



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية



تأثير الأسلوبين الارشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة.

أطروحة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى وهي
جزء من متطلبات نيل شهادة الدكتوراه فلسفة في الإرشاد
النفسي والتوجيه التربوي.

الطالب

جبار ثاير جبار حميد المعموري

بإشراف

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق حسين

الآية القرآنية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَأَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْحَسْرَةِ إِذْ قُضِيَ الْأَمْرُ وَهُمْ فِي غَفْلَةٍ وَهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ

صَبَّحَهُ اللَّهُ الْعَظِيمَ

(الآية ٣٩ / سورة مريم)

إقرار المشرف

أشهد أنّ إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) المقدمة من لدن طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) قد تمّ بإشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية - كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة دكتوراه فلسفة في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي.

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق

٢٠٢١/٦/

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة أُرشح هذه الأطروحة للمناقشة.

التوقيع :

الاسم : أ. م. د. حسام يوسف صالح

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة ديالى

التاريخ: ٢٠٢١/٦/م.

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنّ هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) المقدمة من لدن طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) في قسم العلوم التربوية والنفسية تخصص (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي) كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة ديالى قد تمّت مراجعتها لغوياً، وأصبح أسلوبها العلمي سليماً خالياً من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.

التوقيع :

الاسم: أ.د. مازن عبد الرسول سلمان

الاختصاص العام : اللغة العربية

الاختصاص الدقيق : اللغة و النحو

مكان العمل: جامعة ديالى - كلية التربية الاساسية

التاريخ: ٢٠٢١/٦/٢٠ م

إقرار المقوم العلمي الأول

أشهد أنّ هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) المقدمة من طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) في قسم العلوم التربوية والنفسية تخصص (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي) كلية التربية للعلوم الإنسانية- جامعة ديالى قد تم تقويمها من الناحية العلمية وأقرُّ بأنها مؤهلة للمناقشة قدر تعلق الأمر بالجانب العلمي ولأجله وقعت .

التوقيع :

اسم المقوم ولقبه العلمي : أ.م.د. خضر عباس غيلان

التخصص العام: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

التخصص الدقيق: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

مكان العمل: الجامعة المستنصرية / كلية التربية

التاريخ : /٦/ ٢٠٢١ م

إقرار المقوم العلمي الثاني

أشهد أنّ هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الافكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) المقدمة من طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) في قسم العلوم التربوية والنفسية تخصص (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي) كلية التربية للعلوم الإنسانية- جامعة ديالى قد تم تقويمها من الناحية العلمية وأقرُّ بأنها مؤهلة للمناقشة قدر تعلق الأمر بالجانب العلمي ولأجله وقعت .

التوقيع:

اسم المقوم ولقبه العلمي : أ.م.د. نادرة جميل حمد

التخصص العام: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

التخصص الدقيق: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

مكان العمل: جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية

التاريخ : ٦/ ٢٠٢١ م

إقرار المقوم الإحصائي

أشهد أنّ هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) المقدمة من لدن طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) في قسم العلوم التربوية والنفسية تخصص (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي) كلية التربية للعلوم الإنسانية - جامعة ديالى قد تمت مراجعتها من الناحية الإحصائية ووجدتها صالحة للمناقشة ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم: أ. د. بشار غالب شهاب البياتي

مكان العمل: جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

التاريخ: ٢٠٢١/٦/٢٠ م.

إقرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة أننا اطلعنا على هذه الأطروحة الموسومة بـ (تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة) التي قدمها طالب الدكتوراه (جبار ثاير جبار حميد) وناقشناه في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونقرّ بأنّها جديرة بالقبول لنيل شهادة دكتوراه فلسفة في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وبتقدير () .

الأستاذ الدكتور

سميعة علي حسن

عضواً

٢٠٢١/٦/م

الأستاذ الدكتور

عبد الكريم محمود صالح

عضواً

٢٠٢١/٦/م

الأستاذ المساعد الدكتور

إيمان حسن جعدان

عضواً

٢٠٢١/٦/م

الأستاذ المساعد الدكتور

محمود شاكر عبد الرزاق

عضواً

٢٠٢١/٦/م

الأستاذ الدكتور

عدنان محمود عباس

رئيس لجنة المناقشة

٢٠٢١/٦/م

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق

عضواً ومشرفاً

٢٠٢١/٦/م

صادق على الأطروحة مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية - جامعة ديالى في / ٢٠٢١ .

الأستاذ الدكتور

نصيف جاسم محمد الخفاجي

العميد

٢٠٢١/٦/م

الإهداء

إلى :

معلم البشرية الأسمى نبينا المصطفى محمد
(صلى الله عليه وعلى اله وصحبه وسلم)

من عاننا وقاسنا لأنعم بالراحة والهناء وغرسا في الأمل
والطموح
(والدي العزيزان)

من حاكت سعادتني بخيوط منسوجة من نبضات قلبها رمزاً
للتضحية والمحبة
(زوجتي الغالية)

نبضات فؤادي وفلذات كبدي أطفالي حرسهم الله
من حبهم يجري في عروقي
(أخوتي وأخواتي)

كل استاذتي واصدقائي و زملائي
أهدي ثمرة جهدي المتواضع هذا راجياً من الله ان يكون
خالصاً متقبلاً عنده.

جبار

شكر وثناء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليماً كثيراً، وبعد . . . ، فإنني أتقدم بشكري و عرفاني لأصحاب الفضل في إخراج هذه الدراسة إلى حيز الوجود .

ولأن الشكر في حق الاحرار فرض وعند العلماء دين وقرض أسيرٌ بسحائب غادقة ومزُنْ هاطلة أتقدم بأسمى معاني الامتنان ومداد آيات الاعتراف بالجميل والفضل الى المشرف على هذا البحث والموجه لمسار خطواته أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور سالم نوري صادق، لما بذله من جهد في قراءة فصول الاطروحة ، وما قدمه من آراء علمية وتوجيهات سديدة أغنت ورسنت منها ، وبما غمرني به من تواضع العلماء الجَمِّ وأدب الأساتيد الأتم الذي يكشف عن حبه للخير وإكرامه للعلم ولباحثيه .

وأتقدم بالشكر والعرفان الى القامات العلمية الكبيرة والاقمار المعرفة ، ممتناً لهم وحاملاً معروفيهم جميلاً في عنقي الى أساتذتي الأفاضل (أ.د. عدنان محمود عباس، أ.د. سميرة علي حسن)

وأتقدم بالشكر والعرفان والامتنان الى أعز الناس الذين لهم في نفسي كل الاحترام وفي قلبي أتم الإكرام وفي حياتي أسمى التقدير الى استاذتي واختي الكبيرة الغالية (أ.د. بشرى عناد مبارك) لما قدمت لي من عون ومساعدة ونصح وارشاد على امتداد خطوات مسيرتي العلمية فجزاها الله عني خير الجزاء

وأود أن أشكر كل من قدم لي عوناً ومساعدةً من السادة رئاسة واعضاء لجنة المناقشة والسادة الخبراء فجزاهم الله تعالى عني خير ما يجزي عباده المخلصين ، ولهم مني كل الشكر والعرفان .

والشكر الموصول الى الاخوة الاكارم (أ.د. حيدر شاكر مزهر مساعد رئيس الجامعة ، وأ.د. مازن عبد الرسول سلمان ، وأ.م.د. محمد قاسم سعيد وأ.م.د. قاسم محمد اسود ، وأ.م.د. المعتصم بالله وهيب ، والسيد نميز عوني رزوقي) وزملائي في مرحلة الدكتوراه على جميل فضلهم ومديد عرفانهم .

وأسدي خالص شكري وامتناني إلى كل من احتضني وشد من أزرعي أسرتي الحبيبة (أمي وأبي) أطال الله في عمرهما ووفقني لأداء حقهما، والفوز بهما، و(إخواني وأخواتي)، وعائلي الغالية (زوجتي وبناتي) فجزاهم الله عني خير الجزاء .
والله ولي التوفيق وله الشكر وله النعمة والفضل وله الثناء الحسن وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين .

جبار



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية



تأثير الأسلوبين الارشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة.

مستخلص أطروحة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى وهي
جزء من متطلبات نيل شهادة الدكتوراه فلسفة في الإرشاد
النفسي والتوجيه التربوي.

الطالب

جبار ثاير جبار حميد المعموري

بإشراف

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق حسين

٢٠٢١ م

١٤٤٢ هـ

المستخلص :

يهدف البحث الحالي التعرف على تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) و (العلاج بالمعنى) في خفض الحسرة الوجودية ، وذلك من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الآتية :

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).

٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) ورتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).

٥. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) ورتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).

٦. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) ورتب درجات المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) في الاختبار البعدي عند مستوى (٠,٠٥).

واستعمل المنهج التجريبي من خلال عينة قدرها (٢٤) طالباً جامعياً ممن سجلوا أعلى الدرجات على مقياس الحسرة الوجودية قسموا بالتساوي على التصميم التجريبي ذي الثلاث مجموعات (المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة) والقياس القبلي والبعدي للمجموعات الثلاث ، وأجري التكافؤ بمجموعة من المتغيرات ، واستعمل الباحث مقياس

الحسرة الوجودية لغرض جمع البيانات ، والذي تبناه الباحث (White & etal ,2007) المعدّ وفق نظرية (frankle 1969) المتكون من (٣٥) فقرة ، وبخمس مجالات ، وخمسة بدائل ، من ثمّ طبق على عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) طالب جامعي وتم استخراج الخصائص الاحصائية للمقياس وتبين أنّ جميع الفقرات ذات تمييز وارتباط دال إحصائياً ، فضلاً عن ذلك تم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس كالصدق باستعمال (مربع كاي) ، وبلغ معامل ثبات المقياس بطريقة إختبار - إعادة الإختبار (٠,٨٦٢) واستعمل الباحث معادلة ألفا كرونباخ إذ بلغ معامل الثبات (٠,٨٤٣) وبذلك أستقر المقياس جاهزاً في صورته النهائية ليتكون من (٣٥) فقرة لقياس الظاهرة المدروسة في البحث ، وصمّم الباحث لأغراض الدراسة برنامجاً ارشادياً يستند الى الأسلوبين الإرشاديين (دحض الافكار) لأليس و (العلاج بالمعنى) لفرانكل ، وطبق على المجموعتين التجريبيتين، في جلسات بلغ عددها (١٤) جلسة لكل اسلوب، وبواقع جلسة اسبوعياً مدة الجلسة (٥٠) دقيقة ، وتمت معالجة البيانات باستعمال برنامج (SPSS) وعددٍ من الوسائل الإحصائية. وأظهرت النتائج أن للبرنامج الإرشادي تأثير في الحسرة الوجودية لدى أفراد المجموعتين التجريبيتين. وبناءً على النتائج خرجت الدراسة بعدد من التوصيات والمقترحات.

تُبَيِّنُ المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	ت
أ	العنوان.	١
ب	الآية القرآنية.	٢
ج	إقرار المشرف.	٣
د	إقرار المقوم اللغوي.	٤
هـ	إقرار المقوم العلمي الأول.	٥
و	إقرار المقوم العلمي الثاني.	٦
ز	إقرار المقوم الإحصائي.	٧
ح	إقرار لجنة المناقشة .	٨
ط	الإهداء.	٩
ي	شكر وثناء.	١٠
ك - م	مستخلص الأطروحة باللغة العربية.	١١
ن - ت	تُبَيِّنُ المحتويات.	١٢
ف - ر	تُبَيِّنُ الجداول.	١٣
ش	تُبَيِّنُ الأشكال.	١٤
ش - ت	تُبَيِّنُ الملاحق.	١٥

تُبتّ المحتويات.

رقم الصفحة	الموضوع
الفصل الأول التعريف بالبحث	
٤ - ٢	* مشكلة البحث.
١٠ - ٤	* أهمية البحث.
١١ - ١٠	* هدف البحث.
١١	* حدود البحث.
١٣ - ١١	* تحديد المصطلحات.
الفصل الثاني: الإطار النظري.	
٥٨ - ١٥	* الإطار النظري.
١٨ - ١٥	* مفهوم الحسرة الوجودية .
١٦ - ١٥	١. مفهوم الحسرة الوجودية لغةً.
١٨ - ١٦	٢. مفهوم الحسرة اصطلاحاً.
١٩	* البنية المعرفية - الفكرية - النفسية لحالة الحسرة الوجودية.
٢٦ - ٢٠	* المؤشرات الدالة على الحسرة الوجودية.
٢٦	* تأثيرات الحسرة الوجودية على الصحة النفسية والبدنية.
٣٥ - ٢٧	* النظرية المفسرة للحسرة الوجودية (نظرية فرانكل).

٥٨ - ٣٥	* الاساليب الارشادية.
٣٥	١ . مفهوم الاساليب الارشادية.
٤٤ - ٣٦	٢ . نظرية أليس (اسلوب دحض الأفكار).
٥٨ - ٤٥	٣ . نظرية فرانكل (اسلوب العلاج بالمعنى).
٥٨	* مسوغات افادة الباحث من الاساليب الارشادية واسباب تبنيها.
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته.	
٦٠	* منهجية البحث.
٦٣ - ٦٠	* مجتمع البحث.
٦٨ - ٦٣	* عينات البحث.
٧٢ - ٦٩	* التصميم التجريبي.
٧٩ - ٧٢	* تكافؤ المجموعات.
٩٠ - ٧٩	* اداتا البحث.
٩٨ - ٩٠	* الخصائص السيكومترية.
١٠٠ - ٩٩	* الوسائل الاحصائية.
الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي.	
٢٢٧ - ١٠٢	* البرنامج الإرشادي.
١٨٠ - ١٢٠	* اسلوب دحض الأفكار.

٢٢٧ - ١٨١	* أسلوب العلاج بالمعنى.
الفصل الخامس: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.	
٢٣٦ - ٢٢٩	* عرض النتائج.
٢٤١ - ٢٣٦	* تفسير النتائج ومناقشتها.
٢٤٢ - ٢٤١	* الاستنتاجات.
٢٤٣ - ٢٤٢	* التوصيات.
٢٤٣	* المقترحات.
٢٥٨ - ٢٤٥	* المصادر.
٢٩١ - ٢٦٠	* الملاحق.
A-D	Abstract

تُثبت الجداول.

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٤١ - ٣٩	الافكار اللاعقلانية والافكار العقلانية.	١
٦٢ - ٦١	مجتمع الكليات واعداد الطلبة في جامعة ديالى.	٢
٦٣ - ٦٢	مجتمع الكليات واعداد الطلاب في جامعة ديالى.	٣
٦٦ - ٦٥	أعداد عينة التحليل الاحصائي للبحث بحسب الكلية و المراحل الدراسية.	٤

٦٦	أعداد عينة الثبات على الأقسام و المراحل الدراسية.	٥
٦٨	توزيع الطلاب على المجموعة التجريبية الأولى و الثانية و المجموعة الضابطة.	٦
٧٣	قيمة اختبار كروكسال _ واليز للتكافؤ في متغير درجات مقياس الحسرة الوجودية للمجموعات الثلاث	٧
٧٤	قيمة اختبار كروكسال - واليز للتكافؤ في متغير العمر للمجموعات الثلاث.	٨
٧٥	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير مهنة الام للمجموعات الثلاث.	٩
٧٦	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير مهنة الاب للمجموعات الثلاث.	١٠
٧٦	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير المؤهل الدراسي للأُم للمجموعات الثلاث.	١١
٧٧	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير المؤهل الدراسي للأب للمجموعات الثلاث.	١٢
٧٨	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير الدخل الشهري للمجموعات الثلاث.	١٣
٧٨	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير نوع السكن للمجموعات الثلاث.	١٤

٧٩	قيمة اختبار مربع كاي للتكافؤ في متغير عدد افراد الاسرة للمجموعات الثلاث.	١٥
٨١	توصيف مقياس الحسرة الوجودية.	١٦
٨٦ - ٨٤	القوة التمييزية لفقرات المقياس باستعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين.	١٧
٨٧ - ٨٦	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية للمقياس.	١٨
٨٨	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة و الدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه.	١٩
٨٩	الارتباط بين درجة المجال و المجال الاخر للمقياس.	٢٠
٩٠	معاملات الارتباط بين درجة المجال و الدرجة الكلية للمقياس	٢١
٩٣ - ٩٢	قيمة مربع كاي والنسب المئوية لآراء المحكمين وصلاحيه الفقرات.	٢٢
٩٣	الفقرات التي تم تعديلها على وفق آراء الخبراء.	٢٣
٩٦	معاملات الثبات لمقياس الحسرة الوجودية.	٢٤
٩٧ - ٩٦	المؤشرات الإحصائية لمقياس الحسرة الوجودية.	٢٥
١٠٨ - ١٠٥	فقرات مقياس الحسرة الوجودية التي حولت إلى عناوين الجلسات الإرشادية لتقدير حاجات المسترشدين ضمن البرنامج الإرشادي.	٢٦
١١٢ - ١٠٩	الوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات المقياس.	٢٧

١١٢ - ١١٣	الوسط التوافقي وترتيب عناوين الجلسات.	٢٨
١١٨ - ١١٩	عنوانات الجلسات الإرشادية وتاريخ انعقادها ووقتها.	٢٩
٢٣٠	درجات المجموعة التجريبية الاولى على مقياس الحسرة الوجودية في الاختبارين القبلي والبعدي ورتبهما وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٣٠
٢٣١	درجات المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) على مقياس الحسرة الوجودية في الاختبارين القبلي والبعدي ورتبهما وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٣١
٢٣٢	درجات المجموعة الضابطة على مقياس الحسرة الوجودية في الاختبارين القبلي والبعدي ورتبهما وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٣٢
٢٣٣ - ٢٣٤	درجات المجموعتين التجريبية الاولى والضابطة في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية.	٣٣
٢٣٤ - ٢٣٥	درجات المجموعتين التجريبية الثانية والضابطة في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية.	٣٤
٢٣٥ - ٢٣٦	درجات المجموعتين التجريبية الاولى و التجريبية الثانية في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية.	٣٥

ثَبَّتْ الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الشكل
١٩	البنية المعرفية - الفكرية - النفسية للحسرة الوجودية.	١
٧١	التصميم التجريبي.	٢
٩٨	المدرج التكراري لتوزيع درجات افراد عينة البحث على مقياس الحسرة الوجودية.	٣

ثَبَّتْ الملاحق

رقم الصفحة	العنوان	رقم الملحق
٢٦٠	كتاب تسهيل مهمة الى الكليات كافة.	١
٢٦١	تسهيل مهمة لتطبيق البرنامج الارشادي.	٢
٢٦٢	التجربة الاستطلاعية الاولى.	٣
٢٦٣ - ٢٦٦	مقياس الحسرة الوجودية باللغة الانكليزية.	٤
٢٦٧	خبراء صدق الترجمة.	٥
٢٦٨ - ٢٧٠	مقياس الحسرة الوجودية مترجم الى اللغة العربية	٦
٢٧١ - ٢٧٤	مقياس الحسرة الوجودية مترجم من اللغة العربية الى اللغة الانكليزية (الترجمة العكسية).	٧
٢٧٥ - ٢٧٦	اسماء الخبراء والمحكمين لمقياس الحسرة الوجودية.	٨

٢٧٧ - ٢٨٢	مقياس الحسرة الوجودية بصيغته الاولى.	٩
٢٨٣ - ٢٨٦	مقياس الحسرة الوجودية بصيغته النهائية.	١٠
٢٨٧	اسماء الخبراء و المحكمين للبرنامج الارشادي.	١١
٢٨٨ - ٢٨٩	استبانة آراء المحكمين حول صلاحية جلسات البرنامج الإرشادي.	١٢
٢٩٠	استمارة معلومات.	١٣
٢٩١	ايرام عقد بين المرشد و المسترشدين.	١٤

الفصل الأول

التعريف بالبحث

* مشكلة البحث .

* أهمية البحث .

* هدف البحث .

* حدود البحث .

* تحديد المصطلحات .

الفصل الأول

التعريف بالبحث

* مشكلة البحث:

إن الشعور بالحسرة الوجودية حالة حياتية ترتبط بميل الإنسان إلى مراجعة الذات ومحاسبتها؛ إذ إن الانغماس في خبرة الحسرة بصيغها العميقة والمستمرة دونما بذل محاولات للتخلص منها يفضي إلى الشعور بضعف الصحة النفسية لدى الإنسان، وحالة الحسرة حالة معرفية وجدانية تتضمن تقييماً سلبياً للذات وردّ فعلٍ انفعاليٍّ سلبيٍّ من قبل الإنسان تُجاه تصرفاته وسلوكياته في الماضي، ولإدراكه لندرة فرص الارتقاء التي يحملها المستقبل، فضلاً عن نقص القدرة على استثمارها حال وجودها، وتتضمن هذه الحالة مشاعر الندم، والذنب، والضيق الانفعالي، والاستياء من الذات، وعدم الرضا عن الحياة عقب ارتكاب الشخص لتصرفات وسلوكيات ما كان يتعين عليه الإتيان بها، أو عند تفريطه في القيام بتصرفات وأفعال كان يتعين عليه الإتيان بها.

(Gollwitzer, & Schmitt, 2011, 364)

وتوصف الحسرة الوجودية بحسب محتواها طبقاً لموضوع المتحسر عليه، وتكون حالة قائمة على مقارنة العاطفة مع اللوم الذاتي عندما يدرك الفرد أنّ وضعه الحالي قد يكون أفضل؛ إذا احسن اتخاذ قرارات مناسبة حول خيارات كانت متاحة له سابقاً، والتي قد تجعله يرتقي بحياته لتكون حياة مفعمة بالمعنى، لذلك وصفت الوجودية مفهوم الحسرة، تلك الحسرة الناشئة عن فشل الشخص في تلبية طموحاته لضمان تحقيق ذاته وترقيتها وفقاً لتصوره لمعنى الحياة، وإنّ هذا الفشل قد يولد شعوراً يمكن وصفه بأن الحياة لامعنى لها فضلاً عن احساسه بالملل، و التعاسة مما يدفع بالإنسان إلى التآرجح في الهموم والتعاسة، ظهور الصراع الداخلي والضغط والتوتر والمعاناة النفسية في حياتهم؛ إذ يرى كثير من الأفراد أنّ لا معنى لحياتهم بسبب خيارات وفرص ضائعة، ومن ثمّ نشوء حالة معرفية سلبية تجسد ردود أفعال الشخص تجاه أفعاله وتصرفاته فيما مضى من حياته، والتي يمكن تسميتها بمفهوم الحسرة (Denise R.Beike,2009,385).

أظهرت نتائج دراسة (Bauer,2011) إلى أن (٩٠%) من البالغين يشعرون بالحسرة العميقة على مسار حياتهم الماضية، وأن لهذا الشعور تأثيرات سلبية على نوعية حياتهم، ومع التسليم بأن الحسرة الوجودية هي حالة وجودية مندمجة في مسار الحياة الإنسانية بصورة عادية يصبح من الضروري التركيز على تنمية مهارات إدارتها وترويضها بتسليح الإنسان بمجموعة من المهارات الحياتية كمهارة التعامل مع الضغوط، ومهارة الاتصال و التواصل، وحل المشكلات، وصنع واتخاذ القرار، والتفاعل الاجتماعي، و مهارة التفكير، واستراتيجيات التوافق والمواجهة (Bauer,2011,228).

واثبتت دراسة (Landman,1978)، أن معظم الناس يتمنون لو انهم فعلوا شيئاً مختلفاً عن الماضي، مما يشير الى انهم يعانون من التحسر على بدائل كان متاحة في ايام مضت نتيجة لهذا التمني؛ كأن يحصلوا على تعليم يلائم رغباتهم وطموحاتهم، أو أن يحصلوا على عمل وظيفي لتحسين حياتهم اقتصاديا واجتماعيا، لذلك فهم يشعرون بالفشل لترك افعال تقاعسوا عن القيام بها (Landman,1987, 524).

وفيما يخص الطالب الجامعي فإنه يعيش على مفترق الطرق بين المراهقة المتأخرة ومرحلة الرشد المبكرة وضعف لا يعرف موقعه من عالم الكبار، إن هذا التغيير في الانتماء من جماعة المراهقين إلى جماعة الراشدين هو تغيير مفاجئ وانتقال إلى مرحلة جديدة (طاهر، ١٩٩٠، ٧٦)، وتمثل المطلب الأساسي للنمو النفسي ونقطة تحول نحو الاستقلالية الضرورية للنمو السوي في مرحلة الرشد (الغامدي، ٢٠٠٢، ٥).

وعادة ما تكون هذه الفترة مصحوبة بمحاسبة الذات على ما قضي من عمره، وقد يصاحب تلك المحاسبة تغيرات وجدانية يصاحبها انفعالات نتيجة احساسه بصعوبة ترقية حياته وفقا لأهدافه التي كان يخطط لها او ربما بسبب ضياع فرص لم يغتنمها ولم يحسن استثمارها، تتسم هذه المرحلة بكثير من مشاعر النقص وعدم المقدرة على مجابهة الحياة الواقعية،ومن مضايقات الحياة الواقعية لا سيما المضايقات النفسية كالشعور بالندم الوجودي والفراغ الوجودي واحساسه بالذنب من الفشل في الماضي وصعوبة تمكنه من اكمال رسم خارطة مستقبله (معوض، ١٩٨٣، ٣٥٧-٣٥٩).

ومن خلال عمل الباحث في ميدان التعليم الجامعي فإنه أحس وجود مؤشرات دالة للحسرة الوجودية لدى طلاب المرحلة الجامعية ،وقد حاول الباحث التحقق من احساسه بوجود هذه المشكلة فقام بتطبيق استبانة استطلاعية ملحق (٣) على عينة من الطلاب البالغة (٣٠) طالباً من جامعة ديالى - كلية التربية الاساسية اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة ، وقد ظهرت نتائج هذا الاستبانة أنّ هذه المشكلة موجودة في شريحة الطلاب الجامعي وبعد جمع الاجابات تبين ان (١٩) طالباً من اصل (٣٠) طالباً اجابوا بنعم أي بنسبة (٦٣%) ، ومن هنا كانت نقطة انطلاق الباحث للقيام بهذا الدراسة، وفي ضوء ما سبق يحاول الباحث في دراسته الحالية الاجابة عن السؤال الاتي :-

- هل بالإمكان للأسلوبين الارشاديين (دحض الافكار) و(العلاج بالمعنى) أن يؤثر في خفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة؟

* أهمية البحث:

يزداد الاهتمام بالإرشاد النفسي والتوجيه التربوي من قبل الافراد يوماً بعد يوم ، نتيجة للتغيرات الحاصلة في جميع مناحي الحياة (الاقتصادية ، الاجتماعية ، والاسرية) ، ونتيجة لهذه التغيرات ازداد ظهور الحالات النفسية ، وأعراض الكثير من الاشكال السلوكية التي قد تعيق عملية مواكبة التغيرات الحياتية ، لذلك لابد أن يكون للإرشاد دور بارز في مساعدة جميع فئات المجتمع من حيث تقديم خدمات ارشادية يستطيع كل فرد من خلالها اكتشاف امكانياته وقدراته وتعليمه ما يمكن فعله ليجعل حياته في أفضل حال ممكن له وللمجتمع الذي يعيش فيه ، وتوعيته بكل الخيارات التي قد تكون متاحة له وتشجيعه على الاختيار ، و التقرير ، و التخطيط للمستقبل بدقة وحكمة ومسؤولية في ضوء معرفة نفسه ، وواقع المجتمع الذي يعيش فيه ، وان يكون قادراً على تنمية ذاته الى اقصى حد مستطاع لإشباع حاجاته (العبيدي، وجاسم ،٢٠١٠ ، ٤٢).

ويعدُّ الإرشاد الجماعي من طرائق الإرشاد الفعالة التي تستعمل لمعالجة مدى واسع من مشكلات الافراد واهتماماتهم ، إذ يقدم خدمات إرشادية متنوعة وله فائدة كبيرة في حالة الازمات التي تحتاج الى علاج سريع ، وكذلك ذي قيمة كبير في تلبية الاحتياجات



المتزايدة لكثير من طلاب الجامعات الذين يشعرون أنَّ الجامعة أو الكلية تُعنى بنموهم العقلي دون النمو الانفعالي والاجتماعي ، ويكون الهدف الاساسي لهذه المجموعات تقديم فرصة للنمو النفسي ، وموقف يستطيعون من خلاله التعامل مع موضوعات مثل اتخاذ القرارات الحياتية ، و المهنية ، و مشاعر الوحدة وغيرها من الاهتمامات الخاصة بالاستعداد للاستقلال في حياتهم (الخطيب، ٢٠١٦، ١٦٠-١٦٤) .

انطلاقاً من أنَّ مهنة الإرشاد النفسي بوصفها مهنة ذات قيمة وأهمية كبيرتين في الأوساط العلمية والاجتماعية ، فقد جاءت البرنامج الإرشادي ليسمح للأفراد بالتعاون مع بعضهم بإنجاز أهداف مشتركة وإتاحة عدَّة فرص للتعبير عن الآمال والطموحات والمخاوف، ومشاركة بعضهم بعضاً في هذه الاهتمامات والهموم والتخفيف من حدتها من أجل التوافق السليم مع الذات والآخرين، وفيها يحاول المرشد فهم وجهة نظر المسترشدين المتعلقة بالوجود من دون تفسير أو إطلاق أحكام، ويقدم لهم الثقة والتعاطف، والانفتاح لمساعدتهم على تقبل الحرية والمسؤولية الوجودية، واكتساب الوعي الكافي ، ووضع الأهداف، ورؤية خيارات الحياة المختلفة وبدائلها، والاستمتاع بالحاضر .

(Tkach& Lyubomirsky I,2006, 183)

ولا يقوم البرنامج الإرشادي إلا عن طريق عملية إرشادية مقننة، شاملة، منظمة، والمحددة الأهداف والوسائل المساعدة لتحقيقه، فالعملية الإرشادية عنصر مهم وجوهري في تنظيم البرامج الارشادية (رضا وعذاب، ٢٠١١ ، ١٤) ، وتُعدّ العملية الارشادية بأنها المقابلة التي يتم فيها جلسة إرشادية متفق عليها بين المرشد والمسترشد هدفها أن يفهم المسترشد نفسه وينمي شخصية ويتعرف على قدراته واستعداداته بحيث يصبح أكثر فهماً لحاله ويؤدي المرشد دوره في توجيه طبيعة الجلسة وفق نظرية وبرنامج إرشادي مخطط له (حمد، ٢٠١٣ ، ٨) .

إنَّ البرنامج الارشادي هو خطة عمل مصممة لبحث اي موضوع يختص بالفرد ؛ أو المجتمع بشرط ان تكون هادفة لأداء بعض العمليات المحددة بدقة وتشمل مجموعة من النشاطات والمواقف و الخبرات المترابطة والمتكاملة بهدف تنمية الافراد الذين أُعدَّ البرنامج من اجلهم ، واكسابهم مهارات معينة تتناسب مع طبيعة نموهم الجسمي ، والعقلي

، والانفعالية ، والاجتماعي ، والنفسي . وتشمل هذه الخطة اسلوب التنفيذ ، و التقييم ، و المدة الزمنية اللازمة للتطبيق (الرشود ، وأبو الحسن ، و الخليف ، والحكمي ٢٠١٨ ، ١١) ؛ إذ إنّ البرنامج الارشادي عبارة عن مجموعة من الخبرات و الاستراتيجيات الارشادية المباشرة وغير المباشرة المخططة والمنظمة على أسس علمية سليمة تقدم بطريقة بناءه من قبل اخصائيين في مجال الارشاد النفسي للأفراد الذين يعانون من مشكلات نفسية او انفعالية او اجتماعية تطبق في مكان وزمان محددين بهدف مساعدتهم على تعرّف مشكلاتهم ، وحاجاتهم ، وتنمية امكاناتهم وقدراتهم إزاء ما يواجههم من صعوبات أو مشكلات ومساعدتهم ايضاً على اتخاذ القرارات السليمة في حياتهم من اجل تحقيق النمو السوي ، و التوافق النفسي في أثناء تفاعلهم مع مواقف الحياة الضاغطة بشكل بناء (العاسمي ، ٢٠١٥ ، ٣٠) .

وفي الغالب الأعم يهدف البرنامج الارشادي الى تحقيق اهداف معينة لدى الافراد المحتاجين الى المساعدة ، وكل خطوة من خطوات البرنامج تمهد للخطوة التي تليها ، إذ تصبح استراتيجية التعامل مع المسترشد مترابطة ومتناسقة وشاملة ، وتؤدي في النهاية الى تعديل السلوك ، أو الافكار ، أو مشاعر المسترشد من حالة اللاسواء الى حالة السواء ، و التوافق النفسي ، و الاجتماعي (عبد العظيم، ٢٠١٢، ٥٠) .

إنّ هدف البرنامج الإرشادي هو تحقيق الحاجات الإرشادية للطلاب، ومساعدتهم على التوافق، والنمو، والنجاح في المستويات الشخصية، والأكاديمية، والاجتماعية، والاقتصادية كافة ، وتستند اهداف البرامج الارشادية النفسية من اهداف الارشاد النفسي والتي تسعى البرامج الى تحقيقها وهي :

- أ- مساعدة المسترشد على التوافق مع ظروف الحياة الصعبة .
- ب- تعمل على زيادة المساحة السويّة على حساب محاولة ازالة او انقاص سوء التوافق .
- ت- أن يفهم المسترشد نفسه ويحدد مشكلته ومساعدته في أن يتخذ قراره بنفسه .
- ث- تحقق ذات المسترشد وتقديرها .
- ج- تعمل على خفض درجات القلق ، والتوتر التي تحجب رؤية الامور بوضوح

(الفحل، ٢٠١٤، ١٩٣) .

وأنَّ تحقيقَ أهدافِ البرنامجِ الإرشادي التي وضعت من أجله كان لا بد أن يستعمل الأساليب الإرشادية ، والتي تتميز بتنوعها وتعدد طبقاتها لتعدد النظريات الإرشادية فهي تقوم على منهج واضح ، وتختلف على وفق الاختلافات الموجودة لدى الأفراد سواء الشخصية أو الميول والاتجاهات والقدرات المختلفة ، ومما لا شك فيه أنَّ الأساليب الإرشادية تعدّ من الخدمات الطلابية التي عرفت مدارس العالم الحديث وأخذت هذه الأساليب تتطور بسرعة في الدول المتقدمة، لتواكب التقدم التكنولوجي الذي تعيشه تلك الدول، وقد نجحت تلك الأساليب نجاحاً باهراً في القضاء على الكثير من المشكلات والصعوبات التي يواجهها الطالب والإيفاء بحاجاتهم (الدوسري، ١٩٨٥، ٢٣٥).

ويُعدُّ أسلوب دحض الأفكار أحد أساليب الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي الذي يركز العلاج فيه إلى تعديل أفكار ومعتقدات المسترشد الخاطئة حول ذاته وحول الآخرين من حوله، ومن ثم يسعى إلى مساعدة الطلبة الجامعيين في التغلب على الأفكار غير العقلانية واستبدالها بأفكار عقلانية تجعله يعيش حياته الواقعية و الابتعاد عن كل المؤشرات الدالة على حالة الحسرة الوجودية وتخفيضها والسيطرة على عواطف الفرد وسلوكه (حسين ٢٠١٢ ، ٨٧).

ويعتبر أسلوب الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي للعالم (Ellis) من الأساليب السلوكية المعرفية التي تساعد على تغيير الأفكار اللاعقلانية إلى أفكار عقلانية ، تكون واضحة تقوم على الحوار والمناقشة بين المسترشد والمرشد لتحقيق أهدافه ، ويوجه جهده لمساعدة الطلبة الجامعيين على التخلص من معتقداتهم وأفكارهم غير العقلانية ، والاستفادة من إتجاه الفرد الإيجابي نحو التفكير العقلاني ، وترسيخ ذلك التفكير وتدعيمه عند الفرد ليملك فلسفة سلوكية عقلانية (علام ، ٢٠١٢ ، ٣٧).

أنَّ أسلوب دحض الأفكار من الأساليب الإرشادية الذي يُسهم في دحض الأفكار الخاطئة التي تُعدُّ العامل الرئيس في نشأة المشكلات الانسانية ، ويسعى الطرفان أي كل من المسترشد وبمساعدة المرشد للتخلص منها وجعل المسترشد خالي المعتقدات والأفكار المسببة لمشكلاته النفسية (ابو اسعد ، ٢٠١٥ ، ٢١٢) ، ويعتمد أسلوب دحض الأفكار إلى تغيير أفكار المسترشد عن نفسه وعن الآخرين من خلال المناقشة والحوار والتدريب

على التفكير بطريقة ايجابية منطقية عقلانية ويجري تحديد أخطاء التفكير ونقد تلك الأفكار الخاطئة والتوصل إلى الأفكار العقلانية التي تلامس الواقع من خلال الجلسات الإرشادية (المالح، ١٩٩٥، ١٤٩).

يرى (Ellis,1987) أن أسلوب دحض الافكار ذو اهمية لكونه يسعى إلى اكساب الفرد المعرفة والمهارات الاساسية في التفكير، وايضاً يساعده في تنمية قدرته على توجيه الذات وعدم لومها، وتحمل المسؤولية تجاه نفسه و الاخرين، وتقبل المواقف التي تواجهه في حياته، وتحمل المخاطرة بشأن الاضطراب، ويكسبه المرونة والعلمية في التفكير الصحيح، وله فاعليته للأفراد الذين لديهم افكار غير عقلانية لوجود بعض المعتقدات السلبية لديهم (Ellis & Dryden,1987, 211).

ومما يؤكد نجاح اسلوب دحض الافكار في الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، ما توصلت إليه بعض الدراسات، ومنها دراسة (شهاب، ٢٠١٧)؛ إذ توصلت الى فاعلية برنامج الارشادي (العلاج العقلاني السلوكي) في تخفيض الأسى النفسي، ودراسة (نجرس، ٢٠١٤) التي أظهرت نتائج درستها فاعلية الأسلوبين الإرشاديين (الإرشاد العقلاني السلوكي الانفعالي العاطفي، والعلاج الواقعي) في تنمية الذكاء الأخلاقي لدى طالبات المرحلة الإعدادية.

ومن الأساليب الأخرى المستعملة في البحث الحالي هو (العلاج بالمعنى) للعالم (Frankl) الذي يعد من الأساليب التي تبناها علم النفس الإيجابي مرتكزاً على المستقبل ومعنى الوجود الانساني والخروج من لوم الذات ومحاسبتها الى مواجهة الانسان معنى حياته وعيشها ولو بأيسر المعاني التي يجدها والتي قد تُعَدُّ القوة الاولى للوصول الى معاني حياتية أكبر عن طريق استثمار القدرات و الامكانيات المتاحة له فتعلم التفاوض يمنع الاكتئاب و القلق ويمكن للفرد أن يتعلم مهارات تتصف بالمتابعة و الاتجاه العملي في الحياة ويكون أقل اصابة بالأمراض النفسية، وان العلاج بالمعنى يُعنى ليس فقط بوجود الانسان ولكن ايضا بالحياة المفعمة بالمعنى الحقيقي.

يعتمد اسلوب العلاج بالمعنى على فلسفة واضحة للحياة مبنية على ثلاثة اسس هي: حرية الإرادة، وإرادة المعنى، ومعنى الحياة، وقد قام (Frankl) بتطوير هذا العلاج

واعتمد على الافتراض الاساسي بأن المعنى في الحياة يُعدّ أساس الوجود ، ويعتقد فرانكل أنه عندما يجد الناس المعنى الحقيقي في حياتهم فإنهم يصبحون أصحاء نفسياً.

(محمد ، ومعوض، ٢٠١٢، ٤٧).

إنَّ أسلوب العلاج بالمعنى من خلال مبادئه ، وأسسها تؤكد نظرياته ، وفنياته يساعد الطلاب الجامعيين على التخلص من حالة الحسرة الوجودية وتحسين هدف الحياة بعد أن أثبتت نتائج بعض الدراسات فاعلية العلاج بالمعنى في تنمية الشخصية وفي علاج الكثير من الاضطرابات النفسية مثل: (فليح ، ٢٠١٨) ، إذ توصلت هذه الدراسة الى فاعلية برنامج العلاج بالمعنى في تنمية التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة ، وكذلك دراسة (محمود ، ٢٠١٧) ، التي توصلت الى فاعلية اسلوبين الحوار السقراطي و التدخل التناقضي في تعديل الوجود الزائف لدى طلاب المرحلة الاعدادية ، واطهرت نتائج الدراسة فاعلية واضحة ومقاربة في تعديل الوجود الزائف بين عينة البحث من طلاب المرحلة الاعدادية ، وكذلك دراسة (الشعراوي، ٢٠١٤) ، إذ توصلت الى فاعلية برنامج العلاج بالمعنى في تحسين جودة الحياة من خلال وجود فروق ذات دلالة احصائية لصالح المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي بعد تطبيق البرنامج

وينظر الى ان طلاب الجامعة من الفئات المهمة الذين هم بحاجة الى خدمات الارشاد النفسي و التوجيه ، وللعناية والرعاية النفسية وذلك لخصوصية مرحلتهم العمرية وطبيعة عملهم الدراسي وبيئتهم الجامعية التي تتطلب جهداً ومثابرة وتفاعلاً مع متغيرات جديدة تفوق في كثير من الأحيان إلى شد مستمر وتعرضهم لضغوط تجعل منهم أشخاصاً في أمس الحاجة إلى المتابعة النفسية (الهيبي، وعامر ، ١٩٨٩، ١٤٢).

ومن هنا يرى الباحث أنَّ أهمية بحثه تتجلى من الناحيتين النظرية والتطبيقية في ضوء المسوغات الآتية:

الجانب النظري:

- إضافة معرفية لموضوع الحسرة الوجودية خصوصاً أنّ هذه الدراسة تعد الأولى محلياً على حد علم الباحث.
- إثارة اهتمام المرشدين التربويين بأهمية دراسة الحسرة الوجودية ونتائجها السلبية على طلاب الجامعة .

الجانب التطبيقي:

- تزويد المرشدين التربويين في الجامعات العراقية بمقياس الحسرة الوجودية ، ويمكن تطبيقه على الطلاب لكشف حالة الحسرة.
- تزويد المرشدين التربويين برنامج إرشادي يعتمد أسلوب (دحض الأفكار) ، و (العلاج بالمعنى) اللذين يمكن تطبيقهما على طلاب المرحلة الجامعية في حال ثبوت نجاح البرنامج.
- يوفر برنامجاً إرشادياً بأسلوب (دحض الأفكار) ، و (العلاج بالمعنى) لخفض الحسرة الوجودية لدى طلاب الجامعة ، مما يُمكن الوحدات الإرشادية في الجامعات العراقية من استعماله وتوظيفه في مساعدة الطلاب في تجاوز المشكلات الانفعالية لطلاب الجامعة في حالة نجاح البرنامج.

*** هدف البحث:**

- يهدف البحث الحالي الى معرفة تأثير الأسلوبين الإرشاديين (دحض الأفكار) ، و (العلاج بالمعنى) من خلال التحقق من صحة الفرضيات الصفرية الآتية:
١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).
 ٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) في الاختبارين القبلي والبعدي على الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).



٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) ورتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).
٥. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) ورتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الحسرة الوجودية عند مستوى (٠,٠٥).
٦. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية الأولى (دحض الأفكار) ورتب درجات المجموعة التجريبية الثانية (العلاج بالمعنى) في الاختبار البعدي عند مستوى (٠,٠٥).

* حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطلاب جامعة ديالى - الدراسة الصباحية - للعام الدراسي (٢٠١٩ - ٢٠٢٠) .

* تحديد المصطلحات :

أ- تأثير:

عَرَفَه (الحفني، ١٩٩١)

"مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل"

(الحفني، ١٩٩١، ٢٥).

ب- الاسلوب الارشادي:

• عرفته الجمعية الامريكية للإرشاد النفسي :

"الخدمات التي يقدمها اخصائيوون في علم النفس الارشادي على وفق مبادئ وأساليب دراسة سلوك الإنسان ضمن مراحل نموه المختلفة ، ويقدمون خدماتهم لتأكيد الجانب

الإيجابي لشخصية المرشد واستثماره في تحقيق التوافق لديه" (أبو أسعد، ٢٠٠٩، ١٥).

• التعريف الإجرائي:

الأسلوب المنظم والمتسلسل الذي يعتمد المرشد في توظيف مهاراته وخبراته لصالح مهارات المرشدين وخبراتهم على وفق أسلوب دحض الأفكار والعلاج بالمعنى المعتمد في ذلك.

ت - أسلوب دحض الأفكار:

عرفه (Ellis: 1987) بأنه:

أسلوب معرفي سلوكي يُساعد المرشد في تغيير أفكاره اللاعقلانية واتجاهاته وفلسفته غير المنطقية إلى أفكار واتجاهات عقلانية جديدة واضحة في الحياة تقوم على العقلانية من خلال توجيه الأسئلة من جانب المرشد إلى مرشده

(Ellis & Dryden, 1987,7).

التعريف النظري: يعتمد الباحث تعريف (Ellis & Dryden, 1987,7) في هذا البحث ؛ لأن الاستراتيجية ، و الفنية المستعملة في هذا البحث تتفق مع طبيعة المتغير المدروس.

التعريف الإجرائي :

الإجراءات و النشاطات المستمدة من أسلوب دحض الأفكار (تقديم الموضوع- الحوار و المناقشة - المجادلة السلوكية - التقويم - التدريب البيئي) و التي نفذت خلال عدد من الجلسات لدحض الأفكار و المعتقدات اللاعقلانية لخفض الحسرة الوجودية.

ث - العلاج بالمعنى:

عرفه (Frankle , 1967) بأنه:

يقصد به العلاج الموجّه روحياً من خلال المعنى أنّ الإنسان مدفوع لعمل الخير ، واهتم بدراسة الإنسان مخبرة روحية إلى كونه خبرة بيولوجية وانه ينطوي على دافع رئيس للنمو السوي ، والتغيير ، والتسامي ، و الارتقاء ، والابداع و تحقيق الذات (Frankl ,)

1967 , 75

• التّعريف النظري: اعتمد الباحث تعريف Frankle , 1967 في هذا البحث ؛ لان الاستراتيجيات و الفنيات المستعملة في هذا البحث تتفق مع طبيعة المتغير المدروس.

التعريف الاجرائي:

الفنيات و الاستراتيجيات (تقديم الموضوع - اللوجودرما - التحليل بالمعنى - الحوار السقراطي - تعديل الاتجاه - التقويم - التدريب البيئي)، التي نفذت خلال عدد من الجلسات والتي قد تحقق هدف البرنامج الارشادي لخفض الحسرة الوجودية.

ج- الحسرة الوجودية :

• عَرَفَهَا (Frankle,1969) بأنها:

تركيب نفسي يتضمن مجالات متفاعلة فيما بينها (الصراع الداخلي ، محدودية الخبرة ، إهمال الآخرين ، تأنيب الذات، الانفصال عن الماضي ، وترتبط هذه الأبعاد مع بعضها البعض لتكوّن بمجملها حالة الحسرة الوجودية ، والتي تسبب التألم والضيق الانفعالي الموهن لإرادة الحياة (Frankle , 1969,12).

وقد اعتمد الباحث تعريف (Frankle,1969) لكونه اعتمد نظرية (فرانكل) في تفسير الحسرة الوجودية

• عَرَفَهَا (White&Reker,2007) بأنها:

حالة معرفية وجدانية تتضمن مشاعر التألم الشديد والاستغراق في لوم الذات وتأنيبها لإدراك الفجوة بين الصورة التي كانت مأمولة للحياة والصورة الواقعية وإعزاءها إلى التقصير والتفريط في استثمار فرص تجويد الذات وترقيتها في الماضي مع التسليم بندرة فرص التدارك في المستقبل، فضلاً عن يقينه بتقصيره في إنفاذ المضامين السلوكية للتفويض الممنوح له من حرية الاختيار والإرادة الحرة والمسئولية الشخصية".

(White & Reker,2007,3)

• التّعريف الإجرائي:

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلاب عن طريق إجاباتهم عن مقياس الحسرة الوجودية الذي اعتمده الباحث.