

الصحة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى أولياء أمور الأطفال

المصابين باضطراب التوحد

د. عبد الله عبد شهاب د. سها علي حسين

جامعة بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المستخلص

تهتم الأمم بصحة ابنائها وتضع هذا الاهتمام في مقدمة واجباتها لأن الشعوب لا تنهض وتتطور بدون افراد يتصفون بالصحة البدنية والعقلية والنفسية وهنا الصحة النفسية تعد الأرض التي تنتصب عليها قامات ابنائها ومنها تنبثق ابداعاتهم في جوانب الحياة المختلفة الفنية والادبية والاجتماعية والعلمية والثقافية وغيرها.

يهدف البحث الى:

- التعرف على الصحة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.
- التعرف على قلق المستقبل لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.
- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية قلق المستقبل لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.

تكونت عينة البحث من (٢٥) ولي امر طفل مصاب باضطراب التوحد تم اختيارهم بالطريقة العمدية وقد استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية (عبد الله، ٢٠١٦) ومقياس قلق المستقبل (مسعود، ٢٠٠٦). وبعد معالجة البيانات احصائياً اظهرت النتائج ما يلي:

ان القلق يكون في حالة صحية عندما يكون في المستوى الطبيعي ويمكن معرفة هذا المستوى فيما اذا كان طبيعياً ام لا من خلال مقارنته بمتغير الصحة النفسية الذي اثبت ان عينة البحث تتمتع بصحة نفسية عالية.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، قلق المستقبل، التوحد.



Psychological health and its relationship to the concern for the future of parents of children with autism disorder

Dr.suha ali husein

Dr.Abdullah abed shihab

**University of Baghdad - College of Physical Education and Sports
Science**

Dr.suhaali@yahoo.com

abshe69@yahoo.com

Abstract

The nation cares about the health of its children and puts this attention in the forefront of its duties because the people do not rise and develop without individuals who are physically, mentally and psychologically healthy and his mental health is the land that is covered by the children and from it stems from their creations in the different aspects of life artistic and literary Social, scientific, cultural and other.

The search aims to:

- To identify the mental health of parents of children with autism disorder.
- To identify the future concerns of parents of children with autism disorder.
- To identify the relationship between mental health and the future concerns of parents of children with autism disorder.

The researchers used the measure of mental health and the measure of anxiety of the future

The research sample was the guardians of children with autism disorder (25). The main results of the research were:

The anxiety is in a healthy state when it is at a normal level and this level can be known whether it is normal or not by comparing it to a mental health variable that has proven that the research sample is highly psychiatric.

Psychological health: concern for the future, Autism: Key words

الفصل الاول

مقدمة البحث

تهتم الأمم بصحة ابنائها وتضع هذا الاهتمام في مقدمة واجباتها لأن الشعوب لا تنهض وتتطور بدون افراد يتصفون بالصحة البدنية والعقلية والنفسية وهنا الصحة النفسية



تعد الأرض التي تنتصب عليها قامات ابنائها ومنها تنبثق ابداعاتهم في جوانب الحياة المختلفة الفنية والادبية والاجتماعية والعلمية والثقافية وغيرها.

فالإنسان يعيش في الوقت الحاضر في عالم متغير وتعد الحياة التي يعيشها لا تجعله قادراً على تحقيق اهدافه وبالتالي يصعب عليه تحقيق الأمن النفسي لذاته، فالقلق من المستقبل وما يحمله من مفاجأة وتغيرات تتخطى قدرة الكائن على التكيف معها ، وهذا ما يجعل التوتر النفسي شديداً ومن ثم تكون استجابته متطرفة في محاولة منه للتفوق بعيداً عن هذه التغيرات المتلاحقة (ابو العلا، ١٩٧٨ : ٨٦) .

إن التعامل مع الاطفال المصابين باضطراب التوحد يحتاج الى مجموعة من الصفات والقدرات والامكانيات ومنها الصحة النفسية ففي حالات الغضب التي يمر بها الطفل يتعرض ذوي الطفل الى مواقف متعددة، لذا فإن تمتع الأهل بالصحة النفسية بعيداً عن القلق من الوسائل المهمة لمقاومة الآثار السلبية والإحباطات التي يتعرض لها وذلك لأن القلق ليس نتاجاً من تغيرات آنية بل ينتج من رؤية الحاضر وظروفه المعقدة مثل الخوف من الفشل وعدم القدرة على الاستمرار وتحقيق النجاح خصوصاً وان مستقبل هؤلاء الأطفال يكون مبهماً ومن الصعوبة تصور ما سيحدث في المستقبل مما يولد لديهم مجموعة من الأفكار تكاد تكون اغلبها سلبية .

في ضوء ما تقدم فإن للصحة النفسية لأولياء أمور الاطفال المصابين باضطراب التوحد هي مفتاح النجاح والخطوة الأولى على طريق تحقيق الاهداف التي يصبوا اليها . فكما هو معروف ان الطفل هو اللبنة الأساسية في بناء اي مجتمع لذا تكمن اهمية البحث في معرفة علاقة الصحة النفسية بقلق المستقبل لدى هذه الفئة ،وهنا تبرز اهمية البحث في معرفة مدى تأثير اضطراب التوحد لدى الأطفال على الصحة النفسية لاولياء الامر .

مشكلة البحث

ادراكاً من الباحثان بأهمية الصحة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد فقد حاول الباحثان معرفة مدى تأثير قلق المستقبل عليهم وهل ان زيادة قلق المستقبل سوف يؤثر سلباً على الصحة النفسية أم سيكون دافعاً ايجابياً في تطوير مستوى الصحة النفسية لديهم ، تكمن مشكلة البحث من خلال ما يلي.

- هل هناك قلق لاولياء امور الاطفال المصابين باضطراب التوحد؟



- هل القلق يؤثر سلباً على الصحة النفسية لأولياء أمور الاطفال المصابين باضطراب التوحد؟

اهداف البحث

يهدف البحث الى:

- التعرف على الصحة النفسية لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.

- التعرف على قلق المستقبل لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.

- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية و قلق المستقبل لدى أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد.

حدود البحث

١- الحد البشري: أولياء أمور الأطفال المصابين باضطراب التوحد والبالغ عددهم (٢٥) .

٢- الحد الزمني: المدة ٢٠١٨ - ٢٠١٩.

٣- الحد المكاني: معهد بغداد لاضطراب التوحد في بغداد.

تعريف المصطلحات

الصحة النفسية: تكيف الفرد مع نفسه ومع مجتمعه الخارجي تكيفاً يؤدي الى اقصى ما يمكن من الكفاية والسعادة لكل من الفرد والمجتمع الذي ينتمي اليه هذا الفرد(العبيدي، ٢٠٠٩: ١٠).

قلق المستقبل: هو حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات غير المرغوبة في المستقبل وفي الحالة القصوى فإنه يكون تهديداً بأن هناك شيئاً غير حقيقي سوف يحدث للشخص(معوض، ١٩٩٦: ٦٨).

اضطراب التوحد : هو اضطراب في وظائف خلايا الدماغ ينتج عنها مظاهر متعددة في النمو العقلي ، الاستجابات الحسية للمثيرات ، التأخر الواضح في الكلام واللغة ، والتعلق غير الطبيعي في الأشياء(الظاهر، ٢٠٠٩: ٢٣).



الفصل الثاني

اطار نظري ودراسات سابقة

اولاً: مفهوم الصحة النفسية

تعد الصحة النفسية هي جزء من الصحة العامة والتي تعد الركيزة الأساسية لسعادة البشر إذ ان الانسان يبحث عن مختلف الوسائل التي تجعله يستمتع بنعم الحياة . ان الانسان السليم عقلياً وصحياً ونفسياً لا بد من ان يكون متمتع بصحة نفسية وان الشخصية السليمة هي التي تتصف بكونها سليمة التكوين النفسي قبل كل شيء (زهران، ١٩٩٧: ٥٧).

ان مشكلات الحياة اليومية وتعقيداتها تجعل النفس عرضة الى حالة من الاضطراب والتوتر والقلق والخوف وغيرها من امراض العصر النفسية بشكل دائم وحينما تستمر هذه الضغوط على النفس فأنها تكون معرضة للخروج عن الطريق السوي فتصاب بالانحراف عن السلوك السليم (ربيع، ٢٠١٠: ٤٦٩).

لذا فالشخصية السليمة تتصف بدرجة عالية من تحقيق الذات وهذه الصفة تجعلها تتعامل بواقعية مع الحياة بعيداً عن الوهم وبدرجة عالية من الرضا بأنفسهم وبالأخرين وبالبساطة والعفوية في التفكير والانفعال والخلوة مع النفس للتفكير والتأمل والاستمتاع ووجود علاقة صميمية مع الأصدقاء والتعاطف مع الناس بغض النظر عن المركز الاجتماعي أو غيرها وجانب خلقي قوي يتمتع بروح المرح والنكتة الخالية من العداء (سيدني و لانزمن، ١٩٨٨: ٢٩).

ثانياً: مفهوم قلق المستقبل

ينشأ قلق المستقبل عندما يكون الواقع الذي يعيش فيه غير مشبع لرغباته ومحبط له، كما ينشأ عندما تكون الظروف المحيطة به ليست في جانبه ، لذا يكون القلق انذار بخطر محتمل (مرسي، ١٩٩٧، ٢١٣).

فقلق المستقبل ينتج من الشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق في التفكير والاحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع فقدان الشعور بالطمأنينة والامن نحو المستقبل (مسعود، ٢٠٠٦، ١٢٢).

أن لقلق المستقبل مكون معرفي قوي ، ويمكن القول أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها انفعالية وهي ترتبط عادةً بالخطر وتركز على المغالاة في تخمين قتامة المستقبل ،



أن للقلق وظيفة أساسية هي: تيسير الاكتشاف المبكر لإشارات التهديد أو الخطر قريب الحدوث وهو بذلك يتضمن مفهوم حذر ويقضة ، ويمكن ان تكون وظيفة القلق (دافعية) ووظيفة تمهيدية (تحضيرية) ويكون الانزعاج مترافقاً عموماً مع القلق في حين أن التجنب مترافقاً مع نقصان القلق (محمد ، وآخرون، ٢٠٠٢، ٨٧).

الدراسات السابقة:

دراسة محمد ٢٠١٠ (قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات) (محمد، ٢٠١٥).

هدفت هذه الدراسة الى:

- قياس مستوى قلق المستقبل عند الشباب .
- التعرف على دلالة الفروق في : النوع (ذكر، انثى) ، الحالة الاجتماعية (متزوج ، غير متزوج) المهنة (طالب ، موظف)، العمر.
- وقد تحدد البحث الحالي بعينة من الشباب الذين تتراوح اعمارهم من (١٨-٣٠) سنة ، وقد استخدمت الباحثة مقياس القلق الذي اعدته (مسعود، ٢٠٠٦)، وبعد معالجة البيانات احصائياً تبين ما يلي:
- لديهم قلق نحو المستقبل.
- هناك فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير المهنة (طالب ، موظف).
- هناك فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج، غير متزوج).

دراسة الزوبعي ١٩٩٩ (الصحة النفسية وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة الى :

- بناء مقياس الصحة النفسية لدى طلبة جامعة بغداد.
- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية والتفاعل الاجتماعي لعينة البحث.
- اشتملت عينة الدراسة على (٢٢٠) من طلبة جامعة بغدا تم اختيارهم عشوائياً واستخدم الباحث الاستبيان لبناء المقياس الذي تكون من خمس مجالات هي : تقبل الذات،



مواجهة الازمات ، عدم الشعور بالاضطرابات النفسية، عدم الشعور بالأعراض النفسجسمانية، النمو في مجال التوافق مع الآخرين.

كانت اهم نتائج الدراسة

- ارتفاع مستوى الصحة النفسية لعينة البحث.
- ارتفاع مستوى التفاعل الاجتماعي.
- وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين الصحة النفسية والتفاعل الاجتماعي لطلبة جامعة بغداد.

الفصل الثالث

منهج البحث واجراءاته الميدانية:

اولاً: منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة الارتباطية وذلك لملائمته لمشكلة البحث.

ثانياً: مجتمع البحث وعينه:

تكون مجتمع البحث من (٦٠) ولي امر طفل في معهد بغداد للتوحد وقد اختار الباحثان (٣٥) يمثلون عينة البحث بالطريقة العشوائية وقد ابي استعدادهم للتعاون (٢٨) منهم تم اختيار ثلاثة منهم للتجربة الاستطلاعية والباقي (٢٥) للتجربة الرئيسية.

ثالثاً: ادوات البحث

تمثلت ادوات البحث بالتالي:

- المصادر العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية اجريت العديد من المقابلات الشخصية مع الكادر العامل في المعهد من المعلمات والادارة وكذلك مع اولياء الامور في يوم اجتماع اولياء الامور.
- مقياس الصحة النفسية (عبد الله، ٢٠١٦).
- مقياس قلق المستقبل (مسعود، ٣٧٦).

اجراءات البحث الميدانية

اعتمد الباحث على المقاييس لأنها احد وسائل التقويم والتشخيص وتعد احد وسائل العمل العلمي الجيد المبني على اسس سليمة ، لذا اعتمد الباحث على مقياسين هما :



٣-٤-١ مقياس الصحة النفسية:

تكون المقياس من ٢١ عبارة بين الإيجابية والسلبية وامام كل عبارة خمسة بدائل متدرجة بصورة افقية وهي (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً) وهذه البدائل تعبر عن الانسان الذي يتمتع بصحة من خلال (ابداً) عن مستويات متفاوتة للصحة النفسية ، وتعطى الدرجات للعبارات الايجابية على النحو الآتي (٥-٤-٣-٢-١) وللعبارات السلبية (١-٢-٣-٤-٥) وبهذا فأن اعلى درجة يحصل عليها الفرد (١٠٥) واقل درجة (٢١).

٣-٤-٢ مقياس قلق المستقبل:

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي ، قام الباحثان بالاعتماد على مقياس قلق المستقبل الذي اعدته (مسعود، ٢٠٠٦)، وتكون المقياس من (٣٠) فقرة ، اما البدائل فكانت، (٣) (تنطق عليّ) ، (تنطبق عليّ احياناً) ، (لا تنطبق عليّ).

مفتاح تصحيح المقياس:

ان الفقرات الايجابية في مقياس قلق المستقبل أوزان تتراوح من (٣-١) اما الفقرات السلبية فقد كانت أوزانها من (١-٣) إذ اعطي للبديل تنطبق عليّ ثلاث درجات وللبديل تنطبق عليّ احياناً درجتان وللبديل لا تنطبق عليّ درجة واحدة هذه بالنسبة للفقرات الايجابية وتعكس الاوزان في حالة كون الفقرة سلبية .

٣-٤-٣ التجربة الاستطلاعية

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية على ثلاث من أولياء الامور ١٢-٥-٢٠١٨ للتعرف على التالي:

- الوقت اللازم لمليء الاستمارتين.

- مدى فهم اللعيبين لمحتوى الاستمارتين.

ومن خلال ما سبق استطاع الباحثان توضيح بعض نقاط الغير واضحة في الاستمارتين الخاصة بالمقياسين ، ومعرفة الوقت الذي تحتاجه عينة البحث لمليء الاستمارات وقد تراوح الوقت بين (٣٠-٤٥) دقيقة.

٣-٤-٤ التجربة الرئيسية

اجرى الباحثان التجربة الرئيسية في تاريخ ١٠-١٢-٢٠١٨ في الساعة الثانية عشر ظهراً، اذ قاما بتوزيع الاستمارات لعينة البحث والتي تشمل مقياسي الصحة النفسية وقلق



المستقبل بعد ان اوضحا الفقرات بالكامل الى عينة البحث وفيما لو كان هناك سؤال او عدم وضوح لديهم وبعدها تم اعطائهم الوقت اللازم لمليء المقياسين وتم جمعها من عينة البحث وتفرغ البيانات اعتماداً على مفتاح حل الاسئلة وبذلك حصل الباحث على الدرجات الخام كنتائج لهذا الاختبار ، بعدها تم معالجتها احصائياً بشأن ارتباط الصحة النفسية بقلق المستقبل . ٣-٦ الوسائل الإحصائية

للتحقق من اهداف البحث ثم تحليل البيانات الخاصة بالبحث تم استخدام الحقيبة الإحصائية SPSS حيث تم استخراج:

- الاوساط الحسابية .
- الانحرافات المعيارية.
- معامل الارتباط البسيط بيرسون.

الفصل الرابع

٤-١ عرض وتحليل نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من الصحة النفسية وقلق المستقبل

لكي يتم التعرف ما اذا تحققت اهداف البحث ام لا ، تم معالجتها احصائياً وقد تم التعرف على الهدفين الأول والثاني من خلال الاوساط الحسابية لكل منهما ، حيث كان الهدفين كالتالي:

- التعرف على الصحة النفسية لاولياء امور الاطفال المصابين باضطراب التوحد.
- التعرف على قلق المستقبل لدى اولياء امور الاطفال المصابين باضطراب التوحد.



جدول (١)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط ومستوى الخطأ المعياري لكل من الصحة النفسية وقلق المستقبل

مستوى الخطأ	معامل الارتباط	قلق المستقبل		صحة نفسية	
		انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي
0.04	0.40	16.144	60.25	14.881	81.17

من خلال الجدول (١) نجد ان الوسط الحسابي للصحة النفسية هو (81.17) اما الانحراف المعياري نجد انه (14.881) في حين بلغ الوسط الحسابي لقلق المستقبل (60.25) اما الانحراف المعياري (16.144) وعند مقارنة الأوساط الحاسبي لكل منهما الوسط الحسابي للصحة النفسية اعلى من الوسط الحسابي لقلق المستقبل مما يدل على ان أولياء الأمور يتمتعون بصحة نفسية اعلى من قلق المستقبل ، وهذا ما يؤثر بصورة ايجابية على المستوى العام للتعامل مع هؤلاء الأطفال اضافة الى انهم يتمتعون بصحة نفسية جيدة في الحياة العامة ، وان الوضع العام الذي يعيشه أولياء الأمور لم يؤثر عليهم بصورة سلبية .

كما اننا نجد ان عينة البحث لا تخلو من القلق حول المستقبل ولكن بارتفاع الأوساط الحسابية للصحة النفسية يجعل قلقهم حالة صحية وليس سلبية لان الإنسان الطبيعي لا يخلو من حالة القلق والتفكير بالمستقبل على ان يكون القلق بالمستوى الطبيعي وليس المرضي او المضطرب خصوصاً وان عينة البحث تعاني من مشكلة التفكير بالمستقبل المجهول وتكون الرؤيا عندهم مشوشة وغير واضحة وجاء هذا موافقاً لرأي (مرسي، ٢٥-٢٠٠: ٢٨) والذي اكد على ان القلق يكون واضحاً عندما يعني الشخص من حالات مرضية صعبة وذلك بسبب طبيعة التغيرات المختلفة كما ان التحديات الملحة التي تجعله يتعرض لضغوط نفسية كالتفكير السلبي لذا يعد القلق حالة صحية اذا كان في الحدود الطبيعية.

ولتحقيق هدف البحث الثالث والذي يمثل:



- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية وقلق المستقبل لدى أولياء امور الاطفال المصابين باضطراب التوحد .

تم ايجاده عن طريق معامل الارتباط بين كل من الصحة النفسية وقلق المستقبل، نجد أن قيمته بلغت (0.40) اي ان هناك علاقة ارتباط بين المتغيرين لان نسبة الخطأ هي (0.04) وهي اقل من 5% لذا تعتبر العلاقة معنوية بينهم ، وهذا يدل على ان حالة القلق لديهم طبيعية لان صحتهم النفسية جيدة ، ويعزوا الباحثان هذه النتيجة الى أن أولياء الأمور قد وصلوا الى حالة من الوعي والقدرة على التعامل مع اطفالهم ومدى ايمانهم بأن ما حدث لأطفالهم هو قضاء من الله يجب الايمان به والتعامل معه بشكل ايجابي يجعله السبيل الى دخول الجنة وليس عقاب من الله وهذا ما جاء على لسان الكثير من أولياء الأمور.

الاستنتاجات

في ضوء اهداف وفرضيات البحث ونتائجه التي حصل عليها الباحثان تم التوصل الى :

تتمتع عينة البحث بصحة نفسية جيدة وهذا جانب مهم ينعكس بصورة ايجابية على اطفالهم المصابين باضطراب التوحد اما نسبة القلق فكانت في حدها الطبيعي عند مقرنتها بمتغير الصحة النفسية.

التوصيات

- ١- ضرورة توعية أولياء الأمور بالاهتمام بالصحة النفسية ومتابعتهم .
- ٢- محاولة الانتباه الى حالات القلق التي تنتاب اولياء الامور وتجنبها من خلال التوعية وبث روح الطمأنينة فيما بينهم.
- ٣- اجراء بحوث اخرى تهتم بالجوانب النفسية ومحاولة حل المشكلات التي تحدث عندهم بطريقة علمية وصحية.
- ٤- محاولة تثقيف المجتمع بأن الاعاقة هي ليست عقاب من الله عز وجل بل هي اختبار وقد تكون باب للدخول الى الجنة.

قائمة المصادر

- ١- مرسى، ابو بكر؛ (٢٠٠٠)، ازمة الهوية والاكنتاب النفسي لدى الشباب الجامعي ، دراسة نفسية ، المجلد (٧)، العدد (٣)، ص٢٥-٢٨.



- ٢- زهران، حامد عبد السلام ؛ (٢٠٠٦) الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٢، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٧٩، ص ٥٧.
- ٣- مسعود، سناء منير مسعود ؛ (٢٠٠٦)، بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، مصر، ص١٢٢.
- ٤- سيدني م . لاندزمن ،جوردان وتيد ؛ (١٩٨٨) الشخصية السليمة ، ترجمة حمدي الكربولي وموفق الحمداني ، بغداد، مطبعة التعليم العالي ، ص٢٩.
- ٥- عبد الله، فريق ؛ (٢٠١٦)، بناء مقياس الصحة النفسية لدى لاعبي اندية دوري النخبة بكرة القدم في بغداد، اطروحة دكتوراه غير منشورة، ص١٧٦
- ٦- العبيدي، محمد جاسم ؛ (٢٠٠٩)، مشكلات الصحة النفسية - امراضها وعلاجها ، ط١، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ص١٠.
- ٧- معوض ،محمد عبد التواب ؛(١٩٩٦)، اثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية جامعة القاهرة، ص٦٨.
- ٨- ربيع ،محمد شحاتة ؛(٢٠١٠) ، اصول علم النفس ، عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع، ص٤٦٩.
- ٩- محمد، مي (١٩٩٩)، وآخرون؛ التمييز بين القلق والاكتئاب (دراسات نفسية) ، المجلد ١٢، العدد ٢٠٠٢، ص٨٧.
- ١٠- الزوبعي، ناصر هراطة فارس ؛ (١٩٩٨) ،الصحة النفسية وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، اطروحة دكتوراه.
- ١١- محمد، هبة مؤيد ؛ (٢٠١٥) ، قلق المستقبل عند الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد السابع ، مركز الدراسات التربوية والابحاث النفسية ، القاهرة.