

ازمة منتصف العمر وعلاقتها بالقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة

اعداد

أ.م.د. سهام مطشر الكعبي

قسم البحوث النفسية / مركز البحوث التربوية والنفسية
جامعة بغداد

(ازمة منتصف العمر، القلق الوجودي، منتسبي الجامعة)

ملخص بحث

أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة

تعد أزمة منتصف العمر Midlife crisis من الازمات التطورية التي يمر بها الإنسان ، وقد صيغ مصطلح أزمة منتصف العمر من قبل عالم التحليل النفسي (اليوت جاكوز Jaques) ١٩٦٥ ، والذي اشار الى ان الناس في منتصف العمر يواجهون مرحلة أزمة تثار بادراكهم لنضجهم وللتغيير في ادراك الإطار الزمني والعمرى لحياتهم منذ الولادة إلى الوقت المتبقي لهم ليعيشوه. وترتبط أزمة منتصف العمر بالقلق الوجودي Existential Anxiety الذي يعرف بانه دافع سلبي للسلوك يتمثل في خوف الافراد من ان لا يكون لهم وجود (اي الخوف من العدم) ، والخوف من اللا معنى، أو الخوف من ان لا يكون لدى الافراد هدف شامل أو توجه للحياة . وركزت أهداف هذا البحث على النقاط الآتية :

- ١-قياس أزمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة .
 - ٢-التعرف على دلالة الفروق في أزمة منتصف العمر تبعاً لمتغير النوع (ذكور ، إناث) .
 - ٣-قياس القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .
 - ٤-التعرف على دلالة الفروق في القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث) .
 - ٥-التعرف على العلاقة بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .
- وقد استلزم تحقيق اهداف البحث استعمال اداتين ، واحدة لقياس أزمة منتصف العمر وهو مقياس (شيك Schek) ١٩٩٦ الصيني الذي ترجم الى اللغة العربية ، واستخرجت له خصائص سايكومترية تمثلت بتمييز الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وصدق بانواعه صدق المحتوى (الظاهري والمنطقي) والصدق البنائي . اما الثبات فقد استخرج بطريقة ألفا-كرونباخ وكانت قيمته (٠,٧١) .
- اما المقياس الثاني فهو لقياس القلق الوجودي ، وقد استخدم مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) حيث استخرجت له الباحثة مؤشرات صدق ظاهري وصدق بنائي وثبات بطريقة ألفا-كرونباخ بلغت قيمته (٠,٩١) .
- وقد طبق المقياسان على عينة تكونت من (١٥٥) مستجيباً ومستجيبة من التدريسيين والموظفين اختيروا بخصائص ديموغرافية محددة للسنة الدراسية ٢٠١١-٢٠١٢ .

وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة والاختيار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون ومعامل الفا للاتساق الداخلي ، توصل البحث الحالي الى النتائج الآتية :

- ١-ان منتسبي الجامعة ممن هم في منتصف العمر ليس لديهم ازمة منتصف العمر .
 - ٢-ليس هنالك فرق ذو دلالة احصائية في ازمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور،اناث) .
 - ٣-ان منتسبي الجامعة في عينة البحث الحالي لا يعانون من قلق وجودي .
 - ٤-ليس هنالك فرق ذو دلالة احصائية في القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور،اناث) .
 - ٥-ظهر ان هناك علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين ازمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .
- وقد خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات منها الافادة من مقياس ازمة منتصف العمر لقياس هذه الازمة لدى فئات أخرى في المجتمع مثل الأرامل والمطلقين وغير المتزوجين (العزاب) .

الفصل الاول :

اهمية البحث والحاجة اليه :

وفقاً لما تشير اليه مصطلحات الصحة العقلية ، فليس بالضرورة ان تشير الازمة crisis الى موقف او حدث صادم ضاغط ، بل تشير الى ردة فعل الشخص reaction للحدث نفسه فـ شخص ما قد يتأثر بقوة بالحدث المعني ، في حين ان شخصاً آخر قد يعاني بدرجة اقل او قد لا يتأثر بالحدث اطلاقاً (Hill , 1988 , p . 228) .

وقد عرفت الازمة تعريفات عدة منها ما قدمه عالم النفس (جابلن Caplan) ١٩٦١ من إنها الحالة التي يمر بها الافراد عندما يواجهون عوائق تعيق تحقيق اهداف حياتهم المهمة والعوائق هي صعوبة استعمال الاساليب المألوفة والمعتادة لحل المشكلات لوقت ما (Caplan , 1961) . في حين عرفها (ليلي برج Lillibridge) بأنها اضطراب في توازن الشخص عندما يفشل في استعمال اسلوبه المألوف لحل المشكلات في الوصول الى النتيجة المرجوة مما ينتج عنه التشویش وعدم التنظيم واليأس والحزن والارتباك (lillibridge , 1978) .

واخيراً عرفها (جيمس وجيلاند James & Gilliland) ٢٠٠١ بأنها ادراك الحدث او الموقف على انه صعوبة مفرطة لا تطاق او لا تحتمل تتجاوز قدرات الفرد الحالية وميكانيزمات التعامل لديه (James & Gilliland , 2001) .

ووفقاً لما جاء به مركز التعامل مع الازمات في بريطانيا ، فأن الناس يمكن ان يعانون من اربعة انواع من الازمات هي :

أزمات تطويرية developmental وهي الأزمات التي تكون جزءاً من دورة الحياة يمكن التنبؤ به مثل أزمة منتصف العمر Midlife crisis ، وأزمات موقفية Situational وهي أزمات مفاجئة وغير متوقعة مثل الحوادث والكوارث الطبيعية ، وأزمات حضارية - اجتماعية Cultural - Social وهي كل التغييرات الاجتماعية أو الحضارية التي من شأنها أن تثير أزمات لدى الأفراد مثل حركات التغيير الاجتماعي أو الثورات وغيرها، وأزمات وجودية existential crisis وهي صراعات داخلية ترتبط بأمور روحية مثل الغرض من الحياة والقلق الوجودي (lillibridge & klukken , 1978).

ويوصف الافراد بأنهم يمرون بأزمة عندما يدخلون حالة من اللاتوازن سببها ادراك الافراد ان الموقف المثير للازمة يبدو عصياً على الاحتواء من جانبهم ، وتتنوع الاستجابات للازمات بدرجة كبيرة فالافراد قد يظهرون ردود افعال معرفية او انفعالية او سلوكية او ان يخبروا اكثر من واحدٍ من

الاستجابات ومن الممكن ان تستمر لافاق طويلة اعتماداً على شدة الازمة وعلى عوامل شخصية تختص بالفرد نفسه (Roberts , 2000) .

وقد حظيت سنوات منتصف العمر وما يمكن ان يثار ضمنها وهي ازمة منتصف العمر Midlife crisis (المتغير الاول الذي يهتم به البحث الحالي) باهتمام قليل جداً في البحوث النفسية ويظهر ان هناك اتجاهين متضادين قد طغيا على البحث في هذا الموضوع ، يركز الاتجاه الاول على اثبات وجود ازمة منتصف العمر في حين يهدف الاتجاه الثاني الى اثبات الاستقرار في منتصف العمر ، وقد يكون السبب الكامن وراء غياب مرحلة الرشد المتوسط Middle age في البحث النفسي هو انغمار الافراد وانشغالهم في الحياة الاسرية والحياة العملية مما قد يؤثر لانعدام وجود ما يسمى بأزمة منتصف العمر (Harwood & Giles , 1993 , p.15) .

ان كلمة منتصف العمر Midlife قد ظهرت اولاً وفقاً لقاموس (اوكسفورد Oxford ٢٠٠٠) في قاموس Funk and Wagnall's stand ards Dictionary عام ١٨٩٥ ، وقد عرفت على انها حيز الحياة المحصور بين الشباب والعمر المتأخر (Oxford ,2000) اما مصطلح ازمة منتصف العمر Midlife crisis فقد صيغ بالاصل من قبل عالم التحليل النفسي (جاكوز Jagues) ١٩٦٥ الذي اشار الى ان الناس في منتصف العمر يواجهون مرحلة ازمة تثار بادراكهم لنضجهم وللتغيير في ادراك الاطار الزمني والعمرى لحياتهم منذ الولادة إلى الوقت المتبقي لهم ليعيشوه ، ان فكرة ازمة منتصف العمر او تحول منتصف العمر transition افترضت لاحقاً في نماذج عدة في نمو الراشدين وفي هذه النماذج وكما سنلاحظ خلال الإطار النظري لهذا البحث اقترح ان الشخص في منتصف العمر يكون واعياً بدرجة متزايدة لنضجه وللوقت المتبقي لديه وكأستجابة لهذا الوعي فانه سوف يقوم باعادة تقويم لحياته وبشكل محدد لأسرته وعمله ووجوده (Shek , 1996 , p.3) .

وتعرف ازمة منتصف العمر Midlife crisis بانها مرحلة من الاضطراب الانفعالي الشخصي وتحديات التوافق التي يجابهها بعض الأفراد عندما يصلون الى منتصف العمر مصحوبة بالرغبة في تغيير حياتهم وبالمخاوف والقلق من التقدم بالعمر (Webster , 2003 , p.1) . ووفقاً للقائمة التشخيصية والاحصائية للاضطرابات العقلية DSM – IV فقد عرفت ازمة منتصف العمر Midlife crisis تحديداً بأنها استجابة عدم توافق او ردة فعل لمصادر ضغوط نفسية (DSM – IV , 2011) .

وتجدر الإشارة إلى أن هناك صعوبات مفاهيمية Conceptual تكتنف الموضوع ، فالادبيات ينقصها التعريف الملائم لمنتصف العمر ، ومن الناحية الفعلية فإن الشيء المؤكد هو ان منتصف العمر هو مرحلة من مراحل الحياة تحدث زمنياً خلال العقد الرابع من العمر او قبله وتستمر الى عقد الستينيات منه ، وان تقديرات المدى الزمني لها وفقاً لما جاء به (ليفنسون وآخرون levinson et.al ١٩٧٨ تشمل الأعمار من (٤٠-٤٥) وهي سنوات الأزمة

(Harwood & Giles , 1993 , p.15)

إن منتصف العمر هو مرحلة طويلة ذات تغييرات كبيرة في ميادين متنوعة سيما في ميادين الأسرة والعمل ، فالراشدون في منتصف العمر تكون لهم ادوار مهمة في المشاركة في خبراتهم ونقل قيمهم للأجيال الأصغر ، ويتضمن منتصف العمر الرعاية بجيلي الآباء والأبناء ، ويصبحون مهنيين للقيام بادوار الجيل الأكبر في الأسر الممتدة بعد رحيل جيل الآباء ، أما في ميدان العمل فأنهم يواجهون ضغوطاً مالية وإدارية متأتية من تعدد الأدوار وتحمل المسؤوليات الصعبة ، وقد يقررون أو يجبرون على تغيير أعمالهم ويبدأون التخطيط لمرحلة التقاعد وما بعد التقاعد (Lachman , p.4 , 2008).

ويتسم منتصف العمر بالنسبة لمعظم الراشدين بزيادة المشكلات الصحية ويصدق هذا بدرجة اكبر على الافراد من الطبقات الاجتماعية الاقتصادية الضعيفة ، وعلى الرغم من ان الراشدين يقرون وجود تدهور في الصحة النفسية من بداية منتصف العمر الى آخرها ، ألا انه وخلال المرحلة نفسها هناك تناقص أيضاً في الانفعالات السلبية وزيادة في المزاج الايجابي (Lachman, 2008 , p.5) ان ابرز الخصائص التي يمكن ان تشير الى وجود ازمة منتصف العمر هو ان الافراد يشعرون ببعض او بكل هذه المشاعر ، فهم قد يشعرون بأنهم يبحثون عن هدف او حلم غير محدد ويكون لديهم إحساس عميق بالندم بسبب عدم تحقيق أهدافهم، ولديهم أيضاً رغبة بالمحافظة على احساسهم بالشباب والحيوية والقوة (lachman , 2001)

ويترتب على ذلك اظهار الافراد بعض السلوكيات منها توجيه اهتمام زائد (من المحتمل ان يكون الى حد الايذاء النفسي) لاولادهم كي يتفوقوا في مجالات مثل الدراسة الاكاديمية او انواع الفنون او الالعاب الرياضية ، والاكتئاب، واساءة تناول الكحول، والحرص على اقتناء اشياء غالية او غير ضرورية مثل الحلي والمجوهرات والقوارب والملابس والدراجات ... والخ والرغبة بتكوين علاقات مع اشخاص اصغر عمراً (اما علاقات والدية او مهنية او جنسية) واطهار قدر عالٍ من لوم الذات عن الفشل في مجال او آخر من حياتهم (Myers , 1998 , p.196) .

اما عن انتشار هذه الازمة فقد اشارت دراسة (ليفنسون Levison) ١٩٧٨ الى ان ٨٠% من المشتركين ممن هم في منتصف العمر لديهم ازمة ، اما (سييرينا Ciernia) ١٩٨٥ فقد بينت ان ٧٠% من الرجال في منتصف العمر قد اشاروا لوجود ازمة منتصف العمر لديهم (Shek , 1996 , p.110)

اما دراسة (شيك Shek) ١٩٩٦ التي اجريت على عينة ضخمة في الصين بلغت (١٥٠١) راشداً متزوجاً تراوحت اعمارهم بين (٣٠-٦٠) سنة ، وقد استجابوا لمقياس ازمة منتصف العمر الصيني (وهو المقياس الذي استعمل في البحث الحالي) ، فقد أظهرت انه وعلى الرغم من ان بعض المستجيبين كانوا غير راضين عن عملهم وانجازاتهم الشخصية الا ان الغالبية العظمى منهم لم تستجب باتجاه وجود ازمة حادة (Shek , 1996 , p.2) .

واجرى (روبنسون وفيريل Robinson & Farrell) ١٩٩٩ مقابلة لـ (٥٠٠) رجلاً اختبروا فيها مرحلة منتصف العمر وخلصوا لنتيجة مفادها انه على الرغم من انه ليس بالضرورة ان تستلزم وجود ازمة الا انها مرحلة لاعادة التقويم (Levenson , 2001) .

ويظهر ان هناك متغيرات عدة ترتبط بظاهرة ازمة منتصف العمر منها مفهوم الحضارة Culture ، فقد اشارت بعض الدراسات الى ان بعض الحضارات ربما تكون اكثر حساسية لهذه الظاهرة مقارنة بحضارات اخرى فهناك اشارات الى ان هناك ادلة قليلة تدل على ان الافراد يقاسون ازمت منتصف العمر في الحضارات اليابانية والهندية والشرقية عموماً ، وهذا يثير التساؤل عما اذا كانت ازمة منتصف العمر هي بناء او تركيب حضاري في الدرجة الاولى ، ويظهر ان هناك نوعاً من الدعم لفكرة شيوع مفهوم ازمة منتصف العمر في الحضارات الغربية ذات الطابع الشبابي (lachman , 2001)

ومن المتغيرات الأخرى هو متغير النوع ، فقد عدت أزمة منتصف العمر سابقاً على إنها قضية أو أزمة أنثوية بحث بسبب ارتباطها بسن اليأس أو انقطاع الحيض لدى النساء بعد سن الأربعين ، ألا إن الأطباء قد أشاروا بعد ذلك لعدد من العلامات والتغيرات الطبية البايولوجية (وما يترتب عليها من آثار نفسية) لدى الرجال مشابهة لتلك التي تلاحظ لدى النساء ، فقد ظهر ما يسمى بسن اليأس لدى الذكور Male Menopause مما دفع الباحثين لدراسة هذه الظاهرة لدى الجنسين معاً (Giovanelli , 2008 , p.9) .

وفي هذا الصدد يشير بعض الباحثين إلى إن الذكور والاناث يخبرون ازمة منتصف العمر بأسلوب مختلف كميّاً وكيفياً في آن واحدٍ ، ففيما يختص بالفروق الكمية اشارت بعض الدراسات مثل

(دراسة شيك Shek) ١٩٩٦ في الصين الى ان النساء اظهرن مستويات اعلى من الاهتمامات بمنتصف العمر ومشكلات الشيخوخة مقارنة بالرجال (Shek , 1996 , P.5) في حين اشارت دراسات اخرى الى ان لا فرق كمي بين النوعين فقد اشارت دراسة (فيريل وروزنبرج Farrell & Rosenberg ١٩٨١ الى انه لا وجود لفروق دالة بين النساء والرجال فيما يختص بدرجاتهم على مقياس ازمة منتصف العمر (Farrell & Rosenberg , 1961 , P.12) . وفي السياق نفسه اظهرت دراسة (Wethington) ٢٠٠٠ ، ان الرجال والنساء متساوون تقريباً في ازمة منتصف العمر لدى عينة في المجتمع الامريكي (Wethington , 2000 , p.19) .

اما فيما يختص بالفروق الكيفية فقد اشار الباحثون الى ان الذكور والاناث يخبرون ازمة منتصف العمر بأسلوب مختلف كئيفياً ، ومن الممكن تلخيص هذه الاختلافات في ان ازمة منتصف العمر لدى الاناث تبدو اكثر صعوبة واكثر شدة وتمتاز بمدى اكبر من ردود الافعال والحاجة للآخرين وتتسم ازمات النساء ايضاً بالتركيز على المستقبل والقلق من الموت المحتوم ، اما ازمات الرجال فيبدو انها مرتكزة على التقويم للماضي بدرجة اكبر ، وعلى الرغم من انها تتأثر بالعوامل الاجتماعية والحضارية فأن ازمة منتصف العمر لا تتضمن تقويم نواحي القصور التي يشخصها الآخرون ، بل اعادة تقويم الخيارات التي اتخذها الفرد فيما مضى من عمره

(Sheehy , 1976 , p.62)

ويظهر ان نمط الشخصية وتاريخ الازمات النفسية تتدخل وتهيء بعض الافراد لازمة منتصف العمر باحتمال اكبر ، فقد اظهرت دراسة (كروجر Kruger) ١٩٩٤ ان هناك نسبة من الناس من ذوي الانطوائية العالية يكونون ميالين الى الازمات التطورية (ومنها ازمة منتصف العمر) (Kruger , 1994 , p.1299) .

واختبرت دراسة (واسكيل Waskel) ١٩٩٢ العلاقة بين ازمة منتصف العمر والقلق من الموت لعينة تتجاوز اعمارهم الثلاثين عاماً ، واشارت النتائج الى ان قوة ازمة منتصف العمر قد تنبأت بقلق عالٍ من الموت (Waskel , 1992 , p.147) .

واظهرت دراسة (اولاس Olas) ١٩٩٩ التي نفذت في بولندا على عينة باعمار (٣٥-٤٥) سنة ضمت (١٤٤) رجلاً اظهرت ان من لديهم ازمة منتصف العمر يميلون الى استعمال استراتيجيات التوافق المرتكزة على العاطفة بدرجة اكبر مقارنة بالاستراتيجيات المرتكزة على المشكلة وان لديهم توجهاً اكبر نحو الماضي مقابل التوجه نحو المستقبل ولديهم نقصاً في الاهداف المستقبلية

ولديهم إحساس بضغط الوقت ودرجة عالية من الانطوائية ونقص الانفتاح على الخبرات , (Oles , 1999 , p.1059).

وأخيراً فأن من المتغيرات التي نعتقد انها تقترب بأزمة منتصف العمر هو متغير القلق الوجودي **Existential Anxiety** (المتغير الثاني الذي يهتم به البحث الحالي) ، والقلق الوجودي هو دافع سلبي للسلوك يتمثل في خوف الافراد من ان لا يكون لهم وجود (الخوف من العدم) والخوف من اللامعنى او الخوف من ان لا يكون لدى الافراد هدف شامل او توجه للحياة .

(حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص١٦)

والقلق الوجودي هو احد متغيرات علم النفس الوجودي الذي يعد نتاجاً اصيلاً لاجتماع كل من علم النفس والفلسفة الوجودية وعليه فأن دراسة القلق الوجودي هو استثمار لمعطيات علم النفس الوجودي في دراسة وتحليل المأزق الانساني المعاصر والبحث في الحلول الممكنة شأنه شأن الدعوة للحياة الهادفة والمتسامية او العيش بأسلوب الوجود الاصيل (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص١٦) .

وقد نشأت الفلسفة الوجودية التي اشتق منها علم النفس مفهوم القلق الوجودي في اوربا ، وهي بهذا الوصف نتاج للحضارة الغربية بكل ما تتضمنه الفلسفة الوجودية وعلم النفس الوجودي من مفاهيم ورؤى وتطبيقات وقد يدفع هذا الفهم ببعض الباحثين والمفكرين للتصريح بأن مفاهيم مثل القلق الوجودي هي نتاج اكيد لحضارتها وبيئتها الفكرية والاجتماعية (أي اوربا) اكثر من كونها خبرة انسانية عامة تمر بها المجتمعات جميعها وبغض النظر عن مستوى تطورها .

(حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص١٢)

ويأتي البحث الحالي محاولة بهذا الاتجاه لقياس العلاقة بين ازمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة ، وتأتي أهمية هذا البحث من أهمية المتغيرات المدروسة سيما متغير ازمة منتصف العمر اذ تمثل هذه المحاولة الدراسة الاولى لهذين المتغيرين في المجتمع العراقي والمجتمع العربي عموماً (بحسب علم الباحثة)

اذ يعد البحث الحالي محاولة للكشف عن ازمة منتصف العمر بما يوفر إطاراً معلوماتياً ذا طابع نفسي - ديموغرافي يسهم في تحديد ملامح هذه الظاهرة في المجتمع العراقي ، فضلاً عن ان البحث يحاول قياس القلق الوجودي والتحقق منه في المجتمع العراقي في ظل الازمات الامنية والسياسية والاقتصادية والاجتماعية غير المستقرة ، اذ تشكل هذه الازمات الارضية المناسبة لنشوء القلق الوجودي لدى الافراد .

أهداف البحث :

يسعى البحث الحالي لتحقيق الأهداف الآتية :

- ١- قياس ازمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة .
- ٢- التعرف على دلالة الفروق في ازمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، اناث) .
- ٣- قياس القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .
- ٤- التعرف على دلالة الفروق في القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، اناث) .
- ٥- التعرف على العلاقة بين ازمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .

حدود البحث :

- يتحدد البحث الحالي بمنتسبي جامعة بغداد (مجمع الجادرية حصراً) من التدريسيين والموظفين وللسنة الدراسية ٢٠١١-٢٠١٢، بشرط توافر الشروط الآتية :
- ١- ان يكون المستجيب ضمن الفئة العمرية (٣٥-٤٥) سنة .
 - ٢- ان يكون متزوجاً .
 - ٣- أن يكون لديه أولاد.

تحديد المصطلحات :

اولاً : ازمة منتصف العمر Midlife crisis

- ١- هي مرحلة من الاضطراب الانفعالي الشخصي وتحديات التوافق التي يجابهها بعض الافراد عندما يصلون الى منتصف العمر مصحوبة برغبة الافراد في تغيير حياتهم ومصحوبة ايضاً بالمخاوف والقلق من التقدم بالعمر (Websters , 2003 , p.5) .
- ٢- هي عملية إعادة تقويم reassessment الإنسان لواقعة في هذه الحياة متنوعة بمحاولة لتغيير اتجاه سيره فيها (Hamikon , 2010) .

٣- في قاموس Wikipedia

هي مرحلة مثيرة من الشك بالذات يشعر بها بعض الافراد في السنوات المتوسطة من حياتهم كنتيجة لرؤية سنوات شبابهم الماضية وقرب وصولهم الى نهاية اعمارهم (Wikipedia , 2012) .

٤-عرفها (شيك Shek) ١٩٩٦

هي عملية تحول (انتقال) شديد في الذات يتعامل مع اعادة تفسير ادراك الزمن والتعامل مع الموت على انه حدث مستقبلي محتوم واعادة تقويم اهداف الحياة وقيمها والتخطيط للنصف الثاني المتبقي من الحياة (Shek , 1996 , p.15) .

٥-وايضاً عرفها (شيك Shek) ١٩٩٦ بأنها :

مفهوم متعدد الابعاد Multidimensional Concept حددت ابعاده بمشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات ، ومشكلات منتصف العمر المتعلقة بالآخرين ، ومشكلات الخوف من الشيخوخة (Shek , 1996 , p.23) .

ويلتزم البحث الحالي بهذا التعريف لازمة منتصف العمر لاعتماده على مقياس (شيك) ١٩٩٦ لقياس ازمة منتصف العمر .

اما اجرائياً : فتعرف ازمة منتصف العمر بانها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب بعد اجابته عن فقرات مقياس ازمة منتصف العمر المستعمل في البحث الحالي .

ثانياً : القلق الوجودي

اعتمدت الباحثة تعريف (حافظ ، ٢٠٠٦) للقلق الوجودي لاعتمادها على مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) للقلق الوجودي والذي يعرفه بأنه : خوف الانسان من كل ما يهدد وجوده والذي يعبر عنه بأشكال عدة منها الخوف من الموت والخوف من الذنب ومن الادانة والخوف من اللامعنى والخوف من الوحدة .

اما اجرائياً : فيعرف بأنه الدرجة التي يجمعها الفرد من اجابته لبنود مقياس القلق الوجودي المعتمد في البحث الحالي وهو مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) .

الفصل الثاني : أطر نظرية

أولا : أزمة منتصف العمر

استعمل المنظرون والباحثون تعريفات مختلفة لأزمة منتصف العمر ، الا ان التعريف الايسر وعلى المستويين الأكاديمي والعام هو: إن أزمة منتصف العمر هي تحول (او انتقال) transition صعب يحدث بحوالي عمر الأربعين (Wethington , 2000 , p.86) .

ان الافراد باعمار بين (٤٠-٦٠) سنة عادة ما يعدون في منتصف العمر الا ان هناك ما يقارب عشر سنوات على الاقل تؤخذ بنظر الاعتبار فيما يختص بهذين العمرين ، ولذلك فأن من الشائع ان نجد في اماكن متفرقة من العالم ان منتصف العمر يبدأ في عمر (٣٠) سنة وينتهي في عمر (٧٠) سنة (Amarican Board of family Practice , 1991) .

ومن خلال مقارنة طبيعة سنوات منتصف العمر في المجتمعات الامريكية واليابانية والهندية فقد اثبتت (مينون Menon) ان هناك تنوعاً في بنية العمر المتوسط فقد اشارت الى انه حتى لو ان منتصف العمر قد عرف على اساس انه النقطة الوسط Midpoint من الحياة ، الا ان هذا سوف يتنوع بين الحضارات وداخلها كنتيجة لتباين طول الحياة (Lachman , 2010) .

وتوصف مرحلة منتصف العمر بأنها المرحلة الأكثر غموضاً من اي مرحلة اخرى في الحياة لذلك فقد حظيت بقدر قليل من الدراسات والبحوث وان هناك القليل من الفهم لما يحدث حقاً للأفراد في هذه المرحلة الممتدة من الحياة وعلى المستويين البيولوجي والنفسي

(Ryan & Catlabiano , 2009 , p.40)

ولان هذا الميدان غير مبحوث بشكل كاف لحد الآن ، فأن هناك وجهات نظر واسعة في ميادين المعرفة طرحت لتفسيره ، فقد استكشف الموضوع من وجهة النظر الطبية والنفسية والاجتماعية والانثروبولوجية فضلاً عن ميدان الرعاية الصحية (Hamilton , 2010) .
الا اننا سنركز في هذا البحث على ما قدم في سياق الادبيات النفسية بمنظوراتها المتعددة بغية تحقيق الآتي :

- ١-تأسيس اساس نظري لتوثيق ما يحدث حقاً في السنوات المتوسطة ، متى تبدأ ؟ كيف ؟ لماذا ؟
 - ٢-تحديد العوامل التي تحدد دورة منتصف العمر وبضمنها الحضارة والامراض واحداث الحياة والعمل والتفاعلات الاسرية .
 - ٣-دراسة الاستراتيجيات النفسية والسلوكية التي يستعملها الناس للتعامل مع احداث منتصف العمر والتركيز بشكل خاص على الفروق الفردية في التعامل مع احداث منتصف العمر .
- ويمكن اجمال النظريات النفسية التي قدمت لتفسير موضوع ازمة منتصف العمر وتحديد بانها قد تركزت في منظورات تحليلية نفسية Psychoanalytical Perspectives ومنظورات تطويرية developmental perspectives وعلى النحو الآتي :

اولاً : منظورات التحليل النفسي :

١-سيجموند فرويد Sigmund Freud

لقد بدأت فكرة أزمة منتصف العمر مع اعمال (فرويد) واتباعه الذين اعتقدوا انه وخلال العمر المتوسط فان كل افكار الانسان تشتق من الخوف من تهديد الموت او من الموت المحتوم (Myers , 1998)

٢-كارل يونغ Carl Young

قدم العالم (يونغ) واحدة من المحاولات المبكرة لتفسير ظاهرة أزمة منتصف العمر وقد ذكر ان الهدف الاولي للنصف الثاني من الحياة هو مواجهة الموت ، وقد ادعت نظرية (يونغ) ان منتصف العمر هو مفتاح التفردية individuation وهو عملية تحقيق الذات والوعي بالذات وهي تحوي تناقضات عدة تفرضها بطبيعتها (Shek , 1996 , p.110) .

ويشار ايضاً الى ان (يونغ) قد شرح أزمة منتصف العمر على انها تقدم طبيعي من النصف الاول من الحياة الى النصف الثاني ، وانها جزء طبيعي من عملية النمو والنضج ، فالبشر يكرهون الوصول الى مرحلة الشيخوخة ويقاومونها ، وفي الاربعينيات من اعمارهم يمر بعضهم بمرحلة مثيرة من الشك بالذات كنتيجة لرؤية سنوات شبابهم الماضية وقرب وصولهم الى نهاية اعمارهم ، وقد تثار الازمة احياناً بالتحويلات التي يمر بها الافراد في هذه السنوات مثل موت احد الابوين والبطالة او ادراك ضغوط العمل او الوظيفة او قد تتولد لدى الافراد رغبة بعمل تغييرات كبيرة في نواح جوهرية من الحياة مثل المهنة والحياة الزوجية والمظهر البدني (Jaques , 1965) .

٣-اليوت جاكوز Elliott Jaques

يعود الفضل الى عالم التحليل النفسي (جاكوز Jaques) في صياغة مصطلح أزمة منتصف العمر Midlife crisis وقد اتفق مع ما قدمه فرويد بهذا الشأن فقد ادعى ان أزمة منتصف العمر تحدث استجابة لادراك قرب الموت المحتوم (Wethington , 2000 , p.86) . ومن افكاره ايضاً ان الازمة crisis تتكون من ادراك ان دورة الحياة محددة في استمرارها وان الانسان يتحرك في السياق الزمني منذ الولادة الى الزمن المتبقي للحياة ، وان هذا التصور لأزمة منتصف العمر قد اكد على مرحلة الرشد المتوسط كونها تمثل إدراكاً متزايداً لدى الفرد ان عليه أن يتهيء للتناقص المحتوم الذي لا مفر منه وللموت ، وبهذا المعنى فان تصور الموت المحتوم يصبح موجهاً للمستقبل ويبدو كونه نتيجة طبيعية لتقدم العمر (Bee & Mitchcll , 1980) .

ثانياً : المنظورات التطورية Developmental Perspectives

١-اريك اريكسون Erikson ١٩٦٣

ادعى (اريكسون) انه في المرحلة السابعة من حياة الانسان وهي الرشد المتوسط Middle adulthood يكافح الناس لايجاد معنى جديد وهدف جديد في حياتهم وان سعيهم هذا يمكن ان يكون بسبب ما يسمى الآن بـ (أزمة منتصف العمر) (Whitbourne , 2010) .

وهو يرى انه وخلال عقد الاربعينيات من عمر الإنسان يحدث صراع بين تكامل الأنا ego – integrity واليأس أو القنوط despaity ، ويشير تكامل الأنا إلى تقبل الفرد لنمط حياته

وشعوره بالسعادة وشعوره بالهدفية في الحياة (أي شعور المرء بان له هدفاً ذا قيمة في الحياة) ، أما من ينقصهم تكامل الأنا فأنهم يخبرون الشعور باليأس وبأن الوقت قد انقضى وانه ليس هنالك بدائل أمامهم (Lepisto , 1985 , p.49) .

٢-دانيال ليفنسون Daniel levinson ١٩٧٨

قدم (ليفنسون) نظرية وصفت بانها شاملة Comprehensive عن نمو الراشدين وتطورهم adult development وعلى الرغم من ان هذه النظرية قد تضمنت اشارة لـ (ازمة منتصف العمر) ، الا انها اجمالاً تكتسب اهمية خاصة ذلك انها واحدة من النظريات التي ترى ان النمو والتطور يحدث بشكل افضل في سنوات الرشد في حياة الإنسان .

ان جوهر نظرية (ليفنسون) هو بناء الحياة او تركيبة الحياة life Structure وهو نمط اساسي لحياة الافراد في اي وقت محدد ، ان تركيب حياة الافراد يتشكل بالدرجة الاولى عن طريق بيئتهم المادية والاجتماعية ، ومبدئياً هو يتضمن الاسرة والعمل ، وهناك متغيرات اخرى مثل الدين والعرق (الرس) والحالة الاجتماعية التي تعد مهمة ايضاً في هذا السياق . وفي هذه النظرية هناك مفهومان رئيسان هما :

١-المرحلة المستقرة The Stable Stage

وهي الاوقات التي يكون الفرد فيها قد اتخذ قرارات حاسمة في حياته .

٢-المرحلة الانتقالية The Transitional Period

وهي الاوقات التي تكون بين نهاية مرحلة شخصية وبداية مرحلة اخرى ، وتكون الحياة خلال هذه الانتقالات اما صاخبة او هادئة ، الا ان نوعية الحياة واهمية التزامات الحياة لدى الفرد غالباً ما تتغير بين بداية ونهاية المرحلة .

وهناك في نظرية (ليفنسون) ستة مراحل للرشد تسمى فصول حياة الانسان وهي :

١-الانتقال (التحول) في الرشد المبكر من (١٧-٢٢) سنة وفيها ينتقل الانسان من مرحلة المراهقة ويقوم بعمل اختيارات تمهيدية لحياة الرشد .

٢-الدخول الى عالم الرشد (٢٢-٢٨) سنة .

وفيها تتخذ خيارات اولية في العمل والحب والقيم ونمط الحياة .

٣-تحول عمر (٣٠) سنة من (٢٨-٣٣) سنة .

تحدث تغييرات في تركيبة الحياة، اما تغييرات متوسطة، او في اغلب الاحيان هناك ازمات حادة وضاعطة .

٤- مرحلة الاستقرار من (٣٣-٤٠) سنة .

وفيها يؤسس الفرد لوضع لائق في المجتمع ويجري فيها التقدم وفق جدول مواعيد محدد في الانجازات الاسرية والمهنية ، اذ يتوقع من الفرد ان يفكر ويسلك مثل تفكير وسلوك الآباء لذا فانه يقوم باداء الكثير من الادوار والتوقعات المطلوبة .

٥- تحول (انتقال) منتصف العمر Midlife من (٤٠-٤٥) سنة

وهنا يبدأ التساؤل عن تركيبة الحياة ، وعادة ما يكون هذا الوقت وقت ازمة في معنى الحياة وفي التوجه نحو الحياة وفي قيم حياة كل فرد ، ويحدث لدى الفرد رفض لأجزاء من ذاته ومواهبه ورغباته وطموحاته اذ يبحث عن تفسير لها ، وينظر للرجال على انهم آباء لرجال آخرين اكثر من انهم اخوة لرجال آخرين اصغر منهم وهذه الرسالة تبدو في البدء مزعجة لدرجة ما وفي ذلك الوقت ايضاً يزداد وعي الافراد بالموت ويتذكرون دائماً ان الحياة واقعاً قصيرة وينشغلون في ترتيب النصف الثاني من حياتهم .

٦- الدخول في الرشد المتوسط (٤٥-٥٠) سنة Middle adulthood

وهنا ينبغي أن يكون الفرد قد فرغ من خياراته وقد تشكلت تركيبة حياته وعليه ان يتعهد القيام بالمهام الجديدة .

(levinsion , 2001)

ثالثاً : نظرية العالم (كولد) Gold ١٩٧٨

يرى (كولد) ان هناك سلسلة من التحولات والتقلبات التي تحدث للراشدين مع تقدمهم بالعمر ، وهو يرى ان نمو الراشدين هو عملية تحرك من الشعور بمرحلة الطفولة (أي شعور المرء ان هناك سيطرة خارجية وحماية من الأبوين) إلى الشعور بمرحلة الرشد (أي شعور المرء بالكفاية والاستقلالية وضبط الذات وفهمها) وان القضايا التي يواجهها الشخص في حياته تقوده لتحقيق درجة اكبر من فهم الذات وإحساس اكبر بالتمكن والكفاية، وكلما تحرك الشخص إلى الثلاثينيات فانه يتحول إلى الداخل لتحقيق فهم أفضل لنفسه، وحالما يتقبل نضجه في الأربعينيات فانه يحقق شعوراً بالحرية ويتقبل المسؤولية الثلاثية الأبعاد فيما يختص بنفسه وبأسرته الأصلية (الأبوان بعد تقدمهما في السن) وأسرته الجديدة (الزوجة والأولاد) (Iepisto , 1985 , p.50) .

ثانياً : القلق الوجودي

سيجري الحديث في هذا البحث عن منظورات عدة تناولت مفهوم القلق الوجودي وعلى النحو

الآتي :

أ-منظور (كير كجارد Kierkegaard) للقلق الوجودي :

يعد الفيلسوف ورجل الدين الدنماركي (كير كجارد) ١٨١٣-١٨٥٥ أول من تناول مفهوم القلق الوجودي في كتابة المعروف مفهوم القلق *The Concept of Anxiety* ، ويرى (كير كجارد) إن حياة الانسان وفهمها هي سلسلة من القرارات الضرورية وإن الانسان عندما يتمتع في اتخاذ قرارا باتجاه معين فإن هذا القرار سيعمل على تغيير هذا الانسان ويضعه امام مستقبل مجهول يستثير لديه خبرة القلق الذي يعمل كونه دافعاً للنمو عندما يختار الانسان مجابهته والصمود بوجهه ، او ان يعيش الخمول والركود ان تجنب القلق واستسلم للوضع القائم (صالح ١٩٨٧ ، ص ٢١٠) ، وتفترض وجودية (كير كجارد) ان الجانب الاكثر اهمية في الشخصية هو ليس ما يرثه الفرد جينياً او طريقة معاملته في مرحلة الطفولة وانما الكيفية التي يفسر فيها ويستجيب للعالم من حوله ، وانواع الاختيارات التي يعمل من خلالها خاصة فيما له صلة بموضوع موته الذي يعرف من بين المخلوقات الحية جميعاً انه ميت لا محالة وإن كل البشر فانون ، وقد اشار (كير كجارد) الى انه ليس مهماً ان يقلق الانسان ولكن المهم ان يقلق بالطريقة الصحيحة ، فالقلق هو تجربة استيقاظ موجه لما يمكن ان يكون عليه الانسان لمجابهة العدم فكلاهما اي القلق والعدم مرتبطان ببعضهما بشكل دائم اذ ان تأثير العدم هو افراز القلق (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٤٨) .

ب-منظور (بارك Park) للقلق الوجودي

تبدو الحياة من منظور (بارك Park) بمثابة عجلة طاحونة تدور بلا فائدة او معنى ما دام الموت هو النهاية الاكيدة للكائن الانساني ، وهو يرى ان الناس يستجيبون للموت بثلاث اشكال من ردود الفعل هي :

١-الخوف من الموت الاحيائي او العضوي بوصفه خبرة حقيقية وموضوعية وخارجية كما تبدو في موت الآخرين .

٢-الخوف الناجم عن وعي الفرد باقتراب نهايته او موته الشخصي .

٣-الخوف المقترن بالقلق الوجودي من العدم .

ويتباين الافراد في مدى وعيهم وتمثلهم للجوانب الثلاثة اعلاه للتعامل مع خبرة الموت ، اذ يتعاملون مع النوع الاول كونهم ملاحظين من خلال مشاهدة او ادراك موت الآخرين فيما يتناولون النوعين الآخرين للخبرة بوصفهم مشتركين فيه ويهمل النوعين الآخرين وكأنها خدعة فكرية أو آلية دفاعية يتجنبون من خلالها معاناة التعامل مع الموت والتهويؤ له وتهديده لكيثونة الفرد بوصفه يحصل

مرة واحدة أو بالأحرى انه آخر حدث يحصل للانسان ، ويرى (بارك) ايضاً انا جميعاً نشعر على نحو ما بالقلق الوجودي بصيغة وعي ذاتي ينتج عن خوفنا من الموت وعن كل ما يهدد كينونتنا وان القلق الوجودي لا ينبع من حقيقة الموت بل ان جل اهتمامنا بالموت ينشأ من قلقنا الوجودي ، واذا ما كان يستحوذ علينا بذلك القلق فبوسعنا اتباع احدى طريقتين اما ان ننظم حياتنا حول هذا التهديد الشامل وان نعتنق بشجاعة قلقنا الوجودي متحركين باتجاه الوجود الاصيل، أو أن نتحرر من قلقنا الوجودي باعترافنا به والدخول في حالة كينونة داخلية جديدة اي الحرية الوجودية (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٥٠-٥١) .

ج-منظور (تيلش Tillich) للقلق الوجودي

يمثل القلق الوجودي من منظور (تيلش) ١٨٨٦-١٩٦٥ حالة وعي متقدمة بالعدم او اللاوجود مع ملاحظة ان كلا من العدم والوجود يعدان عاملان اساسيان في الحياة الانسانية . ان ما يؤدي الى القلق ليس ادراك الافراد للفناء الشامل او تجربة موت الآخرين ، بل الانطباع الذي تخلقه هذه الاحداث على الوعي الكامن فينا في اننا لا بد ان نموت ، ومتى ما تحكم القلق الوجودي في الفرد جعله فاقداً للاتجاه وللغرض ومصدراً لردود الافعال غير المناسبة ، وقد توصل (تيلش) من تحليلاته الى ان القلق الناجم عن الوعي بتهديد العدم للوجود يمكن ان يكون بثلاثة اشكال هي:

١-القلق ازاء القدر او الموت :

وهو حصيلة الوعي بتهديد العدم للوجود الحقيقي للإنسان من خلال الحوادث الخطرة والمرض والضعف والموت . ان القلق ازاء القدر والموت هو حالة اساسية للغاية وبالغية الشمول ولا مفر منه وان كل محاولات تجنبه وتجنبه لا طائل من ورائها لان الجميع على وعي بالفقدان التام للذات الذي يفرضه الموت الجسدي ، والملاحظ ان هذا القلق يتزايد بتزايد عمليات التفرد وان الناس في المجتمعات ذات الثقافة الجمعية اقل تعرضاً لهذا النوع من القلق .

٢-القلق ازاء الذنب والادانة :

وهو حصيلة الوعي بتهديد العدم للوجود الاخلاقي للانسان . وهذا التهديد يتمحور حول مسؤولية الإنسان فيما يفعل بنفسه وكيف استثمار الحرية المحدودة لديه في تقرير ذاته واتخاذ قراراته المتعلقة بمصيره . ان الانسان كونه حرية محدودة حر في اطار احتمالات محدوديته لكنه مطالب ضمن هذه الحدود بأن يجعل من نفسه ما يفترض ان يكون، اي ان يحقق مصيره .

٣-القلق ازاء العبث :

وهو حصيلة الوعي بتهديد العدم للتأكيد الذاتي الروحي للانسان ، ان القلق ازاء العبث هو قلق حول افتقاد اهتمام او مقصد نهائي او الافتقاد لمعنى معين يمنح المغزى لوجودنا كله . ان الخواء او فقدان المعنى هما تعبيران عن تهديد العدم للحياة الروحية وتبدو غربة الإنسان المعاصر تجسيدا لمثل هذا الشعور بالخواء . إن وجود الإنسان يتضمن حتماً علاقة بالمعاني لانه لا يستطيع أن يحيا بالصيغة الإنسانية التي جبل عليها إلا من خلال المعاني والقيم . ويرى (تيلش) إن القلق الوجودي يكمن في الأشكال الثلاثة أعلاه جميعاً وان التباين بين هذه الأشكال لا يعني انعزال كل منها عن الآخر، كما إن كل شكل منها يكمن في بقية الأشكال ولكن من خلال هيمنة شكل واحد منها فقط .

اخيراً ، يرى (تيلش) إن القلق الذي يكمن في أعماق الأفراد كافة يصبح شاملاً إذا ما تحالت الهياكل المستقرة للمعنى مثل السلطة والإيمان والنظام وطالما إن هذه الهياكل متماسكة فإنها تقيد القلق (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٥١-٥٢) .

الفصل الثالث

منهج البحث وإجراءاته

-أداتا البحث

أولاً : مقياس أزمة منتصف العمر Midlife crisis Scale

تمكنت الباحثة من الحصول على مقاييس عدة لازمة منتصف العمر ألا إنها فضلت اختيار مقياس أزمة منتصف العمر الصيني The chinese Midlife crisis scale الذي أعده (شيك Shek) ١٩٩٦ في دراسة على عينة واسعة من المجتمع الصيني ، وقد اختير هذا المقياس من بين مقاييس أخرى أعدت في المجتمع الأميركي لارتباط مفهوم أزمة منتصف العمر بمفهوم الحضارة ولأن البيئة العراقية أقرب إلى الحضارة الشرقية الصينية منها إلى الحضارة الأميركية .

يعد مقياس (شيك) ١٩٩٦ مقياس متعدد الأبعاد وهو يتكون من (١٥) فقرة تقيم ثلاثة أبعاد لأزمة منتصف العمر وهي :

١-مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات وتمثلها الفقرات ذات الأرقام (١،٥،٧،٩،١٠،١١،١٥).

٢- مشكلات منتصف العمر المرتبطة بالآخرين وتمثلها الفقرات ذات الأرقام (١٤،١٣،١٢،٦،٣،٢).

٣- مشكلات منتصف العمر المرتبطة بالخوف من الشيخوخة وتمثلها الفقرات ذات الأرقام (٨،٤).

(Shck , 1996 , p.25)

وقد استخرج الصدق البنائي للمقياس وأبعاده فضلاً عن استخراج الصدق العاملي الذي اظهر قوة ارتباط العوامل الثلاثة أعلاه مع بعضها البعض ومع الدرجة الكلية للمقياس .

أما ثبات المقياس فقد استخرج بطريقة معامل ألفا-كرونباخ للمقياس كلاً وللأبعاد الثلاثة وقد بلغت معاملات الثبات (٠,٨٦) و (٠,٨٤) و (٠,٨٧) و (٠,٧٢) على التوالي .

ولأجل تطبيق مقياس أزمة منتصف العمر هذا في البحث الحالي قامت الباحثة بخطوات عدة لإعداده بصيغته العربية ، فقد ترجم المقياس أولاً إلى اللغة العربية وجرت مراجعته لغوياً وعلمياً (*)

- رأي الخبراء بفقرات مقياس أزمة منتصف العمر وتعليماته :

عرض المقياس ملحق (١) على مجموعة من المحكمين في علم النفس* وذلك للتأكد من مدى ملائمة فقرات المقياس لكل بعد من أبعاده الثلاثة والتي أشير إليها سابقاً مع ذكر البدائل الأربعة للمقياس والتي اعتمدت من قبل مصمم المقياس نفسه وكذلك للتأكد من مدى ملائمة تعليمات المقياس ، وبعد الأخذ بآراء الخبراء تبين إن فقرات المقياس صالحة ولا تحتاج إلى تعديلات جوهرية فاعتمدت كما هي وان التعليمات واضحة والبدائل ملائمة .

-مقياس التقدير وتصحيح المقياس :

لقد صمم المقياس على وفق أسلوب ليكرت Likert في وضع بدائل الإجابة وقد اختيرت البدائل الآتية :

تنطبق علي تماماً ، تنطبق علي ، لا تنطبق علي ، لا تنطبق علي تماماً ، والتي تمنح الأوزان الآتية (١،٢،٣،٤) للفقرات ذات الأرقام (١٥،١٣،١٢،١٠،٩،٥،٣،٢) ، أما الفقرات ذات الأرقام (١٤،١١،٨،٧،٦،٤،١) فتصحح بإعطاء الأوزان (٤،٣،٢،١) . وتمثل الدرجة العالية في مقياس أزمة منتصف العمر وجود هذه الأزمة والعكس صحيح أيضاً .

الخصائص السيكومترية لمقياس أزمة منتصف العمر :

أولاً : القوة التمييزية

* قام أ.د. طه جزاع \ مركز البحوث التربوية والنفسية في جامعة بغداد بمراجعة هذه الفقرات وتدقيقها لغوياً وعلمياً
* لجنة المحكمين :

١- أ.د. خولة عبد الوهاب / قسم رياض الأطفال / كلية التربية للبنات / جامعة بغداد .
٢- أ.م.د. نوال قاسم / قسم البحوث النفسية / مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد
٣- م.م. مازن كامل / قسم البحوث النفسية / مركز البحوث التربوية والنفسية / جامعة بغداد .

لغرض الإبقاء على الفقرات المميزة في القائمة ، اجري تحليل الفقرات item analysis باستخدام اسلوب المجموعتين المتطرفتين . وتحتاج عملية تحليل الفقرات إلى عينة يتناسب حجمها مع عدد الفقرات المراد تحليلها ، إذ أشار (ننلي Nunnally) ١٩٧٠ إلى إن نسبة عدد أفراد العينة إلى عدد الفقرات يجب أن لا تقل عن نسبة (1:5) (Nunnally , 1970 , p.215) .

وفيما يختص بمقياس أزمة منتصف العمر المتكون من (١٥) فقرة فقد اختيرت عينة مكونة من (١٥٥) تدريسياً وموظفاً ومن كلا الجنسين ، ولغرض إجراء التحليل لفقرات مقياس أزمة منتصف العمر باستعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين ، فقد اتبعت الخطوات الآتية :

١-تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (١٥٥) استمارة .

٢-ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة .

٣-تعيين الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات والبالغ عددها (٤٢) استمارة وكذلك تعيين الـ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على أوطأ الدرجات والبالغ عددها (٤٢) استمارة أيضاً أي إن (٨٤) استمارة من أصل (١٥٥) استمارة هي التي أخضعت للتحليل ، وبذلك تكون لدينا مجموعتان بأكبر حجم وأقصى تباين (Mehrens & lehman , 1973 , p.328)

(Anastasi , 1976 , p.203)

٤-تطبيق الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا ، وقد عدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية وبدرجة حرية (٨٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وبالبالغة (١,٩٨) وبالاغتماد على هذه النتائج فقد ظهر إن جميع الفقرات مميزة فقد كانت القيم التائية المحسوبة لجميع الفقرات أعلى من القيمة التائية الجدولية (١,٩٨) كما في الجدول (١) .

الجدول (١)

معاملات تمييز فقرات مقياس أزمة منتصف العمر

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة
١	٢,٥٧	١,٠١	١,٥٩	٠,٥٨	٥,٣٩
٢	٢,٩٢	٠,٩٧	٢,٠٩	٠,٨٧	٤,١٢
٣	٢,٦١	١,٠٥	١,٩٢	٠,٩٤	٣,٥١
٤	٢,٧١	٠,٩٤	٢,١٤	٠,٨٧	٢,٨٨
٥	٣,١٦	٠,٨٥	١,٩٠	٠,٩٠	٦,٥٧

٦	٢,٢٨	١,٠٤	١,٢٦	٠,٥٨	٥,٥٤
٧	٢,١٦	٠,٩٣	١,٣٠	٠,٥١	٥,١٩
٨	٢,٨٥	٠,٨٩	١,٧٦	٠,٩٨	٥,٣٢
٩	٣,١٩	٠,٨٠	١,٧٣	٠,٧٦	٨,٤٧
١٠	٣,٣٥	٠,٧٩	١,٧٣	٠,٥٨	١٠,٦٥
١١	٢,٩٧	١,٠٢	١,٦٩	٠,٩٢	٦,٠٤
١٢	٢,٤٢	١,٠٣	١,٦٦	٠,٨٧	٣,٦٣
١٣	٢,٥٠	١,١٣	١,٤٥	٠,٧٧	٤,٩٥
١٤	٢,٥٢	١,١٩	١,٤٠	٠,٩٨	٤,٦٧
١٥	٣,٠٩	٠,٩٣	١,٨٣	٠,٨٥	٦,٤٧

ثانياً : الصدق Validity

يشير الصدق إلى الدرجة التي يكون بها المقياس قادراً على أن يقيس فعلاً الخاصية التي يفترض انه وضع لقياسها ، وبكلمات أخرى هل إن المقياس يقيس فعلاً ما ينوي قياسه أو ما اعد لقياسه ؟ (Gray , 2002 , p. 43) (Shaughnessy et.al., 2000 , p.141) وفيما يتعلق بمقياس أزمة منتصف العمر فقد كان له مؤشرات الصدق الآتية .:

أولاً : صدق المحتوى Content Validity

يستند هذا النوع من الصدق إلى التخصص الذاتي لفقرات المقياس وهناك نوعان من صدق المحتوى هما : الصدق الظاهري والصدق المنطقي (Allen & Yen , 1979 , p.113)

أ-الصدق الظاهري Face validity

يكون للاختبار صدق ظاهري عندما يبدو انه يقيس ما وضع لقياسه

(Thorndike & Hagen , 1969 , p.60)

ويتحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها (Eble , 1972 , p.555) . وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس أزمة منتصف العمر في البحث الحالي عندما عرضت الفقرات على مجموعة من الخبراء في علم النفس للأخذ بأرائهم بشأن صلاحية الفقرات .

ب-الصدق المنطقي Logical validity

يستند هذا النوع من الصدق إلى المقارنة الدقيقة لفقرات المقياس مع المجال الذي يفترض إنها تقيسه (Allen & Yen , 1972 , p.113) وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال تحديد الأبعاد الثلاثة للمقياس كما هي محددة من جانب واضع المقياس الأصلي ، ثم عرض الفقرات

على الخبراء للحكم على مدى ملائمتها لكل بعد من هذه الأبعاد وبحسب التحديد المعطى لها كما في الملحق (١) .

٢-الصدق البنائي Construct Validity

ويقصد به مدى تقييم المقياس للبناء النظري الذي صمم لقياسه

(Shaughnessy et.al. , 2000 , p.141) .

وقد تحقق ذلك من خلال الآتي :

أ-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

وهذا يعني إن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي يقيسه المقياس كلاً إذ يعد هذا احد مؤشرات صدق البناء (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١ ، ص٤٣) .

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس أزمة منتصف العمر من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وقد استعمل معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لـ (١٥٥) استمارة ، وقد ظهر إن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً كما في الجدول (٢) .

الجدول (٢)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس أزمة منتصف العمر

معامل الارتباط	رقم الفقرة
٠,٤٨	١
٠,٣٩	٢
٠,٤١	٣
٠,٩٢	٤
٠,٧٢	٥
٠,٨٤	٦
٠,٨٤	٧

٠,٨٢	٨
٠,٦٥	٩
٠,٦٢	١٠
٠,٤١	١١
٠,٤٠	١٢
٠,٤٥	١٣
٠,٨٣	١٤
٠,٤٩	١٥

ب- علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه :

استعملت الباحثة هذا المؤشر للتأكد من إن فقرات كل مجال تعبر عنه ولذلك فقد احتسبت الدرجة الكلية لـ (١٥٥) استمارة على وفق كل مجال من مجالات المقياس الثلاثة ، وبعد ذلك حسبت معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد على كل فقرة من فقرات المجال ودرجتهم الكلية على هذا المجال وبحسب المجالات الثلاثة (مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات ، مشكلات منتصف العمر المرتبطة بالآخرين ومشكلات منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة) وقد ظهر إن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً كما في الجدول (٣) .

الجدول (٣)

علاقة درجة كل فقرة من فقرات المجال بالدرجة الكلية للمجال ضمن مقياس أزمة منتصف العمر

المجالات	أرقام الفقرات ^(*)	معاملات الارتباط
الأول مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات	١	٠,٥٥
	٥	٠,٥٩
	٧	٠,٥١
	٩	٠,٦٥
	١٠	٠,٦٩
	١١	٠,٥١
	١٥	٠,٦٠
	٢	٠,٤٧

(*) تسلسل الفقرات جاء بحسب ما ورد في صيغة المقياس النهائية .

٠,٥٥	٣	الثاني مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالآخرين
٠,٥١	٦	
٠,٥٧	١٢	
٠,٥٥	١٣	
٠,٥٥	١٤	
٠,٧٨	٤	الثالث المشكلات المتعلقة بالخوف من الشيخوخة
٠,٧٩	٨	

ج-علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس أزمة منتصف العمر

يعتمد هذا النوع من الصدق على حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد الكلية لكل مجال والدرجة الكلية للمقياس ، وتشير (انستازي Anastasi ١٩٧٦) إلى إن ارتباطات الاتساق الداخلي التي تستند إلى المجالات الفرعية هي قياسات أساسية للتجانس لأنها تساعد في تحديد مجال السلوك المراد قياسه ، وإن درجة تجانس المقياس لها صلة وثيقة بالصدق البنائي لذلك المقياس (Anastasi , 1976 , p.155)

ولتحقيق هذا الغرض ، تم إيجاد معاملات ارتباط درجة كل مجال من مجالات المقياس الثلاثة بالدرجة الكلية لـ (١٥٥) استمارة ، وقد كانت معاملات الارتباط كلها دالة إحصائياً كما في الجدول (٤) .

الجدول (٤)

علاقة الدرجة الكلية لكل بعد من الأبعاد الثلاثة بالدرجة الكلية لمقياس أزمة منتصف العمر

ت	الأبعاد	معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس
١	مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات	٠,٧٨
٢	مشكلات منتصف العمر المرتبطة بالآخرين	٠,٨٢
٣	مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	٠,٧٤

ثالثاً : الثبات Reliability

يشير الثبات إلى ما إذا كانت إجراءات القياس تعطي القيم نفسها للخاصية المقاسة في كل مرة يتم قياسها بها تحت الظروف نفسها (فان دالين ، ١٩٩٩ ، ص ٤١١) ، (فرج ، ١٩٩٧ ، ص ٢٨٢). ويرى (كرونباخ Kcronbach إن اتساق درجات الاستجابة يتم عبر مجموعة من القياسات منها الاتساق الداخلي internal Consistency والذي يتحقق إذا كانت فقرات المقياس تقيس المفهوم نفسه (Holt & Irving , 1971 , p.60) . وقد استخرج معامل الاتساق الداخلي والذي يشير إلى الارتباط الداخلي بين فقرات المقياس (فيركسون ، ١٩٩١ ، ص ٥٣٠) بطريقة معامل ألفا للاتساق الداخلي alpha Coefficient for Internal Consistency فقد طبق مقياس أزمة منتصف العمر على عينة مكونة من (١٥٥) مستجيباً ، ويمثل معامل ألفا متوسط المعاملات الناتجة من تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطرائق مختلفة (عبد الرحمن ، ١٩٨٣ ، ص ٢١٠) . وقد استخرجت معاملات ألفا لمقياس أزمة منتصف العمر وللأبعاد الثلاثة فكانت قيمة معامل ألفا للمقياس كلاً بقيمة (٠,٧١) وللأبعاد الثلاثة بقيم (٠,٧٠) ، (٠,٦٩) ، (٠,٦٤) على التوالي وهي قيم مقبولة إذا ما قورنت مع ما توصلت إليه دراسة (شيك) ١٩٩٦ في إن ثبات مقياس أزمة منتصف العمر كان قد بلغ (٠,٨٠) .

ثانياً : مقياس القلق الوجودي Existential Anxiety Scale

اعتمدت الباحثة مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) لقياس القلق الوجودي وكان الباحث قد أشار إلى انه قد اعتمد في بناء مقياسه للقلق الوجودي على مجموعة مقاييس أجنبية ، وان فقراته تغطي أبعاد أربعة هي (الموت والقدر ، والوحدة والعزلة ، والذنب والإدانة ، واللا معنى والخواء) وقد أجرى عملية تحليل الفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية فاستبقيت (٣٦) فقرة يجاب عنها بمقياس تقدير ذي (٤) نقاط ، وفيما يتعلق بمؤشرات الصدق والثبات ذكر (حافظ ، ٢٠٠٦) انه استخرج مؤشرات صدق تمثلت بصدق المحتوى الظاهري والمنطقي ، ومؤشرات ثبات بطريقتي الاتساق الداخلي (التجزئة النصفية) وبلغت قيمة معامل الثبات (٠,٨٩) وبطريقة الاتساق الخارجي (إعادة الاختيار) وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٨٧) (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٩٠-٩٢) . ولأجل تطبيق مقياس القلق الوجودي في البحث الحالي ، قامت الباحثة بخطوات عدة تمثلت

بالآتي :

-رأي الخبراء بفقرات وتعليمات مقياس القلق الوجودي :

عرضت الباحثة مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) لقياس القلق الوجودي على مجموعة من الخبراء في علم النفس* ، مع ذكر بدائل المقياس الأربعة التي اعتمدت من الباحث الأصلي وذلك للتأكد من ملائمة تعليمات المقياس وبدائله ، وبعد الاطلاع على آرائهم لم تجد الباحثة أية تغييرات جوهرية في فقرات المقياس ، أي إنها استبقيت كلها كما هي ، وكما في الملحق (٣) الذي يمثل مقياس (حافظ ، ٢٠٠٦) لقياس القلق الوجودي .

-مقياس التقدير وتصحيح المقياس :

ذكر (حافظ ، ٢٠٠٦) إن الإجابة عن مقياسه وفق مدرج رباعي يتكون من (٤) نقاط أمام كل فقرة هي (أوافق بشدة ، أوافق ، أرفض ، أرفض بشدة) ، وتأخذ هذه البدائل أوزاناً هي (١،٢،٣،٤) في حالة الفقرات الايجابية ، في حين تأخذ الأوزان (٤،٣،٢،١) في حالة الفقرات السلبية ، وهذا يعني انه كلما زادت درجة المستجيب على المتوسط النظري كان ذلك مؤشراً على ارتفاع القلق الوجودي لديه وكلما انخفضت درجته عن المتوسط النظري كان ذلك مؤشراً على انخفاض القلق الوجودي لديه (حافظ ، ٢٠٠٦ ، ص ٩١) .

-مؤشرات صدق وثبات مقياس القلق الوجودي في البحث الحالي :

أولاً : الصدق Validity

أ-الصدق الظاهري Face Validity

استخرج هذا النوع من الصدق في البحث الحالي عندما عرض المقياس على لجنة الخبراء في علم النفس للأخذ بآرائهم بشأن صلاحية الفقرات ووضوحها ووضوح تعليماته .

ب-الصدق البنائي Construct Validity

وقد جرى التحقق من مدى تقييم المقياس للبناء النظري المصمم لقياسه أي للقلق الوجودي من خلال مؤشر علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وذلك باحتساب العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس القلق الوجودي باستعمال معامل ارتباط بيرسون للاستمارات البالغ عددها (١٥٥) استمارة ، وقد ظهر إن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) باستثناء الفقرة (١٣) التي ظهر ضعف ارتباطها بالدرجة الكلية كما في الجدول (٥) ، وبذلك استبعدت هذه الفقرة ليصبح العدد الكلي لمقياس القلق الوجودي هو (٣٥) فقرة كما في الملحق (٤) .

*لجنة الخبراء التي عرض عليها مقياس القلق الوجودي هي نفسها التي عرض عليها مقياس أزمة منتصف العمر وقد أشير إليها سابقاً .

الجدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس القلق الوجودي

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
٠,٤٦	٢٨	٠,٣٨	١
٠,٤٥	٢٩	٠,٥٧	٢
٠,٢٦	٣٠	٠,٥٥	٣
٠,٤٢	٣١	٠,٤٥	٤
٠,٥٠	٣٢	٠,٦٥	٥
٠,٥٢	٣٣	٠,٦٦	٦
٠,٤٧	٣٤	٠,٤٥	٧
٠,٦٦	٣٥	٠,٥٠	٨
٠,٤١	٣٦	٠,٢٢	٩
		٠,٥١	١٠
		٠,٦٠	١١
		٠,٢٨	١٢
		*٠,١٤	١٣
		٠,٦٠	١٤
		٠,٦١	١٥
		٠,٣١	١٦
		٠,٦٥	١٧
		٠,٥٩	١٨
		٠,٥١	١٩
		٠,٦٨	٢٠
		٠,٥٥	٢١

*معامل الارتباط غير دال عند مستوى دلالة (٠,٠١) .

٢٢	٠,٦٢		
٢٣	٠,٥٦		
٢٤	٠,٤٠		
٢٥	٠,٤٤		
٢٦	٠,٦٣		
٢٧	٠,٦٧		

ثانياً : الثبات Reliability

استخرج الثبات لمقياس القلق الوجودي في البحث الحالي بطريقة الاتساق الداخلي (معامل ألفا) وذلك باستعمال عينة مكونة من (١٥٥) مستجيباً ومستجيبة ، وقد بلغت قيمة معامل ألفا للاتساق الداخلي (٠,٩١) وهو معامل ثبات عالٍ إذا قورن بما توصل إليه (حافظ ، ٢٠٠٦) في إن معامل ثبات المقياس كان قد بلغ (٠,٨٩) .

عينة البحث التطبيقية :

تكونت عينة البحث الحالي من منتسبي جامعة بغداد من التدريسيين والموظفين ومن كلا الجنسين ، إذ اختيرت العينة من الأقسام الإدارية والمراكز البحثية في جامعة بغداد وفي مجمع الجادرية تحديداً وقد اختيرت العينة قصدياً بمواصفات معينة هي :

١- أن يكون المستجيب ضمن الفئة العمرية (٣٥-٤٥) سنة .

٢- أن يكون متزوجاً .

٣- لديه أولاد .

إذ إن فقرات مقياس أزمة منتصف العمر تتناول هذه الأبعاد الثلاثة وفقاً للتظير الذي اعتمد في قياس هذا المفهوم ، وكانت هذه الشروط تشكل مصادر صعوبة الحصول على العينة مما استلزم كثرة البحث والنقصي في أقسام ومراكز الجامعة ، وقد أمكن الحصول على عينة تكونت من (١٥٥) تدريسياً وموظفاً ومن كلا الجنسين كما في الجدول (٦) .

الجدول (٦)

عينة البحث التطبيقية موزعين على وفق متغيري الوظيفة والنوع

العينة	ذكور	اناث	المجموع
تدريسيون	٣٣	٤٥	٧٨
موظفون	٣٣	٤٤	٧٧

المجموع	٦٦	٨٩	١٥٥
---------	----	----	-----

وتجدر الإشارة إلى إن توزيع أفراد العينة المشار إليها في الجدول أعلاه بحسب كونهم تدريسيون أم موظفون هو لأغراض التوضيح ليس إلا ، وسوف لن يعتمد هذا التوزيع في استخراج نتائج البحث فيما يختص بهذا المتغير (أي كونهم تدريسيون أم موظفون) لعدم ورود هذا البعد ضمن أهداف البحث الحالي .

وقد جرى تطبيق مقياس أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي في آن واحد بغية الوصول إلى تحقيق أهداف البحث .

الوسائل الإحصائية :

اعتمد البحث الحالي على الوسائل الإحصائية الآتية لتحقيق أهدافه :

- ١-الاختبار التائي t -test لعينة واحدة للمقارنة بين متوسطات العينة والأوساط الفرضية .
 - ٢-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي الذكور والإناث .
 - ٣-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وذلك لاختبار دلالة الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا فيما يختص بمقياس أزمة منتصف العمر عند احتساب معامل تمييز الفقرات .
 - ٤-معامل ارتباط بيرسون : لإيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية وكذلك لاستخراج علاقة درجة كل فقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه ، وعلاقة درجة كل مجال بالدرجة الكلية لمقياس أزمة منتصف العمر وكذلك لاستخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس القلق الوجودي . وكذلك لإيجاد العلاقة الارتباطية بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي .
 - ٥-معامل ألفا للاتساق الداخلي لحساب الثبات بالنسبة للمقياسين .
- وقد اعتمدت الحقيبة الإحصائية المعروفة (SPSS) لتنفيذ الوسائل الإحصائية المستخدمة.

الفصل الرابع: نتائج البحث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها استناداً إلى ما تم جمعه من بيانات على وفق تسلسل أهداف البحث وكما يتضمن مناقشة لهذه النتائج ثم ابرز ما يمكن استخلاصه من مؤشرات من هذه النتائج وأخيرا التوصيات والمقترحات.

أولاً : قياس أزمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة .:

بعد معالجة البيانات الخاصة بعينة البحث كلها ، بلغ متوسط درجات أزمة منتصف العمر لديهم (٣٣,٠٥) وبانحراف معياري قدره (٦,٧٤) درجة وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي* للمقياس وهو (٣٧,٥) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (ألباتي واثناسيوس ، ١٩٧٧ ص ٢٥٦) . تبين انه دل إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا ما يوضحه الجدول (٧).

الجدول (٧)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط درجات أزمة منتصف العمر والمتوسط الفرضي للمقياس بالنسبة لعينة البحث.

المتغير	العينة	متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	الدلالة
أزمة منتصف العمر	١٥٥	٣٣,٠٥	٦,٧٤	٣٧,٥	- ٨,١٩	١,٩٦**	دال

*المتوسط الفرضي هو متوسط أوزان البدائل مضروباً في عدد فقرات المقياس .
 **القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (١٥٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥) .

تعني هذه النتيجة إن هناك فرقاً دالاً إحصائياً في أزمة منتصف العمر بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي وهو لصالح المتوسط الفرضي ، وبكلمات أخرى ، فإن درجات عينة البحث الحالي في مقياس أزمة منتصف العمر كانت أقل من المتوسط الفرضي مما يؤثر إلى أن لا وجود لأزمة منتصف العمر لدى عينة البحث الحالي ، وقد اختلفت هذه النتيجة مع ما أظهرته دراسة (ليفنسون Levinson ١٩٧٨) والتي أشارت إلى إن ٨٠% من المشتركين لديهم أزمة منتصف العمر (P.11 ، Shek .1996) . ألا إنها اتفقت مع ما أشارت إليه كل من دراستي (شيك Shek ١٩٩٦) والتي أظهرت إن الغالبية العظمى من العينة البالغة (١٥٠١) مستجيباً لم تستجب باتجاه وجود أزمة حادة في منتصف العمر (p.2 ، Shek.1996) ، وكذلك مع دراسة (روبنسون وفيريل Robinson & Farrell ١٩٩٩) التي أشارت نتائجها إلى أنه ليس بالضرورة أن تستلزم مرحلة منتصف العمر وجود أزمة (levinson , 2001) .

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق في أزمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث) .

لتحقيق هذا الهدف ، تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (خيري ، ١٩٧٥ ، ص ٣٦١) ، وقد بلغ متوسط درجات الذكور (٣٢,٩٨) درجة ، والانحراف المعياري (٧,٣٦) ، في حين بلغ متوسط درجات الإناث (٣٣,١١) درجة والانحراف المعياري (٦,٣١) درجة ، وبمقارنة هذين المتوسطين تبين ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (-٠,١١) غير دالة إحصائياً بعد مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (١٥٣) ومستوى دلالة (٠,٠٥) كما في الجدول (٨) .

الجدول (٨)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط الذكور والإناث في مقياس أزمة منتصف العمر

العينة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
ذكور	٦٦	٣٢,٩٨	٧,٣٦	- ٠,١١	١,٩٦	غير دالة
إناث	٨٩	٣٣,١١	٦,٣١			

تعني هذه النتيجة انه لا فرق بين الذكور والإناث في عينة البحث في مستوى أزمة منتصف العمر ، وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما أظهرته كل من دراسة (فيريل وروزنبرج Rosenberg ، Farrell) ١٩٨١ التي أشارت إلى انه لا وجود لفروق دالة بين النساء والرجال فيما يختص بدرجاتهم على مقياس أزمة منتصف العمر ، وكذلك مع ما أظهرته دراسة (Wethington) ٢٠٠٠م التي أجريت في المجتمع الأميركي والتي أشارت إلى أن الرجال والنساء متساوون تقريباً في أزمة منتصف العمر ، ألا إن نتيجة البحث الحالي قد اختلفت مع ما أظهرته دراسة (شيك Shek ١٩٩٦ التي أجريت في المجتمع الصيني والتي أشارت إلى أن النساء قد اظهرن مستويات أعلى في أزمة منتصف العمر مقارنة بالرجال.

الهدف الثالث:- قياس القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة

بعد معالجة البيانات الخاصة بعينة البحث كلها ، بلغ متوسط درجات القلق الوجودي (٨٢,٩٦) درجة وانحراف معياري قدره (١٦,١١) درجة وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي لمقياس القلق الوجودي البالغ (٨٧,٥) درجة ، وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه دال إحصائياً بدرجة حرية (١٥٤) وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا ما يوضحه الجدول (٩).

الجدول (٩)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط درجات القلق الوجودي والمتوسط الفرضي للمقياس بالنسبة لعينة البحث

المتغير	العينة	متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
القلق الوجودي	١٥٥	٨٢,٩٦	١٦,١١	٨٧,٥	٣,٥٠ -	١,٩٦	دال

تعني هذه النتيجة إن هناك فرقاً دالاً إحصائياً في القلق الوجودي بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي وهو لصالح المتوسط الفرضي ، وبكلمات أخرى ، فإن عينة البحث الحالي من منتسبي الجامعة من التدريسيين والموظفين ومن كلا النوعين ذكوراً وإناثاً وممن هم في منتصف العمر لا

يعانون من القلق الوجودي . وقد اختلفت هذه النتيجة مع ما أظهرته دراسة (حافظ ، ٢٠٠٦) في العراق والتي أشارت إلى أن طلبة الجامعة يتصفون بمستوى متوسط من مشاعر القلق الوجودي .

الهدف الرابع: التعرف على دلالة الفروق في القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور، إناث):-

لتحقيق هذا الهدف تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (أليائي، ٢٠٠٨، ص ٢٠٢) وقد بلغ متوسط درجات الذكور (٨٠,٣٣) درجة والانحراف المعياري (١٥,٦٨) درجة في حين بلغ متوسط درجات الإناث (٨٤,٩٢) درجة والانحراف المعياري (١٦,٢٤) درجة وبمقارنة هذين المتوسطين تبين أن القيمة التائية المحسوبة وباللغة (- ١,٧٦) غير دالة إحصائياً إذا قورنت بالقيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (١٥٣) ومستوى دلالة (٠,٠٥) وباللغة (١,٩٦) ، والجدول (١٠) يوضح ذلك.

الجدول (١٠)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين متوسط الذكور والإناث في مقياس القلق الوجودي

العينة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة
ذكور	٦٦	٨٠,٣٣	١٥,٦٨	١,٧٦-	١,٩٦	غير دالة
إناث	٨٩	٨٤,٩٢	١٦,٢٤			

تعني هذه النتيجة أن لا فرق بين الذكور والإناث في القلق الوجودي أي لم يظهر أن الذكور أكثر إحساساً بالقلق الوجودي من الإناث أو العكس من ذلك ، وعلى الرغم من أن هناك فرقاً في الأوساط الحسابية للمجموعتين يبدو أنه لصالح الإناث ، ألا أن هذا الفرق لم يرتق إلى مستوى الدلالة الإحصائية . وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (حافظ ، ٢٠٠٦) في العراق من أن لا فرق بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة في مستوى الشعور بالقلق الوجودي (حافظ ، ٢٠٠٦، ص ١١٠).

الهدف الخامس : التعرف على العلاقة بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة :-

تحقيقاً لهذا الهدف تم احتساب معامل ارتباط بيرسون للعينة الكلية المتضمنة في البحث الحالي ، وقد بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي (٠,٥٦) وللتعرف على الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط هذا ، تم احتساب الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون (ألباتي واثاسيوس ، ١٩٧٧ ، ص ٢٧٥) ، فظهر إن القيمة التائية المحسوبة وهي (٨,٣٦) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية بدرجة حرية (١٥٣) ومستوى دلالة (٠,٠١) وبالبالغة (٢,٥٧) ، وتعني هذه النتيجة وجود ارتباط ايجابي دال بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي وبكلمات أخرى كلما ازدادت أزمة منتصف العمر ازداد معها الشعور بالقلق الوجودي والعكس صحيح أيضا أي كلما قلت أزمة منتصف العمر قل معها الشعور بالقلق الوجودي وهذا ما أظهرته نتيجة البحث الحالي إذ إن متغيري البحث الحالي قد سارا باتجاه التناقص معاً لدى منتسبي الجامعة من التدريسيين والموظفين ومن الذكور والإناث وممن هم في منتصف العمر ، وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما أظهرته دراسة (واسكيل Waskel) ١٩٩٢ التي ربطت أزمة منتصف العمر بمتغير القلق من الموت والتي أظهرت إن قوة أزمة منتصف العمر قد تنبأت بقلق عال من الموت (Waskel ، 1992 ، 147) وتعد نتيجة البحث الحالي التي ربطت بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي النتيجة الأولى والرائدة في أدبيات الموضوعين ، إذ لم تربط الدراسات السابقة بين هذين المتغيرين لا على مستوى الدراسات العربية ولا على مستوى الدراسات الأجنبية (بحسب علم الباحثة) وبذلك تعد هذه النتيجة إضافة علمية جديدة لتراث المتغيرين في ميدان البحث النفسي.

المؤشرات العامة المستخلصة من البحث:-

من نتائج البحث الحالي تم التوصل إلى مؤشرات عدة مفادها :

١ - إن منتسبي الجامعة من عينة البحث الحالي ممن هم في منتصف العمر ومن التدريسيين والموظفين ذكوراً وإناثاً ليس لديهم أزمة منتصف العمر ، وهذا مؤشر ايجابي عن الصحة النفسية لديهم سيما بعد أن لحظنا ارتباط أزمة منتصف العمر بالعديد من المتغيرات مثل القلق من الموت والانطوائية العالية واستراتيجيات التوافق مع الضغوط المرتكزة على العاطفة بدلاً من تلك المرتكزة على المشكلة ، والتوجه نحو الماضي مقابل التوجه نحو المستقبل والإحساس بضغط الوقت ونقص الانفتاح على الخيارات.

- ٢- ليس هنالك فرقا ذات دلالة إحصائية في أزمة منتصف العمر لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث) أي لم يظهر إن أياً من الذكور أو الإناث أكثر شعوراً بأزمة منتصف العمر من الآخر.
- ٣- إن منتسبي الجامعة في عينة البحث الحالي ليس لديهم قلق وجودي وهذا مؤشر ايجابي آخر من مؤشرات الصحة النفسية لديهم .
- ٤- ليس هنالك فرقا ذو دلالة إحصائية من القلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور ، إناث) أي لم يظهر إن أياً من الذكور والإناث أكثر شعوراً بالقلق الوجودي من الآخر.
- ٥- ظهر إن هناك علاقة ارتباطية ايجابية دالة بين أزمة منتصف العمر والقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة.

المقترحات :-

بغية تطوير المعرفة العلمية المتعلقة بمتغيري البحث الحالي ، يمكن التقدم بالمقترحات لدراسة المتغيرات الآتية:-

- ١- أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالانطوائية.
- ٢- أزمة منتصف العمر وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط.
- ٣- أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالتوجه نحو الزمن (الماضي والحاضر والمستقبل).
- ٤- أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالقلق من الموت.
- ٥- أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالتوافق الزواجي .
- ٦- المقارنة في أزمة منتصف العمر لدى المتزوجين وغير المتزوجين سواء كانوا عزاباً أم أرمال وبحسب متغير النوع (ذكوراً ، إناثاً) .

مصادر البحث

- ١- ألبياتي ، عبد الجبار توفيق (٢٠٠٨) : الإحصاء وتطبيقاته في العلوم التربوية والنفسية . ط٤ : إثراء للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- ٢- ألبياتي ، عبد الجبار توفيق واثناسيوس ، زكريا زكي (١٩٧٧) : الإحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس . بغداد ، مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية .
- ٣- حافظ ، سلام هاشم (٢٠٠٦) : معنى الحياة وعلاقته بالقلق الوجودي والحاجة للتجاوز ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .
- ٤- خيرى ، السيد محمد (١٩٧٥) : الإحصاء النفسي والتربوي . ط١ ، مطبوعات جامعة الرياض .
- ٥- الزوبعي ، عبد الجليل والكناني ، إبراهيم وبكر ، الياس محمد (١٩٨١) : الاختبارات والمقاييس النفسية . جامعة الموصل .
- ٦- صالح ، قاسم حسين (١٩٨٧) : الإنسان من هو ؟ مطبعة جامعة بغداد .
- ٧- صفوت ، محمود محمد (١٩٦٢) : مراحل البحث الإحصائي . القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية.
- ٨- عبد الرحمن ، سعد (١٩٨٣) : القياس النفسي . ط١ ، الكويت ، مكتبة الفلاح .
- ٩- فان دالين ، ديوبولد (١٩٩٠) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس . ترجمة د. محمد نبيل نوفل وآخرون ، ط٤ ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية .
- ١٠- فرج ، صفوت (١٩٩٧) : القياس النفسي . الطبعة الثالثة ، القاهرة ، دار الانجلو المصرية.
- ١١- فيركسون ، جورج آي (١٩٩٠) : التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس . ترجمة د. هناء محسن العكيلي ، بغداد ، دار الحكمة .

12-Allen , M . J.& yen , w.n (1979) : Introduction to measurement

Theory . California , Brooks/cole .

13-Anastasi , A. (1976) : Psychological Testing . 4th edition , New York , Macmillan Co .

- 14-American board of family practice (1991) : perspectives on middle – age : The vintage Years . Lexington .
- 15-Bee , H.L. & Mitchell , S.K. (1980) : The developing person : A life-span Approach , New York , Harper & Row .
- 16-Caplan , G.(1961) : prevention of mental disorders in childrens . New York , Basic Books .
- 17-Ciernia , J.R.(1985): Myths about male midlife crisis . psychological Reports , 65 , pp.1003 – 1007 .
- 18-Drummond , D.(2011) : Three hourmidlife crisis .[http//: www . three hourmidlife crisis](http://www.threehourmidlife.com) . com .
- 19-DSM-IV (2011): Diagnostic and Statistical manual disorder . [http //: www . DSM . Com](http://www.DSM.Com) .
- 20-Eble , R.L. (1972): Essentials of Educational measurement . New Jersey , prentice – Hall , Englewood cliffis , Inc .
- 21-Farrell , M.P. & Rosenberg , S.(1981): men at midlife . Boston : Auburn Honse .
- 22-Giovanelli , p.(2008): The Age of opportunities : Astudy of the transitional period into mid-life . Dissertation submitted in partial fulfillment of MA in psychotherapy and Counseling , USA .
- 23-Gray , peter . (2002): psychology . Fourth edition , New York , worth publisher .
- 24-Gould , R.(1975): Adult life stages Growth toward self – tolerance . psychology Today , 8(No . 9) . pp.74-78 .
- 25-Harwood , J. & Giles , H.(1993): Creating intergenerational distance : language , communication and middle-age . language Sciences . volume , 15,No .(1) , pp. 15-18 . printed in UK .

- 26-Hill , J.R.(1985):Predicting Suicide . psychiatric services . 46,223-225.
- 27-Holt , R.& Irving , L.(1971): Assessing personality. New york , Har court Brace .
- 28-Hamilton , morgan (2010): Midlife-from internet [http :// www . Ezine Articles . com](http://www.EzineArticles.com) .
- 29-James , K.J. & Gilliland , B.E (2001): Crisis intervention strategies . Grove , Brook / colp .
- 30-Jaques , Elliott (1965) : Death and the midlife crisis . International Journal of psychoanalysis , vol . (46), pp. 502-514 .
- 31-Kruger , A.(1994): Midlife transition crisis or chimera ? psychological Reports. Dec , 75 (3pt) : pp: 229-305 .
- 32-Lachman , Margie (2008): Handbook of midlife development . John wiley & sons , Inc .
- 33-Lepisto , L.R. (1985): A life – span perspective of consumer behavior . Association for consumer Research . 47-52 .
- 34-Levinsion , D.J. (2001): The seasons of mans life . New york .
- 35-Lillibridge , E.M & Klukken , P.G. (1978): Crisis Intervention Training . Tulsa , Affective Honse .
- 36-Mehrens , W.A. & Lehman , I.J. (1972): Measurment and evaluation in Education and Psychology . Holt & Ivving , Winston , Inc .
- 37-Myers , David G.(1998): Adulthoods Ages and Stages . Psychology ,5, 196-197 .
- 38-Nunnally , J.c. (1970): Introduction to Psychological Measurment . New york Mc Graw-Hill .
- 39-Oles , PK (1999): Towards a Psychological model of midlife crisis . Psychological Reports . Jun , 84,(3pt2) 1059-69 .

- 40-Oxford English Dictionary online (2000) : <http://England> , Oxford University Press .
- 41-Roberts , A.R.(2000): Crisis Intervention Handbook , New york , orford University Press .
- 42-Ryan , Linda & Caltabiano , Marie (2009):Development of a new Resilience Scale : The resilience in midlife scale . Asian Social Science , Vol. 5,No.11,November , pp.39-51 .
- 43-Shaughnessy , J.& Zechmeister , E.& Zechmeister J.(2000): Research methods in psychology . 5th edition , New york mc Graw Hill .
- 44-Sheehy , Gail (1976):Predictable crisis of Adult life . New york . E.P. Dutton .
- 45-Shek , D.T.(1996): Midlife crisis in Chinese men and women . Journal of Psychology , 130(1) , p.109-119 .
- 46-Thorndike , Robert & Hagen , Elizabeth (1969): measurement and Evaluation in Psychology and Education . 3th edition John wiley & sons , Inc .
- 47-Waskel , S.a (1991): Correlations of temperament types , Intesity of crisis at midlife with scores on death scale . psychological Rep . Jun , 68 (3pt2) : 1187-90 .
- 48-Websters New world medical Dictionary online (2003): Definition of midlife crisis .[http ://www.websters Dictionary](http://www.websters Dictionary)
- 49-Whitbourne , S.K.& Sneed , J.R. & Sayer , A .(2000): Psychological development from College through midlife : A 34-Year sequential Study . Developmental Psychology . 45(5), 1328-1340 .
- 50-Wethington , Elaine (2000): Expecting stress : Americans and the midlife crisis . Motivation and Emotion . vol . 24,No.2 , pp. 85-103 .

51-Wikipedia , the free encyclopedia (2011): From internet http://en.wikipedia.org/wiki/midlife_crisis .

ملحق (١)

مقياس أزمة منتصف العمر المقدم إلى الخبراء

الأستاذ الفاضل المحترم

تروم الباحثة إجراء دراسة عن علاقة أزمة منتصف العمر بالقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة ، وبين يديكم مقياس (شيك) Shek ١٩٩٦ الصيني لقياس أزمة منتصف العمر ، وقد عرفها بأنها عملية تحول أو انتقال شديد في الذات يتعامل مع إعادة تفسير إدراك الزمن والتعامل مع الموت على انه حدث مستقبلي محتوم وإعادة تقويم أهداف الحياة وقيمها والتخطيط للنصف الثاني المتبقي من الحياة .

وقد حدد (شيك) Shek ١٩٩٦ أبعاد مفهوم أزمة منتصف العمر على أنها ثلاثة أبعاد ، تعرض على حضراتكم مع فقراتها ، وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة علمية طويلة تعرض عليكم الباحثة الفقرات بحسب أبعادها لبيان رأيكم حول صلاحيتها ووضوحها واقتراح التعديل المناسب ، مع الإشارة إلى إن بدائل الإجابة هي (تتطبق عليّ تماماً ، تتطبق عليّ ، لا تتطبق عليّ ، لا تتطبق عليّ تماماً) .

مع خالص شكرنا وتقديرنا

الباحثة

المجال الأول : مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات

ت	الفقرات	
١-	اعرف كيف استغل أوقات فراغي .	
٥-	اشعر بخيبة أمل عندما أفكر بما مضى من عمري فلم يعد بإمكانني أن أنجز الكثير .	
٧-	اشعر بالرضا عن عملي الحالي .	
٩-	لدي وعي متزايد بأن عملي ممل ورتيب .	
١٠-	اشعر إن ما تبقى من العمر غير كاف لانجاز ما رغبت القيام به	
١١-	لو قدر لي أن أعيش مرة أخرى فاني سوف اختار عملي الحالي .	
١٥-	اشعر ان صحتي تتدهور تدريجياً .	

المجال الثاني : مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالآخرين

ت	الفقرات	
٢-	لدي وعي متزايد بصعوبة تفاعلي مع أولادي .	
٣-	أواجه ضغطاً كبيراً نتيجة الاهتمام بوالدي بعد تقدم السن بهما .	
٦-	اشعر بالرضا عن علاقتي بأولادي .	
١٢-	لدي شك متزايد بشأن سبب وجودي في هذه الحياة .	
١٣-	لو تتاح لي الفرصة مجدداً لاخترت أن لا أتزوج .	
١٤-	لست نادماً على إنني أنجبت أولادا	

المجال الثالث : المشكلات المتعلقة بالخوف من الشيخوخة

ت	الفقرات	
٤ -	لست قلقاً بشأن الصعوبات المالية التي سوف تواجهني عندما أتقدم بالسن .	
٨ -	لست قلقاً بشأن حياتي عندما أتقدم بالسن .	

ملحق (٢)

مقياس أزمة منتصف العمر بصيغته النهائية

جامعة بغداد

مركز البحوث التربوية والنفسية

عزيزي المستجيب

عزيزتي المستجيبة

بين يديكم مجموعة من العبارات التي تمثل ردود أفعالكم لمختلف القضايا والمواقف الشخصية والاجتماعية ، يرجى التفضل بالإجابة عنها وفق ما يلائمكم بوضع إشارة (✓) أمام كل فقرة وتحت البديل الذي يناسبكم كما في المثال أدناه :

وشكراً لتعاونكم

طريقة الإجابة : إذا شعرت مثلاً بأن محتوى الفقرة ينطبق عليك تماماً فضع إشارة (✓) تحت البديل (تنطبق علي تماماً) أمام الفقرة كما في أدناه :

الفقرة	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي	لا تنطبق علي	لا تنطبق علي تماماً
اعرف كيف استغل أوقات فراغي .	✓			

الجنس : ذكر () أنثى ()

على أن يكون المستجيب يتمتع بالخصائص الآتية :

١. ضمن الفئة العمرية (٣٥ - ٤٥) سنة .

٢. متزوج .

٣. لديه اولاد .

ولكم خالص الشكر والتقدير

الباحثة

الفقرات	تتطبق عليّ تماماً	تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ	لا تتطبق عليّ تماماً
١ - اعرف كيف استغل أوقات فراغي .				
٢ - لدي وعي متزايد بصعوبة تفاعلي مع أولادي .				
٣ - أواجه ضغطاً كبيراً نتيجة الاهتمام بوالدي بعد تقدمهما بالسن .				
٤ - لست قلقاً بشأن الصعوبات المالية التي سوف تواجهني عندما أتقدم بالسن .				
٥ - اشعر بخيبة أمل عندما أفكر بما مضى من عمري فلم يعد بإمكانني أن أنجز الكثير .				
٦ - اشعر بالرضا عن علاقتي بأولادي .				
٧ - اشعر بالرضا عن عملي الحالي .				
٨ - لست قلقاً بشأن حياتي عندما أتقدم بالسن .				
٩ - لدي وعي متزايد بأن عملي ممل ورتيب .				
١٠ - اشعر إن ما تبقى من العمر غير كاف لإنجاز ما رغبت القيام به .				
١١ - لو قدر لي أن أعيش مرة أخرى فأني سوف اختار عملي الحالي .				
١٢ - لدي شك متزايد بشأن سبب وجودي في هذه الحياة.				
١٣ - لو تتاح لي الفرصة مجدداً لاخترت أن لا أتزوج.				
١٤ - لست نادماً على أنني أنجبت أولادا .				
١٥ - اشعر إن صحتي تتدهور تدريجياً .				

ملحق (٣)

مقياس القلق الوجودي بصيغته الأولية

جامعة بغداد

مركز البحوث التربوية والنفسية

عزيزي المستجيب

عزيزتي المستجيبة

بين يديكم مجموعة من العبارات التي تمثل ردود أفعالكم لمختلف القضايا والمواقف الشخصية والاجتماعية ، يرجى التفضل بالإجابة عنها وفق ما يلائمكم بوضع إشارة (✓) أمام كل فقرة وتحت البديل الذي يناسبكم كما في المثال أدناه :

وشكراً لتعاونكم

طريقة الإجابة : إذا شعرت مثلاً بأنك توافق بشدة على محتوى الفقرة فضع إشارة (✓) تحت البديل (أوافق بشدة) أمام الفقرة كما في أدناه :

الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	أرفض	أرفض شدة
يقلقني ما بعد الموت .	✓			

الجنس : ذكر () أنثى ()

ولكم خالص الشكر والتقدير

الباحثة

الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	ارفض بشدة	ارفض
١ - اشعر أن لا قيمة لما فعل ما دام الموت نهايتنا المحتملة .				
٢ - يقلقني ما بعد الموت .				
٣ - اشعر بالعزلة حتى وأنا وسط الناس .				
٤ - اشعر بالذنب جراء أفعال ارتكبتها .				
٥ - اشعر إن أغلب سنوات عمري ستضيع هباءاً .				
٦ - اشعر بالضيق .				
٧ - غالباً ما اشعر بتأنيب الضمير .				
٨ - اعتقد إن العالم الذي نعيش فيه لا معنى له .				
٩ - لم يمنعني الموت كمصير حتمي من العمل جاهداً لجعل حياتي مثمرة .				
١٠ - انظر للحياة نظرة متشائمة .				
١١ - تعقدت الحياة إلى الحد الذي لا أستطيع فيه فهم ما يدور حولي .				
١٢ - يؤلمني إنني انتقاد لرغباتي الشهوانية .				
١٣ - انتقاد الناس لأهداف واضحة في حياتهم يجعلهم فريسة لمشاعر الخوف والقلق .				
١٤ - اشعر دوماً إن الأمور لن تنتهي على خير .				
١٥ - يربكني إنني لا افهم نفسي .				

				١٦ - اشعر بالتقصير في أداء واجباتي الدينية .
				١٧ - اشعر إن حياتي خاوية .
				١٨ - أتوقع أن يصيبني سوء الحظ مستقبلاً .
				١٩ - أخشى أن لا أتمكن من تحقيق أهدافي في الحياة .
				٢٠ - افتقد القدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة الخاصة بحياتي .
				٢١ - أعيش في صراع بين رغباتي الشخصية والضوابط الأخلاقية .
				٢٢ - رغم كل ما فعله اشعر إن حياتي غير مثمرة .
				٢٣ - تملكني غالباً مشاعر عدم الارتياح .
				٢٤ - بعض ما أفكر فيه مثير للخلج والإحراج .
				٢٥ - اشعر بالخزي لتقصيري تجاه من أتحمل مسؤولياتهم .
				٢٦ - اشعر إن غموض المستقبل يجعل من الصعب رسم أية خطة للحياة .
				٢٧ - اشعر إن فرص السعادة تتضاءل

				في القادم من الأيام .
				٢٨- رفقة الآخرين تسبب لي عدم الارتياح .
				٢٩- يصعب علي التوفيق بين سلوكي الفعلي وبين المعايير الدينية .
				٣٠- اعتقد إن العالم المعاصر تسيطر عليه القيم المادية بدلاً من القيم الإنسانية .
				٣١- اعتقد إن ضغوط الحياة ستزداد مستقبلاً .
				٣٢- أخشى من الإصابة بعاهة بدنية أو مرض مزمن .
				٣٣- اشعر إن هذه الحياة ليست بالمستوى الذي يستحق أن يعيشه الإنسان .
				٣٤- اشعر بالأسى لعجزني عن مشاركة الآخرين أفراحهم وإحزانهم .
				٣٥- اشعر باليأس من التفكير بالمستقبل .
				٣٦- اعتقد إن الإنسان غير قادر على التحكم بمصيره .

ملحق (٤)

مقياس القلق الوجودي بصيغته النهائية

جامعة بغداد

مركز البحوث التربوية والنفسية

عزيزي المستجيب

عزيزتي المستجيبة

بين يديكم مجموعة من العبارات التي تمثل ردود أفعالكم لمختلف القضايا والمواقف الشخصية والاجتماعية ، يرجى التفضل بالإجابة عنها وفق ما يلائمكم بوضع إشارة (✓) أمام كل فقرة وتحت البديل الذي يناسبكم كما في المثال أدناه :

وشكراً لتعاونكم

طريقة الإجابة : إذا شعرت مثلاً بأنك توافق بشدة على محتوى الفقرة فضع إشارة (✓) تحت البديل (أوافق بشدة) أمام الفقرة كما في أدناه :

الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	ارفض	ارفض شدة
يقلقني ما بعد الموت .	✓			

الجنس : ذكر () أنثى ()

ولكم خالص الشكر والتقدير

الباحثة

الفقرة	اوافق بشدة	اوافق	ارفض	ارفض بشدة
١ - اشعر أن لا قيمة لما فعل ما دام الموت نهايتنا المحتممة .				
٢ - يقلقني ما بعد الموت .				
٣ - اشعر بالعزلة حتى وأنا وسط الناس .				
٤ - اشعر بالذنب جراء أفعال ارتكبتها .				
٥ - اشعر إن اغلب سنوات عمري ستضيع هباءاً .				
٦ - اشعر بالضيق .				
٧ - غالباً ما اشعر بتأنيب الضمير .				
٨ - اعتقد إن العالم الذي نعيش فيه لا معنى له .				
٩ - لم يمنعني الموت كمصير حتمي من العمل جاهداً لجعل حياتي مثمرة .				
١٠ - انظر للحياة نظرة متشائمة .				
١١ - تعقدت الحياة إلى الحد الذي لا استطيع فيه فهم ما يدور حولي .				
١٢ - يؤلمني أنني انقاد لرغباتي الشهوانية .				

				١٣- اشعر دوماً إن الأمور لن تنتهي على خير .
				١٤- يريكني أني لا افهم نفسي .
				١٥- اشعر بالتقصير في أداء واجباتي الدينية .
				١٦- اشعر إن حياتي خاوية .
				١٧- أتوقع أن يصيبني سوء الحظ مستقبلاً .
				١٨- أخشى أن لا أتمكن من تحقيق أهدافي في الحياة .
				١٩- افتقد القدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة الخاصة بحياتي .
				٢٠- أعيش في صراع بين رغباتي الشخصية والضوابط الأخلاقية .
				٢١- رغم كل ما فعله اشعر إن حياتي غير مثمرة .
				٢٢- تملكني غالباً مشاعر عدم الارتياح .
				٢٣- بعض ما أفكر فيه مثير للخلج والإحراج .
				٢٤- اشعر بالخزي لتقصيري تجاه من أتحمل مسؤولياتهم .

				٢٥- اشعر إن غموض المستقبل يجعل من الصعب رسم أية خطة للحياة .
				٢٦- اشعر إن فرص السعادة تتضاءل في القادم من الأيام .
				٢٧- رفقة الآخرين تسبب لي عدم الارتياح .
				٢٨- يصعب علي التوفيق بين سلوكي الفعلي وبين المعايير الدينية .
				٢٩- اعتقد إن العالم المعاصر تسيطر عليه القيم المادية بدلاً من القيم الإنسانية .
				٣٠- اعتقد إن ضغوط الحياة ستزداد مستقبلاً .
				٣١- أخشى من الإصابة بعاقة بدنية أو مرض مزمن .
				٣٢- اشعر إن هذه الحياة ليست بالمستوى الذي يستحق أن يعيشه الإنسان .
				٣٣- اشعر بالأسى لعجزني عن مشاركة الآخرين أفراحهم وأحزانهم .

				٣٤- اشعر باليأس من التفكير بالمستقبل .
				٣٥- اعتقد إن الإنسان غير قادر على التحكم بمصيره .

Abstract

Midlife crisis and its relation with Existential Anxiety For University membership.

Midlife crisis is consider one of developmental crisis in human Lives , this term was originally coined by " Elliot jaques " 1965 , who concluded that midlife people encountered a period of crisis which was triggered by the realization of their own mortality and change in time frame from time since birth to time left to live.

Midlife crisis related with Existential Anxiety a negative motive for behavior , the present research aimed to :

- 1- measures midlife crisis for university membership .
- 2- Acquaint the significance of differences between males and females in regard to midlife crisis .
- 3- Measures Existential Anxiety for university membership .
- 4- Acquaint the Significance of differences between Males and Females in regard to Existential Anxiety .
- 5- Acquaint to the relationship between Midlife Crisis and Existential Anxiety .

In order to achieve this goals , tow instruments used , the first is to measure midlife crisis it is (shek 1996) scale in chine's society . it is consist of (15) items , after translate this scale to Arabic ,the psychometric characteristics were found for

this scale , item analysis , content validity (face , logical) and construct validity and reliability by alpha coefficient ($R= 0.71$) .

The second scale was existential anxiety scale for (Hafidh , 2006) , in this research we found face validity , construct validity , and reliability by alpha coefficient ($R= 0.91$) .

The research result was found by administering the two scales on as sample consist of (155) males and females selected from university membership .

By using the suitable statistical methods such as : t- test , correlation ,the research result were as follows :

- 1- There were no midlife crisis for the sample of this research from university member ship .
- 2- There were no differences between males and females in regard to midlife crisis .
- 3- There were no existential anxiety for university membership.
- 4- There were no differences between males and females in regard existential anxiety .
- 5- There are a positive relationship between midlife crisis and existential anxiety .

According to above results , number of recommendations and suggestions have presented .