

# الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين<sup>١</sup>

د/ أحمد فخري هاني<sup>٢</sup>

أستاذ علم النفس المساعد - قسم العلوم الإنسانية

كلية الدراسات العليا والبحوث البيئية - جامعة عين شمس

## مستخلص

هدف البحث الحالي الى التعرف على الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين، للكشف عن عينة من مرتفعى الجلوتوفوبيا<sup>٣</sup> من المراهقين من الذكور والإناث وعلاقته بقلق المستقبل والرضا عن الحياة، وتكونت عينة البحث ( ن = ٤٣ ) مراهقاً ، مقسمين الى ( ن= ٢١ ) من الطلاب الذكور ، ومجموعه من ( ن= ٢٢ ) من الطالبات الإناث ، وجميعهم لديهم رهاب الجلوتوفوبيا مرتفع، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق أدوات البحث المتمثلة فى : مقياس الجلوتوفوبيا ( إعداد الباحث )، مقياس قلق المستقبل ( إعداد الباحث )، مقياس الرضا عن الحياة ( إعداد الباحث )، وأسفرت نتائج البحث أن هناك علاقة عكسية (سالبة) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات مؤشر مقياس الرضا عن الحياة، وبين درجات مؤشر مقياس قلق المستقبل، مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات الطلاب المراهقين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا فى أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، انخفضت درجاتهم فى أبعاد مقياس قلق لمستقبل، أيضاً أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا فى كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة. كما يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخريّة- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة، ويوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخريّة- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة قلق المستقبل.

<sup>١</sup> تم استلام البحث في ٢٠٢٤/٢/١٩ وتقرر صلاحتيه للنشر في ٢٠٢٤/٣/٢٥

Email: Ecfakhri@yahoo.com

<sup>٢</sup> ت: ٠١٢٢٢٨٠٩٧٧

<sup>٣</sup> الجلوتوفوبيا - قلق المستقبل - الرضا عن الحياة - مرحلة المراهقة

## مقدمة :

تعد مرحلة المراهقة، وهي المرحلة الانتقالية من الطفولة إلى مرحلة البلوغ، مرحلة تنموية مهمة تتميز بالعديد من التغيرات الجسدية والنفسية والاجتماعية الهامة،و من المعروف اليوم أن معظم الشباب يمرون على تلك المرحلة دون أن يتأثروا نسبياً خلال سنوات المراهقة، إلا أن البعض يتميز بتغيرات مزاجية شديدة وسلوك صعب،، يمكن أن تؤثر على الصحة النفسية للمراهق وقد تسبب قدراً كبيراً من التوتر، ، كما انها اخطر فترة من فترات النمو ، لاعتبارها الأساس لمرحلة الرشد ، وبعوث اى خلل فى هذه المرحلة يؤثر على الإطار العام للشخصية

ويعتبر الضحك من أكثر السمات الايجابية للسلوك البشرى، وهو جزء لا يتجزأ من عمليات التواصل والتفاعلات اليومية بين الأفراد، كما يُعد طريقة غير لفظية نعبر بها عن مرورنا بحالات انفعالية ممتعة؛ ومع ذلك يمكن استخدامه كوسيلة للتحقير والسخرية والاستهزاء بالآخرين؛ ولذلك فإنه ليس كل الضحك لطيفاً أو ودوداً أو ممتعاً، أي يمكن القول بأن الضحك قد يحمل معنى إيجابي أو سلبي ( Vagnoli,et al ,2021)

هذا وبجانب الانتقال إلى الثانوية يعتبر التعليم من أكثر الأمور إرهاقا خلال هذه الفترة حيث يمكن أن يكون له تأثير سلبي على الصحة النفسية،و زيادة مشاعر الانزعاج لدى المراهقين حول الآخرين، مما يهدد احترامهم لذاتهم، وبالتالي، لصالح زيادة الرهاب الاجتماعي (Evans,Borriello et al. 2018).

وقد يعتقد بعض المراهقين ان كل الضحك هو ضحك "سيء" رغم ان الجميع يضحك ، وهذا امر غير سار لهم ، ويثير فيهم مشاعر الخوف والخزى من انفسهم وتجنب الآخرين ، وقد أطلق على ذلك الخوف من ضحك الآخرين وهو أحد أشكال ما يسمى بالجلوتوفوبيا "Gelotophobia" (Titze , ٢٠٠٩) ، فإنه الضحك للسخرية تعبيراً عالمياً عن الإزدراء فهي إبتسامة بديلة لإعطاء إجابة شفوية لسؤال أى أنها تعد عن الرفض ، والتعبير عن الضحك بالسخرية هو الوجه الأخر للإزدراء والإستخفاف (Platt&Ruch , ٢٠١٣)

ووفقا ل Titze ، فان التجارب المتكررة والمكثفة للسخرية في مرحلة الطفولة والشباب (على سبيل المثال، التتمر في المدرسة) / أو التجارب المكثفة المتكررة للسخرية خلال فترة المراهقة والبلوغ (على سبيل المثال، المهاجمة/التتمر في العمل) هي العوامل الأكثر مباشرة التي تؤدي إلى تطور أعراض رهاب الجلوتوفوبيا. ويقدم Titze حالات للمرضى الذين يتذكرون تعرضهم للسخرية من قبل والديهم أو معلمهم.( Titze 2009)

ويؤثر رهاب الجلوتو فوبيا بصورة سلبية على الطلاب في المدارس، حيث يتوقع ذوى ذلك الاضطراب تعرضهم للأذى المستمر المتمثل في تتمر الأصدقاء عليهم، وتخفض الرغبة لديهم في التحدث أمام زملائهم مما يؤدي إلى عدم مشاركتهم في الأنشطة الصفية واللاصفية ( ٢٠٢٢ Vagnoli,, et al.,

فالمرهقين مرتفعي الجلوتوفوبيا يعتقدون ان هناك خطأ ما بهم فيتجنبون الكثير من الأنشطة الإجتماعية خشية أن يظهر منهم سلوك غير لائق فيسخر منهم بالضحك عليهم ، أو نظرات الأحتقار ، أو الفعل والحديث المسئ لهم مما يؤدي الى زيادة شعورهم بالقلق الدائم والخجل يمنعهم من التعبير عن أنفسهم ( ٢٠١٨ , Grennan et al )

هذا ونجد التوقعات السلبية نحو المستقبل، واليأس وفقدان الأمل ترتبط بالرؤى السلبية للذات والعالم بمعنى أن العلاقة بين اليأس والرؤية الصحيحة للبيئة والمحيط يستحيل أن تكون علاقة موجبة أو سوية، ولذلك فإن من المرجح أن يرتبط اليأس والتقدير السالب للذات مع الانسحاب الاجتماعي لا سيما وأن تقدير واحترام الذات ينمو في ثنايا التفاعل الإنساني الذي من خلاله يعطي الفرد لذاته قدرها ويعتبر نفسه شخصية ذا أهمية من خلال الإنجازات التي يحققها والمدح الذي يتلقاه والنجاح الذي يصل إليه (دويدار، ١٩٩١، ص ٤٥).

وقد يؤدي هذا التأثير السلبي إلى تفاقم الأفكار المثيرة للقلق لدى المرهقين و فقدان السيطرة على واجباتهم المدرسية و التقييمات السلبية من قبل الآخرين، وبالتالي تقويض تصوراتهم لنوعية الحياة (La Greca & Harrison, 2005)

وترتبط الجلوتوفوبيا إرتباطاً سلبياً بالرضا عن الحياة والتوجهات نحو السعادة ، فنقاط قوة الشخصية لها علاقة بالرضا عن الحياة ، وان تعزيز نقاط القوة تعزز من الرضا عن الحياة ، فالجلوتوفوبيا مرتبطة إيجابياً بنقاط الضعف لدى الفرد ( ٢٠٠٦ , Petereson et al )

وللكشف عن التأثير السلبي للجلوتوفوبيا على الصحة النفسية للمرهقين بصفة خاصة ، عمد الباحث على إجراء البحث الحالي للتعرف على الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياه لدى المرهقين من الجنسين

### مشكلة البحث :

الابتسام والضحك جزء لا يتجزأ من التفاعلات الاجتماعية اليومية والتواصل. وهي الطريقة غير اللفظية التي نعبر بها عن أننا نمر بحالات عاطفية ممتعة (Ekman, Davidson, & Friesen,

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .=====

(1990) عندما نبتم لشخص ما، أو نضحك مع شخص ما، فإننا من الطبيعي أن نفترض أن الناس ينسبون الذية الإيجابية. ومع ذلك، يمكن أيضاً استخدام الضحك للسخرية والإهانة. لذا، ليست كل الابتسامات أو الضحكات ودية (Ruch, Hofmann, & Platt 2013). وتخلق وظيفة الإشارة المزوجة هذه غموضاً لأولئك الذين يفسرون السياق وبالنسبة للبعض، فإن التمييز بين المعاني يمثل مشكلة. هؤلاء الناس غالباً ما يكون لديهم سلبية تحيز الإسناد ( Hofmann, Platt, & Proyer, 2009; Ruch, 2015; Platt, 2008; Ruch, Altfreder, & Proyer, 2009).

تم وصف رهاب الجيلوتوفوبيا لأول مرة من قبل مايكل تيتس بأنه خوف مرضي من السخرية. (Titze 1996). لقد اعتبره شكلاً خاصاً من الرهاب الاجتماعي. والأشخاص الذين يعانون من مستويات عالية من رهاب الجيلوتوفوبيا لا يعتبرون الضحك والابتسام في التفاعلات أمراً إيجابياً، بل كوسيلة للتقليل من شأنهم. ويجدون صعوبة في التمييز بين أنواع الفكاهة والضحك الطيبة والودية والعدوانية، ولهذا السبب، يصبحون بسهولة الشك عند سماع الضحك من الآخرين. إنهم مقتنعون بأنهم سخيون بالفعل، وبالتالي يجب السخرية منهم (Ruch, Proyer 2009; Platt 2008; Ruch et al. 2014).

وتبدو الجلوتوفوبيا في الخوف من السخرية وبعد فترة معينة من الوقت تنتقل الى نوبات هلع، وفي هذه الحالة يبدأ الشخص بالخوف ليس فقط من السخرية ولكن أيضاً من أى نوع من الضحك ، وإنتقاله الى مرحلة الإضطهاد، وهذه المرحلة هي نتيجة للهزيمة النفسية (Proyer et al , ٢٠١٣).

وبالرغم من أن رهاب الجلوتوفوبيا قد تم الكشف عنه في البداية على عينة سريرية، إلا أن معظم الدراسات الآن تجرى على الأشخاص الأصحاء ضمن سيكولوجية الفروق الفردية. والعلاقات المتبادلة المختلفة لرهاب الجلوتوفوبيا مع الآخرين تم العثور على مؤشرات نفسية، فالأفراد الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يتميزون بالانطواء والعصابية العالية وانخفاض الأمل / التفاؤل، والفضول، والشجاعة، والحب، والحماس ، (Proyer,&Ruch 2009) وانخفاض احترام الذات، فهم أقل عرضة لتجربة الفرح. وأكثر عرضة لتجربة الخوف والخجل والحزن والشعور بالذنب (Stefanenko et al. 2011)

هذا ويتم تقييم السمات الشخصية للأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا بشكل أساسي على أنهم انطوائيون وعصابيون، مع ميل إضافي إلى أن يكونوا أقل انفتاحاً على التجربة أو أعلى في الذهان وعادة ما يتماشى تكوين سمات الشخصية هذا مع القلق الاجتماعي والميل إلى الخجل والمتغيرات الأخرى المتعلقة بالانسحاب الاجتماعي والقلق (Radomska Tomczak 2010; Ruch& Proyer, . 2008).

وبشكل أكثر تحديداً، الانتقال إلى المرحلة الثانوية حيث يمثل التعليم فترة تغيير كبيرة للمراهقين. ليس فقط أنهم يتكيفون مع التغيرات الجسدية والعاطفية والمعرفية ، لكن يتعين عليهم أيضاً الدخول في نظام تعليمي جديد ووقت "شديد الخطورة" على وجه الخصوص، حيث أنه يتزامن مع تطور تقدير الذات وبداية ظهور أنواع كثيرة من اضطرابات داخلية مثل القلق و الاكتئاب (Brouzos, Vassilopoulos et al. 2020)

وجادل العديد من المؤلفين بأن رهاب الجلوتوفوبيا له مكان في الممارسة العملية. أحد الأمثلة الحديثة هو مقال (Bledsoe and Baskin's (2014 حول التعرف على خوف الطلاب في الفصل الدراسي. ، حيث يعترف المؤلفون بالدور المهم الذي قد يلعبه رهاب الجلوتوفوبيا (حول خوف الطلاب من السخريّة) غير قادرين على رؤية خصائص الضحك الإيجابية (على سبيل المثال، تخفيف التوتر)، فإن هؤلاء الطلاب ينظرون إلى الضحك في الفصل الدراسي على أنه تهديد ومسبب للخلج، وقد يظهرون سلوكيات عصبية مثل التمللم والنظر إلى الأسفل عندما يدلي الطلاب بتعليقات فكاهية أو الأستاذ. غالباً ما يبدو هادئين بشكل مفرط، وغير قادرين على المشاركة حتى في الحد الأدنى من المناقشات. إن المعلم الذي يفترض أن الضحك هو أفضل دواء قد يساهم في الواقع في الاستجابات القائمة على الخوف لدى بعض الطلاب الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا

ويظهر القلق واضحاً في مرحلة المراهقة لأنها المرحلة الحرجة أو مرحلة الازمات والمشاكل وذلك بسبب طبيعة التغيرات النمائية في جوانب الشخصية المختلفة كما ان الشاب المراهق يواجه بتحديات المطالب الأساسية الملحة التي تجعله يتعرض لضغوط نفسية ومن هذه المطالب تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق وتحقيق هويته وتنمية القيم والمعايير الخلقية والحاجة للمركز الاجتماعي واتخاذ القرارات التي تتعلق بمستقبله المهني والذي يعد من المهام الرئيسية للمراهق والذي يجعله مواجهاً بضغوط من قبل المحيطين به (مرسي ، ٢٠٠٢ ، ص ٢٥-٢٨).

وتؤكد ( ما كنمارا) ان الفرد الذي يراقب الاحداث بشكل مبالغ فيه فأن هذه الاحداث ستتحول الى مصادر للضغط وان أدراك المثير على انه سلبي يرجع الى عدم قدرة الفرد على التحكم فيه ومن ثم ارتفاع الاحساس بالقلق ( McNamara,2000,. p ٤-٥).

ويتصف الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل بانه لا يثق بأحد مما يؤدي للاصطدام بالآخرين وهذا ما يخلق الخلاقات معهم كما انه سيستخدم اليات دفاعية ذاتية مثل الازاحة ، والكبت والاسقاط من اجل التقليل من حالاته السلبية.(Rappaport, 1991,P104-103).

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

فقد أشار زاليسكي (1996) أن من يعانون قلق المستقبل، يعانون الشعور بالوحدة ولا يستطيعوا التخطيط للمستقبل ويفتقدون المرونة ولا يستطيعون مواجهة المواقف الحرجة في المستقبل، وكثيرا ما يلجأ هؤلاء إلى الاستعانة بالآخرين ويهربون للماضي، وينسحبون من الأنشطة الحيوية، فكلما ارتفع قلق المستقبل انخفضت دافعية الفرد للإنجاز، ولجأ للمعتقدات الخرافية وبالتالي فإن أولئك الأشخاص ذوي التقدير السالب للذات لديهم بالضرورة ثقة ضعيفة في قدرتهم على مجابهة الأحداث والمشكلات جميعها، بما فيها الأحداث السلبية المؤلمة، لذلك فهم يتعرضون للكثير من الإحباطات أكثر من غيرهم لقلق المستقبل ( Zaleski, 1996, p. 115)

وبالنسبة لمكونات وتكرار المخاوف المختلفة عند الناس ، يظهر أن الخوف من المستقبل يبدأ في سن ( ١١ - ١٤ ) عام وذلك بنسبة (٢,٨%) ويزداد في سن (١٥-١٩) عاماً بنسبة (١٥,٧%) ويكون اعلى تكرار له في (٢٠) عاماً بنسبة (٥١,٤%). ويبدو أن العمر من ( 9-20 ) يكون من اكثر المراحل عرضة للقلق وذلك بسبب مستوى النضوج والخبرات السابقة عن النجاح والفشل والمسؤولية. ( Susulowska, 1985,P. 1075-1085 ) هذا و توضح مجموعة متزايدة من الأدبيات أهمية الرضا عن الحياة بالنسبة للأداء النفسي والتعليمي والاجتماعي والجسدي للأطفال والمراهقين (Suldo, et al.2009)

حيث نجد أن المراهقون يقضون وقتاً كبيراً في التعلم والتواصل الاجتماعي في المدارس (Oberle et al., 2011) تفنجد أن علاقاتهم مع الآخرين المهمين داخل المدرسة والفصول الدراسية، أي الأقران والمعلمين، "تكتسب معنى متزايداً لأن المراهقين يبحثون عن الدعم من البالغين خارج المنزل وقبول الأقران" (Wang & Holcombe, 2010, p. 637) لقد وثقت الأدلة التجريبية جيداً أن العلاقات الإيجابية والبناءة مع الأقران والمعلمين تساعد في تحسين نوعية حياة المراهقين، والحفاظ على الأداء الأمثل، والحماية من النتائج السلبية فيما يتعلق بالصحة الجسدية والعقلية- (Wong & Siu, 2017). وفي المقابل فإن العلاقات الاجتماعية السلبية والمدمرة داخل البيئة المدرسية تمثل سلسلة من السلوكيات الإشكالية والأعراض النفسية التي ثبت أنها تضر بالتكيف النفسي والاجتماعي للمراهقين ورفاهيتهم. (Konishi et al., 2010; Mínguez, 2019) كما ان هناك أدلة تثبت أن التفاعلات الإيجابية مثل الاحترام المتبادل والثقة والدعم يفضي إلى التكيف الاجتماعي والعاطفي وكذلك الرضا العام عن الحياة لدى المراهقين (Colarossi & ٢٠٠٣ Malecki & Demaray, 2003, Eccles, في حين أن التفاعلات الاجتماعية السلبية مثل الإساءة العاطفية والجسدية، غير عادلة وترتبط المعاملة والإيذاء بمجموعة متنوعة النتائج غير

التكيفية مثل القلق والعزلة الاجتماعية وانخفاض الرضا عن الحياة (Konishi et al., 2010) فقد ثبت أن العلاقات الاجتماعية تمارس بشكل كبير تأثيرها على الصحة النفسية والعقلية للمراهقين (Kim & Kim, 2013) وتلك العلاقات السلبية مع الأقران والمدرسون تقوض تصورات المراهقين عن نوعية حياتهم. (Konishi et al., 2010).

لذا نجد إن مرور المراهق بالعديد من التجارب المؤلمة والمتكررة بسبب التعرض للسخرية والتتمر من قبل الأقران في المدرسة، وانخفاض الدعم من قبل المعلمين ، والعقاب من قبل المعلمين كلها عوامل قد تؤدي إلى تطور رهاب الجلوتوفوبيا، حيث يلعب التعرض للسخرية والضحك بشكل متكرر، حيث يرتفع توقع ذوى ذلك الاضطراب من تعرضهم للأذى المستمر المتمثل في تتمر الأصدقاء عليهم، وتتنخفض الرغبة لديهم في التحدث أمام زملائهم مما يؤدي إلى عدم مشاركتهم في الأنشطة المدرسية، ومع المرور بتجارب متعددة من المضايقات والإنباء أثناء مرحلتي الطفولة والمراهقة ، وعدم وجود دعم من الأقران في المدرسة كلها عوامل قد تؤدي أيضاً إلى تطور رهاب الجلوتو فوبيا

ويشعر الأفراد ذوى رهاب الجلوتوفوبيا بالقلق والتوتر، وعدم الارتباح، والشعور بالخزي والعار كاستجابة إنفعالية لما يتعرضون له من مواقف السخرية بصورة مستمرة (Ruch et al., 2019) كما يشعرون بالخجل، وعدم الأمن، وعدم الثقة في أنفسهم وقدراتهم وقد أشارت نتائج دراسة (Cortelo: 2014)، إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا كان مرتبطاً بانخفاض تقدير الذات، وارتفاع مستويات الحزن والضييق النفسي، وقصور الوظائف الاجتماعية والتكيف والتعامل مع الفكاهة؛ كما أشارت نتائج دراسة (Vagnolil, et al. 2021) إلى وجود علاقة سلبية بين رهاب الجلوتو فوبيا والتعامل والتكيف مع الفكاهة لدى الإناث والذكور في عمر ١٨ عاماً، كما أشارت نتائج دراسة (Vagnoli et al , 2022) ارتباط رهاب الجلوتو فوبيا ارتباطاً سلبياً بأنماط الفكاهة الودية والفكاهة المعززة للذات والفكاهة العدوانية.

وقد أشارت نتائج دراسة (Ruch, et al, 2014) إلى أن البالغين المصابين برهاب الجلوتوفوبيا ذكروا أن الأسباب التي أدت إلى تطور وزيادة ذلك الرهاب لديهم كانت مرتبطة بالخبرات السلبية والمضايقات التي تعرضوا لها والمرتبطة بزيادة وزنهم والتي كانت مرتبطة بدورها برهاب الجلوتو فوبيا ، كما أبلغت الفتيات اللاتي يعانين من السمنة المفرطة، والأولاد الذين يعانون من النحافة المفرطة عن تعرضهم لكثير من تجارب السخرية والمضايقات التي تعرضوا لها في مرحلة المراهقة بسبب وزنهم، وأن هذه التجارب ارتبطت بقلّة وانخفاض الفرح والسعادة في المدرسة،

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

كما ارتبطت أيضاً بمعاناتهم من رهاب الجلوتوفوبيا.

كما أشارت نتائج دراسة (Tainá, et al , ٢٠٢٢) حول العلاقة بين سمة القلق والخوف و تقييم مدى ارتباط رهاب الجيلوتوفوبيا بقلق السمات في عينة من البرازيليين طلاب الجامعات. لكل من التجارب المبلغ عنها ذاتياً حول الإيذاء المتمتر ومقاييس قلق السمات التي تم تقييمها بواسطة جرد سمات القلق وتكونت الدراسة من عينة مكونة من ٦٥ شخصاً بالغاً متطوعون 21.48 عاماً، وتشير النتائج أن الأغلبية العظمى من الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا تم الإبلاغ عن تعرضهم للتخويف سابقاً. وجميع الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يعانون من سمة القلق.

وتشير نتائج دراسه (Ruch, et al , ٢٠١٠) حول علاقة الإثارة في مرحلة الطفولة بالتعبير عن رهاب الجلوتوفوبيا عند البالغين في ملاحظات من الممارسة السريرية، يعود أصل رهاب الجلوتوفوبيا ، أي الخوف من التعرض للسخرية، إلى التجارب المؤلمة للسخرية في مرحلة الطفولة. نظراً لأنه من المفترض أن يتوسط الشعور الشخصي بالخلج رهاب الجيلوتوفوبيا، فقد تم اختبار هذه الفرضية باستخدام مجموعة من رهاب الجيلوتوفوبيا ((N = 99، وهي مجموعة سريرية قائمة على الخجل ((N = 103، وهي مجموعة سريرية غير قائمة على الخجل) (N = 166)، والضوابط العادية (ن = ٤٩٥). في حين أن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا و المجموعة القائمة على الخجل أفادوا بوجود تجارب مؤلمة أكثر من المجموعة الضابطة العادية والمجموعة غير القائمة على الخجل ، فإن شدتها وتكرارها لم يفسر الفروق الفردية في الخوف من التعرض للسخرية بالنسبة إلى كارهي الجلوتوفوبيا والمجموعة القائمة على الخجل

أيضاً تشير نتائج دراسة (Vagnoli, et al , ٢٠٢١) حول قياس الخوف من التعرض للسخرية لدى المراهقين الإيطاليين والروس عبر الثقافات و تهدف إلى الحصول على أول بيانات مقارنة عن الشباب الإيطالي (العدد = ١٠٩٨، ٢٠-١٣ عاماً) والروسي (العدد = ٣٨٨، ١٢-١٧ عاماً) باستخدام استبيان <GELOPH<15>. دعمت النتائج ، إن الخوف من التعرض للضحك يظهر مستويات أعلى خلال مرحلة الطفولة، ويبدأ في الانخفاض مع تقدم العمر خلال فترة الطفولة. فترة المراهقة ويصبح أقل عند البالغين. كانت العلاقة السلبية بين رهاب الجلوتوفوبيا والتعامل مع الفكاهة الموجودة في العينة الإيطالية، والتي أظهرت نتائج ملحوظة لدى الفتيات والفتيان بعمر ١٨ عاماً. يمكن افتراض ذلك رهاب الجلوتوفوبيا متأصل في فترة المراهقة، عندما يكون له نمط

===== (٨) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====



وكشفت نتائج دراسة ( Platt., 2021 ) حول رهاب الجلوتوفوبيا الشديد: والاستجابات العاطفية والجسدية للسخرية والتتمر لا يزال فهنا لرهاب الجيلانو غير مكتمل، حيث نادراً ما تتضمن العينات أعداداً كبيرة من الأفراد الذين يعانون من خوف ملحوظ وشديد، وذلك بسبب انخفاض معدل انتشارهم. وبالتالي، لا يُعرف سوى القليل عن كيفية اختلافهم عن أولئك الموجودين في الطرف الأدنى من سلسلة الخوف تم تعيين المشاركين الذين لديهم رهاب الجلوتوفوبيا الخفيف، والشديد، بشكل عشوائي إلى استبيان سيناريوهات السخرية (RTSq) ؛ ن = ٢٩٥ (أو قائمة التحقق من رهاب الجلوتوفوبيا (GC)؛ ن = ١٤٣). (عند الإجابة على اختبار RTSq ، فإن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا الشديد، مقارنة برهاب الجلوتوفوبيا الخفيف ، تعرضوا لمزيد من المفاجأة والخجل الأعلى (ولكن ليس خوفاً أعلى) استجابة للسخرية. علاوة على ذلك، بالنسبة لهؤلاء الأفراد، أثارت سيناريوهات الإثارة قدرأ أقل من الفرح، ومفاجأة أكبر، وخجلاً وخوفاً. وكشف GC هذا التطرف لدى الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا معدلات خوف ذاتية أعلى من تلك المحددة، لكنهم لم يختلفوا في عدد الأعراض الجسدية التي يعانون منها. يميل الأشخاص المصابون برهاب الجلوتوفوبيا إلى الشعور بتوتر العضلات والتعرق واحمرار الوجه في أغلب الأحيان عند مواجهة الضحك

أيضاً تشير نتائج دراسه ( Proyer et al., ٢٠١٢ ) حول رهاب الجيلوتوبيا: والرضا عن الحياة والسعادة عبر الثقافات وتمت دراسة الخوف من السخرية (رهاب الجيلوتوفوبيا) في علاقته بالمفاهيم علم النفس الإيجابي في النمسا والصين وسويسرا. وعلاقته بالرضا عن الحياة لثلاثة توجهات للسعادة؛ حياة المتعة (مذهب المتعة)، حياة المشاركة (متعلقة بتجارب التدفق)، وحياة المعنى (الحياة الجيدة). أكمل المشاركون (العدد = ٧٤٤) مقاييس التقرير الذاتي لرهاب الجيلوتوبيا، والرضا عن الحياة، والتوجهات نحو السعادة. وكشفت النتائج يمكن العثور على رهاب الجلوتوفوبيا في البلدان الثلاثة. تجاوز المشاركون النقاط الفاصلة مما يشير إلى رهاب الجيلاتين في النمسا (٥٠،٨٠%)، الصين (٧،٣١%)، وسويسرا (٧،٢٣%). الخوف من الضحك كان مرتبطاً سلباً بالرضا عن الحياة في جميع البلدان الثلاثة. وصف رهاب الجلوتوفوبيا أنفسهم بانخفاض التقديرات العامة لحياتهم.. وبشكل عام، تظهر النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا لا يتبعون أيًا من التوجهات الثلاثة نحو السعادة.

كما تشير نتائج دراسة ( Cite as: Del Moral et al., ٢٠٢٢ ) كان الهدف هو استكشاف كيفية

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين. ■■

ارتباط رهاب الجلوتوفوبيا بالتعلق الآمن بالوالد ودرجة الرضا عن الحياة الاجتماعية واستراتيجيات المواجهة لدى عينة غير إكلينيكية من الشباب الإسباني، وأشارت النتائج الى ارتباط الحياة الاجتماعية المرضية بمستويات منخفضة من رهاب الجلوتوفوبيا ومستويات عالية من التعلق الآمن بالأب، و مع استخدام استراتيجيات التكيف الإيجابية المتمثلة في السيطرة والدعم الاجتماعي. يؤمن الارتباط بالأب بشكل إيجابي مع استراتيجيات التكيف التي تركز على طلب الدعم الاجتماعي و يرتبط سلبا مع رهاب الجلوتوفوبيا. أيضاً هناك علاقة بمستويات عالية من الارتباط الآمن بالأب وارتفاع الرضا عن الحياة و مستويات منخفضة من رهاب الجلوتوفوبيا.

أيضاً تشير نتائج دراسته (Utomo, & Adiyanti, 2023) لتحديد تأثير التعلق الوالدي على الميل الى رهاب الجلوتوفوبيا بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٦ و ١٨ عاماً في إندونيسيا، يبدأ في مرحلة الطفولة نتيجة فشل العلاقة بين الطفل ومقدم الرعاية له. فالأحداث المؤلمة أثناء علاقة الطفل بوالديه هي نتيجة لتكرار السخرية منه والضحك عليه فالعلاقة بين الطفل ووالديه. ليست قوية من الأساس وهذا يؤثر على ظهور رهاب الجلوتوفوبيا عند الأطفال، خاصة إذا كان لا يظهر الآباء المودة والدفء. وأظهرت النتائج أهمية كبيرة لتأثير الارتباط الوالدي على الميل إلى رهاب الجلوتوفوبيا ونلاحظ من خلال استعراض الدراسات السابقة الخاصة بالجلوتوفوبيا، أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا كان مرتبطاً بانخفاض تقدير الذات، وارتفاع مستويات الحزن والضييق النفسي، وقصور الوظائف الاجتماعية، كما ذكر المراهقين المصابين برهاب الجلوتوفوبيا أن الأسباب التي أدت إلى تطور وزيادة الرهاب لديهم كانت مرتبطة بالخبرات السلبية والمضايقات التي تعرضوا لها خلال مرحلة الطفولة وتعرضهم لكثير من تجارب السخرية والمضايقات في مرحلة المراهقة والمدرسة هذه التجارب ارتبطت بقلة وانخفاض الفرح والسعادة في المدرسة، كما ارتبطت أيضاً بمعاناتهم من رهاب الجلوتوفوبيا، وجميع الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يعانون من سمة القلق. والتوتر، وعدم الارتياح، والشعور بالخزي والخجل كاستجابة إنفعالية لما يتعرضون له من مواقف السخرية بصورة مستمرة ، كما أرتبط رهاب الجلوتوفوبيا بانخفاض التقديرات العامه للرضا عن حياتهم، أيضاً ركزت نتائج الدراسات على الأهمية الكبيرة لتأثير العلاقة الآمنة بالوالد وأرتفاع درجة الرضا عن الحياة ومستوى الجلوتوفوبيا لدى المراهقين، وبناء على ما أشارت الية نتائج الدراسات الخاصة بالجلوتوفوبيا صمم الباحث مقياس الجلوتوفوبيا كأداة بحثية تناسب الهدف من البحث الحالي حيث يركز البحث الحالي على الجلوتوفوبيا وعلاقتها بقلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين. هذا ونجد أن الدراسات السابقة تشير الى إن إيذاء الأقران وعدم عدالة

المعلمين داخل السياقات المدرسية يمكن أن يضعف قدرة المراهقين على التعلم وقدرتهم على تعبئة الموارد النفسية والاجتماعية للتعامل مع المطالب المدرسية والمحافظة على وضع صحي سليم . وبالتالي سوء التكيف المدرسي اللاحق من شأنه أن يعيق معتقدات الكفاءة الذاتية لدى الأطفال ويؤدي إلى زيادة مشاعر القلق تجاه الواجبات المدرسية وبالتالي فإن حالة القلق المستمر تجاه الواجبات المدرسية من شأنه أن يصرف المراهقين عن المهام المدرسية ويؤدي إلى ذلك سوء التكيف المدرسي مما يؤثر سلباً عليه (Flaspohler et al., 2009; Grills & Ollendick, 2002; Schwartz2005).

وقد أشارت نتائج دراسه (Ari, 2011) في تركيا إلى الكشف عن قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى طلبة المدارس الثانوية العليا والكليات تكونت عينة الدراسة من (1525) طالباً وطالبة. وأظهرت النتائج وجود اختلافات بين بعدي الإستكشاف والإلتزام في ضوء مستوى الحميمية والقلق من المستقبل، فكما تميزت الشخصية بالحميمية تدنت السلوكيات السلبية وازدادت مستويات استكشاف البيئة المحيطة والإلتزام، مع انخفاض المخاوف والقلق من المستقبل المتمثلة بضعف العلاقة مع الآخرين وعدم القدرة على العيش في البيئة الاجتماعية المحيطة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في مجال الإلتزام، ولصالح الذكور في مجال الاستكشاف ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تندي المخاوف والقلق من المستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث خاصة في المجالين الاقتصادي والتعليمي وفرص التعليم الأفضل.

وأجريت مسعود (2006): دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل والأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية. وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين قلق المستقبل وكل من الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية ووجود فروق بين درجات كل من المراهقات والمراهقين في قلق المستقبل لصالح الإناث.

وأيضاً هدفت دراسة (Miles, et al. 2004) إلى فحص العلاقة بين الذكريات السلبية والذكريات الإيجابية وبين الشعور بكل من القلق والاكتئاب عند المراهقين. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق والاكتئاب وبين الذكريات السلبية لدى المراهقين الذين حصلوا على درجات عالية في القلق حصلوا أيضاً على درجات عالية في الاكتئاب.

كما تشير نتائج دراسة (Kristine, et al , 2013) لإدراك التحكم في القلق المرتبط بالأزمات الحادثة في مرحلة المراهقة المبكرة لدى المراهقين الذين يعيشون في مستوى دخل منخفض، وتكونت العينة من (162) مراهقا، تم اختيارهم من (5) مدن مختلفة في الولايات المتحدة

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ■■

الأمريكية، وأوضحت النتائج أن هناك علاقة جوهرية إيجابية بين معتقدات التحكم بالقلق ومهارات التعايش والمساندة الاجتماعية وعلى النقيض من هذه العلاقة فإن معتقدات التحكم بالقلق ظهرت أكثر لدى المراهقين كثيري المشاحنات، ولدى الأسر التي بها صراعات ومشكلات وأيضاً لدى المراهقين ذوى تقدير الذات المنخفض

وقد أشارت نتائج دراسه ( عداكئة ٢٠١٤ ) بالكشف عن علاقة قلق المستقبل بالعزلة الاجتماعية - وهي من مظاهر الاكتئاب - لدى طلبة جامعة الوادي بالجزائر ؛ إذ أجريت الدراسة على عينة من طلاب وطالبات الجامعة بلغت ١٥٥، وطبق مقياس قلق المستقبل ومقياس العزلة الاجتماعية، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل والعزلة الاجتماعية، كما أظهرت فروقا في درجات قلق المستقبل تبعاً لاختلاف كل من المستوى الاجتماعي والمستوى الثقافي وتبعاً للجنس، في حين لم يظهر اختلاف في درجات مستوى العزلة تبعاً لاختلاف المستويين الاجتماعي والثقافي والجنسي.

وهدفت دراسة جبر (٢٠١٢) إلى الكشف عن العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية. وتكونت عينة الدراسة من (٨٠٠) طالباً بجامعتي الأزهر والأقصى تراوحت أعمارهم بين ١٨-٢٩ سنة طبق عليهم قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية إعداد كوستا وماكري (١٩٩٢, Costa & Mc Crae تعريب الأنصاري ) (١٩٩٧)، ومقياس قلق المستقبل (إعداد الباحث)، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين العصابية وقلق المستقبل، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين (الانبساط، الانفتاح على الخبرة وقلق المستقبل. وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل تعزى إلى النوع أو التخصص أو المستوى الدراسي.

وكشفت نتائج دراسه المشاقبة (٢٠١٤) هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى جودة الحياة ومستوى قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، وهل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة، حيث طبقت هذه الدراسة على عينة عشوائية بسيطة تكونت من (٢٨٤) طالباً من طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية تم استخدام مقياس جودة الحياة إعداد الباحث، ومقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير (٢٠٠٥م). وقد أظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من جودة الحياة لدى طلاب كلية التربية والآداب، ومستوى بسيط من قلق المستقبل لديهم، كما أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وأنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة.

أيضاً أشارت نتائج دراسة الكريديس (٢٠١٥) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة، والتعرف على الفروق في متغيرات الدراسة بسبب متغير العمر الحالة الإجتماعية ( تكونت عينة الدراسة من (٥٤٥) طالبة في جامعة الأميرة نورة واستخدمت مقياس قلق المستقبل) المشيخي ٢٠٠٩م، ومقياس الرضا عن الحياة مجدي الدسوقي ، ١٩٩٨م . جاءت نتائج الدراسة بوجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل وبين الرضا عن الحياة كلما ارتفعت درجات الرضا عن الحياة انخفضت درجات قلق المستقبل يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة من مستويات أبعاد قلق المستقبل توجد فروق دالة إحصائياً في (التفكير السلبي اتجاه المستقبل، النظرة السلبية للحياة، المظاهر الجسمية وفي الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل لصالح الفئة العمرية (أكثر من ٢١ سنة)، توجد فروق دالة إحصائياً في بعد (المظاهر الجسمية لقلق المستقبل الصالح المتزوجات توجد فروق دالة إحصائياً في الإجتماعية، القناعة) وفي الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة لصالح الفئة العمرية (من ٢٠-٢١) سنة، توجد فروق دالة إحصائياً في أبعاد الاجتماعية القناعة)، لمقياس الرضا عن الحياة لصالح الطالبات الغير متزوجات . **ونلاحظ من خلال إستعراض الدراسات السابقة الخاصة بقلق المستقبل، ركزت نتائج الدراسات السابقة المرتبطة بقلق المستقبل بأهمية المناخ البيئي المحيط بطلاب المدارس من إيداء الإصنقاء وعدم عدالة المدرسين بالبيئة المدرسية مما يضعف قدرة المراهقين على التعلم وسؤ التكيف المدرسي، وأيضاً أهمية العلاقات الإجتماعية الداعمة والبيئة المحيطة الأمنة في تدنى السلوكيات السلبية والمخاوف وقلق المستقبل، أيضاً أشارت نتائج بعض الدراسات على أهمية الذكريات السلبية والذكريات الإيجابية وبين الشعور بكل من القلق والاكنتاب عند المراهقين، أيضاً علاقه الموجبة بين قلق المستقبل والعزلة الإجتماعيه، والعلاقة بين الرضا عن الحياه وقلق المستقبل، وأنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة. هذا ويهتم البحث الحالي بالجلوتوفوبيا كمتغير هام وعلاقته بقلق المستقبل والرضا عن الحياه لدى شريحة المراهقين، ومع تزايد الأعباء والضغوط سواء من الإنسحاب الإجتماعي وإيداء الأقران وإضطراب العلاقه مع المدرسين وزيادة المشكلات الانفعالية تجعل الفرد غير قادر على مواجهة متطلبات الحياة ؛ مما يزيد من الأعباء على كاهله ويزيد من درجة القلق والتوتر والانفعال ، والمشاعر ذات الطبيعة السلبية كالإحساس بالاضطهاد ، والإحساس بالعزلة أو الدونية وغيرها وهذا ما يسهم في ارتفاع درجة الضغوط النفسية ، مما يؤدي إلى تدني مستوى الرضا عن الحياة، وقد أشارت نتائج دراسته (Ruch, et ., ٢٠١٤) وجود بعض المجموعات التي لا تتأثر نسبياً برهاب الجلوتوفوبيا؛ حيث أشارت نتائج بعض البحوث والدراسات إلى أن مستويات رهاب الجلوتوفوبيا كان قليلاً في بعض الدول السعيدة (مثل**

## الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .

الدنمارك، والسويد)، وتوجد مستويات مرتفعة من الأمل والحماس والحب، والذكاء العاطفي، والرضا عن الحياة، والتي تعد بمثابة نقاط قوة تعوق وتعطل وجود وتطور رهاب الجلوتوفوبيا

وحول إيذاء الأقران، وظلم المعلمين، والرضا عن حياة المراهقين: الأدوار الوسيطة للشعور بالانتماء إلى المدرسة والقلق المرتبط بالعمل المدرسي أشارت نتائج دراسة (Huang, 2020) حيث يقضي المراهقون وقتاً كبيراً في التعلم والتواصل الاجتماعي في المدرسة. وإن إيذاء الأقران (العلاقة السلبية بين الأقران) وعدم عدالة المعلم (العلاقة السلبية بين الطالب والمعلم)، والتي عادة ما تكون متصلة في البيئة المدرسية، يمكن أن يكون لها آثار سلبية على الرضا عن حياة المراهقين تم استخدام عينة مكونة من ٥٧١٢ مراهقاً بعمر ١٥ عاماً من الولايات المتحدة الأمريكية وأظهرت نتائج نمذجة المعادلة الهيكلية أن كلا من إيذاء الأقران وعدم عدالة المعلم كان لهما تأثير معنوي سلبي وأثار على مرض التصلب الجانبي الضموري؛ كما إن الشعور بالانتماء إلى المدرسة يتوسط جزئياً في تأثير إيذاء الأقران على التصلب الجانبي الضموري، كما أن القلق المرتبط بالواجب المدرسي يتوسط جزئياً في تأثير إيذاء الأقران وظلم المعلم على التصلب الجانبي الضموري. وسعت نتائج البحث فهما للآليات الكامنة وراء إيذاء الأقران، وظلم المعلمين، والتصلب الجانبي الضموري والرضا عن الحياة لدى المراهقين

كما أشارت نتائج دراسة عدة (٢٠٢١) تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى رضا الطلبة الجامعيين عن الذات وعن الدراسة من خلال استبيان تم بناءه وتصميمه من قبل الباحثة يتمثل في أداة لقياس مستوى الرضا عن الذات والرضا عن الحياة، عبر تطبيق مقياس دينير للرضا النفسي عن الحياة، على عينة مكونة من ٤٣٥ طالبا منهم ٣٢٠ طالبة و ١٠٥ طالبا يدرسون بجامعة تلمسان بقسم علم النفس. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة أكثر رضا عن الذات وأقل رضا عن الدراسة، وأن الإناث أكثر رضا من الذكور في الدراسة.

وقد كشفت نتائج دراسة ( Qianqian Dou. 2022) تأثير الوساطة المتسلسلة لجودة الصداقة والتماسك الأسري في العلاقة بين عدم الرضا عن الجسم والقلق الاجتماعي لدى الطلبة المراهقين المجموع ٩٧٢ تم تسجيل الطلاب) متوسط العمر = ١٥,٧٧ سنة. تم الانتهاء من جميع المشاركين استبيانات تتعلق بعدم الرضا عن جسم المراهق، والشعور بالنقص، والتماسك الأسري، جودة الصداقة والقلق الاجتماعي. وجدت دراستنا أن عدم الرضا عن الجسم كان مرتبطاً بشكل إيجابي مع القلق الاجتماعي. ووجد أن الشعور بالنقص والتماسك الأسري يلعبان دوراً متسلسلاً في

العلاقة بين عدم الرضا عن الجسم والقلق الاجتماعي. بالإضافة إلى ذلك، تلعب جودة الصداقة دوراً معتدلاً في العلاقة بين عدم الرضا عن الجسم والشعور بالنقص وأن تماسك الأسرة وجودة الصداقة، أمر مهم العناصر الموجودة في النظام المصغر للمراهقين، تتفاعل مع بعضها البعض. هذه التأثيرات بدورها لها التأثير على الخصائص النفسية للفرد - القلق الاجتماعي. ويرتبط عدم الرضا عن الجسم بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين.

ايضاً أسفرت نتائج دراسة (GORDON, et al. ٢٠١١) حول تقرير ذاتي عن تقدير الذات، والتوجه نحو الحياة، والرضا عن الحياة، وتم فحص البلطجة والتتمر فيما يتعلق بتجارب الإيذاء بين ٥٤ طالبا الذين يتلعثمون و٥٤ طالباً لم يتلعثموا. أولئك الذين تلعثموا أفادوا أن نسبة الإيذاء (٤٤,٤٪) من الطلاب الذين لم يفعلوا ذلك التأتأة (٩,٢٪). وقد وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين وسائل تقدير الذات والتوجه الحياتي، حيث أبلغ الطلاب الذين تلعثموا عن انخفاض احترام الذات و أقل تفاؤلاً بالتوجه الحياتي من أولئك الذين لم يتلعثموا. في كلا المجموعتين الطلاب، كان لدرجات الإيذاء العالية ارتباطات سلبية ذات دلالة إحصائية مع توجه حياة متفائل، واحترام الذات العالي، والرضا العالي عن الحياة ونظراً لتزايد احتمال تعرض الطلاب المتلعثمين للتتمر، فإن العلاقة السلبية بين متغيرات التكيف والتتمر، والآثار السلبية المحتملة طويلة المدى للتتمر، وزيادة اليقظة والتدخل المبكر.

وأشارت نتائج دراسه (Saadia, & Naem. 2019) ، بحثت الدراسة في تأثير الحالة الذاتية من حيث الاكتئاب والقلق والتوتر والرضا عن الحياة على المستوى الأكاديمي والأداء مع الإشارة إلى جنس ودرجة المشاركة. العينة مكونة من ٥٠٠ المراهقون (الفئة العمرية = ١٣-٢١ سنة). كشفت النتائج أن المراهقون الذين يعانون من الاكتئاب، والقلق والتوتر هم أقل رضا عن حياتهم ويظهرون أداء أكاديمي منخفض من حيث درجاتهم. علاوة على ذلك، يؤثر الجنس أيضاً على التعرض للقلق والتوتر. الدراسة أيضاً يسلط الضوء على الآثار العملية للأباء والمعلمين والمستشارين والعاملين في مجال الصحة العقلية.

كما أسفرت نتائج دراسة العشم و المري (٢٠٢٣) هدف البحث إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وتكونت عينة الدراسة من (٥٤٠) طالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٥ الى ٢٠ عام)، واستخدمت أدوات : مقياس الرضا عن الحياة من إعداد (مجدي الدسوقي ، ١٩٩٨) ، مقياس قلق المستقبل من إعداد زينب شقير (٢٠٠٥)، وتوصلت البحث إلى عدة نتائج منها : وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة و

## == الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ==

قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية أيضاً عدم وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة ترجع لمتغير السن. ونلاحظ من خلال إستعراض الدراسات السابقة الخاصة بالرضا عن الحياة ركزت نتائج الدراسات على ان المستويات المرتفعة من الأمل والحماس والحب، والذكاء العاطفي، والرضا عن الحياة، تعد بمثابة نقاط قوة تعوق وتعطل وجود وتطور رهاب الجلوتوفوبيا، كما ان إيذاء الأقران وظلم وقسوة بعض المعلمين له تأثير سلبي على الرضا عن الحياة لدى المراهقين، أيضاً يرتبط عدم الرضا عن الجسم بالقلق الاجتماعي وعدم الرضا عن الحياة لدى المراهقين، كما أن تعرض الطلاب المتلعثمين للتمرير يؤثر سلباً على تقدير الذات، والتوجه نحو الحياة، والرضا عن الحياة، وكشفت النتائج أن المراهقون الذين يعانون من الاكتئاب، والقلق والتوتر هم أقل رضا عن حياتهم ويظهرون أداء أكاديمي منخفض من حيث درجاتهم كما تشير النتائج الى وجود علاقة ارتباطيه بين الرضا عن الحياة و قلق المستقبل لدى المراهقين بالمرحلة الثانوية، ويركز البحث الحالي على العلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين مرتفعي الجلوتوفوبيا، فالرضا عن الحياة يتسع ليشمل الكثير من المتغيرات النفسية مثل (الرضا عن الذات، الرضا عن الأسره ، الرضا عن الأصدقاء ، الرضا عن المدرسة) فالرضا عن تلك الجوانب من حياة المراهق تلعب دورا بارزا في تخفيف الإصابة بالاضطرابات النفسية ، ويساعد على تعميق التوافق الاجتماعي للفرد وتخفف من الآثار السلبية التي يتعرض لها في مواجهته لأحداث الحياة الضاغطة وتحقيق الرضا عن الحياة، ومن خلال الاستعراض السابق لمشكلة البحث ونتائج الدراسات السابقة وجد الباحث أن المراهقين ذوى رهاب الجلوتوفوبيا يكون لديهم حساسية مفرطة تجاه ضحك الآخرين، حتى لو لم يكن هناك أي دليل على صلة وارتباط هذا الضحك بهم أو أنه موجه إليهم، ويعتبرونه مهدد ومهين لهم مما كان له تداعيته على بعض المتغيرات النفسية لديهم من الإنسحاب الإجتماعي والشعور بأنه موضع سخرية والشعور بالإضطهاد والشك و انخفاض تقدير الذات والقلق من المستقبل وعدم الرضا عن الحياة، والنظرة السلبية للمستقبل، وهذه المبررات ما دعت الباحث لتحديد الهدف الرئيسي من هذا البحث وهو: الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين لذلك

### هدف البحث الراهن إلى:

- (١) الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين من الطلاب ممن يعانون من الجلوتوفوبيا.
- (٢) التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا.
- (٣) التنبؤ بقلق المستقبل لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا .



٤) الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من مقياس قلق المستقبل ومقياس الرضا عن الحياة.

### أهمية البحث:

يستمد البحث الراهن أهميته من خلال الاعتبارات الآتية:

- ندرة الدراسات التي تناولت رهاب الجلوتوفوبيا لدى المراهقين - فى حدود ما أطلع عليه الباحث - فى البيئة العربية
- قد يزودنا البحث الحالى ببعض المعلومات عن ارتفاع الجلوتوفوبيا لدى المراهقين والدور الذى تآثر به على قلق المستقبل والرضا عن الحياة
- إعطاء بعض المؤشرات النفسيه للجلوتوفوبيا لدى المراهقين من الجنسين
- يمكن أن توجه نتائج البحث أنظار القائمين على التعليم بوزارة التربية والتعليم الى ضرورة الإهتمام ببرامج الوقايه والإرشاد وتفعيلها بالمدارس للتدخل مع الطلاب مرتفعى الجلوتوفوبيا

### الإطار النظرى للبحث :

أولاً : الجلوتوفوبيا : **gelotophobia**

التعريفات الإصطلاحية والإجرائية :

صاغ المعالج النفسى الألماني Michael Titzer مصطلح الجيلوتوفوبيا وذلك لوصف حالة من الخوف المرضى من السخرية والتي لاحظها من خلال عمله الاكلينيكي مع المرضى حيث لاحظ أن الأفراد المصابين بهذا الاضطراب يخشون من التعامل مع الآخرين خشبيه تعرضهم للسخرية، كما يتفاعلون بحساسية مفرطة تجاه ضحك الآخرين، حتى لو لم يكن موجه إليهم بالفعل (٢٠٠٩ Titze).

ومن الجدير بالذكر أن كلمة Gelotophobia تتكون من جزأين Gelos وهي كلمة يونانية تشير إلى الضحك و Phobia وتعنى الرهاب، ويشير رهاب الجلوتو فوبيا إلى الخوف من السخرية، ويمكن أن يوجد بدرجة بسيطة، أو متوسطة، أو شديدة، ونادراً ما يوجد رهاب الجلوتو فوبيا بدرجة شديدة لدى الأفراد العاديين (Leader & Mannion .2020)

ويشير رهاب الجلوتو فوبيا إلى خوف الفرد من أن يكون هدفاً للضحك عليه أو السخرية منه من قبل الأفراد الآخرين، فهو لا يفهم ماهية الضحك والسخرية اللطيفة الايجابية، حيث لا يستطيع

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

التمييز بينها وبين الضحك والسخرية السلبية، ويعتقد أن أى ضحك هو موجه له بطريقة بطريقة سلبية، وماكرة، وخبثية، مما يؤدي إلى خوفه من التواجد والظهور أمام الآخرين (Kohlimann, et al.2018)

ويوصف رهاب الجلوتوفوبيا بأنه عدم القدرة على الاستمتاع بالجوانب الإيجابية للفاكهة والضحك، وبالتالي فإن ذوى رهاب الجلوتوفوبيا يكون لديهم حساسية مفرطة تجاه ضحك الآخرين، حتى لو لم يكن هناك أي دليل على صلة وارتباط هذا الضحك بهم أو أنه موجه إليهم، ويعتبرونه مهدد ومهين لهم( Vagnoli, et al. ٢٠٢١ )

ويتم تعريفه على أنه الخوف من التعرض للسخرية ، فالأشخاص المصابون برهاب الجبلوتوفوبيا هم أفراد يظهرون ردود أفعال سلبية تجاه عدة أنواع من الضحك: فهم لا ينظرون إلى الضحك والابتسام من الأشخاص الذين يتفاعلون معهم على أنها أحداث إيجابية ولكن كوسيلة لإحباطهم. تم وصف الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا أيضاً على أنهم شديدي الملاحظة في وجود أشخاص آخرين ويشعرون بسهولة بالثك عند سماع الضحك من الآخرين، وغالباً ما يخطئون في نسب الضحك من الآخرين على أنه موجه لأنفسهم دون أن يكون لديهم سبب موضوعي للقيام بذلك. من المفترض أن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجبلوتوفوبيا لا يمكنهم تجربة الضحك على أنه استرخاء أو إيجابي، بل مجرد أعمال عدوانية من قبل الآخرين. هذه الأفكار مصحوبة بالاعتقاد بأنها سخرية بالفعل وبالتالي يتم السخرية منها لسبب وجيه ( ٢٠٠٩ Ruch and Proyer. ،a٢٠٠٨، Ruch and Proyer ٢٠٠٩؛Titze)

وقد عرفها روش بأنها الدرجة المرتفعة التي حصل عليها المشارك في التقييم على مقياس الخوف من السخرية الذي أعده (Ruch) والتي تعكس بنودة خوف الفرد من السخرية ومن ضحك الآخرين والشعور بالتوتر والقلق وعدم القدرة على الاسترخاء والعدوانية (Ruch et al ،٢٠٠٩)

**التعريف الإجرائي للجلوتوفوبيا :** هي شعور المراهق بالقلق والخوف وحساسيته تجاه ضحك أو ابتسام الآخرين نحوه وشعوره بالثك عند سماع ضحك الآخرين ، والإنسحاب الإجتماعي من التواجد مع الآخرين، بدرجة مرتفعة على مقياس الجلوتوفوبيا وأبعاده ( الإنسحاب الإجتماعي - الشعور بالثك - الشعور بالإضطهاد - الشعور بأنه موضع سخرية)، حيث تمثل الدرجة المرتفعة على المقاييس ارتفاع الجلوتوفوبيا لدى المراهقين.

### الجلوتوفوبيا وعلاقتها ببعض المفاهيم الأخرى :

الجلوتوفوبيا والقلق الإجتماعى : : من الطبيعى ارتباط القلق الإجتماعى بالجلوتوفوبيا فهما مشتركان فى انهما خوف ملحوظ ومستمر من المواقف الإجتماعية أو الأداء الذى قد يحدث فيه إحراج للفرد ، وكونهما يتشاركان فى مشاعر عدم الملائمة ، والحساسية الشديدة من التأثير السلبي، وتجنب التفاعلات الإجتماعية ، ولكن يختلفون فى كونهم لا يتفوقون فى المسببات، أيضاً يتميز رهاب الجلوتوفوبيا عن القلق الاجتماعى بعدد من الخصائص من أبرزها الحساسية الزائدة لدى الأفراد ذوى رهاب الجلوتوفوبيا تجاه المواقف غير المألوفة، مما قد يؤدي إلى السخرية منهم، كما يميلون إلى إساءة تفسير المواقف العادية، ويظهرون مستويات أعلى من الجوانب الانفعالية السلبية مقارنة بأعراض القلق الأخرى، ويتجنبون المواقف التي قد تؤدي إلى تعرضهم للسخرية (Carretero-Dios et al , 2010 Ruch, 2009; Titze, 2009)

الجلوتوفوبيا والشعور بالخزى : هو شعور الفرد بالخجل والشعور بالذنب بعد تجارب مؤلمة، ويمكن تشابهة مع الجلوتوفوبيا فى هذه النقطة حيث يوجد بينهما علاقة قوية لأنه لا يتعلق بأى تهديد حقيقى (Proyer et al , 2010)

### التقييم النفسى للجلوتوفوبيا :

فيما يتعلق ببنية شخصية الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجيلوتوف، فقد تم العثور على أدلة مهمة كما يلي :

الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يميلون إلى الانطواء والعصابية، ، أيضاً يشعر الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا بالتهديد عند مواجهة الأشخاص الضاحكين، لا يستطيع الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا التمييز بين المضايقة الطيبة والضحك الإيجابي و ينسبون المزيد من السلبية لدوافع أي نوع من الضحك .ولذلك، فإنهم يستجيبون لكل ضحكة بمشاعر سلبية مثل الخجل أو الخوف أو الغضب، ومن ناحية أخرى، فإن تجربتهم مع السعادة تكون أقل كثافة وأقصر مدة، أيضاً الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا ضعيفون نسبياً في تنظيم عواطفهم بطريقة سهلة ولديهم شعور أنه يمكن التخلص منهم بسهولة . متأثرين بمشاعر زملائهم السلبية، وهم في الوقت نفسه غير قادرين على توصيل مشاعرهم للآخرين بسهولة، وقيموا أنفسهم أن لديهم تقديرات ذاتية أقل لذواتهم ومهاراتهم الخاصة ويقللون من قدراتهم الحقيقية. وبالتالي فإنهم يقللون من شأن قدراتهم الفكرية، كما يتسم مرتفعو الجلوتوفوبيا

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .=====

بأنهم قليلي التفاعل والحركة في المواقف الإجتماعية وقليلى الحديث والعفوية وكثيرو العبوس  
(Platt and Ruch 2009, Titez : 2009)

وباستطلاع مجموعة من الدراسات والأبحاث المرتبطة بالجلوتوفوبيا ، قد بينت دراسات كل من  
(Ruch&Prayer., ٢٠٠٩)، (Sinaceur., Marwan ٢٠٠٩)، (Carretero-٢٠١٠)، (Dios & Prayer.,  
(Achenbach., ١٩٩١)، (Rossilt, ٢٠٠٣)، (Braiker, ٢٠٠٤)، (Ruch et al , ٢٠٠٨) حيث كشفت نتائجها أن رهاب الجلوتوفوبيا يتضمن مجموعة من الأبعاد  
منها : الانسحاب الإجتماعى / الشعور بالإضطهاد / الشعور بالاشك / الشعور بأنة موضع للسخرية  
واستفاد الباحث من ذلك فى التوصل إلى الأبعاد الأكثر تكراراً والمناسبة لطبيعة وسن العينة وذلك  
لإعداد مقياس الجلوتوفوبيا وهي: (الانسحاب الإجتماعى / الشعور بأنة موضع للسخرية / الشعور  
بالإضطهاد/الشعور بالاشك )

١- الانسحاب الإجتماعى : تم وصف الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا على أنهم  
غير آمنين (اجتماعياً) مع ضعف الكفاءات الاجتماعية، مع تقييد الحياة الاجتماعية (مثل الانسحاب  
الاجتماعى)، لذا نجد ان مرتفعى الجلوتوفوبيا ، يتجنبون التفاعل مع الآخرين ولديهم شعور بالخجل  
بدرجة عالية مما يدفعه للإضطواء بشكل ملحوظ و الهروب من التجمعات ولا يمتلكون التعبير عن  
مشاعرهم وأرائهم امام الآخرين

٢- شعور الشخص بأنة موضع للسخرية : الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا  
مقتنعون بوجود خطأ ما فيهم و وأنهم مثيرون للسخرية بالنسبة للآخرين؛ والقلق والخجل من  
السخرية مدفوع بمشاعر الدونية وانعدام الأمن واحتقار الذات، ويجد من يعانون من رهاب  
الجلوتوفوبيا صعوبة فى التمييز بين الضحكة المزيفة من الضحك الساخرة أو الخبيثة وبشكل عام،  
يميلون إلى الاعتقاد بأن الشيء الحقيقي هو كل الضحك يجب أن يكون عليهم، وهذا يشعره بفقد  
الثقة بنفسه وبمن حوله والإرناك والخوف المستمر ويشعر بالخزى والعار مما يدفعه عن التوقف  
عن المشاركة فى المواقف الإجتماعية

٣- الشعور بالإضطهاد : هو إعتقاد الفرد بأن من حوله يتربصون به والذي يحول بينه وبين  
شعوره بالأمان ،فهو شخص لا يأمن التعامل مع الآخرين و ينظر على أن الجميع يحاولون الإيقاع  
به فهو شخص دائم القلق فى التعامل وتبدو الجلوتوفوبيا فى الخوف من السخرية وبعد فترة معينة  
من الوقت تنتقل الى نوبات هلع، وفى هذه الحالة يبدأ الشخص بالخوف ليس فقط من السخرية  
ولكن أيضاً من أى نوع من الضحك ، وإنتقاله الى مرحلة الإضطهاد

== (٢٠) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====

٤- الشعور بالشك : الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا شديدي الملاحظة في وجود أشخاص آخرين ويشعرون بسهولة بالشك عند سماع الضحك من الآخرين، وغالباً ما يخطئون في نسب الضحك من الآخرين على أنه موجه لأنفسهم دون أن يكون لديهم سبب موضوعي للقيام بذلك. ولهذا السبب، يصبحت بسهولة الشك عند سماع الضحك من الآخرين. إنهم مقتنعون بأنهم سخيون بالفعل، وبالتالي يجب السخرية منهم

#### النظريات المفسره للجلوتوفوبيا :

أ- : نظرية ريتشاردسون :

تعد من النظريات ذات الأهمية لتفسير الجلوتوفوبيا وينظر لها على أنها القوة التي توجد داخل الفرد والتي تدفعه الى تحقيق ذاته، وأساس الجلوتوفوبيا عدم التوازن ، التوازن البيولوجي والنفسي والروحي الذي يسمح بالتكيف مع الظروف الحياتية فالضغوط والأزمات النفسية التي يمر بها الفرد تؤثر في قدراته على التكيف ومواجهة الأحداث الحياتية اليومية التي تؤثر بدورها على التوازن النفسي والروحي (Richardson , ٢٠٠٢)

ب- : نظرية كوفى :

أعتمدت نظرية كوفى على مجموعة من المبادئ الدائمة التي تقلل الجلوتوفوبيا وتقوم على الاعتقاد بالعيش والعمل بشكل مثالي

وقدم كوفى سبعة مقومات اساسية يودى الإهتمام بها الى خفض الجلوتوفوبيا هي :

١- النشاط بفاعلية : تتضمن قدرة الفرد على تحمل مسئولية أفعاله

٢- أن يبدأ يوماً بتفهم عميق لما يدور حوله الذى يتضمن توضيح القيم والأولويات قبل اختيار الأهداف

٣- التعامل مع الأهم قبل المهم : من خلال تنظيم الوقت ، وأدأرته، وحسن إستثماره

٤- توظيف العقل لتحصل على ما تريد من مكاسب عن طريق البحث عن المنافع المتبادلة

٥- أن يفهم الفرد وان يكون مفهوماً تعنى احترام الفرد لاراء الآخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم

٦- التعاون : من خلال العمل بروح الفريق الذى تسوده قيم واحدة

٧- الإهتمام والتفصيل الحازم للعادات الست السابقة

(Wicks, ٢٠٠٥)

## ■ الجلتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ■■

ج- : نظرية مرازيك :

اهتمت هذه النظرية بمجموعة من المهارات الحياتية التي تقلل من المخاطر المحبطة بالفرد، ومن هذه المهارات ما يلي :

١- الإستجابة السريعة للخطر : ذلك من خلال التعرف على متطلبات الوضع الإجتماعي، ومحاولة التكيف معه بغرض تجنب الخطر

٢- النضج المبكر : يشتمل القيام بمهام ومسئوليات تفوق العمر

٣- البعد عن المثيرات المؤلمة : من خلال إبعاد الفرد لذاته عن الإنفعالات الحاده

٤- البحث عن المعلومات : عن طريق تنمية الرغبة فى التعلم لدى الفرد

٥- إستخدام العلاقات : تعنى القدرة على تكوين علاقات جديدة

٦- التوقع الإيجابي : من خلال الفرد لنفسه بعد المرور بأزمه

٧- المخاطرة المؤثرة والمحسوبة : تتضمن قدرة الفرد على إتخاذ قرارات حاسمة مع تحمل مسؤولياتها بشكل شخصى

٨- إقتناع الفرد بأنه محبوب : تعنى إيمان الفرد بأنه يستحق الحب من الآخرين

٩- إعادة البناء المعرفى للأحداث المؤلمة : من خلال معالجتها لتصبح اكثر قبولاً من الفرد نفسه

١٠- الإيثارية : تعنى تفضيل الفرد للآخرين على نفسه ، والشعور بالسرور جراء ذلك

١١- الأمل والتفاؤل : يتضمن النظر للمستقبل نظرة إيجابية

(Mrazek, ١٩٨٧)

د- : نموذج فايلانت :

تقوم هذه النظرية على أساس نظرية التحليل النفسى التى أشارت الى أن الأنا تعمل على إظهار الواقع الصادم للفرد بشكل مختلف، فهى إحدى الميكانيزمات الدفاعية التى تعمل على تغيير الظروف الصادمة والمؤلمة للفرد، ونظهر الميكانيزمات غير الناضجة فى البداية ثم تكتسب النضج فيما بعد وتظهر القدرة على المرونة النفسية :

١- الإيثار : يعنى تفضيل الآخرين على النفس من خلال مساعدتهم والعمل من أجلهم

٢- الإعلاء : هى حيلة دفاعية يتم من خلالها استغلال الطاقة المحفزة للفرد والرغبة غير المقبولة فى تحقيق إشباع مقبول

٣- الكبت : هى القدرة على استبعاد الأفكار والأفعال المتمثلة فى الغرائز البدائية الى حيز

اللاشعور ومع ذلك يسمح بمرور قدر ينظم طاقة الغريزة ليحصل على الإشباع

- ٤- التوقع : يختلف التوقع عن الخيال حيث يمر بالكرب الانفعالي وليس مجرد هروب، حيث يتضمن التفكير والشعور بالقضايا الوجدانية ويتعدى عملية الإنشغال بالتخطيط المعرفي
- ٥- المرح : هي قدرة الفرد على الضحك في مواجهة الشدائد والأزمات كحيلة دفاعية تمكنه من التغلب على المصائب والأزمات ( سعد، ٢٠١٠ )

مما سبق يتضح أن الأفراد عندما يتعرضون الى السخرية ، يودى ذلك على خلل التوازن النفسي والبيولوجي والروحي لهم مما يودى الى حدوث خلل فى الشخصية وأشارت بعض هذه النماذج أن هناك بعض المقومات التى تقلل من الجلوتوفوبيا كقدرة الفرد على تحمل المسؤولية وتحديد الأولويات و احترام الفرد لآراء الآخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم والعمل بروح الفريق الذى تسوده قيم واحدة، واهتمت نظرية مرازيك بمجموعة من المهارات الحياتية التى تقلل من المخاطر المحبطة بالفرد، من خلال التعرف على متطلبات الوضع الإجتماعى، ومحاولة التكيف معه بغرض تجنب الخطر والقدرة على تكوين علاقات جديدة، و إيمان الفرد بأنه يستحق الحب من الآخرين، كما ركز نموذج فايلانت على الميكانيزمات الدفاعية لدى الفرد التى تلازم الفرد خلال فتره دم نضجه مع أستمرار معاناته من الجلوتوفوبيا، ويرى الباحث أن النماذج النظرية السابقة تركز على أهمية التدخل والوقاية مع تناولها بشكل شمولى لإظهار الواقع الصادم لمن يعانى من الجلوتوفوبيا وأهمية تأهيلة نفسيا ومعرفيا وسلوكيا ليكتسب قدره على المرونة النفسية والنظرة للمستقبل بإيجابيه

### ثانياً: قلق المستقبل : Future Anxiety

#### التعريفات الإصطلاحية والإجرائية :

كلمة "القلق" جاءت من الكلمة اللاتينية (Anxieties) والتي تعني اضطراب في العقل، ويعرف القلق العام بأنه "حالة نفسية ترتبط بحالات الخوف والقلق التي تضر بالإنسان نفسياً وجسدياً". ولذلك فإن القلق هو محرك كامن للطاقت، ويسمى أحياناً بالقلق التدريجي أو القلق الإيجابي (Qasim, 2016). والقلق يمكن أن يكون غير صحي ويؤدي إلى اضطراب في سلوك الفرد، وهذا القلق يحدث عندما يكون هناك خطر حقيقي ينشأ نتيجة لانعدام الأمن الذي يحدث لدى الفرد، والقلق العام هو ظاهرة عقلية أو جسدية تتشكل من خلال القدرات المعرفية لدى الإنسان لتقييم المثيرات، وتحدث هذه الظاهرة نتيجة لتفاعل الفرد مع البيئة، فوجود القلق يعتمد على وجود السبب (Lazorus & Folkman, 2019).

وأشار (Feng, 2019) أن القلق العام يشير إلى الضغط النفسي الذي يحدث بسبب أي شيء

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين. ■■■

يتحدى تكيف الفرد، أو يحفز جسده أو عقله، و يمكن أن تسبب العوامل البيئية هذا القلق، بالإضافة إلى العوامل النفسية والبيولوجية والاجتماعية.

ويعتقد (Zaleski 2018) أن جميع أنواع القلق العام قد تتضمن عنصراً من قلق المستقبل، حيث يشير قلق المستقبل إلى المستقبل الذي يمثله فترة طويلة من الزمن، ويتم تصوره على شكل حالة من الغموض حول الأشياء المتوقع حدوثها في المستقبل البعيد، أو توقع شيء سيء . .

أما بالنسبة لقلق المستقبل، فقد تم تعريفه (Zaleski 2018) بأنه "حالة من التوجس وانعدام الأمن والقلق." والخوف من التغيرات السلبية في المستقبل، ويعتقد أن حالة القلق الشديد تحدث التهديد وأن شيئاً كارثياً حقيقياً يمكن أن يحدث للفرد"، ويرى البعض القلق كجزء من القلق المعمم بشأن المستقبل له جذوره في الواقع الحالي، ويتم تمثيله في مجموعة من الهياكل مثل التشاؤم، والوعي بالعجز في تحقيق الأهداف المهمة، والخسارة وعدم السيطرة على الحاضر وعدم اليقين بشأن المستقبل.

وتعرف جمعية علم النفس الأمريكية قلق المستقبل بأنه "الخوف أو التوتر أو الضيق الذي ينبع من توقع خطر مجهول المصدر إلى حد كبير أو مصدره غير واضح، ويصاحب كل من القلق والخوف متغيرات تساهم في حدوث تنمية الإحساس والشعور بالخطر (Moline, 2017)

كما يعرف الرفاعي بأنه حالة يمتلك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد من صعوبات والتنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالتوتر والضيق والانقباض عند الاستغراق في التفكير فيه، وضعف القدرة على تحقيق الأهداف والطموحات والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، ويطلق عليه قلق التوقع (الرفاعي، ٢٠٢٠)

ايضاً يعرف قلق المستقبل على أنه شعور عاطفي يتميز بالارتباك والضيق والغموض، وسوء التوقع والخوف من المستقبل وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي. (Macleod, et. al, 2015) وتعرفه "أوشن" أن قلق المستقبل شعور يمتلك الفرد خلاله خوفاً غامضاً نحو ما يحمله الغد من صعوبات، وتوقع السوء والاستعداد للتوقع السلبي للأحداث السلبية، والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق، والشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات، ونقص القدرة على التفاعل الاجتماعي والإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام، مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة نحو المستقبل (أوشن ٢٠١٥: ١١٤).

وهكذا يخلص الباحث من التعريفات السابقة لقلق المستقبل للتعريف الإجرائي بأنه: "حالة نفسية



معرفة من الاستنتاج السلبي والتوقع والترقب لما هو آتى في المستقبل يصاحبها الشعور بعدم الأمن والطمأنينة والتوتر والانزعاج ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس قلق المستقبل وأبعادة ( المعرفية - السلوكية - الجسدية ) إعداد/ الباحث.

#### - أسباب قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل نتيجة للأفكار السلبية حول ما هو آت في المستقبل وعادة ما تكون هذه الأفكار تعبر عن حالات موقفية ثابتة نسبياً ومواقف معرفية وعاطفية وتتسم بالسلبية والتشاؤم وكذلك يرتبط القلق بحدث معين أو صفات شخصية كتوقع الأحداث مثل المرض أو فقد شخص قريب أو شعور بتهديد، الإخفاق في تحقيق أهداف شخصية أو عدم التأكد من كيفية التصرف ضمن أحداث اجتماعية معينة أو الشعور بأن التصرفات والخطوات التالية غير مؤكدة الحلول وأن عدم إمكانية التنبؤ بالسلوك الخاص والنتائج النفسية المترتبة يمكن اعتبارها عناصر تنشأ عنها مواقف مليئة بمشاعر الخوف والقلق الناتجة عن المجهول. (Zaleski, 1994: 185)

كما ان هناك عدة أسباب تؤدي إلى إصابة الفرد بقلق المستقبل، وهو عدم القدرة على التكيف مع الصعوبات، والمشكلات التي يعاني منها، وعدم القدرة على الفصل بين تطلعات الفرد من التوقعات المبنية على الواقع وقدرات الفرد وإمكانياته. بالإضافة إلى تفكك الأسرة ويشعر الفرد بعدم وجودها وانتماءه للأسرة والمجتمع، وافتقاده للأمن النفسي والاجتماعي. ونقص، وشح، وقله القدرة على التنبؤ بالمستقبل، وعدم كفاية المعلومات لدى الفرد لبناء أفكار حوله المستقبل (Moline, 2017).

وهناك مصادر عديدة للقلق على المستقبل، وأهمها التوقع بوجود تهديد للفرد، سواء كان هذا التهديد ظاهراً للفرد أو غامضاً، ويرتبط التوقع بالأحداث المستقبلية، والخوف من المستقبل وما يحمله من تهديد للفرد، والقلق المستقبلي ينشأ من أشياء من المتوقع حدوثها في المستقبل. هذا التوقع مصحوب بحالة من القلق الشديد يصعب على الفرد التعامل معها؛ وهذا يسبب له التوتر والاضطراب في مختلف جوانب السلوك. (Barlow, 2017).

هذا ويؤثر قلق المستقبل بشكل مباشر على المواقف الذاتية للأفراد تجاه المستقبل، أو تجاه ما سوف يحدث ، وقد يصبح المستقبل مصدرراً للقلق والرعب بسبب من الفهم الخاطئ للأحداث المستقبلية المحتملة، وعدم ثقة الفرد في القدرة على التعامل مع هذه الأحداث، والنظر إليها بطريقة سلبية نتيجة لتداخل الأفكار، وربط الماضي بالحاضر والمستقبل، مما يساهم في عدم القدرة على التكيف مع الأحداث التي تعيق مستقبله، مما يسبب زيادة القلق تجاه المستقبل. (Rappaport, 2018)

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين. ■■

### - سمات ذوي قلق المستقبل:

- يتسم الأشخاص ذوي قلق المستقبل بالسمات التالية:
- استخدم آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من أجل التقليل من شأن الحالات السلبية.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة وتجنب المخاطرة.
- الحفاظ على الظروف الروتينية والطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.
- التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة والشعور بالانزعاج والتوتر والضيق عند الاستغراق فيها.
- الشعور بضعف القدرة على تحقيق الآمال والطموحات وفقدان القدرة على التركيز.
- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام مع الشعور بفقدان الأمن والطمأنينة تجاه المستقبل. (داينز، ٢٠٠٦: ٤٠؛ عشري، ٢٠٠٤: ١٤٨)

### - النظريات المفسرة للقلق:

النظرية السلوكية: ترى المدرسة السلوكية القلق أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي والتدعيم السلبي. وهي وجهة نظر مغايرة للتحليلية، فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية ولا يتصورون الديناميكيات النفسية أو القوى الفاعلة في الشخصية على صور منظمات ثلاث وهي (الهو، الأنا، الأنا العليا). كما فعل التحليليون، بل إنهم يفسرون القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي وهو ارتباط مثير جديد بالمثير الأصلي ويصبح المثير الجديد قادراً على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمثير الأصلي. وهذا يعني أن مثيراً محايداً يمكن أن يرتبط بمثير آخر من طبيعته أن يثير الخوف وبذلك يكتسب المثير المحايد صفة المثير الأصلي لا يثير مثل هذا الشعور وعندما يعيش الفرد هذه العلاقة نجده يشعر بالخوف عندما يتعرض لنفس الموضوع الذي يقوم بدور المثير الشرطي. ولما كان هذا الموضوع لا يثير الخوف بطبيعته فإن الفرد يستشعر هذا الخوف المبهم الذي هو القلق. (كفافي، ١٩٩٠: ٣٤٩) وهناك العديد من رواد هذه المدرسة؛ وأسهم كل منهم بنصيب وافر من تفسير القلق، ومنهم: دولارد وميلر Dollard & Miller ويبرى دولارد وميلر (Dollard & Miller) أن القلق سلوك مكتسب متعلم تحت شروط معينة، فالفرد يتعلم مخاوفه وقلقه عن طريق الارتباط بين المثيرات وطبقاً لدولارد وميلر مباديء ومفاهيم عملية التعلم لدراسة كيفية اكتساب القلق والخوف مثل: شدة الدافع التدعيم التعميم الانطفاء واعتبرا القلق دافعاً ثانوياً مرتبطاً بالحوادث والضغط (غريب، ١٩٩٩، ص ٣٤٨) والقلق عند دولارد وميلر حالة غير سارة يعمل الفرد على تجنبها، ويعتبر دافعاً مكتسباً أو قابلاً للاكتئاب، وينتج القلق عن الصراع، ويتخذ الصراع شكلاً من الأشكال الثلاثة التالية: صراع الإقدام الإقدام، أو صراع الإقدام الإحجام، أو صراع الإحجام الإحجام، ويولد هذا الصراع حالة من عدم الاتزان؛

الذي بدروه يؤدي إلى القلق، ولا يكون هناك مفر من هذا الصراع إلا أن يعود إلى الاتزان مرة أخرى (عثمان، ٢٠٠١، ص ٢٨) تايلور وسبنس Taylor & Spence برى تايلور وسبنس ( Taylor & Spence ) بالقلق على أنه دافع يوجه السلوك نحو الإنجاز وتحقيق المهام ويدفع الشخص للعمل والنشاط والتعلم، وافترض أصحاب هذا الاتجاه أن الإنسان عندما يؤدي عملاً يشعر بالقلق؛ الذي يدفعه لإنجاز هذا العمل وبدروه يخفف هذا الشعور بالقلق، وأشار تايلور وسبنس إلى وجود علاقة بين القلق ووجود الدافع لأداء العمل؛ فكلما زاد القلق زاد الدافع إلى العمل ومن ثم يتحسن الأداء (عيد ٢٠٠٤، ص ٤٢).

- النظرية المعرفية: جاء المعرفيون بنقطة جديدة في ميدان العلاج النفسي على عكس المدارس العلاجية الأخرى. حيث إن أصحاب الاتجاه المعرفي لا يختلفون كثيراً فيما بينهم بل يمكن ببساطة استنتاج أن جهود كل منهم جاءت مكملة لجهود الآخر. ويعتبر أليس وثورن ووليم سون وبارتسون هم من أهم من قدموا تصوراً خاصاً حول النظرية المعرفية في العلاج النفسي. وترى هذه النظرية بأن سبب القلق عائداً إلى معاناة الفرد في الشعور بالتهديد واعتباره مسبوقاً بأنماط من التفكير الخاطئ والتشوهات المعرفية وبالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته الجسمية العادية. ومثال ذلك زيادة ضربات القلب لدى الشخص وتفسير الزيادة على أنها أزمة قلبية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية. (أبو سليمان، ٢٠٠٧: ٨) ويشير (١٦٩). Zaleski, 1996, p إلى أن لقلق المستقبل مكون معرفي قوي؛ فيمكن القول أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها انفعالية، وهي ترتبط عادة بالخطر وتركز على المغالاة في تخمين وتوقع قتامة في المستقبل.

ونجد دعماً لهذه الفكرة في دراسة إيزنك Eysenk؛ حيث افترض في دراسته المعرفية لقلق المستقبل أن الوظيفة الأساسية له هي تيسير الاكتشاف المبكر لإشارات التهديد والخطر قريب الحدوث، وبذلك يتضمن مفهوم الحذر واليقظة، ويرى إيزنك أن الانزعاج Worry مترافقاً عموماً مع زيادة قلق المستقبل، في حين أن التجنب مرافق نقصانه (Eysenk, 1992, p . ٣٢) ويقترح بارلو وديونارد (Dionard & Barlow, ١٩٩٢) أن كل اضطرابات القلق فيما عدا حالات المخاوف تشترك في عرض أساسي مميز يُطلق عليه "الخشية أو التوجس Apprehension" الذي يجعل من القلق حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل، وينتهي فيه الفرد لمحاولة التكيف والتعامل مع الأحداث السلبية القادمة، وتتضح مظاهر الاضطراب الفكري للشخص القلق من المستقبل فيما يلي: أفكار متكررة عن الخطر؛ فمريض القلق في قبضة أفكار لفظية وصورية تدور حول وقائع

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .=====

مؤذية، نقص القدرة على مجادلة الأفكار المخيفة، تعميم المؤثر الضار ( Jolanta, 2012, p ٥٣ ) وجرى آرون بيك أن مريض القلق لديه نزوع إلى تهويل ورؤية كارثة في كل شيء، فيسيطر عليه احتمال الخطر وتوقع السوء، بحيث لا يكف عن تحذير نفسه من أخطار ممكنة، فهو في حالة قلق دائم لا يرحم منه (بيك، ٢٠٠٠، ص١١٦).

- نظرية سيبيلجر: يعتبر فهم نظرية سيبيلجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، فلقد ميز سيبيلجر بين نوعين من القلق هما: القلق كحالة والقلق كسمة، أي أن هناك القلق كسمة مميزة للشخصية وهو أقرب إلى القلق العصابي أو المزمن، وهناك القلق كحالة أي كاستجابة للموقف وهو أقرب للقلق الموضوعي أو قلق الموقف، ويربط سيبيلجر بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق. ويهتم سيبيلجر بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه، ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (الكبت، الإنكار، الإسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط. ولقد ميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد: فكلاهما مفهومان مختلفين، فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف بمعنى توقع خطر أو إدراك ذاتي للخطر. (الرشيد، ١٩٩٩: ٥٣-٥٥)

ونرى من خلال العرض الموجز لنظريات القلق يتضح أن للقلق نوعين: أحدهما: قلق السمة أو القلق العصابي أو المزمن، وهو يمثل سمة من سمات الشخص، ويعد استعداداً طبيعياً لديه ليصبح قلقاً بسبب خبرات ماضية سبق أن مر بها، ولا تزال مستمرة في تأثيرها فيه، أما النوع الآخر: فهو قلق الحالة، ويربط سيبيلجر بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضاغط معين مسبباً لحالة القلق، ويطلق عليه القلق الموضوعي أو القلق الموقف؛ إذ يرتبط بحدوث مواقف أو أزمات طارئة تحدث للفرد أو البيئة المحيطة به، كما يحدث من مضايقات أو مشاحنات من الأقران أو المعلمين أو داخل الأسره في حين أن قلق المستقبل يتطور لدى الفرد مع ازدياد المخاوف والأسباب التي أدت إلى استمراره، خاصة إذا ارتبطت هذه المخاوف بمستقبل الفرد الدراسي والصحي، وغير ذلك من النتائج السلبية في المجال المدرسي والبيئة المحيطة. وترى النظرية المعرفية بأن سبب القلق عائداً إلى معاناة الفرد في الشعور بالتهديد واعتباره مسبوقاً بأنماط من التفكير الخاطئ والتشوّهات المعرفية والاكتشاف المبكر لإشارات التهديد والخطر قريب

===== (٢٨) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====

الحدوث، وبذلك يتضمن مفهوم الحذر واليقظة وبالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته وتوقعاته .

ويتبنى الباحث التوجهات النظرية المعرفية والسلوكية لقلق المستقبل؛ إذ إن التفكير السلبي تجاه المستقبل عند المراهقين يتكون بسبب الظروف الجسدية والاجتماعية والنفسية الحرجة التي يمرون بها، وبذلك تؤثر في طموحهم، وتعطل أهدافهم، وتفقد القدرة على حل المشكلات، وهذا ما يؤدي إلى ضعف تقديرهم لذواتهم ، ، وقد يصبح المستقبل مصدر قلق ورعب نتيجة للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وعدم ثقة الفرد في القدرة على التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية؛ نتيجة لتداخل الأفكار وربط الماضي بالحاضر والمستقبل مما يسهم في عدم القدرة على التكيف مع الأحداث التي تعترض مستقبله مما يسبب زيادة القلق نحو المستقبل

### ثالثاً: الرضا عن الحياة : Life Satisfaction

#### التعريفات الإصطلاحية والإجرائية :

يرتبط الشعور العام بالرضا عن الحياة بالعديد من المشاعر ذات الطبيعة الإيجابية لدى الأفراد كمشاعر الأمل والتفاؤل والطموح والنظرة الإيجابية للمستقبل ، في حين يرتبط الشعور بعدم الرضا عن الحياة بالعديد من الأحاسيس والمشاعر ذات الطبيعة السلبية كالأحاسيس بالاضطهاد ، والإحساس بالعزلة أو الدونية وغيرها (ميخائيل ، ٢٠١١)

ويعرف (Lu, ١٩٩٩) الرضا عن الحياة بانه علامة هامة تدل على مدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة ، إذ أن الرضا عن الحياة يعني حماسة الفرد لها والإقبال عليها ، والرغبة الحقيقية في أن يعيشها بسلام . فالرضا عن الحياة يتضمن صفات متنوعة : كالتفاؤل ، وتوقع الخير ، والاستبشار ، والرضا عن الواقع ، وتقبل النفس واحترامها والاستقلال المعرفي والوجداني ، فإذا تحققت هذه الصفات لدى الإنسان ، فإنه عندئذ يشعر بالسعادة أكثر من أي وقت آخر ، وخاصة أن السعادة ترتبط ارتباط وثيق بالرضا عن الحياة .

كما يعرف (جودة ، والبهنساوي ، ٢٠١٣) الشعور بالرضا عن الحياة أو عدم الرضا عن الحياة بأنها مظهر مهم من مظاهر حياة الفرد ، حيث يرتبط الشعور بالرضا عن الحياة ارتباطاً وثيقاً بصحته النفسية وتوافقه الشخصي والاجتماعي ، فالأشخاص الأكثر رضا عن حياتهم يتمتعون بصفة عامة بصحة نفسية وجسمية ، وقدرة على التوافق مع ظروف الحياة المتغيرة أكثر من الأشخاص الأقل رضا .

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .

ويعرف (Loewe et al., 2014) الرضا عن الحياة بشكل عام يشير إلى التقييم الإيجابي لمختلف جوانب حياة الفرد، مثل الأسرة أو المهنة أو الأصدقاء أو الصحة.

أيضاً يعرف جولد بيك وآخرون (Goldbeck et al., ٢٠٠٧) الرضا عن الحياة بأنه إدراك ذاتي لنوعية الحياة قائم على تفضيلات الأفراد لأبعاد الحياة، وشعورهم بالرضا عن هذه الأبعاد.

وبناء على التعريفات السابقة للرضا عن الحياة خلص الباحث للتعريف الإجرائي بأنه: الشعور بالرضا عن الحياة يرتبط بدرجة مرتفعه من الصحة النفسية والجسمية للفرد وتوافقته الشخصى وعلاقاته الإجتماعية والنظرة الإيجابية للمستقبل والرضا عن نفسه وعن أصدقائه وأسرته ومدرسته، ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الرضا عن الحياة وأبعادها (الرضا عن الذات -الرضا عن الأسرة - الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة ) إعداد/ الباحث.

وباستطلاع مجموعة من الدراسات والأبحاث المرتبطة بالرضا عن الحياة ، قد بينت دراسات كل من (Diner et al., ١٩٨٥)، ( الدسوقي ١٩٩٩)، (السادة والبوهي ١٩٩٤)، (Polit, 2007)، (القريطي، ٢٠٠٣)، (الجندي، ٢٠٠٩)، (Diener & Ryan, 2009) . ويمكن رصد أهم الخصائص النفسية للفرد الذي يمتلك الرضا عن الحياة، حيث تتكون هذه البنية من الأبعاد التالية:

الرضا عن الذات : ويتمثل الرضا عن الذات في مظهرين: (١) فهم الفرد لذاته وتقديرها ومعرفة مواطن القوة وجوانب القصور وتقبلها. (٢) تحقيق الذات من خلال العمل بشكل إيجابي على تنمية ما تتمتع به هذه الذات من استعدادات وطاقات وتحسين واستثمار ما لديها من إمكانيات وقدرات إلى أقصى ما يمكنها.

الرضا عن الأسرة : وتتمثل في رضا الأسرة عن الفرد في معظم تصرفاته وسلوكياته، وتعد الأسرة أحد مصادر الشعور بالسعادة حيث أن وجود الفرد في أسرة مستقرة بينها علاقات اجتماعية ناجحة وذات مكانة اجتماعية اقتصادية مناسبة يترتب عليه شعوره بالسعادة والرضا عن الحياة

الرضا عن الأصدقاء : وتتمثل في رضا الفرد عن علاقاته بالأصدقاء وعن تصرفهم معه في المواقف التي يتناول فيها معهم. المواقف والأحداث، وتعد العلاقات الاجتماعية من أهم مصادر الشعور بالرضا؛ فالعلاقات الاجتماعية تمنح الفرد فرصة للإفصاح عن الذات والمساندة الاجتماعية وقت الأزمات بالإضافة إلى الشعور بالانتماء. فالعلاقات الإيجابية مع الأصدقاء وتشير إلى القدرة على إقامة علاقات إيجابية مع الآخرين قائمة على الثقة والتواد، والقدرة على التوحد مع الآخرين،

والقدرة على الأخذ والعطاء مع الآخرين.

**الرضا عن المدرسة :** وتتمثل في الرضا عن العلاقة مع المعلمين و عن الأمور المتعلقة بالدراسة والأنشطة المختلفة داخل المدرسة . والإحساس بالأمان وعدم النبذ والهجر، وتلبية احتياجاته ومتطلباته، وتخفيف حدة القلق التي قد يتعرض لها، والمساندة وقت الأزمات والشدائد من خلال بيئة مدرسية آمنة

### النظريات المفسره للرضا عن الحياة :

ويمكن تفسير الشعور بالرضا عن الحياة في ضوء عدد من النظريات نوجزها فيما يلي:

**المنظور المعرفي:** يركز هذا المنظور في تفسيره للرضا عن الحياة على الفكرتين الآتيتين: الأولى أن طبيعة إدراك الفرد هي التي تحدد درجة شعوره بجودة حياته ورضاه عنها، والثانية أنه في إطار الاختلاف الإدراكي الحاصل بين الأفراد فإن العوامل الذاتية هي الأقوى أثراً من العوامل الموضوعية في درجة شعورهم بالرضا عن الحياة، ووفقاً لهذا المنظور يبرز توجهاً حديثاً في تفسير الرضا عن الحياة هما: توجه لاونتن: حيث طرح لاوين (Loven عام ١٩٩٦ ) مفهوم طبيعة البيئة ليوضح فكرته عن الرضا عن الحياة والتي تدور حول أن إدراك الفرد لرضاه عن حياته يتأثر بظرفين هما : الظرف المكاني والظرف الزمني، إذ أن هناك تأثيراً للبيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لرضاه عن حياته وطبيعة البيئة في الظرف المكاني لها تأثيرات أحدهما مباشر على حياة الفرد كتأثير الصحة مثلاً، والآخر تأثيره غير مباشر إلا أنه يحمل مؤشرات إيجابية كرضا الفرد عن البيئة التي يعيش فيها، أما في الظرف الزمني فإن إدراك الفرد لتأثير طبيعة البيئة على رضاه عن حياته يكون أكثر إيجابية كلما تقدم في العمر، فكلما تقدم بالعمر كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته، وبالتالي يكون التأثير أكثر إيجابية على شعوره بالرضا عن حياته (المالكي، ٢٠١١)

**نظرية المواقف Situational Theory :** يرى أصحاب هذا النظرية أن الإنسان يرضى عن الحياة عندما يعيش في ظروف ملائمة، ويشعر فيها بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فيجد الصحة الطبيعية، ويتزوج امرأة صالحة، ويكون أسرة متماسكة، ويحصل على عمل جيد ففي هذه الظروف يكون الإنسان راضياً وسعيداً ومتمتعاً بصحة نفسية (مرسي، ٢٠٠٠)

**نظرية التقييم Evaluation Theory :** ترى هذه النظرية الى انه يمكن قياس الرضا الحياتي بالإعتماد على عدة معايير واهم هذه المعايير يعتمد على الفرد، على القيم السائدة لديه، وعلى

===== الجلتوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

مزاجة وظروفه المحيطة به، والتي تؤثر على الشعور بالرضا الحياتي لديه ، فالأفراد عندما يريدون تقييم الرضا لديهم، فإنهم لا يفكرون بقدراتهم الحركية إلا إذا واجدوا مع أفراد يعانون من إعاقة حركية، كما ترى هذه النظرية عدم وجود علاقة بين العمر والتعليم كمتغيرات للرضا الحياتي (Diner., ٢٠٠٠)

ومن خلال العرض الموجز لنظريات الرضا عن الحياه نجد أنها ركزت على تأثيراً البيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لرضاه عن حياته، فالبيئة المحيطة بالفرد تحدد درجة شعوره بجودة حياته ورضاه عنها، ووفقاً للمنظور المعرفي فإن إدراك الفرد لرضاه عن حياته يتأثر بظرفين هما :

الظرف المكاني والظرف الزمني، ووفقاً لنظرية الموقف يرضى الإنسان عن الحياة عندما يعيش في ظروف ملائمة، ويشعر فيها بالأمن والنجاح ففي هذه الظروف يكون الإنسان راضياً وسعيداً ومتمتعاً بصحة نفسية، كما ركزت نظرية التقييم على أهمية المعايير والقيم السائدة لدى الفرد وعلى مزاجة وظروفه المحيطة به والتي تؤثر في مدى شعوره بالرضا عن حياته ، ويتفق الباحث مع تلك المناحي النظرية في أهمية النواحي الإدراكية المعرفية لدى الفرد لذاته وللبيئة المحيطة به في تقييم مدى رضا الفرد عن ذاته وعن أسرته وعلاقاته بالأصدقاء والمحيطين به بالبيئة المدرسية والتي تؤثر على درجة شعوره بالرضا عن الحياه لديه.

#### رابعاً : مرحلة المراهقة : Adolescenc

المراهقة هي المرحلة التي تبدأ من بداية البلوغ بداية النضج الجنسي حتى اكتمال نمو العظام، وتقع عادة بين الثانية عشرة، والثامنة عشرة ، مع مراعاة الفروق الفردية (آدم، ٢٠٠٥). وتعرف أيضاً بأنها مرحلة وسطى بين الطفولة والرشد، وهي فترة من العمر ذات تأثير كبير في تحديد نمو الشخصية، ونضجها ، ونظراً لمختلف أنواع التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية التي يعيشها المراهق في هذا السن فإن الطرائق والأساليب التي يعامل بها لها انعكاس واضح على سلوكه و على مختلف استجاباته (أوزي، ٢٠١٤).

و يواجه المراهقين العديد من التغيرات المتزامنة في جميع جوانب حياتهم، حيث تتميز هذه الفترة من التطور بمستويات عالية من الاستكشاف الشخصي، وزيادة الحركة والاستقلال عن الوالدين، وتبني أدوار البالغين، ووفقاً لإريكسون، فإن المهمة التنموية الأساسية للأفراد في فترة المراهقة هي التغلب على أزمة "الألفة مقابل العزلة"، يجب على الفرد السليم تحقيق القدرة على التقارب والحميمية من خلال الحب وإلا فإنهم يعانون من شعور بالعزلة ويتعين على الشباب التكيف مع أنماط الحياة الجديدة والتوقعات الاجتماعية الجديدة والأدوار الجديدة. إنهم بحاجة إلى تطوير قيم



واهتمامات ومواقف جديدة تهدف إلى هذه الأدوار، ونجد ان النظريات النفسية للمراهقة تربط التطور الفردي بالعوامل الاجتماعية والثقافية. على مر السنين، حيث يواجه المراهقون سلسلة من التحديات الخاصة بالعمر والجنس، والتي تم تصورها على أنها مهام تنموية والمهمة الرئيسية هي إنشاء وصيانة هوية مستقرة والتحرك نحو الاستقلال، من خلال الانفصال والتفرد. وهذا ما يفسر التوجه المتزايد نحو الأقران والأنشطة المتعلقة بالأقران، فالمرهق يواجه بتحديات المطالب الأساسية الملحة التي تجعله يتعرض لضغوط نفسية ومن هذه المطالب تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق، ونجد أن هناك اتفاق عام حول حقيقة أن المراهقين، يستخدموا الفكاهاة للتعامل مع مهام الحياة الفعلية. ولا بد من الإشارة إلى أن هؤلاء وبطبيعة الحال، يمكن أيضاً النظر إلى التغيرات على العديد من المستويات المختلفة على أنها عوامل تزيد من خطر الإصابة بفرصة التعرض للسخرية (على سبيل المثال، التغيير المفاجئ في نبرة الصوت أثناء المحادثة، أو الحركات الخرقاء الناتجة عن عمليات النمو وغيرها). ومن ثم، ليس فقط مسألة كيف يمكن استخدام الفكاهاة للتعامل مع الشدائد ولكن أيضاً كيفية التعامل مع السخرية حيث يعد الضحك من القضايا المهمة في هذا المرحلة (Bradley, & Corwyn, 2004; Corey, 2005). (Führ 2010; Proyer et al. 2013).

### فروض البحث :

باستعراض الدراسات السابقة وتبعاً لأهداف البحث، يمكن صياغة الفروض على النحو التالي:

- الفرض الأول "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين من الطلاب ممن يعانون من الجلوتوفوبيا."
- الفرض الثاني "توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة."
- الفرض الثالث "يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا."
- الفرض الرابع "يمكن التنبؤ بقلق المستقبل لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا."

### الإجراءات المنهجية للبحث:

نوع البحث: ينتمي هذا البحث إلى نمط البحوث الوصفية التحليلية معتمداً على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن القائم على تناول متغيرات الدراسة (الجلوتوفوبيا - قلق المستقبل - الرضا عن

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .  
الحياة) تناولاً وصفيًا بغرض قياس العلاقة بين الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين من الجنسين.

التصميم البحثي: استخدم الباحث التصميم الارتباطي المعتمد على قياس المتغيرات لدى أفراد العينة وحساب معاملات الارتباط بين الجلوتوفوبيا، وكل من قلق المستقبل، الرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين. وهذا التصميم يوضح لنا العلاقة الثنائية المتبادلة بين متغيرات الدراسة، ويتيح استكشاف القيمة التنبؤية المحتملة للجلوتوفوبيا بكل من قلق المستقبل، والرضا عن الحياة.

### وصف عينات البحث:

١- العينة الاستطلاعية: لحساب الكفاءة السيكومترية (صدق التمييز بين المجموعات المتباينة) لمقياس الجلوتوفوبيا تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (٣٠) طالب وطالبة، وهي مكافئة لعينة البحث الأساسية وتم استخدامها بهدف التحقق من الكفاءة النفسية القياسية لأدوات البحث ، وتراوحت أعمارها ما بين ما بين (١٥- ١٧) عاماً، وذلك من مدراس (جابر الصباح بنات) و (القطامية بنين) بالصفوف الدراسية الأول والثاني والثالث الثانوي.

٢- العينة الأساسية: تحددت عينة البحث بطريقة قصدية في إطار المحددات الآتية:  
مجتمع العينة: تحدد مجتمع العينة من المراهقين مرتفعي الجلوتوفوبيا في مدرسة (المقطم) بنين، ومدرسة الثانوية (الشيما) بنات، التابعين لإدارة المقطم التعليمية بمحافظة القاهرة، الذين تتراوح أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً في الصفوف الدراسية الأول والثاني والثالث الثانوي.

### عينة البحث:

تحددت عينة البحث بطريقة قصدية وفقاً للشروط الآتية:

- أن تتراوح أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً، وذلك لأن العديد من الدراسات قد أكدت على أن المشكلات النفسية تزداد في مرحلة المراهقة بعد الالتحاق بالمدرسة الثانوية، حيث يظهر القلق الاجتماعي ويؤثر عليهم بشكل كبير. (Ranta et al ., ٢٠٠٧)
- ألا يكون لديهم أمراض مزمنة.
- ألا يكون لديهم إعاقات جسدية.
- ألا يكون لديهم سمعة ظاهرية مفرطة بشكل واضح.
- ألا يكون الوالدين منفصلين.
- اختيار المراهقين الذين حصلوا على درجات مرتفعة بعد تطبيق مقياس الجلوتوفوبيا

ثم أجري البحث الراهن على عينة مستهدفة قوامها (٩٧) مشاركاً وتم إجراء قياس الجلوتوفوبيا لديهم، فقسمت العينة إلى مجموعتين، على النحو التالي:

**المجموعة الأولى:** اشتملت على المراهقين الحاصلين بين (١٣٥-١٨٠) درجة على مقياس الجلوتوفوبيا، أي الذين يعانون من الجلوتوفوبيا بدرجة مرتفعة، وجاء توزيعهم على النحو التالي: (ن=٤٣) مراهقاً من الجنسين بلغ عدد الذكور (٢١) طالباً بينما بلغ عدد الإناث (٢٢) طالبة، تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً بانحراف معياري (٠,٦٩٧).

**المجموعة الثانية:** اشتملت على عينة مستهدفة بلغ قوامها (ن=٥٤) من المراهقين العاديين الحاصلين على درجة (٩٥-٩٠) على مقياس الجلوتوفوبيا، وذلك من نفس مجتمع العينة ونفس الصفوف الدراسية الأول والثاني والثالث الثانوي، وبلغ عدد الذكور (٢٧) طالباً بينما بلغ عدد الإناث (٢٧) طالبة تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-١٨) عاماً بانحراف معياري (٠,٩٨٧).

جدول (١) الفروق بين عينتي البحث الأساسيتين وفقاً لمتغير السن باستخدام اختبار "ت"

لعينتين مستقلتين Samples T Test Independent

الدالة	قيمة "ت"	المجموعة الثانية			المجموعة الأولى			المجموعات المتغير
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	
غير داله	-١,٤٥٧	٦,٣٨	٢٨,٧٤	٥٤	٩,٤٨	٢٩,٣٣	٤٣	السن

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين عينتي البحث الأساسيتين وفقاً لمتغير السن ما يدل على التكافؤ بين عينتي البحث وفق متغير السن.

جدول (٢) الفروق بين عينتي البحث الأساسيتين وفقاً لمتغير النوع باستخدام اختبار "ت" لعينتين

مستقلتين Independent Samples T Test

الدالة	قيمة "ت"	المجموعة الثانية			المجموعة الأولى			المجموعات المتغير	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الذكور	النوع
غير داله	-١,٩٨٧	٠,٦١٢	٣٩,٣٧٤	٢٧	٠,٤٧٨	٣٣,٢٤٥	٢١	الذكور	النوع
		٠,٨٧٤	٣٨,٩٩٨	٢٧	٠,٣٢١٤	٣٤,٠١٢	٢٢	الإناث	

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين عينتي البحث الأساسيتين وفقاً لمتغير النوع ما يدل على التكافؤ بين عينتي البحث وفق متغير النوع.

## أدوات البحث:

- ١- مقياس الجلوتوفوبيا للمراهقين. (إعداد الباحث)
- ٢- مقياس قلق المستقبل للمراهقين (إعداد الباحث)
- ٣- مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين (إعداد الباحث)

تصميم أدوات البحث.

### ١- مقياس الجلوتوفوبيا للمراهقين (إعداد الباحث).

أ- وصف المقياس: أعد الباحث هذا المقياس بغرض توفير أداء سيكومترية لقياس الجلوتوفوبيا لدى المراهقين، وذلك لعدم توافر مقياس يتناسب مع عينة البحث وخصائصها وكذلك المرحلة العمرية الخاصة بها، وتحددت مكونات المقياس من خلال استقراء التراث النظري النفسي والاطلاع على الدراسات السابقة الخاصة بالجلوتوفوبيا، ومراجعة المقاييس التي أعدت من قبل حول الجلوتوفوبيا وهي مقياس الجلوتوفوبيا (Ruch&Prayer, ٢٠٠٩)، مقياس الشك (Marwan Sinaceur, ٢٠٠٩)، مقياس الجلوتوفوبيا (Carretero-Dios & ٢٠١٠)، مقياس الانسحاب (Prayer, ١٩٩١)، وقد تم الاستعانة ببعض بنود هذه المقاييس، وذلك بعد إعادة صياغتها لتناسب مع عينة البحث، وصيغة البنود صياغة سهلة لتناسب مع عينة البحث، وقد اعتمد المقياس على البديل الثلاثي للاستجابات وهي (أوافق / أحياناً / لا أوافق)، وهذا وتم التوصل إلي الأبعاد الأربعة الأكثر تكراراً في البحوث السابقة وهي بعد الانسحاب الاجتماعي ويتضمن (١٥ عبارة) وبعد شعور الشخص بأنه موضوع سخرية ويتضمن (١٥ عبارة) وبعد الشعور بالاضطهاد ويتضمن (١٥ عبارة)، بعد الشعور بالاضطهاد ويتضمن (١٥ عبارة)، بعد الشعور بالشك ويتضمن (١٥ عبارة)، ليكون في صورته النهائية (٦٠) بنداً، وأعطيت لكل استجابة وزن بحيث تأخذ العبارات الموجبة الأوزان التالية: أوافق = ٣، أحياناً = ٢، لا أوافق = ١، بينما تأخذ العبارات السالبة الأوزان التالية: أوافق = ١، أحياناً = ٢، لا أوافق = ٣، ويشير، ولحساب مستوى درجة الجلوتوفوبيا لدى المراهقين تم حساب المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة (٣ - ١ = ٢)، وتم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية المصحح (٢ / ٣ = ٠,٦٧) وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا والجدول التالي إلى مستويات درجة الجلوتوفوبيا لدى المراهقين.

جدول (٣) يوضح مستويات مقياس الجلوتوفوبيا لدى المراهقين

مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ١ - أقل من ١,٦٧
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ١,٦٧ - أقل من ٢,٣٥
مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ٢,٣٥ - ٣

وتحتسب الدرجة الكلية لمقياس الجلوتوفوبيا حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٤٥-١٨٠) درجة، حيث يوصف المبحوث الذي تتراوح درجته بين (٩٠-٤٥) درجة بأنه لا يعاني من الجلوتوفوبيا، أما المبحوث الذي تتراوح درجته بين (٩٠-١٣٥) بأنه يعاني من بدرجة متوسطة من الجلوتوفوبيا، أما المبحوث الذي تتراوح درجته بين (١٣٥-١٨٠) فإنه يعاني بدرجة مرتفعة من الجلوتوفوبيا.

ب- الاختبارات السيكومترية لمقياس الجلوتوفوبيا لدى المراهقين:

-الصدق الظاهري: تمثل في عرض المؤشرات المكونة للمقياس على بعض الأسانذة من المتخصصين في مجال الدراسة لتحكيم عبارات ومؤشرات المقياس وإجراء التعديلات المناسبة عليها، على المقياس ليتوافق مع طبيعة البحث الحالي من حيث مدى ارتباط العبارة بالبعد الذي تقيسه وكذلك سلامتها اللغوية.

- صدق البناء الداخلي للمقياس:

تم حساب معامل الارتباط بين كل عبارة من مؤشرات المقياس البالغ عددها (٦٠) عبارة، وبين الدرجة الكلية للمقياس ككل، على النحو التالي:

جدول (٤) يوضح صدق البناء الداخلي لمقياس الجلوتوفوبيا لدى المراهقين والدرجة الكلية

للمقياس باستخدام معامل ارتباط

م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	**٠,٧٦٩	١٦	**٠,٧٠٢	٣١	**٠,٦٤٧	٤٦	**٠,٦٢١
٢	**٠,٨٠٦	١٧	**٠,٥٤٩	٣٢	**٠,٦٥٠	٤٧	**٠,٨١٠
٣	**٠,٦٤٦	١٨	**٠,٦٨٧	٣٣	**٠,٧٨٩	٤٨	**٠,٤٣٢
٤	**٠,٦٣٤	١٩	**٠,٦٧٦	٣٤	**٠,٧٠٩	٤٩	**٠,٥٩٠
٥	**٠,٦٩٩	٢٠	**٠,٧٨٨	٣٥	**٠,٧٥٤	٥٠	**٠,٥٧٨
٦	**٠,٧٠٨	٢١	**٠,٦١٨	٣٦	**٠,٨٨٩	٥١	**٠,٧٠٨
٧	**٠,٥٦٧	٢٢	**٠,٥٥٥	٣٧	**٠,٧٢١	٥٢	**٠,٥٩١
٨	**٠,٦٣٨	٢٣	**٠,٧٣٤	٣٨	**٠,٦٢٤	٥٣	**٠,٥٩٨

الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .

م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الانسحاب الاجتماعي	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر شعور الشخص بانه موضوع سخريه	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الشعور بالاشك	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الشعور بالاشك
٩	**٠,٧٥٨	٢٤	**٠,٦١٥	٣٩	**٠,٦١٣	٥٤	**٠,٥٨١
١٠	**٠,٤٤١	٢٥	**٠,٦٤١	٤٠	**٠,٥٣٩	٥٥	**٠,٥٢٨
١١	**٠,٦٣٤	٢٦	**٠,٤٣٢	٤١	**٠,٧١٤	٥٦	**٠,٨٢١
١٢	**٠,٦٩٩	٢٧	**٠,٥٨٩	٤٢	**٠,٦١٨	٥٧	**٠,٤٩٨
١٣	**٠,٥٩١	٢٨	**٠,٧١٤	٤٣	**٠,٧١٤	٥٨	**٠,٥٦٦
١٤	**٠,٥٩٨	٢٩	**٠,٦١٨	٤٤	**٠,٥٩١	٥٩	**٠,٥٨٩
١٥	**٠,٤٩٨	٣٠	**٠,٦٣٨	٤٥	**٠,٦٧٤	٦٠	**٠,٧٧٧

(\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,05$ ) (\*\*\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,01$ )

يتضح من الجدول السابق، أن معامل الارتباط بين جميع العبارات والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستويات الدلالة المتعارف عليه ( $0,01$ ) وهو ما يشير إلى التحقق من صدق البناء الداخلي للمقياس.

- الاتساق الداخلي لفقرات المقياس.

يقصد بالاتساق الداخلي لعبارات المقياس هي قوة الارتباط بين درجات كل مؤشر ودرجات أسئلة المقياس الكلية، ويتم ذلك من حساب معامل ثبات (ألفا-كرونباخ) والذي من خلاله نحسب معامل التمييز لكل سؤال حيث يتم حذف السؤال الذي معامل تمييزه ضعيف أو سالب.

جدول (٥) يوضح مستويات الاتساق الداخلي لمقياس الجلوتوفوبيا لدى المراهقين باستخدام

(معامل ألفا-كرونباخ)

م	المؤشرات	معامل ألفا كرونباخ
١	الانسحاب الاجتماعي	٠,٦١٠
٢	شعور الشخص بانه موضوع سخريه	٠,٦٤٧
٣	الشعور بالاضطهاد	٠,٥٩٨
٤	الشعور بالاشك	٠,٥٢٩

Reliability Coefficients:

N of Cases = (15) N of Items = (4) Alpha= (0.569)

نلاحظ من هذه النتائج أن قيمة معامل الاتساق الداخلي Alpha لعبارات المقياس يساوي (٠,٥٦٩) وهو معامل ثبات مقبول. وبذلك يكون قد تأكد من صدق وثبات فقرات المقياس وبذلك أصبح صالح للتطبيق على عينة البحث الأساسية

## ٢- مقياس قلق المستقبل (إعداد الباحث):

الخصائص السيكومترية للمقياس:

### خطوات إعداد المقياس

بالرجوع الى الإطار النظري والدراسات السابقة، وما أتيج من مقاييس سابقة عن قلق المستقبل Zaleski, Z (١٩٩٦) ومقياس قلق المستقبل إعداد نجلاء العجمي (٢٠٠٤)، ودراسة قلق المستقبل Nagashima, Naoki (2003) مقياس قلق المستقبل من إعداد زينب شقير (٢٠٠٥)، مقياس قلق المستقبل من إعداد إبراهيم بيكلاني (٢٠٠٨)، مقياس قلق المستقبل من إعداد غالب المشيخي (٢٠٠٩). قام الباحث بإعداد مقياس قلق المستقبل والهدف من المقياس التعرف على قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية بنين وبنات وذلك للتعرف على قلق المستقبل لدى الطلاب. ويتكون مقياس قلق المستقبل في صورته النهائية من (٤٥) عبارته، حيث يتضمن بعد المظاهر المعرفية على (١٥) عبارته، وبعد المظاهر السلوكية على (١٥) عبارته، وبعد المظاهر الجسدية على (١٥) عبارته وقد راعي الباحث في أعداد المقياس دقة وسهولة ووضوح العبارات، وعدم وجود عبارات مركبة تحمل أكثر من معنى. وتتم الإجابة على المقياس بأن يختار المفحوص إجابة واحدة من ثلاث إجابات هي (نعم، إلى حد ما، لا). وتمثلت العبارات الموجبة في العبارات أرقام (١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٨-١٩-٢٠-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣) وتأخذ استجابات هذه العبارات أوزان نعم = ٣، إلى حد ما = ٢، لا = ١، بينما جاءت العبارات السالبة أرقام (٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦-١٧-٢١-٢٢-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١-٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٢-٤٣) وتأخذ استجابات هذه العبارات أوزان نعم = ١، إلى حد ما = ٢، لا = ٣،

وقد أجريت عمليات التقنين من ثبات وصدق على المقياس التي أكدت صلاحيته لقياس قلق المستقبل.

المحددات السيكومترية للمقياس:

### صدق المقياس:

صدق التحكيم قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من العلماء المتخصصين في علم النفس والصحة النفسية بهدف إبداء الرأي فيما إذا كانت الفقرات كافية لقياس قلق المستقبل حسب التعريف الإجرائي المشتق من الأدبيات والدراسات السابقة لقلق المستقبل، وأنها مناسبة للعينة

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

المقاسة وقام الباحث بتعديل المقياس في ضوء آراء المحكمين المتفق عليها بنسبة ٩٠% فأكثر على صياغة الفقرة أما الفقرة التي لم يتفق عليها المحكمون فقام الباحث بتعديلها إما بالحذف، أو بتعديل الصياغة، أو بتغييرها تماما.

أ- صدق (التحليل العاملي): قام الباحث بالتحقق صدق المقياس باستخدام طريق التحليل العاملي التوكيدي (CFA) (Confirmatory Analyses Factor)، فجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (٦) يوضح تشبع مؤشرات مقياس قلق المستقبل على المؤشرات المكونة له

المؤشرات	مؤشر الأول المظاهر المعرفية	المؤشر الثاني المظاهر السلوكية	المؤشر الثالث المظاهر الجسدية
العبارات (١٥-١)	٠,٧٩٨		
العبارات (٣٠-١٥)		٠,٧٠٩	
العبارات (٤٥-٣١)			٠,٦٨١

يتضح من الجدول السابق أن جميع تشعبات عبارات المقياس كانت دالة إحصائياً لتجاوزها القيمة (٠,٣٥) لدلالة التشعب، وهو ما يدعم المؤشرات التي كشف عنها التحليل العاملي الاستكشافي للمقياس في صورته الأصلية.

جدول (٧) يوضح التباين لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس قلق المستقبل على المؤشرات المكونة له

الاختبار الإحصائي	مؤشر الأول المظاهر المعرفية	المؤشر الثاني المظاهر السلوكية	المؤشر الثالث المظاهر الجسدية
Bartlett	٨١,٠٠٣	٧٣,٥٢١	٧٦,٨٤١
KMO	٠,٦٧٤	٠,٥٨١	٠,٥١٩
Sig	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠١
الجزر الكامن (IE)	٣,١٨٠	٢,٥١٤	١,٧٤٩
التباين	٥٩,٢٥٤	٥٥,٩٨٧	٤٥,٢٠٩

يتضح من الجدول السابق أن نتائج نموذج التحليل العاملي التوكيدي تبين أن جميع العبارات والخاصة بكل مؤشر، تقيس في حدود المؤشر الخاص بها عاملاً واحداً يفسر قيمه والتي تتراوح قيمة من أقل قيمة (٤٥,٢٠٩) إلى أكبر قيمة (٥٩,٢٥٤) من هذه المؤشرات، وبالنظر إلى اختبار (KMO) ملائمة المعينة جاءت أقل قيمة (٠,٥١٩) إلى أكبر قيمة (٠,٦٧٤)، وكذلك تراوحت قيم اختبار Bartlett ما بين (٧٣,٥٢١) أقل قيمة و(٨١,٠٠٣) أكبر قيمة عند مستوى معنوية (٠,٠١)، وبذلك تكون نتائج اختبار التحليل العاملي مقبولة عند المستويات المعنوية المتعارف عليها.

===== (٤٠) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====



ب- ثبات المقياس: استعان البحث للتحقق من ثبات مقياس قلق المستقبل بمعامل (ألفا كرونباخ- Cronbach's alpha)

جدول (٨) حساب معمل الارتباط الاتساق الداخلي لمؤشرات مقياس قلق المستقبل  
(Cronbach's alpha Factor)

م	المؤشر	معامل (ألفا)
١	المظاهر المعرفية	**,٦٩٨
٢	المظاهر السلوكية	**,٧٤٩
٣	المظاهر الجسدية	**,٦٩٧
	المقياس ككل	**,٧١٤

Reliability Coefficients:

N of Cases = (15) N of Items = (3)

Alpha= (0.714)

نلاحظ من هذه النتائج أن قيمة معامل الاتساق الداخلي لمعامل Alpha لعبارات المقياس يساوي (٠,٧١٤) وهو معامل ثبات مقبول. وبذلك يكون قد تأكد من صدق وثبات فقرات المقياس وبذلك أصبح المقياس صالح للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

٣- مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين (إعداد الباحث):

أ- وصف المقياس: تم إعداد مقياس الرضا عن الحياة لدى المراهقين ليتناسب مع عينة البحث الحالية، وتم إعداد هذا المقياس وذلك بعد الاطلاع علي الإطار النظري، والبحوث السابقة المرتبطة، بقياس الرضا عن الحياة مثل مقياس الرضا عن الحياة أعد هذا المقياس دانير واخرون (Diner et al, 1985) لقياس الرضا عن الحياة بشكل عام دون تفصيل لمجالات الرضا كالعامل أو العلاقات أو الصحة، مقياس الرضا عن الحياة لمجدي الدسوقي (١٩٩٩) أستمد بنود المقياس من التراث السيكلوجي والمقاييس الأجنبية التي صممت لقياس الرضا عن الحياة ، ومقياس الرضا عن الدراسة من إعداد حسين بدر السادة وفاروق شوقي البوهي (١٩٩٤) والمكون من بعد الرضا عن الدراسة، والرضا عن الحياة (Polit 2007) ، ونظراً لأن هذه المقاييس لم تَف بالغرض من البحث الحالي، كما أنها تختلف في خصائصها عن خصائص العينة في البحث الحالي، لذلك تم بناء مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين ليتناسب مع الهدف من عينة البحث وخصائصها، حيث تم تحديد أبعاد المقياس المستخدم في البحث الحالي، وذلك بعد الاطلاع علي الإطار النظري، والمقاييس المستخدمة في البحوث السابقة لقياس الرضا عن الحياة ، وتم التوصل إلي الأبعاد الأربعة الأكثر تكراراً في البحوث السابقة وهي (الرضا عن الذات ، الرضا عن الأسرة ، الرضا عن الأصدقاء ، الرضا عن المدرسة)،

## الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .

وفقا للتعريفات الخاصة بكل بعد، تم صياغة مفردات المقياس (٥٣) مفردة، بصورة تتناسب مع العينة المستخدمة في البحث الحالي، وقد تم مراعاة أن تكون العبارات محددة المعنى وواضحة، وتم عرض المقياس علي السادة المحكمين في علم النفس الإكلينيكي، وتم تحديد استجابات المقياس ليكون ثلاثي التدرج وإعطاء لكل مفردة ثلاث استجابات وهي (موافق- موافق أحياناً- لا أوافق)، وتم إعطاء هذه الاستجابات الدرجات الآتية ( ٣ - ٢ - ١). ولتحديد مستويات قياس الرضا عن الحياة تم حساب المدى = أكبر قيمة - أقل قيمة (٣ - ١ = ٢)، وتم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية المصحح (٢ / ٣ = ٠,٦٧)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس أو بداية المقياس وهي الواحد الصحيح وذلك لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، وهكذا والجدول التالي إلى مستويات درجة الرضا عن الحياة لدى المراهقين.

جدول (٩) يوضح مستويات مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين

مستوى منخفض	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ١ - أقل من ١,٦٧
مستوى متوسط	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ١,٦٧ - أقل من ٢,٣٥
مستوى مرتفع	إذا تراوحت قيمة المتوسط للمؤشر أو البعد بين ٢,٣٥ - ٣

### - اختبار الصدق الظاهري للمقياس:

في هذه المرحلة تم عرض فكرة المقياس في صورتها الأولية على عدد (١٠) من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات من المتخصصين في مجال البحث، وذلك بغرض تحكيمه من حيث ارتباط الأسئلة بالموضوع والأهداف وقدرتها على تحقيق أهداف، مدى ارتباط العبارة بالبعد الذي تقيسه، صياغة العبارات من حيث السهولة والوضوح، إضافة عبارات أخرى إذا رأى ذلك ضرورياً، الملاحظات والتعديلات المطلوب إجرائها لكل عبارة من العبارات. ومن هنا، تم إعداد الصورة المبدئية للتحكيم متضمنة أهداف وفروض البحث وقد استفادت الدراسة من كافة الآراء والملاحظات في التعرف على مدى صلاحية المقياس في ضوء ملاحظاتهم، ثم تم إعادة الترتيب والصياغة لبعض المؤشرات، كذلك تم استبعاد بعض العبارات غير المرتبطة وقد تم الاعتماد على نسبة اتفاق لا تقل عن (٨٠%)، وقد تم حذف بعض العبارات وإعادة صياغة البعض، وبناء على ذلك تم صياغة المقياس في صورته النهائية. حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) عبارة.

### الكفاءة السيكو مترية للمقياس:

(١) صدق المقياس: تم حساب معامل الارتباط بين كل عبارة من مؤشرات المقياس البالغ

عددها (٤٠) عبارة، باستخدام طريقة إعادة التطبيق، وذلك من خلال تطبيق مقياس الرضا عن الحياة للمراهقين من إعداد الباحث، ثم إعادة تطبيقها بعد فترة زمنية تراوحت (١٥) يوماً وذلك على عينة البحث الاستطلاعية السابق وصفها، على النحو التالي:  
جدول رقم (١٠) يوضح معاملات ارتباط بنود مقياس الرضا عن الحياة بالدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه (العينة الاستطلاعية: ن = ٣٠)

معامل الارتباط لفقرات مؤشر الرضا عن المدرسة	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الرضا عن الأصدقاء	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الرضا عن الأسرة	م	معامل الارتباط لفقرات مؤشر الرضا عن الذات	م
**٠,٧٩٢	٣١	**٠,٦٩٢	٢١	**٠,٧٩٤	١١	**٠,٧١٢	١
**٠,٧٣٢	٣٢	**٠,٦٧١	٢٢	**٠,٦٥١	١٢	**٠,٦٥٥	٢
**٠,٦٥٩	٣٣	**٠,٧٩٩	٢٣	**٠,٥٥٥	١٣	**٠,٨٣٦	٣
**٠,٦٣٧	٣٤	**٠,٥٢٧	٢٤	**٠,٦٦٨	١٤	**٠,٤٧٠	٤
**٠,٦٩٣	٣٥	**٠,٥٩٨	٢٥	**٠,٥٤٩	١٥	**٠,٥٦٩	٥
**٠,٧٩١	٣٦	**٠,٥٠٠	٢٦	**٠,٥٢٤	١٦	**٠,٦٧١	٦
**٠,٦٨١	٣٧	**٠,٤٩٨	٢٧	**٠,٧٤١	١٧	**٠,٨٤٢	٧
**٠,٥٤٧	٣٨	**٠,٥٧٨	٢٨	**٠,٣٩٨	١٨	**٠,٥٢٧	٨
**٠,٩٢١	٣٩	**٠,٥١٢	٢٩	**٠,٨٠١	١٩	**٠,٦٩٢	٩
**٠,٨٥٤	٤٠	**٠,٥٢٤	٣٠	**٠,٥٣٩	٢٠	**٠,٧٥٢	١٠

(\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,05$ ) (\*\* دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,01$ ))

## (٢) المقارنة بين المجموعات الطرفية:

تم حساب معامل الصدق التمييزي بطريقة المقارنة الطرفية، ويعتمد هذا الأسلوب على ترتيب الفقرات تنازلياً أو تصاعدياً ثم تقسيم درجات مقياس الرضا عن الحياة إلى الرباعي الأدنى والرباعي الأعلى، وتم اختيار ثلث البيانات من كلا الطرفين وبعد ذلك تمت المقارنة بين طرفي كل مقياس على حدة، ثم الكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات داخل كل عينة على حدة.

جدول رقم (١١) معاملات صدق المقارنة الطرفية لمقياس الرضا عن الحياة لدى العينة

الاستطلاعية (ن = ٣٠)

الاختبارات لمقياس الرضا عن الحياة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	دالتها
المقياس الفرعي الأول للرضا عن الذات	٦١,٧٧	٠,٩٨٧	٣,٨٩٠	٠,٠٥
المقياس الفرعي الثاني للرضا عن الأسرة	٧٤,٠٥	٠,٩١٩	٣,١٢٠	٠,٠٥
المقياس الفرعي الثالث للرضا عن الأصدقاء	٢٣,٨٧	٠,٦٨٧	١٠,٥٧	٠,٠٥
المقياس الفرعي الرابع للرضا عن المدرسة	٥٧,٤٢	١٢,٢٤	٨,٧٩	٠,٠٥

(\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,05$ ) (\*\* دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,01$ ))

الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .

يتضح من الجدول السابق لحساب معاملات صدق المقارنة الطرفية لكل من المقاييس الفرعية للرضا عن الحياة وهي (الرضا عن الذات - الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة) وجود فروق دالة إحصائية بين شقي المقارنة الطرفية في جميع المقاييس الفرعية، مما يدل على صدق الاختبار وتحقق الكفاءة القياسية من ناحية الصدق ومن ثم يمكن الاعتماد على هذه الأدوات لاستكمال إجراءات البحث.

#### - اختبار فروض البحث :

- **الفرض الأول** "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مستوى قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي المراهقين من الطلاب ممن يعانون من الجلوتوفوبيا".

لتتحقق من صحة هذا الفرض استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين درجات الطلاب المراهقين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل بعد من أبعاد مقياس قلق المستقبل (المظاهر المعرفية- المظاهر السلوكية- المظاهر الجسدية)، وبين درجاتهم في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة (الرضا عن الذات- الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة). والجدول التالي يوضح النتائج التي تم التوصل لها:

جدول (١٢) يوضح العلاقة بين درجات المراهقين من الطلاب مما يعانون من الجلوتوفوبيا في أبعاد مقياس قلق المستقبل وبين درجاتهم في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة باستخدام

#### Pearson Correlations

الدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل	المظاهر الجسدية	المظاهر السلوكية	المظاهر المعرفية	مؤشرات قلق المستقبل	
				مؤشرات الرضا عن الحياة	معامل الارتباط
**-.٠,٤٨٧	**-.٠,٦٠٩	**-.٠,٤٨٩	**-.٠,٥٢١	معامل الارتباط	الرضا عن الذات
				وصف العلاقة	عكسية سالبة
**-.٠,٦٧٨	**-.٠,٦٣٢	**-.٠,٧٠٠	**-.٠,٣٩٨	معامل الارتباط	الرضا عن الأسرة
				وصف العلاقة	عكسية سالبة
**-.٠,٤٨٧	**-.٠,٤١٩	**-.٠,٦١٨	**-.٠,٥٥٧	معامل الارتباط	الرضا عن الأصدقاء
				وصف العلاقة	عكسية سالبة
**-.٠,٨٨٢	**-.٠,٦٣٧	**-.٠,٧٤٩	**-.٠,٧٩٨	معامل الارتباط	الرضا عن المدرسة
				وصف العلاقة	عكسية سالبة
**-.٠,٧٤٤	**-.٠,٤٩٧	**-.٠,٤١٠	**-.٠,٥٠٩	معامل الارتباط	الدرجة الكلية لمقياس الرضا عن الحياة
				وصف العلاقة	عكسية سالبة

(\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,05$ ) (\*\*) دالة عند مستوى معنوية ( $\alpha \leq 0,01$ )

يتضح من الجدول السابق أن هناك علاقة عكسية (سالبة) دالة إحصائية عند مستوى

== (٤٤) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ ==

(٠,٠١) بين درجات مؤشر مقياس الرضا عن الحياة(الرضا عن الذات- الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة)، وبين درجات مؤشر مقياس قلق المستقبل(المظاهر المعرفية- المظاهر السلوكية- المظاهر الجسدية) مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات الطلاب المراهقين مما يعانون من الجلوتوفوبيا في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، انخفضت درجاتهم في أبعاد مقياس قلق لمستقبل

**الفرض الثاني** "توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة".

جدول (١٣) الفروق بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين Independent Samples T Test

المتغير	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية (ن-١=٢)	قيمة "ت"	الدلالة
قلق المستقبل	الذكور	٢١	١٨,٩٨٧	٠,٩٤١	١,٦٨٤	١,٠٢١	غير دلالة
	الإناث	٢٢	١٩,٤١٢	٠,٨٧٩	٠,٠٥٥		
الرضا عن الحياة	الذكور	٢١	٢٣,٥٤٧	٠,٣٢٧	١,٦٨٤	٠,٠٤٧٨	غير دلالة
	الإناث	٢٢	٢٢,٠٠١	٠,٢٥٢	٠,٠٥٥		

يتضح من الجدول السابق دلالة الفروق بين الذكور والإناث باستخدام اختبار "ت" حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وقيم اختبار "ت" ومستوى دلالتها لمتغيرات البحث ، فأُسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة.

- **الفرض الثالث** "يمكن التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا".

للتحقق من صحة الفرض السابق اعتمد الباحث على استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج، ويعتمد هذا الأسلوب على إدراج بالترتيب أقوى العوامل المستقلة لمقياس الجلوتوفوبيا (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بانه موضوع سخريّة- الشعور بالاضطهاد - الشعور بالشك) تأثيراً على المتغير التابع (درجة الرضا عن الحياة)، لنصل بالنهاية إلى معادلة الانحدار تشمل على العوامل التي لها تأثير على درجة الرضا عن الحياة (ربما لا تكون جميع العوامل). وفي النتيجة المرفقة تم إدراج ثلاث عوامل فقط هي على الترتيب (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بانه

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد)، ولم يتم إدراج باقي العوامل (الشعور بالشك)، لضعف تأثيرها على درجة الرضا عن الحياة.

جدول (١٤) يوضح تحليل الانحدار المتعدد لعوامل الجلوتوفوبيا التي تسهم في التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	معامل التحديد R <sup>2</sup>
الانحدار	٥٩,٢١٤	٤	١٤,٨٠٣	٥,٠٤٠ (دالة عند	٠,٣٦٨
البواقي	١١١,٦٢١	٣٨	٢,٩٣٧	(٠,٠١)	

يتضح من الجدول السابق أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة. كما يتضح من الجدول أن قيمة معامل التحديد R<sup>2</sup> بلغ (٠,٣٦٨) أي أن تلك الأبعاد تفسر (٣٦,٨ %) من التباين الكلي لدرجة الرضا عن الحياة. **الفرض الرابع** "يمكن التنبؤ بقلق المستقبل لدى المراهقين من الجنسين ممن يعانون من الجلوتوفوبيا".

للتحقق من صحة الفرض السابق اعتمد الباحث على استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج، ويعتمد هذا الأسلوب على إدراج بالترتيب أقوى العوامل المستقلة لمقياس الجلوتوفوبيا (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- الشعور بالاضطهاد - الشعور بالشك) تأثيراً على المتغير التابع (درجة قلق المستقبل)، لنصل بالنهاية إلى معادلة الانحدار تشتمل على العوامل التي لها تأثير على درجة قلق المستقبل (ربما لا تكون جميع العوامل). وفي النتيجة المرفقة تم إدراج ثلاث عوامل فقط هي على الترتيب (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد)، ولم يتم إدراج باقي العوامل (الشعور بالشك)، لضعف تأثيرها على درجة قلق المستقبل.

جدول (١٥) يوضح تحليل الانحدار المتعدد لعوامل الجلوتوفوبيا التي تسهم في التنبؤ بدرجة قلق المستقبل

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	معامل التحديد R <sup>2</sup>
الانحدار	٦٩,٣٢١	٤	١٧,٣٣٠٢٥	٥,٨٢١ (دالة عند	٠,٣٩٢
البواقي	١١٣,١٢٤	٣٨	٢,٩٧٦	(٠,٠١)	

يتضح من الجدول السابق أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من

عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة قلق المستقبل. كما يتضح من الجدول أن قيمة معامل التحديد  $R^2$  بلغ (٠,٣٩٢) أي أن تلك الأبعاد تفسر (٣٩,٢ %) من التباين الكلي لدرجة قلق المستقبل.

### مناقشة نتائج البحث :

**أسفرت نتائج الفرض الأول للبحث الحالي** أن هناك علاقة عكسية (سالبة) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات مؤشر مقياس الرضا عن الحياة(الرضا عن الذات- الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة)، وبين درجات مؤشر مقياس قلق المستقبل (المظاهر المعرفية- المظاهر السلوكية- المظاهر الجسدية) مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات الطلاب المراهقين مما يعانون من الجلوتوفوبيا في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، انخفضت درجاتهم في أبعاد مقياس قلق المستقبل، ويرى الباحث أن من يعاني من قلق المستقبل يكون ذو نظرة سلبية للحياة تؤثر على تفكيره وعدم قدرته على مواجهة المشاكل الحياتية كذلك تؤثر على تركيزه وشككه في قدراته الذاتية كما أن النظرة السلبية للمراهق الذي يعاني من القلق تقتزن أحيانا بوجود أفكار مسيطرة عليه قد تكون أفكار ومعتقدات خاطئة، فالاعتقاد بأن الأشياء الجديدة في الحياة لا يمكن الحصول عليها وأن الأشياء السيئة لا يمكن التخلص منها أو تجنبها مما يؤدي إلى انخفاض في مستوى أداء المراهق وينعكس بالتالي على درجة الرضا على الحياة. ونجد أن نتيجة الفرض الأول ارتبطت بنتائج بعض الدراسات ومنها أشارت نتائج دراسته (Ari, ٢٠١١) في تركيا إلى الكشف عن قلق المستقبل والهوية النفسية وأنماط التعاطف لدى طلبة المدارس الثانوية العليا وأظهرت النتائج وجود اختلافات بين بعدي الاستكشاف والالتزام في ضوء مستوى الحميمية والقلق من المستقبل، فكلما تميزت الشخصية بالحميمية تددت السلوكيات السلبية وازدادت مستويات استكشاف البيئة المحيطة والالتزام، مع انخفاض المخاوف والقلق من المستقبل المتمثلة بضعف العلاقة مع الآخرين وعدم القدرة على العيش في البيئة الاجتماعية المحيطة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث في مجال الالتزام، ولصالح الذكور في مجال الاستكشاف ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في تدني المخاوف والقلق من المستقبل لدى الذكور مقارنة بالإناث خاصة في المجالين الاقتصادي والتعليمي وفرص التعليم الأفضل. وكشفت نتائج دراسته المشاقبة (٢٠١٤) هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى جودة الحياة ومستوى قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، وهل يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين جودة الحياة وقلق المستقبل، وأنه يمكن التنبؤ بقلق المستقبل من خلال جودة الحياة.

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ■

أيضاً أشارت نتائج دراسة الكريديس (٢٠١٥) حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة، والتعرف على الفروق في متغيرات الدراسة بسبب متغير العمر الحالة الإجتماعية. وجاءت نتائج الدراسة بوجود علاقة دالة إحصائياً بين مستوى قلق المستقبل وبين الرضا عن الحياة كلما ارتفعت درجات الرضا عن الحياة انخفضت درجات قلق المستقبل. كما تشير نتائج دراسة (Kristine, et al , ٢٠١٣) لإدراك التحكم في القلق المرتبط بالأزمات الحادثة في مرحلة المراهقة المبكرة لدى المراهقين الذين يعيشون في مستوى دخل منخفض، وأوضحت النتائج أن هناك علاقة جوهرية إيجابية بين معتقدات التحكم بالقلق ومهارات التعايش والمساندة الاجتماعية وعلى النقيض من هذه العلاقة فإن معتقدات التحكم بالقلق ظهرت أكثر لدى المراهقين كثيري المشاحنات، ولدى الأسر التي بها صراعات ومشكلات وأيضاً لدى المراهقين ذوي تقدير الذات المنخفض كما أشارت نتائج دراسة (Tainá. et al , ٢٠٢٢) حول العلاقة بين سمة القلق والخوف و تقييم مدى ارتباط رهاب الجلوتوفوبيا بقلق السمات في عينة من البرازيليين طلاب الجامعات. وتشير النتائج أن الأغلبية العظمى من الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا تم الإبلاغ عن تعرضهم للتخويف سابقاً. وجميع الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يعانون من سمة القلق. وأشارت نتائج دراسته (Saadia, & Naeem. 2019) ، بحثت الدراسة في تأثير الحالة الذاتية من حيث الاكتئاب والقلق والتوتر والرضا عن الحياة على المستوى الأكاديمي والأداء مع الإشارة إلى جنس ودرجة المشارك. وكشفت النتائج أن المراهقون الذين يعانون من الاكتئاب، والقلق والتوتر هم أقل رضا عن حياتهم ويظهرون أداء أكاديمي منخفض من حيث درجاتهم. كما أسفرت نتائج دراسة العشم و المري (٢٠٢٣) هدف البحث إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية ، وتوصلت إلى عدة نتائج منها : وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الحياة و قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية أيضاً عدم وجود فروق في مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة ترجع لمتغير السن. وكذلك النتائج الأولية لدراسة (Paschali & Tsitsas, 2010)، وثقت أن الطلاب الذين كان لديهم مستويات أعلى من الرضا عن الحياة، أبلغوا عن مستويات أقل من القلق. كما أن زيادة مستويات القلق ارتبطت سلباً مع الرضا عن الحياة. وتشير نتائج أبحاث (American College Health Association 2009) وجود علاقة سلبية بين القلق والرضا عن الحياة. وبالتالي فإن الطلاب ذوي المستويات المنخفضة من الرضا عن الحياة لديهم تجربة قلق أعلى. هذا ونجد أن ما يتفق مع النتائج السابقة أن رهاب الجلوتوفوبيا قد يؤدي إلى الانسحاب الاجتماعي، وقصور المهارات الاجتماعية، وتدني احترام الذات، وجمود تعبيرات الوجه، وعدم الثقة في



الأخرين، والافتقار للحس الفكاهي كخبرة اجتماعية مريحة ومحفزة، ومبهجة والشعور بالقلق الشديد مع ظهور أفكار غير عقلانية يمكن أن تؤدي إلى العدوان المدمر، بل ويمكن أن يتطور الأمر إلى تدني الرضا عن الحياة (Proyer, Platt, Ruch & 2010)، هذا وتشير الأدبيات إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا يؤثر على عنصرها هاما في تنمية المراهقين و الشباب: وهو الرضا عن الحياة الاجتماعية. إذا ينمي لدي الفرد خوف من السخرية منه، وهذا يؤثر سلباً على علاقتهم الاجتماعية ويقلل رضاهم عنها ، والتي يمكن أن تؤدي بدورها إلى الانسحاب الاجتماعي و انخفاض المهارات الاجتماعية (Platt, 2021). ووفقاً لنظرية ريتشاردسون لتفسير الجلوتوفوبيا وينظر لها على أنها القوة التي توجد داخل الفرد والتي تدفعه الى تحقيق ذاته، وأساس الجلوتوفوبيا عدم التوازن ، التوازن البيولوجي والنفسي والروحي الذي يسمح بالتكيف مع الظروف الحياتية فالضغوط والأزمات النفسية التي يمر بها الفرد تؤثر في قدراته على التكيف ومواجهة الأحداث الحياتية اليومية التي تؤثر بدورها على التوازن النفسي والروحي (Richardson , ٢٠٠٢)، كما أعمدت نظرية كوفى على مجموعة من المبادئ الدائمة التي تقلل الجلوتوفوبيا وتقوم على الإعتقاد بالعيش والعمل بشكل مثالي مثل قدرة الفرد على تحمل مسئولية أفعاله وأن يبدأ يومه بنفهم عميق لما يدور حوله وأن يفهم الفرد وان يكون مفهوماً تعنى احترام الفرد لاراء الآخرين ومحاولة فهم وجهة نظرهم (Wicks, ٢٠٠٥) ، أيضاً أهتمت نظرية مرازيك بمجموعة من المهارات الحياتية التي تقلل من المخاطر المحبطة بالفرد، ذلك من خلال التعرف على متطلبات الوضع الإجتماعي، ومحاولة التكيف معه بغرض تجنب الخطر وتنمية القدرة على تكوين علاقات جديدة والتوقع الإيجابي من خلال الفرد لنفسه بعد المرور بأزمه و إعادة البناء المعرفي للأحداث المؤلمة من خلال معالجتها لتصبح أكثر قبولا من الفرد نفسه ومن خلال الأمل والتفاؤل يتضمن النظر للمستقبل نظرة إيجابية (Mrazek, ١٩٨٧)، ووفقاً لنتائج الدراسات السابقة والتوجهات النظرية أطمئن الباحث لنتيجة الفرض الأول من نتائج دراسته أن هناك علاقة عكسية (سالبة) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات مؤشر مقياس الرضا عن الحياة (الرضا عن الذات- الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة)، وبين درجات مؤشر مقياس قلق المستقبل (المظاهر المعرفية- المظاهر السلوكية- المظاهر الجسدية) مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات الطلاب المراهقين مما يعانون من الجلوتوفوبيا في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، انخفضت درجاتهم في أبعاد مقياس قلق لمستقبل. أيضاً أسفرت نتائج الفرض الثاني عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة، ومن خلال ملاحظة الباحث أثناء تطبيق مقياس البحث على العينة لاحظ أن

## ■ الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ■■

عينة البحث من مرتفعى الجلوتوفوبيا يبدو عليهم مشاعر القلق والتوتر والرغبة فى الانسحاب من الموقف، وهذا ينطبق على الذكور والإناث عينة البحث الأساسية، هذا ونجد ان تشير الأدبيات إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا يؤثر على عنصرها هاما في تنمية المراهقين و الشباب من الجنسين :وهو الرضا عن الحياة الاجتماعية. إذا ينمي لدى الفرد خوف من السخرية منه، وهذا يؤثر سلباً على علاقاتهم الاجتماعية ويقلل رضاهم عنها ، والتي يمكن أن تؤدي بدورها إلى الانسحاب الاجتماعي و انخفاض المهارات الاجتماعية (Platt, 2021). كما أشارت نتائج دراسة ( ٢٠٢١ Vagnolil, et al. )إلى وجود علاقة سلبية بين رهاب الجلوتو فوبيا والتعامل والتكيف مع الفكاهة لدى الإناث والذكور في عمر ١٨ عاماً، وقد أشارت نتائج دراسة (Ruch, et al, ٢٠١٤ )إلى أن البالغين المصابين برهاب الجلوتوفوبيا ذكروا أن الأسباب التي أدت إلى تطور وزيادة ذلك الرهاب لديهم كانت مرتبطة بالخبرات السلبية والمضايقات التي تعرضوا لها والمرتبطة بزيادة وزنهم والتي كانت مرتبطة بدورها برهاب الجلوتو فوبيا ، كما أبلغت الفتيات اللاتي يعانين من السمنة المفرطة، والأولاد الذين يعانون من النحافة المفرطة عن تعرضهم لكثير من تجارب السخرية والمضايقات التي تعرضوا لها في مرحلة المراهقة بسبب وزنهم، وأن هذه التجارب ارتبطت بقله وانخفاض الفرح والسعادة في المدرسة، كما ارتبطت أيضاً بمعاناتهم من رهاب الجلوتوفوبيا. أيضاً تشير نتائج دراسة (Vagnoli, et al ,٢٠٢١) حول قياس الخوف من التعرض للسخرية لدى المراهقين الإيطاليين والروس عبر الثقافات دعمت النتائج ، إن الخوف من التعرض للضحك يظهر مستويات أعلى خلال مرحلة الطفولة، ويبدأ في الانخفاض مع تقدم العمر خلال فترة الطفولة فترة المراهقة ويصبح أقل عند البالغين. كانت العلاقة السلبية بين رهاب الجلوتوفوبيا والتعامل مع الفكاهة الموجودة في العينة الإيطالية، والتي أظهرت نتائج ملحوظة لدى الفتيات والفتيان بعمر ١٨ عاماً. يمكن افتراض ذلك رهاب الجلوتوفوبيا متأصل في فترة المراهقة، عندما يكون له نمط عالمي.وقد أشارت نتائج دراسه ( عداثكة ٢٠١٤ ) بالكشف عن علاقة قلق المستقبل بالعزلة الاجتماعية - وهي من مظاهر الاكتئاب - لدى طلبة جامعة الوادي بالجزائر ؛أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين قلق المستقبل والعزلة الاجتماعية، كما أظهرت فروقا في درجات قلق المستقبل تبعاً لاختلاف كل من المستوى الاجتماعي والمستوى الثقافي وتبعاً للجنس، في حين لم يظهر اختلاف في درجات مستوى العزلة تبعاً لاختلاف المستويين الاجتماعي والثقافي والجنسي.

وتشير نتائج دراسة جبر (٢٠١٢) إلى الكشف عن العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية.، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة

إحصائياً بين العصابية وقلق المستقبل، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين (الانبساط، الانفتاح على الخبرة وقلق المستقبل. وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل تعزى إلى النوع أو التخصص أو المستوى الدراسي. كما أشارت نتائج دراسة عدة (٢٠٢١) للتعرف على مستوى رضا الطلبة الجامعيين عن الذات وعن الدراسة. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة أكثر رضا عن الذات وأقل رضا عن الدراسة، وأن الإناث أكثر رضا من الذكور في الدراسة. كما أظهر تحليل الفرق بين الجنسين لدى المراهقين السويسريين (Proyer et al., 2013)، حيث أظهرت الفتيات الإيطاليات مستويات أعلى بكثير من رهاب الجلوتوفوبيا من الأولاد، خاصة في جميع الفئات العمرية من ١٥ إلى ١٧ سنة وبالمثل، كما هو الحال في المراهقين الدنماركيين، وفي العينة الروسية، لم يتم العثور على فروق بين الجنسين، باستثناء الفئة العمرية ١٥ عاماً، حيث يكون رهاب الجلوتوفوبيا أعلى عند الأولاد ذوي الأهمية العملية المعتدلة. وبالتالي فإن العلاقات بين رهاب الجلوتوفوبيا والعمر والجنس يبدو أن لديها خصائص ثقافية أعلى من رهاب الجلوتوفوبيا نفسه. من الواضح أن هناك معايير ومعتقدات ثقافية تتعلق بدور الجنسين بين الأولاد والبنات في هذا العمر والتي قد تساهم في تطور رهاب الجلوتوفوبيا. كما تشير نتائج دراسة (Unni, & Thomas, 2020) التعرف على مفهوم الذات والقلق الاجتماعي لدى المراهقين حيث أثبتت وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي لدى المراهقين من الجنسين وهناك علاقة سلبية بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي لدى المراهقين من الجنسين، أيضاً كشفت نتائج دراسة (Mathen et al., 2008) إلى التعرف على العلاقة بين التوتر المدرك ومصادر المواجهة والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة المكسيكيين والأمريكيين دراسة عبر ثقافية. وأظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بالرضا عن الحياة في ضوء التوتر المدرك ومصادر المواجهة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة تعزى للنوع، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التوتر المدرك تعزى للنوع، ووجود فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية والأبعاد الفرعية لمصادر المواجهة لصالح الذكور. وتشير نتائج دراسة (Paschali, 2010) & Tsitsas) إلى الكشف عن العلاقة بين التوتر النفسي والرضا عن الحياة وأوضحت النتائج أن (٦٣،٤%) من المشاركين حصلوا على درجات منخفضة على مقياس الرضا عن الحياة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التوتر والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة تعزى للنوع، ووجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة تعزى للمستوى الدراسي لصالح المستوى الرابع، كما تشير نتائج دراسة (Kamal et al., 2013) إلى الكشف عن العلاقة بين التعبير الانفعالي والرضا عن الحياة، وأوضحت النتائج وجود علاقة

## == الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ==

ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التعبير الانفعالي والرضا عن الحياة، ووجود فروق دالة إحصائياً في التعبير الانفعالي لصالح الإناث، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة تعزى للنوع. وقد أشارت دراسة (Aggarwal & Mahanta, 2013) إلى التعرف على أثر المساندة الاجتماعية المدركة على الرضا عن الحياة، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائياً في المساندة الاجتماعية المدركة من الأسرة تعزى للنوع، بينما وجدت فروق دالة إحصائياً في المساندة الاجتماعية المدركة من الأصدقاء، ووجود فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة تعزى للنوع لصالح الإناث، وجود ارتباط موجب دال بين المستويات المرتفعة من المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء والمستويات المرتفعة من الرضا عن الحياة. كما أثبتت نتائج (Ho et al. 2008) وجود ارتباطات سلبية بين العصبية والرضا عن الحياة، وارتباطات إيجابية بين الانبساط والحياة. ويحدث تأثير الانبساط على الرضا عن الحياة من خلال زيادة مشاركة المراهقين في الأنشطة الاجتماعية والاختلافات بين الجنسين في الارتباطات بين الشخصية والرضا عن الحياة على الرغم من أن متوسط مستويات الرضا عن الحياة غالباً ما تكون متشابهة بين مجموعات المراهقين من الأولاد والبنات، وتشير نتائج دراسة التيجاني (2010) إلى التعرف على العلاقة بين مصادر الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأغواط، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مصادر الضغوط وقلق المستقبل عند مستوى 0.01 وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في قلق المستقبل لدى طلاب التخرج تعزى للنوع أو التخصص. وأطمئن الباحث لنتيجة الفرض الثاني التي ترجع إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة، كما **أسفرت نتائج الفرض الثالث** أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.01) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخريه- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة. ومن خلال ملاحظات الباحث أثناء تطبيق مقاييس البحث على عينة البحث من المراهقين مرتفعي الجلوتوفوبيا نلاحظ أن هناك ارتباط بين الشعور السلبي والخجل والانسحاب والتقييمات السلبية وانعكاسها على الرضا عن الحياة حيث أن رهاب الجلوتوفوبيا من المرجح حسب نتائج الدراسات والتراث النظري للبحث يعمل على أضعاف التقييمات الإيجابية لمرتفعي الجلوتوفوبيا ونظرتهم للحياه وعدم مشاركتهم الإجتماعية وعدم شعورهم بالأمان تجاه الآخرين حيث تعتبر تجربة المشاعر الإيجابية أمراً بالغ الأهمية لرضا هؤلاء المراهقين عن حياتهم ونجد أن رهاب الجلوتوفوبيا يشير إلى خوف الفرد من أن يكون هدفاً للضحك عليه أو السخرية منه من قبل الأفراد الآخرين، فهو لا يفهم ماهية الضحك والسخرية

اللطيفة الايجابية، حيث لا يستطيع التمييز بينها وبين الضحك والسخرية السلبية، ويعتقد أن أي ضحك هو موجه له بطريقة سلبية، وماكرة، وخبيثة، مما يؤدي إلى خوفه من التواجد والظهور أمام الآخرين ، (Kohlimann, et al.2018)، هذا وتشير نتائج دراسة Platt et al. (2010) الى أنه إذا كان لدى الفرد خوف من التعرض للسخرية، فإن هذا يؤثر على علاقته الاجتماعية بشكل سلبي، مما يؤدي بدوره إلى الانسحاب الاجتماعي وانخفاض الكفاءات الاجتماعية (لذلك نفترض أن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يستخدمون استراتيجيات الانسحاب للتعامل مع الصعوبات و يتضمن الانسحاب كواحدة من استراتيجيات المواجهة ونظراً لأن الحياة الاجتماعية للأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا معرضة للخطر نتيجة لتصرفاتهم، فقد افترضنا أن مستوى رضاهم عن حياتهم الاجتماعية، نتيجة لذلك، منخفض، أيضاً في نفس السياق تشير دراسة (Titze 2009) تم وصف الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا على أنهم غير آمنين (اجتماعياً) مع ضعف الكفاءات الاجتماعية، وفي الحالات القصوى مع تقييد الحياة الاجتماعية (مثل الانسحاب الاجتماعي). وتشير ملاحظات الحالة الفردية إلى أن الأشخاص الذين يعانون من رهاب الجلوتوفوبيا يميلون إلى تفسير العلامات الاجتماعية الإيجابية (على سبيل المثال، الابتسام الودي من شركاء التفاعل الاجتماعي) بشكل سلبي ونفور. وبشكل عام، هناك علاقة سلبية بين رهاب الجلوتوفوبيا والرضا عن الحياة، هذا ووقفت الأدلة التجريبية جيداً أن العلاقات الإيجابية والبناءة مع الأقران والمعلمين تساعد في تحسين نوعية حياة المراهقين، والحفاظ على الأداء الأمثل، والحماية من النتائج السلبية فيما يتعلق بالصحة الجسدية والعقلية. (Wong & Siu, 2017) وفي المقابل فإن العلاقات الاجتماعية السلبية والمدمرة داخل البيئة المدرسية تمثل سلسلة من السلوكيات الإشكالية والأعراض النفسية التي ثبت أنها تضر بالتكيف النفسي والاجتماعي للمراهقين ورفاهيتهم. (Konishi et al., 2010; Mínguez, 2019). كما ان هناك أدلة تثبت أن التفاعلات الإيجابية مثل الاحترام المتبادل والثقة والدعم يفضي إلى التكيف الاجتماعي والعاطفي وكذلك الرضا العام عن الحياة لدى المراهقين (Colarossi ٢٠٠٣). (Malecki & Demaray, 2003, & Eccles, ٢٠٠٣) في حين أن التفاعلات الاجتماعية السلبية مثل الإساءة العاطفية والجسدية، غير عادلة وترتبط المعاملة والإيذاء بمجموعة متنوعة النتائج غير التكيفية مثل القلق والعزلة الاجتماعية وانخفاض الرضا عن الحياة (Konishi et al., 2010) فقد ثبت أن العلاقات الاجتماعية تمارس بشكل كبير تأثيرها على الصحة النفسية والعقلية للمراهقين (Kim & Kim, 2013) وتلك العلاقات السلبية مع الأقران والمدرسون تقوض تصورات المراهقين عن نوعية حياتهم. (Konishi et al., 2010)، وكشفت نتائج دراسة

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .

(Martin, et al, ٢٠٠٨) تم تقييم العلاقات الطولية بين الرضا عن حياة المراهقين وإيذاء الأقران والتجارب الاجتماعية الإيجابية، حيث أوضحت النتائج انخفاض مستويات الرضا عن الحياة يبدو أنه عامل خطر تم تحديده من علاقات الأقران السلبية (الإيذاء ونقص التجارب الاجتماعية الإيجابية). وأشارت نتائج دراسة ( Vagnoli, et al., ٢٠٢٢ ) أن رهاب الجلوتوفوبيا يؤثر بصورة سلبية على الطلاب في المدارس، حيث يتوقع ذوى ذلك الاضطراب تعرضهم للأذى المستمر المتمثل في تتمر الأصدقاء عليهم، وتتنخفض الرغبة لديهم في التحدث أمام زملائهم مما يؤدي إلى عدم مشاركتهم في الأنشطة الصفية واللاصفية، كما تشير نتائج دراسة (Defeating&Cortello , ٢٠١٩) الى ان الأفراد ذوى رهاب الجلوتوفوبيا يشعرون بالقلق والتوتر، وعدم الارتياح، والشعور بالخزي والعار كاستجابة انفعالية لما يتعرضون له من مواقف السخرية بصورة مستمرة كما يشعرون بالخجل، وعدم الأمن، وعدم الثقة في أنفسهم وقدراتهم وقد أشارت نتائج دراسة (Dursun, et al , ٢٠٢٠) إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا كان مرتبطاً بانخفاض تقدير الذات، وارتفاع مستويات الحزن والضيق النفسي، وقصور الوظائف الاجتماعية والتكيف والتعامل مع الفكاهة، وتتفق مع نتائج الفرض الثالث من فروض البحث كلا من المنظور المعرفي في تفسيره للرضا عن الحياة على الفكرتين الآتيتين: الأولى أن طبيعة إدراك الفرد هي التي تحدد درجة شعوره بجودة حياته ورضاه عنها، والثانية أنه في إطار الاختلاف الإدراكي الحاصل بين الأفراد فإن العوامل الذاتية هي الأقوى أثراً من العوامل الموضوعية في درجة شعورهم بالرضا عن الحياة، ووفقاً لهذا المنظور يبرز توجهان حديثان في تفسير الرضا عن الحياة هما: توجه لاوتن والتي تدور حول أن إدراك الفرد لرضاه عن حياته يتأثر بظرفين هما : الظرف المكاني والظرف الزمني، إذ أن هناك تأثيراً للبيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لرضاه عن حياته وطبيعة البيئة في الظرف المكاني لها تأثيرات أحدهما مباشر على حياة الفرد كتأثير الصحة مثلاً، والآخر تأثيره غير مباشر إلا أنه يحمل مؤشرات إيجابية كرضا الفرد عن البيئة التي يعيش فيها، أما في الظرف الزمني فإن إدراك الفرد لتأثير طبيعة البيئة على رضاه عن حياته يكون أكثر إيجابية كلما تقدم في العمر، فكلما تقدم بالعمر كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته، وبالتالي يكون التأثير أكثر إيجابية على شعوره بالرضا عن حياته (المالكي، ٢٠١١) ووفقاً لنظرية المواقف أن الإنسان يرضى عن الحياة عندما يعيش في ظروف ملائمة، ويشعر فيها بالأمن والنجاح في تحقيق ما يريد من أهداف، فيجد الصحبة الطيبة، وأسرّة متماسكة، ويحصل على عمل جيد ففي هذه الظروف يكون الإنسان راضياً وسعيداً ومتمتعاً بصحة نفسية (مرسي، ٢٠٠٠)

كما أوضحت نظرية التقييم انه يمكن قياس الرضا الحياتي بالإتماد على عدة معايير واهم هذه

المعايير يعتمد على الفرد، على القيم السائدة لديه، وعلى مزاجه وظروفة المحيطة به، والتي تؤثر على الشعور بالرضا الحياتي لدية ، فالأفراد عندما يريدون تقييم الرضا لديهم، فإنهم لا يفكرون بقدراتهم الحركية إلا إذا تواجدوا مع أفراد يعانون من إعاقة حركية، (Diner., ٢٠٠٠) وأطمئن الباحث لنتيجة الفرض الثالث أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة، كما أسفرت نتائج الفرض الرابع أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة قلق المستقبل. ومن الملاحظ على طبيعة المرحلة العمرية لعينة البحث من المراهقين نلاحظ ان تلك المرحلة هي مرحلة انتقال من المرحلة الإعدادية الى الثانوية وتلك المرحلة تمثل مرحلة حرجة أو مرحلة للعديد من التغيرات وردود الفعل العاطفية والاجتماعية وتولد مشاعر القلق والتوتر لدى المراهق الطبيعي أما بالنسبة لمرتفعى رهاب الجلوتوفوبيا نجد أن البيئة المدرسية من أقران ومدرسين وتجارب النجاح والفشل والقلق والخوف من السخرية أو التتمر أو الضحك ترتبط بنظرته السلبية للحاضر وبين توقع سلبي للمستقبل والقلق منه والترقب والخوف المرتبط بالتوقعات التشاؤمية والشك والتردد، حيث تشير نتائج دراسة ( Seligman, 2012 ) أن تفاعلات المراهقين في البيئات المدرسية مع الآخرون المهمون (أي الأقران والمدرسون) يشكلون كيفية تطور الأطفال المصابين باضطراب القلق تجارب حياتهم التعليمية حيث تكون البيئة المدرسية مؤثرة على تكيف المراهقين و تقييماتهم لأنفسهم وللآخرين، كما أشارت دراسة ( Grennan et al , ٢٠١٨ ) ان مرتفعى الجلوتوفوبيا يعتقدون ان هناك خطأ ما بهم فيتجنبون الكثير من الأنشطة الاجتماعية خشية أن يظهر منهم سلوك غير لائق فيسخر منهم بالضحك عليهم ، أو نظرات الاحتقار ، أو الفعل والحديث المسئ لهم مما يؤدي الى زيادة شعورهم بالقلق الدائم والخجل يمنعهم من التعبير عن أنفسهم، وتشير نتائج دراسة (Konishi et al., 2010)، أن التفاعلات الاجتماعية السلبية مثل الإساءة العاطفية والجسدية، ترتبط المعاملة والإيذاء بمجموعة متنوعة من النتائج غير التكيفية مثل القلق والعزلة الاجتماعية، وقد أشارت نتائج دراسته (Proyer and Ruch 2010) قامت الأبحاث التجريبية بدراسة ما إذا كان هناك بالفعل خوفاً دائماً من التعرض للسخرية حيث أثبتت أنه ينطوي على حساسية بجنون العظمة لضحك الآخرين، والاستجابات المبالغ فيها التعرض للسخرية، ومواكبة الانسحاب الاجتماعي وحتى في النهاية الاقتناع بأن المرء أمر مثير للسخرية بالفعل وبأنهم إذا تعرضوا للسخرية في مكان معين، فسوف يتجنبون هذا المكان المحدد لفترة

## الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .

طويلة وبالتالي، فإن الميل نحو الانسحاب الاجتماعي هو سمة مميزة لأنماط المراهقين المصابين برهاب الجلوتوفوبيا، وتكشف نتائج دراسته (Ruch, et al. 2013) أن من السمات المشتركة بين الأفراد الذين يعانون من القلق المرتبط بالخل هو الاقتناع العميق بأن هناك شيئاً أساسياً ليس على ما يرام معهم. بالإضافة إلى ذلك، فإن بعض أولئك الذين يتأثرون بالقلق المرتبط بالخل يعتقدون بقوة أن أي لقاء وجهاً لوجه يدعوهم إلى السخرية، وبالتالي، فإن هؤلاء الأفراد يخشون أي نوع من الضحك باعتباره تهديداً، لأن هذا من شأنه أن يؤكد مرة أخرى فكرتهم الثابتة عن كونهم سخيّين ومع ذلك، فإن هذا الاحتياط المتحيز يثير مخاطر حقيقية كونه موضعاً دائماً للضحك الساخر، لأن مثل هذا السلوك الاجتماعي غير الكفو قد يفعل مزيد من التطوير لأضطرابات القلق، وتشير أيضاً نتائج دراسة (OECD, 2017) أن الدور الوسيط للقلق المرتبط بالعمل المدرسي يشير إلى حالة معرفية وعاطفية كارهة يعاني منها المراهقون بسبب المخاوف بشأن العواقب السلبية للفشل أو فقدان السيطرة فيما يتعلق بالمهام المدرسية. حيث يعد القلق المرتبط بالعمل المدرسي أحد مشكلات التكيف الرئيسية التي غالباً ما تزعج المراهقين في سن المدرسة والمراهقون الذين يعانون من القلق هم أكثر عرضة لإظهار سوء السلوك ويعانون من سوء التكيف النفسي والاجتماعي، كما تؤكد نتائج دراسة (Steinmayr et al., 2016) على أن الظروف العقلية للمراهقين في التعامل مع الواجبات المدرسية تتأثر بشدة بالعوامل الاجتماعية والعلاقات داخل المدارس ويظهر المراهقون الذين يشعرون بالقبول والدعم من قبل أقرانهم والمعلمين المزيد من المرونة في مواجهة المهام والاختبارات الصعبة وإن تجارب التعامل بنجاح مع الواجبات المدرسية ستساعد في تعزيز شعور المراهقين بالثقة والتقدير الذاتي وانخفاض معدل القلق لديهم، وتشير نتائج دراسة (Johan, et al. 2016) حيث يتطلب فهم القلق لدى الشباب تطبيق نهج متعدد الأبعاد لتقييم الجوانب النفسية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية لإضطراب القلق وتشير النتائج: فقط التفكير السلبي وعدم التكيف كان لهما علاقة مباشرة باضطرابات القلق. وكان التفكير السلبي أقوى مؤشر على كل من سوء التكيف والتأقلم وإضطراب القلق، كما أشارت نتائج (Ruch, 2009) إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا يتميز عن القلق الاجتماعي بعدد من الخصائص من أبرزها الحساسية الزائدة لدى الأفراد ذوى رهاب الجلوتوفوبيا تجاه المواقف غير المألوفة، مما قد يؤدي إلى السخرية منهم، كما يميلون إلى إساءة تفسير المواقف العادية، ويظهرون مستويات أعلى من الجوانب الانفعالية السلبية مقارنة بأعراض القلق الأخرى، ويتجنبون المواقف التي قد تؤدي إلى تعرضهم للسخرية لأنها تسبب درجات قلق مرتفعة لديهم، وهذا ويشير (Zaleski, 1996) إلى أن لقلق المستقبل مكون معرفي قوي؛ فيمكن القول أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها



انفعالية، وهي ترتبط عادة بالخطر وترتكز على المغالاة في تخمين وتوقع قتامة في المستقبل. ونجد دعماً لهذه الفكرة في دراسة ايزنك Eysenk؛ حيث افترض في دراسته المعرفية لقلق المستقبل أن الوظيفة الأساسية له هي تيسير الاكتشاف المبكر لإشارات التهديد والخطر قريب الحدوث، وبذلك يتضمن مفهوم الحذر واليقظة، ويرى أيزنك أن الانزعاج Worry مترافقاً عموماً مع زيادة قلق المستقبل، في حين أن التجنب مرافق نقصانه (Eysenk, 1992) ويقترح (Barlow, 1992 & Dionard) أن كل اضطرابات القلق فيما عدا حالات المخاوف تشتت في عرض أساسي مميز يُطلق عليه "الخشية أو التوجس Apprehension" الذي يجعل من القلق حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل، ويتهيأ فيه الفرد لمحاولة التكيف والتعامل مع الأحداث السلبية القادمة، وتتضح مظاهر الاضطراب الفكري للشخص المقلق من المستقبل فيما يلي: أفكار متكررة عن الخطر؛ فمريض القلق في قبضة أفكار لفظية وصورية تدور حول وقائع مؤذية، نقص القدرة على مجادلة الأفكار المخيفة، تعميم المؤثر الضار (Jolanta, 2012) وعرى آرون بيك أن مريض القلق لديه نزوع إلى تهويل ورؤية كارثة في كل شيء، فيسيطر عليه احتمال الخطر وتوقع السوء، بحيث لا يكف عن تحذير نفسه من أخطار ممكنة، فهو في حالة قلق دائم لا يرحم منه (بيك، ٢٠٠٠). فنجد أن هناك مصادر عديدة للقلق على المستقبل، وأهمها التوقع بوجود تهديد للفرد، سواء كان هذا التهديد ظاهراً للفرد أو غامضاً، ويرتبط التوقع بالأحداث المستقبلية، والخوف من المستقبل وما يحمله من تهديد للفرد، والقلق المستقبلي ينشأ من أشياء من المتوقع حدوثها في المستقبل. هذا التوقع مصحوب بحالة من القلق الشديد يصعب على الفرد التعامل معها؛ وهذا يسبب له التوتر والاضطراب في مختلف جوانب السلوك (Barlow, 2017)، وأشار Molin (1990) إلى أن هناك أسباباً عديدة لقلق الفرد المستقبلي؛ أكثر وأهمها عدم قدرته على التمييز بين نظريته المستقبلية وواقع الحياة التي يعيشها، عدم القدرة على استشراق المستقبل ونقص معلوماته لتكوين أفكار حول المستقبل والشعور به انعدام الأمن والتوقعات السلبية للأحداث والمستقبل الغامض الذي يؤدي إلى ارتفاع نسبة القلق. مستقبل يؤثر القلق على قرارات الأفراد المستقبلية مما يؤدي إلى ظهور مجموعة من الأعراض منها السلوك المضطرب، كالشعور بالحزن والانسحاب والسلبية وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف من الأحداث الاجتماعية غير المتوقعة، يعتبر فهم نظرية سبيلبرجر في القلق مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط، فلقد ميز سبيلبرجر بين نوعين من القلق هما: القلق كحالة والقلق كسمة، أي أن هناك القلق كسمة مميزة للشخصية وهو أقرب إلى القلق العصابي أو المزمن، وهناك القلق كحالة أي كاستجابة للموقف وهو أقرب للقلق الموضوعي أو قلق الموقف، ويربط سبيلبرجر بين قلق الحالة والضغط ويعتبر أن الضغط الناتج عن ضغوط

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدي عينة من المراهقين .

معين مسبباً لحالة القلق. ويهتم سبيلبرجر بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه، ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (الكبت، الإنكار، الإسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط. ولقد ميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد: فكلاهما مفهومين مختلفين، فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف بمعنى توقع خطر أو إدراك ذاتي للخطر. (الرشيد ، ١٩٩٩ : ٥٣-٥٥)، كما ترى النظرية المعرفية بأن سبب القلق عائداً إلى معاناة الفرد في الشعور بالتهديد واعتباره مسبقاً بأنماط من التفكير الخاطئ والتشوهات المعرفية وبالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته الجسمية العادية. ومثال ذلك زيادة ضربات القلب لدى الشخص وتفسير الزيادة على أنها أزمة قلبية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية. (أبو سليمان، ٢٠٠٧ : ٨) ، . ويهتم سبيلبرجر بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة، ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه، ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (الكبت، الإنكار، الإسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط. ولقد ميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد: فكلاهما مفهومين مختلفين، فكلمة ضغط تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي، أما كلمة تهديد فتشير إلى التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطير أو مخيف بمعنى توقع خطر أو إدراك ذاتي للخطر. (الرشيد ، ١٩٩٩ : ٥٣-٥٥)، وبهذا أطمئن الباحث لنتيجة الفرض الرابع أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة قلق المستقبل، ووفقاً لاستعراض النتائج - **ولما توصلت إليه نتائج البحث** - فإنه يمكن استخلاص ما تم عرضه في الأتي:

- اشارت بعض الدراسات التي تناولت الجلوتوفوبيا إلى أن رهاب الجلوتوفوبيا كان مرتبطاً بانخفاض تقدير الذات، وارتفاع مستويات الحزن والضيق النفسي، وقصور الوظائف الاجتماعية، كما ذكر المراهقين المصابين برهاب الجلوتوفوبيا أن الأسباب التي أدت إلى تطور وزيادة الرهاب

===== (٥٨) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====

لديهم كانت مرتبطة بالخبرات السلبية والمضايقات التي تعرضوا لها خلال مرحلة الطفولة وتعرضهم لكثير من تجارب السخرية والمضايقات في مرحلة المراهقة والمدرسة هذه التجارب ارتبطت بقلّة وانخفاض الفرح والسعادة في المدرسة، كما ارتبطت أيضاً بمعاناتهم من رهاب الجلوتوفوبيا

- أسفرت نتائج الفرض الاول للبحث الحالي أن هناك علاقة عكسية (سالبة) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين درجات مؤشر مقياس الرضا عن الحياة(الرضا عن الذات- الرضا عن الأسرة- الرضا عن الأصدقاء- الرضا عن المدرسة)، وبين درجات مؤشر مقياس قلق المستقبل (المظاهر المعرفية- المظاهر السلوكية- المظاهر الجسدية) مما يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات الطلاب المراهقين مما يعانون من الجلوتوفوبيا في أبعاد مقياس الرضا عن الحياة، انخفضت درجاتهم في أبعاد مقياس قلق المستقبل، ويرى الباحث أن من يعاني من قلق المستقبل يكون ذو نظرة سلبية للحياة تؤثر على تفكيره وعدم قدرته على مواجهة المشاكل الحياتية كذلك تؤثر على تركيزه وشكّه في قدراته الذاتية كما أن النظرة السلبية للمراهق الذي يعاني من القلق تقتزن أحيانا بوجود أفكار مسيطرة عليه قد تكون أفكار ومعتقدات خاطئة، فالاعتقاد بأن الأشياء الجديدة في الحياة لا يمكن الحصول عليها وأن الأشياء السيئة لا يمكن التخلص منها أو تجنبها مما يؤدي إلى انخفاض في مستوى أداء المراهق وينعكس بالتالي على درجة الرضا على الحياة.

- أيضاً أسفرت نتائج الفرض الثاني عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث ممن يعانون من الجلوتوفوبيا في كل من قلق المستقبل والرضا عن الحياة، حيث نجد أن المراهقون يقضون وقتاً كبيراً في التعلم والتواصل الاجتماعي في المدارس فنجد أن علاقاتهم الأقران سواء من الذكور أو الإناث داخل المدرسة والفصول الدراسية، والمعلمين، "تكتسب معنى متزايداً لأن المراهقين يبحثون عن الدعم من الأصدقاء والشعور بالرضا والتعاطف والمساندة والقبول خارج المنزل، ونجد ان الطلاب والطالبات في مرحلة المراهقة يبحثون عن تلك الإحتياجات كمطلب أساسي في مرحلة المراهقة

- وأسفرت نتائج الفرض الثالث أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخرية- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة الرضا عن الحياة. فنجد ان المستويات المرتفعة من الأمل والحماس والحب، والذكاء العاطفي، لها علاقة ايجابية بالرضا عن الحياة، وتعد بمثابة نقاط قوة تعوق وتعطل وجود وتطور رهاب الجلوتو فوبيا، كما ان إيذاء الأقران وظلم وقسوة بعض المعلمين له

## == الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين . ==

تأثير سلبي على الرضا عن الحياة لدى المراهقين، ونجد ان المراهقين مرتفعي الجلوتوفوبيا تنعكس على عدم الشعور الرضا عن الحياة بدرجة مرتفعة من الصحة النفسية والجسمية للفرد وتوافق الشخصية وعلاقاته الإجتماعية والرضا عن نفسه وعن أصدقائه وأسرته ومدرسته

- كما أسفرت نتائج الفرض الرابع أنه يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) لكل من عوامل (الانسحاب الاجتماعي- شعور الشخص بأنه موضوع سخريّة- مؤشر الشعور بالاضطهاد) على التنبؤ بدرجة قلق المستقبل، إذ إن التفكير السلبي تجاه المستقبل عند المراهقين يتكون بسبب الظروف الجسدية والاجتماعية والنفسية الحرجة التي يمرون بها، وبذلك تؤثر في طموحهم، وتعطل أهدافهم، وتقدهم القدرة على حل المشكلات، وهذا ما يؤدي إلى ضعف تقديرهم لذواتهم ، ، وقد يصبح المستقبل مصدر قلق ورعب نتيجة للإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل، وعدم ثقة الفرد في القدرة على التعامل مع هذه الأحداث والنظر إليها بطريقة سلبية؛ نتيجة لتداخل الأفكار وربط الماضي بالحاضر والمستقبل مما يسهم في عدم القدرة على التكيف مع الأحداث التي تعترض مستقبله مما يسبب زيادة القلق نحو المستقبل

- ونجد ان النتائج السابقة للبحث الحالي طمئننت الباحث من تحقيق الهدف الرئيسي وهو الكشف عن : الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى المراهقين من الجنسين

## **وبناءً على ما أسفرالبحث من نتائج، صيغت التوصيات كما يلي:**

- يجب توسيع مجال البحث والدراسة كهدف للبحث المستقبلي حيث يلعب رهاب الجلوتوفوبيا في بعض مجالات الحياة التي لم يتم دراستها ( الجامعة - النوادي الرياضية -بيئة العمل - وكذلك العلاقة مع الأشقاء - وداخل البيئة الأسرية)
- من المهم إجراء دراسات طوليه تتبعية على رهاب الجلوتوفوبيا للتعرف على السمات الشخصية والإنفعاليه والسلوكيه للمعرضين لرهاب الجلوتوفوبيا على شرائح عمرية متنوعة
- إعداد برامج معرفية سلوكيه لتسليط الضوء وتقديم المساعده في التمييز بين السخرية الجادة والإثارة المرحة ، ومهارات التعامل مع الآخرين، ومهارات التفاعل الأتجماعي الإيجابي مع الأصدقاء والأسرة والجنس الأخر لتقليل سؤ الفهم
- إعداد برامج وقائية و إرشادية وعلاجيه لمكافحة التتمر في المدارس والجامعات ومؤسسات المجتمع المدني
- إنشاء خط ساخن يقوم علي مجموعة مدربة من الإختصاصين النفسيين لتلقى شكاوى الأطفال والمراهقين المعرضين للتتمر ولرهاب الجلوتوفوبيا ، وتقديم المساعده والدعم المطلوب لهم

- أعداد وتدريب فرق عمل مدربة على تحديد الطلاب المعرضين لخطر مشاكل العلاقات مع الأقران وتطوير برامج التدخل الفعالة لمنع أو تقليل تجارب الإيذاء
- قد يحتاج المراهقون الذين يعانون من مستويات أعلى من رهاب الجلوتوفوبيا إلى اهتمام خاص من علماء النفس في المدارس والأخصائيين الاجتماعيين، لأن كونهم في مرحلة تنمية حرجة قد يؤدي إلى تطوير سلوك غير قادر على التكيف في سن البلوغ.
- إقامة الندوات والمحاضرات وفتح قنوات الحوار مع الأطفال والمراهقين بالمدارس و الشباب في الجامعة ومراكز الشباب من أجل توعيتهم وتعليمهم مهارات التخطيط للمستقبل على أسس علمية كي لا يقعون فريسة طموحاتهم غير الواقعية.

### المراجع العربية :

١. أبو سليمان ، بهجت عبد المجيد (٢٠٠٧): أثر الاسترخاء والتدريب على حل المشكلات في خفض القلق وتحسين الكفاءة الذاتية لدى عينة من طلبة الصف العاشر القلقين، رسالة دكتوراه، الجامعة الأردنية، عمان.
٢. آدم ، حاتم محمد (٢٠٠٥): الصحة النفسية للمراهقين، القاهرة، اقرأ للنشر والتوزيع
٣. أوزي ، أحمد (٢٠١٤) : المراهق والعلاقات المدرسية، الإسكندرية، ماهر للنشر والتوزيع
٤. اوشن، نادية (٢٠١٥م): التوجيه الجامعي وعلاقته بتقدير الذات وقلق المستقبل المهني للطلاب في ضوء بعض المتغيرات رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة الحاج لخضر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية باتنة.
٥. بلكيلاني ، إبراهيم محمد (٢٠٠٨). تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب الجاليات العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب والتربية، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمرك.
٦. بيك ، أرون (٢٠٠٠). العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية (ترجمة: عادل مصطفى). القاهرة: دار الآفاق العربية.
٧. التيجاني، بن الطاهر (٢٠١٠) . مصادر الضغوط النفسية كما يدركها الطلبة الجامعيين وعلاقتها بقلق المستقبل دراسة مقارنة على عينة من طلبة جامعة الأغواط مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (١)، ٢٦٢-٢٨٥.
٨. جبر ، أحمد محمود (٢٠١٢) العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .=====

طالبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر.

٩. جودة ،أمال عبد القادرة ، والبهنساوي ، أحمد كمال عبد الوهاب. (٢٠١٣) . النرجسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة بمصر وفلسطين دراسة عبر ثقافية . دراسات نفسية . رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية (رائم) ٢٣٠ (٣) . يوليو ٢٢٣-٣٥٨ .

١٠. داينز، روبين (٢٠٠٦): إدارة القلق، القاهرة: ترجمة: دار الفاروق للنشر والتوزيع.

١١. الدسوقي ، مجدي (١٩٩٩) : مقياس الرضا عن الحياة مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة.

١٢. دويدار ، عبد الفتاح محمد . (١٩٩١) التوقعات السلبية نحو المستقبل وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى الأطفال - دراسة سيكومترية. منشور ضمن بحوث المؤتمر السنوي الثالث للطفل المصري تنشئته ورعايته الذي نظمه مركز الدراسات والطفولة بجامعة عين شمس، ١٠ ١٣ مارس، المجلد الأول، ص ص ٥١٢-٤٩٥

١٣. الرشيد ،هارون توفيق (١٩٩٩): "الضغوط النفسية، طبيعتها، نظريتها"، برنامج لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة الأنجلو، القاهرة.

١٤. الرفاعي، ليال عبد السلام (٢٠٢٠). قلق المستقبل لدى الشباب الجامعيين بظل جائحة كورونا والأزمة الاقتصادية في لبنان، مجلة الآداب والعلوم الإنسانية -ع، لبنان.

١٥. السادة ، حسين بدر و البويهي ، فاروق شوقي (١٩٩٥) العلاقة بين الرضا عن الدراسة والانجاز الدراسي لطلاب الدراسات العليا، جامعة البحرين

١٦. سعد ،محمد (٢٠١٠). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المرونة الإيجابية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب. رسالة دكتوراه. كلية التربية ، جامعة عين شمس .

١٧. شقير ، زينب محمود .(٢٠٠٥). مقياس قلق المستقبل. القاهرة : مكتبة النهضة المصرية.

١٨. عثمان ،فاروق السيد (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية. القاهرة: دار الفكر العربي.

١٩. العجمي، نجلاء محمد (٢٠٠٤) : بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود.

===== (٦٢) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====

٢٠. عداثة، سامية (٢٠١٤). قلق المستقبل وعلاقته بالعزلة الاجتماعية لدى الطالب الجامعي. دراسة ميدانية في قسم العلوم الاجتماعية بورفلة (حافة الشهيد - الوادي). الملتقى الوطني حول الشباب ومشكلة الاندماج الاجتماعي في المجتمع الجزائري. بجامعة عمار ثلجي الأغواط.
٢١. عدة ، زهرة (٢٠٢١). قياس مستوى الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة الاضطرابات النمائية العصبية والتعلم، مج ١ ، ٢ ، جامعة تلمسان، الجزائر : ٥٤ - ٧٠.
٢٢. عشري ، محمود محيي الدين (٢٠٠٤): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، المؤتمر السنوي الحادي عشر ٢٥-٢٧ ديسمبر، جامعة عين شمس، المجلد (١)، مصر.
٢٣. العشم ، فضة ،ثامر و المري، سلوى بنت فهاد حماد (٢٠٢٣). الرضا عن الحياة وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة حفر الباطن المجلة الدولية للعلوم التربوية والإنسانية المعاصرة، مج ٢، ع ١، ٢٠٥ - ٢٣١.
٢٤. عيد ، محمد إبراهيم (٢٠٠٤- أ) . الهوية والقلق والإبداع. القاهرة: دار القاهرة.
٢٥. غريب ، عبد الفتاح غريب (١٩٩٩) . علم الصحة النفسية القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.
٢٦. الكريديس ، ريم سالم علي (٢٠١٥) قلق المستقبل وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي العدد ٤٢، ج ٣
٢٧. كفاي، علاء الدين (١٩٩٠): الصحة النفسية، دار النشر والتوزيع، القاهرة.
٢٨. المالكي، رانيا معتوق محمد (٢٠١١) : فعالية الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من السعوديات في مدينة مكة المكرمة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والاجتماعية، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية.
٢٩. مرسى ، كمال (٢٠٠٠). السعادة وتنمية الصحة النفسية ، القاهرة ، دار النشر للجامعات
٣٠. مرسى، أبو بكر : (2002)أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي ، مكتبة
- المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ (٦٣)

===== الجلوتوفوبيا كمعدل للعلاقة بين قلق المستقبل والرضا عن الحياة لدى عينة من المراهقين .  
النهضة المصرية القاهرة.

٣١. مسعود ،سناء (٢٠٠٦): بعض المتغيرات المرتبطة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين دراسة تشخيصية، رسالة ماجستير، جامعة طنطا، مصر .

٣٢. المشاقبة، محمد أحمد خدام (٢٠١٥م) جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، مجلد (١٠)، العدد (١) كلية التربية جامعة الحدود الشمالية المملكة العربية السعودية.

٣٣. المشيخي ، غالب محمد .(٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بكلاً من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف. رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية.

٣٤. ميخائيل ،أمطانيوس . (٢٠١١) . الثبات والصدق والبنية العاملية الصورة معربة من مقياس دينر و لارسن وجوفن للرضا عن الحياة . مجلة اتحاد الجامعات العربية وعلم النفس .  
٩ (٢) ١١٠ - ٣٧ .

#### **Translation of Arabic references:**

١. Abu Suleiman, Bahjat Abdel Majeed (2007): The effect of relaxation and problem-solving training in reducing anxiety and improving self-efficacy among a sample of anxious tenth grade students, doctoral dissertation, University of Jordan, Amman.
٢. Adam, Hatem Muhammad (2005): Mental Health for Adolescents, Cairo, Iqraa Publishing and Distribution.
٣. Ozzi, Ahmed (2014): Adolescents and School Relations, Alexandria, Maher Publishing and Distribution.
٤. Ocean, Nadia (2015 AD): University guidance and its relationship to self-esteem and students' professional future anxiety in light of some variables. Master's thesis, unpublished, Hajj Lakhdar University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Batna.
٥. Belkilani, Ibrahim Muhammad (2008). Self-esteem and its relationship to future anxiety among students of Arab communities residing in Oslo, Norway. Unpublished master's thesis, Faculty of Arts and Education, Arab Open Academy, Denmark.
٦. Beck, Aaron (2000). Cognitive therapy and emotional disorders (translation: Adel Mustafa). Cairo: Dar Al-Afaq Al-Arabiya.
٧. Al-Tijani, Bin Al-Taher (2010). Sources of psychological stress as

===== (٦٤) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٢٤ ج ١ المجلد (٣٤) - يولية ٢٠٢٤ =====



- perceived by university students and their relationship to future anxiety, a comparative study on a sample of students at the University of Laghouat, *Journal of Humanities and Social Sciences*, (1), 262-285.
٨. Jabr, Ahmed Mahmoud (2012) The five major factors of personality and their relationship to future anxiety among Palestinian university students in the Gaza governorates. Master's thesis, Faculty of Education, Al-Azhar University.
  ٩. Gouda, Amal Abdel Qadira, and Al-Bahnasawy, Ahmed Kamal Abdel Wahab. (2013). Narcissism and its relationship to life satisfaction among university students in Egypt and Palestine: a cross-cultural study. *Psychological studies*. Egyptian Association of Psychologists (Raem) 230 (3). July 323-358.
  ١٠. Daines, Robin (2006): *Managing Anxiety*, Cairo: Translated by: Dar Al-Farouk for Publishing and Distribution.
  ١١. El-Desouki, Magdy (1999): *Life Satisfaction Scale*, Egyptian Nahda Library, Cairo.
  ١٢. Dowidar, Abdel Fattah Muhammad. (1991) Negative expectations towards the future and their relationship to some personality variables in children - a psychometric study. Published within the research papers of the Third Annual Conference of the Egyptian Child, His Upbringing and Care, organized by the Center for Studies and Childhood at Ain Shams University, March 10-13, Volume One, pp. 495-512.
  ١٣. Al-Rashid, Haroun Tawfiq (1999): "Psychological stress, its nature, and theory," a program for self-help in treating it, Anglo Library, Cairo.
  ١٤. Al-Rifai, Loyal Abdul Salam (2020). Future anxiety among university youth in light of the Corona pandemic and the economic crisis in Lebanon, *Journal of Arts and Humanities - A*, Lebanon.
  ١٥. Al-Sada, Hussein Badr and Al-Buwaihi, Farouk Shawqi (1995) The relationship between satisfaction with study and academic achievement of postgraduate students, University of Bahrain
  ١٦. Saad, Muhammad (2010). The effectiveness of a counseling program to develop positive resilience in coping with stressful life events among a sample of young people. Ph.D. Faculty of Education, Ain Shams University.
  ١٧. Shaqir, Zainab Mahmoud (2005). *Future anxiety scale*. Cairo: Egyptian Nahda Library.
  ١٨. Othman, Farouk Al-Sayed (2001). *Anxiety and stress management*. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.

١٩. Al-Ajmi, Najla Muhammad (2004): Building a tool to measure future anxiety among male and female students at King Saud University, unpublished master's thesis, King Saud University.
٢٠. Adaka, Samia (2014). Future anxiety and its relationship to social isolation among university students. A field study in the Department of Social Sciences in Bouarfalla (Hafat Al-Shahid - Al-Wadi). National Forum on Youth and the Problem of Social Integration in Algerian Society. at Ammar Thlidji University, Laghouat.
٢١. Kit, Zahra (2021). Measuring the level of self-satisfaction and satisfaction with study among a sample of. University students. Journal of Neurodevelopmental Disorders and Learning, Volume 1, 2, University of Tlemcen, Algeria: 54-70.
٢٢. Ashry, Mahmoud Mohieddin (2004): Anxiety about the future and its relationship to some cultural variables, a comparative cultural study between students of some colleges of education in Egypt and the Sultanate of Oman, Eleventh Annual Conference, December 25-27, Ain Shams University, Volume (1), Egypt.
٢٣. Al-Asham, Fadda, Thamer and Al-Marri, Salwa bint Fahad Hammad (2023). Satisfaction with life and its relationship to future anxiety among secondary school students in Hafr Al-Batin Governorate, International Journal of Contemporary Educational and Humanities, Vol. 2, No. 1, 205-231.
٢٤. Eid, Muhammad Ibrahim (2004-a). Identity, anxiety and creativity. Cairo: Cairo House.
٢٥. Gharib, Abdel Fattah Gharib (1999). Mental health science, Cairo: Anglo-Egyptian Library.
٢٦. Al-Kraidis, Reem Salem Ali (2015) Future anxiety and its relationship to life satisfaction among female students at Princess Noura bint Abdul Rahman University, Journal of Psychological Counseling, Psychological Counseling Center, Issue 42, Part 3
٢٧. Kafafi, Aladdin (1990): Mental Health, Publishing and Distribution House, Cairo.
٢٨. Al-Maliki, Rania Matouk Muhammad (2011): The effectiveness of the ego and its relationship to life satisfaction among a sample of Saudi women in the city of Mecca in light of some demographic and social variables, Master's thesis, Umm Al-Qura University, Kingdom of Saudi Arabia.
٢٩. Morsi, Kamal (2000). Happiness and mental health development, Cairo, Universities Publishing House
٣٠. Morsi, Abu Bakr (2002): The Identity Crisis in Adolescence and the

Need for Psychological Guidance, Al Nahda Egyptian Library, Cairo.

٣١. Masoud, Sanaa (2006): Some variables associated with future anxiety among a sample of adolescents, a diagnostic study, Master's thesis, Tanta University, Egypt.
٣٢. Al-Mashaqba, Muhammad Ahmad Khaddam (2015 AD) Quality of life as a predictor of future anxiety among students of the College of Education and Arts at the Northern Border University, Taibah University Journal of Educational Sciences, Volume (10), Issue (1), College of Education, Northern Border University, Kingdom of Saudi Arabia.
٣٣. Al-Mashikhi, Ghaleb Muhammad (2009). Future anxiety and its relationship to both self-efficacy and the level of ambition among a sample of Taif University students. Unpublished doctoral dissertation, College of Education, Umm Al-Qura University, Kingdom of Saudi Arabia.
٣٤. Michael, Amtanius. (2011). Reliability, validity, and factorial structure. The image is based on the Diener, Larsen, and Joven life satisfaction scale. Journal of the Association of Arab Universities and Psychology. 9 (2) 110 - 37.

#### المراجع الأجنبية :

35. Achenbach, TM. (1991). Manual for the Youth self-Report and 1991 Profile. Burlington . VT: University of Vermont, Department of Psychiatry.
36. Ari, R. (2011): Analysis of ego identity process of adolescents in terms of attachment styles and gender. *proscenia social and behavioral sciences*, 2(10):744-750
37. Barlow, D. (2017). Unraveling the Mysteries of Anxiety and Its Disorders from the Perspective of Emotion Theory. *American Psychologist*, 55, 1247-1263.
38. Bledsoe, T. S., & Baskin, J. J. (2014). 'Recognizing student fear: The elephant in the classroom'. *College Teaching* 62 (1), pp. 32-41.
39. Bradley, R., & Corwyn, R. (2004). Life satisfaction among European American, African American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28, 385-400.
40. Brouzos, A., Vassilopoulos, S. P., Vlachioti, A., & Baourda, V. (2020). A coping-oriented group intervention for students waiting to undergo secondary school transition: Effects on coping strategies, self-esteem, and social anxiety symptoms. *Psychology*

- in the Schools, 57(1), 31-43.
41. Carretero-Dios H, Ruch W, Agudelo D, Platt T, Proyer RT.( 2010) Fear of being laughed at and social anxiety: A preliminary psychometric study. *Psychol Test Assess Mod.*; 52(1):108–24.
  42. Cite as: Del Moral, G., Canestrari, C., Muzi, M., Suárez-Relinque, C., Carrieri, A., & Fermani, A. (2022). Parental Attachment and Satisfaction With Social Life: The Mediating Role of Gelotophobia. *Psicothema*, 34(3), 437-445.
  43. Colarossi, L. G., & Eccles, J. S. (2003). Differential effects of support providers on adolescents' mental health. *Social Work Research*, 27(1), 19–30
  44. Corey, G. (2005). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. USA: Brooks/Cole-Thomson Learning.
  45. Cortello, C. M. (2019). The Joke's on Me: The Relation Between Self Defeating Humor, Gelotophilia, and Gelotophobia. *Intuition: The BYU Undergraduate Journal of Psychology*, 14(1), 4.
  46. Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 35-45.
  47. Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
  48. Differences 49. 54–58
  49. Dursun, P., Dalğar, İ., Brauer, K., Yerlikaya, E., & Proyer, R. T. (2020). Assessing dispositions towards ridicule and being laughed at: Development and initial validation of the Turkish PhoPhiKat-45. *Current Psychology*, 39(1), 101-114.
  50. Ekman, P., Davidson, R. J., & Friesen, W. V. (1990). 'The Duchenne smile: Emotional expression and brain physiology: II'. *Journal of Personality and Social Psychology* 58 (2), pp. 342- 353.
  51. Evans, D., Borriello, G. A., & Field, A. P. (2018). A review of the academic and psychological impact of the transition to secondary education. *Frontiers in Psychology*, (9): 1482.
  52. Eysenk, M (1992): *Anxiety*, Erlbaum: Hills Date.
  53. Feng, G. (2019) *Management of Stress and Lass* Taipei: psychological publishing co., Ltd.
  54. Flaspohler, P. D., Elfstrom, J. L., Vanderzee, K. L., Sink, H. E., & Birchmeier, Z. (2009). Stand by me: The effects of peer and teacher support in mitigating the impact of bullying on quality of life. *Psychology in the Schools*, 46(7), 636–649.
  55. Führ, M. (2010). 'The applicability of the GELOPH<15> in children

- and adolescents: First evaluation in a large sample of Danish pupils'. *Psychological Test and Assessment Modeling* 52, pp. 60-76.
56. Goldbeck, L., Schmitz, T.G., Besier, T., Herschabach, P. & Henrich, G. (2007). Life Satisfaction Decreases during Adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969-979.
57. GORDON W. BLOOD, INGRID M. BLOOD, G. MICHAEL TRAMONTANA, ANNA J. SYLVIA, MICHAEL P. BOYLE, AND GINA R. MOTZKO.(2011). SELF-REPORTED EXPERIENCE OF BULLYING OF STUDENTS WHO STUTTER: RELATIONS WITH LIFE SATISFACTION, LIFE ORIENTATION, AND SELF-ESTEEM, *Perceptual and Motor Skills*, 113, 2, 353-364
58. Grennan,S., Mannion,A., & Leader,G.(2018) . Gelotophobia and High-Functioning Autism Spectrum Disorder. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 5(4),349-359.
59. Grills, A. E., & Ollendick, T. H. (2002). Peer victimization, global selfworth, and anxiety in middle school children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31(1), 59–68.
60. Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2008). Personality and life events as predictors of adolescents' life satisfaction: Do life events mediate the link between personality and life satisfaction? *Social Indicators Research*, 89, 457–471.
61. Huang, L.(2020) . Peer Victimization, Teacher Unfairness, and Adolescent Life Satisfaction: The Mediating Roles of Sense of Belonging to School and Schoolwork-Related Anxiety, *School Mental Health* ,12:556–566
62. Johan S. R. Mahmoud, RN, Ruth “Topsy” Staten, ARNP-CS-NP, Terry A. Lennie, RN, FAHA, FAAN, and Lynne A. Hall, RN, .(2015). The Relationships of Coping, Negative Thinking, LifeSatisfaction, Social Support, and Selected DemographicsWith Anxiety of Young Adult College Students, *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing* **28** ,97–108
63. Jolanta, S. (2012). Adolescents Future Orientation and Academic Achievement. *Journal of Psychology*, 29 (3), p.p. 52- 69.
64. Kamal, A., Rehman, A., Ahmad, M. & Nawaz, S. (2013). *The Relationship of Expressivity and life Satisfaction: A Comparison of Male and Female University Students. Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(11), 661-669
65. Kim, D. H., & Kim, J. H. (2013). Social relations and school life satisfaction in South Korea. *Social Indicators Research*, 112(1),

66. Kohlmann, C. W., Eschenbeck, H., Heim-Dreger, U., Hock, M., Platt, T., & Ruch, W. (2018). Fear of being laughed at in children and adolescents: Exploring the importance of overweight, underweight, and teasing. *Frontiers in Psychology, 9*, 1447.
67. Konishi, C., Hymel, S., Zumbo, B. D., & Li, Z. (2010). Do school bullying and student–teacher relationships matter for academic achievement? A multilevel analysis. *Canadian Journal of School Psychology, 25*(1), 19–39.
68. Kristine E, Hickie and Elizabeth K. Anthony (2013): “Transactional stress and anxiety control beliefs among low-income early adolescents”, *Children Youth Services Review, (35)*(2): (353-357)
69. La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships: Do they predict social anxiety and depression? *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology, 34*(1), 49–61.
70. Lazures, R. Flokman, S. (2019). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
71. Leader, G., & Mannion, A.(2020). Gelotophobia in Autism Spectrum Disorder (In) *Encyclopedia of Autism Spectrum Disorders* (2nd ed).Publisher: Springer
72. Loewe, N., Bagherzadeh, M., Araya-Castillo, L., Thieme, C., and Batista-Foguet, J. M. (2014). Life domain satisfactions as predictors of overall life satisfaction among workers: evidence from Chile. *Soc. Indic. Res. 118*, 71–86
73. Lu, I. (1999):”Personal and environmental causes of enineshapps”. A longitudinal Analysis.
74. Macleod, A.; Tata, P.; Kentish, J.; Carroll; F. & Hunter, E. (2015). Anxiety, Depression, and Explanation- Based Pessimism for Future Positive and Negative Events. *Clinical Psychology and psychotherapy, 4* (1), 15-24.
75. Mahanta, D. & Aggarwal, M. (2013). Effect of Perceived Social Support on Life Satisfaction of University Students, *European Academic Research, I*(6), 1083-1094
76. Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2003). What type of support do they need? Investigating student adjustment, as related to emotional, informational, appraisal, and instrumental support. *School Psychology Quarterly, 18*(3), 231–252.
77. MARTIN, E. K., HUEBNER, S., ANDVALOIS, R F.(2008). DOES

- LIFE SATISFACTION PREDICT VICTIMIZATION EXPERIENCES IN ADOLESCENCE?, *Psychology in the Schools*, Vol. 45(8), DOI: 10.1002/pits.20336
78. Marwan Sinaceur.(2009). Suspending Judgment to create Value: Suspicion and Trust in Negotiation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46(3),543.
  79. Matheny, K.B., Roque-Tovar, B.E. & Curlette, W.L. (2008). Perceived. Stress, Coping Resources, and Life Satisfaction among US and Mexican College Students: A Cross-cultural Study, *Anales de Psicologia*, 24(1), 49-57.
  80. McNamara , S. (2000) : Stress in Young people what new and what new and what can we do ? London .
  81. Miles Helen, Andrew K., Mackod Helen Pote, (2004): **Retrospective and prospective cognitions in Adolescents: Anxiety, depression and postvie & negative affect.** *Journal of Adolescence*, vol. (27), pp. 691-701.
  82. Mínguez, A. M. (2019). Children's relationships and happiness: The role of family, friends and the school in four European countries. *Journal of Happiness Studies*. <https://doi.org/10.1007/s1090-2-019-00160-4>.
  83. Molin, R. (1990). Future Anxiety: Clinical Issues of Child in the Latter Phases of Foster Care. *Journal of Child & Adolescent Social Work*, 7(6), 501-512.
  84. Moline, R. (2017). Future Anxiety: Clinical Issues of Children in the Latter Phases of Foster Care, *Child and Adolescent Social Work Journal*, 7 (6) P 501-512.
  85. Mrazek,J.&Mrazek,A.(1987). Resilience in Child Maltreatment Victuims. A Conceptual Exploration Child Abuse and Neglect. *Journal of Cognitive Therapy and research*, 39(11),357-366.
  86. Nagashima, Naoki, (2003). Future Anxiety and Consumer Behavior. FRI Research Report, No (176), Fujitsu research institute. Tokyo: ([http://jp.fujitsu.com/group/fri/en/economic/publications/report/2003/re port-176.html](http://jp.fujitsu.com/group/fri/en/economic/publications/report/2003/report-176.html)).
  87. Oberle, E., Schonert-Reichl, K. A., & Zumbo, B. D. (2011). Life satisfaction in early adolescence: Personal, neighborhood, school, family, and peer influences. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 889–901
  88. OECD. (2017). PISA 2015 results (volume III): Students' well-being. Paris: PISA, OECD Publishing.
  89. Paschali, A., & Tsitsas, G. (2010). Stress and Life Satisfaction among University Students—A Pilot Study. *Annals of General*

- Psychiatry*, 9, S96.
90. Peterson,C., Nansook,P.,& Martin,R.(2006). Greater Stengths of Character and Recovery From Illness. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1),17-26.
  91. Platt, T. (2008). ‘Emotional responses to ridicule and teasing: Should gelotophobes react differently?’ *Humor: International Journal of Humor Research* 21 (2), pp. 105-128.
  92. Platt, T. (2021). Extreme gelotophobia: Affective and physical responses to ridicule and teasing. *Current Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00510-8>
  93. Platt, T., Ruch, W., & Proyer, R. T. (2010). A lifetime of fear of being laughed at. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie*, 43(1), 36–41.
  94. Platt,T., Hofmann,J., Ruch,W., & Proyer,R.(2013). Duchenne display responses Towards Sixteen Enjoyable emotion: Individual differences between no and fear of being laughed at Motivation and Emotion. *International Journal of Humour Research*, 47(4),776-786.
  95. Polit (2007): Sense of coherence and life satisfaction in people suffering from mental health problems, The University of Bergen, Norway, Allkopi.
  96. Proyer, R. T. & Neukom, M. (2013). ‘Ridicule and being laughed at in the family: Gelotophobia, gelotophilia, and katagelasticism in young children and their parents’. *International Journal of Psychology* 48, pp. 1191-1195
  97. Proyer, R. T., Meier, L. E., Platt, T., & Ruch, W. (2013). Dealing with laughter and ridicule in adolescence: Relations with bullying and emotional responses. *Social Psychology of Education*, 16(3), 399– 420.
  98. Proyer, René T., Tracey Platt & Willibald Ruch. (2010). Self-conscious emotions and ridicule:
  99. Proyer, Rene T; Ruch, Willibald; Chen, G H (2012). Gelotophobia: life satisfaction and happiness across cultures. *Humor*, 25(1):23-40.
  100. Qasim, intsar Kamal. (2016). Social anxiety and its relationship to psychological toughness among university students. *Journal of Psychological Sciences*, 2 (15), 6--28.
  101. Qianqian Dou.( 2022 ). Body dissatisfaction and social anxiety among adolescents: A moderated mediation model of feeling of inferiority, family cohesion and friendship quality, Liaoning Normal University,pp:1-23



102. Radomska, A., & Tomczak, J. (2010). 'Gelotophobia, self-presentation styles, and psychological gender'. *Psychological Test and Assessment Modeling* 52 (2), pp. 191-201.
103. Ranta,K., Heino,R., Koivisto,A., Tuomisto,M., Pelkonen,M.,&Marttunen,M..(2007). Age and gender differences in social anxiety symptoms during adolescence : the social phobia inventory as a measure. *Psychiatry Research*, 135(3),261-270.
104. Rappaport , H. (1991 ) : Measuring defensiveness against future anxiety , Vol.(10 ) , N. (2).
105. Rappaport, H. (2018). Future Time, Death Anxiety and Life Purpose among Older Adults. *Death Studies*, 17 (4), 369-379.
106. Richardson,G.(2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. Wiley Periodicals, Inc.*Journal of Clinical Psychiatry*,58(3),307-321.
107. Ruch, W. (2009). Fearing humor? Gelotophobia: The fear of being laughed at. Introduction and overview. *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, 1–25
108. Ruch, W. F., Hofmann, J., & Platt, T. (2013). 'Investigating facial features of four types of laughter in historic illustrations'. *The European Journal of Humour Research* 1 (1), pp. 99-118.
109. Ruch, W., & Proyer, R. T. (2009). Who fears being laughed at? The location of gelotophobia in the PEN-model of personality. *Personality and Individual Differences*, 46, 627-630.
110. Ruch, W., Altfreder, O., & Proyer, R. T. (2009). 'How do gelotophobes interpret laughter in ambiguous situations? An experimental validation of the concept'. *Humor: International Journal of Humor Research* 22 (1-2), pp. 63–89.
111. Ruch, W., and Proyer, R. T. (2008). Who is gelotophobic? Assessment criteria for the fear of being laughed at. *Swiss J. Psychol.* 67, 19–27.
112. Ruch, W., Harzer, C. & Proyer, R. T. (2013). Beyond being timid, witty, and cynical: Big Five personality characteristics of gelotophobes, gelotophiles, and katagelasticians. *The Israeli Journal of Humor Research: An International Journal*, 2, 2-20
113. Ruch, W., Hofmann, J., & Platt, T. (2015). 'Individual differences in gelotophobia and responses to laughter-eliciting emotions'. *Personality and Individual Differences* 72, pp. 117-121.
114. Ruch, W., Hofmann, J., Platt, T., & Proyer, R. T. (2014). The state-of-the art in gelotophobia research: A review and some theoretical extensions. *Humor: International Journal of Humor Research*, 27(1), 23–45.

115. Ruch, W., Proyer, R. T. & Ventis, L. (2010). The relationship of teasing in childhood to the expression of gelotophobia in adults, *Psychological Test and Assessment Modeling*, Volume 52, (1), 77-93
116. Ruch, W., & Proyer, R. (2009). Who Fears being laughed at ? the location of gelotophobia in the PEN-model of Personality and Individual Difference . *International Journal of Humor Research* 46, 627-630.
117. Saadia, A., & Naeem, T. (2019). DEPRESSION, ANXIETY, AND STRESS IN RELATION TO LIFE SATISFACTION AND ACADEMIC PERFORMANCE OF ADOLESCENTS, *Pak J Physiol*; 15(1):52-5
118. Schwartz, D., Gorman, A. H., Nakamoto, J., & Toblin, R. L. (2005). Victimization in the peer group and children's academic functioning. *Journal of Educational Psychology*, 97(3), 425-435.
119. Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Simon and Schuster.
120. Shameful gelotophobes and guilt free katagelasticists. *Personality and Individual*
121. Stefanenko, E. A. et al. (2011). 'Diagnostika strakha vyglyadet' smeshnym: russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika gelotofobii' [The Fear of Being Laughed at Diagnostics: Russian Adaptation of Gelotophobia Questionnaire]. *Psikhologicheskii zhurnal* 32 (2), pp. 94-108.
122. Steinmayr, R., Crede, J., McElvany, N., & Wirthwein, L. (2016). Subjective well-being, test anxiety, academic achievement: Testing for reciprocal effects. *Frontiers in Psychology*, 6, 1994.
123. Suldo, S. M., Huebner, E. S., Friedrich, A. A., & Gilman, R. (2009). Life satisfaction. In R. Gilman, E. S. Huebner, & M. Furlong (Eds.), *Handbook of positive psychology in the schools* (pp. 27-35). New York: Routledge.
124. Susłowska, M. (1985) : Fear contents throughout peoples ' life ,
125. Tainá S. Rêgo Diógenes E. S. Pires Eline M. Melo Juan-Pablo Aristizabal Antonio Pereira
126. Jr1.(2022). The association between trait anxiety and the fear of being laughed at in college: A preliminary study with a Brazilian sample, *Brain Behav*; 12:e2757.
127. Titze, M. (1996). 'The Pinocchio Complex: Overcoming the fear of laughter'. *Humor and Health Journal* 5, pp. 1-11.
128. Titze, M. (2009). Gelotophobia: The fear of being laughed at. *Humor: International Journal of Humor Research*, 22, (1-2), 27-

- 48.
129. Unni, P. K., & Thomas, S. (2020). SELF CONCEPT AND SOCIAL ANXIETY AMONG ADOLESCENTS, *Vol-6 Issue-5, IJARIE-ISSN(O)-2395-4396*
130. Utomo, F. G., & Adiyanti, M. G. (2023). Pengaruh Kelekatan Anak dengan Orang Tua Terhadap Kecenderungan Gelotophobia. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3).
131. Vagnoli, L., Brauer, K., Addarii, F., Ruch, W., & Marangi, V. (2022). Fear of being laughed at in Italian healthcare workers: Testing associations with humor styles and coping humor. *Current Psychology*, 1-11.
132. Vagnoli, L., Stefanenko, E., Graziani, D., Duradoni, M., & Ivanova, A. (2021). Measuring the fear of being laughed at in Italian and Russian adolescents. *Current Psychology*, 1-17.
133. Vol.( 28) , N.(2) .
134. Wang, M. T., & Holcombe, R. (2010). Adolescents' perceptions of school environment, engagement, and academic achievement in middle school. *American Educational Research Journal*, 47(3), 633-662.
135. Wicks, C.R. (2005). Resilience: An Integrative Frame Work Measurement, Loma Londa Univesity.
136. Wong, T. K. Y., & Siu, A. F. Y. (2017). Relationships between school climate dimensions and adolescents' school life satisfaction, academic satisfaction and perceived popularity within a Chinese context. *School Mental Health*, 9(3), 237-248.
137. Zaleski, Z., & Zbigniew. (1996). Future Anxiety. *Personal Individual Differences*, 28 (2).
138. Zaleski Z. (1994): **Personal future orientation, scientific society**, university of lublinin, Poland.
139. Zaleski, Z. (2018). Future Anxiety: Concept, Measurement and Preliminary Research, *Journal of Personality and Individual Differences*, 21 (2), 163- 174.

## **GLUTOPHOBIA AS A MODERATOR OF THE RELATIONSHIP BETWEEN FUTURE ANXIETY AND LIFE SATISFACTION IN CHILDREN OF BOTH SEXES**

**Dr. Ahmed Fakhry Hany**

Assistant Professor of Psychology - Department of Humanities Faculty of Graduate Studies and Environmental Research - Ain Shams University

### **ABSTRACT**

The current research aimed to identify gelotophobia as a moderator of the relationship between future anxiety and life satisfaction among a sample of adolescents of both sexes, to reveal a sample of high gelotophobia male and female adolescents and its relationship to future anxiety and life satisfaction. The research sample consisted of (n = 43) adolescents, Divided into (21) male students, and (22) female students. All of them have high gelotophobia, and to achieve the research objectives, the research tools were applied, which are: the gelotophobia scale (prepared by the researcher), the future anxiety scale (prepared by the researcher), the life satisfaction scale (prepared by the researcher), The research results revealed that there is a statistically significant (negative) relationship at the level of (0.01) between the scores of the life satisfaction scale indicator and the scores of the future anxiety scale indicator, which indicates that the higher the scores of adolescent students who suffer from gelotophobia in the dimensions of the life satisfaction scale. Their score decreased on the dimensions of the future anxiety scale, the results also revealed that there were no statistically significant differences between males and females who suffer from gelotophobia in both future anxiety and life satisfaction., There is also a statistically significant effect at a level of significance (0.01) for each of the factors (social withdrawal - the person's feeling that he is the subject of ridicule - the feeling of persecution indicator) on predicting the degree of life satisfaction, there is a statistically significant effect at a level of significance (0.01) for each of the factors (social withdrawal - the person's feeling that he is the subject of ridicule - the feeling of persecution indicator) on predicting the degree of anxiety in the future.

---

Key words:

Glutophobia - future anxiety - life satisfaction - adolescence