

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. وفاء شاكِر عبد الكريم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القاسم الخضراء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[Wafaa.shakeer@gmail.com](mailto:Wafaa.shakeer@gmail.com)

المستخلص:

يستهدف البحث الحالي التعرف على اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة القاسم الخضراء، وقد تناولت الباحثة اطاراً نظرياً شمل كل متغيرات البحث، وتحقيقاً لهدف البحث تم بناء مقياس الاحباط الوجودي ، بالاستعانة بعينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة وبعد التحقق من صدقه وثباته بلغ عدد فقرات هذا المقياس (٣٠) فقرة موزعة على مجالات المقياس، ولاختبار فرضيات البحث اختارت الباحثة عينة قوامها (١٤) طالب من الذكور فقط تم اختيارهم بشكل قصدي ممن حصلوا على اعلى الدرجات على مقياس الاحباط الوجودي اذ تم تقسيمهم الى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بواقع (٧) طالب لكل مجموعة، بعد ان تم تحقيق التكافؤ للمجموعتين. وكذلك بناء البرنامج العلاجي وفق المشكلات المطروحة في المقياس وفق اسلوب (اسلوب صرف التفكير) اذ تم اخذ جلسة واحدة من جلسات البرنامج العلاجي وبعد الانتهاء من تطبيق البرنامج العلاجي باسلوب العلاج الجمعي على عينة البحث اظهرت النتائج ان البرنامج كان فاعلاً في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة .

الكلمات المفتاحية/ اسلوب صرف التفكير , الاحباط الوجودي, طلبة الجامعة



## مشكلة البحث:

ان التطورات الاجتماعية والسياسية التي يشهدها الوطن العربي ادت الى صراعا مدمرا بين تمسك المواطن بقيمه وعاداته المتأصلة في النمط الثقافي السائد في المنطقة العربية ومحاولات فرض الانموذج الغربي فيها والتي تنتظر للمواطنة عبر واقعها والتي تختلف كثيرا مع مفهوم المواطنة والمنطقة العربية مما ترك اثارا خطيرة في مفهوم الانتماء والهوية وتماسك الوحدة الوطنية مما جعل الافراد اكثر عرضة للاضطرابات النفسية منها حالات الاحباط بجميع مراحل العمر لعدد من حالات الاحباط في جميع مراحل العمر، وهناك شكوى من غالبية الناس أن حياتهم بلا معنى، وان الحاجة لادراك هذا المعنى هو مانع لاجله وأنهم أسيرون لخبرتهم الذاتية المتأتية من فراغهم الداخلي ، وأن احباط الارادة نحو المعنى هو احباط وجودي إذ أن الاحباط الوجودي قد يكون موجوداً دون أن يكون هناك عصاب او ذهان ولكن قد يدي هذا الاحباط الوجودي الى العصاب او الذهان ، ( الزبود ، ٢٠٠٨ : ٣٠٤ ).

وتشيردراسة الجبوري (١٩٩٥) الى أن الاحباط أحد العوامل المسببة للمشكلات الانفعالية وحينما يحدث الاحباط تتولد عند انفعالات أخرى مثل الحزن والاسى و الغضب وغيرها ، ( الجبوري ١٩٩٥ : ٩١ ) وبما ان مشكلة الاحباط الوجودي مشكلة سلبية وهذا ما أشار اليه ( تيلش ، ١٩٨١ ) إذ تصبح حياة الناس عديمة المعنى نتيجة ما يعانونه من فقدان الارادة المعنى عندهم (تيلش ١٩٨١ : ٢٢٠ ) ، ووجد ( ريكر، ١٩٩٧) أن الاحباط الوجودي قد يقود الى الاجرام والعدوان ( Reker 277:8821 ). وترى الباحثة أن مشكلة الاحباط الوجودي من المشكلات الخطيرة التي تهدد صحة ووجود الانسان هذا ما أشارت. اليه دراسة الساعدي (٢٠٠٩) التي اجريت على البيئة العراقية على عينة من طلبة الجامعة وتبين أنهم يعانون من الاحباط الوجودي ، (الساعدي ، ٢٠٠٧ : ١٠٣) وتعد البيئة العراقية بيئة خصبة للتعرض لمثل هذه المشكلة بسبب الظروف الصعبة التي يمر بها البلاد الامر الذي يتطلب دراستها من اجل الوقوف عليها وتوجيه الجهات ذات العلاقة لمساعدة طلبة المرحلة الجامعية والنهوض بهم كونهم

## أثر أسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

قادة المستقبل وأداة لتغيير الواقع العراقي وأهم مصدر من مصادر التنمية البشرية وأساس تطوره و رقيه ويرى فرانكل بأن السبيل الوحيد لانقاذ الانسان من هذا التهديد ايقاظ ارادة المعنى لديه وتمثل جوهر طريقة في العلاج النفسي التي اسماها العلاج بالمعنى (فرانكل ،١٩٨٢:٣٠ ) من الأساليب الوجودية التي استعملها فرا نكل في علاج العديد من الحالات اسلوب صرف التفكير وأن الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة مشكلة قائمة ولم يتم التصدي لها، وتأسيساً على ذلك يمكن ايجاز مشكلة البحث الحالي بالاجابة عن السؤال الآتي : ما أثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجود لدى طلبة الجامعة ؟

### اهمية البحث:

يقصد بالمواطنة غرس السلوك الاجتماعي المرغوب حسب قيم المجتمع لايجاد المواطن الصالح ,فالمواطنة تعتبر ذات صلة وثيقة بمفاهيم متعددة كالانتماء والشعور بالرضى والسعادة والرغبة في الدفاع عن الوطن والمشاركة في تنميته وازدهاره ونظرا لاهمية المواطنة والهوية الوطنية في حيات المجتمعات لذلك فان المؤسسة التربوية من اهم مؤسسات المجتمع التي تخلق المواطنة والهوية الوطنية وتعززها وتحقق الامن النفسي في نفوس الافراد وتكمن اهمية الارشاد بانه ضرورة من ضرورات الحياة العصرية اذ ان الارشاد يساعد الفرد ان يسلك بفاعلية وعقلانية وان يكون مسؤولا عن نفسه وعلى احداث تغير ايجابي في سلوكه عن طريق فهمه لذاته وتحقيق الذات بالتحكم في العواطف السلبية ,فالمواطنة ترتبط بالتوافق النفسي والتوافق الايجابي مع الذات والمجتمع .ذلك ان اشباع الحاجة للامن والانتماء وابداء المشاركة المسؤولية الايجابية تعد من مظاهر التوافق النفسي التي هي ايضا متلازمة مع المواطنة ودالة على الصحة النفسية وتعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة وهي مرحلة الاعداد للحياة وتحمل المسؤولية و المشاركة الفعلية في المجمع وهي مرحلة تكامل النضج الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي. ويميز هذه المرحلة بوضوح القدرات العملية الخاصة اللفظية والكتابية والعددية وغيرها (ابوعيطه ، ٢٠٠٢: ٢٠) و تعني القدرة الخاصة قابلية الفرد بنمط عقلي معين وتتمايز هذه القدرات عند الفرد الواحد ويترتب عليها

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

الاختيار المهني والحياة المستقبلية . ونظرا لاهمية طلبة المرحلة الجامعية انبثقت الحاجة لوجود الخدمة الارشادية التي تعمل مساعدته على تقبل التغيرات التي تطرأ عليه والتوافق معها والتي قد تعمل على حل المشكلات التي يتعرض لها وقد ظهرت عدة اساليب الرشادية تهدف الى مساعدة المسترشدين لتجاوز ازمتهم وحل مشكلاتهم ومن بين هذه الاساليب اسلوب صرف التفكير وهو من الاساليب النظرية الوجودية الموجه للأحباط الوجودي (الزبور ، ٢٠٠٨، ١٠٤) ويهدف العلاج الوجودي المساعدة الفردي تحقيق ذاته والشعور بقدراته وامكانياته الواقعية والشعور بقيمته (ayand galon, 1989 :363) وتكمن اهمية اسلوب صرف التفكير في التخلص من الاحباط الوجودي بملئ الفراغ وبمساعدة المسترشد على ان يحصل على معنى الحياة وعندما يفهم ويتقبل الطبيعة الوجودية للحياة وأن تتقلد المسؤولية تجاه ذاته ومن اجل تحقيق القيم وذلك عن طريق الاستجابة لمتطلبات الحياة (باترسون ، ١٩٩٠ ، ١٧٧).

وتأسيسا على ذلك يمكن تلخيص اهمية البحث الحالي بالنقاط الآتية.:

- ١- اهمية المرحلة الجامعية في اعداد الفرد للحياة وتحمل المسؤولية والمشاركة في خدمة المجتمع
- ٢- اهمية الارشاد النفس الجامعي المساعدة الطالب الجامعي في تحقيق التوافق في كل المجالات الحياتية.
- ٣- اهمية البرامج الارشادية في تنمية الظواهر النفسية الايجابية وفي خفض او تعديل الظواهر السلبية وفي الوقاية من مخاطر الظواهر السلبية.
- ٤- اهمية اعداد برنامج ارشادي وفق اسلوب صرف التفكير لمساعدة الطلبة في خفض الاحباط الوجودي وأيجاد معنى للحياة
- ٥- قياس الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة.

## الاهداف

- قياس الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

- بناء البرنامج الارشادي وفن حلوب صرف التفكير للعالم فرانكل
- معرفة تأثير اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

### فرضيات البحث

- أ- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحباط الوجودي للقياس القبلي عند مستوى دلالة (0.05).
- ب- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبارين القبلي والبعدي بين رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس الاحباط الوجودي عند مستوى دلالة (0.05).
- ت- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي بين رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الاحباط الوجودي للقياس البعدي عند مستوى دلالة (0.05).

### حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على المرحلة الرابعة لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠٢٣

٢٠٢٤-

### تحديد المصطلحات

#### الاثـر The Effect

عرفه (الحفني, ١٩٩١)

بأنه مقدار التغير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل (الحفني, ١٩٩١):

(٢٥٣)

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

### صرف التفكير

عرفه فرانكل:

اسلوب يتم من خلال صرف المشكله والتركيز على التفكير الايجابي اي بمعنى يستبدل الفرد النشاط الخاطيء بنشاط اكثر ايجابية (باترسون : ١٩٩٠ : ٤٨١)

### التعريف الاجرائي

مجموعة من الانشطة والفعاليات والإجراءات الارشادية التي تقدم من خلال عدد من الجلسات الارشادية لخفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة.

### الاحباط الوجودي

عرفه (فرانكل : ٨١١ : Frank)

هو شعور الانسان بعوزه الشديد الى الاحساس بمعنى الحياه و يظهر على شكل مشكلات متصله بهذه الحياه والموت والالم والعمل والحب ( باترسون ١٤٩٠ : ٤٨٨ )

### التعريف الاجرائي للاحباط الوجودي

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات الاحباط الوجودي

### الفصل الثاني

#### اولاً - اسلوب صرف التفكير

يسمى هذا الاسلوب بتسميات أخرى مثل صرف الانتباه او صرف الذهن او عدم التفكير أو عدم الاهتمام. في هذا الاسلوب يتم صرف الانتباه عن العملية وعن الذات الى الدرجة التي يتصرف عندها وعي المريض الى المظاهر الايجابية وخلال هذه العملية يمكن للمريض اغفال اعصابه عن طريق تركيز



٢- معنى الموت :-

هو آخر اشكال اللا وجود ويعطي للحياة معنى ، وذلك من خلال الوقتية وعدم الدوام ، فاتخاذ القرارات وعمل الاختبارات وأنجاز الاعمال والمهام كلها تؤكد على مفهوم المسؤولية للفرد من جهة ومن جهة أخرى تؤكد ضرورة الارادة و العمل وتجنب التأجيل لأن لوقت محسوب ومع تحقيق الانجاز يتحقق الرضا والمتعة وهما المعنى الحقيقي للحياة ، اما الموت الحقيقي الذي لا يعبر عن اختيار الفرد فهو المحكوم بالقضاء والقدر وعلى الرغم من ان القضاء والقدر خارجين عن ارادة الانسان ومسؤوليته الا انهما يمنحان الحرية فقط (frankl, 1988:107)

٣- معنى الحب :

الحب هو الطريقة الوحيدة التي يدرك بها الانسان كائنا انسانيا آخر في اعماق اغوار شخصيته، والحب من وجهة نظر فرانكل هو عيش خبره شخص آخر بكل تفرداها ، وينعكس سحر الحب على العالم وعلى قيم الشخص ، والحب هو أحد الطرق الممكنة على الحياة بالمعنى، وغياب الحب يرجع الى الفشل العصابي وليس الى النصيب و القدر كما يقول البعض، وتأكيد البعض المجال الظاهري قد يؤدي إلى القليل من قيمة الشخص كأنسان والاثارة اثاره غير شخصية والعلاقات المبنية على الجنس علاقات سطحية وهذه العلاقات ليست حبا (الخوaja ، ٢٠٠٢ : ١٣٢)

٤- معنى العمل :

يعتبر فرانكل بأن الشخص العاطل عن العمل يشعر بأن الحياة لا معنى لها ويصبح عدم ممارسة العمل عند العصابين مبررا لكل انواع الفشل مزيلا عنهم المسؤولية تجاه انفسهم وتجاه الآخرين وتجاه الحياة ( با ترسون ، ١٩٩٠ : ٤٧٥)

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

ويرى اصحاب الاتجاه الوجودي أن العمل هو الانجاز وليس الوظيفة أو مستواها الاداري او المالي او الاجتماعي فالانشغال في اداء الاعمال والتميز في انجاز الانشطة يعد من العوامل الداعمة لخلق معنى للحياة .

### ٥- معنى الالم :

يرى فرانكل أن حياة الانسان يمكن تحقيق معناها ليس فقط بالابتكار والاستمتاع ، و لكن ايضا على طريق الالم فالمشاكل والآلام تحفظ الشخص من الفتور والملل وتبعث على النشاط وتؤدي بالتالي إلى النمو النضج وأشار فرانكل ان هناك مواقف يحقق الانسان ذاته فقط بالمعاناة الحقيقية (باترسون ، ١٩٩٠ : ٤٧٥) وبذلك فإن الصحة النفسية تستند الى درجة من التوتر بين ما أنجزه الفرد بالفعل وما لا يزال عليه أن ينجزه ذلك التوتر كامن في الوجود الانساني و بالتالي لا غنى عنه بالنسبة للصحة النفسية، وبذلك ينبغي أن تضع امام الانسان تحديات عليه أن يواجهها بما عنده عن معان كامنه عليه أن يحققها فكل ما تفعله في هذه الحالة هو أن نستدعي ارادة المعنى عنده من حالة كمونها ( فرانكل ، ١٩٨٠ : ١٤٠).

### ثالثا: النظرية التي فسرت الاحباط الوجودي

#### نظرية فرانكل ( إرادة المعنى)

يعد فرانكل أول من اشار الى اهمية (ارادة المعنى ) في حياة الانسان تكون الدافع الاساسي الجوهرى لدى الانسان والذي عده المحرك لسلوك الانسان (إفرانكل ، ١٩٨٢ : ١٣١) اذ نظم فرانكل تصورا وجوديا عن الانسان وأكد أن كل شخص في العالم هو كائن انساني مختلف ومتغير ومتميز وهو ليس موجودا فحسب وانما يقرر وجوده الذي سيكون عليه اذ يشير فرانكل الى انه لايمكن مقارنة انسان باخر (فرانكل ، ١٩٨٢ : ١٠٩) ويعد السعي من اجل الاحساس بأهمية الحياة من الصفات البارزة في حياة الانسان من

## أثر أسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

اجل البقاء والتأكيد على وجوده الذي يمكن عن طريقة تجنب القلق والمعاناة في حياته ويعيش من خلالها حياة يملؤها القلق والاضطراب (عربيات ، ٢٠٠٢ : ١٣٤٣ ) .

ويذكر فرانكل أن الانسان في كثير من الاحيان لا يستجيب لنزواته الغريزية مع تمكنه منها وإنما يستجيب لما يتحسس من قيم في عالمه وما يدركه من معانى في حياته، إذ يرى فرانكل أن الانسان حينما يقوم بالاعمال وأصدار القرارات انما هي بالواقع تعبيراً حقيقياً من عملية البحث عن المعنى او القيم ( Langle & orgler ,2003:135) ولذلك يؤكد فرانكل أن سعي الانسان الى البحث عن ارادة المعنى هو الدافع الاساسي والأكثر عمقا لديه الذي يعبر عنه بـ ( ارادة المعنى) وهو متأصل لدى البشر جميعهم بدرجات مختلفة اوقد تتعرض ارادة المعنى عند الإنسان للأعاقه او الاحباط وهو ما يعرف بالاحباط الوجودي وهو أمر اساسي في نظرية فرانكل ، كونه يرتبط بالصحة النفسية، فأعاقه دافع ارادة المعنى الانسان أو احباطه هو سيكولوجيا أمر مدمر للانسان على حد تعبير فرانكل الذي يؤدي الى الاحباط الوجودي ، والتي تحول بين ماكان وما ينبغي له أن يكون عليه على مستوى البعد الروحي في الشخصية ، فتخلق لديه القلق غير الاصيل (فرانكل ، ٨٢ ١٩ : ١٣٨)

### الفصل الثالث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للتصميم التجريبي ومجتمع البحث والاداة المستخدمة لقياس الاحباط الوجودي وأجراء التكافؤ للمجموعتين التجريبية الضابطة وبناء البرنامج الارشادي والوسائل الاحصائية المستخدمة وفيما يأتي تفاصيل ذلك .

#### ولاً : التصميم التجريبي

اعتمدت الباحثة التصميم التجريبي (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة مع الاختبار (القبلي والبعدي)

لان هذا التصميم يمنح الباحث قدراً مقبولاً من الثقة اذ ان الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة بعد البرنامج

الارشادي الناتج عن تأثير البرنامج وحده (الرفاعي , ٢٠٠٧ , ١٣٩) .

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

ويعد هذا التصميم من التصميمات التجريبية ذات الضبط المحكم اذ يتطلب التوزيع العشوائي وأجراء التكافؤ في العديد من المتغيرات بين المجموعتين بدرجة عالية من الضبط التجريبي , ويوفر الكثير من الوقت والجهد (الزوبعي, ١٩٨٨, ١١٢, ١١٣) .

### ثانياً : مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة كلية التربية ابدنية وعلوم الرياضة /جامعة القاسم الخضراء البالغ عددهم (٤٠٠) طالب وطالبة .

### ثالثاً : عينة البحث وتشمل:

١- عينة بناء اداتا البحث :اشتملت عينة اداتا البحث على طلبة المرحلة الرابعة والبالغ عدده (٢٠٠)طالب وطالبة (١٢٠)طالب و(٨٠)طالبة

٢- عينة تطبيق البرنامج الارشادي : اعتمدت الباحثة على عينة قوامها (١٦) طالب من الذكور فقط ممن

حصلوا اعلى الدرجات على مقياس الاحباط الوجودي وتم اختيارهم بالطريقة القصدية وتم تقسيمهم بالطريقة

العشوائية على مجموعتين الاولى تجريبية وقد شملت (٨) طالب طبق عليهم البرنامج الارشادي والمجموعة

الثانية الضابطة (٨) طالب لم يطبق عليهم البرنامج الارشادي بعد ان اجرت الباحثة التكافؤ بين افراد

المجموعتين

### رابعاً : اداتا البحث

#### أ- مقياس الاحباط الوجودي

هناك عدة خطوات عملية ينبغي اتباعها في بناء اي مقياس كما اشار الن وين (Allen & yen, 1979) وقد

اتبعت الباحثة الخطوات العلمية في بناء المقياس وكما يأتي :-

#### ١ - خطوات بناء مقياس الاحباط الوجودي :

اعتمدت الباحثة نظرية (ارادة المعنى) للعالم فرانكل فضلا عن الاطلاع على عدد من المراجع والدراسات السابقة

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

### أ- تحديد مفهوم الاحباط الوجودي ومجالاته

وقد حددت الباحثة التعريف النظري المتبنى لمفهوم الاحباط الوجودي حسب نظرية فرانكل وحددت خمسة مجالات في ضوء التعريف النظري .

### ب- صياغة الفقرات

تم صياغة الفقرات على وفق النظرية المتبناه وتعريف الاحباط الوجودي ,وفي ضوء تعريف كل مجال تم صياغة فقرات المقياس بواقع (٦) فقرات لكل مجال وكان نتيجة ذلك (٣٠) فقرة اذ روعي في صياغتها ان تكون بصيغة المتكلم وقابلة لتفسير واحد (سمارة, ١٩٨٩, ٨٤)

### صلاحية الفقرات

تعد صلاحية الفقرة من متطلبات المقياس الجيد اذ يمكن تقييم درجة صلاحية الفقرة من خلال التوافق بين التقديرات المحكمين (عودة , ١٩٨٥ , ١٥٧) لذلك تم عرض المقياس بصيغته الاولية على مجموعة من الخبراء في مجال الارشاد النفسي والطب النفسي والبالغ عددهم (١٢) خبيراً لابداء ارائهم ومقترحاتهم حول مدى صلاحية الفقرات في قياس الظاهرة المراد قياس , علماً ان المقياس يتكون من (٣٠) فقرة موزعة على مجالات الخمسة واعدت نسبة الاتفاق (٨٠٪) صالحة لابقاء الفقرة في المقياس واستبعاد الفقرات التي لم تحصل على نسبة الاتفاق المطلوبة , لذا اصبح مقياس الاحباط الوجودي بصيغة الاولية مؤلف من (٣٠) فقرة بواقع (٦) فقرات لكل مجال وبعد جمع الاراء وتفرغ اجاباتهم حظيت جميع فقرات مقياس الاحباط الوجودي بنسبة الاتفاق المطلوبة (٨٢,٦) فاكثر وقد تم تعديل ثلاثة فقرات من المقياس لذا اصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة التحليل الاحصائي.

### اعداد تعليمات المقياس

تعد تعليمات المقياس احدى الركائز العلمية المهمة عند وضع المقاييس في العلوم التربوية والنفسية لانها تساعد المستجيبين على فهم طريقة الاجابة وازالة اي لبس او غموض قد يرافق الاستجابة ولذا وضعت الباحثة التعليمات لمقياس الاحباط الوجودي و وضحت طريقة الاستجابة .

## تصحيح المقياس

يقصد بتصحيح المقياس الحصول على الدرجة الكلية للمفحوص وقد حسبت الدرجة الكلية للمفحوص على المقياس عن طريق جمع درجات فقراته البالغة (٣٠) فقرة و وضع امام كل فقرة اربعة بدائل للاستجابة (دائماً غالباً , احياناً, ابداً) للفقرات الايجابية وقد اعطت عند التصحيح درجات تتراوح (١\_٢\_٣\_٤) اما الفقرات السلبية فقد اعطت عند التصحيح درجات تتراوح (٤\_٣\_٢\_١) وبذلك يحصل المستجيب على المقياس على اوطى درجة (٣٠) واعلى درجة (١٢٠) والوسط الفرضي (٧٥) درجة.

## التجربة الاستطلاعية

لمعرفة مدى وضوح التعليمات وطريقة الاجابة ووضوح الفقرات ومعرفة الوقت المستغرق للإجابة على المقياس , تم تطبيق المقياس على عينة من الطلبة والبالغ عددهم (٣٠) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الرابعة وقد تبين ان تعليمات المقياس وفقراته كانت واضحة ومدى الوقت المستغرق تراوح بين (١٥-٢٠) درجة .

### ٤- التحليل الاحصائي للفقرات

ان الهدف من اجراء تحليل الفقرات احصائياً هو استخراج القوة التمييزية للفقرات والابقاء على الفقرات الجيدة في المقياس التي تكشف عن الدقة في قياس ما وضع من اجله. (Anastasia & Vrbina, 1979, 19) استخدمت الباحثة اسلوب العينتين المتطرفتين في عملية تحليل الفقرات وذلك وفق الخطوات الاتية .

١. تطبيق المقياس على عينة عددها (٢٠٠) طالب وطالبة .
٢. ترتيب الدرجات التي حصلت عليها افراد المجموعة ترتيباً تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة .

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

٣. حددت (٢٧٪) من الاستثمارات الحاصلة على اعلى الدرجات و (٢٧٪) من الاستثمارات الحاصلة على ادنى الدرجات (ابو لبد، ١٩٨٢، ٢٤٩) ، وفي ضوء هذه النسبة بلغت عدد الاستثمارات في كل مجموع (٥٤) استمارة وبذلك يكون عدد الاستثمارات في المجموعتين (١٠٨) استمارة .
٤. وباستخدام الاختبار التائي استخرجت القوة التمييزية لكل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تساوي (١,٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٠٦) اذ ظهر ان جميع الفقرات دالة عند هذا المستوى .

### ٥- مؤشرات صدق وثبات المقياس

اولاً : صدق المقياس :

المقصود بالصدق هو الى اي درجة يقيس الاختبار ما وضع لقياسه (الضامن، ٢٠٠٩، ١١٣ :

وفيما يلي عرض لمؤشرات الصدق لمقياس الاستقلالية

#### ١. الصدق الظاهري :

الهدف منه معرفة مدى تمثيل محتوى الاختبار او المقياس للظاهرة المقاسة ويعبر عنه التمثيل المنظم للمحتوى الحقيقي للمقياس ويشير ابيل ان افضل وسيلة لاستخراج الصدق الظاهري هو قيام عدد من المختصين بتقدير مدى تمثيل المقياس للصفة المراد قياسها وقد تحقق الصدق الظاهري لمقياس الاحباط الوجودي من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس والارشاد النفسي كما موضح في (صلاحية الفقرات) (Ebell, 1979, 79)

#### ٢. صدق البناء

ويقصد به الدرجة التي يقيس فيها الاختبار بناء نظرياً او سمه معينة (Anastasia , 1967, 151) ، لذا تم

التحقق من ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ودرجة الفقرة بدرجة المجال وكما يأتي.

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

أ- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس : تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة مع درجة المقياس الكلية وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون وقد اتضح ان جميع معاملات الارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١٨).

ب- علاقة ارتباط فقرات مجالات المقياس بالدرجة الكلية: تم استخراج معاملات الارتباط بين درجة فقرات كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون اذ اظهرت جميع معاملات الارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١١٨).

ثانياً : مؤشرات ثبات المقياس :

يعني الثبات هو اتساق نتائج المقياس نفسها الاستقرار في النتائج اذا ما اعيد تطبيق الاختبار على الافراد انفسهم وفي الطرائق نفسها (Kerlinger, 1973, 429)، وقد تحققت الباحثة من الثبات باستعمال الطرائق الاتية

--:

أ- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار:

لتقدير الثبات بهذه الطريقة قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٤٠) طالب وطالبة اختيرت بطريقة عشوائية من طلبة المرحلة الرابعة وبعد مرور اسبوعين على الاختبار الاول تم اعادة الاختبار على العينة نفسها وعند حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول والتطبيق الثاني، اظهرت النتائج ان قيمة معامل الثبات بلغت (٠,٨٢) وتعد هذه مؤشراً جيداً على استقرار الاجابات على مقياس الاحباط الوجودي . (عبد الهادي وفاروق، ١٩٩٤، ٢٧٧)

ب- طريقة الاتساق الداخلي تحليل التباين:

باستعمال معادلة الفاكرونباخ تم استخراج معامل الثبات على عينة قوامها (٣٠) طالب وطالبة اذ بلغ معامل

الثبات (٠,٨٠) الذي يمثل ثبات الاداة باكملها . (Foran, 1971, 80)



## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

استخدمت الباحثة اختبار (مربع كاي) لمعرفة دلالة الفرق في معدل العمر لافراد المجموعتين (التجريبية والضابطة)، اذ اظهرت النتائج ان القيمة المحسوبة تساوي (٠,١٨) وهي اقل من القيمة الجدولية (١,٣٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبذلك لم تظهر فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين على هذا المتغير، مما يدل على تكافؤ المجموعتين في متغير العمر.

### ٣- المستوى التحصيلي للاب

استعملت الباحثة اختبار (مربع كاي) لمعرفة دلالة الفرق في مستوى التحصيل لافراد المجموعتين التجريبية والضابطة، اذ اظهرت النتائج ان القيمة المحسوبة تساوي (٠,١٨) وهي اقل من القيمة الجدولية (١,٣٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبذلك لم يظهر فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين على هذا المتغير مما يدل على تكافؤ المجموعتين في مستوى التحصيل الدراسي.

### ٤- المستوى التحصيلي للام :

لمعرفة دلالة الفرق بين المستوى التحصيلي لامهات المجموعتين (التجريبية والضابطة) استعملت الباحثة اختبار (مربع كاي)، تبين ان القيمة المحسوبة تساوي (٠,١٨) وهي اقل من القيمة الجدولية (١,٣٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية وان المجموعتين متكافئتان عند هذا المتغير.

ثانياً : البرنامج الارشادي (سيتم عرضه بشكل مفصل في الفصل الرابع)

### الوسائل الاحصائية

١-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين متوسطات درجات المجموعتين العليا والدنيا لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس (البياتي واثناسيوس، ٢٦، ١٩٧٧) .

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

- ٢- اختبار (مان- وتتي) Mann- Whiteny للعينات متوسط الحجم استخدم لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة قبل تطبيق البرنامج الارشادي وبعده . (السيد، ١٩٧٩، ٤٩١).
- ٣- اختبار (ولكوكسن) (Wilcoxon Test) استخدم لمعرفة دلالة الفروق بين درجات المجموعة التجريبية على مقياس الاستقلالية قبل تطبيق البرنامج وبعده. (البياتي، ١٩٨٥، ١٠٦).
- ٤- معامل ارتباط (بيرسون) لايجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية.
- ٥- معادلة (الفاكرونباخ) لاستخراج الثبات.
- ٦- الاختبار التائي لعينة واحدة لترتيب عينة المقياس ترتيباً تنازلياً. (الكندي، ١٩٨٥، ١٠٥).
- ٧- اختبار مان- وتتي يستخدم عند التعامل مع عينتين مستقلتين واستخدم لمعرفة دلالة الفروق
- ٨- اختبار مربع كاي (Chi- square) لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في:-

أ- التحصيل الدراسي للاب

ب- التحصيل الدراسي للام

ت- متغير العمر

## الفصل الرابع

اعتمدت الباحثة في بناء البرنامج الارشادي الإجراءات الآتية :

١. اعتماد نظرية (ارادة المعنى ) للعالم فرانكل .

٢. الاطلاع على الادبيات الخاصة باسس بناء البرامج الارشادية والعلاجية وطرائقها ونماذجها

٣. نتائج مقياس الاحباط الوجودي .

٤. عرض البرنامج الارشادي على عدد من الخبراء والمختصين في علم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه

التربوي للتأكد من مدى مناسبة الحاجات والأهداف والإجراءات المستخدمة والزمن الذي تحتاجه لتحقيق

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

تلك الاهداف والتقنيات الارشادية واي تعديلات اخرى ، وقد اتبعت الباحثة عدة خطوات لبناء البرنامج

### الارشادي وكالاتي :-

#### اولاً : تحديد الاولويات

تم تحديد اولويات البرنامج الارشادي وفق مجالات وفقرات المقياس من خلال المحكمين فيما تقدم في الخطوة السابقة الذكر مع الاخذ بنظر الاعتبار ملاحظاتهم حول عنوان كل جلسة .

#### ثانياً : تحديد الاهداف

يمكن توضيح اهداف البرنامج الارشادي عن طريق ما ياتي

أ- الهدف العام :- يهدف البرنامج بشكل عام الى خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة المرحلة الرابعة.

ب- الاهداف الخاصة :- يتم تحديد الاهداف الخاصة بما يتلائم مع طبيعة الشخص ونوع المشكلة مستندة على مفاهيم اسلوب ارادة المعنى للعالم فرانكل .

#### ثالثاً : عدد الجلسات وتاريخها

كان عدد الجلسات (١٢) جلسة ارشادية بمعدل جلستين في الاسبوع ابتداءً من يوم الاحد المصادف ٢٠٢٤/٢/١٨ الى يوم الخميس المصادف ٢٠٢٤/٣/١٠ ، مدة الجلسة (٤٥) دقيقة ، يتكون البرنامج من الجلسة الافتتاحية الهدف منها توضيح اهداف البرنامج الارشادي مضافا اليها (١٠) جلسات ارشادية بواقع (٢) جلستين لكل مجال وبعدها وضعت للبرنامج الارشادي الجلسة الختامية مع اجراء الاختبار البعدي لمعرفة اثر البرنامج الارشادي على المجموعة التجريبية.

#### رابعاً : الصديق الظاهري للبرنامج الارشادي

قامت الباحثة بعرض البرنامج الارشادي بصيغته الاولى على مجموعة من الخبراء والمختصين في ميدان الصحة النفسية والارشاد النفسي والاختبارات والمقاييس والبالغ عددهم (١٢) خبيراً لمعرفة مدى مناسبة الاساليب

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

والاجراءات والتقنيات المستخدمة في البرنامج لتحقيق الاهداف والمدة الزمنية المقترحة واقتراح التعديلات المناسبة للوصول بالبرنامج الى المستوى المطلوب .

خامساً : التقنيات المستخدمة في البرنامج الارشادي اختيرت الانشطة التي تتناسب مع البرنامج واهدافه هي:-

### ١- الحوار السقراطي :

وهو اسلوب في الارشاد بالمعنى يستخدم مع المسترشد من اجل استشارة المعنى لديه بتوجيه اسئلة استفزازية في حوار تساؤلي والحوار السقراطي القائم على التساؤل يمكن استخدام انه ليس من الضروري على اية حال الدخول في جدال حاد مع المسترشد او يخبر المسؤولينه وكيفية تحقيق معنى في حياته ( با ترسون ١٩٩٠ : ٤٧٢ )

### ٢- فنية التركيز:

وهو أن يصبح المسترشد واعيا بالاحجام و بالحواجز التي تشوش - التعبير الكلي عن الموقف او المشكله التي يعاني فيها المسترشد (با ترسون ، ١٩٩٠ : ٣٥٨) وأن التركيز عليه يحدث فيها تواصل من نوع خاص مع الوي الداخلي وهذا الوعي ممكن تسميته بالشعور المحسوس ، وعندما يتعلم الانسان كيف يمر بخيره التركيز، فإن يدرك المشكلات وكيفية تقديم الحلول لها من هنا يأتي التركيز بالتغيير المطلوب (مكاوي ٢٠٠٢)

### ٣- العلاقة الوجودية :

يؤكد العلاج الوجودي على اهمية العلاقة بين المرشدة المسترشد وتتطلب علاقه توازنا بين طرفين الترابط الانساني والتباعد العلمي (باترسون، ١٩٩٠ : ٤٧٩) و تسعى هذه العلاقة الى جعل المسترشد اكثر وعيا بذاته من خلال هذه العلاقة يعرف المسترشد امكاناته ( ابو اسعد وأحمد عربيات ٢٠٠٢: ٣٤٨ )

ويتطلب الارشاد الوجودي علاقه متفرده اي أن المرشد لا يفرض نفسه وأفكاره ومشاعره الخاصة على الموقف

العلاجي فهو حي وواعي لذلك

### ٤ - تكوين الاتجاه :

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

ويقصد به أن المسترشد لا يستطيع أن يستبصر مشكلة او وضعه او خبرته ومن الصعب أن يعرف ما هو الشيء الذي يزعجه لذلك لا بد من الصمت لافساح المجال له لاستبصار موقعة وبذلك يتم تكوين الاتجاه نحو مشكلة (weisman, 1985:30)

### ٥ - التشجيع:

أن عملية التشجيع تساعد المسترشد لكي ينظر الى اعمال نفسه ويتبين ما بها هذا من شأن أن يكسر قيد الدائرة الفاسدة وغير السليمة في الصداقه ويقوده بدلا من ذلك للتخلص من الاعراض (ابو سعد وأحمد عربيات ٢٠٠٩: ٣٥٠)

### ٦ - عكس المعاني :

الاهتمام بأيجاد الشعور العميق للتفكير و من خلال المشاعر للمسترشد والخيرات الاساسية لحياته ومحاولة انعكاس المعانى نتوقع البحث في المظاهر العميقة لخيرات حياته ( نصر الله / ٢٠١٠ : ١٢١)

### سادساً: تطبيق البرنامج الارشادي

بعد الانتهاء من اختيار عينة البحث وتحديد التصميم التجريبي لها ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة بالاجراءات الاتية:-

اختيار (١٦) طالب من الذكور فقط بشكل قصدي ممن حصلوا على اعلى الدرجات على مقياس الاحباط الوجودي ، اذ تم تقسيمهم على مجموعتين (مجموعة تجريبية، ومجموعة ضابطة) بلغ عدد الطلبة في كل مجموعة (٨) طالب، وقد اعتمدت الباحثة على الدرجات التي حصلت عليها المجموعتين (الضابطة والتجريبية) على مقياس الاحباط الوجودي قبل البدء في تطبيق البرنامج العلاجي بمثابة نتائج الاختبار القبلي.

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

سابعاً: البرنامج الارشادي بصورته النهائية.

### الجلسة الاولى

الزمن (٤٥) دقيقة

الموضوع	تهيئة افراد المجموعة الارشادية
الحاجات	- التهيئة للبرنامج - التعارف بين افراد المجموعة الارشادية
الاهداف العامة	تهيئة افراد المجموعة الارشادية للتفاعل مع البرنامج الارشادي
الاهداف الخاصة	- ان يتم التعارف بين افراد المجموعة من جهة والباحثة من جهة اخرى - ان تتعرف افراد المجموعة على محتويات البرنامج الارشادي - ازالة الحواجز النفسية بين اعضاء الجلسة
الانشطة الارشادية	- اجراء لقاء يجمع الباحثة وافراد المجموعة الارشادية - المناقشة والصرحة والتعارف اثناء الجلسات - مناقشة اهداف البرنامج وأساليبه - الاتفاق على بعض الامور فيما يتعلق بتعليمات الجلسات - مناقشة افراد المجموعة عن توقعاتهم عن البرنامج والأخذ بأرائهم ان وجدت

### ادارة الجلسة

الحاجات المرتبطة بالموضوع	- الترحيب بافراد المجموعة الارشادية من خلال تقديم الباحثة نفسها لافراد المجموعة (اسمها ومهنتها) - تستخدم الباحثة المسودة لكتابة عنوان البرنامج الارشادي والغاية منه البنود الاتفاق - تطلع الباحثة افراد المجموعة الارشادية على بنود الاتفاق بينها وبين المجموعة الارشادية وبين بعضهم البعض ويتضمن النقاط الآتية أ- الطلب من افراد المجموعة الارشادية الحضور الى الجلسات الارشادية في الزمان والمكان المعينين وعدم الانقطاع . ب- ينبغي على افراد المجموعة الارشادية المحافظة على سرية ما يطرح في الجلسة . ج- ينبغي على كل فرد من المجموعة الارشادية تقبل النقد من الاخرين وعليه الاصغاء والاحترام المتبادل للاراء . د- ترك المجال لكل فرد من افراد المجموعة الارشادية المناقشة الموضوعية لكل ما يطرح من المواضيع
التدريب البيئي	- تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية كتابة ارائهم عن الجلسة بشكل نقاط وتقديمها الى الباحثة في الجلسة القادمة - تطلب الباحثة من كل مسترشد ان تتخيل موقف تتحدث فيه امام مجموعة كبيرة من الناس - تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية التحدث عما يدور في اذهانهم من افكار قد تكون سلبية ايجابية عن الموضوع .

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

تقوم الباحثة بتقديم التعزيز الاجتماعي المناسب للمسترشدة التي اظهرت الاجابة الصحيحة في اثناء المناقشة والتأكد على التي توضح اداء المسترشدة في (لقاء الكلمة) دون الشعور بالحرج والارتباك	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- تلخيص اهم محاور الجلسة ومناقشة ما دار فيها</li> <li>- تلخيص السلبيات والايجابيات</li> <li>- الاستماع الى اراء ومقترحات افراد المجموعة الارشادية لتطوير البرنامج الارشادي .</li> </ul>	التقويم البنائي
تطلب الباحثة من افراد المجموعة الارشادية كتابة موقفين يدل على الثقة بالنفس في مواجهة الموقف	التدريب البيئي

### الجلسة السادسة

#### مدة الجلسة (٤٥) دقيقة

الموضوع	الثقة بالنفس
الحاجات المرتبطة بالموضوع	<ul style="list-style-type: none"> <li>- الحاجة الى تنمية القدرة على التصرف في الموقف التي تؤدي الى الارتباك والتوتر</li> <li>- الحاجة الى تنمية الاحساس بالثقة عن طريق تنمية مشاعر الرضا عن النفس والاعتماد عليها .</li> <li>- الحاجة الى تنمية الاتجاهات الايجابية لدى افراد المجموعة الارشادية تجاه ذواتهم</li> </ul>
الاهداف	<ul style="list-style-type: none"> <li>- معرفة معنى الثقة بالنفس</li> <li>- معرفة دور الثقة بالنفس في نجاح الفرد في حياته</li> <li>- تنمية شعور الثقة بالنفس لدى افراد المجموعة الارشادية</li> </ul>
الفنيات المستعملة	المناقشة -تكوين الاتجاه - الحوار السقراطي
الانشطة المقدمة	<ul style="list-style-type: none"> <li>- متابعة التدريب البيئي وتقديم الشكر لمن قامه بأدائه بشكل جيد</li> <li>- مناقشة افراد المجموعة حول معنى الثقة بالنفس</li> <li>- التعرف على الهوايات لدى افراد المجموعة الارشادية</li> <li>-استخدام الاساليب التعزيز اثناء الجلسة</li> </ul>
التدريب البيئي	توجه الباحث سؤالاً للمجموعة ما معنى الثقة بالنفس

### ادارة الجلسة

<ul style="list-style-type: none"> <li>الترحيب بافراد المجموعة الارشادية</li> <li>- مراجعة التدريب البيئي وتشجيع افراد المجموعة الارشادية على دقة تنفيذ الواجبات وشكرهم على مواصلة الحضور</li> <li>- تقوم الباحثة بتقديم التفسيرات اللازمة والمعلومات حول مفهوم (الثقة بالنفس) وتعني تقبل الفرد لنفسه والثقة بإمكانياته على مواجهة المشكلات وعدم الشعور بالخجل والارتباك في المواقف الاجتماعية والاعتراف بالخطا والتعبير عن افكاره امام الاخرين.</li> <li>- تطلب الباحثة من افراد المجموعة ان يتخيلون موقف يتمثل بالمقارنة بين طالبين احدهما يعاني من ضعف الثقة والاخر يتمتع بالثقة العالية وعليه كيف يوضح هذا السلوك سواء كان صحيحاً ام خاطئاً فاذا كان صحيحاً اعطاء التبرير لذلك وان كان خاطئاً ايجاد البديل المناسب.</li> </ul>	
--	--



## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

الجلسات كدليل عمل لهم في الحياة اليومية -تطلب الباحثة توزيع الحلوى على افراد المجموعة والادارة وشكرهم على تقديم العون والمساعدة في توفير وانجاح البرنامج الارشادي -اجراء الاختبار البعدي لمقياس الاحباط الوجودي - تبليغ افراد المجموعة بانتهاء البرنامج	
---	--

### الفصل الخامس

#### اولاً: عرض نتائج البحث:

عرض نتائج البحث ومناقشتها على وفق فرضيات البحث الحالي:

- **الفرضية الاولى** (لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحباط الوجودي للقياس القبلي).

اظهرت النتائج ان متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي بلغت (٤٥,٥٣) وللمجموعة الضابطة بلغت (٤٤,٦٦)، وقد استخدمت الباحثة اختبار (مان - وتي) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) للاختبار القبلي، اذ تبين ان القيمة المحسوبة للاحصائي (U) والتي تساوي (٦٨) غير دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية للاحصائي (U) والتي تساوي (٦٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). اي بمعنى لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار القبلي على فقرات مقياس الاحباط الوجودي (ابو النيل، ١٩٨٧، ١٠٧).

- **الفرضية الثانية:** لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الاحباط الوجودي.

اظهرت النتائج ان متوسط درجات المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي بلغ (٤٥,٥٣) درجة وان متوسط درجات الاختبار البعدي بلغ (٧٩,٨٦) درجة، وعند تطبيق اختبار (ولكوكسن) لعينتين مترابطتين، اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية على مقياس

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

الاحباط الوجودي عند مستوى دلالة (0,05)، اذ بلغت القيمة المحسوبة (صفر) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (25)، لذا ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة.

**الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الاحباط الوجودي للقياس البعدي.

اظهرت النتائج وجود فروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية البالغ (21,46) وبين متوسطات المجموعة الضابطة والبالغ (44,66) في مقياس الاحباط الوجودي لصالح المجموعة التجريبية، وقد استخدمت الباحثة اختبار (مان-وتني) للعينات متوسطة الحجم، واظهرت النتائج ان الفروق دالة احصائياً ولصالح افراد المجموعة التجريبية، تبين بان القيمة الجدولية للاحصائي (u) بلغت (25)، وهي اكبر من القيمة المحسوبة للاحصائي (u) البالغة (صفر) عند مستوى دلالة (0,05)، وعليه ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة التي تشير الى ان رتب درجات المجموعة التجريبية تعبر عن خفض الاحباط عن رتب درجات افراد المجموعة الضابطة على مقياس الاحباط الوجودي بعد تطبيق البرنامج الارشادي.

### ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها

اشارت نتائج اختبار (مان-وتني) التي اجريت على نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة، الى ان هناك تغيرات ايجابية لصالح المجموعة التجريبية التي طبق عليها البرنامج الارشادي خلال الاسبوع الخمسة، وهي الفترة الفاصلة بين الاختبارين القبلي والبعدي مما يدل على فاعلية البرنامج الارشادي في خفض الاحباط الوجودي لدى عينة البحث وهي طلبة المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

اذ اظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين رتب درجات المجموعة التجريبية ورتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي لذا يمكن ان يعد البرنامج الارشادي المطبق في البحث الحالي اجراءً مناسباً في خفض الاحباط لدى طلبة المرحلة الرابعة وتعتقد الباحثة ان العمل الجمعي واستخدام اساليب متنوعة معرفية وسلوكية كان لها الدور الكبير بالتنمية الايجابية التي توصلت اليها الباحثة في البحث الحالي.

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

### الاستنتاجات

وفي ضوء ما تم التوصل اليه من نتائج خرجت الباحثة بعدد من الاستنتاجات :

١. اكدت نتائج البحث ان طلبة الجامعة يعانون من الاحباط الوجودي .
٢. ان طلبة الجامعة بحاجة الى برامج الخدمات النفسية والتربوية التي تقوم على اساس الدراسة العلمية لحاجتهم ومشكلاتهم .
٣. ان البرنامج اكد وفق اسلوب صرف التفكير فاعليته في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة .
٤. ان الاسلوب الجمعي الذي تم تطبيقه في هذه الدراسة هو اسلوب فعال في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة .

### التوصيات

وفي ضوء نتائج البحث خرج البحث بعدد من التوصيات منها هي:

١. استخدام مقياس الاحباط الوجودي الذي اعدته الباحثة من قبل المسؤولين عن الخدمات الارشادية في الجامعة للكشف عن المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعة .
٢. الاستفادة من البرنامج العلاجي الذي اكدته الباحثة من قبل المسؤولين عن الخدمات الارشادية في الجامعات لخفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة وتحسينهم ضد بعض الاضطرابات النفسية التي قد تحصل لديهم .
٣. اجراء مسح لمشكلات الطلبة في الجامعات كافة ومتابعة معالجتها باسلوب العلاج الجمعي او الفردي .

### المقترحات

تقترح الباحثة القيام بالدراسات الاتية :

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

١. دراسة مماثلة لمعرفة اثر البرنامج العلاجي على طلبة المحافظات العراقية .
٢. دراسة مقارنة بين اسلوبين او اكثر من الاساليب العلاجية لمعرفة مدى فاعلية هذه الاسلوب في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة .
٣. دراسة مقارنة لمعرفة اثر البرنامج العلاجي على طلبة المرحلة الاولى من الجامعة .
٤. الاستفادة من مقياس الاحباط الوجودي في المراكز والوحدات الارشادية للجامعات العراقية لتشخيص طلبة الجامعة على وفق ذلك المقياس.
٥. اعتماد البرامج الارشادية في وحدات الارشاد النفسي في الكليات والجامعات العراقية لخفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

### المصادر

#### المصادر العربية

١. ابو عيطة ،سهام درويش (٢٠٠١): مبادئ الارشاد النفسي ، دار الفكر للطباعة والنشر ط٢، عمان الاردن.
٢. باترسون ،(١٩٩٠)نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ترجمة:د.حامد عبد العزيز الفقي ،ط١،دار العلم والنشر،الكويت.
٣. الخوaja ،عبد الفتاح محمد ،(٢٠٠٩):الارشاد النفسي والتربوي بين النظرية والتطبيق ،دار الثقافة ،عمان ،الاردن .
٤. الرفاعي ،نعيم ،(١٩٨٧):الصحة النفسية ،ط٨ ،دمشق ،سوريا.
٥. الزيود، نادر فهمي ،(٢٠٠٠):نظريات الارشاد والعلاج النفسي ،ط١،دار الفكر ،عمان ،الاردن
٦. الساعدي ،امجد كاظم ،(٢٠٠٩):الاحباط الوجودي وعلاقته بالاسلوب المعرفي (تحمل - عدم التحمل -الغموض)،لدى طلبة الجامعة ،رسالة ماجستير (غير منشورة)،كليلة التربية الجامعة المستنصرية.
٧. السليمانى ،هانى ،(٢٠٠٥)الحوار دليلك الى تطوير شخصيتك ،كيف تحاور الاخرين ،ط١،دار الاسراء ،عمان ،الاردن.
٨. سمارة ،عزيز ،واخرون ،(١٩٨٩):مبادئ القياس والتقييم النفسي في التربية ،عمان ، الاردن ،دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

## اثر اسلوب صرف التفكير في خفض الاحباط الوجودي لدى طلبة الجامعة

٩. فرانكل ،فيكتور ،(١٩٨٢):الانسان يبحث عن المعنى ،ترجمة :طلعت منصور ،دار القلم ،ط١،الكويت

١٠. عودة ،احمد سليمان والخليلي ،خليل يوسف (٢٠٠٠): الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية ،ط١،دار الفكر للنشر والتوزيع ،عمان .

١١. باترسون ،سنس ،هـ ، (١٩٩٠) نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي ، دار القلم ،ط١ ، القسم الثاني ، الكويت .

١٢. الرفاعي، احمد حسين، (٢٠٠٧): مناهج البحث العلمي، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

١٣. السيد ، فؤاد البهي ، (١٩٨٨) ، علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري ، ط١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي .

١٤. الضامن ، منذر(٢٠٠٩) : أساسيات البحث العلمي ، ط٢ ، دار المسيرة ، ط١ ، دار وائل ، عمان .

١٥. عبد الرحمن ، سعد (١٩٩٨) ، القياس النفسي النظرية والتطبيق ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

١٦. عبد الرحمن ، محمد السيد (١٩٩٨) ، نظريات الشخصية، دار قباء للطباعة والنشر ، القاهرة .

١٧. عبد الهادي ، السيد ، فاروق ، السيد عثمان ، (١٩٩٤) ، الإحصاء التربوي والقياس النفسي ، دار المعارف ، القاهرة .

١٨. الكندي ، عبد الله رمضان ، (١٩٨٥) ، مبادئ الاحصاء واساليب التحليل الاحصائي ، منشورات ذات السلاسل ، ط١

1. Allen , m .H . & yen .wm (1979 ) introduction measurement theory , California , Books Cole .
2. An astasi , A (1976 ) . psychological testing . 4th ed . New-York : Macmillan .
3. Anastasia , A & Urbana . s (1979 ) , psychological testing , 7<sup>th</sup> prentice , Hill .
4. Campbell, D. & etal. (1983) Adolescent impulsivity and self-instruction training, report, Research [www.eric.ed.gov](http://www.eric.ed.gov).
5. Ebel , Robert L .(1972 ) . Essential of education & merriment . 2nd end . , New jersey , prentice Hall . Englewood Cliffs .
6. Forin , T.G (1971) Anto on methods of measuring reliability , journal of educational Psychology . V01 . 22 no. g.
7. Kerlinger , f ( 1973) foundation of behavioral research , New York .Holt . Rinchart & Winston
8. Frankl, v. (1986): the doctor and the soul :from psychotherapy ,new York :random hous
9. Frankl, V,E (1960)paradoxical intention :A logotherapeutic ,amer ,j. psychotherapy .
10. Warren , Kellie (2003) : social skills , University of Cincinnati , [http:// www.Psc . Uc. edu](http://www.Psc.Uc.edu)