

## أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات

الكلمات المفتاحية: تخفيض، الفراغ، الوجودي

البحث مستل من رسالة ماجستير

أ.د. سالم نوري صادق  
جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية  
D. Sadiq @yahoo.com

نور إسماعيل جواد حسين  
المديرية العامة لتربية ديالى  
free2s2s@ yahoo.com

### الملخص

يهدف البحث الحالي إلى تعرّف أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات، ويتحدد البحث الحالي بالنساء المطلقات ربات البيوت في مركز مدينة بعقوبة في محافظة ديالى للعام (٢٠١٥/٢٠١٦م). ولتحقيق هدف البحث أستخدم المنهج التجريبي ذا التصميم (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة مع اختبار قبلي وبعدي)، وتكونت عينة البحث من (٢٠) مطلقة موزعات عشوائيا على مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة)، وبواقع (١٠) مطلقات في كلّ مجموعة، وقد تمّ إجراء التكافؤ بين المجموعتين في بعض المتغيرات وقامت الباحثة ببناء مقياس الفراغ الوجودي الذي تكون من (٤٠) فقرة. وكذلك قامت الباحثة بتطبيق برنامج إرشادي ب (أسلوب ملء الفراغ) بحسب النظرية المعرفية ل (بيك)، تمّ تنفيذه من خلال برنامج إرشادي أعد لغرض تخفيض الفراغ الوجودي، وقد تكوّن البرنامج الإرشادي من (١٤) جلسة بواقع (جلستين) في الإِسبوع، زمن الجلسة الواحدة (٦٠) دقيقة. وقد أستعملت الوسائل الإحصائية الآتية: (مربع كاي، واختبار ولكوكسن، ومعامل ارتباط بيرسون، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، والوسط المرجح، والوزن المئوي، ومعادلة الفاكرونباخ، واختبار مان وتني، واختبار كولموجروف - سيمرنوف). وأظهرت النتائج أنّ للبرنامج الإرشادي بأسلوب ملء الفراغ أثراً في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات. وفي ضوء النتائج قدمت الباحثة عدداً من التوصيات والمقترحات.

## المبحث الأول: التعريف بالمبحث

## مشكلة البحث

يُعَدُّ الفراغ الوجودي من الظواهر الواسعة الانتشار في عالم اليوم؛ حتى أنَّ البعض عبر عنها بعصاب العصر، وتتمثل هذه الظاهرة بخليط من مشاعر الخواء، والسأم، والممل، والفراغ، والعجز، واللاجدوى التي تنتاب الإنسان في هذا العصر (ماي، ١٩٩٣: ٢٨). ويرتبط انتشار هذه الظاهرة بالتطور الصناعي والثقافي الذي يشهده عالم اليوم، الذي زاد من رتابة البيئة، ومن عزلة الإنسان الاجتماعية (Leath, 1999: 30). ولعل التغيير الجذري الذي يحدث في حياة المطلقة، وانقلاب نظام يومها بعد الطلاق، زيادة على التغيير الذي يحدث في ذاتها وتعريفها لنفسها؛ فلم تُعدَّ زوجة، ولم تُعدَّ جزءاً من كينونة ثنائية من الأسباب الرئيسية لتكوين مشاعر الفراغ الوجودي (عبدالناصر، ب.ت: ١٢٧)، وهذا ما أكدته نتائج دراسة (الكناني، ٢٠١٢)؛ إذ أشارت إلى أنَّ كثرة الضغوط النفسية والأزمات التي تتعرض لها المطلقة، ورتابة البيئة المحيطة بها، وخلوها من المظاهر الإنسانية من شأنها أن تدفع المطلقة إلى أن تعيش حياة خالية من المعاني والقيم (الكناني، ٢٠١٢: ٢)؛ وتتبقى مشكلة البحث الحالي من زيادة حالات الطلاق في المجتمع العراقي بشكل كبير؛ الأمر الذي يشكل تحدياً خطيراً للمجتمع، ونظرته الموروثة لمفهوم الطلاق؛ إذ أشارت محكمة الأحوال الشخصية في بعقوبة(\*) أن عدد حالات الطلاق في ارتفاع متزايد؛ إذ يتراوح ما بين (٥٠-١٤٧) حالة طلاق شهرياً، ومن هنا تبرز مشكلة البحث التي تسعى الباحثة لدراستها، التي تكمن في الإجابة على التساؤل الآتي: هل للبرنامج الإرشادي بأسلوب ملء الفراغ أثر في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات؟

## أهمية البحث

تتضح أهمية البحث من كون المرأة سواء أكانت متزوجة، أم مطلقة، أم أيًا كانت صفتها تمثل ركناً رئيساً في البناء الاجتماعي، تتأثر بما يجري من تفاعلات بين منظوماته، وهي مطالبة بالتأثير فيه دعماً للحياة، وأن سلامة المجتمع مرهونة بدورها؛ إذ تعكس الأهمية التي تحتلها في المجتمع أيًا كان هذا الدور المنوط بها والمسؤولية الملقاة على عاتقها (سميث،

(\*) أخذت أعداد الطلاق شهرياً من محكمة الأحوال الشخصية في بعقوبة لعام ٢٠١٥ بحسب الأمر الإداري المرقم (١٥٣٨٨) في تاريخ ٢٠١٥/١١/١٢.

٢٠٠٩: ٢٨). ويُعدُّ المرور بخبرة الفراغ الوجودي وتأسيس قيم تكون جزءاً من حياة ذات معنى هي موضوعات أصبحت قلب العملية الإرشادية وجوهرها (كوري، ٢٠١١: ٢٠٣). من هنا تبرز أهمية وجود الإرشاد النفسي ودوره في مساعدة المطلقات؛ للتخفيف من مشاعر الفراغ الوجودي؛ إذ أوضحت دراسة (نقايس، ٢٠١٣) أنَّ ما تفرزه وضعية المطلقة تجعلها في حاجة مُلحة لوجود برامج الإرشاد النفسي؛ من أجل مساعدتها على التكيف مع ذاتها ومجتمعها، والتغلب على مشكلاتها الحياتية (نقايس، ٢٠١٣: ١٠). ويمثل أسلوب ملء الفراغ أحد هذه الأساليب المعرفية التي تسعى إلى تدريب الفرد على أن يصبح واعياً بأفكاره غير المنطقية، وكيفية التعامل مع هذا التفكير غير المنطقي (أبو أسعد وعربيات، ٢٠١٢: ٢٣٤).

ومن هنا تتجلى أهمية البحث الحالي في الجانبين النظري والتطبيقي:

#### أولاً: الجانب النظري

١. أول دراسة تجريبية محلية تهدف إلى تخفيض الفراغ الوجودي على حدِّ علم الباحثة.
٢. تناول البحث دراسة شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي النساء المطلقات؛ إذ تُعدُّ أساساً وركناً في بناء المجتمع وتنشئة الأجيال.
٣. إضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية؛ لكونها توفر أداة لقياس الفراغ الوجودي.
٤. إثارة اهتمام المؤسسات التي تعنى بشؤون المرأة ومراكز أبحاث الطفولة والأمومة بجانب من جوانب المعاناة التي تواجه النساء المطلقات.

#### ثانياً: الجانب التطبيقي

١. يسهم البحث في تقديم مقياس لقياس الفراغ الوجودي للمطلقات يمكن تطبيقه من العاملين في مجال الإرشاد النفسي والباحثين الاجتماعيين.
٢. معرفة مدى أثر الأسلوب الإرشادي (ملء الفراغ) في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات.

#### هدف البحث وفرضياته

يهدف البحث الحالي إلى معرفة أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات من خلال التحقق من الفرضيات الصفرية الآتية:

١. لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الوجودي.
٢. لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس الفراغ الوجودي.
٣. لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الفراغ الوجودي.

### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالنساء المطلقات ربات البيوت في مركز مدينة بعقوبة في محافظة ديالى للعام (٢٠١٥-٢٠١٦م).

### تحديد المصطلحات

#### البرنامج الإرشادي

- عرفه بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992): مجموعة من الأنشطة يقوم بها المسترشدون في تفاعل وتعاون بما يعمل على توظيف طاقاتهم وإمكاناتهم فيما يتفق مع ميولهم، وحاجاتهم، في جو يسوده الطمأنينة بينهم وبين المرشد (Borders & Drury, 1992:461) - التعريف الإجرائي: مجموعة من الإجراءات التي اتبعتها الباحثة في إعداد برنامجها الإرشادي، وتتضمن (تحديد حاجات المطلقات وتقريرها، وتحديد الأولويات، وكتابة أهداف البرنامج، واختيار نشاطات البرنامج وتنفيذها، وتقييم كفاية البرنامج).

#### أسلوب ملء الفراغ

- عرفه بيك (Beck, 2000): هو عملية توضيح أفكار المسترشد التلقائية التي تتوسط بين المثير والاستجابة، من خلال تدريبه على ملاحظة تتابع الأحداث الخارجية وردود أفعاله تجاهها، ويستطيع المسترشد أن يفهم سر كرده الانفعالي إذا أمكنه أن يسترجع الأفكار التي وقعت له خلال هذه الفجوة بين المثير والاستجابة الانفعالية (بيك، ٢٠٠٠: ٢٥٢-٢٥٣).

- التعريف الإجرائي: هو أسلوب إرشادي يتضمن مجموعة من الأنشطة والفعاليات (المناقشة، والتدريب على الاسترخاء، والتخيل، والتعزيز، ولعب الدور، والتدريب على الإنصات الإيجابي، والتغذية الراجعة، والتدريب البيئي) تستخدمها الباحثة لتحقيق أهداف بحثها.

الفراغ الوجودي: عرفه كُلاً من:

- ماي (May, 1993): "حالة تتولد من إحساس الفرد بأنَّه عاجز عن فعل أي شيء له أثره الإيجابي في حياته الخاصة أو فيما يخص العالم من حوله" (ماي، ١٩٩٣ : ٣٢).
  - غانم (٢٠٠٨): "حالة تظهر أساساً في صورة ملل، وتنتهي بالعديد من المظاهر غير السوية، مثل: البحث عن القوة والمال، أو التعويض الجنسي" (غانم، ٢٠٠٨ : ٢٤٠).
  - **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف ماي (May, 1993)؛ لأنَّه يتطابق مع أهداف البحث الحالي والإطار النظري الذي بنت الباحثة على أساسه مقياس الفراغ الوجودي.
  - **التعريف الإجرائي:** هو الدرجة الكليَّة التي تحصل عليها المطلقة من خلال إجابتها على فقرات مقياس الفراغ الوجودي المعد من قبل الباحثة.
- المطلقة: عرفت من قبل :

وزارة العمل والشؤون الاجتماعية (٢٠١٤): كُلاً امرأة يقل سنها عن (٦٣) سنة طُفقت ولم تتزوج مرة أخرى (وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، قانون الحماية الاجتماعية رقم ١١ لسنة ٢٠١٤ : ٢).

### المبحث الثاني: إطار نظري ودراسات سابقة

#### أولاً: الإرشاد والبرنامج الإرشادي

##### ١. مفهوم الإرشاد

يُعدُّ الإرشاد علم وفن في وقتٍ واحدٍ، علم يقوم على الحقائق العلميَّة ، التي تتصل بالدوافع، والحاجات، ومطالب النمو، والتكيف السوي، وغيرها، كما أنَّه فن؛ لأنَّه يحتاج إلى مهارات في الفحص، والتشخيص، وتقديم المساعدة للفرد في الحالات التي يقف فيها الفرد موقف المقاومة، ولاسيَّما أنَّ المرشد يستقبل حالات متباينة، ولا بدَّ من مهارات معينة يقابل بها المرشد هذه الحالات؛ حتَّى يستطيع أن يقيم علاقة إرشادية بينه وبين المسترشد (الداهري، ٢٠٠٠ : ٢١-٢٢) .

##### ٢. البرنامج الإرشادي

تشكل البرامج الإرشادية جزءاً أساسياً من أنظمة الخدمات النفسية، والصحية، والعقلية، والاجتماعية، وتقع مسؤولية تصميم برامج الإرشاد على أصحاب المهن المختصة في مجال الإرشاد؛ الأمر الذي يتطلب صياغة برامج إرشادية ترمي إلى تحقيق أهدافها على وفق

نوعها سواء أكانت برامج إرشاد نفسي، أم اجتماعي، أم اسري، إلى غير ذلك، على أن يراعى أساس وضع البرامج الإرشادية واستخدام الأساليب الفنية الملائمة للمسترشدين على وفق جنسهم، وسنهم، والمشكلة التي يعانون منها، فضلاً عن حسن استخدام الأدوات لقياس عائد البرامج الإرشادية المقدمة (سالم وجادو، ٢٠١٥: ٢٣٩).

### ثانياً: الأساليب الإرشادية

#### أسلوب ملء الفراغ

هو الأسلوب المستخدم في البحث الحالي، والذي تستعرضه الباحثة بما يأتي: تُعدُّ الفكرة محور أسلوب ملء الفراغ، بل هو محور الأنموذج المعرفي لـ (بيك)؛ إذ ينفعل النَّاسُ للأحداث تبعاً للأفكار والمعاني التي يفسرون بها تلك الأحداث، وهذه التفسيرات تؤدي إلى استجابات انفعالية مختلفة للفرد الواحد في المواقف المختلفة (Cully & Teten, 2008: 6)؛ فهدف أسلوب ملء الفراغ هو إزالة تلك المشاعر المضطربة التي تؤدي إلى شعور الفرد بالكرب أو الضيق، من خلال تعرّف الإشارات الذاتية الخاطئة وتحديدتها، ومن ثمَّ تعديلها عن طريق ملء الفراغات التي تحدث بين الأحداث والاستجابات الانفعالية، أي إنَّ تعديل السلوك من خلال هذا الأسلوب يعتمد على التعامل مع تحريف الواقع، بحيث يتم تصحيح نمط التفكير وملء الفراغ بما يصحح من صورة الواقع في نظر المسترشد، (مُحمَّد، ٢٠٠٠: ٦٩-٧٠).

### ثالثاً: الفراغ الوجودي: نظريات الفراغ الوجودي

#### ١. نظرية (فرانكل، ١٩٨٢)

يرى فرانكل أنَّ السعي للبحث عن المعنى هو الدافع الأساس لدى الإنسان، وهو متأصل لدى جميع البشر، إلاَّ أنَّه يتفاوت فيما بينهم، وعندما يعجز الإنسان عن تحقيق المعنى لحياته سيؤدي إلى الشعور بما يسميه بـ (الفراغ الوجودي)، وهو أمر اهتم به (فرانكل) اهتماماً كبيراً في نظريته؛ بوصفه يرتبط بالصحة النفسية للإنسان؛ إذ يتجلى آثار الفراغ الوجودي في فشل الإنسان لإيجاد معنى أو هدف يستحق العيش من أجله؛ فلا تبدو له رسالة واضحة يجب عليه تأديتها، ولا يشعر بالرغبة لإنجاز أي عمل، وإنَّما ينتقل من يوم إلى آخر في نظام ممل؛ ممَّا يجعلهم يعانون من فراغ داخلي أو فجوة داخل أنفسهم (فارس، ٢٠٠٩: ٢٥).

#### ٢. نظرية (رولو ماي، ١٩٩٣)

يرى (ماي) أنَّ خبرة الفراغ الوجودي تأتي من الشعور بالعجز؛ إذ تبدو الأحداث التي تحيط بالفرد خارج عن سيطرته فهو غير قادر على إحداث أي تغيير في حياته، أو في الآخرين، أو في الوجود المحيط به؛ فيؤدي ذلك إلى إحساسه العميق باليأس والضياع، وبالتالي سيجد أنَّ أفعاله لا تعني شيئاً، عندها سيتوقف الفرد عن الرغبة والإحساس، ويشعر بالفراغ، والخطر الأعظم من وجهة نظر (ماي) هو أنَّ صمود الفرد ودفاعه ضد اليأس سيقود إلى قلق مؤلم ومزیداً من مشاعر الفراغ؛ ممَّا سيقيد قدرة الفرد على النمو أو الخضوع، والاستلام لتسلطية الآخرين (May, 1953: 25-26). وقد تبنت الباحثة نظرية ماي (May, 1993) ؛ بوصفها إطاراً نظرياً في بناء مقياس الفراغ الوجودي؛ وذلك للمبررات الآتية:

١. استنادها إلى أسس وقواعد واضحة المعالم.
٢. كونها ملائمة في تفسير متغير البحث وهو الفراغ الوجودي.
٣. تركيز على أهمية التجربة الشخصية وتعددها المحور الأساس في فهم نفسية الإنسان بطريقة تجمع بين قيمه وعالمه الخاص من جهة، ووجوده واتصاله مع الآخرين من جهة ثانية.
٤. تناولت النظرية جميع العوامل التي من شأنها أن تؤثر على الفراغ الوجودي والمتمثلة في علاقته مع البيئة المحيطة وعلاقته مع ذاته والآخرين.

### المبحث الثالث: إجراءات البحث

#### أولاً: منهج البحث

يُعدُّ المنهج التجريبي من أدق مناهج البحث؛ ذلك لأنه يقوم على إجراء التجربة؛ من أجل فحص الفروض، وبالتالي قبولها أو رفضها (النوح، ٢٠٠٤: ١٧٣) لذا قامت الباحثة بإتباع المنهج التجريبي؛ لأهميته البحثية والعلمية.

#### ثانياً: التصميم التجريبي

لغرض اختبار فرضيات البحث تمَّ استخدام التصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبية والضابطة باختبار قبلي وبعدي؛ إذ تمَّ تطبيق المتغير المستقل (البرنامج الإرشادي بأسلوب ملء الفراغ) على المجموعة التجريبية فقط .

#### ثالثاً: مجتمع البحث

ويتضمن المجتمع الأصلي للبحث الحالي المطلقات ربات البيوت في مركز قضاء بعقوبة في محافظة ديالى للعام (٢٠١٥-٢٠١٦)، والبالغ عددهنَّ (١٨٧٥) (\*) مطلقة من ربات البيوت من المجموع الكلي البالغ (٢١٦١) مطلقة.

رابعاً: **عينة البحث:** تمَّ اختيار عينة البحث الحالي البالغ عددها (٢٠٠) مطلقة بصورة قصدية شملت المطلقات ربات البيوت في قضاء بعقوبة المركز، اللاتي يرتدن منظمة الزاهد للإغاثة والتنمية، علماً أنَّ هذه العينة اعتمدت في بناء المقياس والتطبيق النهائي.

### عينة تطبيق البرنامج الإرشادي

قامت الباحثة بالخطوات الآتية لاختيار عينة تطبيق البرنامج:

تطبيق مقياس الفراغ الوجودي على المطلقات ربات البيوت.

تمَّ تصحيح استمارات إجابات المطلقات؛ إذ تمَّ الإبقاء على المطلقة التي حصلت على درجة الوسط الفرضي البالغة (٨٠) درجة فأكثر على مقياس الفراغ الوجودي، وقد تراوحت حدود درجاتهن ما بين (٨٠-١١٤)؛ وبذلك أصبح عدد المطلقات اللاتي لديهن فراغ وجودي (١٣٢) مطلقة.

اختارت الباحثة (٢٠) مطلقة بالطريقة القصدية من اللاتي حصلن على أعلى الدرجات على مقياس الفراغ الوجودي، التي تراوحت درجاتهن ما بين (٩٩-١١٤)، وقد وزعن عشوائياً على مجموعتين هما المجموعة التجريبية (التي ستدرب على أسلوب ملئ الفراغ)، والمجموعة الضابطة (التي لم تتلق أي تدريب) وبواقع (١٠) مطلقات في كلِّ مجموعة، كما موضح في الجدول (١).

### الجدول (١)

توزيع المطلقات على المجموعتين التجريبية والضابطة

عدد المطلقات	المجموعة
١٠	التجريبية
١٠	الضابطة
٢٠	المجموع

(\*) أخذت أعداد المطلقات ربات البيوت من محكمة الأحوال الشخصية، مكتب البحث الاجتماعي للعام (٢٠١٥-٢٠١٦)

(٢٠١٦)، بحسب الأمر الإداري المرقم (١٥٣٨٨) في ١٢/١١/٢٠١٥.



### خامساً: التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة

لقد أجرت الباحثة التكافؤ بين المجموعتين التجريبية والضابطة في بعض المتغيرات وهي: (الدرجات على مقياس الفراغ الوجودي قبل البدء بالتجربة، والعمر الحالي، والعمر عند الزواج، ومصدر قرار الطلاق، وطول المدة بعد الطلاق، والمستوى التعليمي، والدخل الشهري الخاص، ومكان الإقامة، وعدد الأبناء، ومكان إقامة الأبناء، وعدد المرات التي تسمح فيها برؤية الأبناء في حالة إقامتهم مع الأب، والجهة التي تتولى النفقة على الأبناء). وقد أثبتت النتائج الإحصائية انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين.

### سادساً: أدوات البحث

بما أنّ إجراءات البحث تتطلب مقياس لقياس الفراغ الوجودي لدى المطلقات وبناء برنامج إرشادي؛ قامت الباحثة لتحقيق هدف بحثها باعتماد الأدوات الآتيتين:

#### أولاً: مقياس الفراغ الوجودي

قامت الباحثة ببناء مقياس الفراغ الوجودي؛ وذلك في ضوء الخطوات التي ذكرها (بول) (Paul,1992) في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والاجتماعية التي حددها بالآتي: (Paul, 1992: 8)

١. تحديد المفهوم ومجالاته:

أ. اعتمدت الباحثة في تفسيرها للفراغ الوجودي على النظرية الوجودية لـ (May, 1993) كما ورد في تحديد المصطلحات.

ب. تحديد المجالات الرئيسية لمقياس الفراغ الوجودي استناداً إلى النظرية الوجودية (May, 1993)؛ وبذلك حددت مجالات الفراغ الوجودي وهي:

- العالم من حولنا: هو العالم الذي يقدم للإنسان كلّ ما يلزم لحاجاته البيولوجية، ودوافعه، وغرائزه؛ فهو عالم الدورات الطبيعية، مثل: النوم، واليقظة، والرغبة، والإشباع، والميلاد، والموت الذي يتعين على كلّ منا أن يتوافق معه بشكل أو بآخر (ماي ويالوم، ١٩٩٩: ٦٣).

- مع العالم: هو عالم المجتمع المتمثل في علاقة الفرد بالآخرين، أو حاجة الفرد لتكوين علاقات تساعد على الإحساس بالمعنى أو الوجود.

- العالم الخاص: هو العالم النفسي المتمثل بعلاقة الفرد مع ذاته، وقيمه، وجهوده (الوعي الذاتي)، وتقويم خبرته الشخصية (May, 1977: 52).

## ٢. صياغة الفقرات

أ. تمَّ صياغة فقرات المقياس من خلال الإطلاع على الأدبيات النظرية وبعض مقاييس الدراسات السابقة ذات العلاقة، كدراسة (الكناني، ٢٠١٢)، ودراسة (مُحمَّد، ٢٠١٤)، وكذلك توجيه استبيان استطلاعي على (٣٠) مطلقة أفادت الباحثة من خلال إجابتهن في صياغة بعض الفقرات، وفي ضوء ذلك تمَّ صياغة (٤٥) فقرة بصيغتها الأولية موزعة على ثلاثة مجالات بواقع (١٥) فقرة لكل مجال من المجالات السابقة الذكر.

ب. مقاييس التقدير (بدائل الاجابة) : تمَّ الاعتماد على سلم التقدير الثلاثي إزاء كلِّ فقرة؛ بوصفه مناسباً لعينة البحث، إذ أعطيت كلُّ فقرة درجة تتراوح بين (١-٣)، وعلى المستجيب أن يختار البديل الذي ينطبق عليه أكثر من غيره .

ج. إعداد تعليمات المقياس: وضعت الباحثة تعليمات الإجابة على مقياس الفراغ الوجودي، مع مثال يوضح كيفية الإجابة ، فضلاً عن حث المستجيبات على الدقة في الإجابة، وتجنب ترك أي فقرة من دون إجابتهن.

د. التحقق من صلاحية الفقرات (صدق المقياس): بعد تحديد مجالات المقياس، وصياغة فقراته، وتعليمات الإجابة قامت الباحثة بعرض المقياس بصيغته الأولية على عدد من الأساتذة والمتخصصين في الإرشاد النفسي والتربوي وعلم النفس، والقياس والتقويم لغرض تقويمه والحكم عليه، وبعد الاستبعاد والتعديل لفقرات المقياس التي قامت بها الباحثة في ضوء آراء الخبراء، أصبح مقياس الفراغ الوجودي بصيغته النهائية (الملحق ١) يتكون من (٤٠) فقرة موزعة بواقع (١٢) فقرة في مجال (العالم من حولنا)، و(١٤) فقرة في مجال (مع العالم)، وكذلك (١٤) فقرة في مجال (العالم الخاص).

## ٣. الاختبار التجريبي للفقرات (عينة وضوح الفقرات)

لنتحقق الباحثة من الأداة قامت بتطبيق مقياس الفراغ الوجودي على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) مطلقة من ربات البيوت؛ وقد تبين أنَّ تعليمات مقياس الفراغ الوجودي وفقراته واضحة ومفهومة وأنَّ الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (٣٠-١٥) دقيقة، بمدى قدره (١٥) دقيقة، وبمتوسط قدره (٢٣) دقيقة.

## ٤. التحليل الإحصائي لل فقرات

أ. الصدق الظاهري: تحقق الصدق الظاهري لمقياس الفراغ الوجودي بعرض فقراته، وبدائل الإجابة، ومجالاته بصورته الأولية على عدد من المختصين في العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي، واستناداً إلى آراء المحكمين تمَّ تعديل بعض الفقرات، وتم استبعاد (٥) فقرات؛ لعدم صلاحيتها، وبذلك أصبح المقياس بصيغته النهائية (الملحق ١) يتكون من (٤٠) فقرة .

ب. صدق البناء: تم التحقق من صدق البناء عن طريق إيجاد معاملات التمييز للفقرات، وعن طريق إيجاد معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وكذلك علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس ، وعلاقة درجة الفقرة بدرجة المجال ، وأيضاً عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين مجالات المقياس؛ وقد أظهرت النتائج ان جميع فقرات المقياس مميزة .

ج. الثبات: تمَّ استخراج الثبات لمقياس الفراغ الوجودي بطريقتين هما:

- طريقة إعادة الاختبار: قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) مطلقة من ربات البيوت، وتم إعادة تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور إسبوعين من التطبيق، الأول للمقياس؛ وبعد ذلك تمَّ احتساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني، وبلغت قيمة معامل الارتباط (٠,٨٣)، وتعد هذه النتيجة مؤشراً جيداً على استقرار الإجابات على المقياس الحالي عبر الزمن

- طريقة ألفا كرونباخ: هو متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة المقياس إلى أجزاء بطرائق مختلفة؛ وبذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزأين من أجزاء الاختبار (عبدالرحمن، ٢٠٠٨: ١٨٦)، وقد بلغ معامل الثبات لمقياس الفراغ الوجودي (٠,٨٩)، وهو معامل ثبات جيد ومؤشر على اتساق الفقرات وتجانسها؛ إذ يشير (أحمد، ١٩٨١) إلى أنَّ معامل الثبات الذي يساوي أو يزيد عن (٧٠%) يُعدُّ مقياساً جيداً ومقبولاً (أحمد، ١٩٨١: ١٢٩).

٥. التطبيق النهائي للمقياس: بعد الانتهاء من إعداد الأداة بصورتها النهائية أصبح المقياس يتكون من (٤٠) فقرة (الملحق ١) موزعة على ثلاثة مجالات هي: (العالم من حولنا ١٢ فقرة، مع العالم ١٤ فقرة، العالم الخاص ١٤ فقرة)، وبدائل الإجابة هي: (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ أحياناً، لا تنطبق عليّ أبداً)؛ لذا فإنَّ أعلى درجة محتملة للمستجيبة هي (١٢٠)، وأدنى درجة هي (٤٠)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٨٠)، وكلما زادت درجة

المستجيبة على المتوسط الفرضي كان ذلك مؤشراً على وجود فراغ وجودي، وكلما انخفضت درجتها عن المتوسط الفرضي كان مؤشراً على انخفاض الفراغ الوجودي .

### ثانياً: إجراءات بناء البرنامج الإرشادي

لتحقيق هدف البحث المتمثل في تعرّف أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات، قامت الباحثة بتطبيق (أسلوب ملء الفراغ) من خلال برنامج إرشادي أعد لهذا الغرض، يتلاءم مع طبيعة البحث، وأغراضه في الإرشاد، واعتمدت الباحثة في بناء البرنامج الإرشادي على الإجراءات الآتية:

الإطلاع على مجموعة من البرامج والأساليب الإرشادية ذات العلاقة بمتغيرات البحث والإفادة منها.

الاعتماد على نتائج مقياس الفراغ الوجودي في تحديد المجموعتين التجريبيّة والضابطة ممن حصلن على أعلى درجات في المقياس.

اعتمدت الباحثة على أنموذج بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992)؛ وبناءً على هذا الأنموذج تكون خطوات البرنامج الإرشادي بما يأتي: (تحديد حاجات المسترشدات وتقريرها، تحديد الأوليات، تحديد الأهداف، اختيار نشاطات البرنامج وتنفيذها، تقويم كفاءة البرنامج الإرشادي). واعتمدت الباحثة على عدّة فنيات في تنفيذ البرنامج الإرشادي بحسب موضوعات كلّ جلسة إرشادية وحاجتها من جلسات البرنامج، وبالاعتماد على نظرية (بيك، Beck) والاستناد إلى أسلوب ملء الفراغ استطاعت الباحثة تحقيق (١٤) جلسة إرشادية جماعية، استغرقت كلّ منها (٦٠) دقيقة، وتضمنت الفنيات الآتية: (التعزيز، التغذية الراجعة، لعب الدور، المناقشة، التدريب على الاسترخاء (العصلي والذهني)، التخيل، التدريب على الإنصات الايجابي، التدريب البيئي).

الصدق الظاهري للبرنامج الإرشادي: تمّ عرض البرنامج الإرشادي على عدد من المختصين في الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي؛ لإبداء آرائهم ومقترحاتهم في الأمور الآتية: مدى مناسبة الموضوعات لفقرات الجلسات.

مدى ملاءمة البرنامج للهدف الرئيس للبحث والاهداف السلوكية.

مدى مناسبة الإستراتيجيات والفنيات الإرشادية في تطبيق أسلوب ملء الفراغ. مناسبة الزمن المحدد للجلسة.

تفضلكم بما ترونه مناسباً للإضافة.

وقد أخذت الباحثة بالآراء والملاحظات التي قدمها الخبراء؛ من أجل الوصول بالبرنامج إلى المستوى المطلوب، وأصبح البرنامج الإرشادي بشكله النهائي وكما موضح بالأنموذج المعد هنا:

- أنموذج إدارة الجلسة الثانية من البرنامج الإرشادي الذي تم تطبيقه على المجموعة التجريبية .

### إدارة الجلسة الثانية: (التوافق الاجتماعي)

ترحب الباحثة بالمسترشدات، وتسال عن أحوالهنّ، وتقدم الشكر لحضورهنّ والتزامهنّ بالجلسة.

تقوم الباحثة بتقديم موضوع الجلسة وهو (التوافق الاجتماعي).

تقوم الباحثة بتوضيح معنى التوافق الاجتماعي بأنه: "العملية التي يحقق بها الفرد حالة من الانسجام في علاقاته مع الآخرين، بحيث يستطيع من خلالها إشباع حاجاته مع قبول ما يفرضه المجتمع عليه من التزامات، وما يرضاه له من معايير وقيم (حشمت وباهي، ٢٠٠٦: ٥٥).

توضح الباحثة أهمية التوافق الاجتماعي ودوره في تحسين حياة الأفراد؛ إذ يجعلنا قادرين على العطاء المثمر، ويربطنا بعلاقات سوية مع الغير، تمكننا من التمتع بإرادة ثابتة للعيش بسلام من خلال التواصل الفعال بيننا وبين الآخرين؛ إذ يُعدُّ التواصل أساس عملية التوافق، ومنها ينشأ التجاذب أو التنافر بين الأفراد؛ إذ ليس ثمة توافق من غير تواصل اجتماعي سليم (عمر، ٢٠١١: ١٧٣).

تتناقش الباحثة مع المسترشدات الصعوبات والمشكلات التي تواجههنّ اجتماعياً، وتحول دون توافقهنّ مع الآخرين من خلال إثارة التساؤل الآتي:

ما الصعوبات والمشكلات التي تواجهنها اجتماعياً؟ وهل تؤثر على توافقهنّ مع الآخرين؟

وبعد حصول الباحثة على إجابات المسترشدات تقدّم التعزيز الاجتماعي لهنّ.

ثمّ توضح الباحثة بعض الأساليب المساعدة على تحقيق التوافق الاجتماعي الفعال بما يأتي:

معرفة الفرد بنفسه، وحدود إمكانياته وقدراته.  
 التمتع بعادات ومهارات التواصل مع الآخرين.  
 تقبل الفرد لنفسه؛ إذ إنّ فكرة الإنسان عن نفسه تؤثر في توافقه مع أفراد المجتمع.  
 المرونة في العلاقات والتفاعلات مع البيئة الاجتماعية (فهيم، ١٩٩٥: ٣٨-٣٩).  
 تقوم الباحثة بتدريب المسترشدات على الإنصات الإيجابي (اللفظي وغير اللفظي)؛ من أجل  
 تحديد الأفكار التي تتوسط بين الموقف واستجابة عدم التوافق الاجتماعي التي تتضمن:  
 الانتباه: من خلال التركيز على كُلِّ ما يقوله المتحدث من أفكار، وإعادة صياغة ما تمَّ  
 سماعه بكلمات أكثر دقة.  
 تعبيرات الوجه: من خلال تركيز النظر على المتحدث، والحيوية التي تعطي الشعور بأنك  
 متيقظة.  
 رسائل الجسم: من خلال الإيماءات كهز الرأس بالإيجاب أو النفي، وحركة اليدين  
 للاستفسار، أو الاستمرار كذلك وضع الجسم الذي يبعث على الراحة.  
 التعبيرات الصوتية: من خلال استخدام بعض الإشارات الصوتية التي تعبر عن الإنصات  
 الجيد مثل: (آه، ها...)، أو بعض الكلمات القصيرة مثل: (ممتاز، أكملني حديثك).  
 تقوم الباحثة مع إحدى المسترشدات (ممن ترغب) بعمل أنموذج تدريبي لتوضيح هذه الفنية،  
 بحيث تجلس الواحدة مقابل الأخرى، وتتكلم المسترشدة عن أفكارها ومواقفها الاجتماعية، في  
 حين تستمع الباحثة مستعملة المهارات السابقة، وتحاول صياغة ما سمعته بعبارات أكثر  
 صدقاً، مثل:  
 المسترشدة: إنّ كُلَّ شيء قد اختلف معي حتى أنّ الآخرين لا يتقبلون وجودي بينهم.  
 الباحثة: يبدو أنّك تشعرين بأنك غير مقبولة من الآخرين.  
 تطلب الباحثة من المسترشدات بعد هذا التدريب القيام بعكس الأدوار فيما بينهنّ عن طريق  
 فنية لعب الأدوار؛ من أجل تعديل هذه الأفكار وملاؤها بأفكار أكثر ملاءمة ووضوح، مثل:  
 (وجودي مع الآخرين يجعلني أشعر بالارتياح). تقوم الباحثة بتقديم التغذية الراجعة  
 التصحيحية والايجابية للسلوكيات والجمل التي تستخدمها المسترشدات.  
 تقوم الباحثة بتقديم التعزيز المناسب للمسترشدات عند التصرف بالكيفية التي تؤدي إلى  
 تغيير السلوك بطريقة ذاتية.

توجه الباحثة للمسترشدات السؤاليين الآتيين:

١. ما معنى التوافق الاجتماعي.

٢. ما أساليب تحقيق التوافق الاجتماعي؟

تطلب الباحثة من المسترشدات إصدار تقييمهن حول مدى الإفادة من موضوع الجلسة في حياتهن اليومية.

تطلب الباحثة من المسترشدات تدريباً بيتياً يتضمن ذكر موقف اجتماعي تعرضن له، وكيف يتم التعامل معه على وفق الأساليب التي تم عرضها.

### سابعاً: الوسائل الإحصائية

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية في معالجة البيانات، وبالإستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS)، وهي: (مربع كاي)، واختبار ولكوكسن، ومعامل ارتباط بيرسون، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، والوسط المرجح، والوزن المئوي، ومعادلة الفاكرونباخ، واختبار مان وتني، واختبار كولموجروف - سيمرنوف).

### المبحث الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا المبحث عرض النتائج على وفق هدف البحث و فرضياته ، وتفسيرها، ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة على النحو الآتي:  
تحقيقاً لهدف البحث الحالي نَعَرُفُ "أثر برنامج إرشادي بأسلوب مل الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات"، من خلال اختبار الفرضيات الآتية:

١. الفرضية الأولى: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الوجودي:  
استخدم اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين)؛ إذ تبين أنّ القيمة المحسوبة (٢٦) وهي غير دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، أي لا توجد فروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة، كما موضح في الجدول (٢).

#### الجدول (٢)

درجات المجموعة الضابطة على مقياس الفراغ الوجودي في الاختبارين القبلي والبعدي.

ت	المجموعة الضابطة	الفرق	رتب	الرتب	الرتب السالبة	قيمة W	مستوى	دلالة
---	------------------	-------	-----	-------	---------------	--------	-------	-------

الفروق	الدلالة	الجدولية	المحسوبة		الموجبة	الفروق	قبلي- بعدي	درجات الاختبار البعدي	درجات الاختبار القبلي	
					٤	٤	٢	١٠٩	١١١	
					١٠	١٠	٦	١٠٠	١٠٦	
				٨		٨	٤-	١١٠	١٠٦	
				١,٥		١,٥	١-	١٠٦	١٠٥	
				٤		٤	٢-	١٠٧	١٠٥	
					٤	٤	٢	١٠٢	١٠٤	
					٨	٨	٤	١٠٠	١٠٤	
				٨		٨	٤-	١٠٥	١٠١	
				٦		٦	٣-	١٠٣	١٠٠	
				١,٥		١,٥	١-	١٠٠	٩٩	
				W-	W+			١٠٤,٢	١٠٤,١	المتوسط
				٢٩	٢٦					

٢. الفرضية الثانية: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس الفراغ الوجودي: استخدم اختبار (ولكوكسن لعينتين مترابطتين)؛ إذ تبين أنَّ القيمة المحسوبة (صفر)، وهي دالة إحصائيًا عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، أي توجد فروق في المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعده، كما موضح في الجدول (٣).

## الجدول (٣)

درجات المجموعة التجريبية على مقياس الفراغ الوجودي في الاختبارين القبلي والبعدي.

دلالة الفروق	مستوى الدلالة	قيمة W		الرتب السالبة	الرتب الموجبة	رتب الفروق	الفروق قبلي- بعدي	المجموعة التجريبية		ت
		الجدولية	المحسوبة					درجات الاختبار البعدي	درجات الاختبار القبلي	
				-	٥,٥	٥,٥	٣٥	٧٩	١١٤	
				-	٣,٥	٣,٥	٣٣	٧٧	١١٠	
				-	٨	٨	٤٠	٦٦	١٠٦	
				-	٩	٩	٤٧	٥٩	١٠٦	
				-	٣,٥	٣,٥	٣٣	٧٢	١٠٥	
				-	٥,٥	٥,٥	٣٥	٧٠	١٠٥	
				-	١٠	١٠	٥١	٥٣	١٠٤	
				-	٢	٢	٢٠	٧٢	١٠٢	
				-	٧	٧	٣٦	٦٤	١٠٠	
				-	١	١	٢٩	٧٠	٩٩	
				W-	W+			٦٨,٢	١٠٥,١	المتوسط
				صفر	٥٥					



٣. الفرضية الثالثة: لا توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الفراغ الوجودي: استخدم اختبار (مان وتني) لعينات متوسطة الحجم؛ إذ تبين أن القيمة المحسوبة (صفر) وهي دالة إحصائية عند موازنتها بالقيمة الجدولية (٢٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، أي توجد فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية، كما موضح في الجدول (٤).

الجدول (٤)  
درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي.

ت	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (U)		مستوى الدلالة	دلالة الفروق
	الدرجة	الرتبة	الدرجة	الرتبة	الجدولية	المحسوبة		
	٧٩	١٠	١٠٩	١٩	٢٣	صفر	٠,٠٥	دال إحصائياً
	٧٧	٩	١٠٠	١٢				
	٦٦	٤	١١٠	٢٠				
	٥٩	٢	١٠٦	١٧				
	٧٢	٧,٥	١٠٧	١٨				
	٧٠	٥,٥	١٠٢	١٤				
	٥٣	١	١٠٠	١٢				
	٧٢	٧,٥	١٠٥	١٦				
	٦٤	٣	١٠٣	١٥				
	٧٠	٥,٥	١٠٠	١٢				
مج	٦٨٢	٥٥= ر	٩٢٢	١٥٥= ر				
المتوسط	٦٨,٢		٩٣,٢					

وبناءً على ذلك يمكن عزو هذه النتيجة لأسباب الآتية:

١. إنَّ لأسلوب ملء الفراغ أثره الفعال في تبصير المطلقات بطريقة تفكيرهن من خلال تعليمهن التركيز على الأفكار التي تحدث في أثناء معايشة المثير، والاستجابة، وتوليد الأفكار الملائمة التي تمر عبر سلسلة من العمليات العقلية كالانتباه، والإدراك، والتفكير (الشناوي، ٢٠٠١: ١٢٤-١٢٥)، ويتفق هذا مع نتائج دراسة (السراي، ٢٠١٢)، ودراسة (مصطاف، ٢٠١٤).

٢. إنَّ الأنشطة والفنيات الإرشادية كالمناقشة، والاسترخاء، ولعب الدور، والتعزيز، إلى غير ذلك، التي استخدمت في البرنامج الإرشادي جاءت متنوعة وملاءمة لعينة البحث، التي تمتاز بمشكلات ذات طبيعة خاصة والتي كان لها الأثر في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات .

٣. إنَّ استخدام أسلوب الإرشاد الجمعي كان له أثره في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات؛ وذلك من خلال تحسين الكفاية الذاتية والاجتماعية للمطلقات اللاتي تتشابه مشكلاتهن؛ إذ يسهم وجودهن معاً إلى دعم بعضهن البعض والتفاعل في أثناء حديثهن عن مشكلاتهن؛ مما يجعلهن يكتسبن مهارات اجتماعية مختلفة (أبو أسعد، ٢٠١١: ٢١٠).

### التوصيات

١. الإفادة من البرنامج الإرشادي من قبل الباحثين في مراكز أبحاث الطفولة والأمومة والمنظمات التي تعنى بشؤون المرأة؛ لتخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات.
٢. إثارة اهتمام الباحثين لإجراء المزيد من البحوث باستخدام أداة القياس التي تمَّ بناءها في البحث الحالي؛ بوصفها أداة للكشف عن الفراغ الوجودي لدى المطلقات.
٣. إنشاء المراكز الاجتماعية والنوادي؛ بغية التخفيف من حدة الأزمات واستثمار وقت الفراغ لدى المطلقات في نشاطات تنمي شخصياتهن.
٤. حث مؤسسات الرعاية الاجتماعية، والجمعيات النسائية، ومنظمات المجتمع المدني وتوجيهها للقيام بدورها تجاه النساء المطلقات ومعالجة مشكلاتهن من خلال إعداد مزيد من البرامج، مثل: (برامج الدعم النفسي، ولقاءات توعية، وورش عمل).

### المقترحات

- استكمالاً للبحث الحالي وتطويراً له وضعت الباحثة عدة مقترحات وهي:
١. إجراء دراسة مماثلة على عينات أخرى مثل الأراذل.

٢. إجراء دراسة مقارنة باستخدام الأسلوب الإرشادي المعتمد في البحث الحالي في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات بحسب متغير السكن (ريف، مدينة) أو متغير المهنة (ربات بيوت، موظفات).

### Abstract

#### The Effect of Guidance Programmer with the Fill in the Blank Style the Existential Vacuum for Divorced Women

Key word: to Reduce, Existential ,Vacuum

A Paper extracted from M.A. Thesis

Prof. Salem Nuri Sadiq  
Mail: D. Sadiq@yahoo.com  
University of Diyala  
College of Education for  
Human Sciences

Noor Ismail Jawad Hussein  
Mail: free2s2s@yahoo.com  
Directorate General of  
Education In Diyala

*The study is aiming at identifying the effect of guidance programme with the fill in the blank style to reduce the existential vacuum for divorced women, The current study is limited to the divorced housewives in the Diyala Governorate at Baqubah district center for the academic year (2015-2016). To verify the aim of the study, an experimental design is used which is experimental group and control group with pretest and posttest designs. The sample consists of (20) divorced which are randomly distributed into two groups (experimental group) and (control groups), in the amount of (10) divorced women for each group. An equivalence has been done between the two groups in the number of variables and the researcher design an existential vacuum scale that consists of (40) items . The researcher applied a guidance programme with (Fill in the Blank Style) according to the cognitive theory of (Beck), it is performed through guidance programme designed to reduce the existential vacuum, The programme included (14) guidance sitting, in the amount of twice session per week, each session is 60 minutes long. The following statistical methods are used, such as (Chi-square, Wolskoskin test, Pearson correlation, t-test for two independent samples, Weighted Mean, and Weight Percentile, Alpha – Cronbach formula, Mann-Whitney test, Kilmogorow-Smirnow Test). The results show that the guidance programme with fill in the blank style has an effect to reduce the existential vacuum for divorced women. In the light of the programme results, a number of recommendations and suggestions are put forward.*

## المصادر العربية والأجنبية

- أبو أسعد، أحمد عبداللطيف، (٢٠١١)، العملية الإرشادية، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- أبو أسعد، أحمد عبداللطيف وعربيات، أحمد عبدالحليم، (٢٠١٢)، نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- أحمد، مُحَمَّد عبدالسلام، (١٩٨١)، القياس النفسي والتربوي، ط٢، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- بيك، أرون، (٢٠٠٠)، العلاج المعرفي والاضطرابات المعرفية، ط١، ترجمة: عادل مصطفى وغسان يعقوب، دار النهضة العربية، بيروت.
- حشمت، حسين وباهي، مصطفى، (٢٠٠٦)، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، دار العالمية للنشر والتوزيع، مصر.
- الداهري، صالح حسن أحمد، (٢٠٠٠)، مبادئ الإرشاد النفسي والتربوي، ط١، مؤسسة حمادة للخدمات والدراسات البحثية ودار الكندي للنشر، الأردن
- سالم، سماح سالم وجادو، جمال عبدالحמיד، (٢٠١٥)، الإرشاد الاجتماعي، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- السراي، هاشم فرحان خنجر، (٢٠١٢)، تأثير فنيتين إرشاديتين (ملئ الفراغ - تغيير القواعد) في خفض حدة التفكير المستقطب لدى طلاب المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، الجامعة المستنصرية، بغداد
- سميث، باربرا، (٢٠٠٩)، سيكولوجيا الجنس والنوع، ط١، ترجمة: سامح وديع الخفس، وَمُحَمَّد صبري سليط، دار الفكر، عمان.
- الشناوي، مُحَمَّد محروس، (٢٠٠١)، بحوث في التوجيه الإسلامي للإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبدالرحمن، سعد، (٢٠٠٨)، القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط٥، دار هبة النيل العربية للنشر والتوزيع، القاهرة.

- عبدالناصر، مرفت، (ب.ت)، هموم المرأة (تحليل شامل لمشاكل المرأة النفسية)، مطبعة ستار برس للطباعة والنشر، القاهرة.
- عمر، مُحَمَّد كمال أبو الفتوح، (٢٠١١)، مشكلات الكلام التلقائي ومهارات اللّغة لدى أطفال الاوتيزم، ط١، دار زهران للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- غانم، مُحَمَّد حسن، (٢٠٠٨)، مدخل إلى العلاج النفسي، مكتبة مدبولي، جامعة حلوان، مصر.
- فارس، امجد كاظم، (٢٠٠٩)، الإحباط الوجودي وعلاقته بالأسلوب المعرفي تحمل - عدم التحمل الغموض لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- فهمي، مصطفى، (١٩٩٥)، الصحة النفسية (دراسات في سيكولوجيا التكيف)، ط٣، مكتبة الخانجي، القاهرة.
- الكناني، لينا علي كاظم، (٢٠١٢)، الفراغ الوجودي وعلاقته بمعنى الألم لدى المطلقات، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- كوري، جيرالد، (٢٠١١)، النّظرية والتطبيق في الإرشاد والعلاج النفسي، ط١، ترجمة: سامح وديع الخفس، دار الفكر، عمان.
- ماي، رولو، (١٩٩٣)، البحث عن الذات، ط١، ترجمة: عبد علي الجسماني، المؤسسة العربيّة للدراسات والنشر، بيروت.
- ماي، رولو ويالوم، ارفين، (١٩٩٩)، مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي، ط١، ترجمة: عادل مصطفى، دار النهضة العربيّة للطباعة والنشر، بيروت.
- مُحَمَّد، عادل عبدالله، (٢٠٠٠)، العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقات، دارالرشاد، القاهرة.
- مُحَمَّد، نور جبار علي، (٢٠١٤)، الفراغ الوجودي وتجاوز الذات وعلاقتها بالتصورات المستقبلية لدى الأرامل، أطروحة دكتوراه (منشورة)، كلية التربية، جامعة ديالى.

- مصطفى، هيام قاسم مُحَمَّد، (٢٠١٤)، التداخل الإرشادي بأسلوب ملي الفراغ وإعادة البنية المعرفية في تنمية الذكاء الروحي لدى طالبات المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى.
- نقايس، فضيلة، (٢٠١٣)، الحاجات الإرشادية للنساء المطلقات (دراسة ميدانية على عينة من المطلقات ببلدة ورقلة)، رسالة ماجستير (منشورة)، الجزائر.
- النوح، مساعد عبدالله، (٢٠٠٤)، مبادئ البحث التربوي، ط١، مكتبة الرشد، الرياض.
- وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، (٢٠١٤)، قانون الحماية الاجتماعية، المادة (٢)، رقم (١١)، بغداد، العراق.
- Borders, L.D, & Drury, Sandra, M.D, (1992), comprehensive school counseling programs, areview for policymakers and practitoners journal of counseling and development volume(70).
- Cully, Jeefrey,A & Teten, andea,L (2008), A therapists guide to brief cognitive behavioral therapy,department of veterans affairs,south central mirecc,Houston.
- Leath,colin, (1999), The experience of meaning in life from psychological perspective.
- May, Rollo,(1953), Mans search for himself, New York, random house.
- -----,(1977),The meaning of anxiety,New York, Norton.
- Paul,Spector,E,(1992),Summated rating scale construction an introduction sage university papers series, quantitative applications in the social sciences

### الملحق (١)

مقياس الفراغ الوجودي بصورته النهائية

أختي العزيزة..

تحية طيبة وبعد..

بين يديك مقياس للبحث العلمي يتضمن مجموعة من الفقرات التي تمثل مواقف حياتية متنوعة، قد تتفقين معها أو تختلفين معها، يرجى قراءتها بإمعان، وتحديد موقفك بدقة باختيار إحدى البدائل الثلاثة لكل فقرة في ورقة الإجابة المرفقة على النحو الآتي:

١. إذا كنت توافقين دائماً على مضمون الفقرة ضعي علامة (✓) تحت (تنطبق عليّ دائماً).
٢. إذا كنت توافقين أحياناً على مضمون الفقرة ضعي علامة (✓) تحت (تنطبق عليّ أحياناً).
٣. إذا كنت لا توافقين أبداً على مضمون الفقرة ضعي علامة (✓) تحت (لا تنطبق عليّ أبداً).

نأمل تعاونك باختيار إجابة واحدة فقط لكل فقرة بكل صدق وأمانة كما نعهده منك، وتأكدي أنّهُ ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة، وأنّ إجابتك لأغراض البحث العلمي فقط؛ لذا يجرى الإجابة عن جميع الفقرات، وتجنب ترك أي فقرة من دون إجابتها، ولا داعي لذكر الاسم.

مع الشكر والاحترام لتعاونك في الإجابة

الباحثة/ طالبة الماجستير

نور إسماعيل جواد

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
	أجد نفسي غريبة في الوسط الاجتماعي.			
	تنشغل أفكاري بالموضوعات الجنسية.			
	أثق بقدراتي على الرغم من محدوديتها.			
	أتجنب مشاهدة الأفلام الغرامية التي تثير رغباتي.			
	أتحمل مسؤولية حياتي بنجاح.			
	أجد حلاً لكل مشكلة تواجهني بفعالية.			
	تتسم حياتي بالراحة والأمان.			
	أمارس حياتي بفعالية في هذا المجتمع.			
	أجد صعوبة في اتخاذ القرارات الخاصة بي.			
	المستقبل مجهول بالنسبة لي في هذه الحياة.			
	حديث الناس عني كوني مطلقة جعلت حياتي لا معنى لها.			
	أعجز عن وصف مشاعري العاطفية.			
	العالم من حولي له معنى.			

		أعمل على توسيع علاقاتي مع الآخرين كي أعيش بسعادة.	
		امتلك أفكار متنوعة حول كيفية التعامل مع المشكلات التي تواجهني.	
		أقلق على سمعتي مما يجعلني متعبة نفسياً.	
		أتجنب حضور المناسبات الاجتماعية كوني مطلقة.	
		أصيغ أفكاري بطريقة منتظمة.	
		أعمالي اليومية روتينية.	
		أعيش حياة الوحدة رغم وجود الآخرين حولي.	
		أتمكن من تشخيص الأسباب التي تؤدي إلى غضبي.	
		أتوافق نفسياً مع وضعي الاجتماعي الحالي.	
		انعزل عن الضيوف عند زيارتهم لنا.	
		أجد نفسي عاجزة عن تحديد أخطائي السابقة.	
		لدي المقدرة على التحكم بمصيري.	
		أتألم من انتقادات الأسرة كوني مطلقة.	
		عندما أتأمل حياتي تنتابني مشاعر اليأس.	
		أجد أن مواقف الحياة قد خدلتني.	
		أخشى أن يتخلى عني أفراد أسرتي في المستقبل.	
		أنا راضية عن نفسي.	
		أجد أن الحياة الآن أفضل مما مضى.	
		أجد نفسي مستبعدة اجتماعياً كوني مطلقة.	
		أتمتع بعزيمة في مواجهة المواقف المثيرة جنسياً.	
		تنتابني حالة الغضب كلما تذكرت قضية الطلاق.	
		أجد أن المجتمع لا يرحم المطلقات.	
		أجد صعوبة في تحديد ما أريده من الحياة.	
		أرى أن الآخرين يتجنبون الخروج معي.	
		أجد نفسي محرومة عاطفياً.	
		تزعجني مراقبة أهلي لتصرفاتي.	
		أرتاح عندما أتحدث مع نفسي.	