

تأثير الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة

أ.م.د. عبد المحسن عبد الحسين خضير

جامعة البصرة/ كلية التربية للعلوم الإنسانية / الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

المستخلص:

تأتي أهمية البحث النظرية من أهمية دراسة البطالة (Unemployment) بوصفها التحدي الراهن لحياة الأشخاص وموضوع غاية بالأهمية لما له من تأثير كبير في حياة ومستقبل الأشخاص عموماً والشباب على وجه الخصوص وسلامتهم النفسية. كما تتأكد الأهمية التطبيقية لهذا البحث من خلال بناء وتطبيق برنامج إرشادي يعتمد الإرشاد العقلاني الانفعالي، الذي يعد من الأساليب الإرشادية المهمة التي تهتم بالجانب المعرفي العقلي والانفعالي للشخص .

استهدف هذا البحث التعرف على تأثير الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة من خلال اختبار عدد من الفرضيات الصفرية. ولتحقق هدف البحث، طبق الباحث مقياس قلق البطالة من إعداد (اشتية، 2014) المكون من (28) فقرة على (200) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة البصرة للكشف عن ظاهرة البحث ومن ثم اختيار عدد من الطلبة السنة الأخيرة ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس البحث وبعد أن تم إجراء الضبط التجريبي لديهم تم اختيار (20) طالبا توزعوا بالتساوي إلى مجموعتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية.

أظهرت النتائج وجود تأثير للبرنامج الإرشادي الذي اعد في هذا البحث في خفض درجات قلق البطالة عند أفراد المجموعة التجريبية وفي ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج استنتج الباحث أهمية التداخل الإرشادي في خفض شدة قلق البطالة التي تسود حياة الأفراد ، ما جعل الباحث يوصي بعض التوصيات للجهات ذات العلاقة وعرض بعض المقترحات للباحثين في هذا المجال.

الكلمات المفتاحية : الإرشاد العقلاني الانفعالي ، قلق البطالة

The Effect Of Rational Emotive Counseling In Reducing The Anxiety Of Unemployment For University Students

Ass.Pro. Dr. Abdul Mohsen Abdul Hussein Khudair

Basra University - College of Education for Humanities

Abstract:

The theoretical importance of research comes from the importance of studying unemployment (unemployment) as the challenge that leads to people's lives and is highly objective and has a great impact on the life and future of people in general and youth in particular and their psychological integrity. The practical significance of this research is also confirmed by building an indicative program that adopts emotional rational guidance, which is one of the important indicative methods that concern the mental and emotional side of the person.

This research aimed at identifying the effect of emotional rational guidance in reducing unemployment anxiety when requesting the last year at the university through testing a number of zero hypotheses. To achieve the research aims, the researcher applied the unemployment anxiety scale from (Shtayyeh, 2014) consisting of (28) items to (200) male and female students from the College of Education for Humanities at Basra University to uncover the concept of research and then choose a number of last year students who They got the highest marks on the research scale, after that, the experimental adjustment was made. choesen (20) students were distributed equally to two groups, one of them was the control and the other was experimental.

The results showed that there is an effect of the indicative program that was prepared in this research to reduce degrees of anxiety for unemployment among members of the experimental group. In light of the results of the research, the researcher concluded the importance of indicative interference in reducing the severity of anxiety that affect the lives of individuals, which makes researchers offer relevant authorities some agreements for researchers in this field.

Keywords: Rational Emotive counseling, unemployment

التعريف بالبحث

اولاً: أهمية البحث والحاجة إليه:

نظراً لارتفاع مستويات البطالة في اغلب المجتمعات وشيوع آثارها السلبية صارت من الموضوعات محل اهتمام الباحثين في مختلف مجالات المعرفة ومنها النفسية. إذ تؤكد اغلب الدراسات وخاصة الوصفية منها على وجود علاقة طردية بين البطالة والأزمات والمشكلات النفسية والاجتماعية، التي تعيشها المجتمعات المأزومة والتي تقف وراءها أسباب متعددة تتجم عنها مخاطر تؤدي الى هدر واضح في الإمكانيات البشرية، (البدرى، 2015: 740).

تمثل البطالة (Unemployment) واحدة من اخطر المشكلات التي تواجه دول العالم الغنية منها قبل الفقيرة فقد أصبحت البطالة مؤخرًا مشكلة عالمية ، فبالرغم من تحقق الانتعاش والنمو الاقتصادي، إلا ان البطالة تزداد معدلاتها ارتفاعاً سنة بعد أخرى. وان ما يزيد من خطورة الأمر، أن عدم اهتمام الدول يتمثل في عدم اعتمادها فكراً اقتصادياً ناهضاً لفهم مشكلة البطالة ووضع الحلول لها والتخلص من آثارها المدمرة .

والبطالة في العراق من المشكلات التي يتعرض لها كثير من الأشخاص وعلى وجه الخصوص الشباب من الطلبة الخريجين من الجامعات والمعاهد العراقية الذين لم يتاح له ممارسة اختصاصهم ودورهم المهني في الحياة العامة لضيق فرص العمل في القطاعين العام والخاص . (إذ سجل الاقتصاد العراقي معدلات بطالة تصل إلى أربعة أضعاف المعدل الطبيعي للبطالة أو أكثر)، (محمد وبدن ، 2015: 2).

ويشير الجهاز المركزي للإحصاء الى ان نسبة البطالة بين الشباب في العراق عام (2014) بلغت (37,3%) بين الشباب للفئة العمرية بين (15 الى 24) كما بلغت عام (2013) (36,6%) مسجلة ارتفاعاً عن المعدل الوطني، (-01-2013-01/cosit.gov.iq/ar/ http:// 31-08-48-55)

وتؤثر البطالة في الأوضاع الاقتصادية والنفسية والاجتماعية والسياسية والأمنية، وما تتركه من آثار سلبية على الصحة الجسدية كأمراض الجهاز الهضمي، والسكر، وضغط الدم، وآلام الجسم وغيرها وعلى الصحة النفسية، كالاكتئاب والقلق والإحباط الذي يؤثر في أمن واستقرار المجتمع، (صالح، 1998: 4).

اذ تشير نتائج بعض الدراسات النفسية الى ان البطالة والفقر والحاجة والحرمان تجعل الاشخاص يشعرون بنوبات الغضب وفقدان تقدير الذات، والشعور بالفشل، وعدم الاستقرار ولوم الذات واختلاف اتجاهات الفرد وقيمه مع قيم واتجاهات مجتمعه، وانعدام الشعور بالمسؤولية الشخصية والوطنية، وضعف قدرته على التكيف

النفسى والاجتماعي، وعدم الثقة بالنفس والعزلة والاغتراب النفسى، وضعف الانتماء للوطن وشعوره بعدم الرضا عن واقعه، والشعور بتدني تقدير الذات، وإعاقة عملية النمو النفسى، ما قد يدفعه إلى التظاهر والعنف والانتقام أو العدوان حتى يخفف جزءاً من قلقه وتوتره الذي يصل إلى حد الانحراف والجريمة والتمرد على قيم المجتمع كما حدث في محاولات الانتحار، التي نجح بعضها وفشل كثير منها، وتزداد هذه الآثار السلبية كلما ازدادت مدة البطالة ويكون تأثيرها على المتزوجين أكثر من العازبين، إذ يقع على عاتقهم التزامات أكثر وتحمل المسؤولية أمام أبنائهم، (المومنى، 2001 : 72).

كما يشعر بعض العاطلين عن العمل بعدم التكيف النفسى. ويشعرون بعدم السعادة والرضا والعجز. وترتفع مستويات الإحساس بالألم بوصف البطالة مصدراً رئيساً لعدم السعادة والرضا، (عكة، 2015: 303).

وتؤدي حالة التعطل (البطالة) إلى تعرض العاطلين عن العمل للكثير من مظاهر عدم التوافق الاجتماعى والنفسى، ما يجعلهم يتعرضوا للضغوط النفسية أكثر من غيرهم بسبب معاناتهم من الضائقة المالية، التي تنتج جراء البطالة، فضلاً عن أن كثيراً من العاطلين عن العمل يتصفون بحالات من الاضطرابات النفسية والشخصية، (Vesalainen & Vuori, 1999:525).

ومما لا شك فيه أن البطالة التي يعاني منها الشباب، قد تؤدي بهم إلى التوتر الذي يعد بداية فقدان الفرد لتوازنه النفسي والفيولوجي. وتمثل البطالة البؤرة التي تؤدي إلى الاضطرابات النفسية والسيكوسوماتية، والتوتر الذي يؤدي إلى الخلل في التكامل الفيولوجي والنفسي والاجتماعي، تظهر آثاره في الشخص ان لم يستطع حل الموقف حلاً مناسباً. وتحدث حالة البطالة خلافاً في عملية التكيف النفسي- الاجتماعي للفرد مع مجتمعه، الأمر الذي يؤصل الشعور الدائم بالفشل والإخفاق، ما يدفع إلى العزلة وعدم الانتماء، (إشتية و شاهين ، 2015: 319).

ومن المعايير التي يقاس بها رقي المجتمع وتطوره، الاهتمام بالشباب وتوفير العمل. فالعمل يؤدي دوراً مهماً وأساسياً في حياة الأشخاص، اذ يعد وسيلة لإشباع حاجاتهم المادية من مأكل وملبس ومسكن .. وحاجاتهم النفسية كالإحساس بالهوية وتقدير الذات والشعور بالطمأنينة والاستقرار. كما يتجسد الاهتمام في التخطيط العلمي لوضع المعالجات الصحيحة للمشكلات والصعوبات التي تعترض حياة الشباب عامة والطلبة خاصة واستعمال مختلف الطرق والأساليب الإرشادية بوصف ان هناك اعتقاد نظري مفاده ان جانباً ذاتياً من المشكلات التي يعانيها الشخص ينبع من داخله بشكل كبير، لذا فإن الطريقة المثلى لتنمية السمة الايجابية هي جعل الذات تمر بخبرة تعليمية أو انفعالية تجعل الفرد يزيد من مهاراته أو يغير من استجاباته أو يقلل من مخاوفه أو يعدل من مدركاته، (القاضي، 1981: 27).

وللإرشاد النفسي دور مهم في حماية الاشخاص من كثير من المشكلات والمنغصات الحياتية وتنمية قدراتهم الايجابية لتسهيل عيشهم في الحياة . ومن بين هذه انواع التدخلات الارشادية، الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي الذي يرتكز في مهامه إلى تعديل أفكار الأشخاص عن ذواتهم وعن الآخرين من خلال الحوار والتدريب على التفكير بطريقة ايجابية منطقية عقلانية ويجري تحديد أخطاء التفكير، ونقد تلك الأفكار الخاطئة ، والتوصل إلى الأفكار العقلانية من خلال الجلسات الإرشادية، (المالح ، 1995: 149).

اذ يعد الارشاد العقلائي الانفعالي من التداخلات الإرشادية الفعّالة جدا في علاج مجموعة كبيرة من المشكلات ، كما تتميز بأنها تحقق النتائج الايجابية خلال مدة علاجية قصيرة،(كلاوس ، 1999 : 89).

فقد أشارت نتائج كثير من الدراسات العلمية الى ان البرنامج الإرشادي العقلائي الانفعال ذات فعّالية في حل المشكلات وتعديل الأفكار اللاعقلانية الى أفكار عقلانية،(عسكر، 2002: 56).

ويمثل الأنموذج المعرفي أحد المناهج الإرشادية الفاعلة في برامج الصحة النفسية الوقائية والعلاجية، اذ يفترض هذا الأنموذج أن العلاج المعرفي يعزز العقلانية والمنطقية ويقلل من سوء التكيف ويزيد من السلوكيات والانفعالات التكيفية (Knapp & Beck, 2008, p.854 – 864).

ويؤكد (Ellis,1994; Corey & Corey,1992; Bernard & Joyce, 1984) ان المنهج المعرفي أحد أكثر المناهج فعّالية مع المراهقين والشباب، اذ أظهرت أبحاث متعددة التي استعملت أساليب العلاج المعرفي بأشكاله المختلفة مع الطلبة، كان فعّالاً في تخفيض مستويات القلق والاكتئاب، وزيادة تحمل الإحباط، وتحسين الأداء الأكاديمي، وتحسين مفهوم الذات وقدرات التكيف، وزيادة مهارات التفكير العقلائي، (الزيتاوي، 2016: 221).

ولأهمية الارشاد العقلائي للشباب وتحديد الشباب الجامعي، يوصي إليس (Ellis) بان يدمج الإرشاد العقلائي في المقررات الدراسية التي تدرس للطلبة بالمرحلة الجامعية حتى يكونوا على دراية بالأفكار اللاعقلانية وغير المنطقية التي تؤدي بهم الى الاضطراب النفسي،(Hatcher, et. al, 2001: 8).

وتتجلى الاهمية النظرية لهذا البحث من أهمية دراسة البطالة (Unemployment) بوصفها التحدي الراهن لحياة الأشخاص وموضوع غاية بالأهمية لما له من تأثير كبير في حياة ومستقبل الأشخاص عموماً والشباب على وجه الخصوص وسلامتهم النفسية. كما

تتأكد الأهمية التطبيقية من خلال بناء وتطبيق برنامج إرشادي يعتمد الإرشاد العقلاني الانفعالي، الذي يعد من الأساليب الإرشادية المهمة التي تهتم بالجانب المعرفي العقلي والانفعالي للشخص.

وبوصف الباحث يعمل ضمن دائرة وجود افراد مجتمع بحثه تلمس شدة انشغال الطلبة الخريجين بما يخفيه لهم المستقبل من مشكلات نتيجة انحسار وضيق فرص العمل بعد تخرجهم من الجامعة ما يجعلهم يقلقون من ان يواجهوا المصير ذاته الذي تعرض له زملائهم الاخرين من البطالة وعدم توفر فرص التعيين والعمل . وهذا الامر جعل الباحث يوجه اهتمامه للتصدي لآثار هذه المشكلة بالدراسة والبحث العلمي سعيا منهم لأعداد برنامج إرشادي لخفض قلق البطالة لدى لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة .

ثانيا: هدف البحث وفرضياته:

- يهدف هذا البحث الى تعرف تأثير الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة. من خلال اختبار الفرضيتين الآتيتين:
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس قلق البطالة.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس قلق البطالة بعد انتهاء البرنامج .

ثالثا: حدود البحث:

يتحدد هذا البحث في طلبة السنة الأخيرة - الصف الرابع - في كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة البصرة للدراسة الصباحية ، من كلا الجنسين (ذكور ، اناث) وللعام الدراسي (2018 - 2019).

رابعاً: تحديد المصطلحات:

1- الإرشاد العقلاني الانفعالي: عرفه كل من:

- (Corey,1991): إرشاد مباشر وتوجيهي يستعمل به فنيات معرفية وانفعالية لمساعدة المسترشد لتصحيح معتقداته اللاعقلانية التي يصابها اضطراب انفعالي وسلوكي وتحويلها لمعتقدات عقلانية يصابها ضبط انفعالي وسلوكي، (Corey,1991:325).
- التعريف الاجرائي: مجموعة من الفنيات والأنشطة على وفق أسس علمية تعتمد بعض فنيات الارشاد العقلاني الانفعالي لغرض خفض قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة.

2- قلق البطالة Unemployment Anxiety: عرفه كل من:

- الجمال وبخيت، (2008): (استجابة انفعالية مؤقتة غير سارة، وشعور مكرر يهدد الطالب وشيك التخرج نتيجة لتوقعاته شبه الاكيدة لشبح البطالة، وما يصابها من توترات ومخاوف وعدم استقرار لحالته المزاجية وانشغال الفكر، واضطراب في الحالة الجسمية)، (الجمال وبخيت، 2008 : 303).
- التعريف النظري: يتبنى الباحث تعريف (الجمال وبخيت) تعريفا نظريا لهذا البحث بوصف ان من اعد مقياس البطالة (اشتية، 2014) اعتمد ذات التعريف .
- التعريف الإجرائي: (الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة على مقياس قلق البطالة الذي استعمل في هذا البحث).

الإطار النظري ودراسات سابقة

أولاً: الإطار النظري

1- نظرية العلاج العقلاني الانفعالي:

يرى اليس (Ellis) ان البشر يشتركون في غايتين أساسيتين أولهما المحافظة على الحياة والثانية الاحساس بالسعادة النسبية والتحرر من الالم ، وان العقلانية تكون من التفكير بطرق تسهم في تحقق هذين الهدفين، وينظر الى الإنسان على انه كائن عقلائي ولا عقلائي في آن واحد ، وهو حين يفكر ويتصرف بطريقة عقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة والإنتاجية. أي أن التفكير العقلاني مساوي لحالة الصحة النفسية. ويرى كذلك بأن الإنسان كائن حي ناطق يستعمل الكلام والرموز اللفظية . وأنه يسعى لأن يكون على درجة كبيرة من الفاعلية والكفاءة والانجاز ولكن اذا تبنى هذا السعي بغية اتسامه بالكمال حتى يكون ذا قيمة وأهمية، فإن هذا التبنى خاطئ ويقود للإصابة بالعصاب، (الخوaja ، 2009 : 278-280) .

2- اسباب الاضطرابات النفسية من وجهة نظر اليس :

ان اسباب الاضطراب الانفعالي من وجهة نظر إليس (Ellis)، هي تجمع بين المصادر المعرفية والانفعالية والسلوكية، والتي لا تتبع من المعارف او التفكير فحسب، ولكنها تتأثر بها بدرجة كبيرة أيضا، إلى جانب ذلك يرى أن سلوكيات الأفراد تتأثر ببيئاتهم الاجتماعية والمادية، ويقوم العلاج المعرفي السلوكي على مبدأ مهم يتمثل في أن المعارف الخاطئة او المشوهة هي التي تسبب الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، حيث تشمل تلك المعارف ما يلي: الاعتقادات- نظم الاعتقادات- التفكير- التخييلات، وعلى ذلك يعد الفرد مسؤولا بدرجة كبيرة عما يلحق به من اضطرابات انفعالية، (ابو اسعد، عريبات، 2015: 209).

ويرى اليس (Ellis) أن بعض أنواع الاضطراب النفسي عادة ما تتكون بسبب طرق التفكير الخاطئة ومنها:-

التعميم السلبي الشديد والتوقعات الكوارثية وقراءة أفكار الآخرين سلبياً والمقارنة والتجريد والاستنتاجات الانفعالية وربط تقدير الذات بعوامل خارجية. ويعتقد انه يمكن التمييز بين نوعين من الأفكار والمعتقدات، هي: اعتقادات منطقية عقلانية تصاحبها في الغالب حالات وجدانية سلمية تدفع الشخص لمزيد من النضج والانفتاح. واعتقادات لامنطقية وغير متعلقة تصاحبها اضطرابات انفعالية، (غانم، 2004: 17-19).

3- التوجه العقلاني الانفعالي في الارشاد النفسي:

ينظر الى الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي (REBT) على انه نسقاً للإرشاد النفسي يعلم الافراد كيف تحدد انساق اعتقاداتهم بدرجة كبيرة ردود افعالهم الانفعالية والسلوكية لأحداث الحياة .

ويؤكد الأنموذج المعرفي على أن الطريقة التي يفكر بها الفرد تمارس تأثيراً شديداً في انفعالاته وسلوكه فيما بعد، اذ يؤدي الإدراك وظيفية بسيطة (meditational) مهمة بين الأحداث والحالة الانفعالية للفرد، ويركّز النموذج المعرفي في أهمية الاستبصار بالأفكار السلبية والمعتقدات غير التكيفية وضرورة تغييرها، وبهذا يعد النموذج المعرفي انموذجاً ارشادياً تثقيفي نفسي، (Vernon, 1993, P.34).

ويتمركز الهدف الرئيس للأسلوب العقلاني العاطفي في دحض الأفكار الخاطئة وتمكين المسترشد من تحليل الأفكار لتحل محلها الأفكار المنطقية التي تتلاءم مع البيئة التي يعيش فيها، فضلاً عن اكتساب المسترشد المهارات التي تمكنه من بناء تصورات ذهنية وعقلية بناءة وإيجابية حول المعتقدات الخاطئة التي ساهمت في اضطرابه العاطفي والسلوكي، وللوصول بالمسترشد إلى عملية دحض

الأفكار الخاطئة. ويسعى الإرشاد العقلاني الانفعالي إلى محاولة إقناعه المسترشد بان معظم المشكلات التي يعاني منها تعود إلى معتقدات خاطئة وتصورات ذهنية فلسفية لا تستند إلى الحقائق الموضوعية، فالشعور بالتوتر والقلق والاكتئاب لا تمثل إلا عرضا للمشكلة الرئيسة المتمثلة في الأفكار التي يحملها الإنسان حول طبيعة المواقف التي يواجهها، (Ellis & Bernard, 1992, p:155).

4- أهداف الإرشاد العقلاني الانفعالي :

يمثل دحض الأفكار الخاطئة وتمكين الفرد من تحليل الأفكار واستبدالها بالأفكار المنطقية التي تلائم البيئة التي يعيش فيها، الهدف الرئيس للإرشاد العقلاني العاطفي فضلا عن اكتسابه المهارات التي تمكنه من بناء تصورات ذهنية وعقلية بناءة وإيجابية حول المعتقدات الخاطئة التي ساهمت في اضطرابه العاطفي والسلوكي، وللوصول بالمسترشد إلى عملية دحض الأفكار الخاطئة. ويسعى الإرشاد العقلاني الانفعالي إلى محاولة إقناعه المسترشد بان معظم المشكلات التي يعاني منها تعود إلى معتقدات خاطئة وتصورات ذهنية فلسفية لا تستند إلى الحقائق الموضوعية، فالشعور بالتوتر والقلق والاكتئاب لا تمثل إلا عرضا للمشكلة الرئيسية المتمثلة في الأفكار التي يحملها الإنسان حول طبيعة المواقف التي يواجهها، (Ellis & Bernard, 1992, p: 155).

5- مراحل التداخل الإرشادي على وفق الإرشاد العقلاني الانفعالي:-

هناك أربع مراحل تمر بها عملية الإرشاد العقلاني المعرفي في تطبيق الجلسات الارشادية، هي :

أ- المرحلة الاولى: يبين المرشد للمسترشد ان تفكيره غير منطقي ويساعده على فهم كيف ولماذا اصبح غير عقلائي ، كما يبين العلاقة بين الافكار غير العقلانية والاضطراب الانفعالي الذي يعاني.

ب- المرحلة الثانية: يستعمل المرشد طريقة الاستبصار بحيث يبين للمسترشد ان مشكلاته الانفعالية ستستمر طالما استمرت الافكار اللاعقلانية لديه، لأنها المسؤولة عن هذه المشكلات، وان الاحداث الخارجية ليست هي السبب المباشر وراء هذه التعاسة والاضطرابات بل تفكير الشخص غير العقلاني.

ت- المرحلة الثالثة: يسعى المرشد الى تعديل طريقة تفكير المسترشد، تعديل افكاره ومعتقداته اللامنطقية.

ث- المرحلة الرابعة: يتجاوز المرشد التعامل مع الافكار غير المنطقية، بحيث يعمل على تكوين فلسفة خاصة في الحياة يتبناها المسترشد في حياته اللاحقة وتكون موجها له في التعامل مع الاحداث المختلفة، (عبد الله، 2012: 171).

6- البطالة:

عرفت منظمة العمل الدولية البطالة من خلال تحديد معنى العاطلين عن العمل على وفق التعريف القياسي الوارد في مؤتمر إحصاء العمل عام (1983) بأنهم أولئك الاشخاص الذين هم في سن العمل (15-63) عام وهم بدون عمل ويبحثون ولن يحصلوا عليه وتختلف المدة المرجعية لقياس معدل البطالة من اقتصاد لآخر وفي الواحد من مدة لأخرى على وفق طبيعة المسح أو وسيلة جمع البيانات والهدف من القياس. وتصنيف البطالة إلى انواع متعددة وذلك وفقاً لأسس مختلفة فيمكن تصنيفها اعتماداً على أسبابها أو على مدتها أو طبيعتها وإذا اعتمد على طبيعة البطالة فإنه يمكن تقسمها إلى :

البطالة المقنعة : التي تعني الوضع الذي نجد فيه بعض الذين هم مؤهلون للقيام بأعمال معينة يؤدون وظائف أو أعمال أقل من مؤهلاتهم العلمية ، أمثال الخريجين الذين يعملون في مهن هامشية. وهناك انواع لا نجد فسحة لذكرها

بالنقص، وهي: البطالة الدورية، البطالة الهيكلية، البطالة المستوردة، شبة البطالة، البطالة الاحتكاكية: البطالة الصريحة او السافرة، (البشاري، 2015: 38-40).

7- علاقة البطالة بالقلق:

يمثل العمل هاجس كل شاب وشابة وهو اساس تقدم المجتمعات وله الاثر الواضح في استقرار الانسان واتزانة النفسي. ويوفر شعورا بالأمن والثقة بالنفس وفي حال فقدانه - العمل - ويصبح الشخص عاطلا تزداد لديه المعوقات ويشعر بالتهديد كما تسبب البطالة انحرافات فكرية وسلوكية ، منها الاغتراب والتشاؤم والإحباط واللامبالاة واللامسؤولية وفقدان الامل بالمستقبل والقلق. اذا ان ما يقلق الشباب هو عدم الحصول على فرصة عمل مناسبة او فقدان العمل احيانا في ظل الظروف الحياتية الصعبة، (اشتية، 2014: 24).

ويشير كثير من الباحثين الى وجود علاقة بين البطالة وكل من القلق كحالة وسمة والشعور بالوحدة وسوء التوافق، الأمر الذي يولي مشاعر التوتر وعدم الاتزان، الذي يؤدي بدوره إلى ظهور علامات حال القلق وتنشيط واستثارة القلق كسمة، كما أن البطالة تجعل الفرد غير قادر على حل مشكلاته، ما يؤدي إلى سوء التوافق، (عبدالله، 2004: 117).

8- الاثار النفسية للبطالة:

تؤثر البطالة في التوافق النفسي لدى العاطلين من العمل، اذ تنشع لديهم مظاهر عدم التوافق، ما يجعلهم اكثر عرضة للضغوط النفسية من غيرهم بسبب معاناتهم من الضائقة المالية، فضلا عن شيوع الاضطرابات النفسية والشخصية . ويؤكد كثير من الباحثين على اعتلال الصحة النفسية للعاطلين ، اذ اكد واترس ومور (Waters & Moore, 2001) على حقيقة اعتلال الصحة النفسية للشخص العاطل. وتجدر الاشارة الى ان هناك علاقة قوية بين البطالة والاعتلال العقلي ،

اذ تظهر حالات الاكتئاب النفسي بنسب كبيرة بين العاطلين عن العمل ما يؤدي بالشخص الى الانعزال والانسحاب نحو الذات . وكذلك تؤدي - البطالة - الى تدني اعتبار الذات . بوصف العمل يؤدي الى تمتين الروابط الاجتماعية بين الأشخاص، ما يبعث نوعا من الاحساس بالمسؤولية والسعي لتحقيق الذات من خلال العمل . ولهذا فان البطالة تؤدي بالشخص الى حالة من العجز والضجر وعدم الرضا التام عن ذاته ما يسود لديه حالة من تدني تقدير الذات وعدم احترامها وتحقيرها، (عكة ، 2014: 311).

ثانيا: دراسات سابقة:

- دراسة الجمال وبخيت (2008): قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفعالية الذات لدى طلبة السنة النهائية بكلية التربية، بجامعة المنوفية
- هدفت الدراسة إلى تعرف مشاعر قلق البطالة التي تعتري حياة طلبة السنوات النهائية وعلاقة هذه المشاعر ببعض المتغيرات النفسية، التي قد يكون لها ارتباط بها. ومنها فعالية الذات، وشملت عينة الدراسة (164) طالباً وطالبة، بلغ متوسط أعمارهم (20.2) عام، من طلبة السنة الاخيرة في كلية التربية جامعة المنوفية. طبق على عينة البحث مقياس قلق البطالة، ومقياس فعالية الذات، ومقياس جودة الحياة وبينت نتائج الدراسة أن القلق أكثر عند الطالب الجامعي. كما أظهرت النتائج ان الاضطرابات النفسية تشيع بين الطلبة، وأن (71.96%) من الطلبة يعانون في الوقت الحاضر من القلق، بينما (93.5%) كما اشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس قلق البطالة ودرجاتهم على مقياس فعالية الذات، (الجمال والبخيت، 2008: 285).

- دراسة (عكة، 2014): الآثار الاجتماعية والنفسية للبطالة على خريجي الجامعات في المجتمع الفلسطيني دراسة ميدانية على عينة من خريجي الجامعات والكليات المتوسطة في الضفة الغربية.
- هدفت الدراسة إلى الكشف عن واقع مشكلة بطالة خريجي الجامعات في المجتمع الفلسطيني وبيان أثارها النفسية والاجتماعية ووضع الحلول للحد من هذه الآثار السلبية. وتحدد البحث في جميع الجامعات والكليات في الضفة الغربية وبلغ حجم عينة الدراسة (154) خريجا عاطلا عن العمل. بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين خريجي الجامعات في الآثار النفسية والاجتماعية على وفق الجنس ومتغير الدراسي ومكان السكن ومتغير المدخول الشهري للعائلة، (عكة، 2015 : 300).
- دراسة إشتية وشاهين، (2015): قلق البطالة وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس
- هدفت الدراسة إلى تقصي مستوى قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس، في ضوء بعض المتغيرات كالجنس، والكلية، والتقدير الأكاديمي، فضلا عن العلاقة بين قلق البطالة وفعالية الذات باستعمال المنهج الارتباطي طبقت أداتي الدراسة على عينة طبقية بحسب الجنس للطلاب، إذ ضم (288) طالباً وطالبة، تمثل (11 %) من حجم المجتمع والبالغ (2503) طالباً وطالبة، منهم (1113) ذكور بنسبة (45 %) من حجم المجتمع، و(1390) إناث بنسبة (55%) من حجم المجتمع. أظهرت النتائج ان المستوى لكل من قلق البطالة وفعالية الذات لدى الطلبة كان متوسطاً، وكانت العلاقة عكسية بين قلق البطالة وفعالية الذات. وأشارت النتائج قلق البطالة لدى الطلبة تعزى لمتغيري الجنس، والتقدير الأكاديمي، (إشتية وشاهين، 2015 : 319).

- دراسة (صباح ، 2017): أثر برنامج إرشادي يستند إلى نظرية الارشاد العقلاني الانفعالي في تطوير مهارات حلل المشكلات لدى فئة الشباب المقبلين على الزواج في فلسطين.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر برنامج إرشادي يستند إلى نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي في تطوير مهارات حلل مشكلات لدى فئة الشباب المقبلين على الزواج في فلسطين، وتكوّن مجتمع الدراسة من جميع الشباب المقبلين على الزواج من الفئة العمرية (20 - 29) سنة للعام (2006) والبالغ (1700) حالة، أما عينة الدراسة فتكونت من (28) شابا وفتاة من المقبلين على الزواج، (12) من الإناث و(16) من الذكور، من الذين حصلوا على أقل الدرجات على مقياس مهارات حلل المشكلات، وقد وزّع المشاركون في الدراسة عشوائيا إلى مجموعتين ضابطة وتجريبية بواقع (14) فردا في كل مجموعة. وأعدت الباحثة برنامجاً إرشادياً عقلانياً انفعالياً، وطبق البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية بواقع (12) جلسة وبمعدل جلستين بمدة (90) دقيقة لكل جلسة . وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس مهارات حل المشكلات بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، كما وأظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات حلل المشكلات قبل تطبيق البرنامج وبعده، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية على مقياس مهارات حل المشكلات في القياسين البعدي والتتبعي. (صباح ، 2017: د).

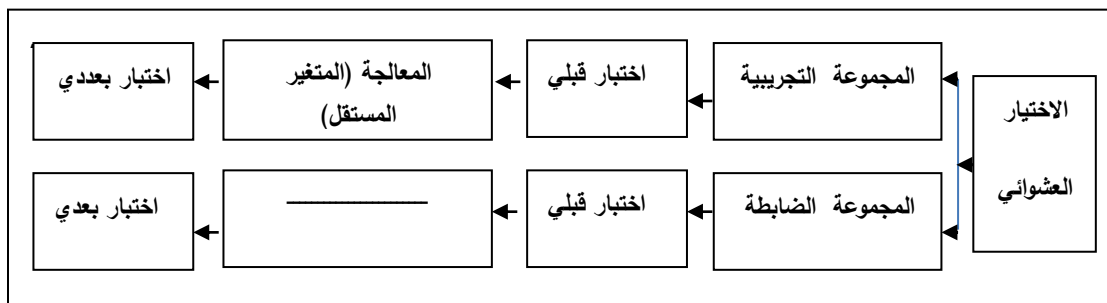
- دراسة ظاهر (2018): تأثير أسلوب فنية التعامل مع الحياة في خفض قلق البطالة لدى الشباب في محافظة بغداد

هدفت الدراسة التعرف على تأثير فنية التعامل مع الحياة في خفض قلق البطالة لدى الشباب من خلال اختبار فرضيات وضعت لهذا الغرض. وللتعرف على قلق البطالة لدى الشباب أعدت الباحثة مقياسا تكون من (24) فقرة. واعتمدت الباحثة التصميم التجريبي (ذي المجموعتين التجريبية والضابطة) ذات الاختبار القبلي والبعدي وأعدت برنامجا إرشاديا يتكون من (14) جلسة اعتمد الإرشاد المعرفي السلوكي وأظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير للبرنامج الإرشادي في خفض قلق البطالة لدى الشباب، (ظاهر، 2018: 230).

منهجية البحث وإجراءاته

أولاً : منهج البحث والتصميم التجريبي:

اعتمد الباحث المنهج شبه التجريبي باستعمال تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على تأثير الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى عينة البحث. الشكل (1)



الشكل (1)

تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي

ثانيا: مجتمع البحث:

شمل مجتمع البحث جميع طلبة السنة الأخيرة (الصف الرابع) في كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة البصرة وللدراسة الصباحية البالغ عددهم (901) طالبا وطالبة، الجدول، (1).

الجدول (1)

توزيع مجتمع البحث على وفق القسم العلمي والجنس

الصف الرابع	الجنس		القسم	ت
	الاناث	الذكور		
150	129	21	اللغة العربية	1
183	157	26	اللغة الانكليزية	2
136	102	34	الجغرافية	3
84	63	21	التاريخ	4
139	106	33	الإرشاد النفسي	5
72	54	18	التربية وعلم النفس	6
137	101	36	علوم القرآن	7
901	712	189	المجموع	

ثالثا: عينة التجربة:

اختار الباحث (20) طالبا عينة للتجربة بعد تطبيق مقياس قلق البطالة المعتمد في هذا البحث موزعين بطريقة عشوائية وبالتساوي الى مجموعتين احداها تجريبية وأخرى ضابطة.

رابعا: تكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة

لتوفير شروط السلامة الداخلية للتجربة، تمت مكافأة المجموعتين في المتغيرات الآتية:

أ- درجات المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقياس قلق البطالة في الاختبار القبلي:

للتعرف على تكافؤ المجموعتين بقلق البطالة استعمل الباحث اختبار مان وتني (Test Mann-Whitney) وبعد التحليل الاحصائي اتضح أن قيمة (U) المحسوبة (33) اكبر من قيمة (U) الجدولية البالغة (23) وتشير نتائج التحليل الإحصائي للاختبار القبلي على مقياس قلق البطالة الى عدم وجود فروق ذات دلالة بين رتب درجات افراد كلا المجموعتين التجريبية والضابطة عند مستوى دلالة (0.05) ما يبين تكافؤ افراد المجموعتين في درجات قلق البطالة على مقياس البحث ، الجدول (2).

الجدول (2)

نتائج اختبار مان وتني (U) لتعرف دلالة الفرق بين المجموعتين في الاختبار القبلي

المجموعات	العدد	متوسط مجموع الرتب	U قيمة		دلالة الفرق عند مستوى 0.05
			المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	10	2,101	33	23	غير دالة
الضابطة	10	2,201			

خامسا: اداتا البحث:

1- مقياس قلق البطالة : تبنى الباحث مقياس قلق البطالة الذي أعده (إشثية، 2014) المكوّن من (28) فقرة. واعتمدت طريقة تصحيح المقياس على وفق مقياس ليكرت الخماسي الابعاد، اذ تكون الاستجابة على الفقرات للمستجيب على وفق التدرج الاتي: موافق بشدة (5) درجات ، موافق (4) درجات ، غير متأكد (3) درجات، غير موافق (2) درجة، غير موافق اطلاقا (1) درجة وقد بنيت الفقرات بالاتجاهين ، السلبي والايجابي، اذ تعكس اوزان الفقرة السلبية عند التصحيح. علما ان الفقرات السلبية تحدد

بالفقرة رقم (16) فقط. وبذلك يكون أعلى درجة على المقياس (140) وأقل درجة (28) وبمتوسط فرضي بلغ (84).

1.1. صدق المقياس: لإيجاد صلاحية فقرات المقياس، تم عرضه على (10) محكمين

من السادة الخبراء المختصين بالعلوم النفسية والتربوية والقياس والتقويم النفسي(*) (واخذ الباحث بملاحظاتهم حول فقرات المقياس في جعله تجاه ايجابي وتعديل صياغة الفقرة (16) واعتماد نسبة (80%) للاتفاق بين المحكمين على الاداة . بوصف هذا الاجراء يعد مهما للحكم على صلاحية المقياس لتحديد وقياس ظاهرة البحث. على الرغم من أن التحليل المنطقي الذي يؤديه الخبراء للفقرات قد يكون مضللاً لأنه يعتمد على الآراء الذاتية للمحكمين لكنه يعد ضروريا في بدايات إعدادها لأنه يكشف عن مدى ارتباط الفقرة ظاهريا بالسمة أو الظاهرة التي أعدت للمقياس، (الكبيسي، 2001: 170).

1.2. التحليل الإحصائي لفقرات مقياس قلق البطالة :

للتعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس قلق البطالة، طبق الباحث المقياس على عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (200) طالب وطالبة تم اختيارهم بصورة عشوائية من مجتمع البحث.

- **القوة التمييزية لفقرات المقياس :** بعد تصحيح اجابات افراد العينة على مقياس البحث، تم ترتيب استمارات المقياس على وفق الدرجة الكلية بصورة تنازلية، وتم تحديد المجموعتين المتطرفتين ونسبة 27% ، اذ بلغ عدد الطلبة في كل مجموعة (54) فردا. ولحساب القوة التمييزية لفقرات المقياس استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين الجدول (3).

الجدول (3)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس قلق البطالة

الفقرات	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة
1	المجموعة العليا	3.57	71.08	2.087
	المجموعة الدنيا	3.25	31.19	
2	المجموعة العليا	34.0	.971	6.572
	المجموعة الدنيا	3.09	1.115	
3	المجموعة العليا	4.66	.6971	9.150
	المجموعة الدنيا	3.47	1.163	
4	المجموعة العليا	3.75	1.136	3.572
	المجموعة الدنيا	3.23	.9916	
5	المجموعة العليا	4,14	1.174	8.301
	المجموعة الدنيا	2.87	1.09	
6	المجموعة العليا	3.95	1.008	6.206
	المجموعة الدنيا	3.07	1.073	
7	المجموعة العليا	3.63	1.147	2.493
	المجموعة الدنيا	3.24	1.198	
8	المجموعة العليا	3.79	1.150	3.122
	المجموعة الدنيا	3.31	1.116	
9	المجموعة العليا	3.01	1.30	5.70
	المجموعة الدنيا	2.37	1.460	
10	المجموعة العليا	3.55	1.088	2.615
	المجموعة الدنيا	3.16	1.098	
11	المجموعة العليا	4.00	1.123	7.170

الفقرات	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة
	المجموعة الدنيا	3.00	0.937	
12	المجموعة العليا	4.009	1.097	2.944
	المجموعة الدنيا	3.37	1.2091	
13	المجموعة العليا	4.66	.54687	15.223
	المجموعة الدنيا	3.009	.99057	
14	المجموعة العليا	4.148	1.182	8.350
	المجموعة الدنيا	2.861	1.080	
15	المجموعة العليا	4.046	.9108	4.253
	المجموعة الدنيا	3.44	1.154	
16	المجموعة العليا	4.629	.7181	12.610
	المجموعة الدنيا	3.157	.97791	
17	المجموعة العليا	3.750	1.136	3.572
	المجموعة الدنيا	3.231	.9916	
18	المجموعة العليا	4.064	1.209	4.228
	المجموعة الدنيا	3.370	1.204	
19	المجموعة العليا	4.240	.86327	4.306
	المجموعة الدنيا	3.657	1.112	
20	المجموعة العليا	2.96	1.359	11.49
	المجموعة الدنيا	1.26	0.752	
21	المجموعة العليا	4.67	.667	16.308
	المجموعة الدنيا	62.92	.893	
22	المجموعة العليا	4.56	.752	11.877
	المجموعة الدنيا	33.1	1.005	
23	المجموعة العليا	4.24	.430	7.749

الفقرات	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة
	المجموعة الدنيا	3.68	.624	
24	المجموعة العليا	3.25	1.48	8.86
	المجموعة الدنيا	1.67	1.121	
25	المجموعة العليا	54.1	31.18	8.350
	المجموعة الدنيا	2.86	1.080	
26	المجموعة العليا	3.75	1.136	3.572
	المجموعة الدنيا	3.23	.9916	
27	المجموعة العليا	3.55	1.088	2.615
	المجموعة الدنيا	3.166	1.098	
28	المجموعة العليا	4.287	.9377	6.234
	المجموعة الدنيا	63.42	1.086	

بينت نتائج التحليل الاحصائي ان جميع الفقرات دالة إحصائياً، ما يعني انها قادرة على التمييز بين استجابات الافراد من ذوي الدرجات العليا والدنيا. اذ ان جميع القيم التائية المحسوبة دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (1,98) بدرجة حرية (106).

1.3. الثبات: استعمل الباحث طريقتين لإيجاد الثبات، هما:

أ- الاختبار وإعادة الاختبار (Test- retest): لإيجاد الثبات بهذه الطريقة طبق الباحث المقياس على عينة مكونة من (30) طالب وطالبة وأعاد الباحث تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مرور أسبوعين وأوجد معامل الثبات باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Person) ، اذ بلغت قيمة معامل الارتباط لدرجات

التطبيقات الأولى والثاني (0.79) وهو مؤشر جيد لاستقرار المقياس عبر الزمن،(Anastasi, 1988, p116)

ب- معادلة ألفا كرونباخ (Cranbach's alpha): لحساب درجة الثبات تم سحب (30) استمارة من استمارات التطبيق لإيجاد معامل الاتساق الداخلي للمقياس باستعمال معادلة ألفا كرونباخ، فقد بلغ قيمة الثبات للمقياس (0,77)، ما يعطي مؤشراً جيداً على اتساق الفقرات وتجانسها. إذ يعد ثبات المقياس مرتفعاً باستعمال معامل ألفا كرونباخ وتأتي الدرجة بين (0,70) و(0,90) ، (Engle&Kane,2004,p.155).

1.4. التطبيق النهائي لمقياس قلق البطالة:-

للتعرف على ظاهرة البحث عند العينة المستهدفة في هذا البحث طبق الباحث مقياس قلق البطالة على عينة التطبيق النهائي، التي بلغ عددها (200) طالب وطالبة من كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة البصرة من المرحلة الدراسية الرابعة من الأقسام العلمية كافة في الكلية، ما نسبته (5,91%) من عدد مجتمع البحث الكلي وجاءت درجات المستجيبين على المقياس ما بين (123 الى 92) وجميعها كانت اكبر من درجة الوسط الفرضي البالغ (84). وأظهرت نتائج التحليل الاحصائي أن الوسط الحسابي لدرجات عينة التطبيق النهائي على مقياس قلق البطالة بلغ (99.87) درجة، بانحراف معياري قدره (7.92)، وعند مقارنة الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة بالوسط الفرضي للمقياس البالغ (84) درجة، باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ومجتمع البحث تبين أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (28.33) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,980) والتي تكون دالة إحصائياً عند مستوى (0,05)،(باهي، 1999: 119) ، ما يشير إلى شيوع قلق البطالة بين افراد عينة التطبيق . الجدول (4) .

الجدول (4)

المتوسط الحسابي الفرضي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة
والجدولية لدرجات عينة لبحث

عدد الأفراد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
				المحسوبة	الجدولية		
200	99.87	7.92	84	28.33	1.980	05,0	دالة

2- البرنامج الإرشادي:

اعتمد الباحث أنموذج الخطوات الخمس (Five step model) أنموذجا
لتصميم البرنامج الإرشادي، المتمثل في الخطوات الآتية :

- الخطوة الأولى: التحليل Analysis: يقصد في هذه الخطوة تحليل بيانات
استجابة افراد عينة التطبيق النهائي على مقياس قلق البطالة كقياس قبلي
وترتيب الفقرات على وفق شدتها من خلال ايجاد الوسط المرجح والوزن المنوي
لكل فقرة من فقرات المقياس لتحديد الحاجات الإرشادية. واختار الباحث الثلث
الأول من الفقرات المرتبة تنازلا من اعلى وسط مرجح ووزن منوي لتمثل
الحاجات الإرشادية. وثم اقترحت لها عنوانات لتكون عنوانات لجلسات
البرنامج، الجدول (5).

الجدول (5)

تحويل الفقرات (الحاجات) إلى عنوانات للجلسات الإرشادية

ت	الفقرات (الحاجات)	عنوان الجلسة
1	تحاصرني اشباح البطالة والعاطلين كلما أقبلت على دروسي	ضرورة النجاح والتفوق
2	اشعر ان تخرجي من الجامعة لن يسهم كثيرا في تحقق السعادة لي ولأسرتي طالما لا توجد فرصة عمل مناسبة لما درسته	التفاؤل بالمستقبل
3	كلما فكرت بشبح البطالة أصابتنني نوبات الدوار (الدوخة)	الصحة البدنية
4	أخشى إلا أتمكن من الحصول على فرصة عمل مناسبة بعد تخرجي	الثقة بالنفس
5	عندما أفكر في شبح البطالة يقل تركيزي في التحصيل الدراسي	تركيز الانتباه الايجابي
6	تسيطر على أفكاري مخاوف عدم الفوز بفرصة عمل رغم مهاراتي وقدراتي	خفض المخاوف
7	افتقد الشعور بمتعة الدراسة الجامعية كلما تذكرت انها لن ترسم لي افضلية في سوق العمل	التكيف مع الواقع
8	يصيبني التوتر واشعر بالانزعاج عندما افكر في مستقبلي الوظيفي	السيطرة على النفس
9	أتوقع انني سوف أضطر للعمل في غير تخصصي بعد التخرج	المقبولية الاجتماعية
10	اشعر بمتاعب كثيرة في معدتي ، كلما تذكرت مستقبلي الوظيفي الغامض.	تفنيد الأوهام

- الخطوة الثانية التخطيط Planning: لغرض التخطيط للبرنامج تم تحديد الامكانات المادية وتحديد الاجراءات وهدف البرنامج الإرشادي العام (تخفيض قلق البطالة لدى طلبة الجامعة في السنة الاخيرة). ووضع الاهداف الاجرائية (السلوكية) لكل حاجة او مكون سلوكي، التي ستتصب في تعديل الافكار

اللاعقلانية حول امكانية تخطي مشكلة البطالة وتخفيض القلق الناجم منها واختيار الانشطة والفنيات الارشادية المناسبة، هي:

• الاساليب المعرفية (Cognitive Techniques): مجموعة من الفنيات الارشادية ترتكز على الاساليب الإدراكية في دحض الافكار الخاطئة التي تعد العامل الرئيس في نشأت المشكلات الانسانية، ومن هذه الفنيات : دحض الافكار غير العقلانية واسلوب الواجبات الادراكية وتغيير مفردات اللغة واستعمال المرح.

• الاساليب الانفعالية Emotive Techniques: في هذه الاساليب يتم التركيز في تغيير المشاعر السلبية المصاحبة للمشكلات التي يعرضها المسترشدون وليس التركيز في الاستغراق في تلك المشاعر بقدر ما هو على مساعدتهم في تحويل هذه المشاعر الى مشاعر ايجابية تخدم العملية الارشادية وتسرع في عملية التغيير. ومن هذه الفنيات: التخيل العاطفي العقلاني ولعب الدور واستعمال القوة والحزم.

• الاساليب السلوكية Behaviorist Techniques: هي الاساليب التي قدمتها المدرسة السلوكية على اختلافها، منها: التعزيز الايجابي والتعزيز السلبي والعقاب وغيرها، (ابو اسعد، عربيات، 2015: 202-215). اعتمد الباحث الفنيات الاتية :

• تحديد الافكار اللاعقلانية: يسمح المرشد خلال الجلسة الارشادية ان يعرض المسترشدون افكارهم اللاعقلانية حول مستقبلهم وقلقهم بسبب البطالة وقطعهم بهذا الامر . يتم تحديد المشتركات بالافكار اللاعقلانية حول موضوع البحث بنحو عام.

• نقد ودحض الافكار اللاعقلانية: يستعرض الباحث الافكار اللاعقلانية حول موضوع البحث ويبدأ بإظهار سلبيات هذا التفكير وعدم واقعيته

من خلال تفكيك الأفكار والأحداث وجعلهم يستبصرون بالجزئيات بطريقة منطقية تسمح بالنقد واستبدال بعض الأفكار اللاعقلانية .

• لعبة الدور: يتيح الفرصة للتنفيس الانفعالي وتفرغ الشحنات والرغبات الظاهرة والمكبوتة، ويتم ذلك من خلال تمثيل سلوك أو موقف اجتماعي معين كما لو أنه يحدث بالفعل، على أن يؤدي المرشد دور الطرف الآخر من التفاعل والحوار والمناقشة. ويتكرر حتى يتم تعلم السلوك المرغوب، (شقيير، 2002: 272).

• فنية الواجبات المنزلية Homework Technique: تؤدي الواجبات المنزلية دوراً مهماً في كل الخطط الارشادية ولها دور خاص في زيادة فعالية الارشاد المعرفي. وخلالها يطلب تسجيل الأفكار الآلية، والاتجاهات المختلة وظيفياً، أو إجراء تجربة سلوكية أو معرفية لها أهداف محددة ومتعلقة بمشكلته، ويجب أن يلحظ المرشد أن للواجبات المنزلية دوراً مهماً في زيادة فعالية العلاج المعرفي السلوكي، وتكوين الألفة والتعاون بينه وبين المسترشد، إذا اهتم بإعطاء واجبات بسيطة ومركزة ومتصلة بمشكلة المسترشد، وتوضيح الأساس المنطقي لكل واجب منزلي، فضلاً عن توضيح كيفية إجرائها والاهتمام بمراجعتها في بداية كل جلسة، (معوض، 1996: 117-118).

- الخطوة الثالثة التطبيق Application: بدأ الباحث تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية في 2018/11/12 بمعدل (2) جلسة في الاسبوع ولغاية 2018 / 12 / 13، وقد بلغ عدد الجلسات الارشادية الجماعية (12) جلسة مدة الجلسة (45 - 60) دقيقة. باستعمال بعض فنيات الإرشاد العقلاني الانفعالي ، في حين أن المجموعة الضابطة لم تتعرض الى أي تدخل إرشادي. وبعد

- انتهاء البرنامج طبق الباحث مقياس البحث على المجموعتين التجريبية والضابطة لمعرفة دلالة الفروق بالمقياس بعد التداخل الإرشادي.
- الخطوة الرابعة: التقويم والمتابعة Evaluation: في نهاية كل جلسة إرشادية سيتم تقويمها عن طريق استعمال استمارة مُعدّة من قبل المرشد، تهدف الى التعرف على التغيرات المرجوة من الجلسة عند المسترشدين. وكذلك التقويم النهائي من خلال القياس البعدي .
- الخطوة الخامسة: اتخاذ القرارات Making Decision: هناك ثلاثة قرارات يمكن اتخاذها في أي برنامج وهي الاستمرارية، التعديل، الترك ، (زهران، 1980: 299).
- وبعد التقويم الذي سيحصل عليه هذا البرنامج ومدى تأثيره في احداث التغيرات سيتم اتخاذ القرارات والتوصيات بشأنه واقتراح المقترحات.
- **صدق البرنامج :**
- عُرض البرنامج الإرشادي على الخبراء ذاتهم الذين عرض عليهم مقياس البحث والمختصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس البالغ عددهم (10) خبراء لإبداء آراءهم حول:
- الحكم على صلاحية الموضوعات وملائمتها للفقرات.
 - الحكم على صلاحية الأنشطة المقدمة .
 - الحكم على مدى ملائمة الأسلوب للنشاط .
- وقد تم إجراء التعديلات اللازمة على وفق آراء الخبراء إذ أصبح البرنامج جاهزا للتطبيق وبشكل نهائي.

سادسا: عرض النتائج:

لغرض التعرف على تحقق هدف البحث المتمثل في تعرف تأثير الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة. تم اختبار الفرضيتين الآتيتين :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات الاختبارين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على مقياس قلق البطالة.

للاختبار صحة الفرضية استعمال الباحث اختبار ولكوكسن (W) للعينات المترابطة لبيان دلالة الفروق في رتب درجات افراد العينة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي ، وبعد اجراءات التحليل الاحصائي وجد أن قيمة (W) المحسوبة تساوي (6) وهي اصغر من قيمة (W) الجدولية التي تساوي (8) وتعني انها دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) ويعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة. اي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية بالاختبارين القبلي والبعدي ، (6).

الجدول (6)

قيمة (ولكوكسن W) لمعرفة الفروق في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الرتب	مجموع الرتب	متوسط مجموع الرتب	قيمة ولكوكسن (W)		دلالة الفرق عند 0.05
			الجدولية	المحسوبة	
السالبة	6	0.6	8	6	دالة
الموجبة	49	4.9			

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس قلق البطالة بعد انتهاء البرنامج .
- لاختبار صحة هذه الفرضية استعمل الباحث اختبار (مان ويتني) لمعرفة دلالة الفروق بين رتب درجات أفراد المجموعتين في الاختبار البعدي. وبعد اجراءات التحليل الإحصائي تبين أن قيمة (مان ويتني) (U) المحسوبة بلغت (9) وهي اصغر من قيمة (مان ويتني) (U) الجدولية، التي تساوي (23) عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية على مقياس قلق البطالة المعتمد في هذا البحث بعد تطبيق البرنامج الإرشادي والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، (7).

الجدول (7)

قيمة (مان ويتني) (U) لمعرفة الفروق في الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة

المجموعات	العدد	متوسط مجموع الرتب	قيمة مان ويتني (U)		دلالة الفرق عند 0.05
			الجدولية	المحسوبة	
التجريبية	10	6.40	23	9	دالة لصالح المجموعة التجريبية
الضابطة	10	14.60			

- **حجم الأثر:** لغرض حساب حجم الأثر يمكن اعتماد نسبة التداخل او التوافق بين قيم المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي وخلال المشاهدة لم يوجد اي تطابق بين درجات المجموعتين وهذا يدل على ان حجم الاثر الذي تركه البرنامج كمتغير مستقل كبير في المتغير التابع، (بدوي، 2018: 450).

ولغرض التحقق إحصائيا طبق الباحث معادلة حجم التأثير

$$r_{rb} = \frac{2(MR_1 - MR_2)}{(n_1 + n_2)} = \frac{2(14.60 - 6.40)}{(10 + 10)} = 0.82$$

ويفسر (r_{rb}) في ضوء المحكات الآتية: ضعيف اقل من 0.4 متوسط بين 0.4 و 0.7 اقل من 0.7 كبير واقل من 0.9 كبير جدا اكبر أو يساوي 0.9 وبالنظر للنتيجة يتبين حجم الأثر كبير على وفق المحكات أعلاه، (صافي ، 2018: 76).

سابعا: مناقشة النتائج:

جاءت نتائج هذا البحث متطابقة بالقياس او كشف ظاهرة البحث - قلق البطالة - مع نتائج دراسة الجمال وبخيت (2008) ودراسة (عكة ، 2014) ودراسة (اشتية ، 2015) ، التي تؤكد نتائجها على شيوع قلق البطالة بين افراد عينات البحث. وكذلك اظهرت النتائج وجود آثار نفسية سلبية لديهم جراء ذلك . وتتطابق نتائج البحث من حيث تأثير البرنامج الإرشادي المستندة الى الإرشاد العقلاني الانفعالي في تخفيض درجة قلق البطالة لدى أفراد المجموعة التجريبية مع دراسة (صباح ، 2017) وان اختلف نوع العينة وتوحد تقريبا بالفئة العمرية وهم الشباب. ودراسة (ظاهر ، 2018)، التي بينت تأثير هذا النوع من التداخل الإرشادي المستند الى فنيات الارشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق البطالة لدى الشباب في محافظة بغداد .

ثامنا: الاستنتاجات Conclusion:

استنتج الباحث من النتائج التي توصل اليها البحث، تجذر قلق البطالة في ذوات طلبة السنة الاخيرة من الدراسة الجامعية، الذي سبب شيوع بعض الافكار اللاعقلانية والمشاعر الانفعالية التي كشفها مقياس البحث والتي قد تكون جاءت نتيجة التصورات المشوهة عن المستقبل وتوقعاتهم السلبية عن الحصول على العمل. وقد يكون قلق البطالة جاء نتيجة ما يشاهده الطلبة من تجارب زملائهم الآخرين الذين قضوا سنين في التعليم وبعد ذلك لم يحصل الكثير منهم على فرصة عمل ما يزيد من القلق عن مستقبلهم

والخوف من المجهول . كما استنتج الباحث من خلال تجربته في العمل إن التداخل الإرشادي المعمول به كان ذو تأثير في خفض درجات قلق البطالة بوصفه اعادة ترتيب افكار المسترشدين من خلال فسح المجال امامهم للاستبصار في مكونات مشكلاتهم وإمكانية وضع الحلول لها وكذلك بيان كمية الافكار والاعتقادات الخاطئة ودحضها بالحقائق الواقعية والتدريب على التعامل مع الحياة بشكل هادئ ومرن . على الرغم من شدة وقسوة الواقع الذي جعل حياة كثير من الشباب يقعون تحت مطرقة القلق والخوف والإحباط والاعتلال النفسي لا بُد من الإشارة إلى أن العمل الإرشادي المهني المتخصص يسهل العمل ويسرع بالنتائج .

تاسعا: التوصيات:

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي :

1. على وزارتي التخطيط والتعليم العالي والبحث العلمي ان تعيد النظر في حاجة سوق العمل من الخريجين . ويجب بناء خطة القبول المركزي للطلبة وجعلها تتساق مع النقص الحاصل بالأيدي العاملة من خلال خطة خمسية مدروسة ومحكمة.
2. على الوزارات ان تعيد النظر في رسم خططها العلمية لاستثمار الطاقات الشبابية واستيعابها من خلال إعادة تنشيط الحقل الصناعي والزراعي والتجاري
3. على الجامعات تفعيل دور الإرشاد النفسي وإعطائه الحيز الوافي من الاهتمام بالجانب التطبيقي .

عاشرا: المقترحات:

يقترح الباحث في ضوء نتائج بحثه ما يأتي :

1. اجراء دراسة تجريبية لتنمية مهارات التعامل مع أحداث الحياة لدى طلبة السنة الأخيرة في الجامعة.
2. اجراء دراسة تجريبية تعتمد الارشاد الانتقائي في خفض الآثار السلبية لقلق البطالة لدى الشباب .

المصادر العربية:

- ابو اسعد ، احمد عبد اللطيف وعربيات ، احمد عبد الحليم، (2015): نظريات الارشاد النفسي والتربوي، ط3، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الاردن .
- أبو النور، محمد عبد التواب معوض (1996): اثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا، مصر.
- إشتية، أياد بسام أحمد،(2014): قلق البطالة وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس، رسالة ماجستير (غير منشورة) عمادة الدراسات العليا ، جامعة القدس ، فلسطين.
- إشتية، إياد و شاهين، محمد ، (2015): قلق البطالة وعلاقته بفعالية الذات لدى طلبة السنة الأخيرة في جامعة القدس، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد (11)، عدد (3)، 2015 .
- باهي، مصطفى حسنين (1999). الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، ط1، القاهرة، مصر، مركز الكتاب للنشر.

- البدرى ، نعيم حسين كزار (2015): مشكلة البطالة وآثارها الاجتماعية في المجتمعات المأزومة (المجتمع العراقي أنموذجاً) دراسة تحليلية، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية ، المجلد (23) العدد (2)
- البشاري، سهام هارون (2015): الاحباط النفسي وسط الخريجين الجامعيين غير العاملين، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا ، السودان.
- بدوي، عبير علي أحمد، (2018): مقارنة طرق قياس حجم الأثر لبعضاً لأساليب الإحصائية مع أحجام عينات مختلفة ، مجلة البحث العلمي في التربية ، العدد التاسع عشر لسنة 2018 كلية التربية - جامعة أم القرى -المملكة العربية السعودية.
- الجمال، حنان وبخيت، نوال. (2008). قلق البطالة وعلاقته بجودة الحياة وفعالية الذات لدى طلبة السنة النهائية بكلية التربية ، بجامعة المنوفية . مجلة البحوث النفسية والتربوية، (م) 1.
- الخواجا، محمد عبد الفتاح، (2009) : الارشاد النفسي والتوجيه التربوي بين النظرية والتطبيق، مسؤوليات وواجبات - دليل الاباء والمرشدين ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
- زهران، حامد عبد السلام، (1980): التوجيه والإرشاد النفسي، القاهرة، عالم الكتب، ط2.
- الزيتاوي ، عبد الله (2016): فعالية برنامج ارشادي معرفي في التخفيف من مستوى قلق المستقبل وتعديل السلوك الاجتماعي لدى عينة من المراهقين في محافظة اربد ، مجلة المنارة ، المجلد (22)، العدد (3).
- شقير ، زينب محمود (2002): الشخصية السوية والمضطربة، ط (3)، مكتبة النهضة العربية، القاهرة.

- صالح، سامية،(1998): البطالة بين الشباب حديثي التخرج - العوامل - الآثار - العلاج ، جامعة عين شمس القاهرة.
- صَبَّاح، مها خالد عبد الله،(2017): أثر برنامج إرشادي يستند إلى نظرية الارشاد العقلاني الانفعالي في تطوير مهارات حل المشكلات لدى فئة الشباب المقبلين على الزواج في فلسطين ، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا ، جامعة القدس المفتوحة، فلسطين.
- صافي ، سمير خالد ،(2018): الإحصاء ومنهج البحث الجزء الثاني محاضرات في الإحصاء ، الجامعة الإسلامية ، غزة
- ظاهر ، هدية جاسم حسن،(2018): تأثير أسلوب فنية التعامل مع الحياة في خفض قلق البطالة لدى الشباب في محافظة بغداد، مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية /الجزء الثاني،العدد الثامن والعشرين، 2018
- عبد الله ، نجية اسحاق (2004): سيكولوجية العطالة، المكتبة المصرية ،مصر
- عبد الله، محمد قاسم ، 2012، نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط 1، دار الفكر ناشرون وموزعون ، دمشق ، سوريا .
- عسكر، فكري، (2002)، فاعلية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في تحسين مفهوم الذات لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة.
- عكة، محمد ابراهيم ،(2015): الآثار الاجتماعية والنفسية للبطالة على خريجي الجامعات في المجتمع الفلسطيني دراسة ميدانية على عينة من خريجي الجامعات والكليات المتوسطة في الضفة الغربية ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية- المجلد الثالث، العدد (11). فلسطين .
- غانم، محمد حسين، (2004)،الوجيز في العلاج النفسي السلوكي، المكتبة المصرية للطباعة.

- القاضي، يوسف مصطفى وآخرون، (1981): الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، ط (1)، دار المريخ، الرياض، السعودية
- الكبيسي، كامل ثامر . (2001) " العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الإحصائي لفقرات المقاييس النفسية " مجلة الأستاذ، كلية التربية، ابن رشد، العدد 25 .
- كلاوس، غراوة واكرن، 1999، مستقبل العلاج النفسي؛ معالم علاج نفسي. ترجمة سامر رضوان، دمشق، دار الثقافة
- المالح، حسان، (1995)، الخوف الاجتماعي دراسة علمية للاضطراب النفسي مظاهره اسبابه وطرق العلاج، ط1، دار الاشرافات، دمشق .
- محمد، سامي عبيد و بدن، زاهد قاسم، (2015) : قياس أثر الاختلالات الهيكلية على البطالة في العراق للمدة (1990-2013)، مجلة الاقتصادي الخليجي، (26) حزيران 2015
- معوض، محمد عبد التواب (١٩٩٦): أثر العلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة اطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية لتربية، جامعة المنيا، مصر
- المومني، خالدة محمد فالح، (2001): الحاجات الإرشادية لدى عينة مختارة من العاطلين في الأردن، (رسالة ماجستير) غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

المصادر الاجنبية:

- Anastasi .A ,(1988), **psychological testing**, (6thed), New York: Macmillan.
- Corey ,G. ,(1991), **Theory and Practice of Group Counseling** , California Brooks , cole publishing company pacific , Grove.

- Ellis , A. ,& Bernard, M, (1992), What is Rational Emotive Therapies , NewYork .
- -Hatcher, D. ; Brown, T. ; Gariglietti, K. (2001). Critical Thinking and Rational Emotive Behaior Therapy. **Journa articles, Critical Thinking across the disciplines,20, 3, spt , pp. 6- 18. L**
- Knapp, P & Beck, A. T."Cognitive Therapy: Foundations, Conceptual Models, Applications and Research", **Rev Bras Psiquiatr, 2008, 30 (111).**
- Vernon, A., **Counseling Children And Adolescents**, Second Edition, Denver, 1993.
- Vuori ,J .and J .Vesalainen« .)1999(Labour Market Interventionsas Predictors of Re-employment ,Job Seeking Activity andPsychological Distress among the Unemployed »**Journal ofOccupational and Organizational Psychology.**

مواقع الانترنت:

الصفحة الرسمية لوزارة التخطيط – الجهاز المركزي

للإحصاء <http://www.cosit.gov.iq/ar/2013-01-31-08-48-55>