذي يعيشه كل من الذكور والإناث، كما أن مقياس القلق بوصفه حالة يقيس حالة الطلبة الانفعالية في نفس الوقت ونفس اللحظة التي يكون فيها الذكر والأنثى داخل حرم الجامعة، وبالتالي فما يؤثر على الذكر يؤثر على الأنثى.

جدول رقم (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) في القلق كسمة وفقاً لمتغير النوع

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة الاحصائية
القلق كسمة	ذكور	68	38.80	9.98	1.117	123	غير دال عند 0.05 %
	إناث	57	38.26	9.80			

يتضح من الجدول رقم (7) أأن استجابات أفراد عينة الذكور على فقرات مقياس القلق كسمة كانت بمتوسط حسابي (38.80) وانحراف معياري (9.98).كما يتضح من النتائج ن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد عينة الإناث على فقرات مقياس القلق كسمة كانت بمتوسط حسابي (38.26) وانحراف معياري (9.80). وقيمة (ت) المحسوبة بلغت (1.117) عند درجة حرية (123)، وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (0.05)، أي أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً لدى عينة البحث في القلق كسمة وفقاً لمتغير النوع.

ويمكن تفسير هذا الارتفاع البسيط في مستوى القلق لدى الذكور عنه لدى الإناث في الدرجة الكلية أنه قد يرجع لظروف ثقافة مجتمعنا التي تجعل من الصعب على الذكور التعبير عن قلقهم لإدراكهم أنه انتقاصا من رجولتهم أما الإناث فلا تواجهها هذه المشكلة فتصرح بقلقها، دون أن تشعر بانتقاص مركزها كأنثى، وهذا ما قد يجعل من الإناث أقل من الذكور بفارق بسيط في القلق.

التوصيات:

1. العمل على تعزيز الشعور بالأمن النفسي لدى طلاب الجامعة بتفعيل برامج تسهم في حل المشكلات التي تواجههم الطلبة أكاديمياً واجتماعياً ونفسياً ومادياً.

2. إنشاء وحدات إرشاد نفسية في كل كلية تقوم بإرشاد الطلبة وتوجيهم في مواجهة الأزمات النفسية والاجتماعية والمادية والاقتصادية والأكاديمية وحل الإشكاليات اليومية التي يتعرضون لها.

المقترحات:

1.اجراء دراسة مماثلة في جامعات أخرى مع إدخال متغيرات أخرى كالتوجه نحو الحياة أو الصلابة النفسية، أو الصدمة النفسية.

الهوامـــــــــش :

1. الغامدي، محمد عبد الله. (2016). الأمن النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من طلبة جامعة الدمام بمدينة الدمام، مجلة كلية التربية ببنها، العدد اكتوبر (108)، الجزء (1)، ص ص 183 – 285.
2. حجازي، مصطفى. (2000). الصحة النفسية، منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، الدار البيضاء . المركز الثقافي العربي.
3. جبر، حسين عبيد. (2015). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة، مجلة جامعة بابل للعلوم الانسانية، المجلد (23)، العدد (3)، ص ص 1275 – 1294.
4. هدى، دحماني. (2011). تأثير القلق على الراشدين المصابين بمرض السكري المزمن، معهد العلوم والدراسات الانسانية والاجتماعية، ماجستير غير منشورة.
5. سلمان، شروق كاظم. (2006). سمة القلق لدى طالبات كلية التربية بجامعة بغداد، مجلة البحوث النفسية والتربوية، العددان (9 و 10) ـ ص ص 37 - 48.
6. جبر، حسين عبيد. (2015). مرجع سابق.
7. خويطر، وفاء حسن على. (2010). الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات، الجامعة الاسلامية غزة، كلية التربية، ماجستير غسر منشورة.
8. جبر، حسين عبيد. (2015). مرجع سابق.
9. جبر، حسين عبيد. (2015). مرجع سابق.
10. داود، ناجى. (2005.). بعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بالإنجاز العدواني لدى لاعبى منتخبات جامعة المنيا"، كلية الآداب، جامعة المنيا، ماجستير منشورة، ص ص 8 - 9.
11. داود، ناجى. (2005.). مرجع سبق.
12. خويطر، وفاء حسن على. (2010). مرجع سابق.

13. الغامدي، محمد عبد الله. (2016). مرجع سابق.
14. رحمين، أمينة. (2015). قلق المستقبل عند طلاب الجامعة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، ماجستير غير منشورة.
15. السماك، أمينة .(2021). الأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة الكويت، مجلة كلية الآداب، جامعة القاهرة ،المجلد (81) العدد (1) ص ص 14-51.
16. شقير، زينب. (2005). مقياس الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية)، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
17. الاسود، الزهرة .(2018).الامن النفسي لدى الطالبات المقيمات بالحي الجامعي الوادي، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، العدد(3) نوفمبر كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، الجزائر. ص ص 257 – 274.
18. أبوليفة، حنان عاشور. (2014). الاتجاهات الدينية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلبة كلية الآداب جامعة مصراته، الاكاديمية الليبية للدراسات العليا مصراته، ماجستير غير منشورة.
19. أبوليفة، حنان عاشور. (2014). مرجع سابق.
20. ابراهيم، اشرف محمد (2019). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكرم، جامعة القدس، ماجستير غير منشورة.
21. ابراهيم، اشرف محمد (2019). مرجع سابق.
22. ياسين، سهى. (2015). الكفاءة السيكومترية لمقياس بيك للقلق على عينة من الأسوياء والمرضى النفسيين، كلية التربية، جامعة دمشق، ماجستير غير منشورة.
23. ابراهيم، اشرف محمد (2019). مرجع سابق.
24. أجبارة، تهاني جبريل. (2023). أسس تربوية مقترحة لتعزيز الأمن النفسي لدى طالبات كلية الآداب بالجامعة الأسمرية الإسلامية بزليتن، مجلة البيان العلمية المحكمة، العدد مايو(15)، كلية الآداب الجامعة الاسمرية الاسلامية. ص ص 10 – 25.
25. السماك، أمينة .(2021). مرجع سابق.
26. الامين، زهر الدين واخرين. (2021). مستوى الأمن النفسي لدى طلاب كلية التربية جامعة الزعيم الازهري، المؤتمر العلمي الثالث لكلية الآداب جامعة الزاوية، 12 – 13 ديسمبر 2021. ص ص 448 – 480.
27. حيدر، سناء محمد. (2021). قلق الموت وعلاقته بالأمن النفسي " دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة عدن " مجلة العلوم النفسية والتربوية، العدد اكتوبر(41)، المجلد (5)، ص ص 100 – 123.
28. المطيري، مرام سعد. (2019). الأمن النفسي وقلق المستقبل لدى المراهقين والمراهقات "دراسة مقارنة تنبؤية"، ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
29. الأسود، الزهرة .(2018). مرجع سابق.
30. رحمين، أمينة. (2015). مرجع سابق.