الفصل الرابع : المنهج والإجراءات

أ) تمهيد :

ب) منهج الدراسة .

ج) عينة الدراسة .

د) إعداد وتقنين مقاييس الدراسة .

د/١ مقياس معنى الحياة .

د/٢ مقياس الوحدة النفسية.

د/٣ مقياس مؤشرات العوامل الخمس الكبرى "الوعاء العالمى للبنود"

د/٤ مقياس مرونة /صلابة التفكير.

د/٥ مقياس وجهة الضبط

د/٦ مقياس قوة الأنا

هـ) برنامج العلاج بالمعنى "لتعديل معنى الحياة السالب"

و) تطبيق المقاييس .

obeikandl.com

الفصل الرابع : المنهج والإجراءات

أ) تمهيد :

تتناول الباحثة فى هذا الفصل منهج الدراسة ،وإجراءاتها ،حيث تعرض لعينة الدراسة ومواصفاتها وإجراءات التطبيق ، فضلاً عن الأساليب الإحصائية المستخدمة فى تحليل البيانات التى تم الحصول عليها [1].وذلك على النحو التالى:-

ب) منهج الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى فحص بعض المتغيرات النفسية بشكل ارتقائى تطورى ارتباطى لدى عينات من الذكور والإناث فى مراحل عمرية متباينة تمتد من المراهقة وحتى الرشد ،مستخدماً المنهج الوصفى. وهذه المتغيرات هى معنى الحياة وارتباطها ببعض المتغيرات النفسية .

ج) عينة الدراسة (مجموعات الدراسة) :

أجريت الدراسة على عينات من تلاميذ المدارس الثانوية وتلميذاتها، وطلاب الجامعات وطالباتها ،وخريجي الجامعات من العاملين الذكور والإناث، وقد روعى المستوى الاجتماعى والاقتصادى عند اختيار العينة، وقسمت قسمت عينة الدراسة :

الأولى : مثلت العينة الاستطلاعية والثانية اعينة الدراسة وتضمنت ثلاث مجموعات عمرية:

١) من ١٦ أقل من ١٩ ٢) من ١٩أقل من ٢٤ ٣) من ٢٤أقل ٤٠

ج/١ الدراسة الاستطلاعية :

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من ثلاثمائة وتسع وثلاثين (٣٣٩) من تلاميذ المدارس الثانوية وتلميذاتها،ومن طلاب الجامعة وطالباتها جامعات: القاهرة، وعين شمس ،وحلوان، ومن الخريجين العاملين، وتتضمن ثلاث مجموعات:

الأولى: مجموعة مراهقة مبكرة قوامها (١٦١) طالب وطالبة.

الثانية: قوامها (١٢٠) طالب وطالبة.

الثالثة: قوامها (٧٨) من الذكور والإناث عاملين وغير عاملين.

ويوضح الجدول رقم (١/٤) البيانات الخاصة بالمجموعات العمرية للعينة الاستطلاعية.

---

[1] استخدمت الباحثة الحزمة الاحصائية (SpSS) فى جميع العمليات الاحصائية الخاصة بالدراسة .

جدول (٤/١) :

البيانات الخاصة بعينة الدراسة الاستطلاعية (ن =٣٣٩)

المرحلة العمرية	ذكور	إناث	جملة	المستوى التعليمى	المؤسسة التعليمية
١٦-أقل من ١٩	٩٧	٦٤	١٦١	ثانوى	م/حلمية الزيتون / المعادى /إبن خلدون
١٩-٢٤	٤٩	٧١	١٢٠	الفرق الأربع الجامعية	جامعة القاهرة و عين شمس وحلوان
٢٤-٤٠	٤١	٣٧	٧٨		الخريجين العاملين
جملة	١٨٧	١٥٢	٣٣٩		

وقد أجريت الدراسة الاستطلاعية بهدف تحديد أهم الخصائص السيكومترية لكل المقاييس موضع اهتمام الدراسة الحالية.

ج/٢ العينة الأساسية :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من أربعمائة وثمانين وستين (٤٦٨) فرداً من الذكور والإناث وتتضمن ثلاث مجموعات:

الأولى: مجموعة مراهقة مبكرة قوامها (١٩٣) طالب وطالبة، حيث يتراوح المدى العمرى من ١٦ الى أقل من ١٩)

الثانية: مجموعة المرحلة المراهقة المتأخرة قوامها (١٧٧)حيث يتراوح المدى العمرى من ١٩الى أقل من ٢٤)

الثالثة: مجموعة مرحلة الرشد (٩٨) حيث يتراوح المدى العمرى من ٢٤ الى أقل من ٤٠).

ويوضح الجدول رقم (٢/٤) البيانات الاساسية للعينة.

جدول (٢/٤) :

البيانات الخاصة بعينة الدراسة

المرحلة العمرية	ذكور	إناث	جملة	المستوى التعليمى	المؤسسة التعليمية
١٦-أقل من ١٩	٩٢	١٠١	١٩٣	ثانوى	م/حلمية الزيتون / المعادى /إبن خلدون
١٩-أقل من ٢٤	٦٧	١١٠	١٧٧	الفرق الأربعة الجامعية	جامعة القاهرة و عين شمس
٢٤أقل من ٤٠	٥٣	٤٥	٩٨	متنوع	خريجين
جمله	٢١٢	٢٥٦	٤٦٨		

د) إعداد وتقنين مقاييس الدراسة (الدراسة الاستطلاعية) :

د/١ مقياس معنى الحياة Meaning of Life scale

قامت الباحثة بإعداد مقياس عربي لمعنى الحياة يناسب التطبيق على عينات من التلاميذ والتلميذات فى مرحلة المراهقة والطلاب والطالبات فى مرحلة المراهقة المبكرة، والمتأخرة والراشدين والراشدات فى مرحلة الرشد المبكر . وقد مر إعداد المقياس بعدد من المراحل ،تعرضها الباحثة على النحو التالى : -

د/١/١ المرحلة الأولى :

مرحلة إجراء السؤال المفتوح النهاية : Open end question

قامت الباحثة بتوجيه سؤال مفتوح النهاية إلى عينة من الطلاب والطالبات بلغ قوامها (١٢٠) فرداً . وكان الهدف الأساسى من هذا الإجراء هو الحصول على أكبر قدر ممكن من المتغيرات التى تعبر عن معنى الحياة ، من وجهة نظر عينة تتراوح أعمارهم من (١٦-٣٥) سنة، للاستفادة منها فى بناء مقياس لمعنى الحياة يصلح لهذه الفئة العمرية، وذلك نظراً لحداثة دراسة موضوع معنى الحياة فى علم النفس والحاجة إلى الإحاطة بهذا الموضوع ،سواء أكان ذلك من حيث المفهوم وعناصره ،ومما يتكون والعوامل التى تؤثر فيه، وعرضت ذلك فى صورة أسئلة مفتوحة كان ملخصها على النحو التالى:

" حدد المقصود من معنى الحياة من وجهة نظرك ، موضحاً الأشياء التى تجعل لحياتك معنى وما الذى يفقدك المعنى فى حياتك؟ وما هى الخبرات التى تعتقد أنها تبنى المعانى عندك؟

وقد حللت الباحثة الإجابات المستخلصة من استطلاع الرأي وجمعتها، وحذفت المكرر وغير المناسب منها، واستفادت الباحثة منها فى إعداد المقياس، وفى بلورة مفهوم معنى الحياة من وجهة نظر أفراد العينة.

ويوضح الجدول رقم (٣/٤) نتائج تحليل وتجميع النتائج

جدول (٣/٤) :

النتائج المستخلصة من استطلاع الرأى عن مفهوم معنى الحياة

م	الأسئلة	تجميع الإجابات
١	ماذا يعنى مفهوم معنى الحياة	لم أفكر من قبل فى ذلك – أهداف أحققها – أن يكون عندى طموحات أحققها – أمانى عندى أحب أن تتحقق.
٢	الأشياء التى تجعل لحياتك معنى	النجاح – الحب – الناس الحلوة – الخير – الصداقة – العشرة الطيبة – الأطفال – أهلى واخواتى – التعليم – الشغل.
٣	وما الذى يفقدك المعنى فى حياتك؟	ضياع الأحباب – الرسوب – الفشل – المرض – وجود الشر فى الدنيا – الخيانة والغدر.
٤	وما هى الخبرات التى تبنى المعانى ؟	الحياة عموماً بحلوها ومرها – كل الخبرات الى بمر بيها – مش عارف – خبرات النجاح وخبرات الفشل.

د/١/٢ المرحلة الثانية :

الرجوع إلى ما كتب عن الموضوع فى التراث

استناداً إلى ما أجرى فى المرحلة الأولى ، وإطلاع الباحثة على عدد من المقاييس، منها على سبيل المثال:

ـــ مقياس تطلعات الحياة (LRI) لبتسا وألموند . مقياس الغرض من الحياة (PIL).

ـــ بروفيل الاتجاه نحو الحياة. ومقياس معنى الحياة لهارون الرشيدى.

فضلاً عن الاطلاع على التراث النفسى الذى تناول موضوع معنى الحياة وبعض الموضوعات القريبةومنها :

Maholick.L.T,et,al,1989- Gloria.J,1994-Leath.C,1999- MCcabe&Priebe,2002 Klaus.O,1991- Karel.B.1995- Baum.S.K,1990 -Frederick.B.R,1997- Boeree.C.G,1991&1997&2002- Cathy- Mcfarland&Ross.M,1982 Thomas,et,al.,1994 –Thaddeus.M,2002 –Smyth.W,2001-

فضلاً عن الدراسات العربية :صلاح فؤاد ،١٩٩٧ – زينب العايش ١٩٩٤ – إبراهيم محمود،١٩٩١ – إسماعيل إبراهيم ١٩٩٠– ومؤلفات المترجمة لفرانكل (ترجمة طلعت منصور ١٩٨٢ – ايمان فوزى ١٩٩٨) – إبراهيم سعفان، ٢٠٠٣.

ترى الباحثة من وجهة نظرها أن المقاييس السابقة تقيس جانب من معنى الحياة، كما أن بعضها يقيس المفهوم بمعناه الفلسفى والسلبى، والأخرى تقيس فقط الاتجاه نحو الحياة. ولما كان مفهوم معنى الحياة كما عرفته

الباحثة يتضمن جوانب عديدة منها ما هو مرتبط بجوانب الفرد بالجوانب المعرفية ومدى وعى الفرد بمعنى حياته على مستوى التفكير، وجوانب أخرى مرتبطه بالجوانب الوجدانية والشخصية حيث ما يناسب فرد من معانى لا يناسب فرد آخر، والجوانب الأخرى ممارسة معنى الحياة وترجمتة فى سلوكيات معاشه.لذلك كان تفكير الباحثة فى الثلاث أبعاد الخاصة بالمقياس بعد يتضمن مستوى التفكير والوعى بوجود المعنى، والبعد الوجدانى والتوجه نحو الحياة، وبعد سلوكى ويتضمن اسلوب الفرد فى ممارسة المعنى. وقد خرجت الباحثة من البحوث السابقة بعدة نقاط توضح مصادر وأسباب معنى الحياة وقد كان لهذه البحوث دور كبير فى بناء المقياس، وتركيب البنود ومنها : - أن معنى الحياة كمفهوم غير واضح، ويحدث خلط بينه وبين الهدف والغرض من الحياة. كما أن لكل فرد معان تُسير حياته بمنطق هذا المفهوم، ومنها ما هو إيجابى كالحب والصداقة والعمل والإنجاز الشخصى، ومنها ما هو سلبى كالفشل والمرض والشر. وكل هذه المعانى يمكن أن تترجم لأفعال ومواقف فى حياة الإنسان.

وبالاستعانة بما سبق أمكن صياغة (٨٠) بنداً، انتظمت فى ثلاثة أبعاد.

د/٣/١ المرحلة الثالثة : مرحلة مراجعة البنود

وقد مرت هذه المرحلة بعدة خطوات على النحو التالى :

أولاً: عرض بنود المقياس الأولى على محكمين[1] (صدق المحتوى)

قدمت الصورة الأولية من المقياس إلى مجموعة من المحكمين بلغت "ثلاثة[2] من أعضاء هيئة تدريس علم النفس بالجامعات"، وقد اشتملت على تعريف لكل بعد من أبعاد المقياس،وما يقيسه البعد. وطلب منهم مدارسة بنود المقياس والوقوف على مدى مناسبة البند لبعده، والوقوف على مدى سهولة أو صعوبة البنود وحذف غير المناسب منها، والمكرر، وإجراء أى تعديل لغوى فى صياغة البنود، ووضعت الباحثة شرط لقبول البند اتفاق اثنين من المحكمين عليه.ويوضح الجدول رقم ٤/٤

جدول (٤/٤):

التغيرات التى حدثت فى الصورة الأولى من المقياس بعد التحكيم

الأبعاد	عدد البنود قبل التغيير	نوعية التغير				المجموع
		تعديل الصيلغة اللغوية	حذف للتكرار	حذف لضعق الصلاحية	غير مناسب للبعد	
١- الوعى بمعنى الحياة	٢٧	٢	٢	٢	١	٢٢
٢- التوجه نحو الحياة	٢٧	٣	-	٣	٢	٢٢
٣- أسلوب الحياة	٢٦	١	٣	١	-	٢٢
المجموع	٨٠	٦	٥	٦	٣	٦٦

[1] صورة من المقياس الأولى مذكورة فى الملاحق

[2] أ د /صموت فرح جامعة القاهرة . أ.د نجيب الصبوة جامعة القاهرة . أ.د/ عبد الفتاح محمد دويدار جامعة الأسكندرية.

ثانياً: تم قراءة هذه البنود ،على عدد من الأفراد ،والذين يمثلون المراحل العمرية ،المحددة فى الدراسة "٦" من طلبة المرحل والثانوية ،والجامعية ،والخريجين ،وذلك لقياس درجة السهولة والصعوبة من وجهة نظرهم ،باعتبارهم من الفئة المراد قياس المتغيرات لديها ،وأيضاً لمعرفة مدى فهمهم للبنود ووضوح المعنى الذى قصدته الباحثة من كل بند ،وقد تم تعديل بعض الصياغات البسيطة.

أصبح العدد النهائى لمقياس معنى الحياة بعد حذف عدد (١٤) بنداً من بنود المقياس لعدم وضوح معنى البعض منهم ولعدم سهولة البعض الآخر ،ليصبح عدد البنود المكونة للمقياس (٦٦) بنداً ،انتظمت فى ثلاثة أبعاد وهم :

١-الوعى بمعنى الحياة

المقصود به مدى إدراك الفرد بوجود معنى أو أكثر فى حياته،ومعرفة مصادرها أو سعيه للكشف عن معان جديدة.

٢- التوجه نحوالحياة

ويقصد بها مدى تعلق الفرد وحبه (أو كرهه) للحياة.إضافة إلى نظرة الفرد للحياة الحالية والمستقبلية وكيف يسلك بها فى حياته.

٣- أسلوب الحياة

المقصود به الأسلوب الذى يستخدمه الفرد فى تعاملاته مع نفسه ومع الآخرين فى الحياة .والذى يتولد من وجود معنى أو معان لدى الفرد (معنى الحياة لدى الفرد) سواء أكان ذلك على مستوى التفكير أوالتنفيذ.

د/١/٤ المرحلة الرابعة :

تقدير الصدق والثبات

تم تقدير الصدق والثبات للمقياس المستخدم فى الدراسة الحالية، على النحو التالى :

أولاً : الصدق

الصدق العاملى لبنود المقياس :

يعد الصدق العاملى شكلاً متقدماً من أشكال الصدق . وقد أجرت الباحثة تحليلاً عامليا للمقاييس الفرعية التى اشتمل عليها مقياس معنى الحياة ،وأسفر التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام هذه المقاييس الفرعية –

الثلاثة – حول عامل واحد لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن =٣٣٩) وذلك كما هو موضح بجـدول (٧).

ولحسابه تم اتباع الخطوات التالية:

١- ارتباط البند بالدرجة الكلية (تحليل البنود)

طبق مقياس معنى الحياة والمشتمل على (٦٦) بنداً على عينة الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٣٩) ، وقـد وضعت بدائل الإجابة للمقياس – تعليمات بسيطة – تتضمن أن يجيب المفحوص على كل من بنود المقيـاس تبعـاً لبدائل خمسة كما يلى (١)لا تنطبق، (٢) تنطبق بدرجة قليلة، (٣) تنطبق بدرجة متوسطة، (٤) تنطبق بدرجة فوق المتوسط، ((٥) تنطبق بدرجة كبيرة. وتصحح البدائل الخمسة السابقة بوضع أوزان متدرجة لهـا فيمـا يلـى

١،٢،٣،٤،٥. وقد اختارت الباحثة طريقة (ليكرت) فقد أثبتت بعض الدراسات فاعليتها ففى دراسـة (جوسـن وآخرين ٢٠٠٤) قارنت طريقة ليكرت وطريقة نعم/ ولا وهل طريقة(ليكرت) أكثر تطوراً، وقد استخدم اختبـار (ايزنك)مع تغيير طريقة الإجابة بطريقة ليكرت وحسب الثبات والصدق ووجد تحسن فيـه بطريقـة ليكـرت.(Jose,et,al.,2004)

ولحساب صدق الميزان الداخلى للبنود حسب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى الخاص به، واستخرجت مستويات الدلالة الإحصائية المقابلة لدرجات الحرية .

جدول(٤/٥) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (١) : " الوعى بمعنى الحياة "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
١	٠,٣٧٧**	١٩	٠,٥٨١**	٣٧	٠,٤٨٤**	٥٥	٠,١٨٦**
٤	٠,٢٢٥**	٢٢	٠,٤٥٤**	٤٠	٠,٤٣١**	٥٨	٠,٤٥٩**
٧	٠,٣٣٦**	٢٥	٠,٥٧٣**	٤٣	٠,٥٠٣**	٦١	٠,٢٨٢**
١٠	٠,٣٨١**	٢٨	٠,٤٦١**	بند رقم ٤٦ لم يرتبط بالبعد		٦٤	٠,٣٨٣**
١٣	٠,٤٤٣**	٣١	٠,٤٧٣**	٤٩	٠,٤٤٣**		
١٦	٠,٢٨٠**	٣٤	٠,٥٩٨**	٥٢	٠,٥٢٦**		

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول رقم (٤/٥) أن البنود ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى "الوعى بمعنى الحياة". فيما عدا البند رقم (٤٦).

جدول(٦/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (٢) :" التوجه نحو الحياة "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٢	٠,٢١٦**	٢٠	٠,٢٤١**	٣٨	٠,٤٠٩**	٥٣	٠,٤٩١**
٥	٠,٣٣٨**	٢٣	٠,١٨٨**	٤١	٠,٤٤٤**	٥٦	٠,٢٥٣**
٨	٠,٤٩٠**	٢٦	٠,٢٦١**	٤٤	٠,٣٥٠**	٥٩	٠,٤٣٣**
١١	٠,٢٩٢**	٢٩	٠,٢٨٤**	٤٦	٠,٢٤٧**	٦٢	٠,٢٨٥**
١٤	٠,٢٦٠**	٣٢	٠,٤٠٣**	٤٧	٠,٣٧٣**	٦٥	٠,٣٣٣**
١٧	٠,٢٨٤**	٣٥	٠,٣١٢**	٥٠	٠,٤٧٤**		

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١ .

ويتضح من الجدول رقم (٦/٤) أن البنود ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى "التوجه نحو الحياة" .

جدول(٧/٤) :

ارتباط البنود بالمقياس الفرعى (٣) :" أسلوب الحياة "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٣	٠,٣٨٧**	٢١	٠,٤٥٢**	٣٩	٠,٣٦١**	٥٧	٠,٤٦٩**
٦	٠,٣٢٩**	٢٤	٠,٣٣٨**	٤٢	٠,٤٩٥**	٦٠	٠,٣١٣**
٩	٠,٤٥٥**	٢٧	٠,٤٧٤**	٤٥	٠,٣٥٢**	٦٣	٠,٣٦٥**
١٢	٠,٣٢٢**	٣٠	٠,٤٣٨**	٤٨	٠,٥٠٢**	٦٦	٠,٢١٨**
١٥	٠,٤٥٤**	٣٣	٠,٤١٤**	٥١	٠,٤٣٧**		
١٨	٠,٤٠٨**	٣٦	٠,٣٩٤**	٥٤	٠,٤٥٤**		

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١ .

ويتضح من الجدول رقم (٧/٤) أن البنود ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى "أسلوب الحياة" .

٢-حساب الارتباط (بيرسون)

تم حساب ارتباط (بيرسون) بين الدرجة الكلية لكل مقياس من المقاييس الثلاثة الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بوجه عام ،وذلك لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٣٩) والتى يوضحها جدول رقم (٦) .

obeikandl.com

جدول(٨/٤) :

معاملات الارتباط بين كل مقياس من المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس معنى الحياة

	مقياس فرعى ١	مقياس فرعى ٢	مقياس فرعى ٣	المقياس الكلى
مقياس فرعى ١ "الوعى بمعنى الحياة"	–			
مقياس فرعى.٢" التوجه نحو الحياة"	٠,٤٩٥**	–		
مقياس فرعى ٣ "أسلوب الحياة "	٠,٦٠٨**	٠,٥٦٠**	–	
المقياس الكلى.	٠,٨٤٧**	٠,٨٠٠**	٠,٨٦٧**	–

** الارتباط دال إحصائيا عند مستوى ٠,٠١

ويتضح الجدول رقم (٨/٤) أن المقاييس الفرعية ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الكلى "معنى الحياة" .

٣- التحليل العاملى للمقاييس الفرعية :

وقد أجرت الباحثة تحليلاً عامليا للمقاييس الفرعية التى اشتمل عليها مقياس معنى الحياة ،وأسفر التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام هذه المقاييس الفرعية – الثلاثة – حول عامل واحد لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن =٣٣٩) وذلك كما هو موضح بجدول (٧) .

جدول (٩/٤) :

التحليل العاملى من الدرجة الأولى للمقاييس الفرعية لمقياس معنى الحياة .

المقاييس الفرعية	التشبع	قيم الشيوع
١- المعنى فى الحياة	٠,٨٣٧	٠,٧٠٠
٢-التوجه نحو الحياة	٠,٨١١	٠,٦٥٧
٣-أسلوب الحياة	٠,٨٦٨	٠,٧٥٣
الجذر الكامن .	٢,١١٠	
نسبة التباين .	٧٠,٣٣١	

كشفت نتائج التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام المكونات – الثلاث – لمقياس معنى الحياة حول عامل عام وحيد ونقى ، أحادى القطب استوعب(٧٠,٣٣١) ، من التباين الكلى بجذر كامن (٢,١١٠) وبهذا يتضح: أننا بصدد مقياس يتسم بقدر معقول من الصدق العاملى .

ومن ثم فإن الخطوات التى اتبعتها الباحثة لتقدير صدق مقياس معنى الحياة – سواء عن طريق صدق الظاهرى أو حساب الاتساق الداخلى وحساب الصدق العاملى وانتظام مكوناته فى عامل واحد – مؤشر قوى على صدق مقياس معنى الحياة وبالتالى إمكانية التعامل مع هذا المقياس كتكوين فرضى أحادى البعد.

ثانياً: ثبات المقياس :

حُسب ثبات المقياس للعينة كما تم حساب الثبات عن طريق معاملات ارتباط ألفا "لكرونباخ" Cronbach's Coefficient Alpha ، والقسمة النصفية وتشير النتائج الموضحة فى جدول (٨) إلى معاملات ثبات مرضية ، مما يشير إلى الاتساق المرتفع لبنود المقياس .

جدول (١٠/٤) :

معاملات ثبات مقياس معنى الحياة (ن = ٣٣٩)

م	الطريقة التى حُسبت بها الثبات	معامل الارتباط
١ –	معامل ثبات آلفا	٠,٨٦
٢ –	القسمة النصفية:	٠,٨٣ بعد تصحيح الطول

* (جوهرية عند مستوى ٠,٠١) .

د/٢ مقياس الوحدة النفسية :

مر المقياس بعدد من الخطوات قبل تطبيقه سواء فى الإعداد أو التقنين ونعرض ذلك فيما يلى:

د/٢/١ المرحلة الأولى

الرجوع إلى ما كتب عن الموضوع فى التراث الذى تناول موضوع الوحدة النفسية

خرجت الباحثة من البحوث السابقة بعدة نقاط توضح مفهوم الوحدة النفسية وقد كان لهذه البحوث دور كبير فى بناء المقياس، وتركيب البنود ومنها : – أن مفهوم الوحدة النفسية مفهوم ينقسم قسمين قسم مرتبط بعلاقة الفرد مع نفسه، وقسم مرتبط بعلاقة الفرد مع الآخرين. وهناك بعض الخلط بينها وبين مشاعر الاكتئاب وبينها وبين سمة الانطواء

وبالاستعانة بما سبق أمكن صياغة (٢٠) بنداً، انتظمت فى بعدين، اشتمل كل بعد على (١٠) بنود

د/٣/٢ المرحلة الثانية :

مرحلة مراجعة البنود

وقد مرت هذه المرحلة بعدة خطوات على النحو التالى :

أولاً: عرض بنود المقياس الأولى على محكمين[3]

قدمت الصورة الأولية من المقياس إلى مجموعة من المحكمين بلغت "ثلاثة[4] من أعضاء هيئة تدريس علم النفس بالجامعات"، وقد اشتملت على تعريف لكل بعد من أبعاد المقياس،وما يقيسه البعد. وطلب منهم مدارسة بنود المقياس والوقوف على مدى مناسبة البند لبعده، والوقوف على مدى سهولة أو صعوبة البنود وحذف غير المناسب منها، والمكرر، وإجراء أى تعديل لغوى فى صياغة البنود، ووضعت الباحثة شرط لقبول البند اتفاق اثنين من المحكمين عليه.ويوضح الجدول رقم ١١/٤

جدول (١١/٤):

التغيرات التى حدثت فى الصورة الأولى من المقياس بعد التحكيم

	عدد البنود قبل التغيير	نوعية التغير				المجموع
		تعديل الصيغة اللغوية	حذف للتكرار	حذف لضعف الصلاحية	غير مناسب للبعد	
مساعر الفرد مع ذاته	١٠	٢	٢	٢	–	٦
مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين	١٠	١	٢	١	–	٧
المجموع	٢٠	٣	٤	٣	–	١٣

ثانياً: تم قراءة هذه البنود ،على عدد من الأفراد ،والذين يمثلون المراحل العمرية ،المحددة فى الدراسة "٦" من طلبة المرحل ،والثانوية ،والجامعية ،والخريجين ،وذلك لقياس درجة السهولة والصعوبة من وجهة نظرهم ،باعتبارهم من الفئة المراد قياس المتغيرات لديها ،وأيضاً لمعرفة مدى فهمهم للبنود ووضوح المعنى الذى قصدته الباحثة من كل بند ،وقد تم تعديل بعض الصياغات البسيطة.

أصبح العدد النهائى لمقياس معنى الحياة بعد حذف عدد (٧) بنداً من بنود المقياس لعدم وضوح معنى البعض منهم ولعدم سهولة البعض الآخر ،ليصبح عدد البنود المكونة للمقياس (١٣) بنداً ،انتظمت فى بعدين وهم :

---

[3] صورة من المقياس الأولى مذكورة فى الملاحق

[4] أ د /صفوت فرج جامعة القاهرة . أ.د نجيب الصبوة جامعة القاهرة . أ.د/ عبد الفتاح محمد دويدار جامعة الأسكندرية.

البعد الأول: بعد اجتماعى "مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين"

ويقصد به مدى ارتباط الفرد بالمجتمع المحيط به وقبوله أو رفضه له ومدى مشاركته فى الأنشطة والمشاعر.

البعد الثانى :بعد عاطفى إنفعالى "مشاعر الفرد مع ذاته".

الشعور الذى ينتاب الفرد أثناء تواجده مع الآخرين ،وشعوره بعدم الاهتمام وفقدان الحب.

د/٢/٣ المرحلة الثالثة :

تقدير الصدق والثبات

تم تقدير الصدق والثبات للمقياس المستخدم فى الدراسة الحالية ،وذلك على النحو التالى :

أولاً: الصدق :

الصدق العاملى لبنود المقياس :

يعد الصدق العاملى شكلاً متقدماً من أشكال الصدق . وقد أجرت الباحثة تحليلاً عامليا للمقاييس الفرعية التى اشتمل عليها مقياس الوحدة النفسية ،وأسفر التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام هذه المقاييس الفرعية حول عامل واحد لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن =٣٣٩) ولحسابه تم اتباع الخطوات التالية:

١- ارتباط البند بالدرجة الكلية (تحليل البنود)

طُبق مقياس الوحدة النفسية والمشتمل على (١٣) بنداً على عينة الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٣٩) ، وحسب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى الخاص به، واستخرجت مستويات الدلالة الإحصائية المقابلة لدرجات الحرية .

وقد وضعت بدائل الإجابة للمقياس – تعليمات بسيطة – تتضمن أن يجيب المفحوص على كل من بنود المقياس تبعاً لبدائل خمسة كما يلى (١)لا تنطبق ،(٢) تنطبق بدرجة قليلة (٣) تنطبق بدرجة متوسطة (٤) تنطبق بدرجة فوق المتوسط ،(٥) تنطبق بدرجة كبيرة .وتصحح البدائل الخمسة السابقة بوضع أوزان متدرجة لها فيما

opeikanar.com

يلى ٥،٤،٣،٢،١. ولحساب صدق الميزان الداخلى للبنود حسب ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى الخاص بها ، كما هو موضح بجدول رقم (٩، ١٠)

جدول(١٢/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (١) : " بعد الاجتماعى مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين"

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
١	٠,٥١٤**	٥	٠,٦١٩**	٩	٠,٧٤٣**	١٣	٠,٥٣٦**
٣	٠,٥٧٢**	٧	٠,٦٣٥**	١١	٠,٦٩٢**		

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١

ويتضح الجداول رقم (١٢/٤) أن البنود ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى "البعد الاجتماعى مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين" للوحدة النفسية".

جدول (١٣/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى(٢) :" بعد عاطفى إنفعالى مشاعر الفرد مع ذاته"."

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٢	٠,٦٤٤**	٦	٠,٧٠٥**	١٠	٠,٦٥٩**
٤	٠,٥٣٩**	٨	٠,٧٠٠**	١٢	٠,٧٤٧**

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١ .

ويتضح الجداول رقم (١٣/٤) أن البنود ارتبطت ارتباطاً دالاً بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى "البعد العاطفى إنفعالى مشاعر الفرد مع ذاته"." للوحدة النفسية".

جدول(١٤/٤) :

معاملات الارتباط بين كل مقياس من المقاييس الفرعية والدرجة الكلية مقياس الوحدة النفسية.

	مقياس فرعى ١	مقياس فرعى ٢	المقياس الكلى
مقياس فرعى ١ "مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين"	–		
مقياس فرعى.٢ "مشاعر الفرد مع ذاته".	٠,٧٥٠**	–	
المقياس الكلى.	٠,٩٤١**	٠,٩٣٠**	–

** الارتباط دال إحصائيا عند مستوى ٠,٠١

وتوضح الجداول (١٤/٤) أن جميع بنود مقياس الوحدة النفسية ترتبط ارتباطاً دالاً بالمقياس الفرعى الخاص به

٢- :حساب الارتباط (بيرسون)

تم حساب ارتباط (بيرسون) بين الدرجة الكلية لكل مقياس من المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بوجه عام ،وذلك لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٣٩) والتى يوضحها جدول رقم (١٤/٤) .

٣- : الصدق العاملى لبنود المقياس

وقد أجرت الباحثة تحليلاً عامليا للمقاييس الفرعية الذى أشتمل عليها مقياس الوحدة النفسية ،وأسفر التحليل العاملى من الدرجة الأولى عن انتظام هذه المقاييس الفرعية حول عامل واحد لدى عينة الدراسة الاستطلاعية (ن =٣٣٩) وذلك كما هو موضح بجدول (١٥/٤).

جدول (١٥/٤) :

التحليل العاملى من الدرجة الأولى للمقاييس الفرعية لمقياس الوحدة النفسية .

المقاييس الفرعية	التشبع	قيم الشيوع
١- البعد الأول مشاعر الفرد عند التواجد مع الآخرين"	٠,٩٣٥	٠,٨٧٥
٢- البعد الثانى مشاعر الفرد مع ذاته".	٠,٩٣٥	٠,٨٧٥
الجذر الكامن .	١,٧٥٠	
نسبة التباين .	٨٧,٤٧٩	

يوضح الجدول رقم (١٥/٤) نتائج التحليل العاملى والتى كشفت عن انتظام المكونات – الاثنين – لمقياس الوحدة النفسية حول عامل عام وحيد ونقى ، أحادى القطب استوعب(٨٧,٤٧٩) ، من التباين الكلى بجذر كامن (١,٧٥٠) وبهذا يتضح: أننا بصدد مقياس يتسم بقدر معقول من الصدق العاملى.

ومن ثم فإن الخطوات التى اتبعتها الباحثة لتقدير صدق مقياس الوحدة النفسية – سواء عن طريق الصدق الظاهرى للمحكمين أو حساب الاتساق الداخلى وحساب الصدق العاملى وانتظام مكوناته فى عامل واحد – مؤشر قوى على صدق مقياس الوحدة النفسية وبالتالى إمكانية التعامل مع هذا المقياس كتكوين فرضى أحادى البعد

ثانياً: ثبات المقياس

تم حساب الثبات عن طريق معاملات ارتباط ألفا "لكرونباخ" Cronbach's Coefficient Alpha ، والقسمة النصفية وتشير النتائج الموضحة فى جدول (١٦/٤) إلى معاملات ثبات مرضية ، مما يشير إلى الاتساق المرتفع لبنود المقياس .

جدول (١٦/٤) :

معاملات ثبات مقياس الوحدة النفسية (ن = ٣٣٩)

مسلسل	الطريقة التى حسبت بها الثبات	معامل الارتباط
١-	معامل ثبات آلفا	٠,٨٤٧

* (جوهرية عند مستوى ٠,٠١) .

د/٣ مقياس مؤشرات العوامل الخمس الكبرى "الوعاء العالمى لبنود الشخصية" (IPIP)[5]

د/٣/١: الإعداد للمقياس

مر المقياس بعدد من الخطوات قبل الإعداد التطبيق والتقنين نعرضها فيما يلى:-

١- قامت الباحثة بترجمة بنود المقياس (١٠٠) إلى اللغة العربية وروعى فى الترجمة أن تكون الترجمة دقيقة، كما روعى أن تكون الصياغة واضحة وملائمة للمعانى العربية لثقافتنا مع عدم الإخلال بالنص الإنجليزي.

٢- تم الرجوع إلى محكمين متخصصين فى اللغة الإنجليزية لمراجعة الترجمة وتم تعديل الصياغات بناء على ذلك.

٣- تم الرجوع إلى محكمين فى علم النفس لمراجعة الصياغات العربية ومعانيها وارتباطها بما تقيسه ومدى وضوحها، وأجريت التعديلات.

٤- وضع المقياس فى صورته النهائية للتطبيق ووضعت له التعليمات الخاصة بالتطبيق.

د/٣/١: حساب الصدق والثبات

أولا: الصدق :

١: ارتباط البند بالدرجة الكلية (تحليل البنود) (صدق الميزان الداخلى) :

طبق مقياس مؤشرات العوامل الخمس الكبرى "الوعاء العالمى لبنود الشخصية (IPIP) والمشتمل على (١٠٠) بند على عينة الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٣٩) ، وحسب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى الخاص به، واستخرجت مستويات الدلالة الإحصائية المقابلة لدرجات الحرية .

وقد وضعت بدائل الإجابة للمقياس - تعليمات بسيطة - تتضمن أن يجيب المفحوص على كل من بنود المقياس تبعاً لبدائل خمسة كما يلى (١)لا تنطبق ،(٢) تنطبق بدرجة قليلة (٣) تنطبق بدرجة متوسطة (٤) تنطبق

[5] تم الاطلاع على كثير من الدراسات التى تناولت المقياس بالدراسة والفحص ومنها:

Michaelea,al.,,2004 – Mayer,2003 –Muniz et,al.,2005-Narayanna,et,al.,1995 –project Peaple Life Home Contact,2004-Ashton,et,al.,2004- Ashton, et,al.,2004-costa,et,al.,1995- costa,et/.al,2004-Gldberg et,al.,1999- Gldberg et,al.,1993-Peabady , Gldberg ,1989.....

بدرجة فوق المتوسط ، (٥) تنطبق بدرجة كبيرة .وتصحح البدائل الخمسة السابقة بوضع أوزان متدرجة لها فيما يلي: ٥،٤،٣،٢،١ .

جدول (١٧/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (١) : " الانبساط "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
١	٠,٢١٨**	٢٦	٠,٣٢٤**	٥١	٠,٥١٧**	٧٦	٠,٢٥٣**
٦	٠,٣٢٨**	٣١	٠,٤٥٠**	٥٦	٠,٣٧٣**	٨١	٠,٢٣٤**
١١	٠,٢٣٩**	٣٦	٠,٤٥١**	٦١	٠,٣٢٩**	٨٦	٠,٢٧٨**
١٦	٠,٤٠٠**	٤١	٠,٤٠٩**	٦٦	٠,٤٤٨**	٩١	٠,٢٢٣**
٢١	٠,٣٣٦**	٤٦	٠,٤٨٢**	٧١	٠,١٩٦**	٩٦	٠,١٥٥**

** "ر" تكون دالة إحصائيا عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول (١٧/٤) أن جميع بنود المقياس الفرعى "الانبساط " ترتبط ارتباطاً دالاً بدرجتة الكلية.

جدول (١٨/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (٢) : " الطيبة "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٢	٠,٤٠٧**	٢٧	٠,٤٥٩**	٥٢	٠,٤٣٨**	٧٧	-٠,٠٥١
٧	٠,٥٤٥**	٣٢	٠,٣٢٤**	٥٧	٠,٤١٨**	٨٢	٠,٢٨١**
١٢	٠,٣٧٢**	٣٧	٠,٥٧٨**	٦٢	٠,٤٨١**	٨٧	٠,٠٨٢
١٧	٠,٣٣٤**	٤٢	٠,٣٦٤**	٦٧	٠,٤٨٢**	٩٢	٠,٢٤٦**
٢٢	٠,٤٨٣**	٤٧	٠,٤٦٧**	٧٢	٠,٠٢١	٩٧	٠,٠٢١

** "ر" تكون دالة إحصائيا عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول (١٥) أن بنود المقياس الفرعى "الطيبة " ترتبط ارتباطاً دالاً بدرجتة الكلية فيما عـــدا البنود أرقام (٧٢ – ٧٧ – ٨٧ – ٩٧) لذلك فتستبعد من المقياس الفرعى.

جدول (١٩/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (٣) : " يقظة الضمير أو الوعى"

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٣	٠,٣٣٨**	٢٨	٠,٢٨٦**	٥٣	٠,٣٧٢**	٧٨	٠,٢٠٤**
٨	٠,٢٥٣**	٣١	٠,١٧٨**	٥٨	٠,٢٤٨**	٨٣	٠,٢٥٤**
١٣	٠,٠٧١	٣٨	٠,٤٧٨**	٦٣	٠,٢٤٠**	٨٨	٠,٣٢٤**
١٨	٠,٣٢٠**	٤٣	٠,٣٨٥**	٦٨	٠,٣٧٦**	٩٣	٠,٢٧٠**
٢٣	٠,١٢٦*	٤٨	٠,٣٨٦**	٧٣	٠,٢٦٩**	٩٨	٠,٣١٢**

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول (١٩/٤) أن بنود المقياس الفرعى "يقظة الضمير أو الـوعى " تـرتبط ارتباطـاً دالاً بدرجة الكلية فيما عدا البند رقم (١٣) لذلك يستبعد من المقياس الفرعى.

جدول (٢٠/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (٤) : " الثبات الإنفعالى "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٤	٠,٣٤٦**	٢٩	٠,٤٥١**	٥٤	٠,٦٠١**	٧٩	٠,٢٨٧**
٩	٠,٢٦٢**	٣٤	٠,٥٤٠**	٥٩	٠,٤٥٦**	٨٤	٠,٣٥٠**
١٤	٠,٠٧٢	٣٩	٠,٤٦٣**	٦٤	٠,٤٤٣**	٨٩	٠,٣٨٢**
١٩	٠,١٦٨**	٤٤	٠,٥٣٠**	٦٩	٠,٤٩٩**	٩٤	٠,٤٦١**
٢٤	٠,٣٠٨**	٤٩	٠,٣٣٩**	٧٤	-٠,٣٣٨**	٩٩	٠,٢٠١**

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول (٢٠/٤) أن بنود المقياس الفرعى "يقظة الضمير أو الـوعى " تـرتبط ارتباطـاً دالاً بدرجة الكلية فيما عدا البند رقم (١٤) لذلك يستبعد من المقياس الفرعى.

جدول (٢١/٤) :

ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس الفرعى (٥) : " الفكر أو الخيال "

البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى	البند	"ر" بالمقياس الفرعى
٥	٠,٢٧٢**	٣٠	٠,٣٥٢**	٥٥	٠,٤١٢**	٨٠	٠,٢٧٦**
١٠	٠,٢٧٧**	٣٥	٠,٣٤٣**	٦٠	٠,٣٥٠**	٨٥	٠,٤٠١**
١٥	٠,٢٩٧**	٤٠	٠,٣٥١**	٦٥	٠,٣٣٢**	٩٠	٠,٣٢٧**
٢٠	٠,٣٢٩**	٤٥	٠,٢٣٥**	٧٠	٠,٣٢٤**	٩٥	٠,٢٣٠**
٢٥	٠,١٥٤**	٥٠	٠,٢٣٨**	٧٥	٠,٢٤٧**	١٠٠	٠,١٤٥**

** "ر" تكون دالة إحصائياً عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول (٢١/٤) أن بنود المقياس الفرعى "يقظة الضمير أو الـوعى " تـرتبط ارتباطـاً دالاً بدرجتة الكلية.

ثانياً: ثبات المقياس :

أجريت عدة دراسات أثبتت تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات وذلك للمقاييس الفرعية حيث كانت كالتالى:

ثبات العامل الأوّل (Surgency أو Extraversion) الانبساط مقياس (ألفا ٠,٩١)

ثبات العامل الثاني (Agreeableness) الطيبة م (ألفا =٠,٨٨)

ثبات العامل الثالث (Conscientiousness) الوعى أو يقظة الضمير(ألفا ٠,٨٨)

ثبات العامل الرابع (Emotional Stability) الثبات الانفعالى (ألفا =٠,٩١)

ثبات العامل الخامس (الفكر أو الخيال Intellect-Imagination) ألفا = ٠,٩٠

(Goldberg,1999)

وقد قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس على عينة الدراسة الحالية، بحساب الثبات عن طريق معاملات ارتباط ألفا "لكرونباخ" Cronbach's Coefficient Alpha ، والقسمة النصفية وتشير النتائج الموضحة فى جدول (٢٢/٤) إلى معاملات ثبات مرضية ، مما يشير إلى الاتساق المرتفع لبنود المقياس .

جدول (٢٢/٤) :

معاملات ثبات مقياس الوعاء الدولى لبنود الشخصية (ن = ٣٣٩)

مسلسل	البعد	الطريقة التى حسبت بها الثبات	معامل الارتباط
١	الانبساط	ألفا كرومباخ	٠,٥٨
		القسمة النصفية (بعد تصحيح الطول)	٠,٦٣
٢	الطيبة	ألفا كرومباخ	٠,٦٥
		القسمة النصفية (بعد تصحيح الطول)	٠,٨٠
٣	يقظة الضمير	ألفا كرومباخ	٠,٥٣
		القسمة النصفية	٠,٧٢
٤	الثبات الانفعالى	ألفا كرومباخ	٠,٦٩
		القسمة النصفية (بعد تصحيح الطول)	٠,٦٢
٥	الفكر أو الخيال	ألفا كرومباخ	٠,٥٩
		القسمة النصفية (بعد تصحيح الطول)	٠,٦٧

د/٤ مقياس أيزنك ويلسون صلابة/ مرونة التفكير

يتكون مقياس أيزنك من سبعة سمات اختارت الباحثة ستة منهم لارتباطهم بموضوع الدراسة الحالية من وجهة نظرها وهم كالتالى :

١- العدوانية. Aggressiveness

٢- تأكيد الذات. Assertiveness

٣- -الاتجاه نحو الإنجاز. Achievement

٤- السلوك العملى الاستقلالى. Manipulation

٥- الميل إلى الاستثارة. Sensation seeking

٦- الدجماطيقية. Dogmatism

وتتكون كل سمة من السمات من (٣٠) ثلاثين بنداً وقد أعد المقياس لقياس هذه االسمات للإجابة إما بنعم أو لا. وتتراوح الدرجات بين (صفر) و (٢) وفق مفتاح التصحيح.

د/١/٤ حساب الثبات والصدق

قامت سميحة نصر (١٩٨٦) بحساب صدق وثبات هذا المقياس، وحسب الصدق بطريقى الصدق الذاتى وصدق المحكمين وتراوحت النسب ما بين (٠,٧٠- ٠,٩٥) مما يشير إلى نسب عالية من الصدق كما حسبت

الثبات بطريقة إعادة الاختبار وتراوحت نسبة الثبات ما بين (٠,٥٠-٠,٩٠) مما يشير إلى نسب مرتفعة من الثبات أيضاً . مما يجعلنا مطمئنين لاستخدام هذا الاختبار على عينة الدراسة الحالية (سميحة نصر،١٩٨٦)

د/٥ مقياس وجهة الضبط :

تم اختيار مقياس وجهة الضبط لروتر من إعداد ،علاء كفافى ،وقد قام بحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار (٠,٦١٩) والتجزئة النصفية (٠,٦٩١) ،وارتباط الفقرات الفردية والفقرات الزوجية بالدرجة الكلية (٠,٨٧٢) (٠,٨٤٨). وكانت معاملاتها عالية ، كما حسب صدق المقياس بطريقة صدق المحكمين حيث بلغ ،(٠,٧٨٦) (علاء كفافى،١٩٨٢) . كما حسبت سهير سالم معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار لنفس الفئات العمرية وكان معامل ارتباط بيرسون (٠,٢١٣) وهو دال إحصائياً عند (٠,٠١) (سهير سالم،٢٠٠١)

د/٦ مقياس قوة الأنا

مقياس قوة الأنا لبارون من إعداد علاء الدين كفافى، وقد قام بحساب معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار وبلغ ٠,٦٦٧، كما حسب الثبات بطريقة التجزئة النصفية للبنود الفردية والزوجية وبلغت ٠,٤٦١- كما حسب صدق المقياس بطريقة صدق المحك الخارجي بقائمة ويلوبى -التى تهدف لقياس قوة الأنا كمتغير فى الشخصية - حيث بلغ ٠,٤٧٩ مما يشير إلى معدلات صدق وثبات عالية (علاء كفافى،١٩٨٢، ١٩).

هـ) الإرشاد بالمعنى لمساعدة الحالة على اكتشاف معنى لحياتها

قامت الباحثة بعمل دراسة لحالة معنى حياتها غير واضح ، ولغرض التعرف على العوامل التى تؤدى غياب المعنى، وأيضاً العوامل التى تؤدى إلى اكتشاف المعنى، استخدمت فيه بعض فنيات العلاج بالمعنى كتطبيق عملى على الدراسة النظرية أكثر منه برنامج علاجى.

هـ/١ البرنامج:

أسسه أهدافه- تصميمه

هناك ست نظريات علمية نفسية تنبثق منها أساليب ارشادية (علاجية) شتى وهى:

- النظرية الدينامية (مدارس التحليل النفسى والتحليل النفسى الجمعى والاجتماعى) وينبثق عنها أسلوب فحص الأعراض الخبيثة التى ليس للمريض علم ولا استبصار بها ولا بتشخيصها وعلاجها.
- النظرية السلوكية والسلوكية المعرفية بكل توجهاتها،وينبثق عنها الأسلوب التاريخى التطورى فى اكتساب العادات الخاطئة والتقدير النفسى العيادى الموضعى، باستخدام الاختبارات النفسية المقننة.
- النظرية الخبرية – العملياتية (جميع المدارس الإنسانية والوجودية) والتى ينبثق عنها أسلوب ديناميات العلاقات الشخصية المتبادلة.
- نظرية الأنساق الأسرية فى الممارسة العيادية، وينبثق عنها أسلوب الافتراضات المنطقية المسبقة.

- النظرية الظاهرياتية أو نظرية الحدث أو الموضوع المدرك، وينبثق عنها الأسلوب المجازى التأويلى الشخصى أو الإغرائى، أو أسلوب الأعراض والمظاهر المرضية المدركة من قبل المريض.
- النظرية النفسية المعرفية وينبثق عنها الأسلوب التشخيصى والفحوص الشاملة للتقدير النفسى الذاتى، والتقدير النفسى الموضوعى، والتقدير النفسى الانفعالى والمزاجى المعرفة، بحيث يتضح إلى أى مدى تلتقى تفاصيل هذه الصفحة النفسية المعرفية مع ما ذكرته أدلة ومصادر تصنيف الأعراض والمشكلات الناجمة عن الأمراض النفسية. (بيرلمان،٢٠٠٤، ٢١ -٢٢).

وعلى ذلك فالعلاج الوجودى والعلاج بالمعنى يتبعان للنظرية الخبرية – العملياتية. وقد وضع فرانكل أسس العلاج بالمعنى واستخدمها عدد من الباحثين فى علاج بعض الاضطرابات.وتقوم فكرته على كيفية توظيف المعنى لخدمة الصحة النفسية. والمعنى لديه هو القوة الدافعة الأولية فى الإنسان، ويسعى العلاج بالمعنى إلى زيادة وعى المسترشد بأن الحياة معاناة وعليه اكتشاف المعنى وراء هذه المعاناة.ومساعدته على اكتشاف المعنى المفقود فى حياته،ومساعدته على تغيير نفسه فى الحاضر لتأكيد وجوده، ومساعدته على تغيير اتجاهاته نحو أعراض مرضه ليس بقصد تخليصه منها ولكن ليكتشف نفسه،ومساعدته على مواجهة حياته باختياره ويحمل مسئولية اختياره، ومساعدته لاسترداد علاقته بالآخرين لأنه علاقة وجود.(محمد سعفان،٢٠٠٥، ١٧١-١٧٢)

هـ/١/١ الأساس النظري للبرنامج :

الأسس النظرية للعلاج بالمعنى الذى وضعها فرانكل كأساس العلاج بالمعنى:

١- الطبيعة الإنسانية فى العلاج بالمعنى وحدة كلية تتكون من تآلف ثلاثة جوانب بدنى، عقلى، معنوى.

٢- مفاتيح الإرشاد بالمعنى بالمعنى:ـ

- مفهوم الإنسان فى العلاج بالمعنى "حرية الإرادة – إرادة المعنى – معنى الحياة".
- اكتشاف المعنى فى الحياة بثلاث طرق ترتبط بتقسيم فرانكل للقيم "قيم ابتكارية- قيم خبرية – قيم اتجاهية"

هـ/١/٢ مصادر البرنامج

استعانت الباحثة فى إعدادها لبرنامج الإرشاد بالمعنى بمصادر أساسية: –

١ – الأسس النظرية والجوانب الخاصة بالارشاد بالمعنى بوجه عام .

٢ – استقت الباحثة برنامج الارشاد بالمعنى من برنامجين: (برنامج صلاح فؤاد ١٩٩٧، وإبراهيم بدر ١٩٩٢) سبق أن طبقوا وثبتت فائدتهما فى علاج حالات الإكتئاب والفشل الدراسى، وتستخدم الباحثة بعض فنياتهما لتعديل المعنى السالب لدى الحالة.

هـ/١/٣ المبادئ الارشادية للبرنامج

استند البرنامج إلى بعض المبادئ العلاجية ومن أهمها: –

١ – الإنسان وحده كلية تتواجد فى ثلاثة أبعاد هى : – البعد البدني والبعد النفسى والبعد المعنوى.

٢ – البعد المعنوى هو البعد الأكثر شمولا من البعدين الآخرين، وهذا لا يعنى أنه البعد الأفضل وإنما يعنى أنه البعد المميز للإنسان، بعد الظاهرات الإنسانية.

٣ – فقدان المعنى فى حياة الإنسان يسبب له معاناة قد تؤدى إلى بعض الاضطرابات والأمراض النفسية.

٤ – الإنسان بمقدوره أن يتحمل أى معاناة إذا استطاع أن يدرك معنى من خلالها.

٥– يستطيع الإنسان أن يتحدى ظروفه ومعوقاته واكتشاف معنى جديد فى حياته.

هـ/١/٤ هدف البرنامج

يتضمن الهدف من هذا البرنامج شقين هما : –

١ –تقليل شعور الحالة بالمعاناة.

٢ – نجاح الحالة فى مواجهة الحياة.

هـ/١/٥ خطة البرنامج

يمكن تحقيق هدف البرنامج من خلال إجراءات تنفيذية تشكل فى مجموعها خطة للبرنامج وذلك على النحو التالى:–

١. أن تتعرف الحالة على مشكلتها وأسبابها، فتدرك أن عدم قدرتها على مواجهة حياتها مرتبط أساسا بفقدان أو غياب للمعنى فى حياتها.

٢. أن تدرك أن نجاحها مرتبط بتحديها للمعنى فى حياتها، والصبر على مواجهة المشكلات والصعاب التى تقابلها.

٣. أن تنظر لنفسها كإنسان أعظم وأقوى من أى مشكلة، فإذا تمكنت من وضع مسافة بينها وبين فشلها فى الحياة ومشكلاتها الشخصية وعيوبها بشكل عام فهذا أول الطريق لتغيير اتجاهها نحو ذلك كله، ومن ثم تكون البداية الصحيحة للسير نحو النجاح.

٤. أن تحاول بمساعدة الباحثة أن تكتشف المعنى المفقود فى حياتها.

٥. أن تضع بمساعدة الباحثة خطة لتحقيق معنى وهدف لحياتها.

٦. أن تدرك الحالة وتعترف بالمسئوليات الملقاة على عاتقها وبالمهام المنوط قيامها بها فهذه هى رسالتها فى الحياة

٧. أن تقوم بدورها كاملا نحو مطالب الحياة التى تواجهها بتحملها لمسئولياتها وتنفيذها لمهامها التى من خلالها تحقق معنى وجودها فى الحياة.

٨. أن تحدد بدقة برامج زمنية لتنفيذ المهام والخطط التى تحقق أهدافها المستقبلية القريبة والبعيدة والتى سبق أن التزم بتحقيقها .

٩. أن تبدأ فى تنفيذ مهامها والاضطلاع بمسئولياتها.

obeikandi.com

هـ/١/٦ شكل البرنامج الارشادى

اتخذ البرنامج شكل الإرشاد الفردى الذى تعقد فيه الباحثة جلسات متتابعة مع الحالة. تقوم فيها الباحثة بتطبيق بعض الفنيات المناسبة من فنيات الارشاد بالمعنى.

هـ/١/٧ دور المرشد

تمثل دور الباحثة فى الإرشاد النفسى للحالة،(مباشر/ غير مباشر) حيث اقتصر على مساعدة الحالة على أن تكتشف المعنى المفقود أو الغائب فى حياتها. ومساعدتها كذلك فى تحقيق هذا المعنى من خلال مواجهتها بمطالب الحياة وتحمل مسئولياتها والقيام بالمهام المنوط بها.

هـ/١/٨ الخطوات التنفيذية للبرنامج وجلسات العلاج : -

الخطوة الاولى : -

هدفت الباحثة منها دراسة الجوانب المختلفة للحالة وفقاً لفنية المقابلة وقد اشتملت هذه الخطوات على الجلسات التالية : -

الجلسة رقم (١) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

تكوين علاقة طيبة مع الحالة، وجمع بيانات مفصلة عنها شاملة كافة الجوانب.

الجلسة رقم (٢) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

دراسة الجوانب المختلفة من الشخصية.(عن طريق أسلوب المقابلة الشخصية وتطبيق بعض الاختبارات)

الجلسة رقم (٣) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

تابع "دراسة الجوانب المختلفة من الشخصية ".

الخطوة الثانية : -

تدريب الحالة على الاستقلال بالذات عن المشكلة وذلك وفقاً لفنية وضع الذات على مسافة " Self – detachment" وقد اشتملت هذه الخطوات على الجلسات التالية : -

الجلسة رقم (٤) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

- تعبير الحالة عن مشكلتها وكل ما يتصل بها من جوانب سواء كانت خاصة بها هى شخصياً أو ببيئتها ومجتمعها.

- مساعدة الحالة على إدراك العلاقة بين فشلها فى مواجهة ضغوط الحياة من جهة والحالة التى تعانى منها من جهة أخرى.

الجلسة رقم (٥) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

- تعرف الحالة على أن معاناتها هى بسبب فقدان المعنى أو غيابه فى الحياة، وهى نموذج لمعاناة الكثير من الحالات أمثالها، وأن الإنسان الحقيقي هو من يجد معنى لحياته من خلال معاناته وعلى الرغم منها.

- تفهم الحالة للأسباب التى من أجلها يمكن اعتبار معاناتها حالة شبه عامة يعانى منها الكثير من الناس وأن هذه الأسباب ترجع فى جانب منها إلى طبيعة العصر الحالى وما يتسم به من صدام أحيانا بين القيم الشخصية والمعنوية من جهة، والجوانب المادية والبيئية من جهة أخرى.

- تعرف الحالة على المتناقضات الكثيرة بالحياة وأسبابها، وإدراك أن هذه المتناقضات هى المسئولة بدرجة أو بأخرى عن معاناتها ومعاناة غيرها، وأن دورها ومسئوليتها يحتمان ألا تقع فريسة لهذه المتناقضات وإنما تشارك وتعمل على تغييرها.

الجلسة رقم (٦) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

- تعرف الحالة على مواطن القوة والضعف فى شخصيتها وتحديد أى الظروف المحيطة بها تعتبر مواتية ومشجعه وأيها معوقة ومحبطة.

- ساعدت الباحثة الحالة على تقبل نفسها كما هى بمزاياها وعيوبها كما ساعدتها على أن تتسامح تجاه نفسها وتجاه الآخرين وتتعلم أن تتحمل عبء المعاناة ويرى "شحاته زيان" أن التسامح هو قدرة الفرد على التحمل وتقدير وقبول سلوكيات الآخرين المختلفين عنه أو معه، ومراعاة ذلك عند التعامل معهم مع بذله وعطائه وتساهله معهم وعفوه عن أخطائهم (شحاته زيان، ٢٠٠١)، وألا تهتم كثيرا بالأسباب التى كانت سببا لمشكلاتها ومعاناتها لأنها تملك الحاضر والمستقبل وعليها أن تستفيد من خبراتها الماضية أياما كان أمرها لتعيش حياتها بشكل أفضل دون الاعتماد على أحد آخر أو إلقاء اللوم على هذا أو ذاك.

- تعلم الحالة بمساعدة الباحثة أن تثق بنفسها وبقدراتها فلدى كل منا مخزون هائل من الطاقات والإمكانيات التى تنتظر التحقيق .

فى نهاية هذه الخطوة يتم تحجيم المشكلة بمعنى أن الحالة تتبين بشكل عملى أنها ليست أسيرة للضغوط التى تقابلها فى الحياة، وإنما هى أقوى وأكبر منها وفشلها فى المواجهة حالة مؤقته، فليس هناك من لم يفشل أو يعانى أو يتألم، وبالرغم من كل شيء فإن الفشل فى حالات كثيرة يكون سببًا للنجاح فيما بعد، فمن ذاق طعم الفشل هو من

يعرف كذلك طريقه جيدا نحو النجاح، كما أصبحت الحالة أكثر تفهما لذاتها وأكثر تقبلا وتسامحا تجاه ذاتها وتجاه الآخرين.

الخطوة الثانية : - تعديل الاتجاهات

تقوم هذه الخطوة على عقيدة أساسية للعلاج بالمعنى هى " حرية الإرادة " فالإنسان ليس هو ما تحتمه الظروف ولكنه يظل وفى جميع الأحوال قادرا على اتخاذ موقف تجاه ظروفه ومحدداته. وبناء على هذه العقيدة الأساسية استحدثت فنية تعديل الاتجاهات **Modification of Attitudes** وقد اشتملت هذه الخطوة على الجلسات التالية: -

الجلسة رقم (٧) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

- إدراك الحالة بمساعدة الباحثة أنها ومهما تكن الظروف السيئة التى تجابها فإنها ليست ضحية عاجزة لهذه الظروف وليست ريشه فى مهب الريح وأن لها إرادة.
- أجرت الباحثة حوارا مع الحالة تناولت المعنى الذى يمكن أن يتوصل اليه المرء من خلال معاناة لا يمكن تجنبها. وقد تبين للحالة من خلال هذا الحوار أن المعنى الذى يمكن استخلاصه من الفشل فى الحياة أيا ما كانت أسبابه هو أن الحالة لابد أن تكون جديرة بإنسانيتها إذا تجاوزت هذا الفشل وتحدته. بدلا من الخضوع والاستسلام له.
- اقتنعت الحالة بأن معاناتها بسبب فقدانها للمعنى فى الحياة وأنها لابد وأن تكتشفها. اذ أن الإنسان فى النهاية هو الذى يقرر بنفسه وإرادته مستقبله وأن الفشل قابل للتغلب عليه.

الجلسة رقم (٨) وقد تضمنت ما يلى : -

- أقرت الحالة بأنها يمكنها إذا أرادت أن تعيد تشكيل حياتها برغم كل الظروف والمعوقات، وهذا يعنى أنها بدلا من أن تسخط وتتبرم من حياتها فإن عليها أن تتحدى المعنى فى حياتها، فالمعنى لا يحصل عليه كمنحه وإنما يكتشفه الإنسان بنفسه، وأن يتحدى عوامل وأسباب الفشل وأن يحقق النجاح، وبهذه الجلسة تكون الحالة قد وصلت إلى

١ - التيقن من أن المعنى فى الحياة: - ينتزع ولا يعطى كمنحة.

٢ - التحول من عدم الثقة بالنفس إلى الاعتماد على النفس فى التغيير، فهى الأساس فيه. إذ أن دور الباحثة أو أى شخص دوراً مؤقتاً، ويبقى الإنسان فى النهاية مع نفسه وطبيب نفسه .

٣ - إذا كان للأسرة والمجتمع دور أساسي لا يمكن إنكاره فى تشكيل شخصية الفرد إلا أن الإنسان يظل قادرا على أن يكون ذلك الفرد الذى يود أن يكونه برغم جميع الظروف والمحددات سواء أكانت وراثية أو بيئيه .

٤ – الموقف الصحيح للإنسان من الحياة والعالم ليس هو انتظار لما سوف يحصل عليه الفرد من الحياة والعالم بل ما سوف يعطيه هو للحياة والعالم من أعمال جيدة ومعان وقيم أصلية ٠

الخطوة الثالثة : - خفض الأعراض

تستند هذه الخطوة الى المقدرة الإنسانية الفريدة التى قال بها " فرانكل " عن تجاوز الذات وبناءا على هـذه المقدرة صممت فنية " خفض التفكير " وقد اشتملت هذه الخطوة على الجلسات التالية : –

الجلسة رقم (٩) وتضمنت ما يلى : –

– تعرف الحالة على بعض النماذج الإنسانية المضيئة فى المجتمع التى مرت بظروف مماثلة لظروفها، وكيـف كانت أشد من معاناتها، وبرغم ذلك تغلبت على معاناتها وأصبحت قدوة يحتذي بها ٠

– تعلم الحالة أن إمعانها فى التفكير بمشكلتها ليست هى السبيل لحلها، وإنما لابد من تجاوز هـذا الـتفكير المفرط إلى عمل شيء ما وألا تستكين مستلمة للفشل.

الجلسة رقم (١٠) وقد تضمنت ما يلى : –

– قامت الباحثة بمساعدة الحالة على التحول من التركيز على مواطن ضعفها المرتبطة بفشلها فى مواجهـة ضغوط الحياة، وكذا إحساسها بعدم جدوى حياتها إلى تقبل وتسامح تجاه ذاتها وفشلها فى مواجهة ظروفها ومعوقاتها.

– تم تدريب الحالة على ممارسة فنية " خفض التفكير " بنفسها، وذلك بأنها فى كل مرة تجد نفسها منشـغلة بشدة بالتفكير فى فشلها وأسبابه ومن المسئول عنه، وتتجه بتفكيرها إلى أشياء أخرى كحب الناس لها، ومن قام بتقديم مساعدات لها ومسئوليتها هى عما تسببه من ألم لذويها وأولادها وزوجها، ونتائج هذا الإحساس بالفشل عليها وعليهم.

وفى نهاية هذه الخطوة أصبحت الحالة مؤهلة للثقة فى نفسها، وفى الآخرين وقد تخفف من مشـاعر الإحباط والانهزامية كما تغيرت اتجاهاتها إزاء مشكلتها المتعلقة بفشلها فى مواجهة الحياة، وأصبحت أكثـر تقبلاً للأهداف الجديدة التى يمكن أن تحقق من خلالها معنى لحياتها، كما أصبحت أكثر تفاؤلا تجاه المسـتقبل ومتحدية للفشل، ومتطلعة للقيام بمهامها الخاصة وتحقيق إمكانياتها.

الخطوة الرابعة : البحث عن المعنى وتحقيقه

تستند هذه الخطوة إلى الأسس النظرية والجوانب العلاجية للعلاج بالمعنى بوجه عام وبخاصة فيما يتصل منها بالمسئولية والمهام ورسالة الحياة.

ومن أهم أساليب إثارة المعنى الكامن أسلوب الحوار السقراطي وقد اتبعته الباحثة فى هذه الخطوة للتعـرف على المعنى المفقود فى حياة الحالة.

ومن أهم الوسائل لتحقيق المعنى: المسئوليات والمهام. فالأولى هى أساس لتحقيق المعنى والثانية هى تطبيقات لتحقيق ذلك المعنى، وقد اشتملت هذه الخطوة على الجلسات التالية: -

الجلسة رقم(١١) تضمنت هذه الجلسة ما يلى : -

- إدراك الحالة من خلال الحوار مع الباحثة أن الحياة تحتاج إلى معنى دائما، وأيا ما كانت الظروف والأحوال المحيطة بنا، وقد نجد المعنى فى موقف أو خبرة ما، أو عندما نقدم عملاً، أو حتى عندما نضحى من أجل إنسان عزيز علينا، أو عند الخروج أقوياء من مرض، أو صدمة، أو محنة قدر لنا أن نواجهها.فالحياة تحتاج معنى يرتبط بأشياء كثيرة فى الحياة كالإيمان، العمل، الحب...الخ.

- ساعدت الباحثة الحالة فى البحث عن قيمها، وأهدافها المعنوية الخاصة (وكان السبيل إلى ذلك هو إدراك الحالة بنفسها لوجود المعنى فى الحياة بتوسيع وتعريض مجال رؤية الحالة لتصبح على وعى بالمجال الكلى للمعنى فى حياتها، وما ينطوى عليها من قيم.

الجلسة رقم(١٢) وقد تضمنت ما يلى : -

- توصلت الحالة إلى أن الإنسان مسئول بالضرورة قبل الحياة لأن كل فرد متميز لا يمكن استبداله بغيره، ولأن حياته فريدة من حيث عدم إمكانية تكرارها وهذا يعنى أن لكل فرد رسالة فى الحياة إما أن يضطلع بأدائها وإما أن يتراخى عن القيام بها وفى الحالة الأولى يكون قد حقق معنى وجوده، وفى الحالة الثانية لا يمكن أن يكون لوجوده معنى وإنما يوجد كشيء من أشياء الطبيعة.

- ساعدت الباحثة الحالة فى الكشف عن المهام التى تنتظر التحقيق من جانبها وتحديها فى إنجاز تلك المهام بشكل واقعي، وذلك بهدف اكتشاف المعنى فى حياتها.

الجلسة رقم(١٣) وقد تضمنت ما يلى : -

- بعد أن أثبت الحالة جديتها وتحديها لإتمام المهام التى سبق وأن اختارتها بنفسها فقد قامت الباحثة بمساعدتها فى وضع الخطط لإكمال وتنفيذ هذه المهام.

- وساعدتها كذلك فى وضع أهداف مستقبلية تحقق من خلالها معنى وقيمة لحياتها .

- شاركت الباحثة الحالة فى إدراك وتحقيق بعض النجاحات البسيطة كمثل نجاحها فى إعطاء حقنه لابنها المريض، استعادة العلاقة الإيجابية فى الحوار بينها وبين زوجها، وأولادها.

- كما شجعتها على المضي قدما فى تحمل مسئولياتها تجاه بعض الأفراد الذين كانوا فى حاجة لرعايتها أو تجاه موضوعات أو مشروعات حددتها هى بنفسها كما أشادت بما قامت به من مهام وتحفيزها على ما ينتظرها من مهام فى المستقبل للإنجاز والتحقيق.

فى نهاية هذه الخطوة أصبحت الحالة أكثر صدقا مع نفسها وأكثر ثقة فى ذاتها، كما أصبحت متفتحة على الحياة مزودة بوعي جديد بالذات مدركة لوجود المعنى فى الحياة.متحدية لظروفها ومعوقاتها، واعية بمعنى حياتها. محددة لمهامها. متحملة لمسئولياتها مؤمنة برسالتها فى الحياة.

الخطوة الخامسة : المتابعة

تستند هذه الخطوة إلى الأسس النظرية والجوانب العلاجية للعلاج والتى تقتضى عمل متابعة للحالة للتأكد من ثبات التحسن ومساعدتها على تجاوز ما يقابلها من صعوبات. مستخدمة المقابلة الإرشادية.وشملت الجلسات التالية:

الجلسة رقم (١٤) وقد تضمنت ما يلى : -

متابعة لما تم إنجازه، وإرشادها لما يقابلها من صعاب.

الجلسة رقم (١٥) وقد تضمنت ما يلى : -

متابعة لما تم إنجازه، وإرشادها لما يقابلها من صعاب.

الخطوة السادسة : تقويم وانهاء العملية العلاجية للحالة

تستند هذه الخطوة على الأسس النظرية والجوانب العلاجية والتى تقضى بضرورة إنهاء العملية العلاجية فى الوقت المناسب حتى تواجه الحالة حياتها بنفسها دون مساعدة أساسية من المعالج.وتضمنت:

الجلسة رقم (١٦) وقد تضمنت ما يلى : -

عمل تقويم شامل للحالة ومقارنته بالتقويم الأول عند بداية العلاج وإنهاء العملية العلاجية.

فى نهاية البرنامج اكتشفت الحالة المعنى فى حياتها وأصبحت مصرة على تحمل المسئوليات فى حياتها.والبدء بتنفيذ المهام المنوط قيامه بها عندئذ أصبحت مؤهلة للنجاح فى الحياة.

هـ/١/٩ الفنيات والأساليب المساعدة : -

استخدمت الباحثة ما ينتمي إلى العلاج بالمعنى من أساليب وفنيات ومن أهم الفنيات التى استخدمتها : -

١ - فنية وضع الذات على مسافة "Self – detachment"

تقوم هذه الفنية على أسس العلاج بالمعنى بالقدرة على الاستقلال بالذات كخاصية إنسانية ومن هذه الزاوية فإنها تشترك مع فنية القصد العكسى من حيث استنادها على نفس الأسس. وتهدف إلى إمكانية الفرد من الاستقلال عن معاناته، بدرجة ما، ويحتويها بدلاً من أن تحتويه.(إبراهيم بدر،١٩٩٢)

٢ - فنية تعديل الاتجاهات. Modification of Attitudes

تقوم على مبدأ تجاوز الذات وتهدف إلى إحداث تغيير جوهرى فى اتجاه الفرد نحو نفسه وظروفه ومعوقاته، مما يساعده على أن يتغلب على بعض المشكلات فى الوقت الحاضر وعلى أن يتقبل ويتعايش مؤقتاً مع مالا يستطيع حله من مشكلات.(إبراهيم بدر،١٩٩٢)

٣ – **فنية خفض التفكير** De reflection

عملية يحول فيها تفكير المريض عن موضوع المسبب لمرضه والمتعلق بتمركزه حول ذاته إلى موضوع آخر موجب يقع خارج نطاق الذات، ويستند على قدرة الإنسان على تجاوز ذاته بالخروج عن نطاق التمركز حول الذات وتحويلها إلى شيء أو إنسان آخر. وهنا تكسر الحلقة المفرغة بين المريض وانتباهه المفرط لنفسه (ابراهيم بدر، ١٩٩٢).

٤ – **فنية القصد العكس** Paradoxical Intention

ويقصد بها العملية التى بواسطتها يشجع المريض على أن يفعل أو يرغب أن تحدث الأشياء ذاتها التى يخافها. وتستند على أسس العلاج بالمعنى التى تقوم على أساس قدرة الإنسان على الاستقلال بذاته وأخذ مسافة من معاناته ومرضه، ويستخدم روح الفكاهة ليسخر من أعراضه وبهذا يكون قد حدث تغير فى اتجاهه نحو مرضه وتهدف إلى تمكين المريض من التغلب على الخوف من مرضه (إبراهيم بدر، ١٩٩٢)

هـ/١/١٠ الأساليب التى استخدمتها الباحثة : –

١ – **الحوار السقراطي** The Socratic dialogue.

هو أسلوب فى العلاج بالمعنى يستخدم من أجل استثارة المعنى ، وذلك بتوجيه أسئلة استفزازية فى إطار حوار تساؤلى.

٢ – **الطريقة الارتجالية**. Improvisation

التلقائية فى الانتقال من خطوة علاجية إلى اخرى طالما توفر الأساس الذى يتم به فهم الفنية.

٣ – **الإفصاح عن الذات.**

ويعنى مهارة المعالج فى الإفصاح عن خبراته للمريض فى الوقت أثناء الجلسة مما يساعد المريض ليفصح عن ذاته ويعبر عما بداخله بصدق وبصراحة.(إبراهيم محمود بدر، ١٩٩٢)

هـ/١/١١ المدة : –

استغرق البرنامج مدة (٢٧) أسبوعاً أى حوالى سبعة أشهر. مع ملاحظة القرب الزمنى للجلسات الأولى، وتباعدها بالتدريج حتى يقل اعتماد الحالة على المعالج والاستقلال بذاتها فى مواجهة الحياة.

هـ/١/١٢ المكان : –

تم عمل الجلسات فى مكان يتصف بالخصوصية.[٦]

---

[6] شقه معدة لتكون عيادة وتمت الجلسات فى حجرة مهيزة لذلك.

obeikandl.com

هـ/١٣/١ الشروط السيكومترية للبرنامج

سبق الإشارة إلى أن هذا البرنامج مستقى من البرنامجين العلاجين (صلاح مكاوى،١٩٩٧، إبراهيم محمود بدر،١٩٩٢) وقد قام الباحثان بالتأكد من صدق وثبات البرنامجان وقد تبين فاعليتهما فى علاج الاكتئاب والفشل الدراسى. عن طريق صدق المحكمين، ومتابعة الحالات التى طبق عليها البرنامجين تبين فاعليته فيما وضع له.وبالتالى فقد اطمأنت الباحثة من استخدام الخطوات التى بنى عليها البرنامج فى الحالة التى أجرت عليها البرنامج.

و) تطبيق المقاييس :

تم تطبيق المقياس على عينات من تلاميذ المراحل الثانوية وطلاب الجامعة، والخرجين. وقد عاون الباحثة فى التطبيق الأخصائيون النفسيون بالمدارس المعيدون بالجامعات المختلفة . بالإضافة إلى التطبيق الفردى على عينات الخرجين فى أماكن أعمالهم وقد تم التأكد للمفحوصين على سرية المعلومات التى تؤخذ منهم ، كما كان يكتفى بذكر الحروف الأولى من أسمائهم ضمانا للسرية . وتم الإجابة عن الاستفسارات على المقاييس أثناء الإجابة، وقد تم استبعاد بعض الاستمارات التى تبين منها عدم الدقة فى الإجابة والتى كانت تظهر من شكل الإجابة تسير على وتيرة واحدة (كالميل إلى الموافقة) فضلا عن أن بعض الاستمارات خلت تماماً من استجابات على البنود ،وتم استبعادها جميعاً ورغم ذلك فقد ظهر التزام وجدية معظم أفراد العينة. وقد استغرق تطبيق بطارية المقاييس من ٤٥-٦٠دقيقة.

obeikandl.com