



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية



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

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة ديالى
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير
في التربية (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي)

من الطالبة

نور إسماعيل جواد حسين

بإشراف

الأستاذ الدكتور

سالم نوري صادق

۞

﴿وَالْمُطَلَّقَاتُ مَتَّعٌ بِالْمَعْرُوفِ عَلَىٰ حَقِّهَا﴾

﴿۲۴۱﴾ عَلَى الْمُتَّقِينَ
A

البقرة: الآية ﴿۲۴۱﴾

إقرار المشرف

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات) المقدمة من طالبة الماجستير (نور إسماعيل جواد حسين) قد تم بإشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية - جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي).

المشرف

أ.د. سالم نوري صادق

٢٠١٦ / /

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة أُرشح هذه الرسالة للمناقشة.

أ.د. خالد جمال حمدي

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

٢٠١٦ / /

إقرار الخبير اللغوي

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات) المقدمة من طالبة الماجستير (نور إسماعيل جواد حسين) قد صُحِّحت من الناحية اللغوية، وأصبح أسلوبها العلمي سليماً خالياً من الأخطاء والتعبيرات اللغوية والنحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت.

الاسم: أ.م.د. باسم محمد إبراهيم

العنوان: جامعة ديالى/ كلية التربية للعلوم الإنسانية.

التاريخ: / / ٢٠١٦

إقرار الخبير العلمي

أشهد أنّ الرسالة الموسومة بـ (أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات) المقدمة من طالبة الماجستير (نور إسماعيل جواد حسين) قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية من قبلي وبذلك أصبحت مؤهلة للمناقشة قدر تعلق الأمر بالسلامة العلميّة.

الاسم:

العنوان:

التاريخ: ٢٠١٧ / /

إقرار لجنة المناقشة

نحن رئيس لجنة المناقشة وأعضاؤها نشهد أننا قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ (أثر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات) المقدمة من طالبة الماجستير (نور إسماعيل جواد حسين) وناقشناها في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونُقرُّ أنَّها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية (الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي) بتقدير (امتياز).

أ.م.د. ناسو صالح سعيد

عضوًا

٢٠١٧ / /

أ.م.د. محمود شاكر عبدالرزاق

عضوًا

٢٠١٧ / /

أ.د. عدنان محمود عباس

رئيسًا

٢٠١٧ / /

أ.د. سالم نوري صادق

عضوًا ومُشرفًا

٢٠١٧ / /

صُدِّقت الرسالة من قبل مجلس كُليَّة التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة ديالى بتاريخ

٢٠١٧/ /

أ.م.د. نصيف جاسم مُحَمَّد الخفاجي

عميد كُليَّة التربية للعلوم الإنسانية

٢٠١٧/ /

الإهداء

شذى عمري، ومعنى الحب والتفاني، من كانت
دعواتها الغالية سر نجاحي وتوفيقي، أطال الله
عمرَك، ومنحني رضاك، إليكِ غاليتي . . أمي .
من أحملُ اسمه بكلِّ فخر، من افتقدهُ منذُ الصغر، ولم
تمهلهُ الحياة لأقدم له شيئاً يذكر . . أبي .
مبعث الأمل بداخلي، وتوأم روحي، من احتلت
مكاناً في قلبي، أختي مروة .
من كُنَّ سنداً لي في زماني، أخواتي رنا، وزينب .
إليكم يا نوراً يضيءُ سماءَ ليلي أهدى ثمرة جهدي
المتواضع .

عالم

الباحثة

شكر وشكر

الحمد لله رب العالمين القائل في مُحكم كتابه: ﴿لِيَن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ﴾
[إبراهيم: ٧] وَالصَّلَاةَ وَالسَّلَامَ عَلَى سَيِّدِ الْأَوَّلِينَ وَالْآخِرِينَ وَأَشْرَفِ الْخَلْقِ أَجْمَعِينَ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ
وصحبه وسلّم تسليمًا كثيرًا، أمّا بعد . .

فيطيب لي أن أتقدم بجزيل الشكر والثناء إلى من لا أجد كلمة في سطور الكتب تستحق شرف
الارتقاء لشكره، إلى أستاذي المشرف الأستاذ الدكتور سالم نوري صادق، الذي كان نعم العون لي؛ لما
أبداه من توجيهات وملاحظات علمية، وما منحني إياه من وقت وجهد نورت طريق بحثي العلمي .
ومن واجب الإخلاص والعرفان أن أتقدم بالشكر والامتنان إلى الأساتذة الأفاضل في قسم
العلوم التربوية والنفسية، وأخص منهم الأستاذ الدكتور عدنان محمود عباس المهداوي؛ لما قدمه لي من
توجيهات وآراء سديدة خلال مدة الدراسة والبحث .

وأقدم شكري وعرفاني إلى منظمة الزاهد للإغاثة والتنمية، والعاملين فيها كافة؛ لما أبدوه لي
من روح تعاون ومساعدة على إتمام البرنامج الإرشادي .

وأوجه بالشكر إلى سميرة شهاب إحدى المشاركات في البرنامج الإرشادي التي كانت لمعاناتها
دافعًا لي لبذل المزيد من الجهد لإنجاح البرنامج، وكل من تكرمت وسمحت بتطبيق الدراسة عليها .

وأقدم بالشكر إلى زوج أختي (علاء)؛ لما قدمه لي من خدمات جلييلة لن أنساها .

وأخيرًا أتقدم بالشكر إلى كل من شارك بمساعدة، أو مشورة، أو رأي، أو ملاحظة .

والله ولي التوفيق

الباحثة

مستخلص البحث

مستخلص البحث:

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

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الوجودي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس الفراغ الوجودي.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الفراغ الوجودي.

يتحدد البحث الحالي بالمطلقات ربات البيوت في مركز مدينة بعقوبة في محافظة ديالى للعام (٢٠١٥/٢٠١٦م).

ولتحقيق هدف البحث واختبار فرضياته أُستخدم المنهج التجريبي ذا التصميم (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة مع اختبار قبلي وبعدي)، وتكونت عينة البحث من (٢٠) مطلقاً موزعات بطريقة عشوائية على مجموعتين (مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة)، وبواقع (١٠) مطلقات في كلّ مجموعة، وقد تمّ إجراء التكافؤ بين المجموعتين في بعض المتغيرات وهي: (الدرجات على مقياس الفراغ الوجودي قبل بدء التجربة، والعمر الحالي، والعمر عند الزواج، ومصدر قرار الطلاق، وطول المدة بعد الطلاق، والمستوى التعليمي، والدخل الشهري، ومكان الإقامة، وعدد الأبناء، ومكان إقامة الأبناء، وعدد المرات التي يسمح بزيارة الأبناء في حالة إقامتهم مع الأب، والجهة التي تتولى النفقة على الأبناء).

وقامت الباحثة ببناء مقياس الفراغ الوجودي الذي تكون من (٤٠) فقرة، وتم عرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية، والقياس والتقويم؛ وبذلك تحقق الصدق الظاهري للمقياس، وكذلك التحقق من صدق البناء، أما الثبات فقد تمَّ إيجاده بطريقتين هما: إعادة الاختبار؛ إذ بلغ (٠,٨٣)، والفاكرونباخ وقد بلغ (٠,٨٩).

وكذلك قامت الباحثة بتطبيق برنامج إرشادي ب (أسلوب ملء الفراغ) بحسب النظرية المعرفية لـ (بيك)، تمَّ تنفيذه من خلال برنامج إرشادي أعد لغرض تخفيض الفراغ الوجودي، وقد تمَّ التحقق من صدق البرنامج الإرشادي من خلال عرضه على مجموعة من المتخصصين في مجال الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي؛ وبذلك تحقق الصدق الظاهري للبرنامج، وقد تكوّن البرنامج من (١٤) جلسة إرشادية 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 نتائج البحث الحالي ما يأتي:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات

المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الوجودي.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات

المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس الفراغ الوجودي.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات

المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي على مقياس الفراغ الوجودي لصالح المجموعة التجريبية.

وقد أظهرت النتائج أنَّ للبرنامج الإرشادي بأسلوب ملء الفراغ أثرًا في تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات.

وفي ضوء نتائج البحث قدمت الباحثة عددًا من التوصيات والمقترحات.

ثبت المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	العنوان.
ب	الآية القرآنية.
ج	إقرار المشرف.
د	إقرار الخبير اللغوي.
هـ	إقرار الخبير العلمي.
و	إقرار لجنة المناقشة.
ز	الإهداء.
ح	شكر وثناء.
ط-ك	مستخلص الرسالة باللغة العربية.
ل-ن	ثبت المحتويات.
س-ف	ثبت الجداول.
ف	ثبت الأشكال.
ف	ثبت المخططات.
ص	ثبت الملاحق.
١٦-١	الفصل الأول: التعريف بالبحث.
٤-٢	مشكلة البحث.
١٠-٥	أهمية البحث.
١١-١٠	هدف البحث.
١١	حدود البحث.
١٦-١١	تحديد المصطلحات.

٧٠-١٧	الفصل الثاني: إطار نظري ودراسات سابقة.
٢٨-١٨	أولاً: الإرشاد والبرنامج الإرشادي.
٢٠-١٨	١. مفهوم الإرشاد.
٢٨-٢٠	٢. البرنامج الإرشادي.
٤١-٢٨	ثانياً: الأساليب الإرشادية.
٣٤-٢٩	النظرية المعرفية.
٤١-٣٥	أسلوب ملء الفراغ.
٥٥-٤١	ثالثاً: الفراغ الوجودي.
٤٦-٤١	١. مفهوم الوجودية.
٤٨-٤٦	٢. الفراغ الوجودي.
٥٥-٤٨	نظريات الفراغ الوجودي.
٥٠-٤٨	١. نظرية فرانكل.
٥٥-٥٠	٢. نظرية رولوماي.
٥٧-٥٥	رابعاً: الطلاق.
٥٩-٥٧	آثار الطلاق على المرأة.
٦١-٥٩	المراحل النفسية التي تمر بها المرأة بعد الطلاق.
٧٠-٦١	دراسات سابقة.
٦٢-٦١	أولاً: دراسات تناولت أسلوب ملء الفراغ.
٦٤-٦٣	موازنة الدراسات السابقة لأسلوب ملء الفراغ.
٦٧-٦٤	ثانياً: دراسات تناولت الفراغ الوجودي.
٧٠-٦٨	موازنة الدراسات السابقة للفراغ الوجودي.
١٠٨-٧١	الفصل الثالث: إجراءات البحث.
٧٢	أولاً: منهج البحث.

٧٥-٧٢	ثانياً: التصميم التجريبي.
٧٥	ثالثاً: مجتمع البحث.
٧٦-٧٥	رابعاً: عينة البحث.
٨٦-٧٧	خامساً: تكافؤ المجموعتين.
٨٦	سادساً: أدوات البحث.
١٠٦-٨٦	مقياس الفراغ الوجودي.
١٠٨-١٠٦	سابعاً: الوسائل الإحصائية.
١٩٠-١٠٩	الفصل الرابع: البرنامج الإرشادي.
١٢٦-١١٠	إجراءات بناء البرنامج الإرشادي.
١٩٠-١٢٦	تطبيق البرنامج الإرشادي.
١٩٩-١٩١	الفصل الخامس: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.
١٩٥-١٩٢	أولاً: عرض النتائج.
١٩٨-١٩٦	ثانياً: تفسير النتائج ومناقشتها.
١٩٨	التوصيات.
١٩٩	المقترحات.
٢٢١-٢٠٠	المصادر والمراجع.
٢٤٨-٢٢٢	الملاحق.
b-c	مستخلص الرسالة باللغة الانكليزية.
a	العنوان باللغة الانكليزية.

ثبت الجداول

رقم الصفحة	العنوان	رقم الجدول
٧٦	توزيع المطلقات على المجموعتين التجريبية والضابطة	١
٧٨	القيم الإحصائية لاختبار مان وتني في التكافؤ بين درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الفراغ الوجودي قبل بدء التجربة.	٢
٧٩	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير العمر الحالي للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٣
٨٠	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير العمر عند الزواج للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٤
٨٠	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير مصدر قرار الطلاق للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٥
٨١	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير طول المدة بعد الطلاق للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٦
٨٢	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير المستوى التعليمي للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٧
٨٢	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير الدخل الشهري للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٨
٨٣	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير مكان الإقامة للمجموعتين التجريبية والضابطة.	٩
٨٤	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير عدد الأبناء للمجموعتين التجريبية والضابطة.	١٠

٨٤	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير مكان إقامة الأبناء للمجموعتين التجريبية والضابطة.	١١
٨٥	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير عدد مرات رؤية الأبناء للمجموعتين التجريبية والضابطة.	١٢
٨٦	القيم الإحصائية لاختبار كولموجروف - سيمرنوف لمتغير الجهة التي تتولى النفقة على الأبناء للمجموعتين التجريبية والضابطة.	١٣
٩٠	الفقرات التي تمَّ استبعادها من مقياس الفراغ الوجودي؛ لعدم صلاحيتها، ونسب الاتفاق، وقيم كاي ^٢ .	١٤
٩١	الفقرات التي تمَّ تعديلها على وفق آراء الخبراء.	١٥
٩٤	قيمة مربع كاي والنسب المئوية لآراء المحكمين وصلاحية الفقرات.	١٦
٩٦-٩٧	القوة التمييزية لفقرات مقياس الفراغ الوجودي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين.	١٧
٩٨-٩٩	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الفراغ الوجودي.	١٨
١٠٠-١٠١	قيم معاملات ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال لمقياس الفراغ الوجودي.	١٩
١٠٢	علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس الفراغ الوجودي.	٢٠
١٠٣	مصفوفة الارتباطات الداخلية بين مجالات مقياس الفراغ الوجودي.	٢١
١٠٥	المؤشرات الإحصائية لمقياس الفراغ الوجودي.	٢٢
١١١-١١٣	الوسط المرجح والوزن المنوي وتقديرات الفراغ الوجودي لكل فقرة من فقرات المقياس وترتيبها تنازليًا.	٢٣

١١٥-١١٤	فقرات مقياس الفراغ الوجودي التي حولت إلى موضوعات ضمن البرنامج الإرشادي.	٢٤
١٢٧	عنوانات الجلسات الإرشادية وتأريخ انعقادها.	٢٥
١٩٣	درجات المجموعة الضابطة على مقياس الفراغ الوجودي في الاختبارين القبلي والبعدي ورتبهما وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٢٦
١٩٤	درجات المجموعة التجريبية على مقياس الفراغ الوجودي في الاختبارين القبلي والبعدي ورتبهما وقيمة (W) المحسوبة والجدولية.	٢٧
١٩٥	درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي وقيمة (U) المحسوبة والجدولية.	٢٨

ثبت الأشكال

رقم الصفحة	العنوان	رقم الأشكال
٣٩	محتوى المعتقدات والأفكار الآلية.	١
٧٤	التصميم التجريبي المستخدم في البحث الحالي.	٢
١٠٦	منحنى التوزيع التكراري لعينة البحث لمقياس الفراغ الوجودي.	٣

ثبت المخططات

رقم الصفحة	العنوان	رقم المخطط
٣٢	خطوات الإرشاد المعرفي.	١
٣٩	كيفية حدوث الأفكار الآلية.	٢
٨٧	خطوات بناء المقياس.	٣

ثبت الملاحق

رقم الملحق	العنوان	رقم الصفحة
١	تسهيل مهمة.	٢٢٣
٢	تسهيل مهمة.	٢٢٤
٣	إحصائية عدد حالات الطلاق شهرياً في قضاء بعقوبة لعام ٢٠١٥.	٢٢٥-٢٣٢
٤	أعداد المطلقات بحسب دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة.	٢٣٣
٥	استبانة استطلاعية.	٢٣٤
٦	أعداد المطلقات ربات البيوت بحسب محكمة الأحوال الشخصية.	٢٣٥
٧	كتاب منظمة الزاهد للإغاثة والتنمية.	٢٣٦
٨	استمارة معلومات أولية لإجراء التكافؤ بين المجموعتين.	٢٣٧-٢٣٨
٩	مقياس الفراغ الوجودي بصورته الأولية.	٢٣٩-٢٤٢
١٠	أسماء السادة الخبراء مرتبة بحسب الحروف الهجائية ودرجاتهم العلمية.	٢٤٣
١١	مقياس الفراغ الوجودي بصورته النهائية.	٢٤٤-٢٤٦
١٢	استمارة الاتفاق على الاشتراك بالبرنامج الإرشادي.	٢٤٧
١٣	استبانة آراء السادة المحكمين حول صلاحية جلسات البرنامج الإرشادية.	٢٤٨

الفصل الأول

التعريف بالبحث

- مشكلة البحث .
- أهمية البحث .
- هدف البحث .
- حدود البحث .
- تحديد المصطلحات .

مشكلة البحث:

يُعدُّ الفراغ الوجودي من الظواهر الواسعة الانتشار في عالم اليوم؛ حتَّى 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).

هذا التقدم الصناعي والتغيرات التقنية السريعة جعل الإنسان يمر بأنواع من الأزمات النفسية، التي نتجت عنها التنافس بين النَّاس، وإضعاف روابط الأسرة، وجعلت كلَّ إنسان يعيش لنفسه؛ فلا عجب أنَّ اقترن هذا التقدم باعتلال الصحة النفسية، وشيوع الطلاق، وغير ذلك من المشكلات الاجتماعية، هذا إلى جانب ما تزخر به من أفراد فقدوا سعادتهم واتزانهم النفسي، وغشيهم إلياس، والفراغ، وعدم الرضا بشيء (راجع، ١٩٩٩، ٦٢١-٦٢٢).

ويشعر الإنسان بالفراغ الوجودي عندما يتعرض لعدة ضغوط وأحداث حادة؛ فيفقد حينها شعوره بمعنى الحياة؛ فيعيش متخبطاً بلا هدف ولا معنى (خضر، ١٩٩٧، ٣٢٧).

وتعرض الإنسان لتلك الضغوط أو الأحداث التي تؤدي إلى تغيير في حياته كالطلاق تجعله يواجه درجة كبيرة من الشعور باليأس، وانعدام المعنى، أو الانعزال عن المجتمع، وهذه الهموم والمخاوف الوجودية تسبب في خلق مشاعر الفراغ الوجودي، فضلاً عن إحداث تغيرات أخرى في خصائصه الشخصية (Hacker, 1994, 310)؛ إذ أثبتت الدراسات الحديثة كدراسة (الكناني، ٢٠١٢)، ودراسة (محمَّد، ٢٠١٤) أنَّ مشاعر الفراغ الوجودي من شأنها أن تؤثر سلباً على حياة الإنسان وعلى صحته

النفسية، إذ تؤدي في كثير من الأحيان إلى الضيق، وفقدان التوازن النفسي، والخوف، والقلق الدائم من المستقبل (الكناني، ٢٠١٢، ٢)، (محمّد، ٢٠١٤، ٤).

وإذا ما استمرت مشاعر الفراغ الوجودي لدى الأفراد ولم يتم معالجتها يمكن أن تؤدي إلى الاكتئاب والإدمان، أو إلى أمراض جسمية مختلفة، أو إلى إيذاء الذات والآخرين (Gallant, 2001, 23), (Yalom, 1980, 31)، وهذا ما أيدته دراسة (Leath, 1999)؛ إذ أشارت إلى أن الفراغ الوجودي قد يخلق لدى الفرد الرغبة والميل في الانتحار (Leath, 1999, 29).

هذا الفراغ يجعل الفرد يشعر أن الحياة فقدت دلالتها، وقيمتها، ومغزاها؛ فلا يجد في حياته ما يستحق أن يحيا من أجله؛ فيفقد الدافعية للاستمرار في الكفاح من أجل الوجود (فرانكل، ١٩٨٢، ١٤١)، (Moran, 2001, 270-271)، عندها سيشعر أنه وحيد وعلاقاته روتينية، وقد يكون هو الشعور الغالب أكثر من الحزن، أو الجرح، أو فقدان شيء مهم في الحياة؛ فحين يفقد الفرد إحساسه الداخلي بالمعنى يتجه إلى الآخرين؛ عسى أن يعطوه بعض الطمأنينة؛ فالقبول الاجتماعي هو الطريق للتخلص من هذا الفراغ، لكنه يكون على حساب وجود الفرد، وأحلامه، وأفكاره الخاصة؛ مما يؤدي به إلى مزيد من مشاعر الفراغ داخل نفسه (ماي، ١٩٩٣، ٣٥-٣٦).

وأشار فرانكل إلى أن مشكلة الفراغ الوجودي لا تتزايد فقط وإنما تنتشر بصورة كثيفة، وأن أعداد الذين يعانون من نقص المعنى والهدف في حياتهم تتزايد باستمرار إلى الحد الذي يمكن عدّ الشكوى من الفراغ هي الأكثر إلحاحًا والأعلى في معدلاتها بين المرضى المترددين على العيادات النفسية (فرانكل، ١٩٩٧، ١٠١-١٠٢).

ولعل التغيير الجذري الذي يحدث في حياة المطلقة، وانقلاب نظام يومها بعد الطلاق، زيادة على التغيير الذي يحدث في ذاتها وتعريفها لنفسها؛ فلم تُعدّ زوجة، ولم تُعدّ جزءًا من كينونة ثنائية من الأسباب الرئيسية لتكوين مشاعر الفراغ الوجودي (عبدالناصر، ب.ت، ١٢٧)، وهذا ما أكدته نتائج دراسة (الكناني، ٢٠١٢)؛ إذ أشارت

إلى أنّ 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)؛ إذ لا يبدو أنّ لديها هدف واضح تسعى إلى تحقيقه في هذه الحياة، بل تصبح الحياة بالنسبة لها مُملة وعديمة؛ فتعتقد أنّ وجودها لا معنى له؛ فتتأثر المشاعر الداخلية لها، وصحتها، وكذلك علاقتها بمن حولها (Selby, et al, 1987, 36).

وتنبثق مشكلة البحث الحالي من زيادة حالات الطلاق في المجتمع العراقي بشكل كبير؛ الأمر الذي يشكل تحدياً خطيراً للمجتمع، ونظرتة الموروثة لمفهوم الطلاق؛ إذ أشارت محكمة الأحوال الشخصية في بعقوبة^(*) أنّ عدد حالات الطلاق في ارتفاع متزايد؛ إذ يتراوح ما بين (٥٠-١٤٧) حالة طلاق شهرياً، وأشارت دائرة الحماية الاجتماعية للمرأة في محافظة ديالى (الملحق ٤) إلى أنّ أعداد المطلقات من مختلف الأعمار بازياد مستمر؛ حتى بلغ (٢٥٠٧) امرأة مطلقة.

ولكي تتحقق الباحثة من وجود الفراغ الوجودي لدى المطلقات قامت بتوجيه استبيان استطلاعي (الملحق ٥) إلى (٣٠) مطلقة، وكانت نسبة (٨٠%) من إجابتهن تؤكد وجود الفراغ الوجودي.

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؟

(*) أخذت أعداد الطلاق شهرياً من محكمة الأحوال الشخصية في بعقوبة لعام ٢٠١٥ بحسب الأمر الإداري المرقم (١٥٣٨٨) في تاريخ ١٢/١١/٢٠١٥. (الملحق ٣).



أهمية البحث:

تُعدُّ الأسرة الوحدة الاجتماعية الأهم، وهي الحوض الدافئ للأطفال، والسكن للزوج، والملاذ الآمن والغطاء الواقي للجميع، وفي قلب هذا الكيان نجد أنّ المرأة مركز الدائرة الحنونة والراعية؛ فالمرأة بفطرتها ذات مشاعر حيّة جياشة، وقد خلقها الله تعالى لتواكب وظيفتها زوجة أو أم، تلك الوظائف التي تحتاج إلى تواصل وجداني كبير؛ فمن دون هذا التواصل تضطرب الأسرة وتتفكك عراها؛ فالمرأة تكون متعلقة بأمها، وأبيها، وأخواتها، ثمّ بعد ذلك بزوجها، وأبنائها، وهي تندمج بقوة في هذه العلاقات أكثر من الرجل، وتصبح جزءاً مهماً من حياتها؛ ومن ثمّ فإنّ فقدان أي من هذه العلاقات تكون ذات تأثير على حياتها (المهدي، ٢٠٠٧، ١١٣).

فالمرأة في أغلب المجتمعات أكثر عرضة للتغيرات الخارجية (كمواجهة ألم الفراق، أو الخسارة، أو الفشل المتكرر، أو غيرها) التي تنعكس في حساسيتها للإصابة بالتوترات النفسية، وهناك إجماع بأنّ الاهتمام بصحة المرأة النفسية ليس قاصراً على المرأة وحدها، ولكن هذا أمر له أثره ووقعه على المجتمع بأكمله؛ فصحة المرأة النفسية تُعدُّ المؤشر الطبيعي لصحة أي مجتمع (عبدالناصر، ب.ت، ٥-٦).

ذلك أنّ الاهتمام بتقدم المجتمع لا يمكن أن يتم كما ينبغي إلا إذا رافق ذلك العناية بالمرأة، وتوافر مستلزمات نموها وتطورها؛ بوصفها تمثل نصف المجتمع، لا بل إنّ سعادة كلّ مجتمع، ورفي كلّ أمة مصدره المرأة؛ لأنّ الرجل يستمد ثقافته وسلوكه منذ الصغر منها، كما أنّها مبعث الإلهام، ونقطة الانطلاق في الحياة؛ لذلك فإنّ تنمية قدرات النساء المطلقات ومساعدتهن على تخطي أزمتهن النفسية يُعدُّ أمراً ضرورياً اعتنت به أغلب المجتمعات المتقدمة. (الألوسي، ١٩٨٩، ٣٧).

إذ عقد أول مؤتمر دولي عن (المرأة والصحة النفسية) في معهد الطب النفسي في انكلترا عام (١٩٧٠) وما زال يعقد كلّ عام بداية من ذلك التاريخ، وجاءت من ضمن توصيات ذلك المؤتمر ضرورة العناية بالمرأة، وزيادة الوعي العام باحتياجاتها

النفسية، فضلاً عن ذلك المؤتمر العالمي الرابع المعني بالمرأة، الذي عقد في بكين عام (١٩٩٥) تحت رعاية الأمم المتحدة؛ لمناقشة قضايا المرأة من جوانبها المختلفة، ودعت فيه إلى مضاعفة الجهود للنهوض بالمرأة، وتحسين الواقع الذي تعيش فيه، وقبل ذلك هناك تراث عظيم من الأديان والحضارات المختلفة اعتنت بتنظيم شؤون المرأة في علاقتها بالمجتمع والحياة (المهدي، ٢٠٠٧، ١٨-١٩).

وورد في القرآن الكريم الآيات التي تدلّ على مكانة المرأة وضرورة العناية بها، ومنها سورة النساء في قوله تعالى: ﴿وَيَسْتَفْتُونَكَ فِي النِّسَاءِ قُلِ اللَّهُ يُفْتِيكُمْ فِيهِنَّ﴾ [النساء: ١٢٧].

وتتضح أهمية البحث من كون المرأة سواء أكانت متزوجة، أم مطلقة، أم أياً 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 أياً كان هذا الدور المنوط بها والمسؤولية الملقاة على عاتقها (سميث، ٢٠٠٩، ٢٨).

وبطبيعة الحال إن انهيار الزواج لا يؤدي بالضرورة إلى الأمراض النفسية أو مشاعر الفراغ طويلة الأمد؛ إذ إن بعض النساء تعد هذه المرحلة نقطة تحول في الحياة؛ ممّا يؤدي إلى تطوير شخصيتها، والقيام بادوار جديدة، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو المستقبل في الحياة (Reynolds & et al, 2008, 3).

ولابدّ أن يجد الإنسان المعنى في حياته، ولا بدّ أن يقرر بنفسه ما الذي يريده؛ فكل شخص يتميز بسمة الخصوصية الفريدة التي تميزه عن غيره؛ فليس هناك معنى عام يفرض على الجميع، أو لابدّ أن يتفق معه الجميع، وإنّما على الفرد أن يشكل ذاته والمعنى لحياته بصورته الخاصة، وليس بفعل مؤثرات خارجية (ماكوري، ١٩٨٢، ٢٢٧-٢٢٨).

فالفراغ الوجودي قد لا يرتبط بالظروف التي يمكن أن تحيط بالإنسان، ولكنها حالة داخلية يشعر بها الإنسان على الرغم من أن الظروف الخارجية قد تكون ملائمة (Frankl, 1984, 84)؛ فمن الضروري أن تكون الحياة الداخلية للإنسان أكثر عمقاً واتزاناً بما يجعله قادراً على التعامل الكفاء مع أقسى الظروف المحيطة به؛ إذ أكد سيلجمان (Seligman, 1999) الرئيس الأسبق للجمعية النفسية الأمريكية (APA) ضرورة العناية بما يجعل الحياة جديرة بالعيش وأكثر امتلاءً، ومعنى، وإنتاجاً (Seligman, 1999, 560).

لذا يُعدُّ المرور بخبرة الفراغ الوجودي وتأسيس قيم تكون جزءاً من حياة ذات معنى هي موضوعات أصبحت قلب العملية الإرشادية وجوهرها (كوري، ٢٠١١، ٢٠٣). ونظراً لما يشهده العصر الحالي من تغيرات سريعة ومتلاحقة شملت مختلف جوانب حياة الفرد أسرياً، وتربوياً، ومهنيًا استوجب ذلك ضرورة الحاجة إلى الإرشاد النفسي واستخدامه في المؤسسات الاجتماعية كالأُسرة والمدرسة وفي المجتمع عامة (ملحم، ٢٠١٠، ٢٢)؛ إذ يحتاج كلُّ فردٍ إلى الإرشاد بوصفه نتيجةً طبيعيةً لتنوع الاحتياجات والمطالب المرتبطة بمراحل الحياة المختلفة؛ فكل مرحلة من مراحل الحياة تتخللها تغيرات وأزمات ترتبط بالإحباطات والصراعات التي يمر بها الشخص، وقد تعجز قدرته عن مواجهة كافة التغيرات بمفرده؛ مما يجعله في حاجة دائمة إلى الإرشاد؛ للتوافق مع التغيرات بأنواعها المختلفة، ومساعدته على اجتيازها من دون أن يختل توازنه الشخصي والاجتماعي (سالم وجادو، ٢٠١٥، ٢١-٢٢).

من هنا تبرز أهمية الإرشاد النفسي وأثره في مساعدة الافراد ومن بينهم المطلقات؛ لمواجهة مشكلاتهم ومنها التخفيف من مشاعر الفراغ الوجودي؛ إذ أوضحت دراسة (نقايس، ٢٠١٣) أن ما تفرزه وضعية المطلقة تجعلها في حاجة ملحة لوجود برامج الإرشاد النفسي؛ من أجل مساعدتها على التكيف مع ذاتها ومجتمعها، والتغلب على مشكلاتها الحياتية (نقايس، ٢٠١٣، ١٠).

إذ يُعدُّ الإرشاد النفسي عملية تفاعل إنساني هدفها الرئيس تغيير فكرة الفرد عن نفسه، أو عن الآخرين، أو عن الحياة التي يحيها؛ فمن خلاله يتحقق شعور الفرد بذاته بوصفه شخصاً له سماته الشخصية التي تميزه عن غيره؛ وبذلك يصبح أقدر على الشعور بالأهمية والمسؤولية، وإيجاد المعنى الأهم لحياته (Bernard & Fullmer, 1977, 322).

فالإرشاد ليس وقفاً على مُدة معينة من حياة الفرد، وليس هو مجال إسداء النصح، وفرض الرأي، وتحمل تبعات الآخر، بل هو فتح المجال لشخصية الفرد؛ لتعمل ككل في بناء وجهة نظر الفرد فيما حوله، واختيار أموره بحكمه، وتحمل مسؤولياته (عياد والخضري، ١٩٩٥، ١٢).

وتعد العملية الإرشادية من المهارات العلميّة التي لها برامجها المنظمة، وأسسها، وخططها، وتتعدد مناهجها وأساليبها، تبعاً لتعدد النظريات الإرشادية، فضلاً عن تعدد المشكلات التي يواجهها الأفراد (سفيان، ٢٠٠٢، ١١٠).

يتوقف النجاح في عملية الإرشاد على ما يمكن أن تقدمه العملية الإرشادية من برامج فعالة في أثناء الجلسات، وما يمكن أن يحظى به المسترشد من استبصار يمكنه من التغلب على الأزمات التي يتعرض لها (أحمد، ٢٠٠٠، ١١)؛ فالعملية الإرشادية لا يمكن أن تحقق أهدافها إلا من خلال البرنامج الإرشادي المقنن، والمنظم، والشامل، والمحدد الأهداف والأساليب المساعدة على تحقيقه؛ فهو عنصر أساس وجوهري، في تنظيم العملية الإرشادية، ومن السبل الضرورية التي تسهم في تكوين جماعة يسودها الألفة والاحترام إلى جانب قدرته على مساعدة الجماعة الإرشادية في مواجهة مواقف الحياة المختلفة، التي بنى لها تلك البرامج الإرشادية (رضا وعذاب، ٢٠١١، ٤٠).

فالهدف النهائي للبرنامج الإرشادي هو تعديل الأساليب السلوكية الخاطئة والمعارف السلبية لدى الأفراد، واستبدالها بأساليب سلوكية متوافقة، واتجاهات وأفكار

أكثر إيجابية؛ ممّا يترتب عليه تحقيق النمو الذاتي، والتوافق النفسي والاجتماعي لدى المشاركين فيه (حسين، ٢٠٠٨، ٢٨٢).

والبرامج الإرشادية سواء أكانت إنمائية، أم وقائية، أم علاجية فإنّها تسعى لمعالجة المشكلات التي يتعرض لها الإنسان، الشخصية منها والاجتماعية على وفق أساليب علمية تعمل على تنمية ميولهم واتجاهاتهم الشخصية، وتوافقهم مع بيئاتهم (Bunch, et al, 2011, 3).

إذ يعتمد البرنامج الإرشادي على استخدام أساليب إرشادية تتبع منهجاً واضحاً، وتختلف على وفق الاختلافات الموجودة لدى الأفراد سواء في المشاعر، أم الميول، أم الأزمات (السيد ومرزوك، ٢٠١١، ٥١).

وتعد الأساليب المعرفية منهجاً علاجياً للاضطرابات الانفعالية، تقوم على فكرة أنّ الاستجابات السلوكية والوجدانية المضطربة تعتمد على حدّ بعيدٍ على معتقدات فكرية خاطئة يكونها الفرد عن ذاته وعن العالم المحيط به؛ لذلك تسعى الأساليب المعرفية إلى تصحيح مفاهيم المسترشد ومعتقداته وتغييرها، وإعادة تشكيل مدركاته؛ حتّى يتيسر له التغيير في استجاباته السلوكية (عبدالمعطي، ٢٠٠٣، ٣٩٧).

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).

وممّا يؤكد أهمية هذا الأسلوب المعرفي في العلاج ما توصلت إليه نتائج دراسة (السراي، ٢٠١٢) التي أكدت أنّ للتداخل الإرشادي بأسلوب ملء الفراغ تأثيراً في خفض حدة التفكير المستقطب لدى طلاب المرحلة الإعدادية (السراي، ٢٠١٢، ١٦١).

كما أكد نجاح هذا الأسلوب في الإرشاد ما أشارت إليه دراسة (مصطاف، ٢٠١٤) أنّ لأسلوب ملء الفراغ والأنشطة المصاحبة دوراً في تنمية الذكاء الروحي، وأنّ أهميته تكمن في أنّ المرشد ينقل إلى المسترشد بصورة مباشرة أو غير مباشرة

بعض المبادئ منها: (إدراك الواقع لا يكون دائماً كالواقع والحقيقة بالفعل، وتقدير الواقع يمكن أن يكون خاطئاً؛ بسبب التفكير غير الواقعي) (مصطاف، ٢٠١٤، ١٧).
ومن هنا تتجلى أهمية البحث الحالي في الجانبين النظري والتطبيقي:

أولاً: الجانب النظري:

١. أول دراسة تجريبية محلية تهدف إلى تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات على حد علم الباحثة.
٢. تناول البحث دراسة شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي النساء المطلقات؛ إذ تُعدُّ النساء بصورة عامة أساساً وركناً في بناء المجتمع وتنشئة الأجيال.
٣. إضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية.
٤. إثارة عناية المؤسسات التي تعنى بشؤون المرأة ومركز 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. توافر برنامج إرشادي بأسلوب ملء الفراغ قد يؤدي إلى تخفيض الفراغ الوجودي لدى المطلقات.

هدف البحث وفرضياته:

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

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس الفراغ الوجودي.

٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين رتب درجات المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي وبعده على مقياس الفراغ الوجودي.

٣. لا توجد فروق ذات دلالة 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:

يتضمن البحث الحالي تعريفاً للمصطلحات الآتية:

أولاً: الأثر:

عرفه كل من:

١. ابن منظور لغويًا:

"هو بقية الشيء، والجمع آثار وأثر، وأثرته، وتأثرته، تبعث أثره، الأثر: ما بقي من رسم الشيء، وأثر في الشيء: ترك فيه أثرًا" (ابن منظور، ١٩٩٩، ٦٩).

٢. الجرجاني اصطلاحًا:

"لَهُ ثَلَاثَةٌ مَعَانٍ: الْأَوَّلُ: بِمَعْنَى النَتِيجَةِ، وَهُوَ الْحَاصِلُ مِنَ الشَّيْءِ، الثَّانِي: بِمَعْنَى الْعَلَامَةِ، وَهِيَ السِّمَةُ الدَّالَّةُ عَلَى الشَّيْءِ، الثَّلَاثُ: بِمَعْنَى الْجُزْءِ" (الجرجاني، ١٩٩٣، ١١).

٣. الحفني (١٩٩١):

"مقدار التغيير الذي يطرأ على المتغير التابع بعد تعرضه لتأثير المتغير المستقل" (الحفني، ١٩٩١، ٢٥٣).

ثانياً: البرنامج الإرشادي:

عرفه كل من:

١. روبر (Robber, 1985):

خطة مصممة لبحث أي موضوع يختص بالفرد، أو المجموعة، أو المجتمع، أو جماعة معينة بشرط أن تكون هادفة لإنجاز بعض العمليات بدقة (Robber, 1985, 79).

٢. 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، واستعداداتهم في جو يسوده الطمأنينة بينهم وبين المرشد (Borders & Drury, 1992, 461).

٣. زهران (١٩٩٨):

"مخطط منظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة، فردياً أو جماعياً، لكل من تضمهم المؤسسة التعليمية؛ لأجل مساعدتهم على تحقيق النمو السوي، والتوافق النفسي، والاجتماعي، والمهني" (زهران، ١٩٩٨، ٤٩٩).

٤. حسين (٢٠٠٨):

"مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أسسها على نظريات وفنيات الإرشاد النفسي، ويتضمن مجموعة من المعلومات، والخبرات، والأنشطة، والمهارات المختلفة، التي تقدّم للأفراد خلال مدة زمنية محددة؛ بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم، وإكسابهم سلوكيات جديدة" (حسين، ٢٠٠٨، ٢٨٣).

٥. العاسمي (٢٠١٢):

"مجموعة من الإستراتيجيات الإرشادية المباشرة وغير المباشرة المخططة والمنظمة على أسس علمية تقدّم بطريقة بناءة من قبل المختصين في مجال الإرشاد النفسي لأفراد يعانون من مشكلات نفسية أو اجتماعية في مكان وزمان محدد؛ بهدف

مساعدهم على تعرّف مشكلاتهم، وتنمية قدراتهم؛ لمواجهة المشكلات والصعوبات، وتحقيق التوافق النفسي السوي لهم في أثناء تفاعلهم مع مواقف الحياة الضاغطة بشكل بناء" (سالم وجادو، ٢٠١٥، ٢٤٠).

٦. حمد (٢٠١٣):

"عبارة عن خطوات متسلسلة منتظمة، توضع بعناية فائقة على أساس أولويات عناصر الظاهرة، وتناسقها في تفكير المستهدف بحيث يسهل اكتسابها والعمل بها بما يحقق سلوكيات جديدة يترتب عليها إشباع حاجات المشاركين في البرنامج من معرفة، أو قيم، أو مهارات، أو سلوكيات مطلوبة كنتائج نهائية للبرنامج" (حمد، ٢٠١٣، ١٦٠).

التعريف النظري:

تتفق الباحثة مع ما ذهب إليه بوردرز ودروري (Borders & Drury, 1992) في تحديدهما لمصطلح البرنامج الإرشادي.

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، وتقويم كفاية البرنامج).

ثالثاً: أسلوب ملء الفراغ:

عرفه كُـلٌّ من:

١. أليس (Ellis, 1990):

أسلوب إرشادي يقوم على تعليم الفرد التركيز على التصورات التي تحدث في أثناء مروره بخبرة المثير والاستجابة؛ إذ يوجد عادة فراغ بين المثير والاستجابة، وواجب المرشد أن يملء هذا الفراغ (باترسون، ١٩٩٠، ٣٨).

٢. بيك (Beck, 2000):

هو عملية توضيح أفكار المسترشد الأوتوماتيكية التي تتوسط بين المثير والاستجابة، من خلال تدريبه على ملاحظة سلسلة الأحداث الخارجية وردود أفعاله تجاهها، ويستطيع المسترشد أن يفهم سر كدره الانفعالي إذا أمكنه أن يتذكر ويسترجع الأفكار التي وقعت له خلال هذه الفجوة بين المثير والاستجابة الانفعالية (بيك، ٢٠٠٠، ٢٥٢-٢٥٣).

٣. عبدالله (٢٠١٢):

"طريقة من طرائق تعرّف الأفكار التلقائية التي تسبق المشاعر غير السارة؛ فالمسترشدون لا يعون هذه الأفكار، ولا يعون الكف التلقائي الذي تحدثه؛ فالمرشد يركز على تعريف المسترشد بهذه الأفكار والتصورات التي تعطل قدرته على التعامل مع مواقف الحياة" (عبدالله، ٢٠١٢، ١٣٥-١٣٦).

التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف بيك (Beck, 2000) في البحث الحالي؛ لأنه تعريف النظرية المتبناة.

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.

رابعاً: الفراغ الوجودي:

عرفه كل من:

١. فرانكل (Frankl, 1982):

"شعور الإنسان بعوزة الشدائد إلى الإحساس بمعنى يستحق العيش من أجله؛ ليجعله يعاني من خبرة الخواء والفراغ داخل نفسه، ويصبح مقيداً ومأسوراً بهذه الحالة" (فرانكل، ١٩٨٢، ١٤١).

٢. 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).

٣. هاريس (Harries, 2004):

هو أن يفقد الإنسان الشعور بأنَّ الحياة ذات معنى، ويعني أيضًا الشعور باليأس، والخواء، والشكوى من حالة الملل والافتقار إلى وجود هدف، واللامبالاة، والبلادة (Harries, 2004, 6).

٤. غانم (٢٠٠٨):

"حالة تظهر أساسًا في صورة ملل، وتنتهي بالعديد من المظاهر غير السوية، مثل: التعويض الجنسي، أو البحث عن القوة والمال" (غانم، ٢٠٠٨، ٢٤٠).

٥. كوري (Corey, 2011):

"حالة يخبرها النَّاس عندما لا ينشغلون بأي عمل حتَّى بالأعمال الروتينية؛ أي إنَّهم ينسحبون من الكفاح لخلق حياة تحمل هدفًا" (كوري، ٢٠١١، ٢٠٣).

٦. عبدالله (٢٠١٢):

"الخبرة التي يمر بها الفرد لافتقاده المعنى من حياته، والهدف من وجوده الشخصي؛ فهي حالة إنسانية تسيطر على الإنسان المعاصر؛ بسبب انهيار عام للمعنى، ولاسيَّما في ظل التغيرات المعاصرة، وطغيان الجانب المادي في الحياة" (عبدالله، ٢٠١٢، ٢١٣).

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 الكلية التي تحصل عليها المطلقة من خلال إجابتها على فقرات مقياس الفراغ الوجودي المعد من قبل الباحثة.

خامساً: المطلقة:**١. قانون الأحوال الشخصية (١٩٥٩):**

رفع قيد الزواج بإيقاع من الزوج أو الزوجة، وأن وكلت به، أو فوضت، أو من القاضي، ولا يقع الطلاق إلا بالصيغة المخصصة له شرعاً (قانون الأحوال الشخصية، رقم ١٨٨ لسنة ١٩٥٩، ٦).

٢. وزارة العمل والشؤون الاجتماعية (٢٠١٤):

كُلّ امرأة يقل سنّها عن (٦٣) سنة طلقت ولم تتزوج مرة أخرى (وزارة العمل والشؤون الاجتماعية، قانون الحماية الاجتماعية رقم ١١ لسنة ٢٠١٤، ٢).

التعريف الإجرائي:

المرأة التي فسخ عقد زواجها لأي سبب من الأسباب، والتي طبق عليها مقياس الفراغ الوجودي.