

## المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة (مراجعة منهجية)

### Psychological resilience and its impact on career anxiety among university students (a systematic review)

إعداد: الباحثة/ شيخة علي الحجربة

باحثة دكتوراه، كلية علوم التربية، جامعة محمد الخامس، المملكة المغربية

Email: [sh2021alhajri@gmail.com](mailto:sh2021alhajri@gmail.com)

أ.د. مولاي إسماعيل حافظي علوي

أستاذ التعليم العالي، كلية علوم التربية، جامعة محمد الخامس، المملكة المغربية

Email: [Hafidi.alaoui@um5.ca.ma](mailto:Hafidi.alaoui@um5.ca.ma)

#### ملخص البحث

اعتمد البحث الحالي على مراجعة الدراسات السابقة التي اهتمت وبحثت في موضوع المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة، ومن ثم تم تحديد الدراسات المطابقة لمعايير الشمول والتي اقتصر على (10) دراسات فقط، وذلك لعدم التوصل إلى الكثير من الدراسات التي تناولت نفس موضوع الدراسة الحالية، فكان لابد من التوسع ومراجعة دراسات أخرى تشابه الدراسة الحالية، بالرغم من اختلاف أحد المتغيرات، وتنوع المقاييس المستخدمة والأدوات في التطبيق، إلا أنها شملت نفس أفراد العينة (طلبة الجامعات)، بالإضافة إلى وجود تنوع في المناهج المتبعة والتي تمثلت في (المنهج الوصفي الارتباطي، المنهج شبه التجريبي، والمنهج المسحي)، وقد استخلصت النتائج لهذه الدراسات عن طريق تحليل الأدبيات والمقالات والأبحاث التي تناولت متغير المرونة النفسية، ومتغير قلق المستقبل المهني لفئة الطلبة، وقد أثبتت النتائج مدى فعالية المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني، وأثرها على متغيرات أخرى، حسب ما تم التوصل إليه من نتائج، وما أكدت عليه الدراسات السابقة التي بحثت في موضوع المرونة النفسية، وأشارت إلى أن المرونة تساعد الأفراد على التكيف مع المتغيرات المحيطة بهم سواء كانت تغيرات في العمل أو العلاقات الشخصية أو البيئة الاجتماعية، فالأفراد المرنون نفسياً يتمتعون بالقدرة على التكيف مع التغيرات بشكل أسرع وأكثر فعالية، مما يساعدهم على تجاوز الصعاب والتحديات بنجاح، وعلى أساس هذه النتائج قدمت الدراسة الحالية مجموعة من التوصيات المفيدة.

**الكلمات المفتاحية:** المرونة النفسية، قلق المستقبل المهني، طلبة الجامعة.

## Psychological resilience and its impact on career anxiety among university students (a systematic review)

### Abstract

The current study relied on reviewing previous studies that were interested and researched the subject of psychological flexibility and its impact on the anxiety of the professional future of university students, and then the studies conforming to the standards of comprehensiveness, which were limited to (10) studies only, were identified, due to the lack of many studies that dealt with the same subject of the current study, so it was necessary to expand and review other studies similar to the current study, despite the difference in one of the variables, and the diversity of measures used and tools In the application, however, it included the same sample members (university students), in addition to there was a diversity in the curricula used, which were represented in (the correlational descriptive approach, the semi-experimental approach, and the survey method), and the results of these studies were extracted by analyzing the literature, articles and research that dealt with the psychological flexibility variable, and the professional future anxiety variable for the student category, and the results proved the effectiveness of psychological flexibility on professional future anxiety, and its impact on other variables, according to the results reached, and what Confirmed by previous studies that examined the subject of psychological flexibility, and pointed out that flexibility helps individuals adapt to the variables surrounding them, whether changes in work, personal relationships or social environment, psychologically flexible individuals have the ability to adapt to changes faster and more effectively, which helps them to overcome difficulties and challenges successfully, Based on these results, the current study presented a set of useful recommendations.

**Keywords:** psychological resilience, future career anxiety, University students.

## 1. المقدمة

يفسر علماء النفس الازمات النفسية الشديدة أو الصدمات الانفعالية العنيفة، والناجمة عن علاقة الفرد مع غيره على مستوى الأسرة والمدرسة والعمل أو المجتمع الذي يحيط به، وغيرها من المسببات والصعوبات التي يصطدم بها في حياته أنها من السهل أن تسبب له حالة من الضيق والقلق والتوتر والتي بحد ذاتها ضغوط حياتية تؤثر على حياة الفرد ووازنه النفسي، الأمر الذي يستدعي أن يتمتع الفرد بمرونة عالية تمكنه من تحصين نفسه ضد التغيرات التي تطرأ على حياته بشكل مستمر، والمرونة النفسية حسب ما جاء عن (أبو حلاوة، 2013، ص.13) أنها تشير إلى قدرة الفرد على الثبات والحفاظ على هدوئه وتوازنه العاطفي عندما يتعرض للضغوط أو المواقف الصعبة، بالإضافة إلى ذلك أنها تعكس قدرة الفرد على التكيف الفعال والتعامل الإيجابي مع هذه الضغوط والمواقف الصادمة، حيث يمكن ملاحظة أن الأشخاص الذين يتمتعون بمرونة نفسية عالية يتميزون بانفعالات إيجابية مثل الهدوء والسكينة، ويتمتعون بقدرة على التمييز والتفريق بين المواقف المختلفة.

وتعتبر المرونة النفسية هي استجابة شخصية وعقلية تمكن الفرد من التكيف الإيجابي مع التحديات والمواقف المختلفة في الحياة، وتلعب هذه المرونة دورا حاسما في تحديد قدرة الشخص على التكيف مع الصعوبات والضغوط التي يواجهها في حياته اليومية، فالحياة متغيرة ومتقلبة، وقد يواجه الفرد صعوبات مختلفة مثل فقدان الوظيفة أو مشاكل في العلاقات الشخصية أو ضغوط الحياة اليومية، وفي مثل هذه الحالات يكون الفرد الذي يتمتع بالمرونة النفسية قادرا على التكيف مع هذه التحديات والتعامل معها بشكل إيجابي. (الخطيب، 2007).

وتعد المرحلة الجامعية من المراحل المصيرية في حياة الطالب، وخاصة مرحلة التخرج، وبالتالي من الطبيعي أن يقلق على المستقبل الذي ينتظره بعد تخرجه، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة لابد أن يبذل قصارى جهده، ويتحمل مسؤولية الأعباء الدراسية ومتطلبات الجامعة ويحافظ على اتزانه ذلك أن الشخص الذي يمتلك اتزانا انفعاليا هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف الحاصل، وبالتالي يكون لديه وعي لظروف الحياة فلا يتعرض للاضطراب أو الفشل في مواجهة الضغوط اليومية (ريان، 2006).

كما تعد مرونة العقل النفسية أحد العوامل الرئيسية التي تساهم في خفض قلق المستقبل المهني للطلاب، فالقلق المهني هو الشعور بالتوتر، وهو من المشكلات النفسية الخطيرة التي تؤثر على حياة الطلاب الجامعيين بغض النظر عن جنسهم، ويمكن أن يؤدي هذا القلق إلى فقدان متعة العلم وتحصيل المعرفة في فترة الجامعة، وعدم الاستفادة من الخدمات الأخرى التي تقدمها الجامعة للطلبة كالخدمات الترفيهية والثقافية والاجتماعية وغيرها، ويمكن أن يعود ذلك إلى الشعور بالإحباط والنظرة السلبية التشاؤمية تجاه المستقبل المهني المخيف كما يتصوره الطالب (زيدان، 2023، ص. 245).

وقد أكد (مخيمر، 2013): أن طلاب الجامعة يعانون من قلق المستقبل، وخاصة المقبلين على التخرج في ضوء ما يحدث من تغيرات وتطورات في سوق العمل قد لا تتناسب مع تخصصاتهم العلمية، مما قد يتولد لديهم حالة من الإحباط والتشاؤم، وعدم الرغبة في مواصلة الدراسة، إلى جانب ظهور علامات الحزن والفتور، وعدم الثقة بقدراتهم على مواجهته المستقبل وما قد يطرأ عليه من تغيرات غير متوقعة، وبالتالي يصبح الطالب معرض للعديد من الاضطرابات النفسية، كالشعور بعدم الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة والانعزال عن الآخرين.

وهناك العديد من الدراسات العلمية التي بحثت في هذا الجانب، وأكدت على ارتفاع مستوى قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، كدراسة: (Samawi et al, 2022) ودراسة (دباغ والخير، 2020) ودراسة (صلاح، 2021)

والتي أسفرت نتائجها عن ارتفاع معدل قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعة، ويمكن أن يعود هذا الارتفاع إلى عدة عوامل مثل: تزايد أعداد الخريجين، والأقبال المتزايد على التعليم الجامعي، وتراجع سوق العمل بسبب تدهور الأوضاع الاقتصادية التي يشهدها العالم، إلى جانب التحول الرقمي الإلكتروني الذي أدى إلى تقليص العديد من الوظائف، وعدم ملائمة المهن مع التخصصات الدراسية للخريجين (المحاميد والسفاسفة، 2007).

### 1.1. إشكالية البحث

يعد قلق المستقبل المهني من المشكلات الشائعة التي يواجهها الطلبة بعد التخرج، حيث يشعرون بالقلق والتوتر بشأن مستقبلهم الوظيفي وقدرتهم على تحقيق أهدافهم المهنية، مما يجعلهم عرضة للاضطرابات النفسية والسلوكية، مثل انخفاض الإنتاجية، وزيادة التوتر والقلق، وضعف الأداء المهني، وعدم القدرة على التكيف الفعال والتوافق (المومني، 2012)، إلى جانب أن سوق العمل أصبح يشهد تحولات جذرية في العصر الحديث، حيث يتطلب النجاح المهني مهارات ومعرفة متنوعة ومستمرة، مما يشعر الطلاب بالقلق من عدم القدرة على مواكبة هذه التغيرات وتلبية متطلبات سوق العمل المتنامية، بالإضافة إلى التوقعات المجتمعية التي تتسبب في زيادة الضغوط على الطلاب، حيث يتوقع منهم اختيار مسار مهني ناجح وتحقيق النجاح المهني في وقت قصير، أيضا هناك تحديات وضغوط نفسية داخلية يواجهها الطلبة، فقد يشعرون بالقلق من عدم القدرة على اتخاذ قرار صحيح بشأن مستقبلهم المهني ويخشون من الفشل وعدم تحقيق أهدافهم المهنية، واستمرار هذا القلق ينعكس على الصحة النفسية والعاطفية للشخص مما يجعله يشعر بعدم الأمن والاستقرار، وبالتالي يتوقع الخطر وتتولد لديه حالة من الإحباط والتشاؤم، ومن ثم التعرض لمرض خطير كالالاكتئاب (بالعلي، 2014)، وهذه الضغوط والتحديات تحتاج أن يمتلك الطلبة القدرة على التكيف والتعامل معها بمرونة عالية تساعدهم على بناء الثقة بأنفسهم وقدراتهم، مما يجعلهم أكثر استعدادا لمواجهة التحديات المهنية المستقبلية بثقة وتفاؤل، وتطوير مهارات التكيف مع التغيرات والمواقف المختلفة للتأقلم مع متطلبات سوق العمل المتغير.

ويؤكد على ما تم طرحه الدراسات السابقة التي بحثت في هذه المشكلة، وما توصلت إليه من نتائج تؤكد على وجود قلق مستقبلي مهني يعاني منه الطلبة في ظل ما يطرأ من تغيرات وتحولات في سوق العمل أر هقت الطلبة مثل دراسة (سالمي، 2018) ودراسة (خليل وشلبي، 2020) وهناك دراسات أثبتت دور المرونة في خفض قلق المستقبل المهني كدراسة: (الزغبى، 2017)، والتي أكدت أن متغير المرونة النفسية يسهم بشكل كبير في خفض مستوى القلق، بالإضافة إلى دراسة (عبد الوهاب، 2022) والتي تنبأت بقلق المستقبل من خلال إسهام كل من المرونة النفسية والأمن النفسي، وقد أظهرت نتائجها بوجود علاقة ارتباطية موجبة بين المتغيرين للتنبؤ بقلق المستقبل، وهو ما أكدت عليه دراسة (Keil et al, 2017) أن متغير المرونة النفسية يسهم بشكل كبير في انخفاض مستويات القلق والاكتئاب، ذلك أن المرونة تحتل عاملا وقائيا يساعد في التكيف مع المواقف الضاغطة.

### 2.1. أهداف البحث

- التعرف على أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.
  - التعرف على الأدوات المستخدمة في قياس أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.
  - الكشف عن النتائج المترتبة على تأثير المرونة النفسية في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.
- كما اعتمد البحث الحالي على الأدبيات التي تناولت المرونة النفسية وقلق المستقبل المهني التي توفرت فيها شروط المراجعة الأدبية.

### 3.1. أهمية البحث

تتطلب أهمية هذا البحث من خلال دراسة أهم شريحة تمثل المجتمع، وهي فئة الشباب وما يتعرضوا إليه من اضطرابات نفسية وشخصية وقلق في التفكير بالمستقبل، حيث تناول هذا البحث مراجعة الأدبيات التي سعت للكشف عن مدى تأثير المرونة النفسية في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات، و حصر أنواع الأدوات القياسية المستخدمة في إثبات مدى تأثير المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني، بالإضافة إلى أنه تم التوصل إلى دراسات تناولت فئة المراهقين، ومعاقين بمرحلة الشباب، وأساتذة الجامعة إلى جانب أباء الأطفال ذوي اضطراب التوحد والخ.....، في حين تم العثور على القليل من الدراسات التي تناولت تأثير المرونة النفسية على طلاب الجامعات، لذا أهتم هذا البحث بالتعرف على أدوات القياس المستخدمة في إثبات مدى تأثير المرونة النفسية على قلق المستقبل، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية:

ما أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة؟

ما هي أدوات القياس المستخدمة في قياس أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة؟

ما هي النتائج المترتبة على مدى تأثير المرونة النفسية في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة؟

### 4.1. حدود البحث

**الحدود الموضوعية:** اقتصر البحث الحالي على مراجعة منهجية الأدبيات التي كشفت عن تأثير المرونة النفسية في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.

**الحدود المكانية:** عدد الدراسات التي شملت على معايير الشمول (10) دراسات فقط.

**الحدود الزمنية:** تضمنت الدراسات التي تم نشرها بين (2010- 2023).

### 5.1. مصطلحات البحث

**أولاً: مفهوم المرونة النفسية**

تعتبر المرونة النفسية من المفاهيم الهامة في علم النفس، حيث يشير إلى القدرة على التحمل، والتكيف مع التغيرات والمواقف الصعبة، والقدرة على التعامل مع الضغوط النفسية والعاطفية بشكل صحيح.

هي القدرة على التكيف والتوافق الجيد مع APA وتعرف المرونة النفسية وفقاً للجمعية الأمريكية لعلم النفس الصعاب والتحديات النفسية والعاطفية والاجتماعية التي يواجهها الفرد خلال حياته، وتشمل هذه الصعاب. (APA, 2014) المشاكل الأسرية والاجتماعية والصحية والمالية، والضغوط الحياتية الأخرى.

وتعرف المرونة النفسية بأنها: القدرة الفردية على التكيف والتعامل بفعالية مع الضغوط والمواقف الصعبة والمحتملة أن

تسبب الارتباك والتوتر النفسي (Nara & Inamura, 2020).

والمرونة النفسية تعني أن الفرد يمتلك استقراراً عقلياً وقدرة على التكيف والصمود في مواجهة التحديات والظروف الصعبة في الحياة، وتعتمد المرونة على العمليات العقلية والسلوكيات التي يبنها الفرد، فتساعده في التعامل مع ضغوط الحياة والتغيرات المفاجئة (Strauss et al, 2019).

**ثانياً: مفهوم قلق المستقبل المهني**

يشير مفهوم قلق المستقبل إلى القلق الذي يشعر به الأفراد بشأن مستقبلهم المهني وقدرتهم على تحقيق النجاح والاستقرار في مجال العمل، إضافة إلى عدم اليقين بشأن اختيار المهنة المناسبة، أو الخوف من تغيرات سوق العمل وتطور التكنولوجيا،

مما قد يؤثر على الصحة العقلية والعاطفية للأفراد ويؤثر على أدائهم في العمل وحياتهم الشخصية. فقد عرف القرني (2019) قلق المستقبل بأنه: الشعور بالتوتر وعدم الاطمئنان الذي يعاني منه الطلاب بسبب النظرة السلبية التي يتبنونها تجاه الحصول على وظيفة في المستقبل، ويشمل هذا القلق الخوف من عدم تحقيق عائد اقتصادي مناسب. ويعرف قلق المستقبل المهني بأنه: حالة عدم الارتياح التي يصاحبها خلل في النطق وظهور علامات جسدية وأعراض التوتر، ويتمركز هذا القلق حول الخوف من الفشل أو سوء الحظ أو وجود خطر يهدد النجاح المستقبلي المهني (Colman, 2015, p.45-46).

وعرفت عثمانى (2020) قلق المستقبل المهني بأنه: حالة نفسية مقرونة بمشاعر الخوف والتردد تلازم الطالب حول مساره المهني، وتراجع الثقة بالنفس، وصعوبة اختيار التخصص الدراسي الذي يحقق له منصب وظيفي في المستقبل.

## 2. معايير الشمول والاستبعاد

لقد قمنا باستعراض الدراسات المتعلقة بموضوع البحث الحالي بشكل عام من خلال التشابه في العنوان، وقراءة المستخلصات للتنبؤ فيما إذا كانت تنطبق عليها معايير الشمول، وتم من خلال الاطلاع الكامل على الدراسات استبعاد الدراسات التي لا تنطبق عليها المعايير المطلوبة، وتم تلخيص الدراسات المختارة بعناية، وترتيب النتائج لكل دراسة؛ لاختيار الدراسات التي تصلح؛ لإدراجها في المراجعة المنهجية، وتم تقييم الدراسات المختارة لتقييم الأهلية، وقمنا بتصميم جدول تضمن نبذة عامة لكل دراسة من حيث عدد المشاركين، المنهجية المتبعة، أهداف الدراسة، أدوات القياس، النتائج التي توصلت إليها كل دراسة استوفت على جميع المعايير المطلوبة وتم إدراجها في هذه المراجعة، والجدول المعروض يوضح تفاصيل الدراسات المدرجة:

### جدول التحليل

| الباحث<br>وسنة النشر         | المشاركون                                                                       | المنهجية           | الأهداف                                                                                                                                                            | أداة القياس                                                                                                                                                                                                    | النتائج                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| أحمد سعيد<br>زيدان<br>(2023) | (12) طالبا<br>بمتوسط عمر زمني<br>قدرة<br>(19,17)<br>وانحراف معياري<br>قدره (58) | المنهج<br>التجريبي | الكشف عن<br>فعالية العلاج<br>بالقبول والالتزام<br>في تنمية المرونة<br>النفسية لخفض<br>قلق المستقبل<br>المهني لدى<br>طالبات شعبة<br>التربية الخاصة<br>بجامعة السويس | استخدم الباحث<br>مقياس المرونة<br>النفسية، ومقياس<br>قلق المستقبل<br>المهني، واختبار<br>الذكاء للصغار<br>والكبار، واختبار<br>ساكس لتكملة<br>الجمال واستمارة<br>المقابلة<br>الإكلينيكية لقلق<br>المستقبل المهني | 1- أسفرت النتائج بالنسبة<br>للمجموعة التجريبية تختلف<br>المرونة النفسية باختلاف القياسين<br>القبلي والبعدي لصالح القياس<br>البعدي.<br>2- يختلف قلق المستقبل باختلاف<br>القياسين القبلي والبعدي لصالح<br>القياس البعدي.<br>3- وجود فروق بين ديناميات<br>الشخصية للحالتين الطريقتين<br>على مقياس قلق المستقبل كما |

| الباحث<br>وسنة النشر      | المشاركون                                                   | المنهجية         | الأهداف                                                                                                         | أداة القياس                                                   | النتائج                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                           |                                                             |                  |                                                                                                                 |                                                               | يوضحه اختبار ساكس<br>الاسقاطي.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| إسراء<br>العطوي<br>(2023) | (432) طالبا<br>وطالبة، تم<br>اختيارهم بالطريقة<br>العشوائية | المنهج<br>الوصفي | هدفت الدراسة<br>التعرف إلى<br>درجة المرونة<br>النفسية وعلاقتها<br>بالسعادة لدى<br>طلبة جامعة<br>الطفيلة التقنية | استخدمت الباحثة<br>مقياس المرونة<br>النفسية ومقياس<br>السعادة | أظهرت النتائج ارتفاع في درجة<br>المرونة النفسية والسعادة لدى<br>طلبة الجامعة.<br>2- وجود علاقة ارتباطية موجبة<br>ذات دلالة إحصائية بين درجة<br>المرونة النفسية والسعادة لدى<br>الطلبة.<br>3- عدم وجود فروق ذات دلالة<br>إحصائية في قوة العلاقة بين<br>درجة المرونة والسعادة لدى<br>الطلبة تعزى لمتغير الجنس أو<br>الكلية |

| الباحث وسنة<br>النشر                 | المشاركون                                                     | المنهجية         | الأهداف                                                                                                                                                                 | أداة القياس                                                                                                                       | النتائج                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| سيف بن عبد<br>الله المطيري<br>(2022) | (1043) طالبا<br>وطالبة من جامعة<br>الملك عبد<br>العزیز في جدة | المنهج<br>الوصفي | 1-هدفت الدراسة<br>إلى معرفة<br>العلاقة بين قلق<br>المستقبل<br>والاكتئاب لدى<br>طلبة الجامعة في<br>ظل أزمة<br>كورونا (19).<br>2- معرفة ارتباط<br>الإصابة بكورونا<br>ببعض | 1-استخدم<br>الباحث مقياس<br>سوسن فرغلي<br>لمعرفة درجة<br>قلق المستقبل.<br>2-ومقياس<br>غريب عبد<br>الفتاح لمعرفة<br>درجة الاكتئاب. | 1-وجود علاقة طردية دالة<br>إحصائيا بين كل من قلق المستقبل<br>والاكتئاب لدى طلبة جامعة الملك<br>عبد العزيز.<br>2- لا توجد فروق دالة إحصائية<br>بين متوسطات درجات قلق<br>المستقبل والاكتئاب تبعا لمتغير<br>الإصابة بكورونا أو عدم إصابة<br>أحد أفراد الأسرة بها بالنسبة<br>لمتغير نوع الدراسة والإقامة، ما<br>عدا وجود فروق ذات دلالة |

| الباحث وسنة النشر                   | المشاركون                       | المنهجية                | الأهداف                                                                                                      | أداة القياس                                                                                                                    | النتائج                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|---------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     |                                 |                         | المتغيرات الديموغرافية.                                                                                      |                                                                                                                                | إحصائية بين طلبة الجامعة في الاكتئاب حسب الدخل الشهري للأسرة.                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| دراسة (Zhou et al,2022)             | (1919) طالبا وطالبة صينيا       | المنهج المسحي           | الكشف عن دور العصبية وعدم اليقين في زيادة مستويات قلق المستقبل المهني                                        | مقياس قلق المستقبل، ومقياس الخوف من الإصابة بكوفيد (19). واستبانة الصحة النفسية لقياس الاكتئاب. ومقياس العصبية كأدوات للدراسة. | 1- وجود دور للعصبية وعدم اليقين خلال فترة كوفيد-19، على زيادة مستويات قلق المستقبل المهني لدى الطلاب الجامعيين.<br>2- وجود دور سلبي لقلق المستقبل المهني على زيادة العصبية وأعراض الاكتئاب لدى الطلاب.<br>3- وجود تأثير سلبي لعدم اليقين على زيادة قلق المستقبل المهني للطلاب.<br>4- وجود دور سلبي للعصبية وعدم اليقين في زيادة مستويات الضغط النفسي. |
| دراسة أمنة خليل ومبروكة شلبي (2020) | (150) طالبا وطالبة بطريقة عرضية | المنهج الوصفي الارتباطي | هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل المهني والتوافق الأكاديمي لدى الطلبة المقبلين على التخرج. | استخدمت الباحثان مقياس قلق المستقبل المهني لمشري فلاح، جوادي (2018). ومقياس التوافق المهني الأكاديمي لعدلي (2016).             | 1- أسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل المهني والتوافق الأكاديمي لدى الطلبة.<br>2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل المهني لدى الطلبة المقبلين على التخرج.<br>3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الأكاديمي لدى الطلبة.                                                                      |



| الباحث وسنة النشر                  | المشاركون                                                               | المنهجية        | الأهداف                                                                                                                                | أداة القياس                                                             | النتائج                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| دراسة عبيد وآخرون (2017)           | (80) طالبا وطالبة من جامعة القادسية                                     | المنهج الوصفي   | الكشف عن مستوى المرونة النفسية لدى طلبة الجامعة. دلالة الفروق في المرونة النفسية بحسب متغيرات الجنس، والتخصص                           | مقياس المرونة النفسية المعد من قبل الزهيري (2012)                       | 1- وجود مستوى مرتفع من المرونة النفسية إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (51.9) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1.96) عند مستوى الدلالة.<br>2- لا توجد فروق في مستوى المرونة النفسية بحسب متغير الجنس والتخصص العلمي.                      |
| دراسة أمل عبد المحسن الزغبى (2017) | (60) طالبة من ذوات صعوبات التعلم الأكاديمي بجامعة طيبة بالمدينة المنورة | المنهج التجريبي | التعرف على أثر برنامج قائم على المرونة النفسية في تحسين فاعلية الذات والانفعالية، وخفض قلق المستقبل المهني لدى عينة من طالبات الجامعة. | مقياس فاعلية الذات الانفعالية. ومقياس قلق المستقبل المهني تطبيقا قريبا. | 1- وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي المجموعتين (التجريبية/ الضابطة) في فاعلية الذات الانفعالية لصالح المجموعة التجريبية.<br>2- وجود فرق دال إحصائي بين متوسطي المجموعتين (التجريبية/ الضابطة) في قلق المستقبل المهني لصالح المجموعة الضابطة. |
| دراسة نادية محمد العمري (2017)     | (200) طالبة من مختلف التخصصات والمستويات الدراسية                       | المنهج الوصفي   | التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن                                   | استخدمت الباحثة مقياس المرونة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة.           | 1- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والرضا عن الحياة لدى طالبات الجامعة.<br>2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغيرات (الدخل الشهري، الحالة الاجتماعية، المستوى الدراسي).                     |

| الباحث وسنة النشر                | المشاركون                  | المنهجية      | الأهداف                                                                                                 | أداة القياس                                                      | النتائج                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------|----------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  |                            |               |                                                                                                         |                                                                  | <p>3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار النفسي، القناعة) تعود لاختلاف الدخل الشهري للأسرة.</p> <p>4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (السعادة، والتقدير الاجتماعي) يعود لاختلاف الدخل الشهري.</p>                                                                        |
| دراسة سالم بن صالح العزري (2016) | (279) طالبا وطالبة         | المنهج الوصفي | هدفت الدراسة إلى معرفة درجة المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية. | استخدم الباحث مقياس المرونة النفسية، ومقياس المهارات الاجتماعية. | <p>أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتفاع في درجة المرونة النفسية لدى أفراد العينة، ودرجة المهارات الاجتماعية أيضا جاءت مرتفعة لدى الطلبة.</p> <p>2- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المرونة النفسية تعزى لمتغيرات (النوع الاجتماعي، المعدل الأكاديمي، التخصص).</p> <p>3- وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة دالة إحصائيا بين درجة المرونة النفسية ودرجات المهارات الاجتماعية.</p> |
| دراسة (Grace, 2010)              | (397) طالب في جزر الكاريبي | المنهج الوصفي | التعرف إلى الخصائص الخمس الكبرى                                                                         | تم استخدام مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية،                   | <p>1- كشفت النتائج عن وجود فروق لصالح الذكور على مقياس المرونة النفسية.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

| الباحث وسنة النشر | المشاركون | المنهجية | الأهداف                     | أداة القياس                | النتائج                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|-----------|----------|-----------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   |           |          | للشخصية<br>والمرونة النفسية | ومقياس المرونة<br>النفسية. | 2- وجود علاقة ارتباطية موجبة<br>بين جميع عوامل الشخصية<br>والمرونة النفسية، بينما كانت<br>خاصية يقظة الضمير الأعلى في<br>الدلالة الإحصائية يليها المقبولية،<br>العصبية ثم الانفتاح على<br>الخبرات. |

### 3. تحليل النتائج والمناقشة

بلغ عدد الدراسات التي تضمنت معايير الشمول بعد الانتهاء من عملية المراجعة المنهجية لها (10 دراسات) فقط، ولقلة الدراسات التي ارتبطت بنفس متغيرات البحث الحالي تم الرجوع إلى دراسات ارتبطت بمتغيرات أخرى ذات العلاقة وتضمنت نفس الفئة المقصودة بالبحث، وقد اشتملت على (4572) مشاركاً ضمن فئة طلاب الجامعات (ذكور- وإناث)، واعتمدت هذه الدراسات على منهجيات مختلفة بعض الدراسات استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي، وبعضها استخدم المنهج التجريبي، والمنهج المسحي، وتفاوتت خصائص أفراد العينة من حيث (الجنس- والعمر- والتخصص العلمي- وسنوات الدراسة)، بالإضافة إلى وجود تنوع في طرق التدخل أو أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات التي حققت معايير الشمول لأجل التطبيق؛ لتضم أنواع مختلفة من المقاييس مثل مقياس المرونة النفسية لمعدين مختلفين، ومقياس قلق المستقبل المهني، ومقياس السعادة، ومقياس المهارات الاجتماعية، ومقياس فاعلية الذات الانفعالية، والعديد من المقاييس كما تم توضيحها في الجدول السابق، وعلى أساس هذا التحليل سيتم الإجابة على أسئلة البحث:

#### أولاً: مناقشة السؤال الأول والذي ينص على ما يلي

##### ما أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات؟

يوضح الجدول السابق إلى أن نتائج الدراسات المشابهة لمتغيرات البحث الحالي تؤكد على تأثير المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة، وهو ما أشار إليه ( زيدان، 2023) في دراسته والتي أسفرت نتائجها إلى أن العلاج بالقبول والالتزام قد نجح بشكل جزئي في تنمية المرونة النفسية، وخفض قلق المستقبل المهني لدى الطالبات، إلى جانب دراسة الزغبى، (2017) التي أثبتت من خلال تطبيق برنامج تدريبي على الطالبات، إذ أصبح لديهن إحساس بقدرتهن على تخطي حواجز الصعوبة، وأصبح لديهن قدرة على التأثير في مجتمعهم من خلال التواصل الفعال الذي تدربن عليه، والذي ساعدهن على النمو الشخصي وتحملهن المسؤولية من شأنه رفع توقعاتهن حول النجاح في وظائفهن بالمستقبل، بسبب امتلاكهن آليات النجاح، وكل ذلك من شأنه خفض مستويات قلق المستقبل، وهو ما اتفق عليه (Bitsika et al, 2014), (Steca, 2009). حيث أكدوا على ارتباط المستويات المرتفعة من المرونة النفسية في انخفاض مستويات القلق.

كما أفادت دراسات أخرى على فاعلية المرونة النفسية في التخفيف من مشاعر الاكتئاب والقلق كدراسة (Keil et al, 2017)، ودراسة (Caprara, 2010) وتوصل (Wong, 2011) إلى أن متغير المرونة يسهم بشكل كبير في انخفاض مستويات القلق.

### ثانياً: مناقشة السؤال الثاني والثالث نظراً لارتباطهم في الإجابة

ما هي الأدوات المستخدمة في قياس أثر المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات؟

ما هي النتائج المترتبة على تأثير المرونة النفسية في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات؟

تنوعت الأدوات القياسية المستخدمة في الدراسات المعروضة بجدول التحليل حيث تمثلت في (مقياس المرونة النفسية، ومقياس قلق المستقبل، مقياس السعادة، مقياس التوافق النفسي.... إلخ)، وقد حققت هذه الأدوات فعالية في قياس وتحديد مدى تأثير المرونة النفسية على قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات، وهذا ما أشارت إليه دراسة زيدان (2023) من خلال تطبيق العلاج بالقبول والالتزام في تنمية المرونة النفسية لخفض قلق المستقبل، كذلك أشارت دراسة (عبيد وآخرون، 2017) إلى أن مقياس المرونة النفسية المعد من قبل (الزهيري، 2012) ساهم في الكشف عن وجود مستوى مرتفع للمرونة النفسية للطلاب.

ومن حيث النتائج، فقد أسفرت دراسة (العطوي، 2023) عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المرونة النفسية ودرجة السعادة، أي كلما ارتفعت درجة المرونة النفسية لدى الطلاب زادت درجة السعادة لديهم والعكس صحيح، وترجع هذه النتيجة إلى أن تمتع الطلبة بالمرونة النفسية يعكس صحة نفسية جيدة لديهم تساعد على التكيف والرضا عن حياتهم، إضافة إلى القدرة على التكيف مع المواقف الضاغطة، ذلك أن الرضا عن الحياة من أهم مظاهر السعادة التي يتمتع بها الأفراد، وهذا يفسر علاقة المرونة النفسية بالسعادة، وأشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قوة العلاقة بين درجة المرونة النفسية والسعادة لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس أو الكلية، وهناك دراسات أخرى أثبتت فعالية المرونة النفسية من خلال ارتباطها بمتغيرات أخرى مثل دراسة العمري (2017)، والتي أشارت إلى وجود مستوى فوق المتوسط من المرونة لدى طالبات الجامعة، وترجع هذه النتيجة إلى زيادة قدرة طالبات الجامعة على التكيف مع بعض الظروف الضاغطة في الحياة الجامعية، وبالتالي تمتع الطالبات بالمرونة تساعد على الاستمرار والنجاح بالحياة، واجتياز الصعاب التي يتعرضن لها، إلى جانب أن الطالبات يتميزن بقدرتهن على التفكير العلمي، وامتلاكهن قدرًا كافيًا من المعلومات والمعارف، واستخدام البدائل، وتنوع طرق التفكير وإساليبه، واتفقت معها دراسة (العزري، 2016)، والتي أفادت عن وجود ارتفاع في درجة المرونة النفسية لدى أفراد العينة، ودرجة المهارات الاجتماعية أيضاً جاءت مرتفعة لدى الطلبة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات متغيرات الدراسة، وقد علل الباحث هذه النتيجة إلى الرؤية الإيجابية للذات، إذ أن طلبة الكلية على درجة عالية من الثقة بالنفس والإيمان بالذات، وهذا اكسبهم القدرة على معرفة وتنظيم انفعالاتهم، والتحكم في مشاعرهم وتصرفاتهم السلبية، والقدرة على التواصل والاتصال الفعال بالآخرين.

### 4. التوصيات

خرج هذا البحث بمجموعة من التوصيات وكان من أهمها:

- توجيه الباحثين إلى إجراء المزيد من الدراسات البحثية حول متغير المرونة النفسية وأثرها على قلق المستقبل المهني لدى طلاب الجامعات.
- إعداد برامج تدريبية متطورة تساعد الطلاب على اكتشاف ما لديهم من مهارات وقدرات تساعد على كيفية التعامل مع قلق المستقبل المهني بطرق فعالة.
- تكثيف حملات التوعية والحلقات النقاشية من أجل تشجيع الطلاب على التعبير عن مشاعرهم وآراءهم وما لديهم من ضغوطات أكاديمية بحرية مطلقة.

- تسليط الضوء والاهتمام على هذه الفئة من الشباب كونهم يمثلون المجتمع.
- العمل على تطوير المهارات والقدرات التي يمتلكها الطلبة، وتعريفهم وتشجيعهم بأهمية العمل بشكل خاص، وهذا بدوره سوف ينعكس ويساهم بشكل كبير في خفض قلق المستقبل المهني لدى الطلاب.

## 5. المصادر العربية والأجنبية

### 1.5. المراجع العربية

- أبو حلاوة، محمد السعيد. (2013). *المرونة النفسية: وأهميتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية* (ط.2). مؤسسة العلوم النفسية العربية.
- بالعلي، مصطفى (2014). *القبول والرفض الوالدي كما يدركه وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية*، أطروحة دكتوراه منشورة، جامعة محمد خضير بسكرة.
- خليل، أمنة وشليبي، مبروكة (2020). *قلق المستقبل المهني وعلاقته بالتوافق الأكاديمي لدى الطلبة المقبلين على التخرج* رسالة ماجستير غير منشورة [جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، 1-118].
- الخطيب، محمد جواد. (2007). *تقييم عوامل المرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الصادمة*. مجلة الجامعة الإسلامية غزة، 15(12)، 371-392.
- الزغبى، أمل عبد المحسن. (2017). *أثر برنامج قائم على المرونة النفسية في تحسين فاعلية الذات الانفعالية وخفض قلق المستقبل المهني لطلبات الجامعة ذوات صعوبات التعلم الأكاديمية*. مجلة البحث العلمي في التربية، (18)، 249-284.
- العزري، سالم بن صالح (2016). *المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية بسلطنة عمان*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، 1-134.
- العطيوي، إسراء شوكيت. (2023). *المرونة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية*. مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، 1، 293-332.
- العمري، نادية محمد. (2017). *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن*. مجلة الإرشاد النفسي، 50، 1-49.
- المحاميد، شاكر عقلة والسفاسفة، محمد إبراهيم. (2007). *قلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعات الأردنية وعلاقته ببعض المتغيرات*. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 8(3)، 127-142.
- المطيري، سيف بن عبد الله. (2022). *قلق المستقبل وعلاقته بالاكتئاب في ظل جائحة كورونا طبقا لبعض المتغيرات لدى عينة من طلبة جامعة الملك عبد العزيز*. المجلة العربية للنشر العلمي، 42، 461-524.
- المومني، محمد أحمد ونعيم، مازن محمود. (2013). *قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات*. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 9(2)، 173-185.
- دباغ، يمنية والخير، الزهراء (2020). *قلق المستقبل المهني وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطالب الجامعي، دراسة ميدانية لعينة من طلبة السنة الثالثة ليسانس*، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أحمد دراية أدرار، الجزائر.
- ريان، محمد إسماعيل (2006). *الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الابتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظات غزة*، رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الأزهر، غزة.

- زيدان، أحمد سعيد. (2023). فعالية العلاج بالقبول والالتزام في تنمية المرونة النفسية لخفض قلق المستقبل المهني لدى طالبات شعبة التربية الخاصة بجامعة السويس (دراسة تجريبية كينينية). *مجلة التربية الخاصة*، 12 (44)، 243-362.
- سامي، مسعودة. (2018). قلق المستقبل المهني لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضير بالوادي. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6 (1)، 358-367.
- صلاح، إيمان. (2021). العلاقة بين المسؤولية الاجتماعية وقلق المستقبل المهني لدى الشباب الجامعي. *مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية*، 7 (3)، 30-40.
- عبد الوهاب، إسراء عبد المقصود. (2022). قلق المستقبل وعلاقته بالمرونة النفسية والأمن النفسي. *مجلة كلية الآداب بقنا*، 57 (5)، 14-83.
- عبيد، رمله جبار ورضا، رهام علي وخلف، دعاء عدنان وغريب، رباب حسين (2017). *المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية*، رسالة بكالوريوس غير منشورة، جامعة القادسية، 1-116.
- عثمانى، ابتهاج (2020). *قلق المستقبل المهني وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى طلبة علوم التربية بجامعة العربي بن مهيدي* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية.
- قرني، سعاد كامل. (2019). فعالية العلاج بالقبول والالتزام في خفض قلق المستقبل المهني لدى طلاب شعبة التربية الخاصة، جامعة أسيوط. *المجلة العلمية لكلية التربية*، 35 (5)، 234-282.
- مخيمر، هشام محمد. (2013). قلق المستقبل المهني وعلاقته بالدافع للإنجاز الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 23 (79)، 495-551.

## 2.5. المراجع الأجنبية

- American Psychological Association (APA). (2014). *The road to resilience*, Washington DC.
- Bitsika, V. (2014). Which psychological Resilience Attributes are Associated with Lowr aspects of Anxiety in Boys with an autism spectrum disorder? Implications for Guidance and Counseling Interventions. *British Journal of Guidance and Counseling*, 42 (5), 544-556.
- Caprara, G., Alessandri, G., Barbaranelli, C. (2010). Optimal functioning: contribution of self-efficacy beliefs to positive orientation. *Psychotherapy and psychosomatics*, 79, 328- 330.
- Colman, Andrew M. (2015). *A Dictionary of psychology*. United Kingdom: Oxford University Press.
- Grace, Fayombo. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International Journal of psychological Studies*; Vol. 2(2), 105-116.
- Keil, D., Vaske, I, Kenn, K. and Rief, W. (2017). With the strength to carry on: The Role of sense of coherence and resilience for anxiety, depression and disability in chronic obstructive pulmonary. *Chronic Respiratory Disease*, 14(1), H-21.

- Nara, Yumiko; Inamura, Tetsuya. (2020). Resilience and Human History: Multidisciplinary Approaches and challenges for a Sustainable future. Springer Nature.
- Samawi, Fadi Soud, AL Rimawi, Sameer Abdelkareem, Arabiya, Ahmed Abdel Halim (2022). The Effectiveness of a Training program Based on psychological Empowerment to Reduce future professional Anxiety among students. *International Journal of Instruction*, 15(1), 219-236.
- Steca, P.; Caprara, G.; Tramontano, C., Vecchio, G., and Roth, E. (2009). Young adults' Life satisfaction: The Role of self-regulatory efficacy beliefs in managing effects and relationships across time and a cross cultures. *Journal of social and clinical psychology*, 28, 824- 861.
- Strauss, Bernd; Schinke, Robert J; Dieter, Hack fort. (2019). Dictionary of Sport Psychology: Sport, Exercise, and performing Arts. London/ USA: Academic Press.
- Wong, F. (2011). Relationship between Cognitive flexibility and Career decision- Making self-efficacy of college graduates Dissertation abstracts international, DAI-C 75/ 02.
- Zhou, T., Bao, Y., Guo, D., Bai, Y., Wang, R., Cao, X., & Hua, Y. (2022). Intolerance of uncertainty and future career anxiety among Chinese undergraduate students during COVID-19 period: Fear of COVID-19 and depression as mediators. *Frontiers in Public Health*, 10, 1-11.

جميع الحقوق محفوظة © 2024، الباحثة/ شريحة علي الحجرية، أ.د/ مولاي إسماعيل حافظي علوي، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي (CC BY NC)

Doi: [doi.org/10.52132/Ajrsp/v6.65.4](https://doi.org/10.52132/Ajrsp/v6.65.4)