

ازمة ربع العمر لدى الشباب

عذراء عادل حسون

أ.م.د. عبد الحليم رحيم علي

جامعة بغداد/كلية الآداب

قسم علم النفس

(ازمة ربع العمر لدى الشباب)

عذراء عادل حسون

أ.م.د. عبد الحلیم رحیم علی

المستخلص

هدفت الدراسة الحالية الى تحديد مستوى ازمة ربع العمر لدى الشباب و دلالة الفروق بين ازمة ربع العمر حسب المتغيرات : الجنس (ذكور - إناث)، الوضع المهني (عاطل عن العمل - موظف)، والحالة الاجتماعية (متزوج - أعزب) من أجل تحقيق أهداف الدراسة، اعتمد الباحث على نظرية روبنسون لأزمة ربع العمر لبناء مقياس أزمة ربع العمر، حيث بلغ عدد الفقرات في مقياس أزمة ربع العمر (٢٧) فقرة في صورته النهائية. تم تطبيق المقياس على عينة من (٤٠٠) شاب (موظفين وعاطلين عن العمل، متزوجين وغير متزوجين) تتراوح أعمارهم بين ٢٥ و ٣٥ عامًا، حيث تم اختيار العينة بشكل عشوائي. استخرج الباحث مؤشرات الصدق والثبات للمقياس، حيث بلغ معامل الثبات (٠,٨٠) باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لمقياس أزمة ربع العمر بعد جمع البيانات ومعالجتها احصائياً ظهرت النتائج كما يلي: كان هناك مستوى عال من ازمة ربع العمر و كانت هناك فروق دالة إحصائياً في متغير الجنس لصالح الذكور في أزمة ربع العمر، وكانت هناك فروق دالة إحصائياً لصالح العاطلين عن العمل في متغير الحالة المهنية. ولإكمال إجراءات البحث، خرج الباحث بمجموعة من التوصيات والاقتراحات.

The crisis of the quarter of life Among young people

COLLEGE OF ARTS , UNIVERSITY OF BAGHDAD ATHRAA ADEL HASOON ,

Azraa.abd2204m@coart.uobaghdad.iq

ASSIST. PROF. ABDUL-HALEEM RAHEEM ALI, PH.D

haleemali@coart.uobaghdad.edu.iq

Abstract

The present study aimed at identifying The level of quarter-life crisis young people And The significance of the differences in the relationship between the quarter-life crisis according to the variables: gender (males - females), professional status (unemployed - employed), and marital status (married - single). In order to achieve the objectives of the study. the researcher adopted Robinson's theory of the quarter-life crisis to build the quarter-life crisis scale, as the number of items in the quarter-life crisis scale amounted to (27) items in its final form. The two scales were applied to a sample of (400) young people (employed and unemployed, married and unmarried) aged 25-35 years, where the sample was chosen randomly. The researcher extracted validity and reliability indicators for the scales, where the reliability coefficient using the Cronbach's alpha method for the quarter-life crisis scale reliability by the use of Cronbach's alpha method amounted to (0.80).

After collecting the data and processing it statistically, the outcomes appeared as follows: There was a high level of quarter-life crisis. And There was a significant difference in the gender variable in favor of males in the quarter-life crisis, and there was a significant difference in favor of the unemployed in the occupational status variable.

To complete the research procedures, the researcher came up with a set of recommendations and suggestions.

Keywords : Quarter Life Crisis , young people

(مشكلة البحث Research of problem) :

تعتبر مرحلة الشباب من اجمل المراحل التي يمر بها الافراد و فيها يتطور و يكون في قمة طاقته ونشاطه فيسعى بجد لتحقيق احلامه و طموحه ولكن ما يوقفه عن هذا هو التطور هو الوقوع ضحية الازمات النفسية التي من المحتمل ان تصيب الافراد في مرحلة الشباب , فالأزمات تهدد الافراد منذ ولادتهم وحتى ارنل العمر تعتبر الازمة التي تصيب الشباب ازمة تستنزف طاقتهم و جهودهم فتدور الأسئلة حول مستقبلهم المجهول والانجاز الذي حققوه او الذي لم يستطيعوا تحقيقه فتكون فترة مليئة بالضغط فلا تقتصر على جانب واحد من حياة الفرد بل تدخل حتى في علاقاته مع اسرته واصدقائه.

تضفي على ملامح هذه الفترة مشاعر الخوف من الفشل والسلبية فيميلون الى

العزلة و يكون العجز واضح عليهم . (Purwita et al. ,2022,P85)

ازمة ربع العمر لدى الشباب

فتحدي العثور على العمل ليس بالتحدي الوحيد الذي يشغل الشباب فالتغير الذي يحدث على صعيد علاقته مع الآخرين قد يؤثر به بشكل كبير فتصبح علاقته اكثر تعقيد او قد يبتعد عنهم و من جانب اخر فالاستقرار المالي يلعب دور مؤثر فعدم الوصول له يجعل الشباب قلقين من مستقبلهم المجهول و الذي يجعلهم يبقون في دائرة الاعتماد على الاهل فلا يستطيعون تحمل المسؤولية بشكل مستقل. (Robinson,2019,P4)

وقد قامت الباحثة من خلال سؤال استطلاعي مكون من سؤالين تم طرحهم على عينة من ١٠٠ فرد من الشباب تقسمت على خمسين عاطل عن العمل ٢٥ ذكور و ٢٥ اناث وخمسين من الموظفين وتقسمت هذه ٢٥ ذكور و ٢٥ اناث وكان السؤال يشمل ازمة ربع العمر (اعيش فتره من الضغوطات بسبب التحولات والتحديات في هذه الفترة) كانت النتيجة بنعم بنسبة مئوية العمر %٨٦,٢ ومن خلال ذلك تطرح الباحثة مجموعة من التساؤلات : هل يعاني الشباب (العاطلين عن العمل والموظفين) ممن هم في سن ٢٥-٣٥ من ازمة ربع العمر ؟

أهمية البحث :

من المهم أن يتعلم الأفراد كيفية التعامل مع هذه التحديات بشكل صحيح وبناء حتى يتمكن من فهم انفسهم بشكل افضل ليستطيع اتخاذ قرارات سليمة و مدروسة . ان من اجل مواجهة التحديات يجب ان يقوم بتطوير المرونة و القدرة على التكيف وقد اظهرت نتائج استبيان على ١٠٢٣ عينة من البالغين في المملكة المتحدة و أن نسبة وصلت إلى ٧٠٪ من الأفراد البالغين من سن ٣٠ عامًا قد عانوا من العديد من الأزمات عندما كانوا في سنوات العشرين. تم العثور على نفس الأمر أيضًا في الذي أظهر أن حوالي ٨٦٪ من الأفراد عانوا من أزمة ربع العمر.

(Korah, E. C. T ,2022,pp54-55)

و قد بحثت دراسة اجراها بول (٢٠١٤) حول أزمة ربع العمر لعينة من الخريجين الشبان في نيوزيلندا و كانت نتائج تشير الى أنهم يعانون من أزمة ربع العمر ولكن بشكل أقل حدة وشكل مقارنة بالفكرة السائدة لأزمة ربع العمر ، نظرًا للطابع الجماعي للمجتمع. وقد عثرت دراسة أخرى أجريت في أيرلندا على أن عوامل الإجهاد خلال أزمة

ازمة ربع العمر لدى الشباب

ربع العمر تشمل العلاقات الشخصية، وظروف العيش، وقضايا مالية، وتطوير الهوية . وعثرت دراسة كمية على الشباب الترك الشبان أن تجارب سلبية تتعلق بالوظيفة والقضايا المالية تؤثر "بشكل ملحوظ" على تجربة الأزمة . في حين وجدت دراسة أخرى على عينة من البالغين المبكرين في إندونيسيا أن أزمة ربع العمر ترتبط بمتطلبات العمل، وخطط الزواج، والقضايا الأسرية.

(Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill,2023,pp392-394)

وقد أجرت دراسة من قبل ريسنا وسوروسو ونيكين (٢٠٢١) بحثاً حول العلاقة بين الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية وأزمة ربع العمر في سن البلوغ المبكر. كشفت نتائج الدراسة أن هناك علاقة معنوية بين الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية مع أزمة ربع العمر. تُظهر هذه النتائج أن متغيرين مستقلين، وهما الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية، لديهما علاقة معنوية مع أزمة ربع العمر، وبالتالي، هناك علاقة عكسية بين الرفاهية النفسية ربع العمر. يمكن استنتاج أن الرفاهية النفسية ترتبط سلبياً بأزمات ربع العمر الكبيرة. ويفترض أن كلما انخفضت الرفاهية النفسية، زادت أزمات ربع العمر في سن البلوغ المبكر، وأن العلاقة السلبية بين الكفاءة الذاتية وأزمة ربع العمر ليست معنوية.

(Nurhaiza, Masduki & Wahyunengsi,2022,pp272-273)

ولقد أجرى روبنسون وآخرون (٢٠١٣) جمعاً للبحوث حول حالات الأزمات في ثلاث مراحل عمرية (٢٠-٢٩، ٣٠-٣٩، و٤٠-٤٩) لاستكشاف ارتباطها بالتعاطف. واعتمدوا على استطلاع السيرة الذاتية والسؤال حول التعاطف، وشملت العينة ١٠٢٣ بالغاً في المملكة المتحدة. أظهرت النتائج أن الأزمات المرتبطة بالعمل كانت أكثر شيوعاً لدى الرجال، بينما كانت الأزمات المتعلقة بالأسرة والعلاقات أكثر شيوعاً لدى النساء. وكانت أبرز الموضوعات شيوعاً هي انهيار العلاقات والصراعات المالية، مثل الديون. (

Walshe,2018,pp5-6)

بينما هدفت دراسة لتحديد العلاقة بين أزمة ربع العمر والرفاهية الشخصية وكانت النتائج سلبية حيث ارتبط سلباً الرضا عن الحياة والايجابية فكانت العلاقة سلبية بين الرفاهية والازمة

ازمة ربع العمر لدى الشباب

(Suyono, Kumalasari& Fitriana,2021,pp302-304)

ويواجهون ارتباكًا في تحمل الأدوار، مما يجعل الأفراد يشعرون بالقلق والاكتئاب. وفقًا لروبنسون وآخرين (٢٠٢٠)، أفاد الأفراد الذين حصلوا على درجات عالية في مقاييس الاكتئاب في فترة البلوغ الناشئ بأنهم يعانون من أزمة تنموية. ويميل الشخص الذي يعاني من اكتئاب خطير أيضًا إلى تجربة أزمة ربع العمر. ولقد بحثت دراسة كيف تؤثر أزمة ربع العمر على الصحة العقلية باستخدام تقنية أخذ العينات الملائمة. قام ٤٥٩ طالبًا، أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين أزمة ربع العمر والصحة العقلية الإيجابية لدى الطلاب. (Herdiana&Wijayaa,2022 ,pp52-53)

وقد كشفت أرتينيسنغ وسافير (٢٠٢١) في دراستهما أن النساء أكثر عرضة للإصابة بأزمة ربع العمر مثل الشعور بالقلق، والضغط بسبب متطلبات البيئة المحيطة، والقلق بشأن حالة العلاقة التي يمتلكونها ووضعهم المالي. (Safitri & Jayanti, 2023,pp52-53)

وتشير ناش وموراي (٢٠١٠) إلى أن أزمة ربع العمر تتعلق بالأحلام، والاهتمامات الأكاديمية، والروحانية، وحياة العمل والمهنة. تظهر هذه المشكلات عندما يكون الشخص متعلقًا بالتعليم العالي، مثل الطلاب (3-1) (Huwaina & Khoironi,2021,pp1-3). يمكن أن يكون هناك سلوكيات تزيد من احتمالية تجربة أزمة ربع العمر، مثل استخدام وسائل التواصل الاجتماعي بشكل مفرط والمقارنة المستمرة بالآخرين، وقضاء وقت طويل على ألعاب الفيديو، والشكوى المستمرة دون اتخاذ إجراءات لحل المشكلات، والانعزال عن العالم الخارجي

(Anggraeni& Hijrianti, 2023,pp15-19)

وقد اشار بحث الى العلاقة بين قبول الذات وأزمة ربع الحياة لدى طلاب الجامعات. وكان المنهج المستخدم هو الارتباط الكمي مع عينة إجمالية قدرها ٣٧٧ طالبًا. أن هناك علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين قبول الذات وأزمة ربع العمر. (Putri& Fatmawati, 2023)

ازمة ربع العمر لدى الشباب

تعتبر الروحانيات مهمة لمنع حدوث أزمة ربع العمر فقد وجدت دراسة وكان الغرض من الدراسة هو تحديد العلاقة بين المستويات الروحية الفردية وحدثت أزمة ربع العمر لدى طلاب السنة النهائية. تم إجراؤه في إحدى جامعات على ٢٢٤ طالبًا في السنة النهائية من عشر كليات باستخدام تقنية أخذ العينات العشوائية التناسبية. وجدت النتيجة أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المستوى الروحي وازمة ربع العمر لدى طلاب السنة النهائية. الروحانية مهمة للطلاب في الجهود المبذولة لمنع أزمة ربع العمر. هناك حاجة إلى بذل جهد لتحسين روحانية طلاب السنة النهائية، وخاصة على الجانب الشخصي لمنع حدوث أزمة ربع العمر (Urrahma, Wahyuni & Utomo, 2022).

وهدفت دراسة إلى تحديد تأثير ضبط النفس والتوكل على الأفراد الذين يعانون من أزمة ربع العمر.. وكانت أزمة ربع العمر هي المتغير التابع، وضبط النفس والتوكل كمتغير مستقل بلغ عدد العينة ١٠٣ طلاب كسكان و ٥٠ عينة من طلاب. وأظهرت نتائج هذه الدراسة أن السيطرة والتوكل يلعبان دوراً في تعامل الأفراد مع أزمة ربع العمر. ويبلغ تأثير ضبط النفس والتوكل على أزمة ربع العمر ٧١,٤%، في حين أن النسبة المتبقية ٢٨,٦% تقع خارج المتغيرات المدروسة وهي ضبط النفس والتوكل.

(Huda, 2023)

أشارت دراسة هدفت الى الدراسة هو تقييم تأثير الذكاء العاطفي على أزمات ربع العمر كان عدد العينة ٣١٠ وأظهرت نتائج هذه الدراسة وجود تأثير كبير بين الذكاء العاطفي على أزمات ربع العمر. ويساهم الذكاء العاطفي بفعالية بنسبة ٤٢,٨% في مواجهة أزمات ربع العمر (Rahayu, 2022).

وهدفت دراسة كان الغرض من هذه الدراسة هو تحديد مستوى المرونة لدى الشباب الذين يعانون من أزمة ربع العمر. وكانت العينات المأخوذة ٩٦ مستجيباً باستخدام تقنية أخذ العينات العرضية. تم الحصول على نتائج تحليل البيانات باستخدام ارتباط لحظة المنتج وتوجد علاقة سلبية بين المتغيرين

(Rahmah, Sukiatni, & Kusumandari, 2023)

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي :

١. التعرف على مستوى ازمة ربع العمر لدى الشباب.
٢. -تعرف الفروق في ازمة ربع العمر : أ-حسب متغير الجنس (ذكور . اناث).
- ب -حسب متغير الجنس (ذكور . اناث). ج-حسب متغير (عاطل . موظف)
- د- حسب متغير الحالة الاجتماعية (متزوج . اعزب)

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالشباب من عمر ٢٥-٣٥ عام من الشباب (الموظفين والعاطلين عن العمل)

تحديد المصطلحات

ازمة ربع العمر (Quarter-life crisis):

(روبنسون, ١٩٩١) أنها فترة من الاضطراب وعدم اليقين والشك في الذات التي يمكن أن تحدث في مرحلة البلوغ المبكرة، عادةً بين أعمارهم بين ٢٥ و ٣٥ عاماً (Robinson et al., 2020, p1٢٢)

التعريف النظري وقد تبنت الباحثة تعريف روبنسون ١٩٩١ كتعريف نظري.

أما التعريف الإجرائي الدرجة التي يحصل عليها المبحوث على المقياس ربع العمر المعدة لهذا الغرض في البحث الحالي.

(الفصل الثاني)

النظريات التي فسرت مفهوم ازمة ربع العمر

- نظرية روبنسون

أقترح روبنسون أن فترة العشرينيات وبداية الثلاثينيات عادة ما تكون فترات صعبة بالنسبة للشباب الناشئين، حيث يتوقع منهم أن يتخذوا قرارات هامة بشأن حياتهم البالغة،

أزمة ربع العمر لدى الشباب

مثل من سيتزوجون وأين سيعملون. المهمة الصعبة والعامل الرئيسي لهذه الفئة العمرية هو أن يقرروا هذه الأمور البالغة بينما لم يصبحوا بالفعل بالغين؛ فهم لا يزالون معتمدين ماليًا على والديهم، ويتوقع منهم تغيير أدوارهم من الأطفال والمرافقين إلى البلوغ على عكس ما قاله روبنز وويلنر (٢٠٠١)، فإن فترة ما بعد التخرج مليئة بالتحديات. علاوة على ذلك، لا يعرف الشباب الناشئون تجربة الاستقرار وعدم التيقن والعجز الشديد من خلال حياتهم، حيث كانت خطوات حياتهم واضحة بشكل كبير حتى تخرجهم من الجامعة. في دراسة طويلة المدى تمت بمشاركة ٢٠٠ شابًا وشابة خريجًا خلال الـ ١٨ شهرًا الأولى بعد التخرج، أشار ٢٥٪ منهم إلى زيادة القلق والاكتئاب أُجريت دراسة طويلة المدى أخرى حول انتقال مرحلة ما بعد الجامعة وأزمة ربع العمر، والتي تبحث فيها تغييرات زمنية تعتمد على الوقت في رفاهية الخريجين وأعراض الاكتئاب، وعلاقتها بتقدير الأزمة الشخصية ووفاءً لنتائجها، فإن المشاركين الذين أبلغوا أنهم في أزمة أبلغوا عن مستوى أقل من الرفاهية ومستوى أعلى من الاكتئاب.

(Rahmania & Tasauafi,2013,pp1-3)

تم تحديد نوعين من أزمات ربع العمر: أزمة "مغلقة"، تتميز بعدم وجود هيكل حياة واضح وصعوبة تحقيق المعالم الاجتماعية، وأزمة "الانفصال"، تتميز بصعوبات في تحقيق الاستقلال المالي، والعثور على عمل مرض، واتخاذ قرارات الحياة على المدى الطويل.

يتميز الشكل الأول من الأزمة بصعوبات في اتخاذ القرار والشعور بالارهاق من الخيارات والبدائل.

(Malay et al.,2022,p83)

المرحلة ١ تشير إلى أن أزمة تتطور في حياة الشخص. يتم تعريفها بالالتزام المركزي (أو مجموعة من الالتزامات) داخل هيكل الحياة الذي لم يعد مرغوبًا فيه، ولكنه لم يُدرك بعد كهدف تغيير واقعي. يؤدي هذا إلى شعور بالعجز والاحتجاز. أنماط الشخص في البيئة المقفلة الأكثر شيوعًا هي كما يلي: (أ) علاقة لم يعد مرغوبًا فيها أو؛ (ب) مسار مهني يتعرض لضغوط كبيرة أو لا يرضي. أمثلة أقل شيوعًا هي أن تكون في

مجموعة اجتماعية يشعر الشخص بأنها تتعارض مع القيم أو الشخصية، أو أن تكون مقيماً في بيئة خطيرة أو مهددة. يتم اعتماد مثل هذه الالتزامات عادة للحصول على دوافع خارجية، مثل الضغط من الآخرين، أو الانجراف بشكل سلبي نحو الالتزام، أو أن تكون ملزماً بالالتزام بمعنى الواجب نحو الوضع الحالي. تتضمن المرحلة ١ بشكل متكرر الأنشطة الاجبارية مثل استخدام المخدرات أو الكحول، وخاصة عند الذكور، مما قد يزيد من شعور الشخص بالخروج عن السيطرة.

من الناحية الهوية، يختبر الشخص في المرحلة ١ شعور بالهوية الخارجية التي تم تشكيلها للتكيف مع الأدوار التي يشغلها، والتي تخفي معنى أكثر أصالة للذات. يتم توجيه السلوك الخارجي عادة نحو تلبية توقعات الآخرين وإخفاء العاطفة المكبوتة. يُصِف الإخفاء الجهد به بأنه مؤدب، ويزيد من شعور الشخص بالقيود والاحتجاز. وصف المشاركون أيضاً أنهم يتعرفون بشكل قوي على الأدوار التي يشغلونها خلال المرحلة ١، لأنها تمنح شعوراً بالقيمة والموقع في عالم البالغين.

(Robinson , Wright & Smith.2013 ,p29)

تبدأ جميع الأزمات بوضع حياة قابل للتحديد؛ المأزق في أداء دور ملتزم في المنزل و/أو في العمل الذي تم اتخاذه لأسباب خاطئة وأصبح مرهقاً. يمكن أن يكون هذا الدور وظيفة عالية الضغط أو مملة لا تثير الاهتمام الداخلي، أو دور منزلي أصبح مُبهتاً، أو علاقة خالية من العاطفة أو الحميمية، أو مزيج من هذه العوامل. في هذه النقطة، على الرغم من الأحاسيس السلبية والإحباطات، لا يُعْتَبَر ترك الوظيفة و/أو العلاقة خياراً بسبب الشعور بالالتزام أو الواجب الذي يربط بالوضع الراهن، أو نقص الثقة في حياة بديلة، أو هوية محددة بوضع تلك الدور. الدوافع للدخول في أداء أدوار الفترة ١ هي في جميع الحالات دوافع خارجية . يمكن أن تتميز الدافعية الخارجية في الفترة ١ بطابع مادي أو متبع للتقاليد أو مطيع، وفي جميع الحالات تختار الحياة بناءً على المتعة الداخلية.

(Robinson & Smith , 2010,p12)

اما الشكل الثاني من الازمة فهو شائع اكثر بين الافراد الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٥-٣٥ عاما والذين أصبحت لديهم حياة مستقرة ولكنهم يشعرون بعدم الرضا ومحاصرين في هذا الوضع. غالبا ما تحدث الازمات عندما يدرك الفرد ان هناك خطأ في اختياراتهم مثل الشعور بالندم لاختيارهم وظيفة معينة من اجل الراتب العالي أو من اجل الحصول على اعتراف من الاخرين لذلك قد يعاني من الندم الوجودي والشعور بالذنب لكونهم لم يختاروا ان يعيشوا حياة حقيقية وبسبب الفرص التي قد تظهر لهم يقوم الافراد هنا بإعادة تقييم التزاماتهم (Purwita,2022,p112)

تتميز هذه الفترة بالانفصال ويلاحظ روبنسون وآخرون (٢٠١٣) أن الفرد يسعى إلى الابتعاد تدريجياً عقلياً وعاطفياً عن مختلف الالتزامات. ويمكن أن يأخذ هذا شكل على سبيل المثال إنهاء العلاقة أو ترك العمل أو الابتعاد عن دائرة الاجتماعية. ان هذه الفترة انتقالية للغاية في طبيعتها، ونتيجة لذلك، قد يشعر الفرد بالذنب والخجل والحزن، ولكن أيضاً بالراحة العميقة. من المحتمل أن يكون هناك قدر كبير من التأمل الذاتي. قد يجد الفرد نفسه في حالة من التجديد الذاتي، لكنه يكافح مع مشاعر غير مريحة مثل الخجل بسبب ابتعاده عن الأدوار الاجتماعية السابقة. يُلاحظ أنه إذا تم اتخاذ قرار الانفصال وتنفيذه من قبل الفرد، فقد يسمح ذلك بقدر أكبر من الحافز والقوة حيث يشكون إحساساً جديداً بالهوية. ومع ذلك، من الممكن أن تكون هذه المرحلة الجديدة قد تم تحفيزها من خلال الظروف التي تتجاوز سيطرتهم، مثل الطرد من العمل أو إنهاء شريك العلاقة. إذا كان هذا هو الحال، فقد يثير ذلك القلق والارتباك حيث يكافحون مع الانفصال الذي تم تحفيزه خارج عن سيطرتهم. ثم هناك جانب "وقت التوقف" للمرحلة. قد يقرر الفرد الابتعاد عن روتينه المعتاد للتكيف مع الانفصال، ومعالجة المشاعر التي تم تحفيزها في هذا الوقت، والتأمل في هوية جديدة. قد يقررون القيام بذلك في موقع جديد

في شكل "الحالة الانفصال" لأزمة ربع العمر، يكون لديهم الفشل المتكرر في تحقيق الدور أو الهدف أو العلاقة، والتي تواجهها برغبة أقل في البقاء متفائلة والاستمرار في محاولة تحقيق الهدف الأصلي. تأتي المرحلة ١ مع طاقة خافتة واهتمام محدود بالتخطيط للمستقبل. في الطور ٢، تظهر مشاعر الإحباط والقلق بشكل مستمر، ويكون هناك عدم

أزمة ربع العمر لدى الشباب

قدرة على التركيز وتنظيم النفس. الطور ٣ يتميز بالاعتراف بأن الوضع الحالي غير مستدام، ويتضمن تقبل الحقيقة المؤلمة أن تحقيق الهدف غير ممكن على النحو الذي كان يتوقعه. تنتقل هذه المرحلة غالباً إلى الحالة المؤمنة من خلال حدث معين يفضح الواقع ويجبر على تقديم الاستسلام.

بالنسبة لكل من هذين الشكلين لأزمة ربع العمر، ينطوي الطور ٤ على إعادة توجيه الانتباه والتفكير للتخطيط للمستقبل، والذي يعني تغيير الأهداف والرغبات. تمثل هذه المرحلة نقطة قوة حيث يتعامل الفرد بشكل إيجابي مع الحالة المؤمنة ويبدأ في إعادة تشكيل حياته بشكل متجدد.

(Robinson,2019,p9)

المرحلة ٣: المرحلة الاستكشافية

المرحلة التالية التي يلاحظها روبنسون وآخرون (٢٠١٣) تتعلق بالاستكشاف. بعد فترة من التأمل، يسعى الفرد الآن إلى استكشاف أهداف جديدة مع تجارب جديدة الهدف هو أن ترتبط هذه التجارب الجديدة بشكل أقوى مع إحساسهم المتجدد بالذات الغرض. يمكن أن يكون هذا في شكل النظر في العودة إلى التعليم واتخاذ قرار لتعلم مهارة جديدة أو بدء المواعدة مرة أخرى بعد انهيار العلاقة. يمكن أن تتميز هذه المرحلة بأنها عملية استكشاف بدلاً من أن تصبح ثابتة من خلال دور اجتماعي خارجي

(Walshe,2018,p7)

المرحلة ٤: مرحلة إعادة البناء

المرحلة التالية تتعلق بإعادة البناء. لقد نشأ الفرد من فترة استكشاف وهو الآن قادر على الالتزام والاستقرار في الأدوار التي يشعر أنها مدعومة بشكل أصيل بها. من سمات هذه المرحلة أن يشعر الفرد براحة أكبر ورضا حيث يكتسبون بيئات يشعرون أنها تعكس إحساسهم بالذات، والقيمة، والهدف. هذا الانعكاس الخارجي لمن هم يمكّن من إحساس أكثر أصالة بالهوية. ومع ذلك، يلاحظ روبنسون وآخرون ان ليس كلهم يصلون الى هذا الشعور بالحل. ان الابحاث حديثة تتناول الظاهرة التي تحدث في مرحلة ما من نطاق

عمر ٢٥-٣٥ سنة، وتؤكد على حقيقة أنها لم يتم أخذها في الاعتبار في نموذج إريكسون

(Walshe,2018,p7).

(الفصل الثالث)

منهج البحث :Research of method

المنهج هو : أسلوب الذي ينتجه الباحث للوصول الى الهدف المنشود و لتعدد المناهج البحث في الدراسات الإنسانية غان موضوع الدراسة و طبيعة الهدف هو الذي يحدد نوع المنهج المستعمل. (عبدالرحمن و زنكة ,٢٠٠٨, ص١٥) استعملت الباحثة منهج البحث الوصفي الارتباطي في دراستها الحالية , لكونه انسب المناهج لدراسة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات و الكشف عن الفروق بينهما من اجل وصف و تحليل الظاهرة المدروسة .

أولاً.مجتمع البحث : Population of research

يتحدد مجتمع البحث الحالي بالموظفين في الوزارات العراق الحكومية و بالعاطلين عن العمل ممن تتراوح أعمارهم (٢٥-٣٥) ولكلا (الاناث - الذكور)

ثانياً . عينة البحث

يقصد بعينة البحث هي جزء صغير من مجتمع البحث المختار للمراقبة و التحليل , و عينة البحث من الخطوات المهمة في البحوث النفسية التي يجب ان تتصف بقدر من التجانس و ان تمثل المجتمع افضل تمثيل (البياتي,٢٠٠٨, ص١٨٤) . فالعينة التي تساعد الباحث على جمع البيانات و المعلومات عندما يتعذر تناول المجتمع ككل (المنيزل وعايش ,٢٠٠٧, ص١٩) تكونت عينة البحث من (٢٠٠) موظف حكومي تم اختيارهم بطريقة عشوائية من ٤ وزارات حكومية وتم تقسيمهم على طبقتين بحسب النوع الاجتماعي (ذكور و اناث) اذا بلغ عدد الذكور ١٠٠ و بلغ عدد الاناث ١٠٠ و قد طبقت الباحثة البحث على ٢٠٠ عاطل عن العمل تم اختيارهم بشكل عشوائي و قد قسمت العينة على طبقتين بحسب النوع الاجتماعي (ذكور واناث) اذا بلغ الذكور ١٠٠ و بلغ عدد الاناث ١٠٠ كما يوضح جدول (١) و (٢)

ازمة ربع العمر لدى الشباب

جدول (١)

عينة البحث الموزعة وفق الوزارة و النوع الجنس

ت	الوزارة	ذكور	اناث	المجموع
١	وزارة التعليم	١٦	١٥	٣١
٢	وزارة الكهرباء	٢٢	٢٥	٤٧
٣	وزارة العمل والشؤون الاجتماعية	٤٠	٤٠	٨٠
٤	وزارة الصحة	٢٢	٢٠	٤٢
	المجموع الكلي	٢٠٠		

جدول (٢)

عينة البحث الموزعة من العاطلين عن العمل حسب النوع الجنس

ت	ذكور	اناث	المجموع
١	١٠٠	١٠٠	٢٠٠
	المجموع الكلي	٢٠٠	

ثالثا. اداة البحث **Tools of research** : نظرا لعدم توفر أدوات محلية او عربية لقياس متغير ازمة ربع العمر بنت الباحثة اداة : لقياس ازمة ربع العمر وفي ما يلي وصف لإجراءات بنائها :-
تشير الادبيات النفسية ضرورة المرور بعدة خطوات من اجل بناء المقاييس و على النحو الاتي :

١- اعداد المقاييس **Scale setting** : وتتضمن هذه الخطوة ما يأتي :

١- تحديد المنطلقات النظرية لبناء المقاييس : وقد تحددت بالاستناد الى المفاهيم نظرية روبينسون عن لازمة ربع العمر التي تشير الى ان أنها فترة من الاضطراب وعدم

ازمة ربع العمر لدى الشباب

اليقين والشك في الذات التي يمكن أن تحدث في مرحلة البلوغ المبكرة، عادةً بين أعمارهم بين ٢٥ و ٣٥ عاماً، وقد تم تبني تعريف روبينسون

ب-تحديد طريقة القياس : وقد تحدد استنادا الى الاتجاه السيكومتري التقليدي في اعداد المقاييس النفسية , و المتمثل باعتماد أسلوب ليكرت Likert لما يمتاز به من المواصفات الاتية :

-انه من اكثر الأساليب شيوعا في القياس ,ويقدم معطيات جيدة للتنبؤ بالسلوك .
-انه أسلوب يتمتع بقيم ثبات مرتفعة نسبيا , و من العوامل التي تساهم في ذلك وجود بدائل إجابة متعددة امام كل بند تتراوح فيما بين الموافقة التامة الى عدم الاتفاق التام
-انه أسلوب يوفر بيانات اكثر عن الشخص المشارك في الدراسة لان عليه الإجابة على كل فقرة من بند من بنود المقياس
-انه أسلوب يترك للشخص المشارك في الدراسة الفرصة للكشف عن ارائه او مشاعره بعمق لكل بند بواسطة انتقائه البديل الذي يعكس درجة اتفائه مع كل بند او فقرة من بنود او فقرات المقياس .

- تتسم طريقة ليكرت بإمكانية استعمال أسلوب تحليل البنود او الفقرات للتعرف على أي بند لا يتميز بين المفحوصين في المفهوم المراد قياسه , ومن ثم حذف تلك البنود غير المميزة ان وجدت .

-من خصائص أسلوب ليكرت في القياس اتاحة الفرصة لجمع عدد كبير من البنود التي تتعلق بالمفهوم او الظاهرة المراد قياسها

-يتصف أسلوب ليكرت ببساطة تصحيحه كما يتسم بدقة قياسه للظاهرة او المفهوم المراد قياسه (Green,1954p,344)

ج. تحديد أسلوب صياغة فقرات او بنود المقياس : وتم ذلك من خلال اعتماد

أسلوب التقرير الذاتي Self – report لامتيازه بالمواصفات الاتية :

ا-يعد اقتصاديا الى حد ما .ب-من السهل ارساله الى المفحوصين في المناطق نائية .

ج-الحفاظ على سرية البيانات التي ادلى بها المفحوصين د- أسئلة التقرير الذاتي مقننة

من فرد لأخر (إسماعيل , ٢٠٠٤ , ٤٨ص)

ازمة ربع العمر لدى الشباب

- اعداد المقياس بصيغته الأولية : تم بشكل اولي اعداد (٣٣) فقرة بأسلوب التقرير الذاتي امام كل فقرة تدرج خماسي علة وفق طريقة ليكرت هي (تنطبق بشدة, تنطبق, لا تنطبق أحيانا, لا تنطبق, لا تنطبق بشدة) و اعتمدت الباحثة على مصدر كاظم (١٩٩٠):

ا-ان لا تكون الفقرات طويلة . ب -الابتعاد عن أسلوب النفي . ج-قابلية الفقرة لتفسير واحد لا اكثر

د- الابتعاد عن الفقرات التي يحتمل ان يجيب عنها الجميع او لا يجيب عنها الجميع
و-الابتعاد عن غموض العبارة(كاظم, ١٩٧, ١٩٩٠, ص)

٢-مصادر اشتقاق الفقرات :تنوعت مصادر اشتقاق فقرات مقياس لازمة ربع العمر في البحث الحالي , وقد جاء معظمها من خلال الاطلاع على الادبيات و المقاييس السابقة , وفي ادناه اهم الدراسات و المقاييس التي أفادت الباحثة في اشتقاق فقرات ازمة ربع العمر , وجدول (٣)يوضح ذلك .

جدول (٣) مصادر اشتقاق الفقرات لمقياس ازمة ربع العمر

مصدر الاشتقاق	رقم الفقرة
MALANG(2022)	١٩,٢٠,٢١,٢٢,٢٣,٢٤
Purwita et al (2022)	25,
Anggraini et al (2022)	26
LILIS INDRI YANI (2022)	27,28,29,30,31
Sahraini (2023_)	32, 33
بناء الباحثة	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18

ازمة ربع العمر لدى الشباب

٣. إعداد تعليمات الإجابة عن المقياس : تم وضع تعليمات واضحة وبسيطة ومفهومة لحث أفراد العينة على تقديم إجابات صريحة وحقيقية؛ لذا تضمنت التعليمات ما يؤكد سرية المعلومات التي يقدمها المستجيب وأن الباحث سيتعامل مع المعلومات جميعها التي يحصل عليها لأغراض البحث العلمي فقط، كما تضمنت مثال عن طريقة الإجابة عن فقرات المقياس.

٤. صلاحية مقياس ازمة ربع العمر لغرض التأكد من صلاحية فقرات مقياس ازمة ربع العمر بتعليماته وفقراته وبدائل الإجابة عنه، وعُرضت على مجموعة من المحكمين والخبراء المتخصصين في علم النفس، بلغ عددهم (١٤) محكماً يوضح ذلك، وفي ضوء آرائهم ومقترحاتهم تمت الموافقة على تعليمات المقياس وتصحيحها وتمت الموافقة على (٣١) فقرة من مجموع (٣٢) فقرة؛ إذ حصلت الفقرة التي تحمل التسلسل (٢) نسبة اتفاق ٧٩% ويوضح جدول ٤ ذلك

جدول (٤)

ارقام فقرات مقياس ازمة ربع العمر بصيغته الأولية و نسبة الموافقين عليه من الخبراء

و المحكمين

رقم الفقرة	النسبة المئوية	عدد الموافقين	عدد الرافضين	العدد	النتيجة
١-٥-٦-٧	١٠٠%	١٤	٠	٢٣	صالحة
٨-٩-١٠					
١١-١٥					
١٣-١٨					
١٩-٢٠					
٢٢-٢٣-١٨					
٣٢-٢٧					
٣١-٢٩					
٣٠-٢١-٢٨					

ازمة ربع العمر لدى الشباب

صالحة	٦	١	١٣	%٩٣	٣-٤-١٢ ١٤-١٧-٢٤
صالحة	٣	٢	١٢	%٨٦	١٦-٢٥-٢٦
غير صالحة	١	٣	١١	%٧٩	٢

٥. التطبيق الاستطلاعي لمقياس ازمة ربع العمر :

وبعد اكتمال اعداد المقياس ازمة ربع العمر بصيغته الأولية ولضمان وضوح التعليمات و الفقرات ومعرفة مدى ملائمة بدائل الاستجابة , و كذلك لتحديد الوقت المستغرق للإجابة , تم تطبيق المقياس على عينة مقراها (٤٠) موظف و موظفه و (٤٠) عاطل عن العمل من الاناث و الذكور و في ضوء هذا الاجراء تبين وضوح التعليمات الإجابة عن المقياس ووضوح الفقرات جميعها , فضلا عن طرية الإجابة عنها , ا لم يسجل أي مستجيب ما يشير الى الغموض او عدم الفهم لاحد الفقرات , كما اتضح من الدراسة الاستطلاعية ان الوقت المستغرق للفرد للإجابة عن المقياس تتروح بين (١٠-١٣) دقيقة .

٦- تصحيح الفقرات و تدرج الاستجابية :

يصحح مقياس ازمة ربع العمر في البحث الحالي من خلال الدرجات التي يحصل عليها المفحوص عند ابداء استجابته عن كل فقرة على وفق بدائل الإجابة الخماسية عن كل فقرة والتي هي (تنطبق بشدة, تنطبق, تنطبق أحيانا, لا تنطبق, لا تنطبق بشدة) فقرة على وفق بدائل الإجابة الخماسية عن كل فقرة والتي هي (تنطبق بشدة, تنطبق, تنطبق أحيانا, لا تنطبق, لا تنطبق بشدة)

وفي ضوء اتجاه صياغة الفقرة (مع الخاصة , ضد الخاصة) اذ تعطي درجات من (١-٥) على التوالي البديل الذي يتم اختياره للفقرة المصاغة باتجاه الخاصة , في حين تعطي درجات من (٥-١) على التوالي للبديل الذي يتم اختياره الفقرة المصاغة ضد اتجاه الخاصة , كما في جدول (٥) و عليه فأن اعلى درجة كلية متوقعة للمستجيب على

ازمة ربع العمر لدى الشباب

المقياس هي (١٦٥) وادنى درجة كلية متوقعة هي (٣٣) ، و ان درجة المستجيب الكلية على المقياس تدل على امتلاك المستجيب لمستوى عال من ازمة ربع العمر .

٧ . التحليل الاحصائي لل فقرات :

الإجراءات الإحصائية لتحليل الفقرات :

أ- القوة التمييزية لفقرات المقياس :

ولتحقيق ذلك أتبعته الباحثة الخطوات الآتية :

١- قامت الباحثة بتطبيق مقياسي ازمة ربع العمر على عينة من الموظفين والعاطلين عن العمل بلغ عددهم (٤٠٠).

٢- تصحيح كل استمارة وتحديد الدرجة الكلية لكل منها .

٣- ترتيب الدرجات التي حصل عليها الطلبة تنازليا (من أعلى درجة إلى أدنى درجة).

٤- إختيار نسبة قطع لتحديد المجموعتين الطرفيتين إذ أشار أيبيل Eble إلى أن نسبة (٢٧%) تعد أفضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين وذلك لأنه على وفق هذه النسبة يتم الحصول على عينة بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Eble,1972,p.261) .

وفي ضوء هذه النسبة (٢٧%) بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (١٠٨) استمارة ، أي إن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل بلغ (٢١٦) استمارة .

٥- قامت الباحثة بتطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة ، وتعد الفقرة مميزة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية^١، والجدولين (٥) يوضحان ذلك .

*القيمة التائية الجدولية عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (214) تساوي (1.96)

أزمة ربع العمر لدى الشباب

جدول (٥)

القوة التمييزية لفقرات مقياس أزمة ربع العمر باستعمال أسلوب المجموعتين
الطرفيتين

رقم الفقرة	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	الدالة
1	عليا	3.45	1.1	5.90	دالة
	دنيا	2.62	0.97		
2	عليا	3.03	1.2	4.76	دالة
	دنيا	2.3	1.05		
3	عليا	3.47	1.23	8.19	دالة
	دنيا	2.25	0.95		
4	عليا	3.91	1.11	9.71	دالة
	دنيا	2.49	1.04		
5	عليا	3.74	1.09	10.16	دالة
	دنيا	2.34	0.93		
6	عليا	2.73	1.24	5.46	دالة
	دنيا	1.94	0.88		
7	عليا	4.23	0.88	6.42	دالة
	دنيا	3.44	0.94		
8	عليا	4.27	0.85	3.20	دالة
	دنيا	3.88	0.93		
9	عليا	1.94	0.99	4.10	دالة
	دنيا	1.47	0.63		
10	عليا	2.87	1.39	4.63	دالة
	دنيا	2.13	0.92		
11	عليا	2.88	1.37	7.29	دالة
	دنيا	1.78	0.78		
12	عليا	3.97	0.99	11.05	دالة
	دنيا	2.56	0.88		
13	عليا	4.34	0.99	9.95	دالة

ازمة ربع العمر لدى الشباب

		1.04	2.97	دنيا	
غير دالة	0.63	1.44	3.15	عليا	14
		1.59	3.02	دنيا	
دالة	9.67	0.97	4.14	عليا	15
		0.98	2.85	دنيا	
دالة	8.70	0.9	4.36	عليا	16
		1.08	3.19	دنيا	
دالة	9.55	1.06	4.1	عليا	17
		0.99	2.77	دنيا	
غير دالة	0.56	1.33	3.18	عليا	18
		1.57	3.06	دنيا	
دالة	9.93	1.26	3.78	عليا	19
		1.05	2.21	دنيا	
غير دالة	1.34	1.35	2.97	عليا	20
		1.39	2.72	دنيا	
دالة	5.63	1.2	2.45	عليا	21
		0.69	1.7	دنيا	
دالة	3.13	0.98	1.83	عليا	22
		0.63	1.48	دنيا	
دالة	6.73	1.31	2.89	عليا	23
		0.76	1.91	دنيا	
دالة	4.04	1.15	2.19	عليا	24
		0.81	1.65	دنيا	
دالة	9.41	0.96	4.31	عليا	25
		1.1	2.98	دنيا	
دالة	11.17	1.34	3.51	عليا	26
		0.89	1.78	دنيا	
دالة	10.89	1.16	3.91	عليا	27
		1.09	2.24	دنيا	
دالة	10.18	1.24	3.59	عليا	28

ازمة ربع العمر لدى الشباب

		1.01	2.03	دنيا	
دالة	5.25	1.18	2.91	عليا	29
		1.1	2.09	دنيا	
دالة	5.99	1.3	2.71	عليا	30
		1.12	1.72	دنيا	

من الجدولين (٥) يتبين ان فقرات مقياس أزمة ربع العمر مميزة لان قيمها التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (214) عدا الفقرات (١٤-١٨-٢٠) في مقياس أزمة ربع العمر و تبقى ٢٧ فقرة الخصائص السايكومترية للمقياس:

. مؤشرات الصدق Validity Indicates الاختبار الصادق هو الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع من أجلها (الزوبعي، وآخرون، ١٩٨١، ص ٣٩).
ويعد الصدق الخاصية الأكثر أهمية لأي اختبار ، فهو يبين فيما إذا كان المقياس يقيس بالفعل الخاصية ذاتها، والصدق يفترض الثبات ولكن العكس ليس صحيحاً (Goodwin, 1995, p.١٠٠).

وسيتم التحقق من مؤشرات صدق أزمة ربع العمر بأسلوبين على النحو الآتي.
أ. الصدق الظاهري Face Validity:

هذا النوع من الصدق يتمثل بالفحص الأولي لمحتويات المقياس أي النظر إلى الفقرات ومعرفة ماذا يبدو أن تقيسه، ويتحقق هذا النوع من الصدق عندما يقوم المختصين بتفحص الاختبار، ثم يستنتج أن فقراته على ما يبدو تقيس ظاهرياً ما يدعي الاختبار قياسه (Weiner & Stewart (1984, p.79,)

صدق البناء Construct Validity:

يعد صدق البناء أو صدق التكوين الفرضي (Hypothetical Construct Validity) من المؤشرات المهمة في التحقق من صدق بناء المقاييس النفسية، ويقصد بصدق البناء تحليل درجات المقياس إستناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين (Cronbach,1964, p.120-121) من خلال:

ازمة ربع العمر لدى الشباب

١- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة Item Validity) :

لتحقيق ذلك استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون Pearson لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات مقياسي ازمة ربع العمر والدرجة الكلية ل (400) استمارة أي العينة ككل ، وعند موازنة قيم الارتباط مع قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398) أتضح أن الارتباطات كلها دالة إحصائياً والجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)

صدق فقرات مقياس أزمة ربع العمر باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الدالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدالة
1	0.33	دالة	١١	0.42	دالة	٢١	0.33	دالة
2	0.26	دالة	١٢	0.54	دالة	٢٢	0.18	دالة
3	0.46	دالة	١٣	0.52	دالة	٢٣	0.41	دالة
4	0.47	دالة	14	سقطت في التمييز		٢٤	0.20	دالة
5	0.49	دالة	15	0.46	دالة	٢٥	0.49	دالة
6	0.32	دالة	١٦	0.42	دالة	٢٦	0.57	دالة
7	0.32	دالة	١٧	0.46	دالة	٢٧	0.58	دالة
8	0.14	دالة	١٨	سقطت في التمييز		٢٨	0.53	دالة
٩	0.24	دالة	19	0.48	دالة	٢٩	0.35	دالة

. الثبات Reliability :

الاختبار الثابت هو الاختبار الذي ينتج درجات ثابتة للأفراد انفسهم في مناسبات مختلفة و لا يمكن ان يكون الاختبار صادقاً الا اذا كان ثابتاً (Lado,1961,p.٣٣١).

ويشير ايضاً إلى أنّ تكون أدوات القياس على درجة عالية من الدقة والاتقان والاتساق فيما تزودنا به من بيانات عن سلوك

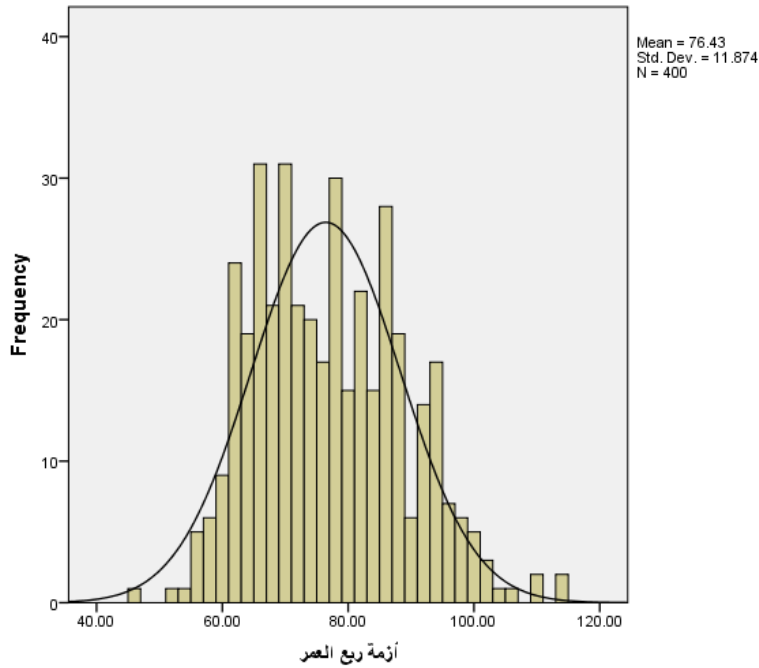
المستجيب (الجلبي ، ٢٠٠٥ ، ص ١١٣). وقامت الباحثة باستخراج الثبات بطريقة:

ازمة ربع العمر لدى الشباب

ب معادلة ألفاكرومباخ

هي طريقة لقياس اتساق استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس وتعتمد على تباين المقياس وتباين الفقرات (ثورندايك وهيجن ، ١٩٨٩ ، ص ٧٩) أي ان جميع الفقرات تقيس الخاصية نفسها وهذا يحصل اذا كانت الفقرات مرتبطة مع بعضها البعض، تحققت الباحثة من ثبات مقياسي التعظيم بطريقة الفا كرونباخ وذلك بالاعتماد على بيانات العينة الكلية ، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة لمقياس ازمة ربع العمر فقد بلغ (٠,٨٠) بعد حذف الفقرات (١٤-١٨-٢٠) .

جدول (٦)



(الفصل الرابع)

الهدف (١) : قياس مستوى ازمة ربع العمر لدى عينة البحث :

لقياس مستويات ازمة ربع العمر لدى أفراد عينة البحث تم تحويل الدرجات الخام التي حصل عليها افراد العينة على مقياس ازمة ربع العمر الى درجات تائية ، والجدول (٧) يوضح ذلك :

ازمة ربع العمر لدى الشباب

جدول (٧)

الدرجات التائية (المعيارية المعدلة) وما يقابلها من درجات خام لافراد عينة البحث على مقياس ازمة ربع العمر

العينة	المتوسط	الانحراف	مستوى ازمة ربع العمر	الدرجات التائية	ما يقابلها من درجات خام	عدد الافراد	النسبة المئوية
٤٠٠	٧٦,٤٣	١١,٨٧	عالي	60 فأكثر	١١٣-٨٩	٦٤	١٦%
			متوسط	بين (40-60)	٨٨-٦٥	٢٧٠	٦٧,٥%
			ضعيف	40 فأقل	٦٤-٤٦	٦٦	١٦,٥%

يتبين من نتيجة جدول (٧) الى ان نسبة الافراد الذين لديهم مستوى عالي من ازمة ربع العمر والبالغة (١٦%) من مجمل عينة البحث مساوية تقريبا من نسبة الذين لديهم مستوى منخفض والبالغة (١٦,٥%) .

التفسير النظري : يمكن تفسيرها حسب نظرية بيرسون ازمة ربع العمر من الازمات العالمية التي تصيب معظم الشباب في عمر ٢٥-٣٥ ويشعر خلالها هذا الافراد بصعوبة بالقيام باخذ دور البالغ و كذلك الاستقلال المادي الذي يصبح لديهم معظلة لصعوبة الوصول له بظل الظروف الاقتصادية و قد يكون السبب هو عدم إيجاد وظيفة التي تجعله راضيا و مستقلا ماديا بما فيه الكفاية لتأسيس اسرة او تحقيق أحلام اخرى و بعضهم رغم وجود هذه الوظيفة الا ان ضغوط العمل و بيئة العمل السيئة يجعله يشعر بعدم الرضا كما يجعلهم يشعرون بالندم لعدم اختيارهم وظيفة افضل . ان مجتمعات مختلفة قامت بدراسة ازمة ربع العمر ووجدت لديهم مستويات في هذه الفترة و قامت الباحثة بدراسة المجتمع العراق و بهذا يكون اول مجتمع عربي يتم دراسة هذه الازمة لانه لم يتم دراسته عربية و اتضح انه هناك مستويات مرتقعه من الازمة لدى الشباب العراق من فتيات و شباب و ان خلال تطبيق البحث المقياس معظم الذين تم تطبيقهم أشاروا بانهم يعانون من الضياع و ضغوطات على مستويات مختلفة .

ازمة ربع العمر لدى الشباب

(Henderson, 2019) وجدت ان الشباب في انكلترا يعانون من ازمة ربع العمر و كذلك في دراسة في اندونيسيا وجدت ان الشباب لديهم ازمة ربع العمر في دراسة Hasyim, Setyowibowo & Purba, 2024

كما أشار معهد نيويورك ان الشباب في الولاية المتحدة , كما في دراسة Duara (et al, 2021) في الهند وجد ان الشباب يعانون من ازمة ربع العمر .
الهدف (5) : تعرّف الفروق في ازمة ربع العمر وفق متغيرات (الجنس والمهنة والحالة الاجتماعية) .

أ- الفروق في ازمة ربع العمر وفق متغير الجنس (ذكور ، أناث) : ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين ، والجدول (٨) يبين ذلك :

جدول (٨)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في ازمة ربع العمر تبعا لمتغير الجنس (ذكور ، أناث)

العينة	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
٤٠٠	الذكور	200	77.85	12.97	2.41	1.96	دال
	الاناث	200	75.01	10.51			

ويبين من الجدول (٨) ان هناك فرق في ازمة ربع العمر تبعا لمتغير الجنس (ذكور ، أناث) ولصالح الذكور ، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398) .

تفسير نظري: يعاني الذكور عادة الى ضغوط اكبر من ناحية تحقيق الإنجاز في الوظيفة و الاستقلال المادي فهم مطالبين ان يكونوا مسؤولين عن الاسرة في المجتمعات العربية فعندما يصبح من الصعب عليه تحقيق هذه المسؤولية ونتيجة لضغوط هذا والتي غالبا ما يكون الشباب غير قادرين على مواجهتها و بحسب الدراسات الضغوط والتكيف فان الاناث اعلى قدرة على التكيف من الذكور نتيجة

ازمة ربع العمر لدى الشباب

لوجود الدعم الاجتماعي, كما ان توقعاتهم التي تكون اعلى من الواقع من ناحية المسار الوظيفي ستؤدي الى شعورهم بالإحباط والياس الدور يدخلون وحسب نظرية روبينسون بمرحلة الانفصال وهي المرحلة الثانية التي يجد الشباب أنفسهم فيها غير قادرين على التكيف مع المرحلة البلوغ التي وصلوا لها و يطالب منهم ب-الفروق في ازمة ربع العمر وفق متغير المهنة (موظف ، عاطل) : ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين ، والجدول (٩) يبين ذلك :

جدول (٩)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في ازمة ربع العمر تبعا لمتغير المهنة (موظف ، عاطل)

العينة	المهنة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
٤٠٠	موظف	200	73.75	11.25	4.64	1.96	دال
	عاطل	200	79.12	11.90			

ويتبين من الجدول (٩) ان هناك فرق في ازمة ربع العمر تبعا لمتغير المهنة (موظف ، عاطل) ولصالح العاطل عن العمل ، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398) .

التفسير النظري : انه وحسب نظرية روبينسون من اهم الأسباب لازمة و من اهم رغباته هي الاستقلال المالي والتي لا يستطيع تحقيقه العاطل عن العمل فيجد نفسه لازل معتمد على اسرته وانه لم يحقق استقلاله و ان الازمات تنشأ عندما يشعر الفرد بان قدراته غير معترف بها او غير مستغلة وهذا ما يكون شعور لدى العاطلين مما يؤدي الى المرور بالازمة , بالإضافة الى الضغوط الاجتماعية التي تنتظر بنظرة دونية على العاطلين عن العمل تزيد من الضغوط التي يمر بها ويشعر بحالة من العجز فتبدا لديه ازمة ربع العمر .

ازمة ربع العمر لدى الشباب

و في دراسة اجراها Refael & Achdut 2020 حول الشباب من عينة عمرهم ٢٠-٣٥ حول البطالة والضييق النفسي ووجدت ان الشباب العاطلين عرضت لعوامل خطرة وضييق نفسي كما إشارات الى ان انخفاض احترام الذات هو الذي قد يدفعه لدخول في أزمات نفسية .

ت-الفروق في ازمة ربع العمر وفق متغير الحالة الاجتماعية (متزوج ، أعزب) :
ولتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين ،
والجدول (١٠) يبين ذلك :

جدول (١٠)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف الفروق في ازمة ربع العمر تبعا
لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج ، أعزب)

العينة	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	التائية المحسوبة	التائية الجدولية	الدلالة
٤٠٠	متزوج	182	75.84	11.20	0.92	1.96	غير
	أعزب	218	76.93	12.41			دال

ويتبين من الجدول (١٠) انه ليس هناك فرق في ازمة ربع العمر تبعا
لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج ، أعزب) ، وذلك لان القيمة التائية المحسوبة أقل
من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) ودرجة حرية (398) .
التفسير النظري : وبحسب روبينسون هناك الكثير من العوامل التي تسبب
الازمة منها الضغوط و التفكير بالمستقبل و ان المتزوجين والعازبين كلاهما قد لا
يحققان الاستقلال فقد يكون المتزوج لديه زوجة وأبناء ولكنه لا يستطيع توفير
الاحتياجات او لديه تفكير وخوف من المستقبل كيف سيستطيع تأمين لهم الحياة لذلك
يمر بالازمة و كذلك العازبين فهم يفكرون كيف يجدون شريك الحياة و كيف يحققون
الضمان في المستقبل لحياة هنيئة

التوصيات

وفي ضوء نتائج البحث، قدم الباحث التوصيات الآتية:

ازمة ربع العمر لدى الشباب

-توصي الباحثة بانشاء برنامج و تدريب الخريجين الشباب قبل التخرج من الجامعة
-الاستفادة من مقياس ازمة ربع العمر للكشف عن هذه الازمة لدى الشباب
المقترحات :

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة ما يأتي :
- اجراء بحث حول ازمة ربع العمر وعلاقتها بالصحة النفسية
-اجراء بحث حول ازمة ربع العمر وعلاقتها بالتوافق المهني

المصادر:

- ١-القران الكريم
- ٢- إسماعيل، بشرى (٢٠٠٤) : المرجع في القياس النفسي، كلية الآداب، جامعة الزقازيق، مكتبة الانجلو المصرية
- ٣-البياتي، عبدالجبار توفيق (٢٠٠٨) الإحصاء وتطبيقاته في العلوم التربوية والنفسية، الشارقة،مكتبة الجامعة عمان اثراء للنشر والتوزيع
- الزوبعي، عبدالجليل إبراهيم والغنام ، محمد احمد (١٩٨١) مناهج البحث العلمي في التربية، ج١،مطبعة جامعة بغداد بغداد4-
- ٥-علام , صلاح الدين. (٢٠٠٠). علم النفس - قياس وتقويم. القاهرة: دار الفكر العربي
- ٦-كاظم علي مهدي (١٩٩٠): بناء مقياس مقنن لمفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية جامعة بغداد، العراق
- 1- Achdut, N., & Refaeli, T. (2020). Unemployment and Psychological Distress among Young People during the COVID-19 Pandemic: Psychological Resources and Risk Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7163. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197163>
- 2- -Anggraeni, A. S., & Hijrianti, U. R. (2023). Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal

- penyandang disabilitas fisik. *Cognicia*, 11(1), 15-23.
<https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.26176>
- 1- Cronbach, L. J. (1964). *Essentials of Psychological Testing*. Unknown Binding. Publisher.
 - 2- Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill, A. (2021). 'Forced adulthood': An aspect of 'quarterlife crisis' suffered by young English and Assamese adults. *Journal Title, Volume(Issue)*, Page range. DOI: <https://doi.org/10.7146/qs.v6i1.124407>
 - 3- Duara, R., Hugh-Jones, S., & Madill, A. (2023). Quarterlife Crisis in the UK and India: Perceived Standards and Unfulfilled Expectations. *The Qualitative Report*, 28(2), 392-416. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2023.5599>
 - 4- Green, B. F. (1954). Attitude measurement. In G. Lindzey (Ed.), *Handbook of social psychology* (1st ed., Vol. 1, pp. 335-369). Cambridge, MA: Addison-Wesley.
 - 5- Goodwin, C., (1995): .Co-constructing meaning in conversation with an aphasia man .research on language and social interction, 28(3), 233-260.
 - 6- Hasyim, F. F., Setyowibowo, H., & Purba, F. D. (2024). Factors contributing to quarter life crisis on early adulthood: A systematic literature review. *Psychology Research and Behavior Management*, 17, 1–12.
<https://doi.org/10.2147/PRBM.S438866>
 - 7- Henderson, M. (2019). The quarter-life crisis? Precarious labour market status and mental health among 25-year-olds in England. *Longitudinal and Life Course Studies*, 10(2), 259–276. <https://doi.org/10.1332/175795919X15514456677295>
 - 8- Herdiana, H., & Wijaya, D. A. P. (2023). "I am mentally healthy, so I can choose well." Quarter-life crisis and positive mental health in students. *Dalat University Journal of Science*, 13(3), 51-58.
<https://doi.org/10.37569/DalatUniversity.13.3.1038>
 - 9- Huda, M. (2023). Self-control and tawakal on quarter-life crisis in students of Islamic boarding school. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 3(1), 284-297.
<https://doi.org/10.18860/jips.v3i1.21049>

- 10- Huwaina, M., & Khoironi. (2021). Hubungan antara pemahaman konsep percaya diri dalam Al-Qur'an terhadap masalah quarter-life crisis pada mahasiswa. *Anfusina: Journal of Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.24042/ajp.v4i1.10088>
- 11- -Korah, E. C. T. (2022). The role of family functioning in the quarter-life crisis in early adulthood during the Covid-19 pandemic. *Talenta*, 7(2), 54-55. <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i1.27184>
- 12- Lado, R. (1961). *Language testing: The construction and use of foreign language tests: A teacher's book*. Bristol, Inglaterra: Longmans, Green and Company.
- 13- Newport Institute. (n.d.). What Is a Quarter-Life Crisis? Retrieved [insert date of access], from <https://www.newportinstitute.com/resources/empowering-young-adults/quarter-life-crisis/>
- 14- Nurhaiza, F. M., Masduki, M., & Wahyunengsi. (2022). Analysis of the comparison of quarter life crisis level of 2nd semester students and final-level students of UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Fokus*, 5(4). <https://doi.org/10.22460/fokus.v5i4.11368>
- 15- Perante, L., Lunesto, J. P., Coritana, J., Cruz, C. N., Espiritu, J. M., Artiola, A., Templonuevo, W., & Tus, J. (2023). Tumatanda na Ako: The Quarter-Life Crisis Phenomenon Among Emerging Adults. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 7(2).
- 16- Putri, S. A., & Fatmawati, Z. N. (2023). Correlation between self-acceptance and quarter life crisis in college students: Hubungan antara penerimaan diri antara quarter life crisis pada mahasiswa. *Journal of Psychological Studies*, 3(1). <https://doi.org/10.21070/ups.2522>
- 17- Purwita, E. W., Malay, M. N., Salsabila, M. S., & Wahyuni, C. (2022). Analysis of the Rasch model on the development of quarter life crisis measurements.
- 18- Robinson, O. C., Wright, G. R. T., & Smith, J. A. (2013). The holistic phase model of early adult crisis. *Journal of Adult*

- Development, 20(1), 27-37. <https://doi.org/10.1007/s10804-012-9158->
- 3- Robinson, O. C. (2019). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- 19- Rahayu, M. N. M. (2022). Remaja Bukan, Dewasa Belum: Memahami dan Mengatasi Quarter-Life Crisis. *Vol. 8, No. 1 & 2*. <https://doi.org/10.22460/daftar-artikel.v8i1-2.2022>
- 20- - Robinson, O. C., Wright, G. R. T., & Smith, J. A. (2013). The holistic phase model of early adult crisis. *Journal of Adult Development*, 20(1), 27-37. <https://doi.org/10.1007/s10804-012-9158-4>
- 21- - Robinson, O. C. (2019). A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination. *Emerging Adulthood*, 7(3), 167–179. <https://doi.org/10.1177/2167696818764144>
- 22- Rahmania, F. A., & Tasaufi, M. N. F. (2020). Terapi kelompok suportif untuk menurunkan quarter-life crisis pada individu dewasa awal di masa pandemi Covid-19 [Supportive group therapy to reduce quarter-life crisis in early adulthood individuals during the Covid-19 pandemic]. *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2(2020).
- 23- Robinson, O. C., & Smith, J. A. (2010). Investigating the form and dynamics of crisis episodes in early adulthood: The application of a composite qualitative method. *Original Articles. Journal Name, Volume(Issue), Pages.* <https://doi.org/10.1080/14780880802699084>
- 24- Sari, D. T., & Aziz, A. (2022). Hubungan antara Self Efficacy dengan Quarter Life Crisis pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area [Correlation between Self Efficacy and Quarter Life Crisis of Psychology Students at Medan Area University]. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister*

- Psikologi, 4(1), 82-90.
<https://doi.org/10.31289/tabularasa.v4i1.1122>
- 25- Safitri, R., & Jayanti, A. M. (2023). Harga Diri dan Kecemasan Memilih Pasangan Hidup Wanita Dewasa Awal Fase Quarter Life Crisis [Self-esteem and anxiety choosing life partner early adult women phase quarter life crisis]. Indonesian Psychological Research, 5(1), 52. <https://doi.org/10.29080/ipr.v5i1.765>
- 26- Suyono, T. A., Kumalasari, A. D., & Fitriana, E. (2021). Hubungan quarter-life crisis dan subjective well-being pada individu dewasa muda. Jurnal Psikologi, 14(2), 302-304. <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i2.4646>
- 27- Urrahma, N. S., Wahyuni, S., & Utomo, W. (2022). The relationship between spiritual level and quarter life crisis in end year college students: Hubungan tingkat spiritual dengan kejadian quarter life crisis pada mahasiswa tingkat akhir. Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health), 8(3), 390-396. <http://jurnal.htp.ac.id>
- 28- Walshe, Ó. (2018). The Quarter-Life Crisis: Investigating emotional intelligence, self-esteem and maximization as predictors of coping self-efficacy [Unpublished manuscript]. Dublin Business School, School of Arts, Dublin.
- 29- Weiner, E. A., & Stewart, B. J. (1984). Assessing Individuals Psychological and Educational Tests and Measurements (Softcover). Lippincott Williams & Wilkins.
- 30- Yani, L. I. (2022). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan quarter life crisis terhadap mahasiswa di Universitas Medan Area [Undergraduate thesis, Universitas Medan Area]. Universitas Medan Area Repository. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/xxxx>