



جامعة مؤتة
كلية الدراسات العليا

فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب

إعداد الطالبة
آيات أمين المبيضين

اشراف
الدكتور سامي الختاتنه

أطروحة مقدمة إلى كلية الدراسات العليا استكمالاً
لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد
النفسي والتربوي/ قسم الإرشاد والتربية الخاصة

جامعة مؤتة، 2020

الملخص باللغة العربية

فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ

الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب

إعداد: آيات أمين المبيضين

جامعة مؤتة، 2020

تناولت الدراسة الحالية فحص فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة متاحة بلغت (18) متزوجة متأخرة بالانجاب بين سنة إلى عشر سنوات وقد قسمت العينة الى مجموعتين تجريبية (9) متزوجات متأخرات طبق عليهن البرنامج الارشادي المستند الى العلاج الوجودي، و(9) متزوجات متأخرات ضمن المجموعة الضابطة لم يطبق عليهن أي تدخل ارشادي، وتم تطوير مقياسين هما مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين، توصلت نتائج الدراسة إلى فعالية البرنامج الارشادي في تنمية التسامح وتخفيض الفراغ الوجودي لدى أعضاء المجموعة التجريبية مقارنة مع المجموعة الضابطة، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى افراد المجموعة التجريبية في التسامح والفراغ الوجودي بين القياسين البعدي والتتبعي. الكلمات المفتاحية: العلاج الوجودي، التسامح، الفراغ الوجودي، المتأخرات في الانجاب.

Abstract

The effectiveness of a counseling program based on existential therapy in developing tolerance and reducing Existential Vacuum among women of late childbearing

By: Ayat Al-Mobaidin

Mutah University, 2020

The current study examined the effectiveness of a counseling program based on existential treatment in developing tolerance and reducing the Existential Vacuum among women of late childbearing, and in order to achieve the objectives of the study, an available sample was selected (18) married late in childbearing between one to ten years and the sample was divided into two experimental groups (9). Married late women who were subjected to the counseling program based on existential treatment, and (9) late married women within the control group were not applied to them with any guidance intervention, and two measures were developed, namely the tolerance scale and the Existential Vacuum scale, and the psychometric properties of the two scales were verified, the results of the study concluded that the effectiveness of The indicative program in developing tolerance and reducing the Existential Vacuum among the members of the experimental group compared with the control group, and the absence of statistically significant differences among the members of the experimental group in tolerance and the Existential Vacuum between the post and tracer measurements.

Key words: existential therapy, tolerance, Existential Vacuum, delayed childbearing.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
أ	الإهداء
ب	الشكر والتقدير
ج	فهرس المحتويات
هـ	قائمة الجداول
و	قائمة الملاحق
ز	الملخص باللغة العربية
ح	الملخص باللغة الإنجليزية
1	الفصل الأول: خلفية الدراسة وأهميتها
1	1.1 المقدمة
4	2.1 مشكلة الدراسة
6	3.1 أسئلة الدراسة
7	4.1 أهداف الدراسة
7	5.1 أهمية الدراسة
8	6.1 التعريفات المفاهيمية والاجرائية
9	7.1 حدود الدراسة
10	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
10	1.2 الإطار النظري
32	2.2 الدراسات السابقة
41	3.2 التعقيب على الدراسات السابقة
43	الفصل الثالث: المنهجية والتصميم
43	1.3 منهجية الدراسة
43	2.3 مجتمع الدراسة
43	3.3 عينة الدراسة
44	4.3 مقاييس الدراسة

الصفحة	المحتوى
56	5.3 تصميم الدراسة
56	6.3 إجراءات الدراسة
59	7.3 متغيرات الدراسة
59	8.3 المعالجة الإحصائية
60	الفصل الرابع: عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات
60	1.4 عرض النتائج ومناقشتها
67	2.4 التوصيات
68	المراجع
79	الملاحق

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 المقدمة :

إن اهتمام الإنسان بمسألة الإنجاب والتكاثر قد برز منذ بواكير البشرية وذلك لاعتبارات ودوافع مختلفة تنصدرها دوافع فطرية وغريزية لإشباع عاطفة الأمومة والأبوة، واستمرارية الجنس البشري وتجديد عناصره، ولدوافع نفسية واجتماعية واقتصادية وثقافية مختلفة، تتعلق بضمان شيخوخة الأبوين ولما يحقوه الأطفال من عوائد ومنافع مادية، ولدوافع تتعلق بالاعتزاز والتفاخر والشعور بالزهو بوجودهم

ان مسألة الانجاب قضية حيوية في المجتمع حيث يشكل تأخر الانجاب واحداً من اعمق اوجه المعاناة الانسانية وأصعبها على الاطلاق، فالإنجاب هو استمرار لحياة الزوجين كما نجد انه نتيجة للضغوطات النفسية ونمط الحياة الذي تعيشه وتقلبات الحياة والصراعات والتوترات قد زادت حدة انتشار تأخر الانجاب فنجد انها احياناً تعود لأسباب معروفة عضوياً ولربما لأسباب نفسية او كلاهما (على، 2017)

فتأخر الانجاب يقف في وجه طبيعة المرأة وإشباعها لغريزتها ويشعرها بالنقص والخوف من فقدان حياتها الزوجية وقد يؤدي الى طلاقها، وهو يحول دون شعورها بالتوافق مع دورها، مما يترتب عليه ظهور بعض الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والحساسية الزائدة بسبب شعورها المتزايد بالإحباط والحرمان والحسرة وتوتر الاعصاب، وتدخل الالهل في موضوع الانجاب، وما يصاحبه من مشاعر الاسى والاكتئاب (السواد وعلى، 2012)

هذا وتظهر لدى السيدات غير المنجبات اعراض نفسية تتعدى اعراض الاكتئاب لتشمل النظرة السلبية للذات والشعور بالدونية، وعدم القيمة وقلة مهارات ادارة الذات ومشاعر الغضب وسرعة الاستثارة والتوتر، والضغط النفسية وقلة الاستمتاع بالحياة، وتذبذب الحالة المزاجية والعزلة الاجتماعية (حمدونة، 2017)

وعلى الرغم من حساسية ظاهرة تأخر الانجاب وعمق انعكاسها على مواقف الافراد واستجاباتهم النفسية والصحية، إلا ان اغلب الجهود التي بذلت بهذا الاطار لم تتعرض لهذه الوقائع الحيوية بشكل مفصل في المجتمع العربي المحبذ لعمليات

الخصب والإنجاب والتي لا تزال ترهن مكانة المرأة الاجتماعية بإنجازها الإنجابي لما تشكله من تامين اجتماعي لها واداة ثمينة لإثبات هويتها واكتساب الاحترام داخل نطاق مجتمعا (المحروقية، 2015)

ويعبر عن التسامح بأنه مكون معرفي وجداني سلوكي نحو الذات والآخرين والمواقف، متمثلاً في مجموعة من المعارف والمعتقدات والمبادئ والمشاعر والسلوكيات التي تدفع صاحبها للتصالح مع ذاته ومع الآخرين، وتجعله متصفاً بالتسامح في مواقف الحياة المختلفة (شقيير، 2012)

وتحمل دلالة مفهوم التسامح في اللغة العربية في مضمونها المنّة والكرم، وتشير إلى وجود فارق أخلاقي بين طرفي التسامح فليس هناك مساواة بين التسامح (بالكسر) والمتسامح معه (بالفتح) بل أن هناك يداً عليا واهبة، ويدياً سفلى متلقية، والتسامح مقتضى المن والكرم دائماً (الغريايوي، 2004) ولا سيما بالنظر إلى معاني ودلالات التسامح في لسان العرب، ومختار الصحاح حيث جاءت: سمح من السماح والسماحة والمسامحة والتسميح وتعنى الجود، وأسمح إذا جاد وأعطى بكرم وسخاء، وسمح له؛ أي أعطاه وسمح من باب صار سمحا (بسكون الميم) وقوم سمحاء بوزن فقهاء وامرأة سمحة ونسوة سمحاء (الرازي، 2000).

إن التسامح أمراً جوهريا في العالم الحديث، وأكثر منه في أي وقت مضى، وأصبح نشر ثقافة التسامح علي المستوى الدولي أمراً ضروريا وجوهريا تضطلع به منظمة اليونسكو (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة، 2008).

وهناك من العلماء النفسيين من حاول وضع محكات لتعريف التسامح كمفهوم نفسي فاستخدم كل من "بولكسي" (Polsky) ، و"فريدمان" (Friedman) سبعة محكات أساسية عند تعريفها للتسامح جاءت كالتالي: التحول الحادث في إدراك المساء إليه وفي رؤيته لفعل الإساءة في معتقداته واتجاهاته وانفعالاته، والتحول في التمكن الذاتي Self-Empowerment، والمسئولية الذاتية Self-Responsibility، وفي الاختيارات والقرارات والأهداف، والتحول من الوعي المزدوج Duality Consciousness ووعي المساء إليه بذاته ومن أساء إليه وبذاته)، وتحول في إدراك الخصال الأساسية للمساء إليه. (Sastre, et al., 2003) من هنا كانت هذه

المحاكات سبباً في انقسام الباحثين المهتمين بتحديد معنى التسامح أو ماهيته إلى فريقين: الفريق الأول: يرى أن التسامح يعني "تخلي المساء إليه عن حقه في الانتقام ممن أساء إليه، والتغلب على الأشياء والمرارة والغضب والغضب. (Barbee، 2008)

أما أنصار الاتجاه الآخر فقد نظروا إلى التسامح على أنه لا يتضمن فقط خفض الانفعالات أو الأفكار والسلوكيات السلبية تجاه المسيء ولكنه يتضمن أيضاً حدوث تغيرات إيجابية لدى المساء إليه تجاه من أساء في حقه: ولهذا جاء تعريف التسامح وفقاً لهذا الاتجاه بأنه: "تغير دافعي يحدث لدى المساء إليه تجاه من أساء في حقه -أو المسيء- ينعكس في رغبة المساء إليه في تنازله أو تخليه عن حقه في الانفعال أو الغضب منه، أو الغيظ، وإصدار الأحكام السلبية تجاه من سبب له الأذى الجائر، وإبدائه كل أشكال الحنو والشفقة والخيرية. (Orth, et al، 2004)

ويساعد التسامح المتأخرات في الإنجاب بالتخلص من المشاعر السلبية كالغضب والحزن واللوم والألم، ويفتح باب القلب لتدفق المشاعر الايجابية كالحب والرحمة والتعاطف والمرح والوئام والأمن والأمل والسعادة، فيحقق الشعور بالسلام الداخلي للإنسان ليصل به الى مرحلة التصالح النفسي، وإتاحة الفرصة للكشف عن نقاء قلبه لممارسة الاحساس الحقيقي بالحب (عصفور، 2017)

ان التسامح يشمل على الانماط السلوكية البناءة والانفعالات الايجابية، وبغض النظر عن الكيفية التي يعرف بها التسامح او الدلالة اللفظية لمفهوم التسامح فقد تبين ان للتسامح تأثيرات ايجابية على الفرد تتمثل في زيادة الثقة والعلاقات الايجابية بين الافراد، وتحسين الصحة النفسية والجسمية وتقليل الوجدان السالب، وزيادة الوجدان الموجب، في حين يتصف الافراد الاقل تسامحاً بالقلق والاعراض العصبية (المنشأوي، 2015)

يعد الوعي بالانفعالات والمشاعر دليلاً على الكفاءة الوجدانية والاجتماعية والمهنية للفرد. والتعبير عن الانفعالات هو شكل من أشكال السلوك المميز للفرد الذي يمكن من خلاله الحكم على شخصيته وقدرته على التواصل مع من حوله، والتأثير بهم وجذب انتباههم والتعاطف معهم (داود، 2016)

وترى الباحثة انه قد يظهر على النساء المتأخرات في الانجاب مشكلات الشعور بالارتباك كرد فعل لانفعالات الاخرين مع وجود صعوبة في القدرة على التحدث عن مشاعرهن الخاصة بالإضافة الى الانسحاب الاجتماعي وقد يظهر القصور في المهارات الاجتماعية الذي يؤدي الى التوتر والقلق وفقدان الدافعية.

فالإحساس بالفراغ الوجودي وفقدان معنى الحياة، قد يجلب على الفرد مزيداً من المعاناة والاضطرابات النفسية، اذ يكون الفرد في هذه الحالة ضحية لليأس والإحباط وللإمبالاة، وذلك لاعتقاده بان حياته خاوية فارغة من أي معنى او قيمه، ولافتقاده ما يكافح او يعيش من اجله في الحياة، وعلية ؛ فان الفراغ الوجودي نتيجة خواء المعنى وفقدان الهدف في الحياة (فرانكل، 1982)

ان الفراغ الوجودي يحدث عندما تعاق لدى المرأة ارادة المعنى بسبب الظروف البيئية القاسية المحيطة بها، مما يؤدي بها الى الشعور بان الحياة قد فقدت معانيها من حولها حيث لا يبدو لديها أي هدف واضح في الحياة تسعى الى تحقيقه، بل تصبح الحياة عديمة ومملة فتعتقد ان وجودها لا معنى له (الكنانى، 2012)

يعد الفراغ الوجودي ظاهرة واسعة الانتشار في عالم اليوم حتى أن بعضهم عبر عنها بعصاب العصر، وتمثل هذه الظاهرة بخليط من مشاعر الخواء والفراغ والسأم والملل والعجز واللاجدوى التي تنتاب الانسان، غير إن الفراغ الوجودي يعد من المفاهيم السيكولوجية الأساسية والمهمة التي أشار إليها الوجوديون. (البرزنجي، 2015)

ومن هنا جاءت هذه الدراسة لتقديم تصورا لفعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب.

2.1 مشكلة الدراسة:

تتأثر النساء المتأخرات في الانجاب بالعديد من العوامل الاجتماعية والثقافية والعقائدية، التي تمتاز بها المجتمعات الشرقية عموماً والعربية خصوصاً التي تنظر للزواج على انه السبيل الوحيد لاستمرارية الجنس البشري، مما تتسبب تلك الضغوط والممارسات على المتأخرات في الانجاب بظهور معاناة نفسية .

حيث يظهر على النساء المتأخرات في الانجاب عدم القدرة على تحديد الانفعالات والمشاعر، بحيث يجدن صعوبة في تحديد ووصف مشاعرهن الشخصية، كما يجدن صعوبة في تحديد الانفعالات للآخرين، حيث تتصف النساء المتأخرات في الانجاب بقصور في القدرة على التعاطف مع الآخرين، مما يؤدي إلى محدودية العلاقات الاجتماعية وزيادة الضغوط النفسية، والافتقار إلى الاستمتاع بالحياة. (حمدونة، 2017)

حيث تشعر النساء المتأخرات في الانجاب بفقدان معنى الحياة، قد يجلب لديهن مزيداً من المعاناة والاضطرابات النفسية، اذ تكون النساء المتأخرات في الانجاب في هذه الحالة ضحية لليأس والإحباط واللامبالاة، وذلك لاعتقادهن بان حياتهن خاوية فارغة من اي معنى او قيمة، ولافتقادهن ما يكافح او يعيش من اجله في الحياة . (علي، 2017)

وتبين المسوحات الأردنية المتخصصة في موضوع السكان والصحة الأسرية، وجود ارتفاع في النساء المتأخرات في الانجاب، حيث بلغت هذه النسبة 8.8% في سنة 2002، و9.1% في سنة 2007 و14.1% في سنة 2009، وعلى الرغم من حساسية هذه الجوانب وأهميتها في تشكيل مواقف الأفراد وتصوراتهم حول مسألة سلوكهم الإنجابي، إلا أن أغلب الجهود التي بذلت بهذا الخصوص، لم تتعرض إلى هذه الأبعاد بشكل مفصل، خاصة في مجتمعنا الأردني الذي يتميز بهيكله الاجتماعية المحافظة المتوارثة، وقيمته الدينية الراسخة والعميقة، المحبذة لعمليات التكاثر والإنجاب، وهذا بحد ذاته يعتبر مشكلة تستحق تسليط الضوء عليها ودراستها.

وبعد رجوع الباحثة للعديد من الدراسات والادبيات السابقة التي تخوض في موضوع تأخر الانجاب كدراسة كل من كرادشة والمحروقية (2016) التي خلصت إلى بروز مجموعة من الآثار النفسية والصحية على السيدات اللاتي يعانين من تأخر وصولهن لمرحلة الأمومة البيولوجية، كظهور بعض مظاهر القلق، وكثافة المشاعر السلبية جراء ذلك، وانخفاض تقدير الذات، وفرط الحساسية تجاه الآخرين وبروز بعض الامراض المزمنة لديهن. كما اجرى حمدونة (2017) دراسة أشارت إلى وجود انعكاسات نفسية مرضية للعقم من خلال وجود فروق دالة إحصائية في جميع أبعاد

والدرجة الكلية لمقياس اضطرابات الصحة النفسية بين الزوجات غير المنجبات وبين الزوجات المنجبات وكانت الفروق في صالح الزوجات غير المنجبات، ابضاً أجرى طلاقي (2016) الدراسة وتوصلت إلى وجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس التفهم الوجداني والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل.

وبرغم من وجود العديد من الاعراض النفسية التي تناولتها الدراسات السابقة الا ان الباحثة وجدت قصور في ادبيات الصحة النفسية المرتبطة بالنساء المتأخرات في الانجاب، بحيث لم تجد الباحثة اي دراسة تتناول كل من (التسامح، الفراغ الوجودي) تهتم بالنساء المتأخرات في الانجاب على الرغم من اهمية تلك المواضيع التي تعمل على تحسين القدرة تحديد الانفعالات والمشاعر والإحساس بمعنى الحياة، كما لم تجد الباحثة أي دراسة تناولت النساء المتأخرات بالإنجاب في البيئة الاردنية .

كما شعرت الباحثة بمشكلة الدراسة من خلال خبرتها مع النساء المتأخرات بالإنجاب اللواتي يرتدن لجمعية اتحاد المرأة الاردني، التي تعمل فيه كمتطوعة والتي لاحظت عليهن وجود عدم معنى للحياة.

ومن هنا جاءت هذه الدراسة لإعطاء مؤشرات بالأرقام المجردة لقيم فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح والفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب.

3.1 أسئلة الدراسة:

تجيب الدراسة على التساؤلات التالية :

1. هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط استجابات افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس التسامح تعزى للبرنامج ؟

2. هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط استجابات افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس الفراغ الوجودي تعزى للبرنامج ؟

3. هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط استجابات افراد المجموعة التجريبية في مستوى التسامح والفراغ الوجودي في القياسين البعدي والتتبعي تعزى للبرنامج؟

4.1 أهداف الدراسة :

تهدف هذه الدراسة للتعرف إلى :

1. التعرف على وجود فروق بين متوسط استجابات افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس التسامح تعزى للبرنامج ؟
2. التعرف على وجود فروق بين متوسط استجابات افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس الفراغ الوجودي تعزى للبرنامج ؟
3. التعرف على وجود فروق بين متوسط استجابات افراد المجموعة التجريبية في مستوى التسامح والفراغ الوجودي في القياسين البعدي والتتبعي تعزى للبرنامج؟

5.1 أهمية الدراسة:

تتبع أهمية هذه الدراسة في جانبين اساسيين:

أولاً: الأهمية النظرية

تتبع أهمية الدراسة من أهمية المتغيرات التي تتناولها (التسامح والفراغ الوجودي) حيث تسعى لدراسة فعالية برنامج ارشادي علاجي وجودي لتنمية التسامح وتخفيض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الإنجاب، كما تتبع أهمية هذه الدراسة من أهمية الفئة المنوي دراستها حيث يعد عدم الإنجاب في حد ذاته حالة مستمرة من الضغط النفسي الذي قد يولد بدوره معاناة نفسية حقيقية قد تصل إلى حد الاضطراب النفسي في كثير من الأحيان، ومما لا شك فيه بأن الحالة النفسية غير المستقرة للزوجة قد تجعل مسألة الإنجاب أكثر تعقيداً وقد تعوق فاعلية التدخلات الطبية الأخرى بهدف الإنجاب .

كما إنها تقدم توجيهات ومقترحات مبنية على أسس علمية تسهم في إثراء المكتبة العربية في مجال من مجالات الارشاد والصحة النفسية.

ثانيا: الاهمية التطبيقية

تنبثق بأنها توفر إمكانية التعرف على فعالية البرنامج الارشادي الوجودي، وبيان الجوانب التي يمكن من خلالها المساهمة تنمية التسامح والفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب .

كما تقدم هذه الدراسة توجيهها لاهتمام النساء المتأخرات في الانجاب واستخدام البيانات والمعلومات والنتائج التي تخرج من هذه الدراسة، في تنمية التسامح و خفض الفراغ الوجودي لديهن

6.1 التعريفات المفاهيمية والإجرائية:

تضمنت الدراسة الحالية المصطلحات التالية:

التسامح:

هو تعديل ادراكات الفرد السلبية المتعلقة بفعل الاساءة وإعادة صياغتها بحيث تتحول الادراكات السلبية الى ايجابية (Cradell، 2008)

*ومن الناحية الإجرائية يعرف التسامح بأنه: الدرجة التي تحصل عليها النساء المتأخرات في الانجاب في المقياس المطور للدراسة.

الفراغ الوجودي:

عدم القدرة على إيجاد أو خلق معنى في الحياة، مما يؤدي إلى مشاعر الفراغ، والعزلة، والعقم، واللاهدف. لقد اعتبر معظم الوجوديين أن عدم المعنى هو الأعراض الجوهرية أو مرض العصر الحديث (APA، 2007).

*ومن الناحية الإجرائية يعرف الفراغ الوجودي بأنه: الدرجة التي تحصل عليها النساء المتأخرات في الانجاب في المقياس المطور للدراسة.

التأخرات في الانجاب:

عدم القدرة على الحمل بعد مرور سنة كاملة أو أكثر من العلاقة الزوجية المنتظمة لدى السيدات في المدى العمري من 20-45 سنة. (kara & Simony, 2020)

من الناحية الاجرائية: هن مجموعة من النساء اللواتي تأخرن في الانجاب بعد سنة إلى عشر سنوات من الزواج المستمر وغير المتقطع ويبلغن من العمر بين 20-45 سنة، ويعشن في محافظة الكرك.

7.1 حدود الدراسة:

تحدد نتائج الدراسة الحالية بالمحددات التالية:

- الحدود البشرية : اقتصرت هذه الدراسة النساء المتأخرات في الانجاب المرتادات لاتحاد المرأة الاردني.
- الحدود الزمنية : تم جميع البيانات المرتبطة بالدراسة في نهاية عام 2019م
- الحدود الجغرافية : تم تطبيق هذه الدراسة في محافظة الكرك في المملكة الأردنية الهاشمية.
- محددات الدراسة: تتحدد الدراسة باستجابات أفراد العينة على المقاييس المطورة.

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الاطار النظري

المتأخرات في الإنجاب:

إن ظاهرة الخصوبة في المجتمع هي عملية معقدة ومتشابكة يرتبط بها بقاء المجتمع البشري، ولقد شغلت هذه الظاهرة حيزا كبيرا من الدراسات الاجتماعية والنفسية، ونظرا لكون الخصوبة من العناصر المهمة في المتغيرات السكانية والاجتماعية والنفسية والاقتصادية ولما لها من تأثير على نمو الطاقة الإنتاجية والحد من انطلاقتها وتوسعها، فمن المؤكد أن البحث في الجانب النفسي المرتبط بها يعد أمرا في غاية الأهمية.

ومما لا شك فيه أن عدم الإنجاب أو التأخر بالإنجاب له تأثيرات سلبية متعددة على الزوجين وحياتهما الأسرية، وخاصة فيما يتعلق بالمرأة والذي يعد أمرا مهما لاستكمال إحساسها بنسجها الأنثوي والنفسي والاجتماعي (Galhardo. , Cunha,) (& Pinto, 2013).

وعندما تعجز الأسرة عن القيام بأحد وظائفها والتي تتعلق بالوظيفة البيولوجية (الإنجاب) كعدم القدرة من جانب احد الزوجين أو كليهما على إنجاب الأطفال أو تأخر إنجابهم، فإن هذا يؤدي إلى بداية ظهور العديد من المشكلات الأسرية والتي قد ينتج عنها مشكلات نفسية واجتماعية تؤثر على الرابطة الزوجية (عيسوي، 2011).

ووفقا لما صدر عن مركز البحوث والتنمية والتدريب على البحوث في مجال الإنجاب البشري التابع لمنظمة الصحة العالمية ما يلي: رغم أنه من المحتمل أن يكون سبب العقم من الذكور وبنسبة 50 % من حالات فشل الحمل، إلا أن العبء الاجتماعي يقع على نحو غير متناسب على المرأة، فعندما لا يكون الزوجان قادرين على الإنجاب، يجوز للرجل طلاق زوجته أو الزواج بأخرى، إذا كانوا يعيشون في ثقافة تسمح بتعدد الزوجات، وفي العديد من الثقافات تعاني السيدات اللواتي ليس لديهن أطفال من التمييز والنبذ ووصمة العار، ويعتبر الكثير من السيدات المصابات

بالعقم في البلدان النامية أن الحياة دون إنجاب الأطفال تخلو من الأمل (منظمة الصحة العالمية، 2010).

وهناك العديد من العوامل النفسية التي تسهم في تأخر الإنجاب ومنها عدم التوافق الزوجي، وما يفرزه ذلك من تبعات سلبية على العلاقات الزوجية من صراع وشجار يؤثر على التوازن الأسري، كما أنه من الأسباب النفسية الأخرى شخصية المرأة المسترجلة التي ترفض بطريقة واعية أو غير واعية الدور الأنثوي وهذه الشخصية لديها صراعات كثيرة حول دورها كأنثى، ومن الأسباب أيضا البرود الجنسي الذي يصاحبه نشاط هرموني ضعيف، وتشمل الأسباب النفسية كذلك وجود رغبات متناقضة في الحمل، فقد ترغب الزوجة في إشباع الدافع الفطري لديها في أن تكون أمًا، وترفض في الوقت نفسه لشعورها بعدم السعادة الزوجية، كذلك يعد شدة التعلق بالإنجاب من الأسباب الأخرى التي قد تعوق الحمل عند الزوجة فالرغبة الجامحة في حدوث الحمل، ربما يؤدي إلى نزول البويضات قبل نضوجها، والصدمات الانفعالية المتكررة قد تؤثر على الغشاء المبطن للرحم، وتؤدي إلى انقباضات كثيرة وغير منتظمة في الأبواق والأنابيب والرحم (القشعان والبشر، 2010).

التسامح :

يعد التسامح واحدا من المفاهيم الانسانية الايجابية الذي شق طريقة الى رحاب تاريخ الانسانية فأضفى عليها المزيد من السلام في هذا العالم المليء بالمنغصات فهو كغيره من المفاهيم التي جرى عليها الكثير من التراكمات المعرفية، وتخلله الكثير من التجاذبات من مختلف التوجهات والايديولوجيات (شقير، 2012)

يعرف التسامح بأنه " البعد عن اي تصنيفات او تقسيمات تجعل الفرد يتخذ موقفاً مناهضاً تجاه جماعة ما والتسامح هو التزام الحيادية والتعامل المرن مع كافة افراد المجتمع بمساواة (Brewer, 2010)

ومن أبرز التعاريف الشاملة لمفهوم التسامح هو ما ذهبت إليه منظمة اليونسكو (UNESCO, 1995) من أن التسامح عبارة عن الاحترام والقبول للتنوع الثري لثقافات عالمنا وأشكال التعبير وللصفات الإنسانية لدينا، ويتعزز هذا التسامح بالمعرفة والانفتاح والتواصل وحرية الفكر والضمير والمعتقد. ويعتبر التسامح حالة من الوئام في

سياق الاختلاف، وهو ليس واجبا أخلاقيا فحسب وإنما هو واجب سياسي وقانوني أيضا.

ويعرف التسامح tolerance في موسوعة علم النفس ايزنك (eysenk, 1972) على أنه الاتجاهات الاجتماعية والسلوكية التي تقوم على احترام حرية الرأي. وتشير أوين واطسن (Watson, 1976) إلى أن التسامح يحدد بيولوجيا بقدرة الكائن الحي أن يتعايش تحت الظروف الصعبة مثل درجة الحرارة والبرد والجفاف... الخ. بينما يعرف طبيبا بقدرة الفرد على تحمل العقار، ويتحدد نفسيا واجتماعيا بقدرة الفرد على التعايش والتكيف مع العقائد والأفكار المتباينة.

وبشير اكانوف (Agaonov) إلى تعريف (Vogt, 1997) للتسامح والذي يرى بأنه عبارة عن الضبط الذاتي للعواطف والانفعالات تجاه شيء ما قد يختلف عليه الفرد، أو يعترض عليه، أو يعتبره مصدر خطر أو يحمل اتجاهات سلبية نحوه وذلك بهدف المحافظة على بقاء جماعة اجتماعية أو سياسية واستمرار الانسجام بين أفرادها. فقد عرفه "شينه" (Sinha, 2008) بأنه: الانصراف الذهني والعقلي للفرد عن الانفعالات والأفكار والسلوكيات السلبية تجاه من أساء إليه. على حين عرف كرانдал (Crandell, 2008) التسامح بأنه: تعديل إدراكات الفرد السلبية المتعلقة بفعل الإساءة وإعادة صياغتها بحيث تتحول الإدراكات السلبية إلى إيجابية: حيث تتضمن تلك الإدراكات السلبية استجابة المساء إليه تجاه من أساء في حقه، كذا تجاه فعل الإساءة ذاته، والعواقب المترتبة على هذا الفعل: حيث قد ينظر المساء إليه لفعل الإساءة على أنه حادث قذري، أو كارثة طبيعية أو ابتلاء.

ويحصر جملة من العلماء التسامح في جزئية واحدة وهي قبول واحترام الاختلاف الذي يتصف به الآخر، ومن هؤلاء (السيقلي، 2012) والذي يرى أن التسامح عبارة عن "قبول اختلاف الآخرين أو عدم منع الآخرين من أن يكونوا آخرين أو إكراههم على التخلي عن آخرتهم". وفي نفس الإطار يعرف (Janmaat, & Mo ns, 2011) التسامح على أنه قبول واحترام أفراد من خلفيات ثقافية مختلفة. ويرى ولسون (Wilson, 1991) كذلك أن التسامح عبارة عن مدى

استعداد الفرد للاعتراف بالحقوق المدنية للأشخاص الذين يحملون أفكار دينية أو سياسية قد تكون مختلفة أو شاذة نوع ما.

وتؤكد دراسة ساهين Sahin (2004) إلى أن مفهوم التسامح من المفاهيم المهمة التي ينبغي إنمائها في المجتمع المدني الحديث حيث زادت الاختلافات بين الأفراد وذلك لاختلاف الأطر الخلقية والأيدولوجية مما أدى إلى وجود صراعات وضغوط بين الأفراد. وذلك نحن في حاجة ماسة إلى تنمية التسامح بين الأفراد. حيث إن التسامح يساهم في رفع مستوى الصحة النفسية والجسمية للفرد ويزيد من شعوره بالسعادة ورفع الروح المعنوية (Martin, 2008).

وينقسم التسامح إلى التسامح كسمة (كنزعة) والتسامح كحالة (كموقف) فالأولى تعبر عن نزعة عامة ثابتة عبر مختلف المواقف وأنه سمة أصلية لدى الفرد فهو يتسامح غالبا في كل المواقف والظروف، وقد يرجع ذلك إلى ظروف التنشئة الاجتماعية أو إلى ارتباطه بالله سبحانه وتعالى، فهو يحتسب قراره بالتسامح عند الله (مرزوق، 2000)، أما التسامح كحالة فإن التسامح يرتبط بالموقف وشدة ودرجة الإساءة التي حدثت وهل يمكن استبدال الموقف الذي فيه الإساءة، أو تعويضه، أو مدى أهمية الموقف المسيء بالنسبة له (Nir, 2009).

ولهذا يساهم التسامح في إعادة بناء بيئة آمنة، وإنهاء العدائية بين الأفراد بعضهم البعض، ويزيد من رفاهية المتسامح بتدعيم الرغبة لديه في الإيثار بهدف تدعيم الأمن والسلام والبعد عن الخصومة والمجافة بينه وبين من أساء إليه. (Belicki, et al, 2004).

وتشير نتائج بعض الدراسات أن التسامح يتضمن مجموعة من المشاعر والمعلومات والمعارف والسلوكيات التي تدفع الفرد للتصالح وتسوية النزاعات والخلافات مع الآخرين، كما يرتبط ببعض العوامل الشخصية حيث يرتبط إيجابيا بالتناغم أو الطيبة Agree balance، حرية العقل، مرونة التفكير، تفتح الذهن (Open mindless)، والانفتاح (Opinion)، يقظة الضمير Conscientiousness، الخبرة، المعرفة، سعة الأفق broad، تحمل الغموض وسلبيا بالتسلطية والعصابية، والدوجماتية، الغموض (Wagner Brooks, 2005).

إن التسامح قيمة أخلاقية ودينية لا يمكن فهمهما بعيداً عن مفهوم المحبة والإخاء. وقيمة سياسية تقبل بالحجة والاختلاف، وقيمة حقوقية تدعو لعدم التمييز والعنصرية وتحقق الحقوق والواجبات في إطار المواطنة (محسن، 2003).

ويرى بعض العلماء أنه لا توجد أسباب محددة تفسر ظاهرة تزايد عدم التسامح بين أفراد وفئات المجتمع، إلا أنهم يروون بان هناك عاملين رئيسيين قد يلعبان دوراً في تبني الفرد لمشاعر غير متسامحة تجاه بعض الأفراد أو الجماعات. أولهما الانطباع المجتمعي (Stereotype) الذي يتعرض له الفرد من الوسط الاجتماعي المحيط به وانعكاسات ذلك على معتقداته وأفكارها. وثانيهما ازدياد وتيرة التنوع وعدم الانسجام بين فئات المجتمع الواحد نتيجة لموجات المهاجرين والتطور التكنولوجي والعلمي وغيرها (Gehrig, 1991).

ولهذا فقد كان التسامح الحقيقي يشكل عملية حقيقة تُحدث تحولاً لدى كل من المساء إليه والمسيء، في حين كان التسامح السطحي يتم التعبير عنه سلوكياً استجابة للضغوط الثقافية والسياسية ومجاراة للأعراف الاجتماعية؛ ولهذا لا يستغرق من يعايشه في العمليات المعرفية والوجدانية التي تستثير حدوث التسامح الحقيقي لديه. (Teneboim, 2009)

وقد ميز "ستوب" (Staub) بين نمطين من التسامح: التسامح الحقيقي Genuine Forgiveness، والتسامح السطحي Superficial Forgiveness. حيث يختص التسامح الحقيقي بالمكونين المعرفي والوجداني؛ حيث يُحدث تغييراً حقيقياً في أفكار المساء إليه ومشاعره تجاه المسيء؛ حيث ينصرف المساء إليه ذهنياً طواعية عن حقه في الانتقام من المسيء، ويتخلى عن مشاعر الغضب والغیظ والاستياء ويمنحه الرحمة والمودة (أنور وعبد الصادق، 2010).

وهناك أنماط أخرى من التسامح منها: التسامح المقصود Intentional Forgiveness: فيه يقرر المساء إليه أن يتسامح مع من أساء في حقه، ويعمل بجدية على إضعاف مشاعره السلبية تجاهه، ويشبه هذا النمط من التسامح ما أطلق عليه "اكسلين" التسامح المبني على قرار، والتسامح الأحادي Unilateral Forgiveness؛ حيث يختار المساء إليه أن يسامح من أساء إليه بغض النظر عما

إذا كان المسيء يشاركه هذه العملية أم لا أي شعور المسيء بالأسى والندم والخزي عما فعل في حق من أساء إليه، والتسامح المتبادل Mutual Forgiveness: ويشير إلى مجموعة من السلوكيات الأخلاقية التي يقوم بها كل من المسيء والمساء إليه تتضمن الاعتراف بالخطأ، وإبداء الندم من جانب المسيء والتسامح من جانب المساء إليه؛ حيث يتخلى عن حقه في إيقاع الأذى بمن أساء إليه، وبذلك يتمكن معا من استعادة علاقتهما. (Barbee, 2008)

ويرى ساستر وفيسونا وناتو وجيرات ومولت (Sastre, Vensonneau ,)

(Neto., Girard & Mullet, 2003) أن هناك مظاهر أساسية للتسامح هي:

الاستياء المستمر : ويتمثل في صعوبة التخلص من حالة عدم التسامح بالانتقام من المسيء أو مسامحته مثلا، أو اختيار أية أشكال أخرى من السلوك. الحساسية للأحداث: وتظهر في تأثر المساء إليه، للضغط الذي يمارسه الآخرون عليه للتسامح مع المسيء إليه، أو عدم مسامحته، أو الاستجابة لاعتذاره له. ميل عام للتسامح أو للتأثر والانتقام من المسيء.

ومن مبادئ التسامح ما يلي:

1. إن التسامح على المستوى الإنساني، يتجلى في القدرة على قبول الآخر المختلف واحترامه، ومحاورته وقبوله والاعتراف به، وعدم تنميته أو ازدراءه، وأنه يشير إلى ثقة الذات بنفسه، وإدراكها لهويتها، وما يتحلى به من ميزات وخصائص.

2. إن التسامح في أبعاده الكبرى، يقوم على حق الاختلاف، وإدراك معاني التعددية والإيمان بالعلاقات المتوازنة بين الأفراد والجماعات، وأن الاختلاف لا ينبغي أن يقود إلى الصراع.

3. إن قراءة الآخر، واكتشاف ما يمتلكه من رؤى تمثل قانوناً مهماً في العلاقات الحضارية، وتنطوي في جوهرها على الإيمان بحق الاختلاف الذي يؤمن بالمشارك الإنساني، ويحترم التعددية في الهويات والثقافات.

4. إن التسامح روح حضاري، جوهره العدالة، وقوامه الرحمة، وأساسه الحوار.

5. إن الذات لا يكتمل تبلورها إلا في مرايا الآخر.

6. إن الحوار هو صوت العقل، وأن أي أصوات أخرى ترفضه، إنما تستمد بلاغتها من أجواء الصراع والعنف والتعصب والعدوان (الشيخ، 2003).

النظريات المفسرة للتسامح:

1) الاتجاه السلوكي:

يعتقد اصحاب المنحنى السلوكي ان التسامح الاجتماعي يكتسب من خلال عمليات الاشراف والتعزيز والملاحظة فهو يتم من خلال تعلم الانماط المتاحة في المجتمع سواء بالتعزيز او التنشيط الاجتماعي ويكتسب تماما مثلما يكتسب الفرد من مجتمعه التعصب والاستجابات السلوكية بشتى اشكالها، اذ انها تنتقل بين الافراد كجزء من المحصلة الكبرى لمعايير الثقافة، فالتسامح جزء من السلوك الاجتماعي او معيارا ثقافياً ينتقل للفرد من خلال التنشئة الاجتماعية، فالطفل يكتسب مثل هذه المعايير ويستجيب لها لكي يشعر بالقبول من المحيطين به وبهذا الشكل تنتقل المعايير الثقافية داخل ابناء المجتمع الواحد (الحصناوي وعيدي، 2010)

2) نظرية التعلم بالملاحظة:

قدم باندورا ووالترز لهذه النظرية ومفادها ان الافراد ذوي التسامح العالي لديهم علاقة حميمة مع الوالدين فعندما يكون الوالدان دافئين ومشجعين ويظهرون التسامح في سلوكهما فان الطفل يقلد هذا السلوك، وهذا ما يطلق عليه التعلم بالملاحظة او التعلم من خلال الخبرة المباشرة ويقصد بهم ايراه الفرد من سلوك ويحاكيه وذلك ما يعزز اهمية دور التنشئة الاجتماعية في اكساب الافراد التسامح. بالإضافة الى ذلك فان الفرد ينتقل من مرحلة المحاكاة الى الانتقاء ويعنى بها انتقاء الفرد لما هو محبب ومقبول ونبذ ما دون ذلك، فكلما تم تعزيز الفرد في حال اظهاره لسلوك متسامح فان هذا الشخص سيميل في ما بعد الى اظهار هذا السلوك ومن ثم تبنيه كسلوك اساسي (Bandura, 1971).

3) الاشراف في تفسير التسامح :

يرى ستانس ان سلوك الفرد والاتجاهات التي يتبعها مرهونة بمشاعره او بخبرة وجدانية خلفتها تلك الاتجاهات والسلوكيات لديه، اذا فان الفرد الذي ينتمي لجماعة تعزز لديه مفهوم التسامح يميل لإتباع التسامح والاتجاهات الايجابية اثر التعزيز الناتج

عن تصرفه بهذا الاسلوب، والعكس صحيح فإذا ما تلقى الفرد رد فعل محبط على غرار اظهاره تسامحاً في جماعة ما تجاه جماعة اخر فان الخبرة الوجودية التي سيمر بها ستجعله يحجم عن تبني مثل هذه السلوكيات والاتجاهات.

يفسر فرويد التسامح في نظريته من خلال ميكانزم التسامي، ومن خلال التسامي فان الافراد لا يظهروا اي نوع من المشاعر السلبية كالكرهية والحقد او اي ميول عدوانية بل انهم يبدولونها على العكس تماما فيظهروا مشاعر موجبة كالحب والتقبل، وهي محاولة لكبح كل ما هو غير مقبول وتحويله الى شيء سامي مقبول ومحبيب في المجتمع (Boeree, 2006)

اما ادلر فقد تناول الافراد في السياق الذي يعيشون فيه ففسر الشخصية وفقاً لما تعيشه من صراع وفقاً للسياق المجتمعي الذي تعيش فيه فالإنسان كائن اجتماعي لذا فان افضل سياق لفهمه هو السياق الاجتماعي، وبناءً عليه ظهر مصطلح المصلحة الاجتماعية والمصلحة الاجتماعية هي تسيير امور الجماعة التي ينتمي لها الفرد واعلاء مصالحها وأولوياتها والفرد هنا حريص ايضاً على الموازنة بين المصالح الذاتية ومصالح الجماعة وهذا الاهتمام الايجابي هو التفسير وراء اظهار الفرد تسامحاً في المجتمع، فالتعاون بين اعضاء المجتمع كافه وقبول الاحترام من شأنه انيسهم في خلق مناخ من التفاهم والانسجام ويساعد على استقرار المجتمع وهذا ما يسعى الية الافراد كمصلحة عليا لمجتمعهم (Boeree, 2006)

ومن ثم يأتي فورم وهو ايضاً يرى اهمية السياق الاجتماعي في دراسة الشخصية، ويرى ان الفرد في حالة اندماج دائمة مع مجتمعة وان هذا الاندماج يشكلان المحددات الاساسية للسمات المميزة للشخصية

كما ان الانسان يميل بطبعه الى الشعور بالشموخ والاعتزاز بالنفس، ويسعى دائماً للارتقاء وان يكون مقبولاً من المحيطين به، وعليه فان المجتمع اذا اصبح مصدراً لإشباع الشعور بالاعتزاز والتقبل فان الفرد بالتبعية سيصبح محباً ومتسامحاً مع من حوله، والعكس صحيح فكلما كان المجتمع مصدراً لعثرات الشخص وشعوره بالرفض والتهميش فحينها يصبح الفرد غير قادر على التسامح والعيش مع المجتمع الذي يمثل له مصدراً للخيبات المتكررة (جبوري، 2014)

الفراغ الوجودي (The existential vacuum):

هو مدى شعور الأفراد بالملل واليأس واللامعنى واللاهدف في الحياة (مصطفى، 2013). ويتكون من الأبعاد:

1. الملل ويقصد به شعور الفرد بأن حياته نسخة مكررة من حياة الآخرين، وأنها لا تحتوي على جديد، والأمس يشبه اليوم والباكر، وأن كل أفعاله وأنشطته لا تتبؤ بجديد حيث يضطر لممارسة بعض أنواع الأنشطة بلا وعي أو تركيز، ويفقد الايمان بالقيم المعروفة.

2. اليأس: يقصد به شعور الفرد بأن حياته تخلو من أي بارقة للأمل والسعادة، وأنه لا جدوى من السعي والعمل في الحياة.

3. اللاهدف: يقصد به حالة يشعر الفرد بأن حياته لا تحتوي على هدف يستحق من اجله ان يعيش أو يبذل في سبيله مجهود، وأن الحياة كلها اصبحت بلا جدوى، ويمارس أنشطته بدون دافع أو حافز، ويرى الحياة بكل جوانبها على أنها سخيفة، ولا تستحق العناء من اجلها، ومن ثم يفقد الهدف من وجوده وعمله ونشاطه، والافتقار الى وجود هدف واضح لحياته، وليس لديه اي طموحات أو آمال مستقبلية، ويعيش يومه فقط.

4. اللامعنى: يقصد به أن يشعر الفرد بأنه لا يوجد في حياته شيء له قيمة أو معنى، وأن حياته لا تستحق أن تعاش، ولا جدوى منها، وعدم قدرة الفرد على توقع النتائج المستقبلية للسلوك، وأن حياته تسير وفق منطق غير مفهوم وغير معقول، ويحيا مشاعر اللامبالاة.

ويعتبر فروم (Fromm) (1962م) أول من قدم مفهوم الفراغ الوجودي في إطار نفسي انساني ويصف فيه الفراغ الوجودي بأنه ما يعانيه الفرد من خبرة الانفصال عن الوجود وعن المجتمع وعن الأفعال التي تصدر عنه فيفقد سيطرته عليها وتصبح متحكمة فيه فلا يشعر بأنه مركز لعالمه ومتحكم في تصرفاته (حمام والهويش، 2010).

إن مفهوم الفراغ الوجودي أستخدم وباختلافات قليلة في العمل للعديد من أتفاق المنظرين الاجتماعيين، فمثلا في (الاتحاد السوفيتي السابق و كرواتيا) أستخدم المفهوم

وخاصة في كتابات كل من هوبس و لوكا (Hobbes & Locke) على اعتبار أن الفراغ الوجودي ظاهرة إيجابية من خلال ما أنتجته الإنسانية من حرية وحقوق وقوانين، وما هيه المنفعة الفردية المتأتية من المعلومات والمجتمعات المتمدنة (Williamson & Ford, 1997).

وتعرف زهران (2002) الفراغ الوجودي بأنه شعور الفرد بعدم الانتماء وفقدان الثقة ورفض القيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة من الضغوط النفسية، وتعرض وحدة الشخصية للضعف والانهياب بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع.

وهو "وجود أزمة روحية، وغياب معنى الحياة وتدني وجود فلسفة واضحة تبرر وجود الفرد وتعطي لحياته قيمة، حيث يعلن الفرد عن نفسه من خلال حالة الملل التي يُكابدها في أمور حياته اليومية، ويشكو من الفراغ الداخلي، ويعاني من الشعور باللامعنى للحياة، والعبث" (Corey, 2011).

قد يتساءل الفرد عن أهمية الحياة وقيمتها، ويذكر أنه لا سند له في هذه الدنيا، وأن الحياة مظلمة ولا أمل له في المستقبل، وكل هذه الأفكار والمشاعر تنتج من فراغ الفرد، وبتدن استقراره، وسوء توافقه النفسي في حياته بشكل عام، وينتج عنه القلق والشعور بتدن القيمة والأهمية والخوف من المجهول، وتؤدي إلى حالة من التشاؤم واليأس فتصبح الحياة بلا معنى، وهذا ما يسمى بفقدان معنى الحياة، الذي يؤدي في نهاية الأمر إلى مشكلات نفسية خطيرة (بوعافية ومأمون، 2015).

كما يعاني الافراد من الفراغ بالشكوى بأن حياتهم بلا معنى وان الحاجة لأدراك هذا المعنى هو أن يعيش لأجله، وأنهم أسيرون لخبراتهم الذاتية المتأتية من الفراغ الداخلي لأنهم بعيدون عن أنفسهم وهذا ما يسميه فرانكل بالفراغ الوجودي (أبو أسعد وعربيات، 2009).

يميز الباحثون بين معنيين مختلفين وواضحين للاغتراب وهما كالآتي:

أولاً: الفراغ الوجودي الأولي

يشير هذا النوع من الفراغ الوجودي الى الشعور بأن هناك شيء مختلف عن الأمور العادية والطبيعية، لذا فإن الفراغ الوجودي هنا يكمن في الشعور بالاختلاف أو

المخالفة، ويمكن أن يزيد على سبيل المثال الانفعال والإثارة والإرهاق بحيث يصبح الفرد متعب جدا أو عاطفي جدا إزاء الحالات والمواقف، ويشير الى الخبرة والشعور بأن هناك شيء مختلف عن العادي أو الطبيعي، فالفرد يشعر بالغبية إذا كان غير شاعر بذاته الحقيقية أو العادية. أن هذا النوع من الفراغ الوجودي هو عبارة عن أحساس كبير بأن الحاضر غامض وغير واضح وخاصة فيما يتعلق بعدم الاتصال بالمكان والزمان أي مع (هنا والآن)، وهذا يعني بأن الفرد في هذا النوع من الفراغ الوجودي يكون غير راغب في أي شيء خاص أو معين وكذلك ليس لديه الرغبة بأن يباشر أي فعل خاص لأجل العمل وكاغتراب أولي غالبا ما تكون الخبرات كأشياء غير سارة ومحزنة (Bruyn, 2000).

ثانيا: الفراغ الوجودي الثانوي

إن هذا النوع من الفراغ الوجودي يشير أو يتعلق بانعدام الخبرة أو الشعور بأن هناك شيء غير عادي أو غير مألوف من قبل الفرد والذي يكون مخالف في توقع الآخرين، وفي هذه الحالة فإن الفراغ الوجودي الثانوي يتعلق بالاختلاف في الخبرة والشعور، وقد ينشأ أساسا من الفراغ الوجودي الأولي وقد يكون نتيجة له، وأن كلا النوعين من الفراغ الوجودي يشير الى اضطراب العلاقة بين الفرد وبيئته أو بينه وبين ذاته بحيث يصبح غريب عن جزء من ذاته أو فعالياته ونشاطاته. كما إن الفراغ الوجودي الثانوي غالبا ما يصاحبه الشعور بالإحساس بالانفعال المفاجئ والغضب والقنوط، وأن هذه المشاعر غالبا ما تبدو وتظهر ممثلة ومشبعة بفقدان المعنى والكأبة صعودا للوصول الى فقدان المشاعر بشكل تام وهذه تكون متلازمة مع تعابير الوجه وانعدام حالة التعابير العاطفية وربما تكون متلازمة مع سمات انفعالية طفيفة كالكأبة، الحزن، الغضب، الكراهية وشذوذ طفيف (Marc & Cary, 2003).

آثار الفراغ الوجودي الثانوي على الفرد:

يحدد شيروم (Shirom, 2002) النتائج السلبية على مستوى الأفراد بالنسبة

للاغتراب الثانوي والتي يمكن أجمالها كالآتي:

1. فقدان الإبداعية والابتكار بالنسبة لتطور نمو الفرد.

2. فقدان المتعة والاندفاع للعمل.

3. نقصان في التأثير والفعالية.
4. الصراعات والعزلة.
5. المقاومة للتغيير، حتى وإن كان التغيير نحو الأفضل.
6. نقص أو تراجع في نوعية الحياة والقبول الشخصي أو الرضا الذاتي وذلك عن طريق رفض الفعاليات الحياتية والعيش في حقول الحياة الأخرى.
7. الفرص الكبيرة للتعرض لكل أنواع الحوادث.
8. التعرض لكل أنواع الأمراض النفسية والسيكوماتية.
9. تراجع وانحطاط في النظام المناعي للفرد، وما ينتج عنه من فرص كبيرة للإصابة بالأمراض.
10. النتائج الفسيولوجية الخاصة والتي تتمثل بالضغط الهرموني وما ينشأ عنه من علل وأمراض جسديه تتمثل في ارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم وبما ينعكس سلبا على الدماغ والقلب.
11. التعب والإعياء الدائم.
12. موت سابق لأوانه.

الأبعاد المختلفة للفراغ الوجودي على النحو التالي :

1 – الإحساس بالعجز Powerlessness

إحساس المرء أن مصيره وإرادته ليسا بيده بل تحددهما قوى خارجة عن إرادته الذاتية، ومن ثم فهو عاجز تجاه الحياة ويشعر بحالة من الاستسلام والخضوع.

2 – الإحساس باللامعنى meaninglessness إحساس الفرد أن الحياة لا معنى لها وأنها خالية من الأهداف التي تستحق أن يحيا وأن يسعى من أجلها.

3 – الإحساس باللامعيارية normlessness إحساس الفرد بالفشل في إدراك وفهم وتقبل القيم والمعايير السائدة في المجتمع وعدم قدرته على الاندماج فيها نتيجة عدم ثقته بالمجتمع ومؤسساته المختلفة.

4 – العزلة الاجتماعية social isolation إحساس الفرد بالوحدة ومحاولة الابتعاد عن العلاقات الاجتماعية السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه.

5 - الفراغ الوجودي الثقافي Cultural estrangement حين يعاني المرء صراعا قيمياً كما يتجلى في حالات التمرد - لدى بعض الشباب وفئات من المثقفين - على المجتمع ومؤسساته وتنظيماته.

6 - الغربة عن الذات Self-estrangement إحساس الفرد وشعوره بتباعده عن ذاته ويمثل هذا البعد النتيجة النهائية للإبعاد الأخرى (الكندري 1998م) مراحل ظاهرة الفراغ الوجودي: (الفارس، 2004م).

1. مرحلة التهيؤ للفراغ الوجودي: أن مؤشر بداية هذه المرحلة تأتي من عدم معرفة الفرد لما يرغب فيه أو ما يفعله، من هنا فإن مرحلة التهيؤ للفراغ الوجودي تتضمن مفهوم "فقدان السيطرة ببعديه المتمثلين في سلب المعرفة وسلب الحرية ومفهوم فقدان المعنى والمعيارية على التعاقب، وعندما يشعر المرء بالعجز أو فقدان السيطرة إزاء الحياة والمواقف الاجتماعية وانه لا حول له ولا قوة فلا بد أن تتساوى معاني الأشياء لديه بل وان تفقد الأشياء معانيها أيضاً وتبعا لذلك فلا معايير تحكمه ولا قواعد يمكن أن ينتهي إليها".

2. مرحلة الرفض والنفور الثقافي: وهي المرحلة التي تتعارض فيها اختيارات الأفراد مع الأحداث والتطلعات الثقافية وهناك تناقض بينما هو واقعي وبينما هو مثالي وما يترتب عليه من صراع الأهداف. وفي هذه المرحلة يكون الفرد معزولا على المستويين العاطفي والمعرفي عن رفاقه؛ إذ ينظر إليهم باعتبارهم غرباء وعند هذه النقطة يكون مهياً للدخول في المرحلة الثالثة.

3. مرحلة تكيف المغترب: أو العزلة الاجتماعية بأبعادها المتمثلة في الايجابية بصورتها المتمثلين في المجازاة المغتربة والتمرد والثورة .

وبحث الإنسان بمظاهر يأسه من عدم جدوى الحياة ليس بالضرورة مرضا وإنما هي مثل روحية أن البحث وراء معنى للحياة فقد يؤدي إلى حدوث توتر نفسي وتبعد الشخصية نوعا ما عن التوازن ولكن هذا التوتر ليس مرضيا انه ضرورة لصحته العقلية مبنية أساسا على درجة من التوتر الناشئ عن تحصيل الفرد فعليا وما يطمح إليه تحقيقه أو الهوية بين ما هو عليه الفرد وما يود أن يكون عليه (Patterson، 1986).

والخطأ الوجودي أن تبتعد عن هذا الالتزام وان يكون لنا الخيار بان لا نختار ويمكن أن تقع في هذا الخطأ لنا فتصبح حياتنا محكومة بقوى خارجية وقال سارتر " ما نحن إلا ما نختاره ". "we are our choices", (Corey, 2011). ويرى روسيسل (Rusesel) أن الحرية والمسؤولية يسيران جنباً إلى جنب فنحن الذين نكون حياتنا بمعنى أننا نخلق قدرنا وظروف حياتنا ومشكلاتنا (الزيود، 1998)، يعرف الوجوديين القلق بأنه ما ينجم عن حاجتنا الشخصية للبقاء والاحتفاظ بوجودنا وتأكيد هذا الوجود فالقلق شعور يلزم الإنسان على الدوام وذلك كشيء تلقائي لملازمة الحرية والاختيار (مصطفى، 1999).

إن الهدف الأساسي للعلاج الوجودي هو تقوية صحة الروح، وبشير فرانكل (Frankl) إلى أن صحة الروح هي إثارة روحية والتزام في الحياة، وتمثل الروح الرغبة في التسامي والبقاء البسيط للحياة، والوصول إلى مستوى يحقق المسؤولية الكاملة للعمل، والمعنى، والحب، وتحديداً فإن أهداف العلاج الوجودي هي: Carrie., Stefan., (Robert., & Julius, 2009)

1. مساعدة الفرد في تحقيق أهدافه تحت أي ظرف أو أي بيئة ويستجيب لذلك طبقاً لمصادره الوجودية وقيمه الذاتية.
2. مساعدة الفرد على فهم الحياة ومواجهة تحدياتها، واكتشاف المصادر الذاتية، والاستفادة منها في حياة أفضل وتحقيق انسجام بين الذات والواقع الذي يعيشه الفرد.
3. مساعدة الفرد في تقبل الحرية وتحمل مسؤوليتها.
4. مساعدة الفرد على قبول حقيقة الوجود.
5. العمل على استبدال الفراغ الوجودي بالمعاني والقيم الأخلاقية، والحلول المبتكرة للمشكلات التي تواجه الفرد.
6. مساعدة الفرد على قبول الإحباط والمعاناة في الوجود.
7. مساعدة الفرد على أن يصبح وجوده أصيلاً، ويكون أكثر وعياً بوجوده الفعلي في الحياة.
8. مساعدة الفرد على الوعي بالمعنى المختفي أو الغائب لوجوده.

9. تحميل الفرد المسؤولية تجاه تحقيق الأهداف ذات المعنى بين البدائل المتاحة في الحياة.

10. العمل على تقوية إرادة المعنى لدى الفرد، والتي تعد الدافع الأساسي والمحرك لسلوكه وبحثه عن معنى الحياة.

11. العيش في هنا والآن.

النظريات المفسرة للفراغ الوجودي:

أولاً: الفراغ الوجودي في نظرية التحليل النفسي

يرى فرويد (Freud) بأن الفراغ الوجودي هو الأثر الناتج عن الحضارة، حيث أن الحضارة التي أوجدها الفرد جاءت متعاكسة ومتعارضة مع تحقيق أهدافه ورغباته وما يصبو إليه، وهذا يعني في نظر فرويد أن الفراغ الوجودي ينشأ نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدينة أو الحضارة، حيث تتولد عند الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمل من تعاليم وتعميمات مختلفة وهذا بالتالي يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الكبت كآليات دفاعية تلجأ (الأنا) كحل للصراع الناشئ بين رغبات الفرد وأحلامه وبين تقاليد المجتمع وضوابطه، ومن الطبيعي أن يكون هذا حلاً واهناً تلجأ إليه (الأنا) مما قد يؤدي بالتالي إلى مزيد من الشعور بالقلق والفراغ الوجودي، لذا فإن فرويد يعتقد بأن الحضارة قامت على حساب مبدأ اللذة ولم تقدم للإنسان سوى الفراغ الوجودي (رشاد، 1989).

وتناقش عبد العال (1989) الفراغ الوجودي في ضوء هذه النظرية، حيث

استخدم فرويد لطريقة التداعي الحر في ضوء العديد من الحقائق والتي من ضمنها :

1. الفراغ الوجودي الشعور (الوعي) حيث يتساءل فرويد بأنه كيف يتسنى

للمرضى أن ينسوا ذلك القدر الكبير من حقائق حياتهم الداخلية والخارجية ثم يستعيدوها مع ذلك باستخدام طريقة فنية معينة معهم.

2. الفراغ الوجودي اللاشعور (اللاوعي) والذي يتأتى من أن الرغبة المكبوتة

قد لا تنهي بانتهاء وتفريغ قوتها من الطاقة بل تظل محتفظة بكامل قوتها

من الطاقة حتى تحين الفرصة المناسبة للظهور أو العودة مرة ثانية في

حال ضعف (الأنا) أثناء النوم مثلاً.

وقد حدد فروم في كتابه الهروب من الحرية ثلاث ميكانيزمات دفاعية، والتي تتمثل بالسلطوية، وهي نزعة للتخلي عن الحرية الذاتية ودمجها بشخص ما لاكتساب القوة التي تفتقدها الذات الأولى للفرد، والتدميرية والتي هي هروب من الشعور غير المحتمل بالعجز، فظروف العجز والعزلة مسؤولة عن مصدرين آخرين للتدميرية، هما: القلق وانحراف الحياة، أما الميكانيزم الثالث فهو الذي يتمثل بتطابق الانسان الآلي، حيث يتغلب شعور الفرد على اللامعنى بالمقارنة مع القوة المهيمنة على العالم التي تكون خارجه إما عن طريقة السلطوية أو التدميرية (المحمداوي، 2007).

وترجع مصادر الفراغ الوجودي عند فروم إلى طبيعة المجتمع الحديث، وسيطرة الآلة وهيمنة التكنولوجيا الحديثة على الانسان، وسيطرة السلطة وهيمنة القيم والاتجاهات والأفكار التسلطية، فحيث تكون السلطة وعشق القوة والحصن على العدوان يكون اغتراب الانسان (زهران، 2004).

وترجع هورني (Horney) مصادر الفراغ الوجودي لدى الانسان إلى ضغوط داخلية، حيث يوجه الفرد معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال حتى يحقق الذاتية المثالية، ويصل بنفسه إلى الصور التي يتصورها (المختار، 1998).

ثانياً: الفراغ الوجودي في نظرية المعنى

يقدم فرانكل (Frankel) نظرية جديدة تدور حول المعنى، حيث يعتبره ممثلاً للبعد الصممي للوجود الانساني، وأنه القاعدة المنيعية التي يرتكز عليها الفرد من أجل التغلب على الفراغ الوجودي وقهره وخاصة عندما يستشعر الفرد المعنى في جوانب حياته المختلفة، في الحب والصدقة والانجاز والفن والابداع والتدين والايمان وحتى في المعاناة التي يتعرض اليها، ويشدد فرانكل على المعاناة في اكتشاف المعنى ويعتبرها المحفز الأساسي لهذا الاكتشاف والذي ينبئ بالفرد عن الفراغ الوجودي، ويرى فرانكل أن الوجود الانساني هو وجود مشوب بالقلق والفراغ الوجودي، وأن الانسان ليس مخلوقاً متوازناً، فهو لا ينشد التوازن داخل نفسه ومع البيئة، ويعتبر قلقه واغترابه متأصلين ويضريان بعمق في اغواره، بحيث لا يستطيع التخلص منهما بالارضاءات الوقتية، إنه ينشد معادلة أكثر متانة للحياة والمعيشة وهو شيء سوف يمكنه من أن يرقى على الفراغ الوجودي والمعاناة (فرانكل، 1982).

أما فيما يتعلق بفقدان الإحساس بالمعنى فيرى كوبر (Copper، 2003) أن الشعور بفقدان المعنى حالة يعاني منها الكثيرون وهذا الإحساس هو حالة من انعدام المعنى من الممكن أن يحدث لدى الأفراد في فترات مختلفة من حياتهم مثل فترة المراهقة أو بعد التقاعد أو في فترات الأزمات، ومن الممكن أن يتحول هذا الفقدان إلى الكثير من الاضطرابات النفسية، مثل الاكتئاب والإدمان والانتحار وغيرها.

وقد عرف إيرنشو (Earnshaw) فقدان الاحساس بالمعنى بأنه حالة يعبر عنها الفرد بتجنب المعنى في حياته وعدم القدرة على تحديد الهدف أو انعدام الهدف في حياته. كما يعرف بأنه حالة من الملل وافتقاد معنى الحياة ونضوب الطموح، ويتصور الفرد أن كل عمل يقوم به ليس له قيمة، مما يؤدي به إلى عدم القدرة على مواجهة الأحداث الضاغطة التي يمر بها في مراحل حياته (محمود، 2009).

يرى عبد السلام عبد الغفار (1973: 5) أن فقدان المعنى في الحياة يؤدي بالفرد إلى الشعور بـ"الفراغ الوجودي" والذي يبدو فيه الإنسان مقهورًا ومغلوبًا على أمره، حيث يكون أسيرًا لهذه الحياة أكثر مما هو صانع لها. حياة لم يشكلها بإرادته كما يريد، وإنما هي شكلت له، وأجبر عليها.

ويرى كوبر (Cooper, 2003)، أن الفرد الذي يشعر بالفراغ الوجودي يؤدي به إلى حياة خاوية، ومحبطة - وتدرجيًا - تنمو لديه الكثير من الاضطرابات، والأعصاب الوجودية وربما يؤدي بالفرد إلى ظهور انحرافات سلوكية مثل الإدمان، والانتحار. وهذا الإحساس من انعدام المعنى من الممكن أن يحدث لدى الأفراد في فترات مختلفة من الحياة، مثل فترة المراهقة أو بعد التقاعد أو في فترات الأزمة. ولع العلاج بالمعنى من العلاجات النفسية التي تستند إلى الاتجاه الفينومينولوجي Phenomenology في علم النفس، الذي يرفض الإسراف في النزعة الطبيعية عند تناول الظاهرة الإنسانية، ومحاولة تفسيرها على أساس من العلل والأسباب النشئية، كما أن المهمة الأساسية للإنسان هي تحقيق وليس مجرد إشباع الغرائز، وإن إرادة المعنى يمكن رصدها من خلال الفعل والخبرة كمعيشة شخص أو عمل ما، من هنا تأتي ضرورة تصميم برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الإنجاب؛ فهم عرضة للكثير من

الأمراض الجسمية والاضطرابات النفسية مثل: الاكتئاب - القلق بأنواعه - الخوف - الإحساس بالوحدة.....الخ.

وعندما يكون الفرد على بصيرة من معاناته فإنه يصل إلى مستوى من الارتياح والانجاز الذاتي يجعله أكثر معرفة بذاته وبما يدور حوله، حيث يلتقي فرانكل مع سائر الوجوديين في فكرتهم الأساسية وهي أنه: لكي تعيش عليك أن تعاني، ولكي تواصل الاستمرار والبقاء عليك أن تجد معنى للمعاناة (عباس، 2004).

العلاج الوجوديّ Existential Therapy:

يعرف وفق (American Psychiatric Association APA) على أنه شكلٌ من أشكال العلاج النفسيّ الذي يركّز على الشخص ككل، بدلاً من التركيز على السلوك وحده أو المعرفة أو على الدوافع وراءه. (Gary, APA, 2015, p-476)

ويعد فيكتور فرانكل مؤسس مدرسة العلاج بالمعنى الذي قامت مدرسته على أساس انتقاداته التي وجهها لكل من التحليل النفسي الفرويدي وعلم النفس الادلري، اذ يرى فرانكل أن مبدأ اللذة الفرويدي ودافع المكانة الادلري غير كافيين لتفسير سلوك الانسان، وفي هذا الصدد يقرر فرانكل أنه وضع ما اسماه بمبدأ ارادة المعنى ليعارض به كلا من مبدأ اللذة الذي يحكم نظرية التحليل النفسي، وارادة القوة كمبدأ عند ادلر، فالسعي الى تحقيق اللذة أو الوصول الى المكانة للحصول على القوة والنفوذ لا يمكن ان يفسر كل صور النشاط الانساني في حين ان معنى الحياة لدى كل انسان هو الذي يمكن ان يجعل من السعي الدؤوب وتحمل المعاناة شيئاً يرفع من قيمة الحياة ويجعلها تستحق ان تعاش، بل ان الانسان الذي يكشف لحياته معنى وهدف هو الانسان الذي يستطيع ان يتحمل ندرة اللذة والافتقار الى المكانة والنفوذ دون ان ينتقص هذا من سعادته او من صحته النفسية فالمسعى الرئيسي للإنسان هو تحقيق المعنى في الحياة لا تعقب اللذة او تعاضم السيطرة والنفوذ (عبيدي، 2015).

ويعود الفضل في ظهور النظرية الوجودية إلى فكتور فرانكل (Victor frankl)، الذي ولد عام 1905، حيث يعتبر زعيم المدرسة النمساوية الثالثة بعد فرويد وادلر في العلاج النفسي (الشناوي، 1995). ويُعدّ كتابه بحث الإنسان عن المعنى (man's search for meaning) مقدمة في العلاج بالمعنى، وفيه يشرح

فرانكل كيف أن المعنى يمكن أن يوجد حتى في أقسى لحظات المعاناة والألم، وأن كل إنسان مسؤول عن إيجاد معنى لحياته، وعن تحويل أسوأ الخبرات الحالكة إلى لحظات انتصار حاسمة، وذلك أملاً في بلوغ هدف محدد. فالحياة عنده مليئةً بالفرص التي تمكن الإنسان من استخدام قيمه في تقديم عملٍ إبداعي، حتى لو كانت حياة محن وآلام ومعاناة، لأنه يجب أن تكون هناك دائماً نظرة مفعمة بالرجاء والأمل في القدرة على التسامي و الوصول إلى المعنى (Corey, 2011).

وقد عرف ليكز (Lukas, 2006) العلاج الوجودي بأنه منحى علاجي يستند إلى مبادئ وأساليب النظرية الوجودية والاتجاه الإنساني في علم النفس، لإدراك معنى الحياة الإيجابي، واكتشاف الذات والتعبير عنها تعبيراً فعالاً للتواصل مع الآخرين، والرضا عن الحياة، والعيش بها بفعالية.

ويشير فرانكل (Frankl) أن العلاج بالمعنى يستند إلى ثلاث مبادئ أساسية هي:

1-إرادة المعنى (Will of Meaning)

إن البحث عن معنى هو قوة أولية ملحة على الفرد تدفعه من أجل تحقيق أهداف ومعاني يسعى إلى تحقيقها، فحياة الفرد ليست مدفوعة بمبدأ اللذة كما يرى فرويد وليست نتاج مبدأ إرادة القوة، كما يرى أدلر (Adler)) في نظرية علم النفس الفردي، حيث تعد إرادة المعنى من أقوى الدوافع الرئيسية فبغيرها لا يكون هناك مبرر للاستمرار في الحياة، وهي دافع فطري ومختلف بطبيعته وتوجهه من فرد لآخر، ويمكن تحقيق إرادة المعنى من خلال ما نحققه في حياتنا من مهام نكتشف من خلالها أنفسنا وقدرتنا على التحدي لمعيقات إنجاز هذه المهام (Frankl, 2004).

2-معنى الحياة (Meaning of Life)

إن معنى الحياة من المفاهيم الأساسية التي تركز عليها النظرية الوجودية، فمن خلاله تتكون للفرد منظومة حياته، ومن هنا يرى فرانكل (Frankl) أن معنى الحياة يمكن أن يتحقق من خلال ثلاث قيم باعتبارها مصدر علاجي يساعد الفرد الذي يعاني من أزمة المعنى على تجاوزها وهي: (Chetan, 2009)

أ- قيم خبراتية (Experimental Values): تتضمن ما يمكن أن يحصل عليه الفرد من خبرات معنوية أو حسية من خلال الاستمتاع بالجمال أو البحث عن الحقيقة أو الدخول في علاقات إنسانية مشبعة بالحب والصدقة.

ب- قيم إبداعية (Creative Values): هذه القيم إما أن تكون عملاً فنياً أو اكتشافاً علمياً من إبداعات الفرد الخاصة.

ج- قيم اتجاهية (Attitudinal Values): تتكون من مواقف الفرد التي يتخذها من معاناته التي لا يمكن أن يتفادها مثل القدر والمرض والموت.

3- حرية الإرادة (The Freedom of Will): تعد من المفاهيم الرئيسية في كتابات فرانكل (Frankl) الذي يؤمن بأهمية أن يكون الفرد حرًا في اختيار أفعاله في الوجود، ومن خلال الحرية تبرز قدرة الفرد على تشكيل حياته بعيدًا عن التسليم بحتمية السلوك، حيث يؤكد فرانكل (Frankl) رفضه مبدأ الحتمية الشمولية التي تسلب الفرد قدرته على الاختيار والفعل الحر، وتسلمه إلى الظروف والمؤثرات الخارجية سواء كانت نفسية أو بيولوجية أو اجتماعية، وهذا بشأنه يتناقض مع خصوصية الوجود الإنساني بأنه حر ومسؤول وقادر على تشكيل حياته وتحديد أهدافه.

ويرى الاتجاه الوجودي أن شخصية الفرد يمكن تفسيرها بالتركيز على مفهومين وجوديين أساسيين هما القلق الوجودي والبحث عن المعنى، حيث يرى الوجوديون أن البحث عن المعنى هو الدافع الأساسي وراء كل سلوك، والقلق الوجودي هو الحالة الملازمة له، وشخصية الفرد ما هي إلا تعبير عن هذا الدافع وذلك القلق، كما يرون أنه في حال تحقيق هذا الدافع يمكن أن يصل بالفرد إلى السمو الحقيقي بالذات، وفي حال إحباطه يؤدي به إلى فقدان المعنى وفي كلا الحالتين يكون القلق ملازمًا له (الخيلائي، 2013).

وهناك العديد من الفنيات التي يستخدمها العلاج الوجودي، وفيما يلي أبرز هذه

الفنيات والأساليب:

أولاً: الحوار السقراطي The Socratic Dialogue

يعدّ من أكثر تقنيات العلاج المعرفي، وأكثرها استخداماً في طرح الأسئلة ويسمى أيضاً الاكتشاف الموجه وليس هناك شكل أو تنسيق محدد أو بروتوكول خاص

بهذا الأسلوب، وإنما يجب على المعالج أن يعتمد على خبرته وإبداعه بصوغ الأسئلة السابرة التي من المحتمل أن تكشف عن أنماط الأفكار المختلفة وظيفيا مثل " ماذا تقصد " دعنا نتوقف " هل ترغب، وهو أسلوب لتعليم الأفراد كيفية سير حياتهم بواسطة أسئلة حوارية تجعل الأفراد أكثر وعياً واستبصاراً بأنفسهم بهدف تعديل الاتجاهات الحالية وتنمية اتجاهات جديدة لاكتشاف المعنى في الحياة، فمن خلال الأسئلة السقراطية يستطيع الأفراد أن يفصلوا أنفسهم عن الأعراض المرضية لديهم، وأنهم ليسوا ضحايا المرض، ولكن لديهم الإرادة، ويمتلكون الخيارات والبدائل المتاحة لتحديد المعنى، كما تساعد الأفراد في اكتشاف المعنى في الحياة، من خلال الاستبطان الذاتي، واكتشاف الذات والتفرد والاختيار والمسؤولية والتسامي بالذات (الشعراوي، 2014).

ثانياً: اللوجودراما Logo- drama

تستند هذه الطريقة على الإرشاد بالمسرحيات النفسية، ووفق هذه الطريقة يحكي كل فرد من أفراد المجموعة العلاجية قصة حياته وبعد ذلك يطلب منه أن يتخيل الحياة وقد مضت به إلى الأمام وأنه الآن على فراش الموت ثم يتذكر حياته الماضية ليرى ما حققه من معان، فمثل هذا التخيل يزيد من إحساسه بالمسؤولية في عمل التصحيحات الضرورية وتقرير محتوى الفصل الثاني من حياته المتبقية (كمال، 2015).

ثالثاً: التحليل بالمعنى: Logo analysis

من خلال استقراء كتابات فرانكل والأطر النظرية تم استجلاء فنية التحليل بالمعنى والتدريبات المصاحبة لها لذ فإن التحليل بالمعنى من فنيات العلاج بالمعنى والتي طورها كرونباخ على أساس مبادئ العلاج بالمعنى لفرانكل، والتحليل بالمعنى هو تحليل لخبرات الفرد من أجل البحث عن مصادر ذات معنى جديد، وخلال تقييم هذه الخبرات تصل لخبرات جديدة نكتشف من خلالها رؤية جديدة بالهدف في الحياة (معوض ومحمد، 2013).

رابعاً: أسلوب المواجهة أو أسلوب لماذا؟

يهدف هذا الأسلوب إلى تفسير أساليب الفشل عند المسترشد لتحمل حياته السعيدة ولزيادة ثقته بالنفس ويقوم هذا الأسلوب على الاستفسار عن المرشد لماذا لا؟

إذا كنت وحيداً لماذا لا تجد أصدقاء؟ إذا كنت غير مقتنع بوظيفتك لماذا لا تجد لنفسك وظيفة أخرى تنجز فيها بصورة أفضل؟ ومن خلال الأسئلة سيواجه المسترشد الفشل ليبحث عن أشكال أخرى من الوجود ذو المعنى؟ (ابو عيطة، 1997).

خامساً: القصة الرمزية Parable Method

إن طريقة منهج القصة الرمزية تقوم على العلاج بالمعنى ومصممة لمساعدة المرضى في الوصول إلى معنى لحياتهم، وذلك انطلاقاً من الأفكار التي يؤمن بها العلاج بالمعنى والتي تذهب إلى أن المعنى يمكن أن يكون موجوداً حتى في خبرة المرض والألم والمعاناة، ووفق هذه الطريقة يقوم المرشد أثناء تعامله مع المسترشد بسرد حكاية رمزية بقصة توضح فيها أنه لا يوجد كائن إنساني في الوجود لم يعاني (معمرية، 2012).

سادساً: فنية صرف التفكير Dereflection

وصفها فرانكل بتجاوز الذات وهي الفنية التي تهدف إلى صرف تفكير الفرد عن نفسه، وكسر الحلقة المفرغة بالحيلولة بين الفرد وانتباهه الزائد لنفسه، حيث يركز انتباهه بعيداً عن ذاته، من خلال اكتساب توجه جديد نحو معنى متميز لحياته (أبكر، 2015).

ثامناً: فنية القصد العكسي Paradoxical Intention

هي بمثابة علاج قصير المدى، حيث يتم تشجيع المسترشد على عمل أو الرغبة في عمل شيء متصل بالحدث، وخصوصاً الأشياء التي يخافها، وذلك على عكس ما هو مقصود حيث أن ما يقصده المرشد تجنب المواقف التي تثير القلق (منصور، 2015).

تاسعاً: أسلوب المفاهيم والمعاني المتناقضة:

استبدال الانفعالات غير الصحيحة يعني استبدال الانفعالات الخاطئة بالانفعالات الصحيحة، ويسميه فرانكل بالتراجع إلى الانفعال السليم، ففي حالة القلق يزداد حتى يصل إلى العصاب، وهذا الأسلوب لا يعتمد على مواجهة القلق والهروب منه إنما على تغيير اتجاه المريض وليس تغيير السلوك، وهذا الأسلوب يشجع لكي يرى أعمال نفسه ويتبين ما بها وبالتالي يؤدي إلى كسر الدائرة غير السليمة في أعماقه

مما يدفعه إلى التخلص من الإعراض. وأن ينظر إلى الموقف ككل ومساعدة المسترشد على أن يتعامل مع كل المعاني حتى لو كانت متناقضة (Corey، 2011).

عاشرا: فنية تحسين الذات Self-Improvement

تهدف هذه الفنية إلى زيادة إحساس الفرد بالإمكانات بجوانب أخرى من حياته، غير التي ظاهره له بصورة مؤقتة كمعطيات غير قابلة للتغيير، فمن خلال هذه الفنية تساعد الفرد على تقبل هذه الجوانب كما هي وتوجيه الفرد إلى جوانب أخرى من الحياة كانت غير مستغلة ويستثمر طاقاته المبددة في الألم والحزن ويكون أكثر وعياً بذاته وأكثر قدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرار (منصور، 2015).

2.2 الدراسات السابقة

أولا : الدراسات المتعلقة النساء المتأخرات بالإنجاب:

تناولت دراسة بيترسون ونيوتن وروسن وروبيرت (Peterson. , Newton. , Rosen. , & Robert, 2005) بعنوان: طرق التكيف لدى الأزواج الذين يعانون من العقم"، وشملت الدراسة على (420) زوجا وزوجة يتلقون علاجاً متقدماً للإنجاب، قسمت العينة إلى مجموعات بناء على الاستراتيجيات التي يستخدمونها بانتظام، أظهرت النتائج إلى أن طرق التكيف المفيدة لبعض الأشخاص كانت تعتبر إشكالية بالنسبة للآخرين، وأن الأزواج الذين استخدموا الانفصال وعدم الاختلاط مع الناس أظهروا مستويات أعلى من الضغوط النفسية مقارنة مع الآخرين، وكذلك أن الزوجات اللاتي استخدمن كما كبيراً من أساليب الضبط الذاتي أظهرن مستويات أقل من الضغط النفسي مقارنة مع النساء اللواتي استخدمن كما اقل من الضبط الذاتي.

تناولت دراسة إسحاق (2007) التوافق الزوجي لدى غير المنجبات في محافظة خان يونس"، تكونت عينة الدراسة من (90) زوجة غير منجبة، وتم بناء أداة لجمع المعلومات حول موضوع الدراسة حول التوافق الزوجي للزوجات غير المنجبات، وقد توصلت النتائج إلى أن معدل التوافق الزوجي لدى غير المنجبات كان ضعيفاً، وبظهر أن أكثر بعد يتأثر في التوافق الزوجي نتيجة عدم الإنجاب هو الخلافات

الزواجية، وبالنسبة للعمل فإن الزوجات الصغيرات في السن والكبيرات هن أكثر ضعفاً في التوافق الزوجي.

وتناولت خاسكة (2012) العصابية وعلاقتها باللامعنى لدى المرأة غير المنجبة (دراسة ميدانية لعينة من النساء غير المنجبات في محافظة اللاذقية)، تم أخذ عينة الدارسة بطريقة مقصودة، وقد بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (240) امرأة، عدد النساء المنجبات (120)، عدد النساء غير المنجبات (120)، تم الإجابة عن أسئلة الدراسة من خلال أداة صممت لجمع المعلومات، توصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس العصابية واللامعنى بين النساء المنجبات والنساء غير المنجبات لصالح النساء غير المنجبات، وتوجد فروق ذات دلالة على مقياس اللامعنى لدى النساء غير المنجبات وفق متغير عدد سنوات الزواج حيث يزيد اللامعنى مع تقدم الزواج، ولا توجد فروق ذات دلالة على مقياس العصابية لدى النساء غير المنجبات وفق متغير عدد سنوات الزواج.

كما أجرى كل من كرادشة والمحروقية (2016) الدراسة هدفت إلى تقصي الآثار النفسية والصحية على المرأة العُمانية نتيجة تأخرها في الحصول على الأطفال، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (317) من السيدات اللاتي يعانين فعلاً من مظاهر العقم والمترددات على المستشفيات والعيادات الخاصة بأمراض العقم والولادة التي تركزت في محافظة مسقط، وقد اعتمدت الدراسة بشكل أساسي على المنهج الخاص بالعلوم الاجتماعية، وخلصت نتائج الدراسة إلى بروز بعض العوامل الصحية التي يمكن أن تقف وراء تأخر وصول السيدات العُمانيات لمرحلة الأمومة البيولوجية، كالتعقيدات التي تمر بها أثناء عملية الحمل، وزيادة احتمالات تعرضهن للولادات القسرية، ووفيات الأجنة، وزيادة معاناتهن من بعض الامراض المستعصية والمزمنة. وخلصت الدراسة إلى بروز مجموعة من الآثار النفسية والصحية على السيدات اللاتي يعانين من تأخر وصولهن لمرحلة الأمومة البيولوجية، كظهور بعض مظاهر القلق، وكثافة المشاعر السلبية جراء ذلك، وانخفاض تقدير الذات، وفرط الحساسية تجاه الآخرين وبرزت بعض الامراض المزمنة لديهن.

كما أجرى طلاقي (2016) الدراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين التفهم الوجداني وقلق المستقبل والفروق فيهما تبعاً لعدة متغيرات لدى عينة من المتأخرات في الإنجاب بجدة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التفهم الوجداني للدكتور/ ديفيد كارزو - جون ماير، ترجمة كفاقي والدواش، ومقياس قلق المستقبل للدكتور غالب المشيخي، وتم استخدام المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (139) سيدة يعانين من تأخر الإنجاب، وتوصلت الدراسة إلى نتائج أهمها وجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس التفهم الوجداني والدرجة الكلية لمقياس قلق المستقبل، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات التفهم الوجداني لدى عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات (عمر الزوج - عدد سنوات الزواج - مستوى تعليم الزوجة - المستوى الاقتصادي للأسرة - عدد محاولات الإنجاب)، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات قلق المستقبل لدى عينة الدراسة تبعاً للمتغيرات (عمر الزوج والزوجة - عدد محاولات الإنجاب)

كما أجرى حمدونة (2017) دراسة هدفت إلى معرفة الانعكاسات النفسية للعقم على عينة من الزوجات غير المنجبات بمدينة غزة، وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين مجموعة الزوجات غير المنجبات (132) ومجموعة الزوجات غير المنجبات (115) وقد استخدم الباحث مقياس اضطرابات الصحة النفسية من إعداد ليمان، لينوكموفي تعريب وتقنين فضل أبو هين، وقد أشارت أهم النتائج إلى وجود انعكاسات نفسية مرضية للعقم من خلال وجود فروق دالة إحصائية في جميع أبعاد الدرجة الكلية لمقياس اضطرابات الصحة النفسية بين الزوجات غير المنجبات وبين الزوجات المنجبات وكانت الفروق في صالح الزوجات غير المنجبات، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اضطرابات الصحة النفسية لدى الزوجات غير المنجبات، تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج، ومتغير الموافقة على الزواج، كما أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى اضطرابات الصحة النفسية باستثناء بعد الحساسية التفاعلية لدى الزوجات غير المنجبات تعزى إلى وجود الحماية، وأخيراً أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس اضطرابات الصحة النفسية لدى الزوجات غير

المنجبات، تعزى إلى المستوى الاقتصادي، ولكن ظهرت فروق دالة إحصائية لديهن في بعد الاكتئاب والوسواس القهري والقلق لمقياس اضطرابات الصحة النفسية تعزى للمستوى الاقتصادي.

ثانياً: الدراسات المتعلقة بالتسامح:

أجرى (المزين، 2009) دراسة بعنوان: "دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز قيم التسامح لدى طلبتها من وجهة نظرهم" وتكونت عينة الدراسة من (294) طالباً وطالبة، وتم استخدام استبانة التسامح، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن ثقافة التسامح تسود في الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة بدرجة متوسطة، وأن قيم التسامح الاجتماعي هي أكثر القيم شيوعاً، وأكثر القيم التي تعمل الجامعات الفلسطينية على تعزيزها لدى الطلبة، وقد جاءت بدرجة متوسطة، وبلغت نسبتها (71.10 %) ، تليها قيم التسامح العلمي بنسبة (70.47 %) تليها قيم التسامح الديني بنسبة (70.37%) تليها قيم التسامح الفكري والثقافي بدرجة أقل من المتوسطة بنسبة بلغت (69.35%)، وكانت قيم التسامح السياسي أقل القيم شيوعاً، وبلغت (68.78%).

كما تناولت دراسة فراج (2010) فعالية برنامج إرشادي في تنمية التسامح لدى عينة من طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (80) منهم (40) طالباً وطالبة تمثل مجموعة تجريبية و(40) طالباً وطالبة بالتساوي تمثل مجموعة ضابطة، استخدم الباحث برنامج إرشادي في تنمية التسامح معتمد على مقياس التسامح، حيث أظهرت نتائج الدراسة ان للبرنامج الإرشادي فاعلية تنمية مستوى التسامح لدى طلاب الجامعة.

كما أجرى رمضان (2014) فعالية برنامج إرشادي لتعزيز التسامح لدى عينة من طلبة الجامعة، حيث تتكون عينة الدراسة من (30) طالباً أشاروا إلى أنهم يعانون من مشاعر الألم الناتج عن التعرض للإساءة، مقسمة الى (15) طالباً عينة تجريبية و(15) طالباً عينة ضابطة، واستخدمت الدراسة البرنامج العلاجي لتعزيز التسامح معتمدة على مقياس زيادة التعاطف (باتسون) ومقياس (التسامح)، كما وقد أظهرت النتائج الدراسة الى فعالية البرنامج العلاجي لتعزيز التسامح من خلال زيادة التعاطف وخفض مستوى عدم التسامح لدى أفراد العينة التجريبية، بينما لم تظهر أي تغيرات في كل من مستوى التعاطف أو مستوى عدم التسامح لدى أفراد المجموعة الضابطة. حيث

بلغ أفراد العينة التجريبية 15 فرداً، وأفراد العينة الضابطة 15 فرداً. وقد أظهرت النتائج فعالية البرنامج العلاجي لتعزيز التسامح من خلال زيادة التعاطف (كما يقاس بمقياس باتسون) وخفض مستوى عدم التسامح (كما يقاس بقائمة الدوافع الشخصية المتعلقة بالعدوان) لدى أفراد العينة التجريبية، بينما لم تظهر أي تغيرات في كل من مستوى التعاطف أو مستوى عدم التسامح لدى أفراد المجموعة الضابطة (رمضان، 2014).

وأجرت المحادين (2014) فعالية برنامج ارشادي جمعي ديني في تنمية التسامح والتدفق لدى طالبات الصف العاشر في محافظة الكرك " سورة يوسف انموذجاً"، وقد تكونت عينة الدراسة من (30) طالبة من طالبات الصف العاشر، تم تقسيمهن عشوائياً الى مجموعتين (15) طالبة في المجموعة التجريبية، و(15) طالبة في المجموعة الضابطة، وقد تم ترجمة مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش (1996)، وتطوير مقياس التسامح، وبناء برنامج ارشادي جمعي ديني، واظهرت نتائج الدراسة ان الطالبات في المجموعة التجريبية في الصف العاشر لديهن مستوى تدفق نفسي وتسامح افضل مما كان قبل اخضاعهن للبرنامج، كما تبين وجود فروق في المستوى الاقتصادي في التسامح الوجودي والتسامح الكلي لصالح الطالبات في المستوى الاقتصادي.

كما هدفت دراسة الناجم (2015) إلى التعرف على درجة امتلاك معلمي التربية الإسلامية لقيم التسامح الديني من وجهة نظر معلمي التربية الإسلامية أنفسهم، ودورهم في تنمية هذه القيم لدى طلاب المرحلة الثانوية من وجهة نظر المشرفين التربويين تخصص التربية الإسلامية، ولتحقيق هذا الهدف قام الباحث بإعداد أدوات البحث التي تضمنت: قائمة قيم التسامح الديني، واستبانة درجة امتلاك معلمي التربية الإسلامية لقيم التسامح الديني، واستبانة دور معلمي التربية الإسلامية في تنمية قيم التسامح الديني لدى طلاب المرحلة الثانوية، وقد بلغ عدد أفراد العينة (200) معلم للتربية الإسلامية، و(50) مشرفاً تربوياً. وقد كشفت النتائج عن امتلاك معلمي التربية الإسلامية لقيم التسامح الديني بدرجة متوسطة؛ حيث بلغ المعدل العام لاستجابات معلمي التربية الإسلامية (3.17) من أصل (5).

وهدفت دراسة محمد، ونعمة الله، وعبد الفتاح (2016) إلى الكشف عن برنامج مقترح يستخدم استراتيجية المحاكمة العقلية في تنمية قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر لدي الطلاب الدارسين لمادة علم النفس بالمرحلة الثانوية". واستخدم البحث المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج التجريبي. وتكونت عينة البحث من (50) طالبة من طالبات الصف الثاني الثانوي. وتمثلت أدوات البحث في استخدام اختبار قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر. وتناول البحث محورين وهما: المحور الأول: قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر، وتناول هذا المحور عدة نقاط وهم: أولاً: القيم، ثانياً: أهمية تدريس القيم في المناهج الدراسية، ثالثاً: الأسس العامة في إعداد إطار عام لتدريس القيم، رابعاً: التسامح. المحور الثاني: استراتيجية المحاكمة العقلية، وتحدث هذا المحور عن خطوات استراتيجية المحاكمة العقلية، وعلاقة قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر باستراتيجية المحاكمة العقلية. وجاءت نتائج البحث مؤكدة على وجود فروق كبيرة بين متوسطي درجات مجموعة البحث في كل من التطبيقين القبلي والبعدي وهذا يدل على أن هناك علاقة بين تدريس البرنامج وتنمية قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر لهؤلاء الطلاب، ويرجع ذلك إلي: صياغة محتوى البرنامج الذي تضمن موضوعات مرتبطة بواقع الحياة الاجتماعية وطبيعة المجتمع الليبي كنظم قبلي، والاستراتيجية التي يستخدمها البرنامج ساعدت الطلاب على التعبير عن آرائهم ووجهات نظرهم المختلفة. وأوصي البحث بضرورة إجراء مزيد من الدراسات التي تبحث في أنسب وأحدث الطرق لتنمية القيم.

كما هدفت دراسة حميدة (2017) إلى التعرف على برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتنمية التسامح الاجتماعي للمراهقين. وسعت الدراسة إلى تحديد الواقع الفعلي للتسامح الاجتماعي لدى المراهقين، وتحديد جوانب الضعف في التسامح الاجتماعي لدى المراهقين، وتحديد الواقع الفعلي للجهود المهنية للأخصائي الاجتماعي كمارس عام في تنمية التسامح الاجتماعي لدى المراهقين، وتحديد البرنامج المقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتنمية التسامح الاجتماعي لدى المراهقين. واستخدمت الدراسة منهج المسح الاجتماعي. واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التسامح الاجتماعي للمراهقين لتحديد الواقع الفعلي

للتسامح الاجتماعي للمراهقين، وتحديد جوانب الضعف في التسامح الاجتماعي للمراهقين، واستمارة استبيان لتحديد الواقع الفعلي للجهود المهنية للأخصائي الاجتماعي كمارس عام في تنمية التسامح الاجتماعي للمراهقين. وتكونت مجموعة الدراسة من جميع الأخصائيين الاجتماعيين العاملين بالمدارس الثانوية بالمنصورة وعددهم (47) أخصائي اجتماعي، وعينة عشوائية بلغت (10%) من طلاب الصف الأول والثاني الثانوي بمدرسة جمال عبد الناصر الثانوية العسكرية، حيث تم اختيارهم بالعينة العشوائية المنتظمة، وبلغ عددهم (135). وتوصلت الدراسة لعدة نتائج ومنها، نتائج مرتبطة بالواقع الفعلي للتسامح الاجتماعي للمراهقين، وأوجه الضعف المرتبطة به، ونتائج مرتبطة بخصائص عينة الدراسة من الأخصائيين الاجتماعيين، ونتائج مرتبطة بأدوار الممارس العام لتنمية التسامح الاجتماعي للمراهقين. كما قدمت الدراسة برنامجاً مقترحاً لتنمية التسامح الاجتماعي للمراهقين واشتمل على، الأسس التي يقوم عليها البرنامج المقترح، والغرض من البرنامج المقترح، وأnsاق التدخل لتنمية التسامح الاجتماعي لدى المراهقين، وخطوات التدخل المهني، والاستراتيجيات التي يعتمد عليها البرنامج المقترح، والتقنيات التي يعتمد عليها البرنامج، وأدوار الممارس العام، والأدوات المستخدمة، والمهارات المستخدمة، والفترة الزمنية للبرنامج المقترح.

كما هدفت دراسة الشمري، وسليمان، وأبو زيد (2018) إلى تنمية التسامح لطلاب الجامعة بكلية التربية بالكويت بالفرقة الثالثة شعبة اللغة العربية واللغة الإنجليزية من خلال برنامج معرفي سلوكي. وتكونت مجموعتي البحث من المجموعة التجريبية: وتضم (10) طالب وطالبة من طلاب الجامعة بكلية التربية بالكويت، والمجموعة الضابطة: وتتكون من (10) طالب وطالبة من طلاب الجامعة بكلية التربية بالكويت بالفرقة الثالثة شعبة اللغة العربية واللغة الإنجليزية. وقام الباحث بإعداد مقياس التسامح وبرنامج معرفي سلوكي لتنمية التسامح لدى طلاب الجامعة بالكويت. وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب القياسين القبلي والبعدي على مقياس التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات - التسامح مع الآخرين - التسامح مع المواقف غير المتحكم فيها) والدرجة الكلية لدى طلاب الجامعة، وعدم وجود فرق دال إحصائية بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على

مقياس التسامح وأبعاده (التسامح مع الذات - التسامح مع الآخرين - التسامح مع
المواقف غير المتحكم فيها) والدرجة الكلية لدى طلاب الجامعة

ثالثاً: الدراسات المتعلقة بالفراغ الوجودي:

تناولت دراسة ساوسويك وآخرون (2006) Southwick, et al، دور العلاج
بالمعنى كعلاج مكمل في علاج اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة: تدخل قائم على
تنمية معنى الحياة، وذلك لدى عينة من المحاربين القدامى الذين مروا بخبرات صادمة
ومحن عظيمة أدت إلى وجود العديد من الأعراض النفسية المزمنة التي نتجت عن
التعرض للصددمات ومواجهة الموت، وقد تمثلت عينة الدراسة من ثلاث حالات مزمنة.
وقد تم عمل برنامج علاجي قائم على العلاج بالمعنى معهم وقد استمر البرنامج على
مدى أشهر عديدة وقد دارت الجلسات العلاجية نحو تحقيق أربعة أهداف علاجية:
التخلص من الشعور بالذنب، والتخلص من الفراغ الوجودي وفقدان المعنى والهدف من
الحياة، والتخلص من شعور عدم الأمل في المستقبل، والتخلص من النزعة إلى وجهة
الضبط الخارجي.

وتناولت دراسة عبد الحليم (2007) فاعلية برنامج للعلاج بالمعنى في خفض
الشعور بقلق الموت لدى عينة من الشباب الجامعي. وقد هدفت الدراسة إلى اختبار
فاعلية العلاج بالمعنى في خفض الشعور بقلق الموت وكذلك تنمية الشعور بمعنى
الحياة لدى الشباب، وقد تكونت عينة الدراسة من (40) من الشباب الجامعي من
طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة عين شمس من مرتفعي الشعور بقلق
الموت ومنخفضي الشعور بمعنى الحياة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية
قوامها (20) طالب والثانية ضابطة قوامها (20) طالب، واستخدم الباحث أدوات وهي:
مقياس قلق الموت أعداد الباحث، اختبار الهدف من الحياة أعداد إسماعيل بدر
1990، وتوصلت الدراسة إلى أن العلاج بالمعنى قد ساهم بصورة واضحة في تنمية
الشعور بمعنى الحياة لدى الشباب وبالتالي خفض الشعور بقلق الموت لديهم.

أجرت خرابشة (2013) دراسة حول فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى النظرية
الوجودية في تحسين المرونة النفسية وقبول الذات والعلاقات الأسرية لدى عينة من
النساء المصابات بسرطان الثدي في الأردن هدفت الدراسة إلى الكشف عن فاعلية

برنامج إرشادي مستند إلى النظرية الوجودية في تحسين المرونة النفسية وقبول الذات والعلاقات الأسرية لدى عينة من النساء المصابات بسرطان الثدي في الأردن، تكونت عينة الدراسة من (24) مريضة من النساء المصابات بسرطان الثدي ممن حصلن على ادنى الدرجات على مقياس المرونة النفسية ومقياس قبول الذات ومقياس العلاقات الأسرية في الأردن، وزعت عشوائياً باستخدام جداول الأرقام العشوائية إلى مجموعتين: تجريبية (12) مصابة طبق عليهن البرنامج الإرشادي، وضابطة (12) مصابة أقتصر التعامل معهن على أساليب العلاج والإرشاد المتبعة معهن من قبل مركز الحسين للسرطان، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الأداء على مقياس المرونة النفسية ومقياس العلاقات الأسرية تعزى للمجموعة ولصالح أفراد المجموعة التجريبية. كما أشارت نتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الأداء على مقياس قبول الذات تعزى للمجموعة التجريبية.

كما أجرى الأبيض (2013) دراسة هدفت إلى استقصاء فعالية برنامج يستند للعلاج بالمعنى في خفض درجة الزهَاب الاجتماعيّ، وتنمية المعنى الإيجابي للحياة لدى عينة من الشباب. وتكونت العينة من (24) شاباً وشابة، تمّ تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين، تجريبية وضابطة. وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الأفراد في المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس معنى الحياة لصالح القياس البعدي، وتدني وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الأفراد في المجموعة الضابطة في القياسين القبلي والبعدي على مقياس معنى الحياة، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات أداء الأفراد في المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي على مقياس معنى الحياة لصالح المجموعة التجريبية.

فقد أجرى (البرزنجي، 2015) دراسة هدفت للتعرف على الفراغ الوجودي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المعلمات الأرامل، واستخدم الدراسة، تم استخدام المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته العلمية، وتكونت عينة الدراسة من (100) أرملة معلمة. اللاتي تزلمنه بعد عام (2003) إلى عام (2013) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الإستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات المرتبطة بالدراسة. حيث أظهرت نتائج الدراسة أن عينة البحث الحالي ليس لديهم فراغ وجودي، كما ويتضح

من نتائج الدراسة لا توجد علاقة ارتباطية ما بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية لدى عينة البحث الحالي.

وأجرى (مصطفى، 2013) دراسة هدفت للتعرف على الفراغ الوجودي وعلاقته باضطرابات الشخصية لدى عينة من الشباب الجامعي، تم استخدام المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته العلمية، وتكونت عينة الدراسة من (537) من الذكور والإناث تراوحت أعمارهم ما بين (18-21) سنة، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات المرتبطة بالدراسة . حيث أظهرت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية بين افراد العينة على مقياس الفراغ الوجودي ودرجاتهم على مقياس اضطرابات الشخصية، كما ويتضح من نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق داله احصائياً بين متوسطات درجات افراد العينة على مقياس الفراغ الوجودي تبعا لمتغيرات (النوع، المرحلة الدراسية، التخصص الاكاديمي)، كما وتبين ايضا نتائج الدراسة عدم توافر فروق في الفراغ الوجودي على وفق متغير التخصص الدراسي.

وأجرى (عبيدي، 2015) دراسة هدفت للتعرف على الفراغ الوجودي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، تم استخدام المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته العلمية، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة، واستخدمت الإستبانة كأداة لجمع البيانات والمعلومات المرتبطة بالدراسة . حيث أظهرت نتائج الدراسة ان طلبة الجامعة لا يعانون من الفراغ الوجودي، كما ويتضح من نتائج الدراسة وجود فروق في الفراغ الوجودي تبعا لمتغير الجنس، كما وتبين ايضا نتائج الدراسة لعدم توافر فروق في الفراغ الوجودي على متغير التخصص الدراسي.

3.2 التعقيب على الدراسات السابقة:

يلاحظ من خلال استعراض الدراسات السابقة ما يلي:

1. تنوعت الأهداف التي سعت لها الدراسات السابقة فقد كان بعضها يهتم

بدراسة برامج التسامح كدراسة حميدة (2017) ودراسة الشمري وسليمان

وأبو زيد (2018)، واهتمت دراسات اخرى بالفراغ الوجودي ومنها دراسة

عبد الحليم (2007)، ودراسة خرايشة (2013) ودراسة الأبييض (2013)،

وأهتتمت دراسات أخرى بالإنجاب لدى النساء ودلالاته النفسية كدراسة اسحاق (2007) ودراسة خاسكة (2012) ودراسة كرادشة والمحروقية (2016)

2. لقد وجد أن الدراسات القربية من الدراسة الحالية هي دراسات نادرة جدا.
3. اختلفت العينات المستخدمة للأمهات في الدراسات السابقة الوصفية ولكنها تراوحت بين كونها عينات وصفية وعينات تجريبية صغيرة..
4. اختلفت نتائج الدراسات السابقة المتعلقة بالانجاب لدى الزوجات وستبحث الدراسة الحالية في حالة واحدة وهي عندما تكون الزوجة متأخرة في الإنجاب والعمل على تنمية جوانب نفسية لديها.
5. لم تجد الباحثة حسب علمها أي من الدراسات السابقة التي تتجه لدراسة الموضوع لدى النساء المتأخرات في الانجاب .
6. واستفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في منهجية الدراسة، وفي مناقشة النتائج، وعند تطوير المقاييس.

الفصل الثالث المنهجية والتصميم

تشكل الإجراءات المنهجية للبحث الأساسيات العلمية التطبيقية التي تعتمد عليها الباحثة للوصول إلى أهداف البحث والإجابة عن تساؤلاته، وذلك عن طريق وصف منهج الدراسة وإجراءاتها، وتحديد عينة الدراسة وأهم خصائصها في ضوء المتغيرات الديموغرافية المحددة لها، بالإضافة إلى المقاييس المستخدمة، وكذلك الإجراءات المتبعة في التأكد من صدق وثبات المقاييس، وأخيراً الأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة البيانات.

1.3 منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي نظراً لملاءمته لطبيعة أهداف الدراسة، ويقوم المنهج الوصفي على وصف الظاهرة، بينما المنهج شبه التجريبي يقوم على التحقق من فعالية برنامج معين في تحسين ظاهرة معينة.

2.3 مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء المتأخرات في الانجاب، المرتادات لاتحاد المرأة الاردني خلال العام 2019-2020

3.3 عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من النساء المتأخرات في الانجاب لمدة تزيد عن سنة الى عشر سنوات، وترتاد اتحاد المرأة الأردني، وتم اختيارهن من خلال عمل اعلان بالاتحاد بالطريقة المتاحة، لمدة شهر، وقد استجاب للإعلان (18) متزوجة، واللواتي تتراوح أعمارهن بين 20-45 سنة، ويعشن في محافظة الكرك، وتم تقسيمهن الى مجموعتين تجريبية (9) نساء وضابطة (9) نساء، حيث طبق البرنامج على اعضاء المجموعة التجريبية فيما لم يتم تطبيق البرنامج على اعضاء المجموعة الضابطة.

4.3 أدوات الدراسة

تم تطوير مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي، وبناء البرنامج الإرشادي الوجودي.

أولاً: مقياس التسامح

تم تطوير المقياس من خلال الرجوع إلى الأدب النظري المتعلق بعلم النفس الإيجابي، والأدوات والمقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة مثل دراسة (شقيير، 2010؛ وابو فراج، 2004 والمزين، 2009). وتكون المقياس بصورته الأولية من (30) فقرة موزعة على ثلاثة ابعاد وهي (التسامح المعرفي بمعنى الافكار التي يحملها الفرد عن الاخرين تساعده في التسامح وعدد فقراته (10 فقرات)، التسامح الوجداني ويقصد به الانفعالات التي يحملها الفرد عن الاخرين وعدد فقراته (10 فقرات)، والتسامح الاجتماعي ويقصد به العلاقات التي يقيمها الفرد ويسامح فيها الاخرين وعدد فقراته (10 فقرات). وبدائل الإجابة وفق مقياس ليكرت الخماسي وتضم فقرات إيجابية و فقرات سلبية.

أولاً: صدق المقياس: تم التأكد من دلالات صدق المقياس بطريقتين:

1- صدق المحكمين: حيث تم عرض المقياس على (10) محكمين لإبداء آراءهم بفقراته، من حيث انتمائها ومناسبتها ودقة صياغتها اللغوية ومناسبتها للبيئة الاردنية، وتم اعتماد اتفاق (8) محكمين منهم على صلاحية الفقرة لتضمينها في المقياس وبعد الاطلاع على آراء المحكمين تم تعديل (5) فقرات. والجدول (1) يبين الفقرات قبل التعديل وبعده.

جدول (1)

ملاحظات المحكمين قبل التعديل وبعده لمقياس التسامح

الرقم	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
1	أنا راضٍ عن أعمالك الشخصية	أنا راضية عن أعمالك الحياتية
3	بمرور الوقت، أجد عذاراً عند ارتكابي الأخطاء.	أجد عذاراً مناسبة عند ارتكابي اخطائي
7	لا أتمسك برأيي إذا شعرت أنه خطأ	أصر على رأي عند الشعور بالخطأ
14	أبتعد عن الشخص الذي أساء لي وأرفض التعامل معه.	أبتعد عن الشخص الذي يسيء لي
18	أعتقد أنه يجب تقبل ذوي الاحتياجات الخاصة في الحياة الاجتماعية	أرى بضرورة التعامل مع جميع الأفراد بغض النظر عن حاجاتهم

2-صدق البناء الداخلي: تم إيجاد معامل ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس وباللغة (30) مع العلامة الكلية لكل بعد، ثم ارتباط كل فقرة مع العلامة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددها (30) امرأة متأخرة من الانجاب من خارج عينة الدراسة ومن داخل مجتمعها وتم اعتماد معامل ارتباط (0.25) فأعلى لقبول الفقرة، والجدول (2) يظهر النتائج:

جدول (2)

معامل ارتباط فقرات مقياس التسامح بالبعد والدرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
1	0.55**	0.58**	11	0.66**	0.58**	21	0.55**	0.47*
2	0.35*	0.68**	12	0.60**	0.56**	22	0.54**	0.49*
3	0.35*	0.60**	13	0.67**	0.50**	23	0.47*	0.58**
4	0.31*	0.58**	14	0.47*	0.47*	24	0.41*	0.65**
5	0.41*	0.47*	15	0.58**	0.41*	25	0.39*	0.66**
6	0.47*	0.69**	16	0.59**	0.47*	26	0.38*	0.60**
7	0.58**	0.70**	17	0.57**	0.38*	27	0.38*	0.38*
8	0.64**	0.47*	18	0.47*	0.33*	28	0.47*	0.41*
9	0.47*	0.48*	19	0.39*	0.39*	29	0.44*	0.47*
10	0.47*	0.50**	20	0.47*	0.47*	30	0.58**	0.44*

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ** دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يتبين من الجدول (2) بأن معاملات الارتباط لفقرات مقياس التسامح للبعد والدرجة الكلية قد كانت دالة احصائياً، وأن جميع فقرات المقياس قد تجاوزت معيار قبولها وهو معامل الارتباط (0.25) .

ثانياً: ثبات المقياس: تم حساب معامل الثبات لمقياس التسامح من خلال تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية مكونة من (30) امرأة متأخرة في الانجاب من خارج عينة الدراسة ومن داخل مجتمعها مرتين وبفاصل زمني مقداره ثلاثة أسابيع، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين لأبعاد المقياس ودرجته الكلية، وكذلك تم إيجاد مؤشرات الاتساق الداخلي من خلال كرونباخ ألفا، والجدول (3) يوضح نتائج ذلك.

جدول (3)

معاملات ثبات مقياس التسامح

الإبعاد	عدد الفقرات	اعادة الاختبار	كرونباخ الفا
التسامح مع الذات	10	0.81*	0.82
التسامح مع الآخرين	10	0.91*	80,0
التسامح مع المواقف	10	0.89*	0.83
الدرجة الكلية للتسامح	30	0.91*	0.84

يلاحظ من الجدول (3) بأن معاملات ثبات مقياس التسامح بطريقة كرونباخ ألفا قد تراوحت للأبعاد بين (0.80-0.83)، وبطريقة الاعادة فقد تراوحت للأبعاد بين (81,0 - 91,0)، وتعد مثل هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية. والملحق (ج) يبين المقياس بالصورة النهائية .

تصحيح المقياس:

تكون سلم الإجابة لفقرات المقياس من خمسة بدائل هي: دائما، غالبا احيانا، نادرا اطلاقا. وتم تحويل هذه البدائل الى درجات بحيث يأخذ البديل دائما (5)، غالبا (4)، احيانا (3)، ونادرا (2) واطلاقا (1)، وبذلك فإن مدى الدرجة على المقياس تتراوح بين (30-150) درجة، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع مستوى التسامح لدى المرأة المتأخرة، ولتحديد مستويات الدرجات على المقياس تم استخدام المعادلة التالية: طول الفئة=(الحد الأعلى للمقياس- الحد الأدنى للمقياس)/عدد المستويات المفترضة، وطول الفئة= $3/(1-5)=1.33$ ، وبناءً على هذه المعادلة فإن مستويات درجات المقياس كانت على النحو التالي: منخفض: (2.33 فما دون)، متوسط: (2.34 - 3.67)، عالي: (3.68 فأعلى).

ثانيا: مقياس الفراغ الوجودي.

تم تطوير مقياس " الفراغ الوجودي " لأغراض هذه الدراسة، وذلك من خلال مراجعة الأدب النظري، والدراسات السابقة في موضوع الفراغ الوجودي، وقد تم الاستفادة من دراسة (Frankl, 2004)، ودراسة (Jim, 2004) والعقيلي (2004). وتكون المقياس بصورته الأولية من (28) فقرة تقيس الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات بالإنجاب، وهي موزعة على (4) أبعاد هي (عدم الانتماء، عدم الاحساس

بالقيمة، فقدان الهدف، العجز)، بواقع (7) فقرات لكل بعد ، ولكلّ فقرة سلّم إجابات خماسي، يتكوّن من: (وافق بشدة، وافق، محايد، لا وافق، لا وافق بشدة).

أبعاد الفراغ الوجودي

1. عدم الانتماء: يرى الفرد نفسه غير منتمي للمجتمع الذي يعيش فيه
2. عدم الاحساس بالقيمة: يرى الفرد نفسه لا يحس بالقيمة
3. فقدان الهدف: يرى نفسه انه ليس لديه اهداف بحياته
4. العجز: يرى نفسه عاجزا عن تحقيق ما يريد الوصول اليه.

تمّ التحقق من صدق المقياس من خلال:

أ-صدق المحكمين: تمّ عرض فقرات مقياس الفراغ الوجودي بصورته الأولى المكونة من (28) فقرة، على (10) محكمين، وقد تمّ اعتماد إجماع (8) من المحكمين لقبول الفقرات والإبقاء عليها، وتم اجراء التعديل على (9) فقرات. بينما لم يتم حذف أي فقرة، وبقي المقياس مكوناً من (28) فقرة. والجدول (4) يبين الفقرات قبل التعديل وبعده.

جدول (4)

ملاحظات المحكمين قبل التعديل وبعده لمقياس الفراغ الوجودي

الرقم	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
2	اتعاطف عادة مع الآخرين في قضاء حوائجهم	اتعاطف مع الآخرين من اجل قضاء حوائجهم
4	اشعر شعورا قويا بالانتماء والولاء للأسرة التي انتمي لها	اشعر شعورا قويا بالانتماء للأسرة التي اعيش فيها
10	اشعر بقيمتي كإنسان	ارى ان لي قيمة كفرد في هذه الحياة
12	لا استطيع الاعتراض عندما لا وافق على شيء	يمكن الاعتراض على ما يخالفني
13	اشعر ان الحياة لها قيمة	حياتي لها اهمية اسعى لتحقيقها
15	ليس لي هدف في الحياة	اهدافي بعيدة عن مرادي
17	اشعر انني مسلوب الارادة	أنا مسلوب الارادة فيما اسعى اليه
23	ارى انه لا معنى لسعي الناس وكدهم بالحياة	ان الناس يسعون لتحقيق أشياء صعبة عليهم
27	لا استطيع انجاز ما يطلب مني انجازه	اعجز عن انجاز ما يطلب مني بالحياة

ب- صدق البناء الداخلي: تمّ حساب دلالات صدق البناء للمقياس من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية، حيثُ تم إيجاد معامل الارتباط بين مجموع درجات العينة الاستطلاعية التي تضمّ (30) امرأة متأخرة في الانجاب، تمّ اختيارهن من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها، حيثُ تمّ حساب معاملات الارتباط على كلّ فقرة من فقرات كلّ مقياس، والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (5) يظهر النتائج

جدول (5)

معامل ارتباط فقرات مقياس الفراغ الوجودي بالبعد والدرجة الكلية

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالبعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل الارتباط بالبعد	رقم الفقرة
					عدم الانتماء
0.47*	0.39*	8	0.60**	0.55**	1
0.41*	0.39*	9	0.68**	0.51**	2
0.48*	0.58**	10	0.47*	0.47*	3
0.57**	0.55**	11	0.41*	0.40*	4
0.55**	0.57**	12	0.48*	0.38*	5
0.64**	0.69**	13	0.58**	0.39*	6
0.77**	0.71**	14	0.58**	0.38*	7
					فقدان الهدف
0.57**	0.48*	22	0.50**	0.54**	15
0.38*	0.38*	23	0.58**	0.58**	16
0.47*	0.47*	24	0.47*	0.64**	17
0.47*	0.38*	25	0.34*	0.60**	18
0.54**	0.47*	26	0.47*	0.47*	19
0.44*	0.58**	27	0.45*	0.41*	20
0.41*	0.55**	28	0.44*	0.48*	21

* دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ** دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)

يتبين من الجدول (5) بأن معاملات الارتباط لفقرات مقياس الفراغ الوجودي للبعد والدرجة الكلية قد كانت دالة احصائياً، وأن جميع فقرات المقياس قد تجاوزت معيار قبولها وهو معامل الارتباط (0.25). وهذا مؤشر على صدق البناء للمقياس.

ثبات مقياس الفراغ الوجودي

تم استخلاص مؤشرات ثبات المقياس باستخدام أسلوب الاتساق الداخلي والاختبار وإعادة، وتم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، حيث تم تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه على العينة نفسها بفواصل زمني بلغ أسبوعين، وتم إيجاد معاملات الارتباط بين التطبيقين، كذلك تم حساب قيم الاتساق الداخلي للمقياس ككل ولكل بعد من أبعاده باستخدام معامل كرونباخ ألفا، والجدول (6) يوضح نتائج ذلك.

جدول (6)

معاملات ثبات مقياس الفراغ الوجودي

الإبعاد	عدد الفقرات	اعادة الاختبار	كرونباخ الفا
عدم الانتماء	7	0.88*	0.85
عدم الاحساس بالقيمة	7	0.84*	86,0
فقدان الهدف	7	0.85*	0.84
العجز	7	0.83*	0.85
الدرجة الكلية	28	0.91**	0.88

يلاحظ من الجدول (6) بأن معاملات ثبات مقياس التسامح بطريقة كرونباخ ألفا قد تراوحت للأبعاد بين (0.84-0.86) وبطريقة الاعادة فقد تراوحت للأبعاد بين (83,0 - 88,0)، وتعد مثل هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية. والملحق (هـ) يبين المقياس بالصورة النهائية .

تصحيح المقياس:

تكون سلم الإجابة لفقرات المقياس من خمسة بدائل هي: أوافق بشدة، اوافق، محايد، لا اوافق، لا أوافق بشدة. وتم تحويل هذه البدائل الى درجات بحيث يأخذ البديل اوافق بشدة (5)، اوافق (4)، محايد (3)، لا اوافق (2) ولا اوافق بشدة (1)، وبذلك فإن مدى الدرجة على المقياس تتراوح بين (28-140) درجة، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع مستوى الفراغ الوجودي لدى المرأة المتأخرة، ولتحديد مستويات

الدرجات على المقياس تم استخدام المعادلة التالية: طول الفئة=(الحد الأعلى للمقياس- الحد الأدنى للمقياس)/عدد المستويات المفترضة، وطول الفئة=(5-1)/3=1.33، وبناءً على هذه المعادلة فإن مستويات درجات المقياس كانت على النحو التالي: منخفض: (2.33 فما دون)، متوسط: (2.34 - 3.67)، عالي: (3.68 فأعلى).

ثالثاً: البرنامج الإرشادي الوجودي

تم بناء البرنامج الإرشادي والمكون من (14) جلسة إرشادية مدة كل جلسة بين (60-90) دقيقة، والملحق (و) يمثل البرنامج بالصورة النهائية. عنوان البرنامج: نحو تنمية التسامح وتخفيف الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب.

تم الاعتماد في إعداد هذا البرنامج على الإطار النظري للدراسة وما أتيح الاطلاع عليه من الكتب والمراجع في مجال اللياقة النفسية من مثل (الكناني، 2012، محمد ونعمة الله وعبد الفتاح، 2016، محمود، 2009، المزين، 2009، عبيدي، 2015).

وتم تحديد محتوى البرنامج بحيث يكون مناسباً لأهداف ذلك البرنامج، وكذلك لطبيعة وخصائص عينة الدراسة الحالية، وقد تم تحديد البرنامج بعدد من الجلسات بلغت (14) جلسة، وأهداف كل جلسة وموضوعاتها والفترة الزمنية المخصصة لها، وكذلك الأنشطة والاستراتيجيات والمواد والوسائل التعليمية المستخدمة والاستراتيجيات والفنيات والمواد والوسائل التعليمية المستخدمة في تنفيذها، بالإضافة إلى التقييم الذاتي لكل جلسة، وقد روعي في محتوى البرنامج المقترح أن يكون مرتبطاً بالأهداف، وأن يرتبط بالواقع الذي يعيش فيه أفراد العينة، وأن يتضمن مواقف حياتية تتناسب مع المتأخرات في الانجاب.

ونبعت أهمية البرنامج من كون المملكة الاردنية الهاشمية حققت تقدماً ملحوظاً في مجال الاهتمام النفسي؛ واصبحت كعدد تضاهي بعض الدول المتقدمة، وخاصة لمن يعاني من مشكلات نفسية كالتأخر في الانجاب.

ويهدف البرنامج الإرشادي إلى تحقيق هدفه الرئيس ومجموعة من الأهداف الخاصة وأهمها تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي .
الأهداف الخاصة:

1. تنمية التسامح لدى المتأخرات في الانجاب.
 2. خفض الفراغ الوجودي لدى المتأخرات في الانجاب.
- الأسس التي يقوم عليها البرنامج:

1- الأسس العامة:

تمّ مراعاة احترام حقوق المتأخرات في الانجاب في اختيار الاشتراك في البرنامج، وحرية التعبير عن آرائهنّ وأفكارهن، وسريّة مشكلاتهن وخصوصيتها، في إطار علاقة إيجابية تخضع لحدود أخلاقيات العلاج النفسيّ.

2- الأسس الفلسفية:

يقوم البرنامج على أسس فلسفية أساسها أنّ الأفكار التي تكتسبها المتأخرة بالانجاب خلال مراحل حياتها هي الأساس في تحديد انفعالاته وسلوكياته، وأنّ لكلّ منها أفكارها الخاصة به والتي تشكّل فلسفته تتبناها عن نفسها وعن الآخرين، وعن الأحداث التي تمرّ عليها في حياتها.

3- الأسس النفسيّة:

الحصيلة التي ستكتسبها المتأخرة في الانجاب من مهارات واستراتيجيات ومعلومات، وما سيتغيّر لديهم من اتجاهات وأفكار، تؤثّر في انفعالاتهن وسلوكياتهن لتحسين مستوى التسامح وخفض الفراغ الوجودي، عن طريق ما تمّ تعلّمه من جلسات البرنامج الإرشادي، أو من خلال مجهودهن الذاتي، مع الأخذ في عين الاعتبار مراعاة الفروق الفردية بين المتأخرات في الانجاب.

4- الأسس الاجتماعيّة:

مراعاة الجانب الاجتماعيّ في البرنامج، من خلال فهم ثقافة النساء الذين ينتمون إليها من عادات وتقاليد وأعراف، والاهتمام بالمتأخرات بالانجاب كأعضاء في المجموعة الإرشادية، وتشجيعهن على تحقيق توازن في علاقاتهم الاجتماعيّة خارج

الجلسة، وحثّهن على التعبير عن آرائهن ومشاعرهن وحقوقهن وبالمقابل احترام آراء الآخرين ومشاعرهم وحقوقهم؛ لتحقيق مزيد من التفاعل الاجتماعيّ.

5-مراعاة أخلاقيات البحث العلمي:

راعت الباحثة القواعد الأخلاقية في تقديم البرنامج الإرشادي، من حيث عدم إجبار عينة الدراسة على الاشتراك في البرنامج، وأخذ موافقتهم، والسرية في المعلومات التي تحصل الباحثة عليها، وعدم السخرية، والاهتمام بالعلاقة الإرشادية فقط، وإشراكهن في كل خطوة من خطوات البرنامج.

يعتمد البرنامج المستخدم في الدراسة الحالية على ما يلي:

1-المناقشة المفتوحة: تعد هذه المناقشة ضرورية خصوصا حينما يطلب الأمر تقوية العلاقة بين الباحثة والمتأخرات في الانجاب لتحديد طبيعة المشكلة وتقييمها والمشاركة في وضع أهداف البرنامج الإرشادي.

2-مراجعة الجلسة السابقة: استدعاء المكونات الأساسية التي تضمنتها الجلسة السابقة (بمشاركة المتأخرات بالانجاب)، ومراجعة الواجبات المنزلية والتأكد من إتمامها وهو يعد تغذية راجعية، وربط الجلسة السابقة بالجلسة الحالية ؛ حتى يكون هناك تواصل بالنسبة للبرنامج.

3- تعليم الفنية الجديدة: من خلال شرح الأسس النظرية للفنية الجديدة وإعطاء أمثلة توضيحية عليها، والتدريب على الفنية الجديدة والتدرج في مدى صعوبتها.

4- التقييم الذاتي للجلسة (تغذية مرتدة): حيث تسأل الباحثة المتأخرات عن الانجاب عن توقعاتهن بالنسبة للجلسة، وما مدى الاستفادة منها؟ وما المتوقع في الجلسة القادمة؟

5- الواجبات المنزلية: تحديد واجب منزلي في الجلسة، ويطلب من المتأخرات بالانجاب تطبيق ما تم اكتسابه من مهارات.

6 - مراجعة محتوى الجلسة: إعطاء الباحثة ملخص واف وسريع لما تم تناوله في الجلسة والتدريب عليه.

وتستخدم الباحثة مجموعة من الاستراتيجيات أثناء تطبيقها البرنامج الإرشادي، وهي كالتالي: المناقشة الجماعية والحوار، النمذجة ولعب الدور، الواجبات المنزلية،

التخيل، التأمل، التعبير الحر، التساؤل، زيادة معنى الحياة، إيضاح المشاعر، اللاتوجيهية، القصة الرمزية، السؤال السقراطي، الاستبيانات، المواجهة، الحديث الذاتي الإيجابي، تعديل الاتجاهات، الإرشاد الديني، القصد العكسي، صرف التفكير المحاضرة، المرح والدعابة، مهارة حل المشكلات، ضبط الذات، مراقبة الذات، الأنشطة الترويحية.

وتستخدم الباحثة مجموعة من الأدوات، وهي: رسومات، جهاز عرض البيانات (Data show)، شاشة عرض جدارية، أقلام حبر، أقلام لوح، أوراق بيضاء، قصص، كراسي، سجل الواجبات المنزلية، أوراق عمل، بطاقات ملونة، بطاقات تعريفية، مخططات توضيحية، طبة صوف، صندوق.

مراحل تطبيق البرنامج الإرشادي

يمر تنفيذ البرنامج عبر خمسة مراحل :

1. مرحلة البدء : يتم خلالها التعارف والتمهيد بين المرشدة ومجموعة المسترشذات وشرح أهداف البرنامج وشكل العلاقة الإرشادية ، ويتجلى ذلك من خلال الجلسة التمهيدية الأولى .

2. مرحلة الانتقال : يهدف إلى إلقاء الضوء على المشكلة الرئيسية وهي تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب.

3. مرحلة العمل والبناء :يتم في الجلسات ارشاد أفراد العينة على تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب كما سيتم استخدام فنيات الرشاد النفسي مثل : المحاضرة والحوار السقراطي و النمذجة والقصة الرمزية .

4. مرحلة الإنهاء : يهدف إلى الوقوف على الأهداف التي حققها البرنامج الإرشادي وإعادة تطبيق مقياس التسامح والفراغ الوجودي (قياس بعدي) لمعرفة مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى العينة التجريبية.

5. مرحلة المتابعة : متابعة العينة التجريبية بعد إنهاء البرنامج لمدة شهر لمعرفة أثر البرنامج الإرشادي والتغير الذي أحدثه.

قدم البرنامج لأعضاء المجموعة الإرشادية والتي خضعت للبرنامج الإرشادي مجموعة من الخدمات والمتمثلة في الخدمات الآتية:

1-الخدمات النفسية: وتمثلت في مساعدة النساء في تحسين أساليبهن في التعامل مع انفعالاتهن، وركزت على مساعدة النساء في اكتساب بعض المهارات المساعدة على التسامح.

2-الخدمات الاجتماعية: وركزت في توثيق العلاقة بين المتأخرات في الانجاب من أعضاء مجموعة الدراسة وتوضيح أطر العلاقة مع أفراد المجتمع والمساعدة على إكساب أعضاء المجموعة الإرشادية أساليب التفاعل السوي مع الآخرين.

3-الخدمات الوقائية: ركزت على تنمية الجوانب الوقائية للمتأخرات في الانجاب من خلال تنمية الجانب الشخصي الإيجابي، والذي يدعم أسس التفكير السوي ويعمل على وقاية النساء من حدوث المشكلات المرتبطة بالحياة الشخصية.

4-الخدمات البنائية: تمثلت في تطوير مهارات لدى المتأخرات في الانجاب مثل مهارة الضبط الذاتي وإدارة العلاقات لتخفيض الفراغ الوجودي. تضمن التقويم اتباع الإجراءات التالية:

1- قياس قبلي لتحديد مستوى المتأخرات في الانجاب في المتغير التابع للبحث وهو التسامح والفراغ الوجودي للمجموعتين التجريبية والضابطة.

2- قياس بعدي يهدف للكشف عن فعالية البرنامج الإرشادي في التسامح والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة من خلال اعادة تطبيق على المجموعتين التجريبية والضابطة.

3- قياس تتبعي يهدف للكشف عن بقاء أثر البرنامج الإرشادي في التسامح والفراغ الوجودي وذلك بعد شهر من القياس البعدي على اعضاء المجموعة التجريبية.

تحكيم البرنامج

للتأكد من ملاءمة محتوى البرنامج الإرشادي لأفراد عينة الدراسة:

من خلال صدق البرنامج حيث تم عرض البرنامج على (6) من أعضاء هيئة التدريس، والملحق (ح) يبين اسماء المحكمين، وطلب منهم بيان ما يلي:

1. صلاحية البرنامج الإرشادي للتطبيق على عينة البحث الحالي

2. مدى ارتباط اهداف الجلسات بالمحتوى الارشادي.
 3. مدى ملاءمة الاستراتيجيات والأنشطة والمهام المستخدمة في كل جلسة لمستوى خصائص عينة البحث.
 4. مدى ملاءمة الزمن المحدد لكل جلسة من جلسات البرنامج.
 5. مدى ملاءمة التقييم لأهداف الجلسة.
- وقد حرصت الباحثة على التأكد من استمرارية أثر البرنامج الارشادي وذلك على النحو التالي:

1. تم بعد نهاية البرنامج الارشادي بإعادة تطبيق أدوات الدراسة لقياس المهارات المتعلمة على المجموعتين التجريبية والضابطة.
2. بعد تطبيق القياس البعدي بعد مرور فترة شهر، حيث اعيد التطبيق على النساء أعضاء المجموعة التجريبية فقط.
3. تم الالتقاء بعد انتهاء البرنامج مع افراد المجموعة الضابطة لمساعدتهن في حسن التكيف من حيث التسامح والفراغ الوجودي بواقع لقاءين.

5.3 تصميم الدراسة

تعدّ هذه الدراسة من الدراسات شبه التجريبية، حيث تمّ توزيع أفراد الدراسة على مجموعتين (تجريبية، وضابطة)، للإجابة على أسئلة الدراسة، واختبار أسئلتها، تم اختيار تصميم عاملي (2 1x) لدراسة أثر المتغير المستقل وهو البرنامج الارشادي، على المتغير التابع وهو الدرجة المتحققة على (مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي)، ويمكن توضيح التصميم على النحو الآتي:

جدول (7)

تصميم الدراسة

A	O1	X	O2	O3
B	O1	-----	O2	--

حيث ترمز:

A : المجموعة التجريبية

B: المجموعة الضابطة

X : البرنامج الإرشادي

O 1: مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي القبلي

O 2: مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي البعدي

O 3: مقياس التسامح ومقياس الفراغ الوجودي التتبعي

6.3 إجراءات الدراسة

1. تم الحصول على الموافقة الرسمية من جامعة مؤتة، ومن ثم مخاطبة الجهات اللازمة من أجل اتمام تطبيق الدراسة.

2. تم إعداد أدوات الدراسة وتقنياتها واستخراج الخصائص السيكومترية لضمان صدقها وثباتها.

3. تم تحديد عينة الدراسة والتوزيع العشوائي لها على المجموعتين التجريبية والضابطة، بعد التحقق من انطباق شروط المشاركة في البرنامج الإرشادي عليهن، وتم التطبيق القبلي للمقياس.

4. تم التحقق من تكافؤ المجموعتين في مقاييس الدراسة قبل تطبيق الدراسة على أفراد المجموعة التجريبية

تكافؤ المجموعتين على مقاييس الدراسة:

فحص تكافؤ المجموعتين:

تم التَّحَقُّق من تكافؤ المجموعتين (التجريبية والضابطة) على مقاييس: (التسامح والفراغ الوجودي) في القياس القبلي قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، ومن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والضابطة قبل البدء بالمعالجة للتأكد من تكافؤ المجموعات على تلك المقاييس، ذلك بتطبيق اختبار (T-Test) لعينتين مستقلتين، ويوضِّح الجدول (8) نتائج المقارنة، من خلال قيمة اختبار (T) لدلالة الفروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، على مقياس الدراسة في القياس القبلي.

جدول (8)

نتائج اختبار (T-TEST) لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياسي الدراسة
(التسامح والفراغ الوجودي) على الاختبار القبلي

المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة T))	مستوى الدلالة
التسامح مع الذات	التجريبية	9	2.56	0.78	16	0.48-	0.64
	الضابطة	9	2.69	0.35			
التسامح مع الآخرين	التجريبية	9	2.84	0.46	16	1.00-	0.92
	الضابطة	9	2.87	0.52			
التسامح مع المواقف	التجريبية	9	2.79	0.41	16	0.48-	0.64
	الضابطة	9	2.88	0.36			
الدرجة الكلية للتسامح	التجريبية	9	2.73	0.37	16	0.55-	0.59
	الضابطة	9	2.82	0.25			
عدم الانتماء	التجريبية	9	2.78	0.49	16	0.73-	0.48
	الضابطة	9	2.95	0.46			
عدم الاحساس بالقيمة	التجريبية	9	2.85	0.53	16	0.85-	0.41
	الضابطة	9	3.05	0.45			
فقدان الهدف	التجريبية	9	2.85	0.29	16	0.50-	0.62
	الضابطة	9	2.94	0.41			
العجز	التجريبية	9	3.24	0.51	16	1.18	0.26
	الضابطة	9	2.93	0.59			
الدرجة الكلية للفراغ الوجودي	التجريبية	9	2.93	0.26	16	0.27-	0.79
	الضابطة	9	2.97	0.28			

تظهر نتائج الجدول (8) عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مقاييس الدراسة التسامح والفراغ الوجودي سواء على الدرجة الكلية أو على الأبعاد، مما يدل على وجود تكافؤ بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في القياس القبلي.

5. تم بناء البرنامج الإرشادي والتحقق من مناسبته للدراسة من خلال عرضه على عينة من المحكمين بلغت (6) محكمين. والملحق (ح) يبين اسماؤهم.

6. تم تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية على مدى (14) جلسة، بمعدل جلستين في الأسبوع، وتتراوح مدة الجلسة بين (60- 90) دقيقة، في حين لم تخضع له المجموعة الضابطة.

7. تم تطبيق مقاييس الدراسة بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي، (التطبيق البعدي) على مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) وذلك بهدف التعرف على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

8. تم تطبيق قياس المتابعة على أفراد المجموعة التجريبية بعد مُضي شهر من انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي .

9. تم ادخال البيانات إلى جهاز الحاسوب ومعالجتها بواسطة رزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وإجراء التحليلات الإحصائية اللازمة.

7.3 متغيرات الدراسة:

-المتغير المستقل: البرنامج الإرشادي القائم على النظرية الوجودية.

-المتغير التابع: التسامح والفراغ الوجودي.

8.3 المعالجة الإحصائية

استخدم في الدراسة الحالية تصميم المنهج شبه التجريبي، للوصول إلى النتائج، تم استخدام معاملات ارتباط بيرسون وكروناخ الفا للتحقق من الخصائص السيكمترية للمقياس.

وتم استخدام اختبار ت للعينات المستقلة للتحقق من تكافؤ المجموعتين في المقياسين.

كما تم استخدام اختبار مان وتي في السؤال (الأول والثاني)، واختبار ويلوكسون للإجابة عن السؤال (الثالث).

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

1.4 عرض النتائج والمناقشة

السؤال الأول: هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) بين متوسط استجابات أفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس التسامح تعزى للبرنامج؟

للإجابة عن السؤال الأول تم استخدام اختبار (كلومجروف - سميرنوف) لفحص اعتدالية التوزيع لأفراد عينة الدراسة ($n = 18$) على المقياسين التسامح والفراغ الوجودي، والجدول (9) يبين النتائج

جدول (9)

نتائج اختبار اعتدالية التوزيع الاحتمالي لدرجات المتأخرات بالإنجاب على مقياس التسامح والفراغ الوجودي باستخدام اختبار (كلومجروف - سميرنوف)

المقياس	المجموعة	الاختبار الإحصائي	درجات الحرية	مستوى الدلالة
التسامح	التجريبية	0.72	8	0.67
الضابطة		0.55	8	0.54
الفراغ	التجريبية	0.97	8	0.28
الوجودي	الضابطة	1.24	8	0.09

وبناء على نتائج التحليل الواردة في الجدول (9)، والتي أشارت إلى أن استجابات المتأخرات بالإنجاب (المجموعة التجريبية) على الدرجة الكلية لا تحقق افتراض التوزيع الطبيعي، لذا تم استخدام اختبار "مان ويتني" اللامعلمي.

وعلى الرغم من أن الاختبارات اللامعلمية تتعامل مع رتب المتوسطات فإنه تم حساب المتوسطات الحسابية للتعرف على الفروق الظاهرة بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، والجدول (10) يوضح النتائج

جدول (10)

المتوسّطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعتين في القياس البعدي على مقياس التسامح الدرجة الكلية والأبعاد

الانحراف المعياري	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		البعد
	المتوسّط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسّط الحسابي	الانحراف المعياري	
0.44	2.85	0.29	3.35	0.29	التسامح مع الذات
0.47	2.84	0.19	3.51	0.19	التسامح مع الآخرين
0.36	2.88	0.20	3.57	0.20	التسامح مع المواقف
0.28	2.86	0.13	3.48	0.13	الدرجة الكلية

يُتَّضح من الجدول (10) وجود فروق ظاهرية بين المجموعتين في الأبعاد والدرجة الكلية، وللتحقُّق من أن الفروق ذات دلالة إحصائية تمَّ استخدام اختبار مان وتني (Mann-Whitney) اللامعلمي لتوضيح دلالة واتجاه الفروق بين رتب متوسّطات درجات المجموعة التجريبية ورتب متوسّطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التسامح على الدرجة الكلية والأبعاد، والجدول (11) يوضح نتائج هذا السؤال :

جدول (11)

نتائج اختبار (Mann-Whitney) للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التسامح على الاختبار البعدي

حجم الاثر	مستوى الدلالة	Z	مان وتني U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	المجموعة	المجال
34%	0.03	2.17-	16.00	110.00	12.22	9	التجريبية	التسامح مع الذات
				61.00	6.78	9	الضابطة	
49%	0.00	2.69-	7.00	119.00	13.22	9	التجريبية	التسامح مع الآخرين
				52.00	5.78	9	الضابطة	
62%	0.00	3.59-	0.00	126.00	14.00	9	التجريبية	التسامح مع المواقف
				45.00	5.00	9	الضابطة	
69%	0.00	3.49-	1.00	125.00	13.89	9	التجريبية	الدرجة الكلية
				46.00	5.11	9	الضابطة	

**دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$)

تظهر نتائج الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيية والضابطة على مقياس التسامح وأبعاده على الاختبار البعدي وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبيية.

لقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبيية والضابطة على مقياس التسامح وأبعاده ولصالح المجموعة التجريبيية.

ويساعد التسامح في تحسين الضبط الذاتي للعواطف والانفعالات تجاه شيء ما قد يختلف عليه الفرد، أو يعترض عليه، أو يعتبره مصدر خطر أو يحمل اتجاهات سلبية نحوه وذلك بهدف المحافظة على بقاء جماعة اجتماعية أو سياسية واستمرار الانسجام بين أفرادها، وبالتالي ينصرف ذهن النساء عن الأفكار السلبية ويتجه نحو الأفكار والسلوكيات الايجابية. وتستطيع الزوجات المتأخرات في الانجاب المتسامحات من انهاء عدواتهن لمن يسخر او يستهزئ او يعلق عليهن نتيجة وضعهن الحالي.

ويلاحظ من خلال نتيجة السؤال ان النساء المتأخرات في الانجاب قد تحسن في التسامح مع الذات ومع الآخرين ومع المواقف التجارب والخبرات اللواتي يتعرضن لها، حيث يساهم الارشادي المستند الى العلاج الوجودي بشكل كبير في العملية الإرشادية من خلال أنه يؤكد على فعالية الفرد ودوره واهميته في الحياة ومعنى حياته، ويقلل من خوفه من الابتعاد عن الآخرين. حيث يشكل التسامح الحقيقي يشكل عملية حقيقة تُحدث تحولاً لدى كل من المساء إليه والمسيء، في حين كان التسامح السطحي يتم التعبير عنه سلوكياً استجابة للضغوط الثقافية والسياسية ومجارة للأعراف الاجتماعية؛ ولهذا لا يستغرق من يعايشه في العمليات المعرفية والوجدانية التي تستثير حدوث التسامح الحقيقي لديه.

ان تحسن المتأخرات في الانجاب قد يؤثر على النساء في تخفيض الاستياء المستمر وتقليل الحساسية للأحداث وفي ميل عام للتعامل مع المخطئ بدلا من التفكير في الانتقام منه. ويتفق ذلك مع النظرية السلوكية التي رأت ان التسامح امر متعلم، ومع النظرية الاجتماعية التي رأت ان التسامح يتأخر بالنماذج المختلفة

المحيطة بالفرد، ومع ما أشار له ادلر في ان الفرد يبني شخصيته بناء على السياق الاجتماعي المحيط به.

إن العلاج الحالي ساعد النساء من خلال زيادة البحث عن ارادة المعنى وتحسين معنى الحياة وايجاد قيم خبراتية وابداعية، وقيم اتجاهية وتنمية حرية الارادة، من خلال التركيز على الحوار السقراطي واستخدام الدراما في العلاج، ومن خلال التحليل بالمعنى.

ويعزى التحسن نظرا لطبيعة الجلسات في البرنامج الارشادية ومن اهمها: التركيز على اهمية التسامح وانواعه والانشطة المختلفة المستخدمة خلال البرنامج الارشادي. واتفقت نتيجة السؤال الحالي مع بعض الدراسات ومنها دراسة فراج (2010) ودراسة رمضان (2014) ومع نتائج دراسة المحادين (2014)، ومع نتائج دراسة محمد ونعمة الله وعبد الفتاح (2016) ومع نتائج دراسة حميدة (2017)، ومع نتائج دراسة الشمري وسليمان وأبو زيد (2018)

ويعزو الباحث التحسن نظرا لطبيعة البرنامج والتفاعل بين المشاركين والترتيب بالجلسات وحرص المشاركات على القيام بأداء الواجبات البيتية.

السؤال الثاني: هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \leq \alpha$) بين متوسط استجابات افراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي على مقياس الفراغ الوجودي تعزى للبرنامج؟

على الرغم من أن الاختبارات اللامعلمية تتعامل مع رتب المتوسطات فإنه تم حساب المتوسطات الحسابية للتعرف على الفروق الظاهرة بين متوسطات أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة، والجدول (12) يوضِّحُ النتائج

جدول (12)

المُتوسّطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء أفراد المجموعتين في القياس البعدي على مقياس الفراغ الوجودي للدرجة الكلية والأبعاد

المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		البعد
الانحراف المعياري	المُتوسّط الحسابي	الانحراف المعياري	المُتوسّط الحسابي	
0.41	2.96	0.32	2.30	عدم الانتماء
0.39	3.17	0.16	2.31	عدم الاحساس بالقيمة
0.36	2.94	0.13	2.37	فقدان الهدف
0.41	2.78	0.17	2.38	العجز
0.25	2.96	0.11	2.34	الدرجة الكلية

يبيّن من الجدول (12) وجود فروق ظاهرية بين المجموعتين في الأبعاد والدرجة الكلية، وللتحقّق من أن الفروق ذات دلالة إحصائية تمّ استخدام اختبار مان وتي (Mann-Whitney) اللامعلمي لتوضيح دلالة واتجاه الفروق بين رتب مُتوسّطات درجات المجموعة التجريبية ورتب مُتوسّطات درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الفراغ الوجودي على الدرجة الكلية والأبعاد، والجدول (13) يوضح نتائج هذا السؤال :

جدول (13)

نتائج اختبار (Mann-Whitney) للتعرف على دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الوجودي على الاختبار البعدي

البعد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	مان وتني U	Z	مستوى الدلالة	حجم الاثر
عدم الانتماء	التجريبية	9	5.83	52.50	7.50	-2.93	0.00	69%
	الضابطة	9	13.17	118.50				
عدم الاحساس بالقيمة	التجريبية	9	5.72	51.50	6.50	-3.02	0.00	84%
	الضابطة	9	13.28	119.50				
فقدان الهدف	التجريبية	9	6.11	55.00	10.00	-2.71	0.01	74%
	الضابطة	9	12.89	116.00				
العجز	التجريبية	9	6.78	61.00	16.00	-2.19	0.03	56%
	الضابطة	9	12.22	110.00				

البعد	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	مان وتني U	Z	مستوى الدلالة	حجم الاثر
الدرجة الكلية	التجريبية	9	5.11	46.00	1.00	-3.49	0.00	86%
	الضابطة	9	13.89	125.00				

**دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$)

*دالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$)

تظهر نتائج الجدول (13) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الوجودي وأبعاده على الاختبار البعدي وكانت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

إن الافراد المشاركين بالجلسات الارشادية قد انخفض لديهم الفراغ الوجودي حيث قل الشعور بالملل واللامعنى واللاهدف في الحياة، وبدأن اكثر بالشعور بالانتماء والثقة بالنفس والمعايير الاجتماعية، وبدأن ببداية الجلسات الارشادية بالاهتمام بأهمية الحياة وان هناك امل في المستقبل، وبدأ التوافق النفسي لديهم يتحسن حيث لم يعد لديهم خوف من المجهول نتيجة عدم الانجاب، واصبح للحياة معنى واهمية، وقد لوحظ انهن بدأن يشعرن بالمتعة بالعمل والرغبة في التخلص من الانعزال والبحث عن التغيير والتطوير والتجديد رغم الضغوط الناتجة بسبب عدم الانجاب، ويتفق ذلك مع ما أشار له فرويد من ان الفراغ الوجودي يأتي نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدينة او الحضارة حيث تضغط البيئة المحيطة على النساء المتأخرات بالانجاب، كما يتفق مع ما اشار له فرانكل في البحث عن المعنى حيث بدأت النساء تبحث عن معنى لحياتهن من خلال الصداقة والانجاز والتدين والايمان والبحث عن امور فنية وابداعية بالحياة. ومن خلال نتائج السؤال الحالي يظهر الانخفاض في الفراغ الوجودي. ويعزى التحسن لطبيعة الجلسات في البرنامج التي اهتمت بالجوانب المتعلقة بالفراغ الوجودي، كما يعزى التحسن لطبيعة الأنشطة المرتبطة بالفراغ الوجودي.

إن العلاج الحالي ساعد النساء من خلال زيادة البحث عن ارادة المعنى وتحسين معنى الحياة وتنمية حرية الارادة، من خلال التركيز على الحوار السقراطي واستخدام الدراما في العلاج، ومن خلال التحليل بالمعنى، ومن خلال استخدام اسلوب المواجهة

واسلوب لماذا، واستخدام القصة الرمزية، والبحث عن المعاني المتناقضة، والعمل على تحسين الذات

وقد اتفقت نتيجة السؤال الحالي مع بعض الدراسات ومنها دراسة ساوسويك وآخرون (Southwick, et al, 2006)، ودراسة عبد الحليم (2007) ودراسة خرابشة (2013) ودراسة الأبيض (2013).

كما يمكن تفسير النتائج نظرا للأثر الايجابي للبرنامج، وتنوع الفنيات المستخدمة والأنشطة المستخدمة، واستعداد الاعضاء والرغبة في تحسين الفراغ الوجودي لديهن. النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل يوجد فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسط استجابات افراد المجموعة التجريبية في مستوى التسامح والفراغ الوجودي في القياسين البعدي والتتبعي تعزى للبرنامج؟

تم تطبيق مقاييس الدراسة وهي التسامح والفراغ الوجودي على أعضاء المجموعة التجريبية بعد انتهاء البرنامج بشهر، وللإجابة عن السؤال المتعلق بذلك التطبيق، تم استخدام اختبار (Wilcoxon Method Pairs Signed) وهو أحد الاختبارات اللامعلمية الملائمة للكشف عن الفروق بين التطبيقين البعدي والتتبعي في حالة العينات الصغيرة الحجم التي لا تتناسب مع افتراضات الاختبارات المعلمية، والجدول التالي يبين النتائج

جدول (14)

اختبار (Wilcoxon Method Pairs Signed) لفحص الفروق في التطبيقين البعدي والتتبعي

لأفراد المجموعة التجريبية على مقياسي التسامح والفراغ الوجودي

المجال	توزيع الرتب	عدد الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (Z)	مستوى الدلالة
التسامح	سالبة	6	4.33	26.00	-0.42	0.68
	موجبة	3	6.33	19.00		
الفراغ الوجودي	تساوي	0			-1.24	0.21
	سالبة	4	3.00	12.00		
	موجبة	5	6.60	33.00		
	تساوي	0				

تظهر النتائج الواردة في الجدول (14) عدم وجود فروق دالة احصائيا عند مستوى دلالة ($0.05 \leq \alpha$) بين التطبيقين البعدي والتتبعي على التسامح والفرغ الوجودي، مما يشير الى استمرار تحسن أداء افراد المجموعة التجريبية بأثر البرنامج الارشادي بعد مرور شهر على تنفيذه.

وتظهر نتيجة السؤال الحالي الاستمرار بالتحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية رغم انتهاء البرنامج الارشادي، مما يظهر ان البرنامج الحالي قد استخدم مهارات طويلة المدى ولم يكن مجرد معلومات سرعان ما تم نسيانها، وبنفس الوقت مما ساعد في تحسن افراد المجموعة التجريبية على المدى الطويل هو طبيعة العلاقة بين النساء والتواصل القائم بينهن كأفراد مجموعة تجريبية، حيث أنهم شكلوا مجموعة الكترونية معا بسبب الحظر ويقوا يتواصلن معا ويحثوا بعضهن على الاستفادة من المهارات التي تم التدريب عليها.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج دراسة خرابشة (2013) ودراسة الشمري وسليمان وأبو زيد (2018)

وتعزو الباحثة التحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية نظرا لأن البرنامج كان ارشادي ولم يكن مجرد معلومات، ونظرا لتفاعل افراد المجموعة التجريبية معا اثناء البرنامج وبعده.

2.4 التوصيات:

1. توصية مقدمة للجمعيات الخيرية والمؤسسات التي تعنى بالنساء للعمل على الاهتمام بالجوانب النفسية لديهن.
2. أن تقوم المرشحات بعمل كتيب حول الجوانب النفسية للمتأخرات في الانجاب.
3. تقديم ورش عمل للنساء المتأخرات في الانجاب على المستوى الفردي والجمعي للمساعدة في مراعاة جوانب نفسية لديهن.
4. الاستفادة من البرنامج الارشادي الحالي في تنمية التسامح وتخفيض الفراغ الوجودي لدى المتأخرات في الانجاب
5. اجراء دراسة اخرى تعنى بعمل برنامج ارشادي للأمهات المتأخرات في الإنجاب وعلى متغيرات نفسية اخرى.

المراجع :

المراجع العربية:

أبكر، سمير (2015). فاعلية برنامج قائم على العلاج بالمعنى لمواجهة الاحداث الضاغطة والتوجه نحو الحياة لدى عينة من المطلقات بمدينة جدة، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، (1) 1، 34-1

أبو عطية، سهام (1997). مبادئ الإرشاد النفسي. عمان: دار الفكر.

أبو فراج، اشرف عبد الوهاب (2004). التسامح الاجتماعي في المجتمع المصري، دراسة ميدانية، دكتوراه، كلية الآداب، جامعة حلوان.

الأبيض، أحمد (2013). فعالية برنامج يستند للعلاج بالمعنى في خفض درجة الزُهاب الاجتماعيّ وتنمية المعنى الإيجابي للحياة لدى عينة من الشباب. المجلة العربية للعلوم النفسية، (12)34، 183-98

إسحاق، سامي (2007). التوافق الزوجي لدى غير المنجبات في محافظة خان يونس، جامعة القدس المفتوحة. مجلة مستقبل التربية، (1) 13، 408-366
البرزنجي، دنيا طيب رضا. (2015). الفراغ الوجودي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المعلمات الأرامل. مجلة كلية التربية الأساسية-الجامعة المستنصرية (89)21، 552-521

بوعافية، نبيلة ومأمون، عبد الكريم (2015). الأمن النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الشباب البطال في الجزائر: دراسة ميدانية بمدينة بورقلة. مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية: مركز جيل البحث العلمي، الجزائر، 11(32)، 91-106.

جبوري، مناف (2014). التسامح الفكري وعلاقته بالتماسك الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، مجلة لارك للفلسفة والانسانيات والعلوم الاجتماعية، (14)، 367-423.

جماعي، صلاح الدين (2007). الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، عمان: مكتبة مدبولي.

الحصناوي، سعد وعيدي، جاسم (2014). دراسة مقارنة في التسامح الاجتماعي وفقاً لمستويات الذكاء الثقافي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية الآداب، جامعة المستنصرية، العدد(64)، 1-73.

حمام، فادية والهويش، فاطمة (2010). الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، (2)2، 64-138.

حمدونة، أسامة سعيد. (2017). الانعكاسات النفسية للعقم لدى عينة من الزوجات غير المنجبات في مدينة غزة. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، (8) 2

حميدة، امانى (2017). برنامج مقترح من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتنمية التسامح الاجتماعي للمراهقين. المؤتمر الدولي للجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية: التسامح وقبول الآخر، الجمعية التربوية لدراسات الاجتماعية، 2، 1098-1160.

خاسكة، سمر (2012). العصابية وعلاقتها باللامعنى لدى المرأة غير المنجبة (دراسة ميدانية لعينة من النساء غير المنجبات في محافظة اللاذقية)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دمشق، دمشق.

خرايشة، سهى (2013). فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى النظرية الوجودية في تحسين المرونة النفسية وقبول الذات والعلاقات الأسرية لدى عينة من النساء المصابات بسرطان الثدي في الأردن، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد.

الخيلاوي، كمال (2013). الفراغ الوجودي لدى المصابات بسرطان الثدي. مجلة العلوم التربوية والنفسية، (1)99، 528-567.

الرازي، محمد بن أبي بكر (2000). مختار الصحاح، 1421 هـ - 2000م، القاهرة: دار الحديث.

رشاد، زعتر (1989). بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق، كلية الآداب.

رمضان، هالة (2014). فعالية برنامج إرشادي لتعزيز التسامح لدى عينة من طلبة الجامعة. دراسات نفسية، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية، 24(3)، 363-411.

زهران، سناء (2002). فاعلية برنامج ارشاد صحة نفسية عقلانية انفعالي لتصحيح معتقدات الاغتراب لطلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية بدمياط، جامعة المنصورة.

زهران، سناء (2004) ارشاد الصحة النفسية، لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، القاهرة: عالم الكتب.

الزيود، نادر(2004). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

السواد، عبد الخضر وعلي، ناصر(2012) برنامج ارشادي مقترح لتنمية مفهوم الذات لدى عينة من غير المنجبين الذكور، مجلة كلية التربية، 1، 33-50
السيقلي، محمد (2012). مدى تضمن محتوى كتب التربية الإسلامية للمرحلة الثانوية لقيمة التسامح وتصور مقترح لإثرائها. رسالة قدمت استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في قسم المناهج وطرق التدريس - كلية التربية - الجامعة الإسلامية: غزة.

الشعراوي، صالح (2014). فعالية العلاج بالمعنى في تحسين جودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، 2(49)، 201- 238.

شقير، زينب (2010). مستويات التسامح لدى شرائح عمرية متنوعة من الجنسين "مدخل لعلم النفس الإيجابي وجودة الحياة. مؤتمر كلية التربية السابع -جامعة كفر الشيخ.

شقير، زينب محمود(2012). التسامح كمنبئ للأمن النفسي لدى المتزوجين وغير المتزوجين من طلاب الدراسات العليا، رابطة التربويين العرب، 24(2)، 24، 344 - 361

الشمري، طه وسليمان، سناء وأبو زيد، نبيلة (2018). فعالية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التسامح لدى طلاب الجامعة بالكويت. *مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس، 19(1)*، 77-110.

الشيخ، خليل (2003). حديث التسامح، كلمة سواء، *مجلة التسامح للدراسات الفكرية والإسلامية، 1(1)*، وزارة الأوقاف والشؤون الدينية، سلطنة عمان.

طلاقي، أريج محمد صالح. (2016). التفهم الوجداني وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من المتأخرات في الإنجاب بجدة. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها، 352 (3973)*، 1-14.

عباس، يوسف (2004). *الاغتراب والابداع الفني، القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.*

عبد الحليم، أشرف محمد (2007). *فاعلية برنامج للعلاج بالمعنى في خفض الشعور بقلق الموت لدى عينة من الشباب الجامعي، رسالة دكتوراه، كلية التربية - جامعة عين شمس.*

عبد العال، سيد (1988). *بعض المؤشرات النظرية الامبريقية الموجهة في بحوث الاغتراب، مجلة علم النفس.*

عبد الغفار، عبد السلام (1973). *في طبيعة الإنسان، القاهرة: دار النهضة العربية. عبيدي، عفراء إبراهيم خليل (2015). الفراغ الوجودي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الثالث .*

العدل، عادل محمد (2012). *صعوبات التعلم واثر التدخل المبكر والدمج التربوي لذوي الاحتياجات الخاصة، القاهرة: دار الكتاب الحديث.*

العسلي، محمد (2006). *الاثار النفسية والاجتماعية لدى الجنسين بمحافظة غزة، مجلة كلية الآداب، 30(1)*، 64-27.

عصفور، إيمان حسنين (2017). *التسامح من منظور نفسي، لمؤتمر الدولي للجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية: التسامح وقبول الآخر، القاهرة، 1، 259 - 261.*

العقيلي، عادل (2004) الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي (دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض)، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، مدينة الرياض. علي، ريان عبده (2017). الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأزواج الذين يعانون من تأخر الإنجاب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة افريقيا العالمية.

علي، نور جبار (2015). الفراغ الوجودي لدى المعلمات الأرملة، مجلة ديالى كلية التربية للعلوم الصرفة، (65)

عيسوي، أزهار (2011). ممارسة نموذج التركيز على المهام لتحسين جودة الحياة للمرأة العقيم. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، مصر، 31(14)، 6653-6719.

الفارس، مجدي (2004). الخصائص النفسية الفارقة والمتعلقة بكثافة التعرض لبرامج التلفزيون الفضائية لدى الشاب الجامعي معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، القاهرة.

فتحي، وفاء (1996). الاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء المسافرات أزواجهن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.

فراج، وهمان وعبد الجواد، وفاء (2010) فاعلية برنامج إرشادي في تنمية التسامح لدى عينة من طلاب الجامعة، علم النفس، يناير، ديسمبر، 153-174. فرانكل، فكتور (1982) الانسان يبحث عن المعنى، ترجمة طلعت منصور، غبريال، الكويت دار القم .

القشعان، حمودة والبشر، عبد الله (2010) الفروق بين الأزواج المصابين بالعقم وغير المصابين بالعقم في درجة الاكتئاب لدى عينة من الأسر الكويتية، الأعمال الكاملة للمؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، مصر، 25(3)، 431-452.

كرادشة، منير والمحروقية، رحمة. (2016). الآثار النفسية والصحية لتأخر الأمومة البيولوجية في المجتمع العماني. مجلة دراسات، العلوم الإنسانية والاجتماعية، 43(5).

كمال، يوسف (2015). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، بيروت: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.

الكناني، لينا (2012). الفراغ الوجودي وعلاقته بمعنى الألم لدى المطلقات، رسالة ماجستير الجامعة المستنصرية، العراق
الكندري، جاسم (1998). المدرسة والاعتراب الاجتماعي، دراسة ميدانية لطلاب التعليم الثانوي بدولة الكويت. المجلة التربوية (جامعة الكويت)، 46(12)، 133 - 153.

المحادين، رائدة زعل عبدالكريم (2014). فعالية برنامج ارشادي جمعي ديني في تنمية التسامح والتدفق لدى طالبات الصف العاشر في محافظة الكرك " سورة يوسف نموذجاً"، رسالة ماجستير غير منشورة، عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الكرك، 1 - 109 .

محروقية، رحمة (2015)، اسباب ظاهرة العقم الزوجي واثارها .مركز البحوث الانسانية.

محسن، سميح (2003). . التسامح: مقاربات تاريخية ومفاهيمية. مجلة التسامح، 3 ، 1-12.

محمد، امنة ونعمة الله، عزة وعبد الفتاح، سعدية (2016). برنامج مقترح يستخدم استراتيجية المحاكمة العقلية في تنمية قيم التسامح ومهارات التعايش مع الآخر لدى الطلاب الدارسين لمادة علم النفس بالمرحلة الثانوية. مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، 17(2)، 67-91.

المحمداوي، حسن (2007). العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية العراقية في السويد، رسالة دكتوراه غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك، كلية الآداب والتربية.

محمود، سمر (2009). فاعلية برنامج إرشاد بالمعنى لتنمية مهارات التعامل مع الضغوط لدى عينة من المعلمات. مجلة كلية التربية، عين شمس، مصر، 33(3)، 445-475.

المختار، جمزة (1996). التنشئة الوالدية وشعور الأبناء بالفقدان، مجلة علم النفس، 34، 138-168.

مرزوق، وجيهة (2000). أدبيات التسامح في المصادر الإسلامية، رسالة ماجستير، كلية الآداب. جامعة عين شمس.

المزين، محمد حسن (2009). دور الجامعات الفلسطينية في تعزيز قيم التسامح لدى طلبتها من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة.

مصطفى، سارة (2013) دراسة حول الخصائص السيكومترية لمقياس الفراغ الوجودي لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، 35(1)، 660-687.

مصطفى، عادل . (1999). مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي .بيروت. معمريّة، بشير (2012). معنى الحياة مفهوم أساسي في علم النفس الإيجابي، تقنين استبيان لقياسه في البيئة الجزائرية. المجلة العربية للعلوم النفسية، مصر، 34(12)، 135 - 157.

معوض، محمد ومحمد، سيد (2013). العلاج بالمعنى: النظرية، الفنيات، التطبيق. القاهرة: دار الفكر العربي.

المنشاوي، عادل محمود (2015). نموذج بنائي للعلاقات بين النزعة للتسامح واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى الطلاب المعلمين، مجلة كلية علوم الرياضة، (4)25، 55-141.

منصور، طلعت (2015). برنامج مقترح للإرشاد بالمعنى في تنمية مهاراتي التوافقية والرضا عن الحياة لدى عينة من المطلقات بدولة قطر، مجلة الإرشاد النفسي. مصر، 44(1)، 625 - 653.

منصور، طلعت والمسلماني، امل والعطية، اسماء وعرب، حسام الدين (2015).
برنامج مقترح للإرشاد بالمعنى في تنمية مهارتي التوافقية والرضا عن الحياة لدى
عينة من المطلقات بدولة قطر. مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، 44،
625-653.

منظمة الصحة العالمية (2010) ، مجلة منظمة الصحة العالمية، المجلد 88.
الناجم، محمد (2015). درجة امتلاك معلمي التربية الإسلامية لقيم التسامح الديني
ودورهم في تنميتها لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة الخليج العربي،
137(36)، 51-67.

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schelwzer, S. (2010). **Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review**. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- Bandura, A. (1971). **Behavior therapy from a social learning perspective**, proceedings of the International Congress of Psychology. London, England.
- Barbee, K. (2008). **Agreeableness Facets and Forgiveness of Others**. Unpublished Doctoral Dissertation, Counseling, Regent University.
- Belicki, K., Decourville, N., Michalica, K., Stewart- Atkinson, T. & Williams, C. (2003). **What Does it mean to Forgive?** Paper Presented to the Annual Meeting of the Canadian Psychology associated, Himation.
- Boeree, G. (1997). **personality Theories**.
- Brewer. M. (2010). **Multiculturalism and tolerance an intergroup perspective In Cris. R.** The Psychology of social and culture diversity .Blackwell.
- Bruyn, M. Bruyn, R & Gier, G.(2000). **Bread for every Party win For every, Creative thinking for every**. Rumst, Belgium : Creative Atelier Wunderkind.
- Carrie, N., Stefan, E., Robert R., Julius, M. (2009). Clinical Supervision Logo therapy: Discovering Meaning in the Supervisory Relationship. **Journal of Contempt Psychotherapy**, 40(1),21-29.
- Chan, D. (2013). **Subjective Well-being of Hong Kong Chinese teachers: The contribution of gratitude, forgiveness, and the orientations to happiness**. *Teaching and Teacher Education*, 32, 22-30.
- Chetan, J. (2009). **An Empirical Validation of Viktor Frank Logo therapeutic Model**. University of Missouri- Kansas City.
- Copper, M (2003). **Existential therapies**, London: Sage Publication.
- Corey, G. (2011). **Theory and Practice of Counseling and Psychology**. N. Y: Brooks/Cole publishing.
- Crandell, A. (2008). **Lifetime victimization among University Undergraduate Students: Associations between Forgiveness, Physical Well Being**. Unpublished PhD dissertation, Massachusetts Lowell.
- Deboer, D. (2009). **The effect of infertility on individual well-being. PhD dissertation**, University of Nebraska, Lincoln, USA
- Eysenck, H. J. (1972). **Encyclopedia of psychology**. London: Search press.
- Formm, E. (2008). **The Sane Socity**. Routledge & Kegan Paul.UK.

- Frankl, V. (2004). **On The Theory and Therapy of Mental an Introduction to Logo therapy and Existential Analysis**. New York: Brunner- Route edge.
- Galhardo, A. Cunha, M. Pinto, J. (2013) Measuring Self-Efficacy to Deal With Infertility: Psychometric Properties and Confirmatory Factor Analysis of Portuguese Version of the Infertility Self-efficacy Scale. **Research in Nursing and Health**, 36, 65-74.
- Gary R VandenBos (2015). American Psychiatric Association. **Diagnostic and: statistical manual of mental disorders**, 5th ed. Arlington. American Psychiatric Association, 201.
- Gehrig G. (1991). Strategies for Teaching Greater Tolerance of Cultural Diversity. **Teaching Sociology**, 19(1), 62-65
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F., Baiao, R., Palmeira, L. (2014). **Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample**. *British Journal of Clinical Psychology*, 53, 228 – 244.
- Janmaat, J. & Mons. A (2011). Promoting Ethic Tolerance and Patriotism: The Role of Education System Characteristics. **Comparative Education Review** 55(1), 56-81.
- Jim, L. (2004). **Meaning in life Mediates the Relationships Between Physical and Social Function and Distress in Cancer Survivors**. Unpublished doctoral Dissertation, The Ohio state university, Ohio, USA.
- Kara, E. & Simoni, M. (2010). **Genetic screening for infertility: when should it be done?** *Middle East Fertility Society Journal*, 92, 931-922.
- Lukas, E. (2006). **Logo Therapy Textbook: Meaning – Centered Psychotherapy**: Toronto: Liberty Press.
- Marc, Schabracq & Cary, Cooper (2003). To be me or not to be me : about alienation. **Counseling Psychology Quarterly**,16,2.
- Martin, A.M. (2008). Exploring forgiveness: the Relationship between feeling forgiveness by God and Self- Forgiveness for inter Personal offense. **Diss. Abs. Int.**, 69, 6- B, 3900.
- Nir, T. (2009). Forgiveness in the Israeli Palestinian Conflict, **Diss. Abs. Int.**, 69. 8 (B). 5104.
- Orth, U., Berking, M., Walker, N,, Meier, L., & Znoj, H., (2008), Forgiveness and Psychological Adjustment Following Interpersonal Transgressions: A Longitudinal Analysis. **Journal of Research in Personality**, 42, 365 — 385.
- Patterson C. (1986) *Theories of counseling and psychotherapy*, Harper and Raw, N. Y.

- Peterson, B. , Newton, C. , Rosen, K, & Robert, S (2005). Coping processes of couples experiencing infertility, **Family Relations**, 55 (21) , 227-239.
- Sahin, B. (2004). An Investigation of the Contribute of Plato and Aristotle of the development of the Concept of Toleration. **Diss. Abs. Int.** 64, 12 (A), 4615.
- Sastre. M., Vinsonneau. G., Neto. F.. Girard. M. & Mullet. E. (2003). Forgiveness and Satisfaction With Life. **Journal of Happiness Studies**, 4, 323-335.
- Shirom, A.(2002). **The effects of work stress on health.** Handbook of work and health psychology, Second revised edition. Chi Chester Wiley.
- Sinha, R. (2008). **Road to Forgiveness: The Influence of Individual differences, a Apology and Perspective Taking.** Unpublished Masters, Michigan State University.
- Southwick, M.; Gilmartin, R.; Mcdonough, P.; and Morrissy, P. (2006): Logo therapy as an Adjunctive Treatment for Chronic Combat-related PTSD: A Meaning-based Intervention. *American Journal of Psychotherapy*. Vol. 60, No. 2.
- Tenenboim, T. (2009). **Forgiveness In The Israelian- Palestinian Conflict.** Unpublished Doctoral Dissertation, Boston University, Graduate School of Arts and Science.
- UNESCO (1995). **Declaration of Principles on Tolerance.** Records of the General Conference, Paris 25 Oct to 16.
- Vogt, P. (2007). **Tolerance & Education: Learning to live with diversity and difference,** Sage Publications.
- Watson, O. (1976). *Longman Modern English Dictionary.* England. Longman.
- Williamson, Iain & ford, Cedric Culling (1997). The uses and misuses of alienation in the social sciences and education. **British Journal of Education**, 45, 3.
- Wilson, T. (1991). Urbanism, Migration, and Tolerance: A Reassessment. **American Sociological Review**, 56(1),117-123.

ملحق (أ)

مقياس التسامح الصورة الأولية

حضرة المحكم / المحترم.

تحية طيبة و بعد

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان (فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب .(وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد والتربوي- كلية الدراسات العليا- جامعة مؤتة ولتحقيق هذا الهدف تم تطوير مقياس للتسامح يتكون من (30) فقرة.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية فإن الباحثة تأمل منكم التكرم بإبداء آرائكم وملاحظاتكم في الحكم على مدى صلاحية الفقرات واقتراح اي تعديلات يمكن اجراؤها.

1. السلامة اللغوية أو عدم مناسبتها.
2. انتماء العبارات أو عدم انتمائها.
3. إضافة أو حذف ما ترونه مناسب.
4. إبداء أي اقتراحات أخرى.

الرقم	الفقرة	الاتجاه	الملائمة	الصياغة	التعديل
البعد الاول التسامح مع الذات: حالة نفسية شعورية إيجابية تتمثل بالقدرة على مسامحة النفس					
1	أنا راضٍ عن أعمالي الشخصية	+			
2	أجد صعوبة على الرضا بعيوبي	-			
3	بمرور الوقت، أجد اعداراً عند ارتكابي الأخطاء.	+			
4	عندما أقوم بخطأ فإنني لا ألوم نفسي	-			
5	أتردد في قبول أخطائي نوعاً ما.	-			
6	أعتقد أن حرية التعبير بالرأي مكفولة لي	+			
7	لا أتمسك برأيي إذا شعرت أنه خطأ	+			

			8	- أعلم أن قراراتي صحيحة وغير قابلة للمناقشة
			9	- الوم ذاتي على ما حدث معي في الحياة
			10	- انظر الى نفسي نظرة محرجة لما يحدث معي
<p>البعد الثاني: التسامح مع الاخرين وهو التجاوز عن اساءة الآخرين ومقابلة الإساءة بالإحسان والخير</p>				
			11	- أجد صعوبة في مسامحة نفسي
			12	- أستمر برد الإساءة الى من اخطأ في حقي.
			13	+ لدي القدرة على تجاوز خيبة الأمل من الاخرين.
			14	- أبتعد عن الشخص الذي أساء لي وأرفض

				التعامل معه.	
			-	اعامل المسيء بنفس سلوكه.	15
			+	أفكر في جوانب الاتفاق مع الآخرين حتى أتوصل لحل مرض	16
			+	أعتقد أن الصداقة مع الآخرين لا تتوقف على ديانتهم	17
			+	أعتقد أنه يجب تقبل ذوي الاحتياجات الخاصة في الحياة الاجتماعية	18
			+	أفكر كيف أكون قريبا من الآخرين حتى لو اساءوا لي	19
			+	أصفح عن الآخرين عند مقدرتي على تقبل إساءتهم	20

البعد الثالث: التسامح مع المواقف وهو التغاضي عن المواقف السلبية التي يمر بها الشخص في مواقف الحياة المختلفة

			21	- لا أستطيع التوقف عن التفكير بالأمر السلبية التي مرت بحياتي.
			22	+ أتمسك بالأفكار الجديدة وأثني عليها.
			23	+ في المواقف المحرجة، تجدني لا أعير اهتماماً كبيراً للمخطئين.
			24	+ أعتقد أن عمل المرأة مهم للمجتمع
			25	+ لدي الثقة في القدرة على اختيار تجارب الحياة
			26	+ أرى ان الانجاب أمر مرتبط بالقضاء والقدر واتعامل معه بهدوء

			-	ان المتأخرات بالانجاب هن فئة أقل من النساء الأخريات	27
			+	ارى ان عملي لم يتأثر بالحياة لكوني لم انجب	28
			+	انظر بايجابية الى الحياة اللاحقة رغم تأخري بالانجاب	29
			+	علي أن اجعل تأخري بالانجاب نقطة انطلاق بحياتي	30

الملحق (ب)

قائمة أسماء المحكمين للمقياسين

قائمة أسماء المحكمين للمقياسين

الرقم	اسم المحكم	الجامعة	التخصص
1	أحمد أبو اسعد	مؤتة	الإرشاد النفسي والتربوي
2	جهاد القرعان	مؤتة	التربية الخاصة
3	عبد الناصر القرالة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
4	باسم الدحادحة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
5	فاطمة النوايسة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
6	لمياء الهواري	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
7	احمد المطارنة	مؤتة	علم النفس
8	عوني شاهين	مؤتة	التربية الخاصة
9	انس الضلاعين	مؤتة	الإرشاد النفسي والتربوي
10	صهيب التخاينة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي

ملحق (ج)

مقياس التسامح الصورة النهائية

الأخت الكريمة/ المحترمة.

تحية طيبة و بعد

تقوم الباحثة بإجراء دراسة بعنوان (فعالية برنامج ارشادي مستند الى العلاج الوجودي في تنمية التسامح وخفض الفراغ الوجودي لدى النساء المتأخرات في الانجاب .(وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الدكتوراه في الإرشاد والتربوي- كلية الدراسات العليا- جامعة مؤتة، أرجو التكرم بالإجابة عن فقرات المقياس علماً أنه مخصص لأغراض البحث العلمي فقط.

الرقم	الفقرة	دائماً	غالبا	احيانا	نادرا	اطلاقا
1	راضية عن أعمالي الحياتية					
2	أجد صعوبة على الرضا بعيوبي					
3	أجد اعدارا مناسبة عند ارتكابي اخطائي					
4	عندما أقوم بخطأ فإنني لا ألوم نفسي					
5	أتردد في قبول					

					أخطائي نوعاً ما.	
					أعتقد أن حرية التعبير مكفولة لي بالرأي	6
					اصر على رأي عند الشعور بالخطأ	7
					أعلم أن قراراتي صحيحة وغير قابلة للمناقشة	8
					الوم ذاتي على ما حدث معي في الحياة	9
					انظر الى نفسي نظرة محرجة لما يحدث معي	10
					أجد صعوبة في مسامحة نفسي	11
					أستمر برد الإساءة الى من اخطأ في حقي.	12

					لدي القدرة على تجاوز خيبة الأمل من الآخرين.	13
					ابتعد عن الشخص الذي يسيء لي	14
					اعامل المسيء بنفس سلوكه.	15
					أفكر في جوانب الاتفاق مع الآخرين حتى أتوصل لحل مرضٍ	16
					أعتقد أن الصداقة مع الآخرين لا تتوقف على ديانتهم	17
					ارى ضرورة التعامل مع جميع الأفراد بغض النظر عن حاجاتهم	18
					أفكر كيف أكون قريبا من الآخرين	19

					حتى لو اساءوا لي	
					أصفح عن الآخرين عند مقدرتي على تقبل إساءاتهم	20
					لا أستطيع التوقف عن التفكير بالأمر السلبية التي مرت بحياتي.	21
					أتمسك بالأفكار الجديدة وأثني عليها.	22
					في المواقف المحرجة، تجدني لا أعير اهتماماً كبيراً للمخطئين.	23
					أعتقد أن عمل المرأة مهم للمجتمع	24
					لدي الثقة في القدرة على اختيار تجارب الحياة	25

					أرى ان الانجاب أمر مرتبط بالقضاء والقدر واتعامل معه بهدوء	26
					ان المتأخرات بالانجاب هن فئة أقل من النساء الآخريات	27
					ارى ان عملي لم يتأثر بالحياة لكوني لم انجب	28
					انظر بايجابية الى الحياة اللاحقة رغم تأخري بالانجاب	29
					علي أن اجعل تأخري بالانجاب نقطة انطلاق بحياتي	30

ملحق (د)

مقياس الفراغ الوجودي الصورة الأولية

الرقم	الفقرة	الاتجاه	الملائمة	الصياغة	التعديل
البعد الاول الشعور بعدم الانتماء					
1	افضل الحرية التي تخضع للمعايير الاجتماعية	+			
2	اتعاطف عادة مع الآخرين في قضاء حوائجهم	+			
3	أشعر بالغرابة عندما اكون بين الآخرين	-			
4	اشعر شعورا قويا بالانتماء والولاء للأسرة التي انتمي لها	+			
5	افضل ان اعيش في اي بلد اخر غير الذي اعيش فيه	-			
6	اهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين	+			
7	اعتقد ان الانسان لا يمكن ان يعيش وحيدا	+			

البعد الثاني: عدم الاحساس بالقيمة					
			+	اشعر بقيمة ما اعمله في الحياة مهما كان بسيطاً	8
			+	احس بقيمة الأشياء التي تحيط بي	9
			+	اشعر بقيمتي كإنسان	10
			+	اشعر ان لي فائدة في مجتمعي	11
			-	لا استطيع الاعتراض عندما لا اوافق على شيء	12
			+	اشعر ان الحياة لها قيمة	13
			+	اشعر ان حياتي تسير كما اريد	14
البعد الثالث: فقدان الهدف					
			-	ليس لي هدف في الحياة	15
			-	اعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة	16

			-	اشعر انني مسلوب الارادة	17
			+	اعرف ما اريده بالضبط	18
			+	اسعى لتحقيق اهدافي بغض النظر عن الوسيلة مشروعة او غير مشروعة	19
			+	اضع لنفسي اهدافا كثيرة اسعى لتحقيقها	20
			+	استطيع تحقيق اهدافي	21
البعد الرابع: العجز					
			-	ليس هناك اي جديد اسعى لتحقيقه	22
			-	ارى انه لا معنى لسعي الناس وكدهم بالحياة	23
			-	اعجز عن ايجاد وسيلة تذهب الضيق عني	24
			-	اشعر ان الموت افضل من الحياة	25
			-	افضل الفراغ عن العمل لأنني لا اجل له معنى	26

			- لا استطيع انجاز ما يطلب مني انجازه	27
			- تتتابني الحيرة يوميا لأنني لا اعرف ماذا افعل	28

ملحق (هـ)

مقياس الفراغ الوجودي الصورة النهائية

مقياس الفراغ الوجودي الصورة الأولى

الرقم	الفقرة	اوافق بشدة	اوافق	محايد	لا اوافق بشدة	لا اوافق بشدة
1	افضل الحرية التي تخضع للمعايير الاجتماعية					
2	اتعاطف مع الآخرين من اجل قضاء حوائجهم					
3	أشعر بالغرابة عندما اكون بين الآخرين					
4	لدي انتماء للأسرة التي اعيش فيها					
5	افضل ان اعيش في اي بلد اخر غير الذي اعيش فيه					
6	اهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين					
7	اعتقد ان الانسان لا					

					يمكن ان يعيش وحيدا	
					اشعر بقيمة ما اعمله في الحياة مهما كان بسيطا	8
					احس بقيمة الأشياء التي تحيط بي	9
					ارى ان لي قيمة كفرد في هذه الحياة	10
					اشعر ان لي فائدة في مجتمعي	11
					يمكن الاعتراض على ما يخالفني	12
					حياتي لها اهمية اسعى لتحقيقها	13
					اشعر ان حياتي تسير كما اريد	14
					اهدافي بعيدة عن	15

					مرادي	
					اعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة	16
					أنا مسلوب الارادة فيما اسعى اليه	17
					اعرف ما اريده بالضبط	18
					اسعى لتحقيق اهدافي بغض النظر عن الوسيلة مشروعة او غير مشروعة	19
					اضع لنفسى اهدافا كثيرة اسعى لتحقيقها	20
					استطيع تحقيق اهدافي	21
					ليس هناك اي جديد اسعى لتحقيقه	22
					ان الناس يسعون	23

					لتحقيق أشياء صعبة عليهم	
					اعجز عن ايجاد وسيلة تذهب الضيق عني	24
					اشعر ان الموت افضل من الحياة	25
					افضل الفراغ عن العمل لأنني لا اجل له معنى	26
					اعجز عن انجاز ما يطلب مني بالحياة	27
					تنتابني الحيرة يوميا لأنني لا اعرف ماذا افعل	28

ملحق (و)

البرنامج الارشادي المستند الى العلاج الوجودي

البرنامج الإرشادي : هو مجموعة من الاستراتيجيات والفنيات والانشطة مشتقة من نظرية العلاج الوجودي تقدم لأعضاء المجموعة التجريبية خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم على تنمية التسامح وتخفيض الفراغ الوجودي. ويتألف البرنامج من (14) جلسة، والمدة الزمنية للجلسة (60-90) دقيقة، وذلك بواقع جلستين أسبوعياً، على مدار (8) اسابيع، وتم تطبيق البرنامج على النساء المتأخرات بالإنتاج المرتادات لاتحاد المرأة الأردني.

الجلسة الأولى: التعارف والتوقعات

الهدف العام:

التعارف بين الباحثة والمشاركات، وبين المشاركات مع بعضهن البعض والتعريف بالبرنامج.

الأهداف الخاصة للجلسة:

- إفساح المجال أمام المشاركات للتعارف وكسر الجمود بينهن.
- التعريف بالبرنامج، والاتفاق على المواعيد والأوقات المناسبة.
- وضع مجموعة من القواعد التي ستحدد سير العمل خلال البرنامج.
- التعرف على توقعات المشاركات للبرنامج الإرشادي.

الأدوات المستخدمة:

أوراق، أقلام، صندوق، أقلام جهاز عرض البيانات (Data Show).

الفنيات المستخدمة:

الحوار، المناقشة الجماعية، طرح الاسئلة.

الاجراءات والانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تستقبل الباحثة المشاركات، وتطلب منهن الجلوس بشكل دائري لتحقيق أكبر قدر من التواصل البصري.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات، ثم تقوم بالتعريف على نفسها. وتطلب الباحثة من المشاركات أن يعرفن بأنفسهن و أسمائهن وهوياتهن، ثم تقوم بمساعدة المشاركات على تنمية إحساسهن بأنهن مرتاحات مع بعضهن البعض، ومع الباحثة، وخلق جو من الثقة بينهن. وإظهار رغبة الباحثة في مساعدتهن والاهتمام بهن وحرصه على مشاركتهن وتشجيعيهن، وإقامة ومد جسور التواصل والحوار بدون خجل أو خوف أو تردد.

اجراء(2): التعريف بالبرنامج، اهدافه .

تبدأ بالتعريف بالبرنامج الارشادي وأهدافه والمدة المستغرقة، حيث تقوم بتقديم تعريف بسيط عن البرنامج الارشادي من حيث الهدف العام المتمثل بتخفيض مستوى الفراغ الوجودي، كذلك التعريف بعدد الجلسات المتضمن (17) جلسة، ومدة الجلسات (60) دقيقة، سنتناول خلالها بعض الموضوعات المتعلقة بالفراغ الوجودي والتسامح مستخدمين العديد من الأنشطة الجماعية التي تحتاج إلى تفاعل من الجميع.

توضح الباحثة للمشاركات الأهداف العامة للبرنامج وهي: تخفيض مستوى الفراغ الوجودي. وتحسين مستوى التسامح.

وبعدها يتم الاتفاق بين الباحثة والمشاركات على مجموعة من القواعد التي تكون بمثابة وثيقة عمل التي تحكم المجموعة الارشادية في البرنامج خلال لائحة القواعد:

(وثيقة عمل)

الرقم	وثيقة عمل
1	الاحترام المتبادل بين المشاركين، والالتزام بموعد الجلسات، المكان والزمان.
2	سرية العمل والتعامل بمصداقية وثقة.
3	المشاركة الفعالة في المجموعة على أن لا يتكلم أكثر من شخص في آن واحد.
4	المناقشة بحرية واحترام آراء الآخرين والاستماع لهن.
5	كل مشاركة عليها المشاركة الفعالة حتى لو مشاركة خاطئة، لكي يتم تصحيحها
6	العمل على إتمام الواجب المطلوب.
7	النشاط واليقظة لمتابعة أحداث الجلسة.

في نهاية الجلسة تطلب الباحثة من المشاركين أن يدون توقعاتهم من البرنامج، قائلة: كل مشاركة لديها توقعات من خلال مشاركتها في البرنامج فضلا عما لديها من مخاوف معينة أو تساؤلات، ما رأيكن بمشاركة هذه التوقعات أو المخاوف مع بعض .

نشاط : بطاقات التوقعات والمخاوف .

تطلب الباحثة من كل مشاركتين تجلسان بجانب بعض أن يشكلن ثنائيات وبشاركن توقعاتهن ومخاوفهن من خلال كتابتها على بطاقات تقوم الباحثة

بتوزيعها عليهن، ومن ثم مشاركتها مع باقي المشاركات من خلال وضعها على اللوح .

الانهاء والتلخيص: .

في الختام تقوم الباحثة بتلخيص الجلسة ومناقشة أي استفسار للمشاركات، ثم تقديم الشكر لهن.

تقييم الجلسة . :

تقوم الباحثة بتوزيع استمارة تقييم الجلسة على المشاركات لمعرفة آراءهن حول الجلسة ومضمونها، ومدى استفادتهن من المعلومات المقدمة لهن.

الجلسة الثانية: مفهوم التسامح

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على مفهوم التسامح .
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات بمفهوم التسامح
 - تعريف المشاركات بأهمية وخصائص التسامح.
 - تعريف المشاركات بالحديث الايجابي الذاتي.
- الفنيات المستخدمة:

المحاضرة، الايمان الروحي، المرح و الدعابة.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بمفهوم التسامح .

تبدأ الباحثة الجلسة بسؤال المشاركات حول مفهوم التسامح لديهن، ذلك لمعرفة مستوى ادراكهن لهذا المفهوم الذي سوف ينعكس على مستوى ممارستهن له في علاقاتهن الزوجية والاجتماعية.

اجراء(3): اعطاء محاضرة مبسطة عن التسامح.

تتحدث الباحثة عن التسامح قائلة: يعتبر التسامح من الموضوعات الهامة في مجال الشخصية، اذ يعبر عنه بأنه من سمات الشخصية الإيجابية والمرغوب فيها لأنه ينطوي على مشاعر الحب والمودة، ويدعم التسامح العلاقات الاجتماعية وأشكال التفاعل الاجتماعي المرغوب فيها بين مختلف الجماعات التي تعيش في مجتمع واحد. وتضيف الباحثة ان التسامح يعد خطوة مهمة؛ لاستعادة العلاقات المتضررة، والثقة المتبادلة بين طرفي العلاقة نحو مزيد من الانسجام، كما أنه يسهم في حل المشكلات القائمة، ويمنع حدوث المشكلات المستقبلية، كما يرتبط التسامح باستعادة العلاقات بعد الإساءة المتبادلة، فالتسامح يمارس دورا مهما في العلاقات الأسرية والزوجية، والعلاقات الحميمة، وعلاقات العمل و يسر حدوث الثقة والتعاون والانتماء التي تعد جميعا ذات اهمية كبيرة؛ لإقامة علاقات اجتماعية مرضية وهادفة، كذلك يحسن جودة الحياة والرضا عنها ويدعم أسباب الاستمتاع بها. ولعدم التسامح آثار سامة عديدة على العلاقات الاجتماعية منيا الفشل في مواجهة توقعات الآخرين، ثم تنهي الباحثة المحاضرة بتعريف التسامح على انه عملية ترابطية تتضمن التخلص من

المشاعر السلبية من اجل المحافظة على العلاقة وابقائها وسيلة يستطيع من خلالها الاطراف المتألمة والتفاوض بالتحسينات الممكنة لعدالة مشتركة وايجاد حس جديد بالتفاوض والحياة وبالتالي استدامة الود والثقة المفقودتين.

اجراء(4): التعرف الى انواع التسامح.

ميز الباحثون بين نمطين من التسامح، يطلق على النمط الأول التسامح الحقيقي، والنمط الثاني التسامح السطحي.

ويتضمن التسامح الحقيقي حدوث تغييرا حقيقيا في افكار المساء اليه ومشاعره تجاه من اساء اليه، حيث يتخلص من مشاعر الغضب والغيط والاستياء ويتخلى عن حقه في الثأر أو الانتقام ممن أساء إليه. ويشكل التسامح الحقيقي عملية حقيقية تحدث تحولا حقيقيا لدى كل المساء اليه والمسيء.

أما التسامح السطحي فيتم التعبير عنه سلوكيا فقط، فيصدر الفرد سلوكيات تعبر عن التسامح استجابة للضغوط الواقعة عليه من قبل الآخرين ومجارة للأعراف الاجتماعية، ويحدث التسامح السطحي عندما يجبر الفرد الذي أسىء اليه مسامحة المسيء، او عندما يكون غير مهيا لذلك، فالتسامح السطحي يعني ان المساء اليه لم يشفى مع الألم العاطفي للإساءة ولم يتخلص من المشاعر السلبية تجاه المسيء.

فالتسامح السطحي يعني أن الفرد لم يصل تماما الى التصالح ولم يتخلص من الألم العاطفي تجاه المسيء ويتفق معظم الباحثين على أن عملية الشفاء من الاعتداء الشخصي تتضمن التغيير في الاتجاهات والعواطف من السلبي إلى المحايد أو حتى الايجابي إذا استمرت العلاقة بعد فقد الثقة في الطرف الآخر .

اجراء(5): التعرف الى أهمية التسامح .

تتاقش الباحثة مع المشاركات اهمية التسامح في الحياة وانعكاساته على الفرد والمجتمع.

اجراء(6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب الباحثة من المشاركات ان يجلسن مع فتاة تعتقد انها انسانة متسامحة بالحياة وتتعرف على طبيعة التسامح لديها.

الجلسة الثالثة: التعرف الى اهمية المعنى للحياة

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على مفهوم اهمية المعنى للحياة .
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات بمفهوم المعنى للحياة
 - تعريف المشاركات بمكونات المعنى للحياة.
 - تعريف المشاركات بإبعاد المعنى للحياة.
- الفنيات المستخدمة:

المحاضرة، الايمان الروحي، المرح و الدعابة.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بمفهوم المعنى للحياة .

تبدأ الباحثة الجلسة بسؤال المشاركات حول مفهوم المعنى للحياة لديهن، ذلك لمعرفة مستوى ادراكهن لهذا المفهوم الذي سوف ينعكس على مستوى ممارستهن له في علاقاتهن الزوجية والاجتماعية.

اجراء(3): اعطاء محاضرة مبسطة عن المعنى للحياة .

تتحدث الباحثة عن معنى الحياة قائلة: أن معنى الحياة يختلف من شخص لآخر، وعند الشخص نفسه من يوم إلى يوم، ومن ساعة إلى أخرى؛ لذا يجب ألا نبحث عن معنى مجرد للحياة، فلكل فرد مهمته الخاصة أو رسالته الخاصة في الحياة، التي تفرض عليه مهاماً محدودة، عليه أن يقوم بتحقيقها، ولا يمكن أن يحل شخص محل شخص آخر، كما أن حياته لا يمكن أن تتكرر، ومن ثم تعد مهمة أي شخص في الحياة مهمة فريدة، مثلما تعد فرصته الخاصة في تحقيقها فريدة

اجراء(4): التعرف الى مكونات المعنى في الحياة.

ميز الباحثون بين مكونات انماط للمعنى في الحياة، تقسم المشاركات الى مجموعات وتناقش الانماط الاربعة وهي:

مكونات المعنى في الحياة هي:

ثالثاً: مكونات معنى الحياة:

يتضمن معنى الحياة ثلاث مكونات رئيسة هي:

- 1- المكون المعرفي: ويرتبط بإدراك الفرد لمعنى حياته، والخبرات التي تثري المعنى.
- 2- المكون السلوكي: والذي يرتبط بما يقوم به الفرد من سلوك يترجم هدف حياته المدرك بشكل واقعي في حياته.
- 3- المكون الوجداني: والذي يرتبط بإحساس الفرد بأن حياته لها قيمة، ورضاه عنها من خلال ما حققه من أهداف

اجراء(5): التعرف الى أبعاد معنى الحياة .

تناقش الباحثة مع المشاركات أبعاد المعنى للحياة، حيث أن هناك أربعة أبعاد رئيسة لمعنى الحياة هي:

1- أهداف الحياة: ويقصد به إدراك الفرد للهدف من حياته، ورسالته التي يعيش من أجلها، ويضحي في سبيل تحقيقها، وإحساسه بأهميته وقيمه من خلال تحقيقه لمعنى حياته.

2- الدافعية في الحياة: وتعني مدى سعي الفرد في الحياة بإيجابية، وكفاحه لتحقيق أهداف ومعاني حياته، ورغبته في التمسك بالحياة والاستمرار فيها، والاستمتاع بها مما يؤدي إلى تفاوله في الحياة.

3- تحمل المسؤولية: ويقصد بها مدى تحمل الفرد للمسئولية تجاه نفسه، واهتمامه بالجماعة التي ينتمي إليها، والتسامي بذاته نحو الآخرين، كي يكون له دور مؤثر في الحياة الاجتماعية.

4- الرضا عن الحياة: ويقصد بها مدى رضا الفرد عن وجوده في الحياة، وتقبله لذاته، واقتناعه بقدراته، وتفاوله تجاه المستقبل، وتوافقه مع أسرته ومجتمعه، وشعوره بأنه فرد له قيمة تجاه الآخرين، والرضا عن علاقاته الاجتماعية بشكل عام.

اجراء (6) اهمية امتلاك معنى ايجابي للحياة

تناقش الباحثة مع المشاركات اهمية امتلاك معنى ايجابي للحياة.

اجراء(7): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتنتهي على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (8): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يقمن بالجلوس مع فتاة متأخرة بالانجاب لمدة طويلة والتعرف على طبيعة حياتها.

الجلسة الرابعة: التعرف الى طبيعة الفراغ الوجودي

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على طبيعة الفراغ الوجودي.
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات بطبيعة الفراغ الوجودي
 - تعريف المشاركات بأبعاد الفراغ الوجودي.
 - مناقشة كيفية التعامل مع المكونات السلبية للفراغ الوجودي.
- الفنيات المستخدمة:

المحاضرة، الايمان الروحي، المرح و الدعابة.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بمفهوم الفراغ الوجودي .

تبدأ الباحثة الجلسة بسؤال المشاركات حول مفهوم الفراغ الوجودي لديهن، ذلك لمعرفة مستوى ادراكهن لهذا المفهوم الذي سوف ينعكس على مستوى ممارستهن له في علاقاتهن الزوجية والاجتماعية.

اجراء(3): اعطاء محاضرة مبسطة عن الفراغ الوجودي .

تتحدث الباحثة عن الفراغ الوجودي قائلة: الفراغ الوجودي هو الأثر الناتج عن الحضارة، حيث أن الحضارة التي أوجدها الفرد جاءت متعاكسة ومتعارضة مع تحقيق أهدافه ورغباته وما يصبو إليه، وهذا يعني في نظر فرويد أن الاغتراب ينشأ نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدينة أو الحضارة، حيث تتولد عند الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمل من تعاليم وتعقيدات مختلفة وهذا بالتالي يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الكبت كآليات دفاعية تلجأ (الأنا) كحل للصراع الناشئ بين رغبات الفرد وأحلامه وبين تقاليد المجتمع وضوابطه، ومن الطبيعي أن يكون هذا حلا واهنا تلجأ إليه (الأنا) مما قد يؤدي بالتالي إلى مزيد من الشعور بالقلق والفراغ، لذا فإن فرويد يعتقد بأن الحضارة قامت على حساب مبدأ اللذة ولم تقدم للإنسان سوى الفراغ .

ثم تضيف أن الفراغ الوجودي يرتبط أساسا بالعدم والوجود، وينطوي على الشجاعة فالقلق الوجودي عنده بحسب انموذجه هو الحالة التي يعي فيها وجودا ما بعدمه المحتمل، بمعنى أنه الوعي الوجودي بالعدم وتهديداته، وتعني صفة الوجودي هنا أن المعرفة المجردة بالعدم ليست هي التي تؤدي إلى القلق، وإنما الوعي بأن العدم هو جزء من وجودنا الخاص، فالفناء والموت يهدداننا وهما جزء من الوجود

اجراء(4): التعرف الى أبعاد الفراغ الوجودي.

الأبعاد المختلفة للفراغ الوجودي على النحو التالي :

1 - الإحساس بالعجز **Powerlessness**

إحساس المرء أن مصيره وإرادته ليسا بيده بل تحددهما قوى خارجة عن إرادته الذاتية، ومن ثم فهو عاجز تجاه الحياة ويشعر بحالة من الاستسلام والخضوع.

2 - الإحساس باللامعنى **meaninglessness** إحساس الفرد أن الحياة لا معنى لها وأنها خالية من الأهداف التي تستحق أن يحيا وأن يسعى من أجلها.

- 3 - الإحساس باللامعيارية **normlessness** إحساس الفرد بالفشل في إدراك وفهم وتقبل القيم والمعايير السائدة في المجتمع وعدم قدرته على الاندماج فيها نتيجة عدم ثقته بالمجتمع ومؤسساته المختلفة.
- 4 - العزلة الاجتماعية **social isolation** إحساس الفرد بالوحدة ومحاولة الابتعاد عن العلاقات الاجتماعية السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه.
- 5 - الاغتراب الثقافي **Cultural estrangement** حين يعاني المرء صراعاً قيمياً كما يتجلى في حالات التمرد - لدى بعض الشباب وفئات من المثقفين - على المجتمع ومؤسساته وتنظيماته.
- 6 - الغربة عن الذات **Self-estrangement** إحساس الفرد وشعوره بتباعده عن ذاته ويمثل هذا البعد النتيجة النهائية للإبعاد الأخرى (الكندري 1998م)

اجراء(5): التعرف الى كيفية التعامل مع ابعاد الفراغ الوجودي .

تتأقش الباحثه مع المشاركات كيفية التعامل مع ابعاد الفراغ الوجودي من خلال تقسيم المشاركات الى مجموعات وكل مجموعة تتأقش كيفية التعامل مع بعدين من ابعاد الفراغ الوجودي ومن ثم تخرج بورقة وتقدمها على المشاركات.

اجراء(6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثه في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثنى على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.
اجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يقمن بعمل خطة بسيطة تساعد في التخلص من بعد لديهن من ابعاد الفراغ الوجودي وتقدمها للجلسة القادمة.

الجلسة الخامسة: التعرف الى أهمية العلاج الوجودي

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على أهمية العلاج الوجودي.
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات بأهمية العلاج الوجودي
- تعريف المشاركات بدور العلاج الوجودي في مساعدة الأفراد ذوي المشكلات.
الفنيات المستخدمة:

المحاضرة، الحوار السقراطي، النمذجة، الشبكة العلاجية، فنية الذات التعويضية.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بأهمية العلاج الوجودي .

توضيح العلاج الوجودي.

تقوم الباحثة بتقديم محاضرة بسيطة للمشاركات حول العلاج الوجودي تركز حول بحث الانسان عن المعنى في حياته، حيث ان هناك غموضاً في بعض المعاني مثل معنى الوجود والموت الذي لا يمكن تجنبه في الحياة، كما أن الروحانية هي الخاصية الرئيسية للفرد ومنها يشتق الوعي والحب والضمير، ثم الحرية في مواجهة

الغرائز والميول والنزعات الموروثة والبيئة الاجتماعية، وتركز هذه المعاني على المسؤولية الفردية وليس على الحرية المطلقة، الإنسان مسؤول أمام ربه ثم نفسه وضميره .

وتجدر الإشارة هنا الى أن الانسان في ضوء العلاج بالمعنى لا يستطيع العيش في الحياة ويحقق طموحه وانجازاته دون وجود معنى، وعلى سبيل المثال عندما يشعر صديقك بأعلى درجات الاكتئاب والضيق نتيجة لفقدان عزيز أو خسارة كبيرة له في الدنيا يقول لك « انا حساس أن حياتي أصبحت بلا معنى» ونجد التاريخ قد سجل العديد من حالات الانتحار لمشهورين مثل ملك الروك الفيس بريسلي والفنانة العالمية المشهورة دليدا وغيرهم أشارت أسباب انتحارهم الى أنهم حققوا كل شيء لدرجة أن حياتهم أصبحت بلا معنى، فالمعنى هو الوقود الذي يحرك حياتنا ويدفعا لمزيد من الانجاز والتقدم والنجاح.

اجراء(3): فنية الحوار السقراطي.

تقوم الباحثة باتباع فنية الحوار السقراطي بسؤال المشاركات عن وجهة نظرهن عن الحياة من خلال طرح مجموعة من الأسئلة، وهي على النحو التالي:

- ما معنى الحياة لك؟
- لماذا نحن موجودين في الحياة؟
- ماذا تعني لنا الحياة؟
- هل نظرتك ايجابية في الحياة؟
- ماذا حققت في حياتك؟

تستمع الباحثة لإجابات المشاركات، ثم تتحدث عن وجهة نظر فرانكل، بعد ذلك تقسم الباحثة المشاركات إلى مجموعات، وتطلب من كل مجموعة كتابة تعريف خاص بها على ورقة لمعنى الحياة .

إجراء(4): قصة رمزية

اضرب على الجذور

● من خلال جهاز العرض تقوم الباحثة بعرض قصة على المشاركات حول وجود معنى في الحياة كان شخص يقف على شاطئ نهر وفجأة سمع صرخة ورأى رجل يسحبه التيار فيقفز اليه لينقذه . ثم بدأ ينقذه عن طريق التنفس الصناعي . ثم ما يلبث أن يسمع صرخات آخرين فيذهب لينقذهم وبدأ الرجل يشعر بالإرهاك بعد أن أنقذ ضحية تلو الأخرى غير أن الصرخات ما زالت تتوالى .. وفي النهاية مات الرجل غرقاً بعد أن أجهد أثناء محاولاته انقاذ الناس. إلا أنه لم ينتبه أنه كانت توجد فتحة في الجسر الممتد على البحر يسقط منها الناس في البحر . ولو صرف بعض وقته في التفكير لذهب لمكان الفتحة وحذر الناس منها واستطاع أن يوفر الجهد في معالجة السبب لا النتيجة.

إجراء(6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.
إجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يقمن بالقراءة عن العلاج الوجودي ودوره في حل المشكلات الشخصية.

الجلسة السادسة: تنمية التسامح مع الذات

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية التسامح مع الذات.
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات التسامح مع الذات
 - تعريف المشاركات بكيفية تنمية التسامح مع الذات
- الفنيات المستخدمة:

الحوار والمناقشة- التغذية الراجعة - التعزيز الاجتماعي - الواجب المنزلي - لعب دور - الإقناع- الخيال

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بأهمية التسامح مع الذات .

تتناقش الباحثة مع المشاركات أهمية التسامح مع الذات حيث ترى أنه يتضمن العمل على الصبر على اخطاء الفرد الذاتية والتعامل معها بايجابية، وتطلب من كل مشاركة أن تتحدث عن خبرة خاطئة قامت بها وكيف سامحت نفسها عليها.

اجراء(3): تنمية التسامح مع الذات.

تقسم الباحثة المشاركات الى مجموعات وتطلب من كل مجموعة ان تضع قائمة بطرق تساعد في ان تساعد المشاركة نفسها في ان مسامحة الذات عند ارتكاب اخطاء متضمنة النموذج التالي:

الخطأ الذي وقعت به	تأثير الخطأ على الذات	كيفية التخلص منه	أفكار حول الخطأ	مشاعري حول الخطأ	طرق للاستفادة من الخطأ في حياتي الشخصية

اجراء(6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهم في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة. اجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يضعن خطة لمساعدتهن في التخلص من اخطاء شخصية لديهن بحيث يسامحن انفسهن عليها.

الجلسة السابعة: تنمية التسامح مع الآخرين

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية التسامح مع الآخرين.
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات التسامح مع الآخرين
 - تعريف المشاركات بكيفية تنمية التسامح مع الآخرين
- الفنيات المستخدمة:

الحوار والمناقشة- التغذية الراجعة - التعزيز الاجتماعي - الواجب المنزلي - لعب دور - الإقناع- الخيال

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بأهمية التسامح مع الآخرين .

تتناقش الباحثة مع المشاركات أهمية التسامح مع الآخرين حيث ترى أنه يتضمن العمل على الصبر على اخطاء الآخرين والتعامل معها بايجابية، وتطلب من كل مشاركة أن تتحدث عن خبرة خاطئة قامت بها وكيف سامحت الآخرين عليها.

اجراء(3): تنمية التسامح مع الآخرين.

تقسم الباحثة المشاركات الى مجموعات وتطلب من كل مجموعة ان تضع قائمة بطرق تساعد في ان تساعد المشاركة نفسها في ان مسامحة الآخرين عند ارتكاب اخطاء متضمنة النموذج التالي:

الخطأ الذي وقع به آخرون	تأثير الخطأ على الذات	كيفية التخلص منه	أفكار حول الخطأ	مشاعري حول الخطأ	طرق للاستفادة من الخطأ في حياتي الشخصية

اجراء(6): الانتهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهم في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يضعن خطة لمساعدتهن في التخلص من اخطاء آخرين لديهن بحيث يسامحن الآخرين عليها.

الجلسة الثامنة: تنمية التسامح مع المواقف

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية التسامح مع المواقف.
الأهداف الخاصة:

- تعريف المشاركات التسامح مع المواقف
 - تعريف المشاركات بكيفية تنمية التسامح مع المواقف
- الفنيات المستخدمة:

الحوار والمناقشة- التغذية الراجعة - التعزيز الاجتماعي - الواجب المنزلي - لعب دور - الإقناع- الخيال

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : تعريف المشاركات بأهمية التسامح مع المواقف .

تتناقش الباحثة مع المشاركات أهمية التسامح مع المواقف حيث ترى أنه يتضمن العمل على الصبر على المواقف والتجارب المختلفة والتعامل معها بإيجابية، وتطلب من كل مشاركة أن تتحدث عن خبرة خاطئة قامت بها وكيف سامحت الظروف والمواقف المختلفة عليها.

اجراء(3): تنمية التسامح مع المواقف.

تقسم الباحثة المشاركات الى مجموعات وتطلب من كل مجموعة ان تضع قائمة بطرق تساعد في ان تساعد المشاركة نفسها في المسامحة على المواقف والتجارب عند ارتكاب اخطاء متضمنة النموذج التالي:

الخطأ الذي حدث في المواقف والتجارب والظروف الحياتية	تأثير الخطأ على الذات	كيفية التخلص منه	أفكار حول الخطأ	مشاعري حول الخطأ	طرق للاستفادة من الخطأ في حياتي الشخصية

اجراء(6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يضعن خطة لمساعدتهن في التخلص من اخطاء مواقف وتجارب معها لديهن بحيث يسامحن عليها.

الجلسة التاسعة: تنمية التسامح عموماً

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية التسامح عموماً.
الأهداف الخاصة:

- أن يزيد الصبر لدى الطالبة على أذى الآخرين
- أن تزيد رغبة الطالبة في تفضيل العقوبة في الدنيا على العقوبة في الآخرة عندما
تخطئ.

- أن تعمل الطالبة على الاعتذار عند الخطأ.
الفنيات المستخدمة:

الحوار والمناقشة- التغذية الراجعة - التعزيز الاجتماعي - الواجب المنزلي - لعب
دور- الإقناع- الخيال

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة
المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : الصبر على الأذى.

تقول الباحثة: إن الصبر أحسن ما يتعلمه الإنسان، ولا يعني الصبر الاتجاه فقط
للرضا بالوضع، ولكن يعني أيضاً أن يحمد الإنسان الله على ما آتاه.

وتذكر الآية القرآنية التالية: "وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ"

إذ صبر هنا يوسف عليه السلام على أذى إخوته، وعمل على مسامحتهم على خطأهم، وهو من أكبر ما يقوم به الإنسان

ثم تأتي بنشاط عام تناقش فيه مع مسترشدات موقف صبرن به، وكيف أثر في حياتهن.

الإجراء (3): الاعتذار عند الخطأ

تقول الباحثة إن الأفضل للإنسان هو أن يعتذر عن الخطأ بدلاً من القيام به وحتى ولو بعد حين، والنساء وامرأة العزيز اعتذرن عن خطأهن .

وتذكر الباحثة الآية القرآنية التالية: قَالَ مَا خَطْبُكَ إِذْ رَاوَدْتَنِّي يُوسُفَ عَن نَفْسِهِ قُلْنَ حَاشَ لِلَّهِ مَا عَلِمْنَا عَلَيْهِ مِنْ سُوءٍ قَالَتِ امْرَأَةُ الْعَزِيزِ الْآنَ حَصْحَصَ الْحَقُّ أَنَا رَاوَدْتُهُ عَن نَفْسِهِ وَأَنَّهُ لَمِنَ الصَّادِقِينَ

وهنا حاولت النساء أن يكن صادقات ويبرئن يوسف عليه السلام من التهمة التي لم يقع بها

نشاط: كل مسترشدة تتحدث عن موقف حياتي كذبت به، وتريد أن تعترف بالكذب لدى أسرتها، وتكتب الاعتراف الآن

نشاط آخر: كل مسترشدة تريد أن تتحدث عن تجربة عاشتها وقعت بها بالخطأ مع شاب، وكيف تستطيع مصارحة أهلها بذلك.

الإجراء (4): التقرب من الآخرين الذين يخطئون معه

تقول الباحثة: إنّ من التسامح أن يتقرب الإنسان لمن يخطئ بحقه، فيوسف عليه السلام سامح إخوته على ما قاموا به، وقرب أخاه منه.

يقول تعالى: " وَلَمَّا دَخَلُوا عَلَى يُوسُفَ أَوَى إِلَيْهِ أَخَاهُ قَالَ أَنِي أَنَا أَخُوكَ فَلَا تَبْتَئِسْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ:

نشاط: كل مسترشدة تتحدث عن علاقتها بأحد أخوتها في المنزل، أو أفراد أسرتها وكيف يمكن أن تزيد علاقتها به حتى لو أخطأ معها.

الإجراء (5): الشكر لله على ما أصاب

تقول الباحثة: إنه على المشاركات الشكر والحمد على ما وهبه الله لنا وعدم الغرور عند الوصول للهدف المراد. وهنا شكر يوسف الله سبحانه وتعالى على ما أعطاه إياه؛ لأن لديه ثقة به.

وتذكر الآية القرآنية الكريمة: "رَبِّ قَدْ أَنَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنْتَ وَلِيِّي فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ."

نشاط: كل مسترشدة تتحدث عن شخص تعرفه يتمتع بالغرور، وتعمل على تقديم نصيحة له، أو لها دون ذكر اسمه

إجراء (6): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتنثي على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

إجراء (7): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يذهبن الى شخص اساء لهن ويجلسن معه وتخبرها بأنها سامحته.

الجلسة العاشرة: تنمية الانتماء للمجتمع

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية الانتماء للمجتمع عموماً.
الأهداف الخاصة:

- أن يتوضح لدى المشاركات طريقة تنمية الانتماء للمجتمع
- أن تتمكن المشاركات من زيادة الانتماء للمجتمع والاختلاط معه والمشاركة معه
بنشاطات مختلفة.
الفنيات المستخدمة:

المحاضرة والمناقشة الجماعية، الارشاد الديني، الحوار السقراطي، فنية التركيز.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة
المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : الانتماء للمجتمع

تقول الباحثة أنه من الضروري أن يختلط الانسان مع الآخرين رغم ان الآخرين
قد يؤذوا الفرد، فالمؤمن الذي يخالط الناس ويصبر على آذاهم افضل من المؤمن الذي
لا يخالط الناس ولا يصبر على آذاهم، وتعمل الباحثة على ادارة نقاش مع المشاركات
حول اهمية البقاء مع المجتمع والانتماء له.

الإجراء (3): تنمية الانتماء للمجتمع

تقول الباحثة انه من الضروري ان ينتمي الانسان للآخرين ويبقى معهم، وهذا يتطلب منه ان يعمل امور عملية لذلك وتوزع جدولاً على المشاركات وتطلب منهن تعبئته وبعد ذلك تناقشه مع المشاركات والجدول هو:

اهم نشاطات حياتي	دوري مع صديقاتي	دوري بالاسرة	دوري بالمجتمع	كيف انمي ادواري الشخصية

اجراء(4): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتنتهي على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (5): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يجلسن مع شخص تعتقد انه منتمي للمجتمع وتتعرف على طبيعة حياته وتصرفاته وسلوكه.

الجلسة الحادية عشر: تنمية الاحساس بالقيمة

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية الاحساس بالقيمة الذاتية.
الأهداف الخاصة:

- أن يتوضح لدى المشاركات اهمية الاحساس بالقيمة الذاتية.

- أن تتمكن المشاركات من زيادة الاحساس بالقيمة الذاتية
الفنيات المستخدمة:

المحاضرة والمناقشة الجماعية، الارشاد الديني، الحوار السقراطي، فنية التركيز.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة
المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : الاحساس بالقيمة الذاتية

تقول الباحثة أنه من الضروري أن يعرف الانسان قيمته الذاتية وكل انسان مهما
كان لديه قيمة ذاتية مختلفة عن الآخرين وتدير نقاشا مع المشاركات حول ذلك.

الإجراء (3): تنمية الاحساس بالقيمة الذاتية

تقول الباحثة انه من الضروري ان يكون لدى الانسان مهما كان قيمة ذاتية خاصة به، وتوزع جدولاً على المشاركات وتطلب منهن تعبئته وبعد ذلك تناقشه مع المشاركات والجدول هو:

انجازاتي السابقة	انجازاتي الحالية	انجازاتي اللاحقة	كيف يمكن ان اطور انجازاتي	كيف يمكن ان اتخلص من العقبات المتوقعة في حياتي

اجراء(4): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتنتهي على جهود المشاركات وحسن تفاعلهم في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.
اجراء (5): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يجلسن مع شخص ان له قيمة بالحياة وتعمل على التعرف على طبيعة انجازاته وكيف يتخلص من الصعوبات في حياته.

الجلسة الثانية عشر: تنمية الهدف الحياتي

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على تنمية الهدف الحياتي.
الأهداف الخاصة:

- أن يتوضح لدى المشاركات اهمية وجود هدف للحياة.

- أن تتمكن المشاركات من زيادة تنظيم اهداف حياتية
الفنيات المستخدمة:

المحاضرة والمناقشة الجماعية، الارشاد الديني، الحوار السقراطي، فنية التركيز.

الأدوات المستخدمة: لوح وأقلام.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة
المشاركات للواجب المنزلي

اجراء(2) : الهدف الحياتي

تقول الباحثة أنه من الضروري أن يعرف الانسان اهدافه في الحياة وان يخطط
لها بطريقة منظمة وتدير نقاشا مع المشاركات حول ذلك.

الإجراء (3): تنمية الهدف الحياتي

تقول الباحثة انه من الضروري ان يكون لدى الانسان مهما كان اهداف شخصية خاصة به، وتوزع جدولاً على المشاركات وتطلب منهن تعبئته وبعد ذلك تناقشه مع المشاركات والجدول هو:

المجال	اهدافي	اهدافي	اهدافي	اهداف	كيف يمكن ان
	اليومية	متوسطة	طويلة	بعيدة المدى	اتخلص من
	المدى لمدة شهر	المدى لمدة سنة	المدى لمدة عشر سنوات	الصعوبات في تحقيق اهدافي	
الشخصي					
الاجتماعي					
العقلي					
الاسري					
المهني					
الانفعالي					

اجراء(4): الانتهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهم في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.

اجراء (5): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يجلسن مع شخص لديه اهداف يسعى لتحقيقها والتعرف على كيفية التعامل مع الصعوبات التي تواجهه في تحقيق اهدافه.

الجلسة الثالثة عشر: التخلص من العجز والسلبية

الهدف العام:

- تعريف المشاركات على الية التخلص من العجز والسلبية.
الأهداف الخاصة:
- تعليم المشاركات اساليب جديدة للتعامل مع المواقف المؤلمة.
- ادراك المشاركات اهمية تصحيح الافكار في خفض المعاناة.
- تدريب المشاركات على المرونة في ردود الافعال المتخذة تجاه الاحداث الضاغطة.

الفنيات المستخدمة:

الحوار السقراطي، فنية تحسين الذات التعويضي، فنية تعديل الاتجاهات، البحث عن المعنى الايجابي للحياة.

الأدوات المستخدمة: لوح، اقلام، اوراق، الوان، جهاز عرض البيانات (Data show).

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة المشاركات للواجب المنزلي

إجراء(2):

محاضرة عن حتمية المعاناة.

تقوم الباحثة بإعطاء محاضرة مبسطة للمشاركات عن حتمية المعاناة، وان كل انسان معرض للالم في هذه الحياة . ثم تقول ان الانسان لديه حرية الاختيار، وانه مسئول عن هذه الاختيارات التي يراها مناسبة. لذا عليه ان يكون موفقاً تجاه هذه العوامل و الظروف. وكيف يستطيع ان يجد معنى للحياة على الرغم من المعاناة و كيف نستطيع ان نجد المعنى في أحلك الظروف أو عند مواجهتنا لقدرة محتوم غير قابل للتغيير. و يقول فرانكل معقّباً على حتمية المعاناة:

المعاناة سمة أساسية مميزة للحياة؛ فلا توجد حياة خالية من المعاناة، ولا يوجد فرد لم يعان من الصدمات الانفعالية و من الظلم أو الأذى أو من الإحباطات أو الصعوبات المادية أو الجسدية، أو الحزن و الأسف لذا يجب أن يسمو الفرد بنفسه و يحول المأساة الشخصية إلى إنجاز أو انتصار.

أما حتمية الموت فينظر فرانكل للموت نظرة إيجابية على أنه الشيء الوحيد المؤكد و الحقيقة العامة للحياة ولا يمكن تجنبه، وحيث إن الموت هو النهاية فإنه يمكن أن يكون حافز للحياة.

فلو كنا مخلدين فسوف نجد تبريراً لتأجيل كل شيء وأي شيء ولن يوجد شيء نتم عمله اليوم لأننا سنؤجله للغد أو الأسبوع القادم أو العام القادم ... ومن ناحية ثانية فلكون حياتنا محددة فإننا نحاول بذل الجهد و عمل أفضل ما يمكننا عمله من أجل تخليد ذكرانا، فليس طول الحياة هو الذي يعطيها المعنى و القيمة، فنحن لا نحكم على السيرة الذاتية من طولها ولكن من ثرائها.

اجراء (3): الحوار السقراطي .

توزع الباحثة على المشاركات بطاقات وكل بطاقة تحمل سؤالاً معيناً وهذه الاسئلة هي:

1. هل تخافين من الفشل؟
 2. هل انت ممن يبوخون انفسهن عندما ترتكب الاخطاء؟
 3. كيف تتظنين لنفسك من خلال ما مر بك من خبرات مزعجة؟
 4. هل من الصواب ان يلوم الانسان نفسه على اخطاء ارتكبتها؟
- ثم تطلب الباحثة من المشاركات قراءة السؤال بصوت عالي امام بقية المشاركات ثم الاجابة عليها، وبعد كل اجابة تقوم الباحثة بمناقشتها مع بقية المشاركات.

اجراء(4): قصة رمزية

حبوب الخردل

تقوم الباحثة بسرد قصة رمزية لنماذج وحالات معينة، حيث تروي قصة توضح معنى معين قد يصعب التعبير عنه بشكل مباشر، فمثلاً قصة حبوب الخردل، التي توضح معنى ارتباط الحياة الإنسانية بالمعاناة، حيث ولدت الهندية جوتا طفلاً، لكنه مرض ومات، فشعرت بالحزن والأسى، وحملت جثمانه وجابت به أنحاء المدينة، فسخر الناس منها، فلجأت إلى أحد الحكماء، والذي أخبرها أن الدواء الوحيد هو أن تحضر حفنة من حبوب الخردل من أي منزل بالمدينة لا يكون أحد من أهله قد مرض أو عانى أو مات، فجابت المدينة من بيت إلى بيت، إلا أنها لم تنجح في العثور على منزل لم يعانى فيه أحد أو يموت، من هنا أدركت أن أبنها لم يكن الوحيد الذي مرض ومات، وأنها لم تكن الوحيدة التي عانت، وأن المعاناة قانون سائد بين بنى البشر .

ثم تقوم الباحثة بمناقشة المشاركات في ما تضمنته المحاضرة، ومضمون القصة

التي تم سردها بهدف التعرف على المعنى الكامن لكل حالة.

اجراء(5): الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتثني على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة، ثم تذكرهن بموعد الجلسة القادمة.
اجراء (6): الواجب البيتي:

تطلب من المشاركات أن يجلسن مع شخص لديه ايمان بالايجابية بالحياة رغم الصعوبات التي يواجهها والعمل على التعلم منه حول اهمية ما يدفعه للسعي للتفوق والتقدم.

الجلسة الرابعة عشر: الانهاء والتقييم

الهدف العام:

- تقييم البرنامج الارشادي من حيث (الموضوعات، الأنشطة، العلاقات الاجتماعية).

الأهداف الخاصة:

- يعبر المشاركون عن آرائهم ومدى استفادتهم من البرنامج.

- تقييم المشاركين أكثر ما أعجبهم في البرنامج.

الفنيات المستخدمة:

ورق مكتب، سلة بلاستيكية، استبانة الفراغ الوجودي، استبانة التسامح.

الأدوات المستخدمة: لوح، اقلام، اوراق، الوان، جهاز عرض البيانات (Data show)

.

الاجراءات و الانشطة:

اجراء(1): الترحيب بالمشاركات.

تقوم الباحثة بالترحيب بالمشاركات وتشكرهن على الالتزام بموعد الجلسة، ومناقشة

المشاركات للواجب المنزلي

إجراء(2): نقاش حول البرنامج الارشادي

تدير الباحثة نقاشا حول الفوائد المتحققة على المشاركة في البرنامج الارشادي مع

المشاركات.

اجراء (3): تقييم البرنامج الارشادي .

تطلب الباحثة من المشاركات تقييم البرنامج الارشادي بشكل عام.

اجراء(4): اكمال الاعمال غير المنتهية

تطلب الباحثة من كل مشاركة ان تتحدث عن امور تريد الحديث عنها واكمالها ولم يسبق ان تحدثت عنها.

اجراء(5): المشاركة باحتفال بسيط

تعمل الباحثة على المشاركة باحتفال بسيط مع المشاركات وتعمل على توزيع الحلوى وتتحدث عن طريقة المتابعة بعد الانتهاء من البرنامج.

اجراء (6) الانهاء والتلخيص:

تلخص الباحثة في نهاية الجلسة أهم الأفكار التي دارت في الجلسة، وتنتهي على جهود المشاركات وحسن تفاعلهن في الجلسة.

الملحق (ز)

قائمة أسماء المحكمين للبرنامج

قائمة أسماء المحكمين للبرنامج

الرقم	اسم المحكم	الجامعة	التخصص
1	أحمد أبو اسعد	مؤتة	الإرشاد النفسي والتربوي
2	جهد القرعان	مؤتة	التربية الخاصة
3	عبد الناصر القرالة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
4	انس الضلاعين	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
5	صهيب التخاينة	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي
6	لمياء الهواري	مؤتة	الارشاد النفسي والتربوي

المعلومات الشخصية

الاسم: آيات أمين المبيضين

التخصص: الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي

الكلية: العلوم التربوية

سنة التخرج: 2020