فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز

The Effectiveness of Logotherapy in Alleviating Identity Crisis and Enhancing the Quality of Life Among Adolescent Girls in Taiz City

10.35781/1637-000-201-007

الباحثة/ شيماء نعمان راجح سعيد*
أ.د. صادق الشميري**

*باحثة دكتوراه في علم النفس
**أستاذ في علم النفس- نائب رئيس جامعة تعز لشؤون الدراسات العليا والبحث العلمي

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مدى فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز، واستخدم الباحثان المنهج شبه التجريبي ذي المجموعتين المتكافئتين، تكونت عينة تطبيق البرنامج من (20) مراهقة ممن لديهن ارتفاع في أزمة الهوية وانخفاض في جودة الحياة، وُزعن بالتساوي إلى مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة بعد التحقق من تكافؤ المجموعتين، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أزمة الهوية لصالح القياس البعدي، ووجود فروق دالة بين المجموعتين في القياس البعدي لأزمة الهوية وجودة الحياة لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق دالة إحصائياً بين القياسين البعدي والتتبعي في أزمة الهوية وجودة الحياة للمجموعة التجريبية.

الكلمات المفتاحية: الارشاد المعنى - أزمة الهوية- جودة الحياة- المراهقات- مدينة تعز.

ISSN : 2410-1818

The Effectiveness of Logotherapy in Alleviating Identity Crisis and Enhancing the Quality of Life Among Adolescent Girls in Taiz City

Researcher/ Shaima Noman Rajeh Saeed*
Prof. Dr. Sadeq Al-Shameri**

*Ph.D. Researcher in Psychology
**Professor of Psychology
Vice President for Graduate Studies and Scientific Research, Taiz University

Abstract

This study examined the effectiveness of meaning-centered counseling in reducing identity crisis and improving quality of life among adolescent girls in Taiz. A quasi-experimental design with equivalent experimental and control groups was used. The sample comprised 20 adolescents with high levels of identity crisis and low quality of life, equally assigned to the two groups. Results showed a significant pre–post reduction in identity crisis in the experimental group. Post-test comparisons also revealed significant differences between the groups in identity crisis and quality of life, favoring the experimental group. Significant differences were further found between the post-test and follow-up measures for both outcomes in the experimental group.

Keywords: Logotherapy – Identity Crisis – Quality of Life – Adolescent Girls – Taiz City

ISSN : 2410-1818

1. الإطار العام للدراسة

1.1 المقدمة:

تُعدّ المراهقة مرحلة نمائية حساسة تتسارع فيها التحولات النفسية والاجتماعية والفكرية، وتتأثر خلالها عملية بناء الهوية وتشكيل التوجهات المستقبلية للفرد. وقد يؤدي تعدد التغيرات والمتطلبات المصاحبة لهذه المرحلة إلى صعوبة تحديد الهوية الشخصية والاجتماعية.

وتنشأ أزمة الهوية عندما يتعذر على الفرد تكوين تصور واضح عن ذاته، أو تحديد أهدافه وقيمه، في ظل تراكم الخبرات والمواقف الضاغطة. وقد ترتبط هذه الأزمة بمظاهر مثل العزلة والانسحاب والتمرد وضعف التواصل، فضلًا عن الشعور بالاغتراب وتراجع الانتماء والالتزام بالمعايير الاجتماعية.

وتزداد أهمية أزمة الهوية في مرحلة المراهقة بسبب التغيرات الجسدية السريعة، وما يصاحبها من تحولات في صورة الفرد عن ذاته وفي الأدوار والتوقعات الاجتماعية الموجهة إليه (شند وآخرون، 2015). وقد تؤثر الخبرات السلبية المصاحبة للأزمة في قدرة المراهق على التعبير عن نفسه، وتدفعه إلى تبني أنماط سلوكية قد تبدو منحرفة أو متطرفة (مرسي، 2019).

وتبرز جودة الحياة بوصفها مفهومًا يرتبط بالتوافق النفسي والجسدي، وبقدرة المراهق على مواجهة الصراعات والمشكلات الناشئة عن تفاعله مع البيئة المحيطة كما تُعدّ من العوامل المرتبطة بقدرة الفرد على التعامل مع متغيرات الحياة ومواجهة الأزمات (اليامي، 2021). ويُنظر إليها كذلك بوصفها خبرة تراكمية تتصل بمدى استمتاع الفرد بحياته (زهير وآخرون، 2022).

وقد حظي مفهوم جودة الحياة باهتمام متزايد في عدد من المجالات، ومنها علم النفس، لما ينطوي عليه من اهتمام برفاه الفرد وتحسين أحواله (راضي، 2015). ويُستدل عليها بمؤشرات تشمل رضا الفرد عن ذاته وحياته، واستقلاليته في تحديد مساره، وقدرته على تكوين علاقات اجتماعية إيجابية، إلى جانب شعوره بالسعادة والطمأنينة (أبو هشهش، 2018).

وفي ضوء ذلك، تبرز الحاجة إلى مساندة المراهقين في تجاوز أزمة الهوية وتعزيز جودة حياتهم، من خلال مساعدتهم على اكتشاف معنى لحياتهم وتحديد جوانب القوة والإمكانات لديهم. ويُعدّ الإرشاد بالمعنى مدخلًا نفسيًا يهدف إلى مساعدة الفرد على اكتشاف المعنى، وتوظيف إمكاناته، وتعزيز توجهه الإيجابي نحو الحياة والمستقبل (الخواجة، 2023).

ويرتكز الإرشاد بالمعنى على ثلاثة افتراضات أساسية: حرية الإرادة ضمن حدود الظروف، وإرادة البحث عن المعنى بوصفها دافعًا أساسيًا، وإمكان وجود معنى للحياة في مختلف الظروف. وقد يؤدي الإحباط المستمر لإرادة المعنى إلى الشعور بالفراغ الوجودي (الخمايسة، 2018).

ISSN : 2410-1818

وبناءً على ذلك، تسعى الدراسة الحالية إلى تقصي فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية وتحسين جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.

2.1 مشكلة الدراسة:

تُعدّ المراهقة مرحلة مهمة في بناء الهوية، وقد يواجه المراهقون خلالها صعوبات في تحديد ذواتهم وأهدافهم، بما قد ينعكس على توافقهم النفسي والاجتماعي وجودة حياتهم.

وأشارت دراسات إلى أن أزمة الهوية لدى المراهقين تتراوح بين المستوى المتوسط، كما في دراسة طحل (2024)، والمستوى المرتفع، كما في دراسة الشعيبي وفريح (2024). كما تناولت دراسات أخرى ارتباطها بمؤشرات نفسية واجتماعية سلبية؛ فقد بحثت دراسة الكاتبي (2015) علاقتها بالميول الانتحارية، ودرست الأسمري (2019) صلتها باضطراب الشخصية الحدية، فيما تناولت دراسة صغير (2022) ارتباطها بالعزلة الاجتماعية.

وفيما يتعلق بجودة الحياة، أشارت دراسة سالم وآخرين (2022) إلى انخفاضها أو توسطها لدى المراهقين، كما وجدت دراسة المساندة (2018) علاقة سلبية بينها وبين قلق المستقبل. وقد تناولت دراسات أثر الإرشاد بالمعنى في متغيرات نفسية إيجابية، منها الصلابة النفسية في دراسة إبراهيم وآخرين (2024)، والأمل ونمو ما بعد الصدمة في دراسة قاسم (2023)، وجودة الحياة في دراسة عمر (2019).

وعلى الرغم من هذه النتائج، ما تزال الحاجة قائمة إلى دراسة فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية وتحسين جودة الحياة لدى المراهقات في السياق المحلي. لذا تسعى الدراسة الحالية إلى التحقق من مدى فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.

وعليه تتمثل مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

- ما فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز؟

ويتفرع من السؤال الرئيس، الاسئلة الفرعية الاتية:

1. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز؟
2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز؟
3. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز؟

ISSN : 2410-1818

4. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز؟
5. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز؟
6. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز؟

3.1 أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في الآتي:

- **الأهمية النظرية:**

1. تسهم هذه الدراسة في إثراء الأدبيات النظرية بمجال الإرشاد بالمعنى، خاصة في سياق أزمة الهوية وجودة الحياة لدى المراهقين، وهو مجال لم يحظَ بقدر كافٍ من البحث في البيئة المحلية على حد علم الباحثة.
2. تقدم الدراسة رؤى جديدة حول تأثير الإرشاد بالمعنى في البيئات التي تعاني من ظروف اجتماعية واقتصادية مضطربة، مثل مدينة تعز، مما يفتح المجال أمام دراسات مستقبلية لاختبار فعالية هذا النوع من الإرشاد في مجتمعات مشابهة.

- **الأهمية التطبيقية:**

3. تقدم الدراسة إطارًا عمليًا يمكن للمختصين النفسيين والاجتماعيين اعتماده في تصميم برامج إرشادية موجهة للمراهقين الذين يعانون من أزمة الهوية أو تدني جودة الحياة.
4. تُمكّن النتائج المؤسسات التعليمية والاجتماعية والمنظمات النفسية في مدينة تعز من الاستفادة من الإرشاد بالمعنى كأداة لتحسين الصحة النفسية لدى المراهقين وتعزيز دورهم في المجتمع.

4.1 أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى تحقيق الهدف العام الآتي:

- معرفة فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.

ويتفرع من الهدف العام الأهداف الفرعية الآتية:

1. معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز.

ISSN : 2410-1818

2. معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.
3. معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز.
4. معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.
5. معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية لدى المراهقات في مدينة تعز.
6. معرفة ما إذا كانت هناك فروق بين متوسطات رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز.

5.1 مصطلحات الدراسة:

- **الإرشاد بالمعنى:**

يعرف الباحثان الإرشاد بالمعنى بأنه أسلوب إرشادي نفسي يهدف إلى مساعدة الفرد على اكتشاف المعنى الخاص بحياته وتعزيز تقديره لذاته ووجوده، رغم ما قد يواجهه من معاناة أو ظروف قاسية.

يعرف الباحثان الإرشاد بالمعنى إجرائيًا برنامج إرشادي نفسي قائم على مبادئ العلاج بالمعنى، يطبق على المراهقات من أفراد المجموعة التجريبية.

- **أزمة الهوية:**

يعرف الباحثان أزمة الهوية بأنها حالة نفسية واجتماعية يمر بها الفرد، خاصة في مرحلة المراهقة، عندما يواجه صعوبة في تحديد هويته الشخصية والاجتماعية، بما في ذلك القيم، الأهداف، والأدوار التي يختارها لنفسه.

يعرف الباحثان أزمة الهوية إجرائيًا الدرجة التي تحصل عليها المراهقات على مقياس أزمة الهوية المستخدم في الدراسة، وفق أبعاده وفقراته المعتمدة.

- **جودة الحياة:**

يعرف الباحثان جودة الحياة بأنها: مفهوم متعدد الأبعاد يشير إلى مدى رضا الفرد عن حياته ومستوى رفاهيته العامة، بما في ذلك الجوانب النفسية، الاجتماعية، الصحية، والاقتصادية، ويُعبر هذا المفهوم عن توازن بين احتياجات الفرد وتطلعاته وبين الموارد والفرص المتاحة له لتحقيق حياة كريمة ومستقرة.

ISSN : 2410-1818

وتعرف الباحثة جودة الحياة إجرائيًا الدرجة التي تحصل عليها المراهقات على مقياس جودة الحياة المستخدم في الدراسة، وفق أبعاده وفقراته المعتمدة.

- **المراهقات:**

يعرف الباحثان المراهقات بأنهن الفتيات في مرحلة المراهقة، التي تمثل مرحلة نمائية انتقالية بين الطفولة والرشد، وتتسم بحدوث مجموعة من التغيرات الجسمية والنفسية والاجتماعية والمعرفية، وتسعى خلالها الفتاة إلى تكوين هويتها الشخصية والاجتماعية وتحقيق قدر أكبر من الاستقلال والتوافق مع ذاتها وبيئتها.

6.1 حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة فيما يلي:

- **الحدود الموضوعية**: مدى فاعلية الإرشاد بالمعنى في تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة.
- **الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على المراهقات في المرحلة الثانوية من لديهم أزمة هوية وضعف في جودة الحياة.**
- **الحدود المكانية**: اقتصرت الدراسة على مدينة تعز.
- **الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة خلال عام 2025م.**

2. الإطار النظري والدراسات السابقة:

1.2 الإرشاد بالمعنى:

يمثّل الإرشاد في العلوم النفسية عملية مهنية منهجية تهدف إلى مساعدة الأفراد على فهم ذواتهم، وتحديد قدراتهم، والتعامل مع مشكلاتهم بأساليب علمية، من خلال علاقة تفاعلية بناءة بين المرشد والمسترشد تقوم على الدعم والتوجيه، بما يعزز الصحة النفسية ويُمكّن الفرد من اتخاذ قرارات واعية.

ويعدّ الإرشاد إطارًا علميًا منظّمًا يسعى إلى تنمية الكفاءات النفسية والاجتماعية لدى الأفراد عبر استخدام استراتيجيات تشخيصية وعلاجية وقائية، تُسهم في تحسين التوافق الشخصي والمهني، وتطوير مهارات حل المشكلات، وتمكين المسترشد من بناء رؤية واضحة لحياته، وتحقيق التوازن النفسي والسلوكي في مختلف المواقف.

يعد الإرشاد بالمعنى أحد المدارس العلاجية في التوجه الإنساني والتي تركز على المستقبل ومعنى الوجود الإنساني، حيث عرفه فرانكل (2004) بأنه "العلاج الموجه روحيا من خلال المعنى أن الإنسان مدفوعا لعمل الخير" (ص.4).

ISSN : 2410-1818

عرفه اسماعيل (2020) بأنه " فهم الوجود الإنساني في بعده الروحي وتعميق الوعي به وتأصيل الشعور بالحرية والمسؤولية واستثارة إدارة المعنى والتي تجعل للحياة والعمل والحب والمعاناة حتى الموت معنى أصيلا يساعد الفرد على تجاوز ذاته" (ص.82).

الإرشاد بالمعنى اتجاه تفاؤلي يبرز أهمية اكتشاف المعنى داخل الشخص وتنمية اتجاهات إيجابية وتفاؤلية نحو الحياة رغم المعاناة، حيث أشار العسكر (2020) إلى مجموعة من الأهداف للإرشاد بالمعنى، وهي كالآتي:

1. تعميق فهم الإنسان الحقيقة وجوده وطموحاته الإنسانية، وتوسيع مجال رؤيته حسب إمكاناته وقدراته.
2. يهدف الإرشاد بالمعنى إلى أن يفهم الإنسان ذاته، ويفسر وجوده، ويعبر فرانكل عن ذلك قائلاً: "إن المتعمق في أهداف الإرشاد بالمعنى يجد أنه يستهدف إعادة توجيه موقف العميل حيال مرضه وألمه ومعاناته وأزماته، فالتعامل في هذا النوع من الإرشاد يكون مع المبادئ والقيم والمعايير.
3. يهدف إلى الاهتمام بالنضالات الروحانية في سبيل المعنى والحياة، تلك النضالات الكامنة وراء المرض النفسي.
4. هذا النوع من الإرشاد لا يهدف لمجرد الشفاء من المرض، أو التخلص من الأعراض، إنما يهدف إلى بلوغ معانٍ أكثر عمقاً، حتى وإن عانى الفرد المزيد من القلق والألم والمعاناة، ويكون التخلص من ذلك عبر مشاركة الأفراد بعضهم مع بعض المعاناة.

تُعدّ خطوات الإرشاد (العلاج بالمعنى) إطارًا منهجيًا منظمًا يساعد الفرد على اكتشاف معنى حياته وتحديد أهدافه الوجودية، من خلال تشخيص معاناته النفسية، وتنمية وعيه بالذات، وتوظيف قدراته وقيمه الشخصية لمواجهة الأزمات وتحقيق التوازن النفسي والرضا الداخلي. وتتلخص هذه الخطوات في (عبدالعظيم وعبدالتواب، 2012):

1. **فصل المريض عن الأعراض الموجودة لديه: وتهدف لمساعدة الأفراد لإبعاد أنفسهم عن مشكلاتهم وأعراضهم، حيث تكون مصادر البعد المعنوي مستغلة وقوة التحدي للروح الإنسانية مستثارة، ويتعلم المريض ويعي أنه ليس ضحية بائسة لقدره البيولوجي أو النفسي أو الاجتماعي، وأنه ليس كما هو فيمكنه الوقوف في أي موقف.**
2. **تعديل الاتجاهات: وتهدف هذه الخطوة إلى مساعدة المريض على رؤية الموقف من منظور مختلف، لأنه أصبح الآن يدرك أنه منفصل عن أعراضه، فهو منفتح على اتجاهات جديدة تجاه نفسه والحياة وتعد هذه الخطوة حاسمة لأنها تمثل القدرة على الاختيار، ومن ثم الحرية المطلقة لدى المريض، ويلعب هذا الدور الأساسي في اكتشاف الحياة، ومن هنا فإن هذه الخطوة تحقق تعديل اتجاهات المريض نحو الأعراض، ونحو المعنى في الحياة.**

ISSN : 2410-1818

3. **تقليل أو خفض الأعراض: ويظهر هذا تلقائياً بعد التطبيق الناجح لتعديل الاتجاهات. وتتضمن هذه الخطوة الانفتاح على معاني جديدة، حيث تكون الأعراض المرضية قد اختفت أو أصبحت تحت السيطرة والتحكم وتعديل الاتجاه خطوة تساعد المريض على قبول الموقف، ومن ثم الانفتاح وإيجاد معنى جديد فيه.**
4. **الوقاية: أي التوجه المستقبلي نحو الصحة النفسية من خلال الوعي وإدراك المعني وهدف الحياة، حيث تهدف هذه الخطوة إلى ضمان الصحة النفسية في المستقبل، من خلال مناقشة وإثراء وتوسيع جميع إمكانات المعنى في الحياة، علاوة على توجيه المريض نحو المعنى من خلال مساعدته على تقديم التزامات جديدة وتحقيق أهداف جديدة، وهذا من شأنه ضمان التحصين ضد احتمالية نشأة الإحباط الوجودي في المستقبل.**

الإرشاد والعلاج النفسي الوجودي القائم على المعنى لا يركز على تطبيق أساليب واستراتيجيات حل المشكلات الحقيقية أو علاج الناس بالمعنى الطبي بل هو اتجاه نحو المعاناة النفسية الإنسانية، فهو يسأل أسئلة عميقة عن طبيعة البشر واليأس والحزن العميق والوحدة والعزلة ويتعامل مع أسئلة المعنى والإبداع والحب، فالإرشاد والعلاج النفسي الوجودي يركز على مساعدة الناس في مواجهة مشكلات الحياة وأن يواجهوا الصعوبات ويكافحوها، وفي هذا العنصر سنتطرق إلى أهم الفنيات والتكنيكيات المستخدمة في الإرشاد والعلاج النفسي بالمعنى (الحارثي، 2022؛ الكيومية، 2022؛ منصور وآخرون، 2015؛ مهمل ومخلوف، 2022):

1. **فنية التحليل بالمعنى**: تتمثل هذه الفنية في تحليل خبرات الفرد للبحث عن مصادر المعنى الجديد، ومن تقييم هذه الخبرات يمكن أن يصل لجوانب جديدة نكتشف إحساسا جديدا بالهدف والمعنى من الحياة.

تتكون تقنية التحليل بالمعنى حسب كرونباخ (Crumbagugh) من سبعة تدريبات تعطى للعميل بشكل متتالي في جلسات، مدة كل واحدة منها ساعة واحدة مع إعطاء واجب منزلي للعميل وتهدف تدريبات الإرشاد بالمعنى إلى مساعدة الفرد على إيجاد الهدف والمعنى في حياته، ويمكن إيجازها في الآتي:

- التدريب الأول: تقييم الذات يشتمل هذا التدريب على سبع مجموعات فرعية تتضمن نقاط القوة في الشخصية، ونقاط الضعف، والطموحات، والمشكلات المرتبطة بالحياة، وأسباب المشكلات، والآمال المستقبلية، وملخصا للتغيرات الإيجابية والسلبية في المجموعات السابقة.
- التدريب الثاني: افعل كما لو وذلك عن طريق تخيل العميل لشخصية ناجحة يتمنى لو كان مثلها، ويتصرف كما لو كان ذلك الشخص.
- التدريب الثالث: تأسيس المواجهة عن طريق لقاء الفرد مع شخص ما ويُسجل هذه الخبرة.
- التدريب الرابع: قيم الابتكار: تم تصميم هذا التدريب لاكتشاف القيم الابتكارية لدى الفرد.
- التدريب الخامس: قيم الاتجاهات تم تصميم هذا التدريب لاكتشاف القيم الاتجاهية لدى العميل.

ISSN : 2410-1818

- التدريب السادس: قيم الخبرات تم تصميم هذا التدريب لاكتشاف القيم الخبراتية.
- التدريب السابع: التعهد أن يسجل العميل ثلاثة أهداف، إضافة إلى تعهد لما سيؤديه من مهام لتحقيق هذه الأهداف، ويرى كرونباخ (Crumbagugh) أن الفرد إذا لم يكن يعاني من أعراض عصابية فبإمكانه القيام بالتدريبات مع المعالج أو بشكل فردي.

2. **المسرحيات النفسية القائمة على المعنى**: تعد نوع من أساليب العلاج الجماعي والمتبع في الإرشاد بالمعنى، ويقصد به عرض معاناة المسترشد عن طريق المشاركة مع الآخرين بطريقة ارتجالية حتى يتضح له المعنى الايجابي من الحياة.
3. **الحوار السقراطي: يستخدمها المرشد من اجل استثارة المعنى لدى المسترشد، وذلك من خلال توجيه أسئلة استفزازية له في إطار حوار تساؤلي والهدف من هذه الاستراتيجية هو تعليم الأفراد كيفية سير حياتهم بواسطة أسئلة تقدم بطريقة معينة تجعلهم يحدثون استبصارا جديدا نحو أعراضهم، وتعديل اتجاهاتهم الحالية وتنمية اتجاهات جديدة لاكتشاف المعنى في الحياة.**

ويشير بلاير Blair إلى أن فنية الحوار السقراطي The Socratic dialogue من الفنيات المهمة التي يمكن استخدامها بشكل مفيد جداً مع فئة المراهقين، حيث تحث على التفكير دون تقييد، بحيث لا يقوم المرشد بالمعنى بتزويدهم بالإجابة، وإنما يمنحهم فرصة للتفكير بشكل أكثر عمقاً، ويكون ذلك عن طريق طرح عدد من الأسئلة تهدف إلى توعية المراهق بما يمتلك من إمكانات ومواهب إيجابية بحيث تحثه على التفكير والبحث، ويكون ذلك من خلال:

- **توضيح إمكانيات المراهق المستقبلية**: ويتم ذلك عن طريق طرح عدد من الأسئلة بشكل منطقي بحيث تتولد منها الحقيقة، ومنها، مثلاً: ماذا تتمنى أن تحقق في حياتك؟، ما الذي يمكن أن يحدث في حياتك حين تكتفي وتطمئن؟، ما أسلوب الحياة الذي تراه مناسباً لك، ويشعرك بالسعادة؟
- توضيح مواهب المراهق: حيث يمكن استخدام فنية الحوار السقراطي The Socratic dialogue لإظهار المعلومات عن قوة مواهب المراهقين، مثلاً: ما الذي حققوه ويكون مناسباً لمواهبهم؟، وكيف يمكن أن يزيدوه؟ ما الأهداف والأماني التي تتناسب مع مواهبهم؟.
- توضيح الجوانب الإيجابية في حياة المراهق: ويكون ذلك من خلال طرح عدد من التساؤلات بحيث يستطيع المراهق تحديد الطرق التي يستطيع من خلالها تنمية مواهبه واستخدامها في تحقيق أهدافه، وعندما يجد المراهق صعوبة في هذا التحديد، يقوم المرشد بالمعنى بطرح عدد من الأسئلة هي كالتالي: إذا سألت والدتك عن مواهبك، فماذا تعتقد أنها ستقول؟، لو أن أصدقائك القريبين منك يصفون جوانب القوة في حياتك، فماذا يمكن أن تقول؟، ومثل هذه الأسئلة تخفف من حدة مقاومة المراهق، وتزيد من استجابته مع المرشد النفسي بالمعنى.

4. **القصد العكسي**: يعني استبدال الانفعالات الخاطئة بالانفعالات الصحيحة ويسميه "فرانكل" بالتراجع إلى الانفعال السليم وهذا الأسلوب لا يعتمد على مواجهة القلق والهروب منه إنما على تغيير

ISSN : 2410-1818

اتجاه المريض وليس تغيير السلوك وهذا الأسلوب يشجع لكي يرى أعمال نفسه ويتبين ما بها وبالتالي يؤدي إلى كسر الدائرة غير السليمة في أعماقه مما يدفعه إلى التخلص من الأعراض.

5. **القصة الرمزية**: أشار "فرانكل" إلى هذا الأسلوب بوصفه وسيلة مفيدة مع بعض الأشخاص؛ حيث يروي المعالج قصة توضح معنى معين قد يصعب التعبير عنه بشكل مباشر. فقد ذكر قصة المرأة الهندية (جوتا) التي أنجبت طفلا ولكنه مرض ثم مات، فحزنت عليه حزنا شديدًا، فحملت جثمانه وأخذت تطوف به في أرجاء المدينة بحثا عن دواء لتعيد له الحياة، فاستهزأ الناس بها ثم ذهبت إلى حكيم لاستشارته، فقال لها أن الدواء هو أن تحضر حفنة من خردل من أي بيت لم يكن أحد من أهله قد عانى أو مرض أو مات، فأخذت تجوب المدينة بيتا بيتا ولكنها لم تجد بيتا لم يكن أحد من أهله قد عانى من مرض أو ممات؛ فأدركت حينها أنها لم تكن الوحيدة التي تعاني، وأن المعاناة هي حقيقة مشتركة بين البشر جميعًا.

1. **إعادة البناء الموقفي: تهدف إلى استعادة الفرد سيطرته على الموقف والمشكلات وتركز على الاعتبارات الموقفية أكثر من النتائج الانفعالية. وهي ملائمة لمن يعانون من أحداث ضاغطة، خاصة إذا كان منشغلا بهذه الأحداث بصورة مرضية. ووفقا لهذه الفنية فإنه يتم توجيه العميل إلى محاولة تخيل ثلاث حالات كان من الممكن أن يأتي الحدث على نحو أسوأ مما كان عليه بالفعل، وعندما ينجح في ذلك يحاول تخيل ثلاثة حالات كان من الممكن أن تكون أقل سوءاً مما وقع فعلاً. وبعد التدرب على إعادة بناء الموقف على هذا النحو تطبق هذه الطريقة على أحداث سابقة أو حالية. ومن إحدى فوائد هذه الفنية أنها تساعد الفرد على التخيل الذي يمكنه من التدرب السيطرة والتحكم في الأحداث المستقبلية واتخاذ قرارات صائبة نحوها.**

2.2 الدراسات السابقة:

فيما يلي عرض لبعض الدراسات السابقة التي تناولت الإرشاد بالمعنى، حيث تم عرض الدراسات وفق نظام APA الإصدار السابع، من الأحدث إلى الأقدم:

2. **دراسة جمعة وآخرون (2025) بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى الإرشاد بالمعنى لتحسين صورة الذات لدى عينة من الطالبات الجامعيات المصابات بالسمنة في سلطنة عمان):** هدفت الدراسة إلى قياس فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى الإرشاد بالمعنى لتحسين صورة الذات لدى عينة من الطالبات الجامعيات المصابات بالسمنة في سلطنة عمان، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وطبق البرنامج على (14) طالبة جامعية مصابة بالسمنة تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تحسين صورة الذات لدى عينة الدراسة من الطالبات الجامعيات المصابات بالسمنة في سلطنة عمان في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية، والضابطة لصالح المجموعة التجريبية تعزى للبرنامج الإرشادي

ISSN : 2410-1818

المستخدم في هذه الدراسة، كما أشارت نتائج الفرضية الثانية أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في صورة الذات في القياسين البعدي، والتتبعي للمجموعة التجريبية.

3. **دراسة إبراهيم وآخرون (2024) بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي بالمعنى لتحسين الصلابة النفسية لدى عينة من المراهقين المكفوفين):** هدفت الدراسة إلى الكشف عن فعالية برنامج إرشادى قائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين الصلابة النفسية لدى عينة من المراهقين المكفوفين، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج إرشادي بالمعنى، تم تطبيقه على (10) مكفوفين تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين الصلابة النفسية لدى عينة الدراسة التجريبية، واستمر التأثير الإيجابي للبرنامج لدى المجموعة التجريبية في نهاية فترة المتابعة.
4. **دراسة صنوبر (2023) بعنوان (فاعلية برنامج إرشاد بالمعنى في تحسين الروحانية والتدين والقيادة الروحانية لدى المراهقين في المدارس الخاصة في الأردن):** هدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية برنامج إرشاد بالمعنى في تحسين الروحانية والتدين والقيادة الروحانية لدى المراهقين في المدارس الخاصة في الأردن، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على ثلاث أدوات: مقياس التدين والروحانية للشباب، والقيادة الروحانية، وبرنامج إرشادي جمعي بالمعنى، الذي تم تطبيقه على (33) مراهقًا من المراهقين في المدارس الخاصة في الأردن تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية كبيرة للبرنامج الإرشادي بالمعنى في تحسين الروحانية والتدين والقيادة الروحانية لدى أفراد العينة التجريبية.
5. **دراسة الخواجة (2023) بعنوان (فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي بالمعنى في تحسين مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة نزوى):** هدفت الدراسة إلى بناء وتطوير برنامج للإرشاد الجمعي استنادًا إلى الإرشاد بالمعنى، ومن ثم تقصي مدى فاعليته في تحسين مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة نزوى، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج من إعداد الباحث، الذي تم تطبيقه على (32) طالبًا تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية عند مستوى يساوي أو أقل بين المتوسطات الحسابية للمجموعتين التجريبية والضابطة على القياس البعدي لمقياس التدفق النفسي وكان لصالح المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج، وهذا يشير إلى مدى فاعلية التدريب على برنامج الإرشاد بالمعنى في تعزيز وتحسين مستوى التدفق النفسي عند المجموعة التجريبية.
6. **دراسة قاسم (2023) بعنوان (فعالية الإرشاد بالمعنى لتحسين مستوى الأمل ونمو ما بعد الصدمة لدى مرضى السرطان من طلاب الجامعة):** هدفت الدراسة إلى دراسة فعالية الإرشاد بالمعنى لتحسين مستوى الأمل ونمو ما بعد الصدمة لدى مرضى السرطان من طلاب الجامعة،

ISSN : 2410-1818

واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج للعلاج بالمعنى من إعداد الباحثة، تم تطبيقه على (16) مريضًا مصابًا بالسرطان من طلبة الجامعات في مصر، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الأمل ونمو ما بعد الصدمة في القياسين القبلي والبعدي الصالح القياس البعدي. وتوجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية لمقياس الأمل ونمو ما بعد الصدمة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، ولا توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في الدرجة الكلية لمقياس الأمل ونمو ما بعد الصدمة في القياسين البعدي والتتبعي.

7. **دراسة زيدان (2023) بعنوان (أثر برنامج إرشادي بأسلوب الإرشاد بالمعنى في تنمية كبح الذات لدى الطلاب فاقدي أحد الوالدين أو كلاهما في المرحلة الثانوية):** هدفت الدراسة إلى معرفة اثر أسلوب الإرشاد بالمعنى في تنمية كبح الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية فاقدي أحد الوالدين أو كلاهما، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم تصميم برنامج في الإرشاد بالمعنى على ضوء مقياس كبح الذات، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب، وعينة البرنامج (30) طالبًا ممن حصلوا على أقل الدرجات في كبح الذات موزعين على مجموعتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق في درجات الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس كبح الذات لصالح البعدي، ولا توجد فروق في درجات الاختبار القبلي والبعدي للمجموع الضابطة على مقياس كبح الذات، ووجود فروق في درجات الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس كبح الذات لصالح المجموعة التجريبية، وتشير هذه النتائج إلى نجاح البرنامج الإرشادي بأسلوب الإرشاد بالمعنى، ووجود اثر لأسلوب الإرشاد بالمعنى في تنمية كبح الذات لدى عينة الدراسة التجريبية.
8. **دراسة خلف (2023) بعنوان (اثر برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية الوفاء الوجودي لدى طالبات الجامعة):** هدفت الدراسة إلى معرفة أثر برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية الوفاء الوجودي لدى طالبات الجامعة، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم تصميم برنامج في الإرشاد بالمعنى على ضوء تنمية الوفاء الوجودي، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبة، وعينة البرنامج (20) طالبة ممن حصلن على أقل الدرجات في تنمية الوفاء الوجودي موزعين على مجموعتين أحدهما ضابطة والأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى وجود أثر لبرنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية الوفاء الوجودي لدى عينة الدراسة التجريبية.

ISSN : 2410-1818

9. **دراسة الكيومية (2022) بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة لدى عينة من المتقاعدات في سلطنة عمان):** هدفت الدراسة إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة لدى عينة من المتعاقدات في سلطنة عمان، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على مقياس خاص بجودة الحياة الصورة المختصرة من قبل منظمة الصحة العالمية، وبرنامج إرشاد بالإرشاد بالمعنى من إعداد الباحثة، الذي تم تطبيقه على (16) امرأة متقاعدة تراوحت اعمارهن بين (40-55) تم تقسيمهن إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
10. **دراسة محمد وصابر (2021) بعنوان (فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى طلبة الجامعة المكفوفين):** هدفت الدراسة إلى فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة المكفوفين، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج إرشادي بالإرشاد بالمعنى، تم تطبيقه على (12) طالبًا وطالبة من المكفوفين في جامعة حلوان، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية ومتوسط رتب درجات المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة في اتجاه المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والقياس البعدي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة في اتجاه القياس البعدي، عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس التوجه الإيجابي نحو الحياة.
11. **دراسة العسكر (2020) بعنوان (فاعلية برنامج قائم على الإرشاد بالمعنى في خفض قلق المستقبل لدى المعاقات حركيا بمدينة الرياض):** هدفت الدراسة إلى دراسة فاعلية برنامج قائم على الإرشاد بالمعنى في خفض قلق المستقبل لدى المعاقات حركيًا، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج الإرشاد بالمعنى من إعداد الباحثة، تم تطبيقه على (14) من ذوي الاعاقة الحركية في مدينة الرياض، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى إثبات فاعلية البرنامج القائم على الإرشاد بالمعنى في خفض قلق المستقبل لدى عينة الدراسة التجريبية.
12. **دراسة وشاح (2019) بعنوان (فعالية برنامج إرشادي بالمعني لتعزيز الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى مريضات سرطان الثدي):** هدفت الدراسة إلى معرفة فعالية برنامج الإرشاد بالمعنى لتعزيز الرضا عن الحياة والتفاؤل لعينة من مريضات سرطان الثدي، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على مقياس للرضا عن الحياة ومقياس التفاؤل، وبرنامج الإرشاد بالمعنى من إعداد

ISSN : 2410-1818

الباحثة، تم تطبيقه على (20) مصابة بسرطان الثدي في مركز صحة المرأة في غزة، تم تقسيمهن إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج الإرشادي بالمعنى في تحسين وتعزيز الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى عينة الدراسة التجريبية.

13. **دراسة عمر (2019) بعنوان (فاعلية برنامج إرشادي تكاملي قائم على الإرشاد بالمعنى وبعض قوى الشخصية في تحسين جودة الحياة لدى عينة من المراهقين):** هدفت الدراسة إلى تحسين جودة الحياة لدى عينة من المراهقين من خلال إعداد برنامج إرشادي تكاملي قائم على الإرشاد بالمعنى وبعض القوى الشخصية، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج الإرشاد بالمعنى، تم تطبيقه على (26) مراهقاً ومراهقة من طلبة الثانوية في القاهرة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة في كل من القياسين القبلى والبعدى ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس جودة الحياة في القياس البعدي باتجاه للمجموعة التجريبية. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة في كل من القياسين البعدي والتتبعي.
14. **دراسة التميمي (2018) بعنوان (فاعلية برنامج إرشاد جمعي قائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية التخطيط المهني لطلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط):** هدفت الدراسة إلى استقصاء فاعلية برنامج إرشاد جمعي مهني قائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية التخطيط المهني لطلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج الإرشاد بالمعنى الجمعي المهني، الذي تم تطبيقه على (60) طالبًا من طلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى فاعلية كبيرة للبرنامج الإرشادي الجمعي القائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية التخطيط المهني لدى عينة الدراسة التجريبية.
15. **دراسة زكي (2017) بعنوان (فعالية الإرشاد بالمعنى في تخفيف المكيافيلية لدى المتفوقين دراسيا بجامعة المنيا):** هدفت الدراسة إلى بناء برنامج علاجي وفق نظرية الإرشاد بالمعنى لفرانكل، والتعرف على فعاليته في تخفيف المكافيلية، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم الاعتماد على برنامج الإرشاد بالمعنى، الذي تم تطبيقه على (12) طالبًا من المتفوقين في جامعة المنيا، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى إثبات فعالية الإرشاد بالمعنى في تخفيف المكيافيلية لدى عينة الدراسة.
16. **دراسة الدراجيني وعليوة (2017) بعنوان (فعالية برنامج إرشادي بالمعنى لتنميه صلابة الشخصية لدى طلاب وطالبات الثانوية العامة):** هدفت الدراسة إلى معرفة فعالية برنامج إرشادي

ISSN : 2410-1818

بالمعنى لتنميه صلابة الشخصية لدى طلاب وطالبات الثانوية العامة، واتبعت الدراسة المنهج التجريبي، وتم تطبيق برنامج الإرشاد بالمعنى على (12) طالبًا وطالبة من طلبة الثانوية في كفر الشيخ، تم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما ضابطة وأخرى تجريبية، وتوصلت الدراسة إلى إثبات فعالية الإرشاد بالمعنى في تنميه صلابة الشخصية لدى عينة الدراسة التجريبية.

مما سبق تشترك الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في اهتمامها بفئة المراهقين وطلبة المرحلة الثانوية، كما تتفق معها في تناول أزمة الهوية وجودة الحياة بوصفهما من المتغيرات النفسية المهمة في هذه المرحلة، وفي اعتماد المنهج الوصفي والوصفي الارتباطي للكشف عن مستويات المتغيرات والعلاقات بينها، إلى جانب استخدام المقاييس بوصفها أدوات رئيسة لجمع البيانات، كما تتفق الدراسة الحالية مع دراسة الكتناني (2019) في تناول العلاقة المباشرة بين أزمة الهوية وجودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية.

وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث تركيزها المباشر على طبيعة العلاقة بين أزمة الهوية وجودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز، في حين تناولت بعض الدراسات أزمة الهوية وعلاقتها بمتغيرات أخرى، مثل الميول الانتحارية، ومفهوم الذات، والمناخ الأسري، والتوجه نحو الحياة، والتكيف الاجتماعي، بينما تناولت دراسات أخرى جودة الحياة وعلاقتها بمتغيرات مثل المساندة الاجتماعية والذكاء الانفعالي وقلق المستقبل والحاجات الإرشادية. وعلى الرغم من وجود دراسة الكتناني (2019) التي تناولت العلاقة بين أزمة الهوية وجودة الحياة، فإن الدراسة الحالية تتميز باختلاف البيئة الاجتماعية والثقافية والعينة المستهدفة، إذ تركز على المراهقات في مدينة تعز، وهو ما يمنحها خصوصية سياقية تسهم في الكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين في البيئة اليمنية، وقد استفادت الدراسة الحالية من نتائج الدراسات السابقة في تحديد المفاهيم والأطر النظرية والأدوات المناسبة لدراسة أزمة الهوية وجودة الحياة، وتأتي لاستكمال ما قدمته تلك الدراسات من خلال دراسة المتغيرين معًا لدى فئة المراهقات في البيئة المحلية.

4.2 فرضيات الدراسة:

في ضوء أسئلة الدراسة وأهدافها، صيغت الفرضيات الآتية:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية.

ISSN : 2410-1818

4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة.

3. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.3 منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي ذو المجموعتين المتكافئتين الذي يعتمد المقارنة بين القياسات القبلية والبعدية، والمقارنة بين المجموعتين: التجريبية والضابطة في القياس البعدي.

2.3 مجتمع الدراسة:

يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في المراهقات الدارسات في المرحلة الثانوية في مدارس مدينة تعز للعام الدراسي (2026/2025م) البالغ عددهم (13197) حسب إحصائيات مكتب التربية والتعليم في مدينة تعز.

3.3 عينة الدراسة:

تم تحديد عينة البرنامج فاعلية الإرشاد بالمعنى بأسلوب العينة القصدية بعد تطبيق مقياس أزمة الهوية وجودة الحياة، من المراهقات اللواتي تنطبق عليهن ارتفاع أزمة الهوية وانخفاض جودة الحياة، وفق محكات واضحة ومحددة مسبقًا. وتُوزع المشاركات على مجموعتين متكافئتين: تجريبية وضابطة، بواقع (10) مشاركات في كل مجموعة، مع إجراء القياسين القبلي والبعدي، وإجراء قياس تتبعي للمجموعة التجريبية. وتم اجراء اختبار التكافؤ باستخدام اختبار Mann-Whitney، للمقارنة بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة، والجدول الاتي يوضح ذلك:

جدول (1) اختبار (Mann-Whitney) للفروق بين متوسط درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة قبل تطبيق البرنامج

الاختبار	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Mann-Whitney	القيمة الاحتمالية (.Sig)	الدلالة الإحصائية
أزمة الهوية	الضابطة	10	9.10	91.00	36.000	0,315	غير دالة إحصائية
	التجريبية	10	11.90	119.00			
جودة الحياة	الضابطة	10	10.15	101.50	46.500	0,796	
	التجريبية	10	10.85	108.50			

ISSN : 2410-1818

يتضح من الجدول (1) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في مقياسي أزمة الهوية وجودة الحياة قبل تطبيق البرنامج، إذ بلغت القيمة الاحتمالية (0.315) لأزمة الهوية و(0.796) لجودة الحياة، وهما أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين قبليًا في المتغيرين، ويؤكد صلاحيتهما للمقارنة بعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

4.3 أداة الدراسة:

بالرجوع إلى الإطار النظري المرتبط بالإرشاد بالمعنى وأزمة الهوية وجودة الحياة لدى المراهقات، والاستفادة من نتائج الدراسات السابقة ذات الصلة، تم بناء برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى، بهدف تخفيف أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات في مدينة تعز، تناول مجموعة من الموضوعات والأنشطة الهادفة إلى مساعدة المراهقات على اكتشاف معنى حياتهن، وتعزيز الوعي بالذات، وتنمية الإحساس بالمسؤولية، وتحديد القيم والأهداف الشخصية، ومواجهة الصعوبات والأزمات بصورة أكثر إيجابية.

1.4.3 الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج الإرشادي القائم على الإرشاد بالمعنى إلى تخفيف حدة أزمة الهوية ورفع مستوى جودة الحياة لدى المراهقات، من خلال مساعدتهن على اكتشاف المعنى الشخصي للحياة، وتعزيز وعيهن بذواتهن، وتنمية قدرتهن على تحمل المسؤولية واتخاذ مواقف إيجابية تجاه ذواتهن وحياتهن.

2.4.3 الأهداف الإجرائية للبرنامج:

يسعى البرنامج إلى تحقيق مجموعة من الأهداف الإجرائية، تتمثل فيما يأتي:

- مساعدة المراهقات على فهم مفهوم الهوية وأزمة الهوية وأسبابها ومظاهرها.
- تنمية وعي المراهقات بذواتهن وقدراتهن وقيمهن الشخصية.
- مساعدة المراهقات على اكتشاف مصادر المعنى في حياتهن (القيم، الأهداف، العلاقات، الإنجاز).
- تعزيز الشعور بالمسؤولية الشخصية واتخاذ القرار لدى المراهقات.
- تنمية القدرة على إعادة تفسير الخبرات السلبية والمعاناة بطريقة إيجابية ذات معنى.
- مساعدة المراهقات على بناء رؤية مستقبلية ذات معنى لحياتهن.

3.4.3 خطوات إعداد البرنامج التدريبي:

مر إعداد البرنامج التدريبي بعدد من الخطوات المتتالية حتى تم استكماله وتطبيقه على العينة التجريبية، وتتضمن هذا الخطوات الآتي:

أ- الاطلاع على عدد من المصادر: قام الباحثان ببناء جلسات البرنامج استناداً إلى عدد من المراجع والمصادر النظرية والعملية ذات الصلة بموضوع الدراسة، وهي كالآتي:

ISSN : 2410-1818

- الاطلاع على الجانب النظري والسيكولوجي المتمثل بالمراجع العربية والأجنبية التي تتناول الإرشاد بالمعنى وجودة الحياة وأزمة الهوية والمراهقات.
- الاطلاع على عدد من الدراسات العربية والأجنبية التي تضمنت البرامج الإرشادية للأخصائيين والقائمين على الإرشاد المعنى، مثل دراسة جمعة وآخرون (2025)، ودراسة إبراهيم وآخرون (2024)، ودراسة صنوبر (2023)، ودراسة الخواجة (2023)، ودراسة قاسم (2023)

ب- **إجراء دراسة استطلاعية**: باستخدام مقياسي أزمة الهوية وجودة الحياة (سبق ذكرها عند خطوات بناء المقياس)، والتوصل إلى اكتشاف بعض الإرشادات اللأزمة لتعزيز جودة الحياة والحد من أزمة الهوية التي ينبغي تضمينها في جلسات البرنامج الإرشادي الحالي.

ج- **إعداد الصورة الأولية للبرنامج**: وذلك لعرضه على مجموعة من المحكمين محكمين، من أساتذة علم النفس، وأخصائيين (ملحق رقم 6)؛ للاستفادة من ملاحظاتهم المعرفية والتدريبية، والتحقق من صلاحية البرنامج وقابليته للتطبيق، وكانت نتيجة التحكيم اتفاق جميع المحكمين وبنسبة أكثر من (95٪) على صلاحية الجلسات التدريبية ومناسبتها من حيث البنية والمنهجية التدريبية، وتحقق الأهداف العامة والأهداف الإجرائية للبرنامج وللجلسات، ومناسبة الأساليب التدريبية التشاركية في تقديم المادة التدريبية، وملاءمة أدوات تقييم البرنامج المرحلي والنهائي، كما أخذ الباحثان بملاحظات بعض المحكمين بإضافة بعض الفنيات المعرفية السلوكية الواردة في الجلسات، ولم ترد ضمن المحتوى التدريبي، وإعادة صياغة بعض العبارات.

د- **إجراء دراسة استطلاعية بتطبيق عينة عشوائية من جلسات البرنامج:** على عينة عشوائية بعدد (5) مراهقات؛ للتأكد من وضوح الجلسات وسهولة تطبيقها، وملاءمة زمن تنفيذها مع المحتوى التدريبي، وسهولة أوراق أعمالها، وملاءمة أساليب التقييم المرحلي، واتضح من خلال البحث الاستطلاعي وضوح المحتوى للمراهقات، وبساطة الفنيات، وأوراق العمل، ومناسبة الأساليب الإرشادية، وزمن الجلسات.

ذ- **تجهيز الصورة النهائية من البرنامج: ملحق رقم (8) الذي تم تطبيقه على عينة البحث، ويتكون من (12) جلسة إرشادية لتعزيز جودة الحياة والحد من أزمة الهوية.**

4.4.3 تقييم البرنامج:

مر البرنامج الحالي بالتقييم التالي:

1. **التقييم القبلي: من خلال تطبيق مقياس أزمة الهوية ومقياس جودة الحياة للمراهقات في المرحلة الثانوية بمدينة تعز.**
2. **التقييم المرحلي (في أثناء تنفيذ البرنامج):** وكان ذلك عبر تقديم استمارات (ورق عمل) انظر إلى الملاحق من (9) **"أوراق العمل أثناء الجلسات"**، تتضمن تقييم سير تنفيذ البرنامج وتشمل إجابات المشاركين عن مدى فهمهم للجلسات الإرشادية.

ISSN : 2410-1818

3. **التقييم البعدي: من خلال تطبيق مقياس أزمة الهوية ومقياس جودة الحياة للمراهقات في المرحلة الثانوية بمدينة تعز للعينة التجريبية والضابطة.**
4. **التقييم التتبعي: من خلال تطبيق مقياس أزمة الهوية ومقياس جودة الحياة للمراهقات في المرحلة الثانوية بمدينة تعز للعينة التجريبية.**

جدول (2) محتوى البرنامج الإرشادي

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة الاولى (تعارف وتمهيد)	التهيئة للبرنامج	- أن تعرف المشاركة بنفسها وبزميلتها. - أن تذكر المشاركة الاهداف الرئيسية للبرنامج. - أن توضح المشاركة أهمية الإرشاد بالمعنى.	- المحاضرة - الحوار والمناقشة - النشاط المنزلي	90 دقيقة
الجلسة الثانية (استكشاف المعنى الشخصي)	التعرف على مفهوم استكشاف مصادر المعنى الشخصي في حياتهن	- أن تذكر المشاركة مفهوم المعنى الشخصي وفقاً لنظرية فرنكل. - أن توضح المشاركة أهمية استكشاف المعنى الشخصي في حياتها. - أن تدرك المشاركة العلاقة بين المعنى الشخصي والرفاهية النفسية. - أن تعدد المشاركات القيم التي تمنح حياتهن معنى.	• الالقاء والمحاضرة. • الحوار السقراطي. • منهج القصة الرمزية. • إعادة البناء الموقفي. • نشاط منزلي.	90 دقيقة
الجلسة الثالثة (إعادة	التمكن من إعادة تفسير تحدياتهن	- أن تتعرف المشاركة على مفهوم إعادة صياغة التحديات.	• إعادة البناء الموقفي.	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
صياغة التحديات)	الشخصية بطريقة إيجابية	- أن تحدد المشاركة تحد واحد تواجهه. - أن تذكر المشاركات طرق تفسير الأحداث على المشاعر والسلوك. - أن تطبق المشاركات تقنيات إعادة صياغة التحديات.	• تمارين الكتابة التأملية. • المشاركة الجماعية. • المحاضرة والالقاء • الحوار السقراطي. • النشاط المنزلي. • القصد العكسي.	
الجلسة الرابعة (خفض التفكير في المشكلات وزيادة الدافعية في البحث عن المعنى)	التقليل من التركيز المفرط على المشكلات اليومية وتوجيههن نحو الجوانب ذات القيمة والمعنى في حياتهم	- أن تعرف المشاركة اثار التفكير المفرط في المشكلات. - أن توضح المشاركة كيف يمكن التقليل من التفكير المفرط في المشكلات وتحويله إلى دافعية ومرونة نفسية. - أن تحدد كل المشاركات موقفا واحد تميل فيه إلى التضخيم للمشكلات بشكل مفرط. - أن تطبق المشاركات تمارين خفض التفكير في المشكلات.	• المحاضرة والالقاء. • القصد العكسي. • إعادة البناء الموقفي. • المشاركة الجماعية . • التحليل بالمعنى . • الحوار السقراطي. • الواجب المنزلي.	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة الخامسة (حتمية المعاناة)	الادراك بان المعاناة محصلة طبيعية في الحياة	- أن تتعرف المشاركة على مفهوم حتمية المعاناة. - أن تحدد المشاركة أنماط المعاناة التي مرت بها. - أن تطبق المشاركات تمارين استكشاف المعاناة و إعادة صياغتها.	• المحاضرة والالقاء. • المشاركة الجماعية. • التأمل الذاتي والكتابة العلاجية. • إعادة البناء الموقفي . • القصص الرمزية. • الحوار السقراطي.	90 دقيقة
الجلسة السادسة (تحقيق التوازن بين الحرية والمسؤولية)	ادراك أهمية التوازن بين الحرية الشخصية والمسؤولية تجاه قرارتهم وسلوكهم	- أن تعرف المشاركة العلاقة بين الحرية والمسؤولية. - ان تحدد المشاركة موقفا واحد مارست فيه حرية شخصية . - أن تطبق استراتيجيات التوازن بين الحرية والمسؤولية.	• القصد العكسي. • تمارين الكتابة والتأمل الذاتي. • الحوار السقراطي. • المحاضرة والالقاء. • الحوار والمناقشة. • النشاط المنزلي .	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة السابعة (مواطن القوة والضعف)	ادراك مواطن القوة والضعف .	- أن تعرف المشاركة تأثير التفكير المفرط في المشكلات على الصحة النفسية. - ان تحدد المشاركة السلوك الذي تحتاجه إلى تحسينه أو تطويره. - أن تطبق المشاركة تقنيات خفض التفكير في المشكلات.	• الحوار والمناقشة. • القصص الرمزية. • المشاركة الجماعية. • إعادة البناء الموقفي. • القصد العكسي. • التحليل بالمعنى. • الحوار السقراطي. • المحاضرة والالقاء. • النشاط المنزلي .	90 دقيقة
الجلسة الثامنة (النية المتناقضة)	تمكن المشاركة من فهم اثر التناقضات والتردد على السلوك والقرارات	- أن تعرف المشاركة مفهوم النية المتناقضة - ان توضح المشاركة أهمية النية في الإرشاد بالمعنى. - أن تذكر المشركة كيف يمكن استخدام النية المتناقضة للتعامل مع المخاوف والقلق والتوتر.	• المسرحيات النفسية . • التحصين التدريجي. • التعزيز . • المحاضرة. • الحوار السقراطي.	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
		- ان تطبق المشاركة استخدام هذه التقنية لمواجهة المشكلات التي تزعجهم بطريقة فعالة. - ان تطبق المشاركات السلوكيات التي تقليل الخوف من الفشل عبر تقبل المشكلة بدلاً من مقاومتها. - ان تطبق المشاركات سلوكيات التعامل مع الأفكار السلبية بأسلوب جديد يخفف من تأثيرها.		
الجلسة التاسعة (تنمية الجوانب الإيجابية والتدريب على استغلالها)	العمل على تنمية الجوانب الإيجابية في الحياة وتعلم كيفية استغلالها في حياتهن اليومية	- أن تتعرف المشاركات على الجوانب الإيجابية في شخصياتهن وحياتهن. - أن تذكر كل مشاركة كيف تساعدها الجوانب الإيجابية في المواقف اليومية. - أن تتطبق المشاركات تمارين إعادة تأطير الأفكار السلبية.	• المحاضرة. • التخيل الإيجابي. • الحوار السقراطي. • القصد العكسي . • التحليل بالمعنى. • النشاط المنزلي	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة العاشرة (العطاء وخدمة الاخرين)	أن تدرك المشاركة أهمية العطاء وخدمة الآخرين كوسيلة لتعزيز المعنى الشخصي في حياتهن.	- أن تعرف المشاركة مفهوم العطاء وخدمة الآخرين - أن تعدد المشاركة تجاربها في العطاء وخدمة الاخرين وكيف أثرت به. - ان تشعر المشاركة بأهمية العطاء. - أن تطبق المشاركة تمارين عملية تعزيز العطاء.	• الحوار والمناقشة. • تمثيل الدور. • المحاضرة والالقاء. • القصد العكسي. • مجموعات عمل. • النشاط المنزلي.	90 دقيقة
الجلسة الحادي عشر (الرؤية المستقبلية)	التمكن من تطوير رؤية مستقبلية لحياتهم الشخصية.	- أن تعرف المشاركة مفهوم الرؤية المستقبلية. - ان توضح المشاركة أهمية الرؤية المستقبلية وأهميتها. - أن تحدد المشاركة الأهداف الشخصية طويلة وقصيرة المدى. - أن تربط المشاركة الرؤية بالقيم وما يمنح حياتهم معنى. - أن تطبق المشاركة تمارين تحقق الرؤية المستقبلية.	• الحوار السقراطي. • المحاضرة والالقاء. • الحوار والمناقشة. • التخيل الإيجابي. • الواجب المنزلي.	90 دقيقة

ISSN : 2410-1818

عنوان الجلسة	الهدف العام	الاهداف الاجرائية	الفنيات المستخدمة	الزمن
الجلسة الثاني عشر (اختتام البرنامج)	ان يختتم المشاركات البرنامج بالفهم والادراك بما اكتسبن من معارف ومهارات لتعزيز معنى حياتهن	- ان تذكر المشاركة 3- 5 اكتشافات اكتسبن هن من البرنامج. - ان تعدد المشاركات أدوات التعامل مع التحديات. - ان توضح المشاركة أهمية البرنامج في حياتها. - ان تحدد المشاركة الرؤية المستقبلية لها.	• الحوار والمناقشة. • مجموعات عمل. • العصف الذهني. •	90 دقيقة

5.3 الأساليب الإحصائية:

تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية "SPSS" والمعروفة بـ Statistics Package For Social Science باستخدام الحاسوب، بهدف الإجابة عن أسئلة البحث وفحص فرضيات البحث وذلك بالطرائق الإحصائية التالية:

1- اختبار مان وتني للفروق بين العينتين التجريبية والضابطة في اختبار التكافؤ.

2- اختبار ويلكوكسون للفروق بين المتوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي وفي القياس التتبعي.

4. تحليل البيانات ومناقشتها:

1.4 نتيجة الفرضية الأولى ومناقشتها:

تنص الفرضية على أنه: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين والجدول (3) يوضح ذلك،

ISSN : 2410-1818

جدول (3) نتائج اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس أزمة الهوية

المقياس	اتجاه الرتب	عدد أفراد العينة	متوسط الرتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
أزمة الهوية	السالبة	01	7.00	7.00	-3.661	0.000
	الموجبة	19	10.68	203.00		
	المتعادلة	0				

يتضح من نتائج الجدول (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية؛ إذ بلغت قيمة Z = -3.661، وبلغ مستوى الدلالة p < 0.001، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما بلغ عدد الرتب الموجبة (19) مقابل رتبة سالبة واحدة، ولم تُسجَّل رتب متعادلة. وتشير هذه النتائج، وفق ترتيب القياسين المستخدم في التحليل، إلى انخفاض درجات أزمة الهوية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لدى معظم أفراد المجموعة التجريبية. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية".

2.4 نتيجة الفرضية الثانية ومناقشتها:

تنص الفرضية على أن (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4.4) نتائج اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس جودة الحياة.

المقياس	اتجاه الرتب	عدد أفراد العينة	متوسط الرتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جودة الحياة	السالبة	0	00.	00.	-3.923	0.000
	الموجبة	20	10.50	210.00		
	المتعادلة	0				

يتضح من نتائج الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة؛ إذ بلغت قيمة Z = -3.923، وبلغ مستوى الدلالة p < 0.001، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما جاءت الرتب جميعها موجبة، بواقع (20) رتبة، دون وجود رتب سالبة أو متعادلة. وتشير هذه النتيجة، إذا كانت الرتب الموجبة تمثل ارتفاع الدرجات في القياس البعدي مقارنة بالقبلي، إلى تحسن جودة الحياة لدى جميع أفراد المجموعة التجريبية بعد تطبيق

ISSN : 2410-1818

البرنامج الإرشادي. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة).

3.4 نتيجة الفرضية الثالثة ومناقشتها:

تنص الفرضية على أن: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Mann-Whitney لعينتين مستقلتين والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج اختبار Mann-Whitney لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية

المقياس		العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Mann-Whitney	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
أزمة الهوية	تجريبي	10	5.70	57.00	2.000	000.	دال إحصائيا
	ضابطة	10	15.30	153.00			

يتضح من نتائج الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس أزمة الهوية؛ إذ بلغت قيمة Mann–Whitney U = 2.000، وبلغ مستوى الدلالة $p < 0.001$، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما جاء متوسط رتب المجموعة التجريبية (5.70)، وهو أقل من متوسط رتب المجموعة الضابطة (15.30)، مما يشير إلى انخفاض درجات أزمة الهوية لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة بعد تطبيق البرنامج. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية).

4.4 نتيجة الفرضية الرابعة ومناقشتها:

تنص الفرضية على أن (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Mann-Whitney لعينتين مستقلتين والجدول (6) يوضح ذلك.

ISSN : 2410-1818

جدول (6) نتائج اختبار Mann-Whitney لعينتين مستقلتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة.

المقياس	العدد		متوسط الرتب	مجموع الرتب	Mann-Whitney	مستوى الدلالة	الدلالة اللفظية
جودة الحياة	10	تجريبي	14.90	149.00	6.000	000.	دال إحصائيا
	10	ضابطة	6.10	61.00			

يتضح من نتائج الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمقياس جودة الحياة؛ إذ بلغت قيمة Mann–Whitney U = 6.000، وبلغ مستوى الدلالة $p < 0.001$، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما بلغ متوسط رتب المجموعة التجريبية (14.90)، مقابل (6.10) للمجموعة الضابطة، مما يشير إلى ارتفاع درجات جودة الحياة لدى المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: «توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة».

5.4 نتيجة الفرضية الخامسة ومناقشتها:

تنص الفرضية على أن (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين والجدول (7) يوضح ذلك..

جدول (7) نتائج اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية.

المقياس	اتجاه الرتب	عدد أفراد العينة	متوسط الرتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
أزمة الهوية	السالبة	1	2.00	2.00	-3.848	0.000
	الموجبة	19	10.95	208.00		
	المتعادلة	0				

يتضح من نتائج الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية؛ إذ بلغت قيمة $Z = -3.848$، وبلغ مستوى الدلالة $p < 0.001$، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما بلغ عدد الرتب الموجبة (19)، مقابل رتبة سالبة واحدة، دون وجود رتب متعادلة. وتشير النتيجة إلى حدوث تغير دال إحصائيًا في درجات أزمة

ISSN : 2410-1818

الهوية بين القياسين، إلا أن تحديد ما إذا كان هذا التغير يمثل انخفاضًا أو ارتفاعًا يتوقف على ترتيب القياسين واتجاه احتساب الرتب في التحليل. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: «توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية».

6.4 نتيجة الفرضية السادسة ومناقشتها:

تنص الفرضية على أن (توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة)، تم تحليل البيانات إحصائيا باستخدام اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين والجدول (7) يوضح ذلك..

جدول (8) نتائج اختبار Wilcoxon لعينتين مترابطتين للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة.

المقياس	اتجاه الرتب	عدد أفراد العينة	متوسط الرتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جودة الحياة	السالبة	0	0.00	0.00	-3.921	0.000
	الموجبة	20	10.50	210.00		
	المتعادلة	0				

يتضح من نتائج الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة؛ إذ بلغت قيمة $Z = -3.921$، وبلغ مستوى الدلالة $p < 0.001$، وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد ($\alpha \leq 0.05$). كما جاءت الرتب جميعها موجبة، بواقع (20) رتبة، دون وجود رتب سالبة أو متعادلة. وتشير هذه النتيجة إلى حدوث تغير دال إحصائيًا في جودة الحياة بين القياسين. ويتوقف تحديد ما إذا كان هذا التغير يعكس تحسنًا مستمرًا على ترتيب القياسين واتجاه احتساب الرتب؛ فإذا كانت الرتب الموجبة تعكس ارتفاع درجات القياس التتبعي مقارنة بالبعدي، فهذا يدل على استمرار التحسن وتعززه. وبناءً على ذلك، تُدعم الفرضية التي تنص على: «توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة»..

ISSN : 2410-1818

4.4 النتائج:

على ضوء الدراسة الميدانية، توصل الباحث إلى:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لأزمة الهوية.
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات رتب الدرجات بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في القياس البعدي لجودة الحياة.
5. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس أزمة الهوية.
6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطي رتب الدرجات في القياسين البعدي والتتبعي للمجموعة التجريبية على مقياس جودة الحياة.

5.4 التوصيات:

على ضوء النتائج، توصي الباحث في الآتي:

1. على وزارة التربية والتعليم تعميم برامج الإرشاد بالمعنى في المؤسسات التعليمية، لدورها المحتمل في خفض أزمة الهوية وتعزيز جودة الحياة لدى المراهقات.
2. على الادارات التعليمية ومكاتب التربية إدماج الإرشاد بالمعنى ضمن برامج الإرشاد النفسي المدرسي، مع مراعاة الخصائص النمائية والاجتماعية والانفعالية المميزة لمرحلة المراهقة.
3. على مكاتب التربية ومدارس الثانوية تدريب المرشدات النفسيات على تطبيق فنيات الإرشاد بالمعنى، بما يعزز قدرتهن على التعامل مع مشكلات الهوية لدى المراهقات.
4. على المرشدات النفسيات في المدارس تطوير برامج إرشادية قائمة على تنمية الوعي بالذات، وتحديد القيم والأهداف، وتعزيز الشعور بالمعنى والاتجاه نحو المستقبل.

ISSN : 2410-1818

قائمة المراجع

أبو هشهش، سامر تيسير عبدالله. (2018). مستوى جودة الحياة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى مقدمي الخدمات النفسية والاجتماعية في وك. الة الغوث الدولية المحافظات الشمالية. [رسالة ماجستير]، جامعة الخليل، فلسطين.

الخمايسة، معاذ جمال منصور. (2018). اليقظة العقلية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة جامعة مؤتة. [رسالة ماجستير]، جامعة مؤتة، الأردن.

راضي، ابتسام. (2015). الذكاء الانفعالي وعلاقته بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة. [رسالة دكتوراه]، جامعة المستنصرية، العراق.

زهير، سارة محمود. وعبدالوهاب، سيد عبدالعظيم. وإبراهيم، زيزي السيد. (2022). مؤشرات جودة الحياة وعلاقتها بأغراض اضطراب المزاج الدوري "السيكلوثيميا لدى المراهقات. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، 16(9)، 2202-2236.

سالم، حسناء عبدالله محمود. وغنيم، محمد عبدالسلام سالم. والصافوري، إيمان عبدالحكيم محمد. ومحمد، منى عرفة عبدالوهاب. (2022). جودة الحياة كما تدركها تلميذات المرحلة الإعدادية الدارسات المادة الاقتصاد المنزلي. مجلة القراءة والمعرفة، (245)، 387-363.

الشعبي، رعد جمعة خلف. وفريح، فؤاد محمد. (2024). أزمة الهوية وعلاقتها بالميول الانتحارية من فاقدي أحد الابوين أو كلاهما لدى طلبة الدراسة الثانوية. مجلة الآداب، (149)، 431-462.

إبراهيم، ابراهيم الشافعي. والعكل، سارة أحمد. والحسني، ليماء أمين أمين. (2024). فاعلية برنامج إرشادي بالمعني لتحسين الصلابة النفسية لدى عينة من المراهقين المكفوفين. مجلة العلوم المتقدمة الصحة النفسية والتربية الخاصة، 3(3)، 167-204.

إسماعيل، حنان محمد سيد اسماعيل. (2020). فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية إدارة الوقت وعلاقته بفعالية الذات لدى عينة من طالبات الجامعة. مجلة كلية التربية بجامعة بني سويف، 78-112.

الأسمري، سمر. (2019). تشكل أزمة الهوية وعلاقتها باضطراب الشخصية الحدية لدى المراهقين: دراسة مقارنة، [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

التميمي، فاطمة بنت حمدان بن سالم. (2018). فاعلية برنامج إرشاد جمعي قائم على الإرشاد بالمعنى لتنمية التخطيط المهني لطلبة الصف الثاني عشر بمحافظة مسقط. [رسالة ماجستير]، جامعة السلطان قابوس، عمان.

جمعة، أمجد عزات. والصوافية، جوخة محمد. وزواتيه، آيات عبدالله. فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى الإرشاد بالمعنى لتحسين صورة الذات لدى عينة من الطالبات الجامعيات المصابات بالسمنة في سلطنة عمان. مجلة البحث العلمي في التربية، 26(2)، 1-29.

ISSN : 2410-1818

الحارثي، سعيد عايض عويض. (2022). فعالية الإرشاد بالمعنى في خفض الضغوط النفسية وقلق المستقبل لدى الأحداث الجانحين المودعين بدار الملاحظة الاجتماعية بمنطقة مكة المكرمة. المجلة العربية للنشر العلمي، 44(2)، 190-273.

خلف، سنا حسين. (2023). اثر برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية الوفاء الوجودي لدى طالبات الجامعة. مجلة الفتح، 27(4)، 456-478.

الخواجة، عبدالفتاح. (2023). فاعلية برنامج الإرشاد الجمعي بالمعنى في تحسين مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة نزوى. مجلة ابن خلدون للدراسات والابحاث، 3(4)، 220-241.

الدراجيني، هند محمد العيسوي. وعليوة، سهام علي عبدالغفار. (2017). فعالية برنامج إرشادي بالمعنى لتنمية صلابة الشخصية لدى عينة من طلاب وطالبات الثانوية العامة. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، 17(1)، 749-778.

زكي، حسام محمود. (2017). فعالية الإرشاد بالمعنى في تخفيف المكيافيلية لدى المتفوقين دراسيا بجامعة المنيا. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 18(1)، 13-50.

زيدان، حسين حسين. (2023). أثر برنامج إرشادي بأسلوب الإرشاد بالمعنى في تنمية كبح الذات لدى الطلاب فاقدي أحد الوالدين أو كلاهما في المرحلة الثانوية. مجلة ديالي للبحوث الإنسانية، 2(97)، 409-447.

الشعبي، رعد جمعة خلف. وفريح، فؤاد محمد. (2024). أزمة الهوية وعلاقتها بالميول الانتحارية من فاقدي أحد الابوين أو كلاهما لدى طلبة الدراسة الثانوية. مجلة الآداب، (149)، 431-462.

صنوبر، حسام بطرس جورج. (2023). فاعلية برنامج إرشاد بالمعنى في تحسين الروحانية والتدين والقيادة الروحانية لدى المراهقين في المدارس الخاصة في الأردن. [رسالة ماجستير]، جامعة عمان العربية، الأردن.

عبدالعظيم، سيد. وعبدالتواب، محمد. (2012). الإرشاد بالمعنى، دار الفكر العربي، القاهرة.

العسكر، عهود بنت بشير بن سعود. (2020). فاعلية برنامج قائم على الإرشاد بالمعنى في خفض قلق المستقبل لدى المعاقات حركيًا بمدينة الرياض. [رسالة دكتوراه]، جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية، السعودية.

عمر، عبدالمنعم علي علي. (2019). فاعلية برنامج إرشادي تكاملي قائم على العلاج بالمعنى وبعض قوى الشخصية في تحسين جودة الحياة لدى عينة من المراهقين. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 43(3)، 116-226

قاسم، سالي صلاح عنتر. (2023). فعالية الإرشاد بالمعنى لتحسين مستوى الأمل ونمو ما بعد الصدمة لدى مرضى السرطان من طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي، (74)3، 1-66.

ISSN : 2410-1818

كاتبي، محمد عزت عربي. (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بأزمة الهوية دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق. مجلة جامعة تشرين للبحوث العليمة، 37(2)، 151-166.

الكيومية، إيمان بنت عبدالله بن سالم. (2022). فاعلية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تحسين جودة الحياة لدى عينة من المتقاعدات في سلطنة عمان. [رسالة ماجستير]، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

محمد، هاني فؤاد سيد. وصابر، سارة عاصم. (2021). فعالية برنامج إرشادي قائم على الإرشاد بالمعنى في تنمية التوجه الإيجابي نحو الحياة لدى طلبة الجامعة المكفوفين. مجلة البحث العلمي في التربية، 22(12)، 430-478.

منصور، طلعت. وعزب، حسام الدين محمود. والعطية، أسماء عبدالله. والمسلماني، أمل عبدالرحمن. (2015). برنامج مقترح للإرشاد بالمعنى في تنمية مهاراتي التوافقية والرضا عن الحياة لدى عينة من المطلقات بدولة قطر. مجلة الإرشاد النفسي، (44).

مهمل، عماد الدين. ومخلوف، ياسمينة. (2022).نظرية الإرشاد والعلاج النفسي الوجودي بالمعنى - مقاربة نفسية إرشادية علاجية عند - فيكتور ايميل فرانكل. مجلة طبنة للدراسات العلمية الأكاديمية. 5(1)، 962-937.

وشاح، رائدة يوسف. (2019). فعالية برنامج إرشادي بالمعني لتعزيز الرضا عن الحياة والتفاؤل لدى مريضات سرطان الثدي. [رسالة ماجستير]، الجامعة الاسلامية، غزة.

شند، سميرة محمد إبراهيم. والخواص، هدى حسن رأفت. وشاهين، إيمان فوزي سعيد. (2015). الخصائص السيكومترية لمقياس أزمة الهوية لدى المراهقين والمراهقات. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (42)، 515-542.

طحل، سها عبدالكريم محمد. (2024). القدرة التنبؤية لليقظة العقلية في الإدمان على الإنترنت وأزمة الهوية لدى المراهقين في الأردن، [رسالة دكتوراه]، جامعة العلوم الاسلامية العالمية، الأردن.

فرانكل، فيكتور. (2004). إرادة المعنى، اسس وتطبيقات الإرشاد بالمعنى، ترجمة إيمان فوزي، دار زهراء الشرق، القاهرة.

الكتناني، هيام. (2019). أزمة الهوية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس رهط. [رسالة ماجستير]، جامعة الخليل، فلسطين.

مرسي، منى مصطفى فرغلي. (2019). فعالية الإرشاد النفسي البنائي في تخفيف أزمة الهوية لدى طالبات جامعة القصيم: دراسة وصفية شبه تجريبية. مجلة التربية، جامعة الأزهر، (182)، 3، 159-217.

المساندة، سمر أحمد علي. (2018). مستوى جودة الحياة وعلاقته بمستوى قلق المستقبل لدى الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبدالله الثاني للتميز. [رسالة ماجستير]، جامعة البلقاء، الأدرن.

ISSN : 2410-1818

اليامي، محمد حسين فهيد. (2021). تقنين مقياس جودة الحياة المختصر لمنظمة الصحة العالمية على عينة من طلبة جامعة نجران بالمملكة العربية السعودية. مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 29(2)، 201-217.

ISSN : 2410-1818

مجلـــة الأندلس للعلوم الإنسانيـة والاجتماعيـة
مجلـــة دوليـــة شهـريـــة علميـــة محكمـــة
الترقيـم الدولي الإلكتروني: ISSN:2410- 521X
الترقيـم الدولـي الورقـي :ISSN:2410- 1818
البريد الإلكتروني : journal@andalusuniv.net

المجلـة مفهرسـة فـي المواقـع الآتيـة :

العام	2021	2022	2023	2024	2025
معامل أرسيف	0.2692	0.1954	0.3759	0.3068	0.5978
معامل التأثير العربي	1.60	1.73	1.25	1.55	1.59