

تأثير فنيتين (الإندماج - واشباع الحاجات) في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات

أ.م.د. هدية جاسم حسن طاهر
وزارة التربية / الكلية التربوية المفتوحة

الخلاصة

إن أثر معنى الحياة لا ينحصر في الصحة النفسية فقط بل يتعداه إلى الصحة البدنية ولا سيما إن اقترن بمتغيرات أخرى ايجابية فقد توصل تايلر وجماعته ، إلى أن معتقدات نفسية مثل التفاؤل بما في ذلك التفاؤل غير الواقعي، والضبط الشخصي والإحساس بالمعنى ، تعمل بمثابة موارد تحفظ كلاً من الصحة النفسية والصحة البدنية في سياق الخبرات الحياتية الصادمة أو المؤثرة سلباً مثل: المرض، الهرم، العجز وفقد الأعداء. (Taylor et al, 2000 ,107).

The impact of two techniques (integration and satisfaction of needs) in developing the meaning of life among divorced women

Assistant Professor Dr. Hadya Jassim Hassan Taher

Abstract :

The impact of the meaning of life is not confined to mental health but rather to physical health, especially when coupled with other positive variables, Tyler and his group found that psychological beliefs such as optimism, including unrealistic optimism, personal control and sense of meaning, Of mental health and physical health in the context of traumatic life experiences, such as: disease, pyramid, disability and loss of loved ones.

مشكلة البحث:

يعد مصطلح (المعنى في الحياة) يشير إلى تفسير أحداث الحياة والحياة عموماً، أما المعنى الثاني للمصطلح فيشير إلى الأهداف والدوافع التي يمتلكها الفرد فيما يتعلق بأحداث الحياة أو حياته الخاصة. وبذلك يمكن فهم مصطلح (المعنى في الحياة) بأنه تفسير ما يعني عيش الفرد لحياته، من ناحية، والأهداف والأغراض التي يمتلكها في الحياة، من ناحية أخرى (Kim, 2001, 27).

لذا تحاول الباحثة في البحث الحالي بيان تأثير تقنيات نظرية العلاج الواقعي ونظرية الاختيار، والمتمثلة بفنيتي الاندماج واشباع الحاجات لتنمية معنى الحياة، والتي أكد جلاسر (Glasser 1972) ان العلاج الواقعي هو طريقة لكسب والحفاظ على الهوية الفرد .

ويمكن ان تتلخص مشكلة البحث الحالي في الاجابة عن التساؤل الآتي:
 (ما تأثير فنيتي الاندماج واشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات)؟

أهمية البحث:

وهناك صلة وثيقة بين شخصية الفرد وصحته النفسية . وان تكامل الشخصية شرط للصحة النفسية والتوافق الاجتماعي فمن تعرض للعوامل التي تخل هذا التكامل اعتلت صحته النفسية وساء توافقه الاجتماعي . من هذه العوامل الصراعات النفسية العنيفة الموصلة ، الشعورية واللاشعورية ، ذلك إن الصراع Conflict يعني قيام حرب في ثنايا الشخصية مما يحول دون وحدتها واتزانها ويميل بها إلى التفكك أو التصدع والانحلال . فمن أراد فهم اضطراب الشخصية واعتلال الصحة النفسية تعين عليه دراسة هذا الصراع: أنواعه ومصادره ومظاهره . (راجح ، ١٩٨٦ ، ٤٦٥) .

ومع تقدم الزمن أصبح المعنى في الحياة أو الهدف من الحياة من أهم الموضوعات التي تدور حولها معظم نظريات الشخصية الوجودية، لما له من أهمية في تشكيل شخصية



الإنسان ونموها، وفي تحقيق صحته النفسية والجسمية او اضطرابهما (٣٩٩,٢٠٠٠- Halama, ٣٥٠).

ويصف علماء النفس الوجوديون الإنسان المحقق للمعنى في حياته، بأنه إنسان أصيل وشجاع، دائم التطلع إلى المستقبل، خال من القلق الوجودي، يثمن ويقيم خبراته الانفعالية ويكافأها، لاسيما التي تحمل في طياتها مشاعر من الألم والتهديد والمعاناة، وخبرات فشله لا تشعره بالذنب وإنما تدفعه بحيوية وفاعلية للنمو الايجابي فيطور قيمه و تفضيلاته وأهدافه ووجهات نظره بالشكل الذي يجعله شخصا مميزا يشعر بمعنى لوجوده (Leath, 1999,19).

لقد وجد هؤلاء المنظرون ان شعور الإنسان بالمعنى في حياته يدفعه للعمل بجدية و ايجابية، ويمنحه السعادة والصحة النفسية و الجسمية (Ryff, 1989,1071)، أما فشله أو عجزه في إيجاد هذا المعنى، فانه يولد لديه ما يسمى بفقدان المعنى، وهي بنظرهم حالة تمثل أحد المخاوف الوجودية الكبرى لدى الإنسان (Hoffman, 2004).

اما فنية الاندماج وهي اهم التقنيات التي ركزت عليها نظرية العلاج الواقعي حيث أكد جلاسر ان على المرشد ان يطور مجموعة واسعة من تقنيات الاندماج لكي يصبح مندمجاً بالموضوع الذي اندمج من اجله، فإذا لم تكن لديه قابلية اشراك نفسه فإنه سيفشل، ويجب ان يكون الاندماج على الاقل مع شخصية ناجحة واحدة او مجموعة من الاشخاص، لان ذلك مطلوب للنمو بنجاح او للحفاظ على النجاح او التغيير من الفشل الى النجاح، لهذا على المرشد ان يبذل جهد متواصل لتطوير مهارات الطالب خصوصاً تلك المهارات التي تجعله يندمج (Glasser, 1972 : 72).

اما في مجال اعتماد فنية اشباع الحاجات فيؤكد جلاسر (Glasser 1990) ان فهم طريقة افضل بأستخدام الدافع للوصول الى النجاح هي معرفة الحاجات النفسية الاساسية الخمسة (البقاء، والحب، والانتماء، والقوة، والحرية واللهو) فنحن نعيش طوال حياتنا بالطريقة التي سنلبي بها بشكل افضل واحدة او أكثر من هذه الحاجات وخاصة في مرحلة المراهقة، فالطلاب في المرحلة المتوسطة يحتاجون الى فعاليات اضافية لتعلم كيفية

ان تشبع تلك الحاجات لكي يشعروا بشكل جيد ولتحفزهم ليكونوا أكثر نجاح في الحياة والمدرسة (Glasser 1990 :46).

ان أهمية البحث الحالي تأتي من أهمية الخدمات الإرشادية التي يقدمها في مساعدة المدرسين والمرشدين في المدارس، والتي أكدت عليها رابطة علم النفس الامريكي (A.P.A) عام ١٩٨١ بأن اخصائيو علم النفس الارشادي عندما يقدموا المساعدة فأنهم يستخدمون مبادئ ومناهج واجراءات لتيسير السلوك الفعال للانسان خلال عمليات نموه على امتداد حياته كلها، وتهدف هذه الخدمات في مساعدة الافراد على إكتساب او تغيير المهارات الشخصية والاجتماعية وتحسين التوافق مع مطالب الحياة المتغيرة، وتعزيز مهارات التعامل بنجاح مع البيئة، وإكتساب العديد من القدرات لحل المشكلات واتخاذ القرارات (الزعبي، ٢٠٠٢ : ١٧).

ومما تقدم تبين لنا أهمية البحث الحالي في الجانب النظري، اما على صعيد الجانب التطبيقي، فتكمن هذه الأهمية في :

١. انه يعد محاولة علمية رائدة لقلّة الدراسات والبحوث العلمية التي تناولت هذا الموضوع على - حد علم الباحثة - على مستوى البيئة العراقية بأستعمل فنييتين ارشاديتين (فنية الاندماج واشباع الحاجات) في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات .

٢. يمكن ان يسهم البحث الحالي في مساعدة الباحثين والمرشدين النفسيين للأفادة منه في ميدان الارشاد النفسي والعملية الإرشادية.

٣. تحدد هذا البحث بفئة من النساء المطلقات ومن المعلوم انه هذه الفئة بأمس الحاجة لمثل هذه الخدمات وللمساعدة الإرشادية في مختلف الميادين.

٤. نظراً لأهمية المتغيرات التي تناولها البحث الحالي، لذا سيكون بداية لتراكم معرفي مهم في هذا المجال وتوفير مادة علمية لرفد المكتبة المحلية او العربية وذلك لقلّة البحوث والدراسات التي تناولت متغيرات هذا البحث وذلك مما يزيد من أهمية هذا البحث في الجانبين (النظري والتطبيقي).

هدف البحث :

يستهدف البحث الحالي تعرف فاعلية فنيتي (الإندماج وأشباع الحاجات) في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات ويتحقق ذلك من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الآتية:

الفرضية الأولى :

لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعات الثلاثة (التجريبية الأولى، التجريبية الثانية، الضابطة على مقياس معنى الحياة في تطبيق الأختبار البعدي).

الفرضية الثانية :

لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية الأولى في الأختبار البعدي والاختبار المرجأ لفنية الإندماج في تنمية معنى الحياة .

الفرضية الثالثة :

لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية الثانية في الاختبار البعدي والاختبار المرجأ لفنية اشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة .

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بـ: بشريحة النساء المطلقات في محافظة بغداد /الرصافة الثالثة للعام

٢٠١٧/٢٠١٨

تحديد المصطلحات:

أولاً : التأثير The Effect عرفه:

- بيرل (٢٠٠١) Pearl:

"الاستجابة التي يحدثها المتغير المستقل في المتغير التابع"

(Pearl, 2001, P 1) .

ثانياً: الفنية Technique

١. عاقل (١٩٨٨) : طريقة المرشد المميزة في التعامل لتحقيق اهداف معينة.
(عاقل ، ١٩٨٨ : ٣٥)
٢. الخولي (٢٠٠٠) : الطريقة التي يمكن استعمالها في تحقيق غرض بمهارة عالية.
(الخولي، ٢٠٠٠ : ٣٣٦).

ثالثاً: الأندماج Involvement

١. الخواجا (٢٠٠٢) : (بأنه علاقة ودية حميمية بين فردين أو أكثر). (الخواجا،
٢٠٠٢ : ٣٠٨)

واما التعريف الاجرائي للاندماج :

(ويقاس الفرق بين رتب الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس معنى الحياة من خلال مجموعة من التقنيات و النشاطات الإرشادية المخططة المساعدة التي يتضمنها البرنامج الارشادي لغرض تنمية معنى الحياة ، وتقاس فاعليته من خلال احتساب رتب درجات المجموعة التجريبية الأولى على مقياس معنى الحياة

رابعاً: اشباع الحاجات Needs fulfillment

وعرفها:

جلاسر 1990 Glasser : (سلوك دائم يدفع الفرد الى ان يكون افضل ما يمكن ان يكون عليه ويعتقد انه سوف يشبع حاجة او اكثر من حاجاته النفسية) (Glasser, 1990 : 27)

ويتبنيت الباحثة تعريف المنظر جلاسر ١٩٩٠.

اما التعريف الاجرائي لاشباع الحاجات :

(ويقاس بالفرق بين رتب الاختبار القبلي والاختبار البعدي على مقياس معنى الحياة ومن خلال مجموعة من التقنيات او النشاطات الإرشادية المخططة المساعدة التي يتضمنها البرنامج الارشادي لغرض تنمية معنى الحياة وتقاس فاعليته من خلال احتساب رتب درجات افراد المجموعة التجريبية الثانية على مقياس معنى الحياة).



خامساً: التنمية Development

*السيد ٢٠٠٥ : (هي تطوير وتحسين اداء الفرد وتمكينه من اتقان جميع المهارات بصورة منتظمة). (السيد ، ٢٠٠٥ : ١٨٧)

سادساً : معنى الحياة **Meaning in Life** عرفه كل من :-

١- هالاما (Halama , 2000)

(امتلاك أهداف ورسالة في الحياة، وفهم متكامل ومتسق منطقياً للذات والآخرين والحياة عموماً) (Halama , 2000,339).

٢- كيم (Kim , 2001)

(تفسير ما يعني عيش الفرد لحياته من ناحية، والأهداف الأغراض التي يمتلكها من ناحية أخرى" أو "هو الاعتبار الايجابي للحياة والذي يشير إلى اعتقاد الفرد بأنه يستطيع أن يحقق إطاره الايجابي في الحياة أو أن يحقق أهداف حياته) (Kim, 2001 ,23).

٣- ريكر (Reker, 2004)

(معرفة الفرد لنظم أهدافه واتساقها في الحياة، وفهمه لوجوده، والسعي لبلوغ أهدافه، والاحساس المصاحب لتحقيقها) (Reker, 2004 , 13).

التعريف النظري

تبنت الباحثة تعريف ريكر تعريفاً نظرياً لمعنى الحياة الذي يعد من أكثر التعاريف شمولية وقبولاً لمفهوم معنى للحياة .

التعريف الإجرائي

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس معنى الحياة المعد لهذا الغرض.

*** الفصل الثاني : معنى الحياة

يعد موضوع معنى الحياة من الموضوعات المعاصرة والقديمة في آن واحد ، ولكن حظي باهتمام الباحثين في علم النفس الوجودي بشكل خاص .

***أنواع المعنى في الحياة :

١. المعنى الخطأ False Meaning: هذا النوع من المعنى مدمر في الغالب، ويوصف بأنه عبارة عن أساطير دون أي سلطة تضمن ديمومتها، فقد تساعد هذه الأساطير الناس على البقاء على قيد الحياة، لكنها لا تمتلك القوة على مخاطبة القضايا الوجودية، ومن أمثلة المعنى الخطأ، سعي الفرد وراء المال أو السلطة أو الجنس ضناً منه أنها تجلب له المعنى، وربما يكون لهذه الأشياء منفعة ايجابية، لكنها تفتقر إلى المعنى بحد ذاتها.

٢. المعنى الانتقالي Transitory Meaning: هذا النوع غير مدمر بطبيعته يمكن له أن يساعد الإنسان على التحمل، لكنه لا يستطيع مساعدته على السمو، كونه يفتقر إلى القدرة على مخاطبة القضايا الوجودية، غير انه يمكن أن يسهل النمو ويقود إلى تطوير المعنى إلى درجة أعمق، ومن أمثلته، العمل، القيادة، التعليم، الوعي بالذات ونموها، وهذه جميعها يمكن أن تكون قيماً ايجابية صحية، إلا أنها ليست غايات ولا تمثل المعنى النهائي.

٣. المعنى النهائي Ultimate Meaning: هذا النوع بناءً وإيجابي، كونه يساعد في السمو على القضايا الوجودية، كالموت، والعزلة، والحرية، وفقدان المعنى، وهو يحتاج بالضرورة إلى إقامة علاقة مع الخالق (أو الطبيعة) أو مع الآخرين، غير أن العلاقة وحدها لا تحقق المعنى النهائي، وإنما يتحدد هذا المعنى بنوع هذه العلاقة، أي العلاقة التي تضم معنى نهائياً كونها غاية بحد ذاتها. إن تحقيق المعنى النهائي يحتاج إلى الآخر، ويفترض بان البشر كائنات مقبلة على إقامة العلاقات، والآخر هنا مفهوم واسع جداً، يتضمن الخالق، والناس الآخرين، والحيوانات...، وحتى الطبيعة بالنسبة للذين ينظرون إلى الخالق في الطبيعة. (Hoffman, 2004)

أبعاد المعنى في الحياة :

١. شدة (قوة) المعنى : والذي يعبر عن مدى إحساس الفرد بالمعنى في حياته، وما هو المستوى الذي يشعر فيه الفرد بالمعنى.
٢. اتساع المعنى : والذي يعبر عن عدد مصادر المعنى وتنوعها.
٣. عمق المعنى: والذي تعبر أعماق درجاته عن السمو الذاتي Self-transcendence أي أن المعنى النهائي أو الكلي يتحقق عندما تسمو حاجات الفرد على حاجات ومتطلبات الآخرين، فيقدم لهم مثلاً الخدمة والمساعدة ويؤثرهم على نفسه. (Reker, 2000, 39-55).

*** المعنى في الحياة والسعادة:

السعادة Happiness والمعنى في الحياة شعوران ينفرد بهما الكائن البشري عن بقية الكائنات الحية الأخرى، وعملية البحث عنهما هدفان مشروعان يسعى الإنسان دائماً إلى تحقيقهما، توصف السعادة بأنها انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة أو انعكاس لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة أو شدة هذه الانفعالات (أرجايل، ١٩٩٣، ٢٤٧).

ويتفق فرانكل مع هذا التصور إلا أنه يشير إلى أن السعادة ليست هدفاً بحد ذاتها يسعى الإنسان إلى تحقيقه، وإنما هي إحدى المشتقات الأولية للهدف الأساس عند الإنسان وهو البحث عن المعنى (فرانكل، ١٩٨٢، ١٨٣-١٨٤) وبالمقارنة مع مفهوم المعنى في الحياة السابق الذكر، تدعم نتائج كثير من الدراسات وجود علاقة ايجابية بين المعنى في الحياة وبين السعادة، إذ تشير هذه النتائج إلى إمكانية اكتساب المعنى من خلال المرور بخبرات السعادة التي ترافق عملية تحقيق الأهداف (Debats, 1996, 27-34).

*** المعنى في الحياة والصحة النفسية :

تعد دراسة العلاقة بين المعنى في الحياة والصحة النفسية الأكثر استقصاءً من الباحثين المهتمين بميدان العلاج بالمعنى والصحة النفسية، وتدعم نتائج هذه الدراسات وجهة النظر القائلة بأن المعنى في الحياة والصحة النفسية يخاطبان معا جوانب من الظاهرة نفسها (Leath, 1999).

حتى أصبح موضوع المعنى في الحياة الأكثر قيمة و فاعلية في العلاج النفسي (Debats, 1996, 27)، ويعدّ فيكتور فرانكل أول من أشار إلى أهميته في حياة الإنسان وفي صحته النفسية، فقد اعتقد بان سعي الإنسان الحثيث نحو المعنى هو الذي يمنحه الصحة النفسية (فرانكل، ١٩٨٢، ١٤٠، ١٤١-١٤٠).

ومفهوم المعنى في الحياة، على الرغم من هذه العلاقة، هو أن المعنى في الحياة يمكن له أن يُدرك أو يُنال دون الشعور بالسعادة، وهو ما أوضحه فرانكل بعناية من خلال خبرته في معسكرات التعذيب النازية (Earnshaw, 2000)، وأيضاً ما شار إليه ليث (١٩٩٩) من خلال تعريفه لخبرة المعنى في الحياة، فالسعادة وفقاً لمنظوره تعني (مكافأة الخبرة الانفعالية) وخبرة المعنى هي قدرة الفرد على إدراك فرص لمكافأة الخبرة الانفعالية، أي قدرة الفرد على إدراك فرص السعادة، ومن هنا يتضح لنا بان المعنى في الحياة لا يتطلب من الفرد أن يكون سعيداً في اللحظة الحاضرة وإنما متطلع إلى السعادة، لان لديه القدرة على إدراك فرص السعادة سواء كانت من خبرات الماضي أو من الخبرات المتطلع إليها في المستقبل (Leath, 1999).

***مصادر المعنى في الحياة :

١. الإبداع : ويتحقق المعنى الإبداعي من خلال القيام بأعمال مباشرة في العالم المحيط، مثل إنجازات الفرد في وظيفته، وتربيته لأطفاله، وإدارة شؤون أسرته، أو تأليفه لكتاب.
٢. التجريب: ويتحقق المعنى التجريبي أو الخبروي من خلال الوجود المدرك في العالم، عندما يشق الفرد المعنى من الجمال أو الحقيقة أو الحب، مثل مشاهدة غروب جميل للشمس، إعطاء أو استقبال الحب.
٣. الاتجاه: ويتوقف تحقيق معنى الاتجاه على وعي الفرد، حيث يشق هذا المعنى من خلال التأمل في الجوانب السلبية من الحياة كالآلم والمعاناة (صالح ، ١٩٨٦ ، ١٥٢،).

النظريات التي فسرت معنى الحياة:

*** - نظرية ريكر :

في نهاية الثمانينات وسع ريكر ١٩٨٨ من تطوير مفهومه عن المعنى الحياة من خلال الاستفادة من كتابات فرانكل ، وقد تكال عمله هذا بنظريته عن (نظام المعنى الشخصي) والتي صمما في ضوءها مقاييس مثل مصادر ملف المعنى (SOMP) الذي يكشف عن عمق المعنى واتساعه وقوته، وملف اتجاه الحياة (LAP-R) وملف المعنى شخصي (PMP) وغيرها (Reker, 2004) .

وقد طور مقاييس المعنى في الحياة ، لتصبح أكثر موضوعية لاسيما عند استخدامها على ثقافات متعددة ، وعلى حد علم الباحثة يبقى ريكر هو الأشهر والأحدث في دراساته عن المعنى الشخصي وعلاقاته ببعض المتغيرات الأخرى .

*** - المعنى في الحياة :

ويعد غاري ريكر من أكثر المهتمين و المشتغلين في تحديد وتصنيف معنى الحياة ، فمن خلال الاعتماد على سجل تاريخي حافل لدراسات قام بها هو وزملاؤه في هذا المجال، واستطاع ريكر تحديد مجموعة مصادر للمعنى في الحياة ، عدّها الأهم من غيرها، وفي محاضرة ألقاها في جامعة بروك في الولايات المتحدة الأمريكية عام (٢٠٠٤)، عن المعنى في الحياة ، عرض هذه المصادر يمثل أربعة مستويات تعبر عن المعنى الحياة، (Reker, 2004) ، والمستويات مع مصادرها كالآتي:-

١. المستوى الأول: الانشغال بالذات: والمعنى فيه تركز على المصالح الذاتية أو التي تخدم أذات مثل: تلبية الحاجات الأساسية، التامين المالي، النشاطات القائمة على اللذة، الممتلكات المادية.
٢. المستوى الثاني: الفردية: والمعنى فيه تركز على النمو الذاتي، وتحسين أذات، وتطوير أذات، وإدراك الكوامن الفردية مثل: نشاطات وقت الفراغ، النشاطات الإبداعية، الإنجازات الشخصية، النمو الشخصي.

٣. المستوى الثالث: الجماعية التعاونية : والمعنى فيه تركز على تحسين المجموعة، وخدمة الآخرين، والتفاني في سبيل قضايا اجتماعية أو سياسية كبرى ومن أمثلة هذه المصادر: القضايا الاجتماعية/السياسية، التقاليد والثقافة، ترك ميراث، الاهتمامات الإنسانية.

٤. المستوى الرابع: السمو على الذات : والمعنى فيه تمتد وراء الذات، وراء هنا والآن، وتشتمل المعنى الكوني والهدف الأسمى ومن أمثلة هذه المصادر: العلاقات الشخصية، المعتقدات والنشاطات الدينية، القيم والمثل، العلاقة مع الطبيعة (Reker, 2004).

***- مصادر معنى الحياة :

اهتمت أبحاث متعددة بتحديد المصادر التي يشتق منها الأفراد معان لحياتهم، وهي مصادر تتعدد بتعدد أهداف تلك الأبحاث وتعدد العينات المشمولة بالبحث واختلاف أدوات البحث المعتمدة. ويعتقد ريكر (1991) ان مصادر المعنى تشير إلى مجالات أو موضوعات شخصية مختلفة المحتوى في مجال خبرة المعنى (Reker, 1991,45). وحدد كرومباخ وموليش (1969) Crumbaugh & Mohalich أربعة مصادر يبحث الإنسان فيها عما يحقق له الشعور بالمعنى في حياته هي:-

١. الالتزام بأهداف محددة، وانجازها. ٢. القناعة في الحياة. ٣. ان تكون الحياة تحت السيطرة. ٤. الاستثارة والحماس في الحياة. (Crumbaugh & Mohalich 1964,77) ولخص ريكر (1991) (Reker) اغلب المصادر العامة للمعنى كما وردت في الأدبيات المنشورة التي استعرضها وتضمنت: العلاقات الشخصية، الإيثار، الفعاليات الدينية، الأعمال الإبداعية، النمو الشخصي، إشباع الحاجات الأساسية، الأمن الاقتصادي، النشاطات الترويحية، الانجاز الشخصي، القيم أو المثل الأساسية، التقاليد والثقافة، الموضوعات الاجتماعية والسياسية، الاهتمامات الإنسانية، النشاطات اللذائدية (المفضية إلى اللذة) Hedoniste، التملك المادي، العلاقة مع الطبيعة. وسواء بُحثت هذه المصادر منفردة أو مجتمعة فإنها هي التي تمنح الوجود الإحساس الشامل بالمعنى

(Reker, 1991, 78). ومثلت العلاقات مصدراً مهماً للمعنى الشخصي عند جماعتين من البالغين اختلفتا في المستوى الاجتماعي الاقتصادي وفي الأصل العرقي (Jeverson-Madden et al 1992, 155).

*** الفصل الثالث: منهجية البحث :-

تعد البحوث التجريبية أكثر البحوث العلمية دقة ، لذا فإن الباحثة اتبعت الأسلوب التجريبي في اختبار فرضيات البحث ، وكيفية ضبط المتغيرات التي يعتقد بأنها يمكن أن تؤثر في النتائج عن طريق إجراءات التكافؤ بين المجموعات الثلاث (المجموعة التجريبية الاولى _ المجموعة التجريبية الثانية _ المجموعة الضابطة) ، وعلى وفق ما يلي :-

أولاً : التصميم التجريبي (Experimental Design) :-

ويقصد به:- وضع الهيكل الأساس لتجربة ما ، ويتضمن وصفاً للجماعة التي يتكون منها أفراد التجربة ، إذ يتم فيها تحديد الطرائق لاختبار عينتها (العيسوي، ٢٠٠٠ : ٨٠). ولتحقيق هدف البحث الحالي اتبع الباحث (التصميم التجريبي للمجموعات المتكافئة ذو المجموعتين التجريبيتين والمجموعة الضابطة ذات الضبط الجزئي) .

ويتطلب هذا التصميم الخطوات الآتية:

١. توزيع افراد عينة البحث عشوائياً الى ثلاث مجموعات، مجموعتين تجريبيتين، ومجموعة ضابطة واحدة.
٢. اجراء اختبار قبلي لمجموعات البحث الثلاث لقياس معنى الحياة، لغرض الحصول على مجموعات متكافئة.
٣. استخدام فنية الأنماج مع المجموعة التجريبية الاولى، وفنية اشباع الحاجات مع المجموعة التجريبية الثانية، في حين لم تتعرض المجموعة الثالثة (الضابطة) الى أي فنية ارشادية.



٤. اجراء اختبارات بعدية للمجموعات الثلاث على مقياس معنى الحياة لمعرفة فاعلية الفئتين الارشاديتين (الاندماج - اشباع الحاجات) في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات .

ثانياً : مجتمع البحث : Population of the research :

يشتمل مجتمع البحث الحالي (٣٨٣٣) * امرأة مطلقة لمدينة بغداد / حسب احصائية المحاكم في بغداد جانب الرصافة .ومسجلين في المركز حقوق المرأة العراقية ضمن منظمات المجتمع المدني .

ثالثاً : عينات البحث :-

تم سحب عينتين اساسيتين بالطريقه العشوائية الاولى لبناء مقياس البحث والثانية لعينه التجربة، وعينتين فرعيتين هما العينه الاستطلاعية و عينه الثبات وعلى النحو الآتي.

١- عينة بناء مقياس البحث :

عينة التحليل الإحصائي :-

لغرض إجراء التحليل الإحصائي لمقياس معنى الحياة ، اختارت الباحثة عينة عددها ٤٠٠ امرأة مطلقة بناءً على وجهة نظر انستازي (Anastasi) حيث ترى ان حجم عينة التحليل الاحصائي يفضل ان لا يقل عن (٤٠٠) فرد (Anastasi, 1979 : 209).

٢- عينة التطبيق التجريبي :-

لغرض اختيار عينة البحث التجريبية ، اختارت الباحثة ثلاث مجموعات بالطريقة القصدية من المديرية العامة لتربية محافظة بغداد / الرصافة الثالثة ،قامت الباحثة باختيار مكان في المركزالعراقي لحقوق المرأة في قاطع مدينة الصدر .

- تحديد عينة التجربة :-

تم اختيار عينة من النساء المطلقات الذين حصلوا على درجات متدنية على مقياس معنى الحياة .

رابعاً : أدوات البحث :

أولاً : بناء مقياس معنى الحياة

ثانياً : بناء برنامجين إرشاديين هما :-

أ. برنامج إرشادي على وفق فنيه الأندماج ل (وليم جلاسر) .

ب. برنامج إرشادي على وفق فنية اشباع الحاجات ل (وليم جلاسر) .

أما فيما يتعلق ببناء مقياس معنى الحياة ، فقد اتبعت الباحثة الخطوات الآتية :

١. تحديد مجالات المقياس :

بعد اطلاع الباحثة على الادبيات و الدراسات التي تناولت نظرية العلاج الواقعي

وما اشار اليه وليم جلاسر (Willim Glasser, 1979) صاحب هذه النظرية .

٢. تحديد فقرات المقياس :

تتباين طرائق وأساليب قياس الشخصية ، تبعاً للأسس النظرية التي تستند إليها ، واختار الباحث أسلوب العبارات التقريرية لبناء فقرات مقياس معنى الحياة ، إذ يعد هذا الأسلوب من اكثر الأساليب استعمالاً في مقاييس الشخصية لوضوحه وسهولة اجراءاته . لذا فإن الباحثة يجد من الضروري الالتزام بالإطار النظري عند بناء مقياس معنى الحياة ولهذا اعتمد على ادبيات نظريه العلاج الواقعي في صياغه مجالات و فقرات المقياس كما حدد الباحثة ثلاثة بدائل للاستجابة (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ احياناً، لا تنطبق عليّ ابداً) .

الخصائص السايكومترية للمقياس :

١- صدق المقياس Scale Validity

اتجه المتخصصون في القياس النفسي إلى تحديد بعض الخصائص السايكومترية للمقياس والتي يمكن أن تحد من أخطاء القياس ، أو تبعد المقياس عن إعطاء نتائج غير دقيقة في قياس السمة حتى يصبح بالإمكان استعمال نتائج المقياس في الأغراض العلمية (عدس وتوق ، ١٩٩٨ : ٢٨٢) . وبعد الصدق والثبات من ابرز الخصائص

السايكومترية للمقاييس النفسية والتربوية ، إذ تستعمل نتائجها في اتخاذ القرارات (أبو علام، ١٩٩٣ : ٣٣٤) .

الصدق الظاهري :-

يعد الصدق احد الصفات المميزة للاختبار ، وان الأداة الصادقة هي التي تقيس ما وضعت من اجله (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨٢ : ١٧٩) . ويعني الصدق ارتباط تلك المتغيرات بالهدف الذي وضعت من اجله (Fergusson&Taken ,) 18 : 1990) ، ويعد الصدق الظاهري احد أنواع الصدق ، الذي يتحقق عندما يتم الحصول على قرار أو حكم من شخص متخصص فيكون المقياس ملائم للموضوع المراد قياسه (Allen & yen, 1979 : 96) ، وفيه يتأكد أن كل فقرة من فقرات المقياس تقيس ما وضعت من اجله فعلاً .

وقد حققت الباحثة هذا النوع من الصدق لمقياس معنى الحياة عن طريق عرض على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في العلوم النفسية والتربوية .

طريقة تصحيح المقياس :

ويقصد به تحديد درجة لكل بديل من البدائل الثلاث التي حددها الباحث لقياس درجات كل فقرة من فقرات المقياس وعلى وفق استجابات كل طالب من أفراد العينة، ثم تقوم الباحثة بجمع درجات الفقرات في المقياس ليستخرج الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات الاستجابة، وقد تراوحت درجات الاستجابة لكل فقرة من فقرات المقياس (١-٣) وهي تقابل ثلاثة بدائل ولكون فقرات المقياس مقسمة على فقرات ايجابية وفقرات سلبية فقد اعطيت للفقرات الايجابية اوزاناً من (١-٣)، اذ اعطيت (٣) درجات للبدل (تتنطبق عليّ دائماً) و (٢) درجة للبدل (تتنطبق عليّ احياناً) و (١) درجة للبدل (لاتنطبق عليّ ابداً) وتعكس الدرجات في حالة الفقرات السلبية.

العينة الاستطلاعية :-

اختارت الباحثة (٣٠) امرأة بصورة عشوائية ووزع عليهم المقياس للإجابة على فقراته ، ويستهدف بذلك التحقق من مدى وضوح التعليمات والفقرات للمستجيبين ، ومعرفة

الزمن الذي يستغرقه في الإجابة على هذا المقياس. وضوح التعليمات والفقرات والذي يمكن أن يحقق الغرض الذي وضع من أجله ، والجدير بالذكر أن الزمن الذي استغرقه المستجيب الأول (١٠) دقائق ، بينما استغرق آخر مستجيب منهم زمناً قدره (٢٠) دقيقة . وبذلك تتوقع الباحثة أن الزمن الذي يمكن أن يستغرقه المستجيبين على هذا المقياس يتراوح بين (١٠ - ٢٠) دقيقة و بمدى (١٥) دقيقة .

ثانياً / الثبات (Reliability) :-

إن المقياس الصادق يكون ثابتاً في حين أن المقياس الثابت قد لا يكون صادقاً ، لأنه قد يكون متجانساً بمعنى انه يكون ثابتاً ولكنه يقيس سمة أخرى (: Brown , 1987 , 27). والمقياس في العلوم التربوية والنفسية غالباً ما يكون عرضة للتغيير أكثر منه في العلوم الطبيعية ، لذا فإن الثبات يعد من المؤشرات المهمة في دقة المقياس (ميخائيل ، ١٩٩٧ : ٦٦) .

أ. طريقة إعادة الاختبار Test Retest Method

يطلق على معامل الثبات المحسوب بطريقة اعاده الاختبار بمعامل الاستقرار Coefficient Of Stabling لأنه يمثل معامل الارتباط بين درجات التطبيقين الاول و الثاني للمقياس على الافراد انفسهم و بفارق زمني اسبوعين (Marphy, 1988: 65). ولحساب معامل الثبات بهذه الطريقة قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينه عشوائيه بلغت (١٠٠) امرأة، وإعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد مضي (أربعة عشر يوم) على التطبيق الاول (الدليمي، ٢٠٠٢:٦٥).

وتم حساب معامل ارتباط بيرسن بين درجات الافراد في التطبيقين، حيث بلغ (٠.٧٦٢) ان معامل الثبات بهذا المقدار يعد جيداً بالميزان العام لتقويم دلالات معامل الارتباط، اذا ان معامل الارتباط بين التطبيقين اذا كان (٧٠%) فاكثر يعد مؤشراً جيداً على الثبات (Gronland, 1981 : 102) .

تطبيق المقياس :-

لغرض الحصول على عينة ملائمة لإجراء التجربة وتحقيق أهداف البحث ، قامت الباحثة بتطبيق مقياس معنى الحياة، وبلغت عينة البحث (٤٠٠) امرأة.

اختيار عينة التجربة :-

تم اختيار النساء الذين حصلوا على (اقل من (٦٤ درجة) وهي درجة الحياد لدرجات المقياس، وهي الوسط النظري لدرجات مقياس معنى الحياة والتي كانت اعلى درجة عليه (٩٦) وادنى درجة (٣٢))، بصورة قصدية وبلغ عددهم (٣٤) المرأة .

خامساً : تكافؤ مجموعات البحث :-

قامت الباحثة باجراءات التكافؤ تعد امر ضروريا لاجراء التجربه، ، وعلى الباحثة أن يسعى إلى أن تكون المجموعات الثلاث متكافئة حتى لا تكون الفروق في أدائها راجعة إلى الفروق بين المجموعات (أبو علام ، ١٩٨٩ : ١١٤).

سادساً : الوسائل الإحصائية :-

لمعالجة بيانات البحث ، تم استعمال الوسائل الإحصائية باعتماد الحقيبه الاحصائية (SPSS) وعلى النحو الآتي :- تحليل التباين من الدرجة الأولى لـ (كروسكال واليز) . لاختبار دلالة الفروق بين رتب درجات المجموعات الثلاث في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس معنى الحياة (البياتي ، ١٩٨٥ : ٢٠١) ، اختبار مان - وتي لعينتين مستقلتين (Mann- Whitney test). لاختبار دلالة الفروق بين رتب درجات مجموعتين تجريبيتين من المجموعات الثلاث في الاختبار البعدي على مقياس .

الفصل الرابع : البرنامج الإرشادي : Counseling Program

البرنامج الارشادي برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علميه لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة، فرديا وجماعيا لجميع من تضمهم المؤسسة ، بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي والقيام بالاختيار الواعي المتعل وتحقق التوافق النفسي داخل تلك المؤسسة وخارجها (عبدالله، ٢٠١٣ : ١٩٩) .

ويعد البرنامج الإرشادي احد العناصر الجوهرية في العملية التربوية ، وهناك طرائق أو نماذج عدة في التخطيط للبرنامج الإرشادي ، وبما ان الباحث تبنى نظرية العلاج الواقعي ونظرية الاختيار للمنظر ولیم جلاسر لذلك فإنه اعتمد في بناء البرنامجين الإرشاديين على خطوات العلاج الواقعي في تنمية معنى الحياة وعليه تمت صياغة موضوعات الجلسات الإرشادية في البرنامجين على وفق مجالات مقياس معنى الحياة ،

تحديد الأهداف :

تعد من الخطوات المهمة في تخطيط وتنفيذ البرنامج الإرشادي ، إذ إنها تعطي فكرة واضحة عن مضامين البرنامج ومحتوياته واتجاهه ، وتساعد المرشد النفسي على تحديد الأداء الناجح ، كما إنها توضح له الأساليب الواجب استعمالها في حل المشكلة .

أ. الهدف العام :

يستعمل الهدف العام ليشير إلى العمومية والشمولية في تحقيقه، الأهداف والأغراض الموضوعية للبرنامج وهذه القواعد هي :

١. يجب أن تصاغ الأهداف والأغراض بعبارات واقعية واضحة غير غامضة .
 ٢. يجب أن تكون الأهداف متصلة بالأهداف والسياسة التعليمية في الدولة .
 ٣. أن تكون تلك الأهداف قابلة للتحقيق والتنفيذ .
 ٤. يجب أن تشير إلى نشاطات مميزة ومتخصصة (341 : : Show, 1977,) .
- ويعني بالهدف العام وصف النتائج النهائية في العملية الإرشادية (نشواني ، ١٩٩٧، ٥٠:) ، وقد حدد الباحث الهدف العام من البرنامج الإرشادي الحالي ويتمثل (بتقديم خدمات ارشاديه من خلال جلسات ارشاديه لمساعدة النساء المطلقات لديهم من خلال اعتماد اسلوبين ارشاديين هما فنيي الإدماج و اشباع الحاجات) .
- ب. الهدف الخاص :**

ويستعمل في تحقيق الأغراض التعليمية على الغالب ليصف السلوك الذي يمكن أن يتوقعه المعلم من المتعلم بعد انتهاء العملية التعليمية ، وقد استعمله المرشدون ليشيروا إلى السلوك المتوقع من المسترشد ، بعد أن يقوم المرشد بتزويده بالمعلومات الضرورية

واللازمة لإحداث تغيير في سلوكه ، واستعمال فنيات إرشادية تتلاءم مع طبيعة الشخص ومشكلته (الخطيب ، ١٩٩٥ : ٨٣) . وقد حددت الباحثة الأهداف الخاصة لكل جلسة إرشادية واستتاداً إلى مفاهيم نظرية الارشاد بالعلاج الواقعي في هذا البرنامج ، وبما يتلاءم مع طبيعة المسترشد، وقد ساعدت هذه الأهداف في تحديد الأنشطة التي يمكن ممارستها لتحقيق تلك الأهداف . وقد أكد السادة المحكمون * صدقها وملاءمتها في تحقيق ما وضعت من اجله.

ج.الأهداف السلوكية :

تضم هذه الأهداف وصفاً للسلوك الذي يجب أن يؤدي بعد الانتهاء من كل جلسة إرشادية ، وذلك عن طريق التحديد الدقيق لهذا السلوك كي يستطيع المرشد معرفة مدى تحقيقه (نشواني ، ١٩٩٧ : ٥٦) . وهذه الأهداف إجرائية قابلة للقياس والملاحظة بشكل مباشر ، والهدف منها هو مساعدة المسترشد على الانتقال تدريجياً من مستوى الأداء الحالي إلى تحقيق الأهداف العامة (الخطيب ، ١٩٩٥ : ٨٣) ،وعلى ذلك فهي أهداف تقيس مدى التغيير في سلوك المسترشد بعد الانتهاء من الجلسة الإرشادية ويمكن ملاحظة ذلك عندما يستطيع المسترشد أداء السلوك .

تحديد النشاطات والفعاليات :

إن النشاطات والفعاليات التي يقوم المرشد بإعدادها وتهيئتها كي تقدم إلى مجموعة أفراد عينة البحث ، ينبغي من ورائها تحقيق أهداف محددة ، إذ إنها من الممكن أن تستثيرهم وتحفزهم للانتباه والتركيز على الموضوعات التي سيتم عرضها عن طريق الجلسات الإرشادية وعلى وفق احتياجاتهم . لذلك قامت الباحثة باختيار النشاطات والفعاليات ذات العلاقة بأهداف البرنامج الإرشادي ، ويعتقد بإنها تحقق تلك الأهداف وتتسجم مع مفاهيم النظرية المتبناة والفنيات المستعملة في البرنامج الإرشادي بعد استشارة عدد من الأساتذة المختصين في الإرشاد النفسي كما هو موضح في إجراءات بناء البرنامج الإرشادي الحالي ، وعليه حددت (أربع عشرة) جلسة إرشادية، جلستين افتتاحيه

وختاميه واثننا عشرة جلسته لكل من الفنييتين و بواقع جلتين اسبوعيا، كما ان الزمن المستغرق في عقد كل جلسة ارشادية (٤٥ دقيقة).

تقويم النتائج :

إن الغرض الأساس من التقويم هو الحصول على المعلومات اللازمة ، فيما إذا كان البرنامج الإرشادي قد استطاع أن يحقق الأهداف الموضوعية له ، وكذلك لإعادة تنظيم البرنامج وتطويره إلى الأفضل (الدوسري ، ١٩٨٥ : ٢٤٧) .

اولاً : فنية الإدماج :- بتطبيق هذه الفنيه عن طريق :-

١- مشاركة مجموعة من النساء المطلقات من الذين يمتلكون والذين حصلوا على اعلى الدرجات في اجاباتهم عن مقياس معنى الحياة ، كما ان هذا المجموعة وتشكيلها يستند الى فكرة المنظر وليم جلاسر الذي اقترح تنظيم مجموعات . ولتعزير الإدماج بين جميع افراد المجموعه تطلب الباحثة من افراد المجموعه فتح نقاش و حوار حول موضوعات مثيرة للاهتمام، مثل الهويات والاهتمامات الرياضيه و احداث فنيه و برامج تلفزيونيه و اهتمامات عائلية و السفرات الى آخره... وكل الأمور ذات القيمة من اجل الإدماج، لأن مناقشة مثل هذه الموضوعات المثيرة للاهتمام مهمه في العملية الإرشادية، كونها تؤدي خدماتها في بناء الإدماج الشائع في المحادثات الجيده بين الاصدقاء، و المدرسين و الآخرين والتي تتطور الى مشاركات فكريه مهمه، كما ان ابقاء الحديث دافئاً و مستبعداً عن مشكلات المسترشد يضمن بان هذه النقاشات جديره بالاهتمام وان للحديث قيمته، وفي المجموعه الإرشادية التي تدارالمحادثات جيداً عن عدة مواضيع تحدث بصورة طبيعية، لذا فقد استعمل الباحثة في بدايه كل جلسة ارشادية من جلسات البرنامج الارشادي الاول (في الخطوه الاولى الإدماج).

٢- اعتمدت الباحثة على مبادئ و خطوات العلاج الواقعي التي اكد جلاسرإنها طريقه لكسب كخطوات ارشاديه في اداره جلسات البرنامج الارشادي لفنيه الإدماج وهي كما يأتي:-

• الخطوة الاولى : الإندماج :-

وذلك من خلال اقامه علاقات ارشادية اساسها المشاركة، والإندماج، والاهتمام، وكسب ثقة المسترشد و الصداقة معه، وهذا يتطلب الموده، و الدفاء، والتقبل، والصبر في مناخ يسوده الفكاهه و احياء الامل عند المسترشد.

• الخطوة الثانية : حدد سلوكك :-

وذلك من خلال التركيز على السلوك الحالي للمسترشد (هنا و الآن) وخاصة السلوك غير الواقعي، وعدم التركيز على الماضي، مع نظرة مستقبلية تتيح فرصه وضع خطة افضل للمستقبل.

• الخطوة الثالثة : قيم سلوكك :-

وذلك من خلال تقييم السلوك الحاضر اي مواجهة ما هو موجود في الواقع، وتقييم السلوك الحالي، ومدى مسابرتة للواقع و للمعايير الاجتماعية، ويقوم بتقييم ذلك من قبل المسترشد نفسه، والمرشد هنا لا يصدر احكاما بل يساعده باصدار احكام واقعيه.

• الخطوة الرابعة : التخطيط للسلوك المسؤول :-

وذلك من خلال التخطيط للسلوك الواقعي المسؤول الصائب، اي وضع خطة تتضمن تحديد احتمالات و بدائل السلوك الواقعي، والمسؤول، و الصائب ويجب ان تكون الخطة محددة و واضحة و منطقيه، وقابله للتنفيذ.

• الخطوة الخامسة : الألتزام :-

ويتم ذلك من خلال التعاقد على الألتزام بالخطة الموضوعه التي تؤكد التزام المسترشد بتحمل المسؤليه لتغيير سلوكه الى سلوك صائب و واقعي.

• الخطوة السادسة : عدم القبول بعذر :-

وذلك من خلال تقييم جديه الألتزام وهنا يتم تقييم جديه الألتزام بالخطة و تقييم النتائج السلوكيه لتنفيذ الألتزام، وعلى المسترشد ان لا يقدم الأعذار التي تعفيه من مسؤليه تنفيذ الخطة و احترام التزاماته، وعلى المرشد ان لا يقبل الأعذار منهم.

• الخطوة السابعة : لا عقاب و لا عواقب :-

وذلك من خلال تعليم و تعلم السلوك الملتزم و يتضمن ذلك اتاحة الخبرات و تقديم المعلومات، وهنا يتم تعزيز السلوك الملتزم و تدعيمه وتصحيح الذات عند ارتكاب الاخطاء..

• الخطوة الثامنة : لا يأس ولا تراجع :-

وذلك من خلال المثابرة حتى يتحقق الهدف و عدم الاستسلام من جانب الطرفين حتى يتحقق الهدف، وإذا فشلت الخطة يجب اعادة المحاولات مرات عديدة (عبدالله، ٢٧٢:٢٠١٣).

ثانياً : فنية اشباع الحاجات :-

١. اعتمدت الباحثة الحاجات النفسية لأفراد المجموعة كحافز يدفعهم الى اكتساب و حمايتهم من هويه الفشل و الحفاظ على جوانب القوه التي تساعد على النجاح في الحياة.

٢. تلخصت اهم اجراءات عملية الارشاد للجلسات الإرشادية من خلال نظام (WDEP) الذي جاءت به نظرية العلاج الواقعي و نظرية الاختيار و المبادئ و الخطوات التي جاءت بها النظرية ، وان نظام (WDEP) يمكن تطبيقه لمساعدة المسترشدين في اشباع حاجاتهم الاساسية على وفق اسلوب الارشاد الجماعي من خلال :-

• الخطوة الاولى : تحديد الرغبات (الحاجات، والادراكات) (Exploring Wants

(Wants, Needs, Perceptions) :-

ان المرشد النفسي يساعد المسترشدين على الكشف عن رغباتهم و امالهم المرتبطة بالحاجات الاساسية الخمسة و يسألهم (ماذا تريدون) ومن خلال مهاره المرشد يقوم بمساعدة المسترشدين بماذا؟ يريدون من العملية الإرشادية ومن العالم حولهم، ان من المفيد للمسترشدين ان يحددوا ماذا يريدون من المرشد ومن انفسهم، و جزء من العملية الإرشادية يتعلق بالكشف عن العالم النوعي للمسترشدين وكيف ان سلوكهم يهدف الى تقارب ادراكهم للعالم الخارجي مع العالم الداخلي و ما فيه من رغبات و حاجات.

• الخطوة الثانية : الاتجاه و العمل (Direction and Doing) :-

يركز الارشاد في العلاج الواقعي على السلوك الحالي ويهتم بالاحداث الماضية فقط عندما تؤثر في السلوك الحاضر، ان التركيز على الحاضر يتميز بطرح السؤال الذي يتكرر دائما (ماذا نعمل ؟)

• الخطوة الثالثة : التقييم :- Evaluation

ان جوهر الارشاد في العلاج الواقعي هو سؤال المسترشدين ان ينفذوا تقييم الذات التالي :- (هل سلوكك الحالي يزودك بفرص الحصول على ما تريده الآن ؟) وهل ياخذك الى الاتجاه الذي تنوي ان تاخذه ؟ وبالتحديد يتضمن التقييم فحص المسترشد اتجاه السلوك اعمالا محده، رغبات، ادراكات، اتجاهات جديده، وكذلك خططا. ويمكن للمرشد ان يساعد المسترشدين بتقويم سلوكهم

• الخطوة الرابعة : التخطيط واتخاذ الاجراءات :- Planning

ان الكثير من عمل الارشاد الرئيس يتضمن مساعده المسترشدين ان يتعرفوا على طرق مختلفة لاشباع رغباتهم وحاجاتهم، وفي اللحظة التي يقرروا فيها ماذا يريدون ان يغيروا يكونون مستعدين ليكتشفوا سلوكيات ممكنة و يصمموا خطة عمل اخرى. ان العملية التي تؤدي الى تصميم ثم تنفيذ الخطط تمكن المسترشدين من الشعور بان في حوزتهم السيطرة الفعالة على مجريات حياتهم.

• الخطوة الخامسة : الألتزام :-

وتتضمن مساعده المسترشدين بالزام انفسهم بتنفيذ الخطة التي رسموها، والافضل ان يكون الألتزام على شكل كتابه، ان كل القرارات والخطط ليس لها معنى ما لم يكن هناك التزام بتنفيذها، ويعود للمسترشدين ان يخططوا كيفيه تطبيق التزاماتهم خارج الجلسات الإرشادية .

• الخطوة السادسة : عدم القبول بعذر :-

من خلال تقييم جدية الألتزام وهنا يتم تقييم جديده الألتزام بالخطة و تقييم النتائج السلوكيه لتنفيذ الألتزام وعلى المسترشد ان لا يقدم الأعذار التي تعفيه من مسؤوليه تنفيذ الخطة و احترام التزاماته، وعلى المرشد ان لا يقبل الأعذار منهم.

• الخطوة السابعة : لا عقاب و لا عواقب :-

من خلال تعليم و تعلم السلوك الملتزم و يتضمن ذلك اتاحة الخبرات و تقديم المعلومات، وهنا يتم تعزيز السلوك الملتزم و تدعيمه وتصحيح الذات عند ارتكاب الاخطاء..

• الخطوة الثامنة : لا يأس ولا تراجع :-

المطلوب من المرشدين ان لا يستسلموا وان يظلوا مصرين على قدرة المسترشدين باخذ الاختيار الافضل حتى لو عجز هؤلاء في تكمله خطتهم بنجاح. هذا ولغرض تحقيق الهدف من استعمال فنيتي الإندماج واشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة لدى افراد المجموعتين التجريبيتين الاولى والثانية، قامت الباحثة بأعتماد عدد من النشاطات و الفعاليات المساعدة و كما هو موضح في ما يأتي :

١- المحاضرة :

استدعت موضوعات الجلسات الإرشادية من الباحثة إلقاء بعض المحاضرات التي توضح الموضوعات النفسية والاجتماعية ، وذلك لتحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج الإرشادي ، إذ إنها تساعد على تزويد أفراد المجموعتين التجريبيتين بفكرة واضحة عن هذه الموضوعات وتضم المحاضرة عدداً من الفعاليات الأخرى مثل المناقشة ، وتقديم التعليمات اللازمة لإتقان مهارات معينة تتعلق بموضوع الجلسة الإرشادية.

٢- لعب الدور Role Playing :

يعد هذا الاسلوب من الفنيات المعرفيه التي تستعمل في تعديل اخطاء التفكير، ويتم خلالها تدريب المسترشد على اداء بعض الادوار الصحيحه و المخالفه لما يعاني منه، فضلا على إنه يساعد على تنميه خياله و مساعدته على اكتساب المهارات الاجتماعية و الوجدانية و الحركية اللازمة لتحقيق التوافق (باظه، ٢٠٠٢:٢٧٧).

٣- التعزيز الاجتماعي Social Reinforcement :

وهو اسلوب منظم و جانب تطبيقي مهم في المجال السلوكي، و يعني تحديد المثيرات الجيدة للحصول على استجابات سلوكيه مرغوبه (Black, 1983. : 183) .

لهذا استعملت الباحثة بعض هذه التعزيزات بعد أن يقوم أفراد المجموعتين التجريبيتين (الاولى و الثانية) بتحديد سلوكياتهم و تقييمها.

٤- التغذية الراجعة Feed Back:

وتعني التغذية الإخبارية والمعلوماتية أو التعليمية ، ويمكن أن تحدد في ضوء محاور أساسية كونها توجيهية لأنها تجعل عملية التعلم مستمرة ومتواصلة لأداء أفضل ، كما إنها تعزيزية لأنها تشكل تشجيعاً وإثابة وتثبيتاً .

٥-التدريب البيئي يعتمد على :-

- أ. التأكيد على اهمية ممارسة ما تم تعلمه في الجلسة الإرشادية.
- ب. ان تحديد التدريب البيئي يتطلب الدقة التي تساعد المسترشد على تسلسل تنفيذ المهام المطلوبه منه
- ج. ان التدريب البيئي يساعد المسترشد على ملاحظة ذاته وبيئته له كيفية تنفيذ المهارات التي تعلمها.
- د. إنه يساعد المرشد في عملية تقييم سلوك المسترشد، ويجعله قادراً على تحديد نسبة تنفيذه للتدريب.
- هـ. يساعد المرشد في عملية متابعه سلوك المسترشد، في اثناء سير الجلسات وحتى بعد إنهاؤها.
- و. يعد نوعاً من التغذية الراجعة، لتحفيز المسترشدين لممارسة المهارات المتعلمه.
- ز. يمثل نقطه الوصل بين ما يدور في الجلسات الإرشادية و الواقع او المحيط الذي يتعامل معه المسترشد.
- ح. يعد وسيلة للتدريب على اي فنيه او مهاره يتعلمها المسترشد في اثناء الجلسات الإرشادية (Linhan, 1993. :341).

٦-التساؤل Question :-

ان المرشد يسأل اسئله كثيرة و مهمه ليستكشف السلوك الكلي، و يقيم ما يفعله المسترشدون، و يعملوا خطط محدد، و الإسئلة مفيده في الارشاد بالعلاج الواقعي .

٧- الدعاية او الفكاهة Humor :-

في بيئة الصداقة التي يعمل على تطويرها المرشد تكون الدعاية مناسبة وبشكل طبيعي، والمرشدون احيانا يكون لديهم الفرصة للضحك على انفسهم و يشجع المرشد لأن يعمل نفس الشيء، وهذا يمكن ان يخفف ضغط المرشد.

٨-المواجهة Confrontation :-

بما ان المرشد في العلاج الواقعي لا يوافق على الأعذار ولا يستسلم بسهولة في عمله فالمواجهه هنا حتميه، وفي هذه المواجهه المرشد ما يزال ايجابي في التعامل مع اعذار المرشد ولا يوافق على تلك الأعذار.

٩-التدريب على اسلوب حل المشكلات :Problem Solving:-

التدريب على اسلوب حل المشكلات اجراء ارشادي علاجي تم استخدامه من قبل كل دزريلا و جولد (D'zurilla & Gold)) ويتكون من عدة خطوات تشتمل على كل من :- (تعريف المشكلة، تحديد الاحتياجات الخاصة بحلها، توليد البدائل التي يمكن استخدامها، تقييم البدائل المرتبطة بها، التحقق من النتائج) . كذلك هو اسلوب اختياري يركز على التعرف على ما هو غير موجود من المهارات .

١٠- تدريب المرشد على وضع أهداف واقعية :-

في الارشاد بالعلاج الواقعي يوجد نوعين من المرشدين النوع الاول مرشدين لا يضعوا أهدافاً لحياتهم، والنوع الثاني مرشدين يضعون أهدافاً كبيرة لأنفسهم يصعب تحقيقها او ان تحقيقها يتطلب فترات زمنية طويلة جداً، فيعتبرون ذلك اخفاق لهم و لأهدافهم.

١١- التدريب على الإندماج الاجتماعي :-

يحظى المرشدون بقدر كبير من الدعم الاجتماعي و الطمأنينة من خلال العلاقات الاجتماعية الوثيقة مع الآخرين وينقص المرشدين من وجهة نظر طريقه نظرية العلاج الواقعي الإندماج و الدعم الاجتماعي الذي هو اساس اشباع الحاجات الاساسية مثل الحب و الأهمية وتقدير الذات... الى اخره.

١٢-التدريب على تقييم الذات :-

التقييم الذاتي : هو اداة لمساعدة المسترشدين على الاختيار الفعال من اجل التغيير الافضل في التحكم الداخلي لهم لأتاحة افضل مسار لحياتهم، ونظرية الاختيار تسمح لأنواع كثيرة من البرنامج الارشادي الاول فنية الإدماج

الجلسة الإرشادية الاولى الموضوع :- التهيئة للبرنامج الارشادي

اليوم :- الاربعاء التاريخ :- ٢٠١٧/٢/٢٦ مدة الجلسة :- الوقت مفتوح

الحاجات الحاجة الى :-

- تهيئة افراد المجموعة الأولى لتقبل التفاعل مع مضامين جلسات البرنامج الارشادي.

- التعرف بين الباحثة و افراد المجموعة الإرشادية.

- اقامه علاقات ايجابية على اساس الاحترام المتبادل.

- المرح و السرور الذي يبعث على الارتياح و التقبل.

- التعرف على أهداف البرنامج.

- التعرف على زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية.

الهدف العام للبرنامج تهيئة افراد المجموعة الإرشادية للتفاعل مع مضامين البرنامج الارشادي.

الأهداف لخاصة سيتمكن افراد المجموعة التجريبية الاولى في نهاية الجلسة الإرشادية الاولى من ان : يتقبلوا مضامين البرنامج الارشادي والتفاعل بجديه و حرص على نشاطاته.

- يتبادلوا الثقة عن طريق التعرف بين الباحثة و افراد المجموعة الإرشادية.

- ينمو العلاقات الايجابية على اساس الاحترام المتبادل.

- يشيعوا روح المرح والسرور بين افراد المجموعة.

- يعرفوا أهداف هذا البرنامج.

- يعرفوا زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية.

التقنيات والاستراتيجيات المحاضرة، تغذية راجعة، فكاهاة و مرح.

البرنامج الارشادي الثاني

(فنية اشباع الحاجات)

الجلسة الإرشادية الاولى الموضوع :- التهيئة للبرنامج الارشادي اليوم :-

الخميس التاريخ :- ٢٠١٧/٢/٢٧ مدة الجلسة :- الوقت مفتوح

الحاجات

- تهيئة افراد المجموعة الأولى لتقبل التفاعل مع مضامين جلسات البرنامج الارشادي.

- التعرف بين الباحثة و افراد المجموعة الإرشادية.

- اقامة علاقات ايجابية على اساس الاحترام المتبادل.

- المرح و السرور الذي يبعث على الارتياح و التقبل.

- التعرف على أهداف البرنامج.

- التعرف على زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية.

الهدف العام للبرنامج تهيئة افراد المجموعة الإرشادية للتفاعل مع مضامين البرنامج الارشادي.

الأهداف الخاصة سيتمكن افراد المجموعة التجريبية الاولى في نهايه الجلسة الإرشادية الاولى من ان :- يتقبلوا مضامين البرنامج الارشادي والتفاعل بجديه و حرص على نشاطاته.

- يتبادلوا الثقة عن طريق التعرف بين الباحثة و افراد المجموعة الإرشادية.

- ينموا العلاقات الايجابية على اساس الاحترام المتبادل.

- يشيعوا روح المرح والسرور بين افراد المجموعة.

- يعرفوا أهداف هذا البرنامج.

- يعرفوا زمان ومكان انعقاد الجلسات الإرشادية.

التقنيات والاستراتيجيات المحاضرة، تغذية راجعه، فكاهاة و مرح.

الفصل الخامس : عرض النتائج Results Details

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي وفقاً لهدف البحث وفرضياته المبينة في الفصل الاول وكما يأتي :-

هدف البحث : التعرف على تأثير فنيتي (الإندماج و إشباع الحاجات) في تنميه معنى الحياة لدى النساء المطلقات .من خلال اختبار الفرضيات الصفرية الاتية :-

• **الفرضية الاولى :** لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات افراد المجموعات الثلاثة (التجريبية الاولى ، والتجريبية الثانية والضابطة) على مقياس معنى الحياة في تطبيق الاختبار البعدي .

للتحقق من هذه الفرضية استعملت الباحثة اختبار (كروسكال واليز) -Kruskal-Wallis-Test ((ويستعمل لعدد من العينات المستقلة وهو تحليل التباين الاحادي بواسطة الرتب ، وتبين انه توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين المجموعات الثلاثة في الاختبار البعدي لمقياس معنى الحياة ، لان قيمة مربع كاي المحسوبة البالغة (١٩.٤٧١) اكبر من قيمة مربع كاي الجدولية البالغة (٥ .٩٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢) .

وتشير هذه النتيجة الى رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تؤكد وجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب المجموعات الثلاثة (التجريبية الاولى ، والتجريبية الثانية ، والضابطة)

ولمعرفة دلالة الفروق بين المجموعات الثلاثة ، استعمل الباحث اختبار (مان-وتني) لعينتين مستقلتين بين كل مجموعتين من المجموعات الثلاثة و اجرى ثلاث مقارنات ثنائية للنتائج من دلالة الفروق .

المقارنة الاولى : (المجموعة التجريبية الاولى - المجموعة الضابطة)

قامت الباحثة بحساب درجات النساء المطلقات المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة الضابطة على مقياس معنى الحياة الذي طبق بعد انتهاء البرنامج، ثم رتبت درجات النساء المجموعتين ، وحُسبت قيمة (مان - وتني) لعينتين مستقلتين

(متوسطتي الحجم) تبين وجود فروق دالة احصائيا لان قيمة مان - وتتي (u) المحسوبة البالغة (١) هي اصغر من قيمة (مان وتتي) الجدولية البالغة (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ولذا تشير هذه النتيجة ان الفروق داله لصالح المجموعة التجريبية الاولى التي استعملت فنية (الإندماج)

وبذلك فإن (فنية الإندماج) اسهمت في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات .

المقارنة الثانية: (المجموعة التجريبية الثانية - المجموعة الضابطة)

قامت الباحثة بحساب درجات النساء المجموعة التجريبية الثانية والمجموعة الضابطة على مقياس معنى الحياة الذي طبق بعد انتهاء البرنامج ، ثم رتبت درجات النساء المطلقات المجموعتين ، و ثم حساب قيمة (مان- وتتي) لعينتين مستقلتين (متوسطتي الحجم) تبين وجود فروق دالة احصائيا لان قيمة مان- وتتي (u) المحسوبة البالغة (صفر) وهي اصغر من قيمة (مان- وتتي) الجدولية البالغة (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ولذا تشير هذه النتيجة ان الفرق دال احصائيا لصالح المجموعة التجريبية الثانية التي استخدمت فنية (إشباع الحاجات) وبذلك فان (فنية إشباع الحاجات) اسهمت في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات .

المقارنة الثالثة :- (المجموعة التجريبية الاولى - المجموعة التجريبية الثانية)

قامت الباحثة بحساب درجات النساء المجموعة التجريبية الاولى والمجموعة التجريبية الثانية على مقياس معنى الحياة الذي طبق بعد انتهاء البرنامج ، ثم رتبت درجات النساء المجموعتين ، و ثم حساب قيمة (مان- وتتي) لعينتين مستقلتين (متوسطتي الحجم) تبين انه لا توجد فروق داله احصائيا لان قيمة مان- وتتي (u) المحسوبة البالغة (٣٦.٥٠٠) هي اكبر من قيمة (مان وتتي) الجدولية البالغة (٢٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ولذا تشير هذه النتيجة الى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعة التجريبية الاولى التي استعملت فيه الإندماج و بين المجموعة التجريبية الثانية التي استعملت فيه إشباع الحاجات وبذلك فان فنية الإندماج اسهمت في تنمية مقياس معنى الحياة للأفراد المجموعة الاولى وكذلك فنية إشباع الحاجات اسهمت

في تنمية معنى الحياة الافراد المجموعة الثانية، ولذا فإن فنية الإدماج لا تقل تأثير عن فنية إشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة لدى النساء المطلقات.

هذا وللتحقق من استمرار تأثير الفئتين في المجموعتين التجريبتين الأولى والثانية، استعمل الاختبار المرجح (اختبار متابعة) لقياس مدى تأثير درجات المجموعتين (الأولى والثانية) والتي استعمل معها فنية الإدماج مع المجموعة الأولى وفيه إشباع الحاجات مع المجموعة الثانية وذلك بعد مرور مدة زمنية قدرها (٣٠) يوما بعد انتهاء البرنامج الإرشادي، وليبان دلالة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي بعد (انتهاء البرنامج) والقياس المرجح استعمل اختبار ولكوكسن (Wilcoxon).

والذي يستعمل عادة بالمقارنة بين درجات الاختبارين اللذين طبقا على العينة نفسها. وفي مثل هذه الحالة يكون لكل فرد من افراد العينة درجتان احدهما تمثل درجته في الاختبار الاول والثاني تمثل درجته في الاختبار الثاني ويعد اختبار ولكوكسن من الاساليب الاحصائية اللامعلمية ومن اهم ما يمتاز به هذا الاختبار انه يختبر اتجاه الفروق بين ازواج الدرجات .

• الفرضية الثانية :-

(لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية الأولى في الاختبار البعدي والاختبار المرجح لفنية الإدماج في تنمية معنى الحياة .

وعند اختبار دلالة الفروق استعمل اختبار ولكوكسن فكانت قيمة (W) المحسوبة (١٥.٥) في حين كانت القيمة الجدولية (٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهي غير دالة احصائيا اذ كانت القيمة المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية .

• الفرضية الثالثة :-

(لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية الثانية في الاختبار البعدي والاختبار المرجح لفنية إشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة).

واوضحت النتائج ان الفروق ليست ذات دلالة احصائية بين الاختبارين البعدي والمرجا وعند اختبار دلالة الفروق استخدم اختبار (ولكوكسن) فكانت قيمة (W) المحسوبة (١٣) في حين كانت القيمة الجدولية (٥) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وهي غير دالة احصائيا اذ كانت القيمة الجدولية اصغر من المحسوبة .

تفسير النتائج :-

أسفرت النتائج الخاصة بهدف البحث الحالي :- تأثير البرنامج الارشادي على وفق فنيتي الإدماج وإشباع الحاجات لدى النساء المطلقات ، إذ تمكنت الفئتان من تنمية درجات المجموعتين التجريبتين (الاولى - والثانية) في حين لم يحدث تغيير ذا دلالة احصائية على درجات المجموعة الضابطة التي لم تتعرض لأي فنيه إرشادية ، وتبين ايضا انه لا توجد فروق بين المجموعه التجريبية الاولى التي استعملت فنيه الإدماج و بين المجموعه التجريبية الثانيه التي استعملت فنيه إشباع الحاجات ، وبناءً على ذلك يمكن عزو هذه النتيجة للأسباب الآتية :-

١- اتبعت الباحثة فنيتين ارشاديتين تنتميان الى الاتجاه الواقعي الذي اكدت عليه نظرية العلاج الواقعي ونظرية الاختيار والذي اثبت فاعليته في الكثير من الدراسات . كما ان نتائج الفرضية الاولى التي اظهرت فاعلية فنية (الإندماج) في تنمية معنى الحياة لافراد المجموعة الأولى يدل على ان الإدماج حافظ مهم في تشجيع النساء على اكتساب مهارات ناجحة وهذا ما اكد عليه (جلاس ١٩٦٩) من ان دمج النساء الاقوى والاشد حافظاً مع النساء الاضعفات مسؤولية في مجموعات مقارنةً مع المجموعات التي تضم النساء غير مسؤولين فقط، لم يقدر لهذه المجموعات الا القليل من النجاح، كما اكد ان الإدماج مع النساء في الجلسات الارشادية والانفتاح على حياتهم ومناقشة اشياء ذات اهمية في حياتهم والابتعاد عن مناقشة ماضيهم الفاشل اثناء الحوارات والنقاشات المفتوحة جعلهم يتفكرون ويتمتعون بهذا العمل مع غيرهم ، واهتمام مشترك كمجموعة مندمجة في ممارسة وتنفيذ الخطط والفعاليات والنشاطات والمشاركة فيما بينهم في انجاز ما مطلوب منهم من تدريب اثناء الجلسات الارشادية ادى الى ان تسهم في تنمية معنى الحياة .

كما ان نتائج الفرضية الثانية التي اظهرت فاعلية فنية إشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة لافراد المجموعة الثانية يدلل ايضا على ان تعلم إشباع الحاجات الاساسية (الحب والانتماء، والقوة، والحرية، واللهم، والبقاء) هي حوافز تشجيع النساء ، وكذلك اكد جلاسر ١٩٩٨ (Glasser 1998) (ان افضل السلوكيات التي نختارها تكون في الوقت الذي نشبع فيه واحدة او اكثر من الحاجات النفسية لكي نشعر بشكل جيد قدر المستطاع، ونحاول تجنب الشعور السيء من خلال سلوكياتنا التي تحفزنا لكي نشعر بشكل جيد، والنظر بصدق الى سلوكياتنا التي لا تؤدي الى إشباع حاجاتنا، بأن كل ما نقوم به هو سلوك لذلك يجب علينا اختيار سلوكيات واعية لانها هي الحافز لإشباع حاجاتنا الاساسية، والتي تكون خيارنا عندما نريد ان نوقف السلوك المؤلم (الفاشل) وهذه الخيارات هي:

اولاً: ان نغير ما نريد، ثانياً: ان نغير ما نفعل، ثالثاً: ان نغير كلاهما (وهذا ما تحقق لافراد المجموعة الثانية عند تطبيق فنية إشباع الحاجات في البرنامج الارشادي، الذي ادى الى ان تسهم في تنمية معنى الحياة لديهم.

٢- كان لأتباع الارشاد الجمعي في تطبيق الفئيتين الاثر الايجابي في المساهمة في تنمية معنى الحياة لدى افراد المجموعتين وهذا ما تؤكد ادبيات الارشاد الجماعي من حيث فاعليته في تحسين الكفاية الاجتماعية والقيمة الذاتية للافراد، فهو يوفر فرصة لنمو العلاقات الاجتماعية التي تزيد من امكانية التخلص مما تعلمه الفرد من سلوك واتجاهات غير مرغوبة و هذا ما سعت اليه فئيتي الاندماج وإشباع الحاجات من تغيير.

٣- ان لأختيار عينة البحث من النساء المطلقات ، وهي المرحلة التي تبدأ فيها حاجة المرأة للاستمرار واكتساب والمحافظة على معنى الحياة حفز افراد المجموعتين في التفاعل مع فعاليات الفئيتين للتخلص مما يشعرون به من ضعف وفشل في حياتهم .

٤- تسعى الباحثة الى خلق جو من العلاقات الطيبة التي يكون للحب والصدقة المتبادلة بين افراد المجموعتين والباحثة، مما دعم ايجابياً شعور النساء بالراحة والحرية عند

حضورهم الجلسات الارشادية الامر الذي ترك اثراً طيباً في نفوسهم وساعدهم على الشعور بأهميتهم وتقديرهم لذواتهم.

الاستنتاجات:

١. ان تفاعل النساء في المجموعتين التجريبيتين مع خطوات البرنامجين وما تضمناه من نشاطات وفعاليات ساعد في تنمية معنى الحياة لديهم.
٢. ان نجاح الفئتين في تنمية معنى الحياة في المجموعتين التجريبيتين بعد انتهاء البرنامج تمكن هؤلاء النساء ان يعممو ما تعلموه من خطط وتعد بالالتزام بهذه الخطط على مواقف حياتية أخرى.

التوصيات:

- في ضوء نتائج البحث، تقدم الباحثة التوصيات الإرشادية الآتية:
١. ضرورة جعل التدريب على فنية الاندماج وإشباع الحاجات ضمن مناهج اعداد وتدريب ادارات المدارس والمدرسين والمرشدين ومنظمات المجتمع المدني .
 ٢. ضرورة ابتعاد الاباء والأمهات والمربين في المجتمع عن اطلاق كلمة فاشلة على النساء المطلقات وتذكيرهن بماضي الفاشل، والتركيز على نجاحهن .
 ٣. ضرورة افاده من تقنيات و استراتيجيات فنيتي الاندماج و إشباع الحاجات من خلال تطبيق خطوات البرنامج الارشادي الحالي في العملية الإرشادية.
 ٤. التأكيد على ضرورة ان يكون الاندماج و إشباع الحاجات حوافزاً لتساعدهم في تحقيق النجاح الاكاديمي.

المقترحات:-

- استكمالاً لنتائج البحث الحالي تقدم الباحثة المقترحات الآتية :-
١. إجراء بحث مماثل للتعرف على فاعلية فنيتي الاندماج و إشباع الحاجات في تنمية معنى الحياة لدى شرائح الأخرى من المجتمع .
 ٢. إجراء بحث للتعرف على فاعلية فنيتي الاندماج و إشباع الحاجات في تحسين اداء الطلبة الهاوين الى الرسوب.

٣. إجراء بحث للتعرف على فاعليتي فنية الإدماج وإشباع الحاجات في تنمية متغيرات أخرى.

**** المصادر العربية

- القرآن الكريم.
- أبو علام ، رجاء محمود (١٩٨٩) : مدخل إلى مناهج البحث التربوي، ط١، مكتبة الفلاح ، الكويت .
- أبو علام ، صلاح الدين محمود (١٩٩٣) : الأساليب الإحصائية الاستدلالية البارامترية واللابارامترية في تحليل البيانات للبحوث النفسية والتربوية، ط١، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر .
- ابو علام ، رجاء محمد ،ونادية شريف ،(١٩٨٩):الفروق الفردية وتطبيقاتها ،دار القلم ، الكويت.
- أرجا يل ، مايكل،(١٩٩٣):سيكولوجية السعادة ،ترجمة فيص عبد القادريوسف ،عالم المعرفة ،المجلس الوطني للثقافة والفنون والاداب ،العدد ١٧٥، الكويت .
- البياتي ، عبد الجبار توفيق ، (١٩٨٥) : التحليل الإحصائي في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية (الطرق اللامعلمية)، ط٢، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي ، الكويت .
- البياتي ، عبد الجبار توفيق وزكريا اثناسيوس ، (١٩٧٧): الإحصاء الوصفي والاستدلالي مطبعة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد، العراق .
- باظة، أمال عبد السميع مليجي (٢٠٠٢): الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٢، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر .
- الخطيب ، جمال (١٩٩٥) : تعديل السلوك الإنساني ، ط٣ ، مكتبة الفلاح ، بيروت، لبنان .



- الخواجا ، عبد الفتاح محمد سعيد ، (٢٠٠٢) : الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق مسؤوليات وواجبات دليل الادباء والمرشدين ، طبعة الاولى ، الدار العلمية الدولية ، عمان ، الاردن .
- الدليمي، احسان عليوي (٢٠٠٢) القياس والتقويم ، ط٢، دار الكتب ، الوثائق، بغداد، العراق.
- الدوسري ، صالح جاسم (١٩٨٥) : الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد ، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد (١٥) مكتبة عبد العزيز ، الرياض، السعودية .
- راجح ، احمد عزت ،(١٩٨٦): اصول علم النفس ، ط٧ دار الكتاب العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- الزعبي، احمد محمد (٢٠٠٢): الأرشاد النفسي - نظرياته - اتجاهاته - مجالاته، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- الزويبي ، إبراهيم عبد الجليل (١٩٨٤) : الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتب ، الموصل، العراق .
- السيد، حسين احمد (٢٠٠٥): تنمية تعليم النموفي المدارس العربية باستخدام الحاسوب ،سلسلة كتب المستقبل العربي ٣٩٤،بيروت، لبنان .
- صالح، يوسف (١٩٩٠): معاملة الوالدين وعلاقتها بتقدير الذات لدى المراهقين من ابناء الشهداء واقرانهم الآخرين، جامعة بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة.
- عاقل ،فاخر (١٩٨٨): معجم العلوم النفسية ،دار الرائد العربي ، بيروت، لبنان .
- عبد الله، محمد قاسم (٢٠١٣): العملية الارشادية - الاسس النظرية - البرامج - التطبيقات، دار الفكر، عمان، الاردن.
- عدس، عبد الرحمن ، وتوق ، محيي الدين (١٩٩٨) : المدخل إلى علم النفس، ط ٥ ، مكتبة دار الفكر العربي ، عمان، الأردن .



- العيسوي ، عبد الرحمن (٢٠٠٠) : التربية النفسية للطفل والمراهق ، ط ١ ، دار الرتب الجامعية ، بيروت، لبنان.
- فرانكل ،فكتور ،(١٩٨٢):التسامي بالذات كظاهرة انسانية في فرانكل :الانسان يبحث عن المعنى (ص١٨١-١٩٩).
- نشواني ، عبد الحميد (١٩٩٧): علم النفس التربوي ،ط١،مؤسسة الرسالة للطباعة والنشر ، عمان 'الأردن .

المصادر الأجنبية

- Allen, M.J, and Yen, W.M.(1979): Introduction to measurement theory. California, Brochs cole.
- Black, S (1983): Short-term counselling A Haminitic approach for the helping professions, Addison Wesley publishing company, California .
- Cameron, Anthong (2009): Regret choice theory and Reality therapy, International journal of Reality therapy VOI.XXIII.
- Comiskey, patricia E. (1993): Using Reality therapy Group Training with at – risk high school freshmen, journal of Reality therapy VOI.XII.
- Corey , G . (1990): theory and Practice of Counseling and Psycho therapy , California book , cole Published company.
- Ferquson, g . & taken , y . (1990): statistical analysis in psychology and Education (6 th ed) McGraw , Hill , New York.

- Glasser, William, (1972): Reality therapy, A new approach to psychiatry, New York, Harper& Row.
- Good, G.V. (1979): Dictionary of Education – 3rd Ed – Mcgeew Hill – New York.
- Gronland, Norman (1981): Measurement and Evaluation inteaching , 4th – Macmillan pub co ine, N, Y.
- Heuchert, Charles & Others (1986): Increasing The Appropriate Behaviors of Two Third Grad Students with Reality Therapy: A pilot study. International Journal of Reality Therapy. Vol. VI.
- Holt , R , R . (1971) : Assassin Personally , Harcouy Brance Intergroup Conflict. In Worchel, S. Austin, W. G.) Ed.),Psychology of Intergroup Relation,. Chicago, IL: Nelson Hall.125
- Johnson, Elizabeth Jan (1985) : Reality Therapy in The Elementary / Junior High School. International Journal of Reality Therapy. Vol.V.
- Kelinger , F . (1973) : foundation of behavioral research , holt , Rinehart & Winston , New York.
- Keroll , A . (1978) : Item validity as a factor in test validity , Journal Education Psychology voi (31) N (2 . (
- Malley, James Wothers (2003): student perceptions of their schools: An International perspective. International Journal of Reality Therapy. Vol.XXIII.

- Mason, cythiapalmer Duba (2009): Using Reality Therapy in Schools: Its potential Impact on The Effectiveness of The ASCA Model International Journal of Reality Therapy. Vol XXIX.
- Murphy, R, R (1988): psychological testing principles and application, New York, Hall international .
- Oppenhei , A , N . (1987): ovestionaire desigh & active measurement , Heinmanpress . London.
- Parish Thomas. S . Parish (1993): Using Reality Therapy Group Training with at – risk High School Freshmen. International Journal of Reality Therapy. Vol.XI.
- Show, M .c (1977): the Development of Counseling Programs priorities progress and professionalism personeland guidance journal Feb vo . (1) , No(1)