جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة كربلاء - كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا

رسالة مقدمة

الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في العلوم التربوية

والنفسية (علم النفس التربوي)

الطالبة

ميامين مهدي حسن الجليحاوي

بإشراف

الدكتور

أحمد عبد الحسين الازيرجاوي

١٤٤٣ هـ

٢٠٢١ م

(۞ رَبِّ قَدْ آتَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِن تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ ۚ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنتَ وَلِيِّي فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۖ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ)

صدق الله العلي العظيم

(سورة يوسف :١٠١)

إقرار المشرف

اشهد أن إعداد الرسالة الموسومة بـ(**الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا**)، المقدمة من الطالبة (**ميامين مهدي حسن الجليحاوي**) جرت تحت إشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/ جامعة كربلاء، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في العلوم التربوية والنفسية (علم النفس التربوي).

التوقيع :

الاسم : أ.د أحمد عبدالحسين الازيرجاوي

التاريخ : \ \ 2021م

بناء على التوصيات المتوافرة ، أرشح هذه الرسالة للمناقشة

التوقيع :

الاسم : أ.د اوراس هاشم الجبوري

التاريخ : \ \ 2021م

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة بـ(**الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا**) التي قدمتها الطالبة (**ميامين مهدي حسن الجليحاوي**) الى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية/ جامعة كربلاء، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في (علم النفس التربوي)، وقد وجدتها صالحة من الناحية اللغوية.

الاسم والتوقيع:

أ.د. ليث جابر عبيد

التاريخ: 17/ 3/ 2024

إقرار المقوم العلمي

أشهد أنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة (**الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا**) التي قدمتها الطالبة (**ميامين مهدي حسن الجليحاوي**) الى مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية/ جامعة كربلاء، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في (علم النفس التربوي)، وقد وجدتها صالحة من الناحية العلمية.

الاسم والتوقيع:

التاريخ : \ \ 2021م

د

إقرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة، قد اطلعنا على هذه الرسالة الموسومة بـ(الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا)، التي قدمتها الطالبة (ميامين مهدي حسن الجليحاوي) وقد ناقشنا الطالبة في محتوياتها، وفيما له علاقة بها، ووجدنا إنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الماجستير في العلوم النفسية والتربوية (علم لنفس التربوي) وبتقدير ( ).

التوقيع :
الاسم : عدنان مارد جبر
رئيساً :
التاريخ: ١ ١ ٢٠٢١ م

التوقيع :
الاسم :**أحمد عبد الحسين عطية**
عضواً ومشرفاً :
التاريخ : ١ ١ ٢٠٢١ م

التوقيع :
الاسم : زهرة مالود مسلم
عضواً :
التاريخ : ١ ١ ٢٠٢١م

التوقيع :
الاسم :فاطمة ذياب مالود
عضواً :
التاريخ: ١ ١ ٢٠٢١ م

صادق مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية على قرار اللجنة

التوقيع:
عميد كلية التربية للعلوم الإنسانية
أ.د حسن حبيب الكريطي
التاريخ : ١٧/١/٢٠٢٠ م

إهـــــــداء

إلى:-

مَن اصبحت دماؤهم الطاهرة مصدر للإلهام والعطاء لمواصلة مسيرة الخير والعطاء على ارض العراق الطاهرة....

اللذين ضحوا بأغلى ما يملكون وفاءً لأرض الوطن....

مَن سطروا بدماؤهم مآثر البطولات والمجد وحفروا واسماءهم بحروف من نور في انصع صفحات ذاكرة الوطن.....

مَن روت دماؤهم ارض الوطن فأصبحت سراجا يضيء درب الأحرار

الى أرواح شهدائنا الأبرار

من أكملوا مسيرة التضحية والوفاء

مَن أعطينَ فلذاتِ أكبادَهُن ونور عيونهن، وبقين صابرات ،صامدات، محتسبات الأجر عند الله تعالى ..... إلى امهاتِ الشهداء

مَن عشن دور الاب والام، وضحين باجمل أيام العمر، وتحملن مصاعب الحياة بمفردهن، وفاءً للشهداء ولأبناء الشهداء ....إلى زوجات الشهداء

مَن عاشوا طفولة مُعَذَبة تفتقر إلى أجمل كلمة (أبي)، إلى مَن ضلوا ينتضرون عودة الفرحة مع الغائب ولم تأتي .... إلى أبناء الشهداء

ميامين

شكر وامتنـــان

الحمد لله بمجامع محامده التي لايبلغ منتهاها، وله الشكر على الائـه وإن لم يكن احد احصاها، والصلاة والسلام على خير خلقه محمد حل من ربى النبوة أعلاها فعلاها،فجلى الله به عن البصائر رينها وعن الابصار عشاها ،صلى الله عليه من الصلوات افضلها وازكاها ،وأبلغه عنا من التحيات أكملها وأولاًها، ورضي الله عن عترته واهل بيته ماسفرت شمس عن ضحاها،

(رب اوزعني ان اشكر نعمتك التي انعمت عليَّ وعلى والديَّ وان اعمل صالحا ترضاه واصلح لي في ذريتي إني تبت اليك وإني من المسلمين).

اتقدم بإسمى ايات الشكر والامتنان والمحبة إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة، إلى اساتذتي الافاضل في قسم العلوم التربوية والنفسية،واخص بالذكر والشكر منهم رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الدكتورة اوراس الجبوري، والدكتور مناف الجبوري، والاستاذ سرمد الدعمي، والدكتورة فاطمة ذياب.

كما أقَدم خالص شكري إلى الاستاذ الدكتور (أحمد عبد الحسين الازيرجاوي) المشرف على هذه الرسالة، واشكره على صبره وجهده العلمي المتواصل معي من بداية الرسالة وحتى نهايتها، وما ابداه من متابعة، وما

قدمه من فيضه العلمي ووقته الشيء الكثير، وأدعو له المولى عز وجل بالتوفيق والرفعة والسمو دائما، لإخلاصه وامانته العلمية وحرصه الدائم والواضح.

وافر الشكر والإمتنان والتقدير الى السيد (غالب) مدير مديرية الثقافة والخدمات الاجتماعية في هيئة الحشد الشعبي ، والسيد (باقر الشوكي) مدير الحماية الاجتماعية في هيئة الحشد الشعبي ، والدكتورة (سندس الحالصي) مدير قسم الخدمات التعليمية في هيئة الحشد الشعبي ، الاستاذ (حسين اسماعيل) مدير مالية الحشد الشعبي ، والاستاذ (محمد عبد الهادي) مدير مكتب كربلاء لهيئة الحشد الشعبي ، لما قدموه من المساعدة ومن التسهيلات، واسأل الله تعالى لهم التوفيق والسداد ومزيدا من الرفعة والسمو.

كما اتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى الاستاذ والاخ (مصطفى عادل رحيم) الذي لم يتوانا في تقديم المساعدة والمعلومات العلمية واسأل الله له التوفيق والسداد، وكل الشكر والامتنان إلى الاخ والزميل (حسين جابر علي) وإلى جميع زملائي وزميلاتي في الدراسات العليا، كذلك شكري وامتناني إلى الاخت والصديقة (دعاء صاحب كاظم) لما قَدمته من المساعدة العلمية، وجزيل شكري وامتناني إلى والدتي وجميع اخوتي واخواتي لما قدموه من الدعم النفسي ومشاركتهم اياي جميع التعب والعناء واسأل الله لهم الصحة

والعافيـة والتوفيـق واخـص بالـذكر مـنهم اختـي وصـديقتي (منهـاج مهـدي حسن).

كذلك كل الشكر والتقدير إلى افراد عائلتي زوجي وأولاًدي ،لما تحملوه من تعب وتقصير منـي تجـاههم خـلال الرحلـة الدراسية واخـص بالـذكر مـنهم ابنتي الغالية الدكتورة (زينب) لمـا قدمتـه لـي من مساعدة، واتمنـى من الله لها النجاح والسعادة والتوفيق.

واخيرا إلى كل من قدم لـي العون والمساعدة والارشـاد والنصـح ولـو بكلمـة واحـدة خـلال مسيرتي الدراسية، ممـن لـم يـذكرهم قلمـي سـهوا، جزيـل الشكر والامتنان والحب ، واسأل المولى عزوجل ان يشملهم برحمتـه ولطفـه وتوفيق انـه سميع الدعاء.

الباحثة

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة كربلاء - كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا

رسالة مقدمة

الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في العلوم التربوية

والنفسية (علم النفس التربوي)

الطالبة

ميامين مهدي حسن الجليحاوي

بإشراف

الدكتور

أحمد عبد الحسين الازيرجاوي

١٤٤٣ هـ ٢٠٢١ م

(مستخلص البحث)

عنوان البحث:

(الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا)

المستخلص

يهدف البحث الحالي التعرف الى:

١. الحسرة الوجودية لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٢. التوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٣. العلاقة الارتباطية بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٤. الفروق في العلاقة بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل لدى عينة البحث وفقا للنوع الاجتماعي والعمر.

وقد اتبعت الباحثة المنهج الوصفي، قامت بتبني اداتي البحث لكلا المتغيرين ففي المتغير الاول (الحسرة الوجودية) تم تبني مقياس وايت وريكر Whit e_ (Truckle، S، 2007 .G.T Reker &M).

والذي تمت ترجمته وتكييفه للبيئة العراقية (المعموري ،٢٠٢١) ، وفي المتغير التوجه نحو المستقبل تم تبني مقياس التوجه نحو المستقبل (الاسدي ،٢٠١٧) وتم تطبيق المقياسين على عينة البحث البالغة (١٧٥) موظف وموظفة في هيئة الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا، وقد استخرجت الباحثة الخصائص السيكو مترية من صدق وثبات.

تم التوصل الى عدد من النتائج وكما يلي:

_عينة البحث لديهم حسرة وجودية.

_عينة البحث يمتلكون توجها نحو المستقبل.

_معامل الارتباط بين المتغيرين دالة احصائيا اي كلما ازدادت الحسرة الوجودية ازداد التوجه نحو المستقبل.

_وجود فروق ذات دلالية احصائية في العلاقة الارتباطية وفقا لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الاناث، كذلك توجد توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير العمر لصالح الاكبر سنا.

(ثبت المحتويات)

الموضوع	الصفحة
العنوان	
الآية القرآنية	أ
إقرار المشرف	ب
إقرار المقوم اللغوي	ج
إقرار المقوم العلمي	د
إقرار لجنة المناقشة	هـ
الإهداء	و
شكر وامتنان	ز
العنوان	ي
مستخلص البحث	ك
ثبت المحتويات	م
ثبت الجداول	ص
ثبت الأشكال	ق
ثبت الملاحق	ق
الفصل الأول : التعريف بالبحث	
اولاً : مشكلة البحث	١_٥
ثانياً : أهمية البحث	٥_٨
ثالثاً : أهداف البحث	٨
رابعاً : حدود البحث	٨
خامساً : تحديد المصطلحات	٩-١١
الفصل الثاني : الإطار النظري	

الحسرة الوجودية	١٢_١٣
أولا : نبذة عن الوجودية	
ثانياً: الحسرة في اللغة	١٣
ثالثاً: الفرق بين الندم والحسرة في اللغة والقران وفي علم النفس	14_18
رابعاً:الاثار السلبية للانغماس في الحسرة الوجودية	18_٢١
العوامل التي تقلل من من الحسرة الوجودية	٢٣_٢٥
متغيرات ذات الصلة بالحسرة الوجودية	٢٥_٢٧
علاج الاثار النفسية عند ياليوم	٢٧-٢٨
النظريتين التي فسرتا الحسرة الوجودية	٢٨_٣١
التوجه نحو المستقبل	٣١_٣٣
العوامل التي يجب مرعاتها للتوجه الصحيح نحو المستقبل	٣٣
النظرة للتوجه نحو المستقبل قديما وحديثا	٣٥
الاهتمام بالدراسات المستقبلية في الوطن العربي	٣٦
النظريات التي تناولت التوجه نحو المستقبل	٣٨_٤٢
الدراسات السابقة	٤٢
الدراسات السابقة للحسرة الوجودية	٤٢_٤٤
الدراسات السابقة للتوجه	٤٤_٤٩
موازنة الدراسات السابقة للحسرة	٤٩_٥٢
موازنة الدراسات السابقة للتوجه	٥٢_٥٥
الجوانب الاستفادة من الدراسات السابقة	٥٥
الفصل الثالث	٥٣_٨٣
اولاً : منهجية البحث	٥٦
ثانياً : مجتمع البحث	٥٦

ثالثاً : عينة البحث	٥٧_٥٨
رابعاً : أداتا البحث	٥٨
الأداة الأولى : مقياس الحسرة الوجودية	٥٨_٥٩
١-صلاحية فقرات مقياس	٥٩
٢-إعداد تعليمات مقياس	٦٠
٣-تجربة وضوح التعليمات والفقرات لمقياس الحسرة الوجودية	٦١
٤-التحليل الاحصائي للفقرات	٦١
أ-اسلوب المجموعتين الطرفيتين (القوة التميزية للفقرات)	٦٢_٦٤
ب – اسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية	٦٤_٦٧
_علاقة درجة الفقرة بالمجال	٦٧_٦٨
_علاقة درجة كل مجال بالمجالات الاخرى للمقياس	٦٨
٥-الخصائص السيكومترية للمقياس	٧٠
أ- الصدق	٧٠_٧١
ب- الثبات	٧١_٧٢
_الصيغة النهائية للمقياس	٧٢
منحنى التوزيع الاعتدالي لبيانات الحسرة الوجودية	٧٤
الاداة الثانية : التوجه نحو المستقبل	٧٥
_مقياس التوجه نحو المستقبل	٧٥
_وصف مقياس التوجه نحو المستقبل	٧٥
تصحيح المقياس	٧٥_٧٦
اعداد تعليمات المقياس	٧٦_٧٧
تجربة وضوح المقياس	٧٧
التحليل الاحصائي للفقرات	٧٧_٧٨

اسلوب المجموعتين الطرفيتين	٧٨_٨٠
طريقة الاتساق الداخلي	٨٠_٨١
_علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال	٨١_٨٤
_علاقة المجال بالمجال والمجال بالمجالات الاخرى	٨٣
الخصائص السايكومترية لمقياس التوجه نحو المستقبل	٨٤_٨٦
أ – الصدق	٨٤
ب – الثبات	٨٤_٨٦
المؤشرات الاحصائية	٨٦
منحنى التوزيع الاعتدالي	٨٧
الصيغة النهائية للمقياس	٨٨
سادسا : الوسائل الاحصائية	٨٨_٨٩
الفصل الرابع : نتائج البحث	
• الفصل الرابع	
• عرض النتائج	٩٠
• الهدف الاول التعرف على الحسرة الوجودية لدى موظفي الحشد من حملة الشهادات العليا	٩٠_٩١
• الهدف الثاني التعرف على التوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد من حملة الشهادات العليا	٩١_٩٢
• الهدف الثالث معرفة العلاقة الارتباطية بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي	٩٢_٩٤
• الهدف الرابع التعرف على الفروق بين العلاقة الارتباطية بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستتقبل على وفق متغيري النوع الاجتماعي والعمر	٩٤_٩٦

• الاستنتاجات	٩٦
• التوصيات	٩٦
• المقترحات	٩٧
• المصادر	٩٨_١١٠
• المصادر العربية	٩٨_١٠٤
• المصادر الاجنبية	١٠٤_١١٠
• الملاحق	١١١_١٣٧
• مستخلص الرسالة باللغة الانكليزية	A
• العنوان باللغة الانكليزية	B-C

(ثبت الجداول)

ت	العنوان	الصفحة
١-	افراد مجتمع البحث موزعين حسب الاختصاص والكلية والنوع الاجتماعي	٥٣_٥٤
٢-	عينات البحث	٥٤
٣-	قيم مربع كا٢ لاستخراج نسبة موافقة المحكمين لمقياس الحسرة الوجودية	٥٧
٤-	قيم التمييز لفقرات مقياس الحسرة الوجودية	٥٩_٦١
٥-	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	٦٢
٦-	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه	٦٣
٧-	علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال بالمجالات الاخرى	٦٤
٨-	معامل ثبات الفا كرونباخ لمقياس الحسرة الوجودية	٦٧
٩-	المؤشرات الاحصائية لمقياس الحسرة الوجودية	٦٨
١٠-	اراء المحكمين في مدى صلاحية مقياس التوجه نحو المستقبل	٧١
١١-	قيم التمييز لفقرات مقياس التوجه نحو المستقبل	٧٣_٧٥
١٢-	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	٧٥
١٣-	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية بالمجال الذي تنتمي اليه	٧٦_٧٧
١٤-	علاقة المجال بالمجال وعلاقة المجال المجلات الاخرى	٧٧
١٥-	معامل ثبات الف كرونباخ لمقياس التوجه نحو المستقبل	٧٩
١٦-	المؤشرات الاحصائية لمقياس التوجه نحو المستقبل	٨٠
١٧-	الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الحسرة الوجودية	٨٥

١٨-	**الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على التوجه نحو المستقبل**	٨٧
١٩-	**معامل ارتباط بيرسون**	٨٨
٢٠-	***الفروق في العلاقة بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل***	٩٠

(ثبت الأشكال)

ت	عنوان الشكل	الصفحة
١-	التوزيع الاعتدالي لدرجات عينة البحث على مقياس الحسرة الوجودية	٦٩
٢-	التوزيع الاعتدالي لدرجات العينة على مقياس التوجه نحو المستقبل	٨١

(ثبت الملاحق)

ت	العنوان	الصفحة
١-	**كتاب تسهيل مهمة البحث**	**١٠٥**
٢-	**اسماء السادة المحكمين لاداتي البحث**	**١٠٦_١٠٧**
٣-	**مقياس الحسرة الوجودية بصيغته الاولية**	**١٠٧_١١١**
٤-	**مقياس الحسرة الوجودية التحليل الاحصائي**	**١١٢_١١٦**
٥-	**مقياس الحسرة الوجودية الصيغة النهائية**	**١١٦_١١٩**
٦-	**مقياس التوجه نحو المستقبل بصيغته الاولية**	**١٢٠_١٢٤**
٧-	**مقياس التوجه نحو المستقبل التحليل الاحصائي**	**١٢٥_١٢٨**
٨-	**مقياس التوجه نحو المستقبل بصيغته النهائية**	**١٢٩_١٣١**

الفصل الأول

التعريف بالبحث

مشكلة البحث (Research Problem):

يبدأ فهم الانسان لمعنى الوجود عند دخوله بالتجربة الوجودية الفردية الداخلية، وبمعايشة الواقع وجدانيا اكثر من معايشته له عقليا، حيث يبدأ باكتشاف المعاني الاساسية في الوجود الانساني ومنها العدم او الفناء، الشعور بالذنب، اليأس، وقيمة الحياة والوجود، المعنى الصادق للوجود الانساني الملتزم باحترام القيم الانسانية وحقوق الفرد وحرياته (معوض، ومحمد، 6:2012).

وترى الفلسفة الوجودية ان نقطة البداية لفهم الحياة هي النظرة الداخلية للحياة، أي الحياة كما يعيشها الفرد فعلا، ويخبرها وليس كما يدرسها موضوعيا من خلال العلوم الاكاديمية كعلم البيولوجيا، أو علم العلوم النفسية (عبد الجبار وعباس،111:2018)، وقيمة الحياة لا تقتصر على علاقة الإنسان مع الاخرين، أو على ما يقوم به من أعمال، بل من خلال ما يرسمه لنفسه من أهداف خاصة به ويلزم نفسه بتحقيقها في المستقبل.

ولكي يحقق الإنسان أهدافه في الحياة لابد له من أن يعاني، أما من محاولاته الفاشلة، أو الاحباطات المتكررة، أو العوائق التي حالت بينه وبين تحقيق بعض أهدافه، ولكن في ضل هذه المعاناة وتحت ضربات القدر تأخذ الحياة صورتها وشكلها الصحيح، فلم يخلق الله سبحانه وتعالى الإنسان للراحة والترف فقط، وقد وصف الله عز وجل حياة الإنسان بقوله (لقد خلقنا الإنسان في كبد)(١)[1] ومعنى ذلك ان الإنسان يلقى المكابدة والشقاء في حياته، ففي تفسير هذه الآية الكريمة يرى الشيخ الشعراوي ان الإنسان بطبيعة تكوينه مكابد، ومن يرغب ان يعيش مرتاحا لم يفهم سر خلق الله، وان الله ميز الإنسان على سائر مخلوقاته في الفكر، وجعله قادرا على اختيار قراره بنفسه (الشعراوي، 2008) وإن شدة انغماس الفرد في الاثار والنتائج المترتبة على قرارته الخاطئة أو إخفاقاته في تجاربه الماضية قد يؤدي به إلى الشعور بالحسرة العميقة والغرق في

١.سورة البلد، اية (٤)

مشاعر لوم الذات وتأنيبها والرثاء لها، والتي قد تشعره لاحقا بفقدان معنى الحياة، فالكبح الدائم للألم النفسي وما يترتب عليه من شعور بعدم السعادة قد يؤدي في نهاية الأمر إلى قتل الحياة الداخلية للفرد.

ويرى (سيلي) أن استمرار تعرض الإنسان للضغوط النفسية يؤدي به تدريجيا إلى فقدانه لطاقته على المواجهة ثم انهياره (عبد الدايم، 643:1996).

وتؤثر هذه المعاناة أو الالم النفسي بصورة كبيرة على طبيعة الفرد حيث يمكن أن تؤدي إلى العديد من التغيرات السلوكية في مستوى نشاطه وفهمه لذاته وللآخرين وهبوط الأداء في العمل. كما يمكن ان تؤدي الى تغيرات انفعالية عميقة في نفس الفرد منها شعور الفرد بالحَسَرة الوجوديَّة. والتي تشير اليها التحليلات النظرية على أنها: خبرة حياتية طبيعية ترتبط بميل الإنسان إلى مراجعة الذات ومحاسبتها، لكن الانغماس في الحسرة بصيغها العميقة بصورة مستمرة، دون محاولة الفرد للتخلص منها يؤدي إلى الشعور بالضيق الانفعالي، ولها تأثيراتها على الصحة البدنية (Meder ،Gollwitzer ،& Schmitt ،2011).

ويرى انصار المنظور الوجودي في علم النفس ان مفهوم الحسرة الوجودية والظروف التي تؤدي اليها ترتبط بما يسمونه بالاختيار الحر(free Choice) والارادة الحرة (free will) وما يتبع هذه الارادة من مسؤولية شخصية دالة على جدارة الانسان واقتداره على الضبط السببي لأفعاله، وبالتالي فأن تقصير الانسان او تفريطه في تنفيذ مضامين الارادة الحرة والجدارة والاقتدار، يرتب عليه اندفاعا باتجاه لوم الذات وتأنيبها. (Risen&. Wilso، Morewedge،Gilbert ,2005).

كما تتخلق خبرة الحسرة الوجودية في مراجعة المرء لنفسه، ومحاكمتها، مع ادراك الفرق الشاسع بين الكيفية التي جرى بها مسار حياة الفرد، والكيفية التي كان يمكن ان يجري عليها، وادراك الفرد للتباين الواضح بين الصورة التي كان يأملها لحياته وفقا لتصوراته عن معنى الحياة وهدفها مع الصورة التي حققها بالفعل، مع تحميله لنفسه المسؤولية في هذا التباين، نتيجة لفشله في اختياراته وقرارته الحياتية الكبرى، وغالبا ما

تقترن بالانكسار النفسي، واليأس واجترار الالام، والغرق في التفكير السلبي، القائم على التمني، مما يوهن عزيمة الفرد وارادة الحياة داخله (ابو حلاوة، 307 :2013).

ويرى كورسيلي واخرون (Coricelli،et.at٢٠٠٥) ان الحسرة الوجودية تتكون لدى الفرد نتيجة لعدم قيامه بما كان عليه القيام به، او لتفويته البدائل التي كانت متاحة امامه، والتي كان بالفعل يمتلك الرغبة والقدرة والمهارة لاستثمارها وتوظيفها تحقيقا لذلته، وارتقاء بها، اتساقا مع معنى الحياة وغاياتها من وجه نظره، وهذا العنصر هو ما يعطي الطابع الوجودي لمثل هذا النوع من الحسرة (Coricell،٢٠٠٥:٦٢).

إن سيطرة الحَسَرة الوجوديَّة على الإنسان تجعله واقعا على الدوام تحت تأنيب الذات ولومها؛ لان الحسرة العميقة حالة معرفية يشقى بها الإنسان مرتين: مرة تذكر الإنسان بتقصيره، وأخرى توهمه بانه عاجز عن تصحيح اخطائه، وتبقيه في حالة من الغم، والاحساس بالعجز، وفقدان المبادرة بما يحول بينه وبين التمتع ببهجة الحياة الحرة، وتنخفض فاعليته ظنا منه بان الحسرة وما تفعله من لوم، وعقاب الذات وسيلة ناجحة للتخلص من وخز الضمير وتأنيبه، فيرضى بها مما يجعلها سببا لإخماد همته (أبو حلاوة، 10:2015).

وان تقبل الفرد للحسرة ولوم الذات، وعدم توقفه عن اجتراره لآلامه، تأثيرات سلبية طويلة المدى، منها صعوبة الاندماج في الحياة، وان نمط التفكير الاجتراري وطابعه السلبي والتكراري مؤشر من مؤشرات الدخول في دائرة الاكتئاب، كما تظهر نتائج دراسات أن الألم النفسي، والحسرة الشديدة المستمرة غير المقترنة بالاندفاع للخروج منها بأفعال إيجابية يوقع الفرد في دائرة الازمات النفسية المزمنة مما يؤثر بصورة سلبية بالغة على جهاز المناعة والجهاز الهرموني، كما ان الرضوخ للحسرة يعيق قدرة الشخص على البرء من التأثيرات السلبية لأحداث الحياة الضاغطة بتوسيع نطاق تداعياتها على البعد الوجداني للشخصية (Greenberg،2012).

ويرى (Zeelenberg & pieters,1999)) ان استمرار الفرد بالشعور بالحسرة الوجودية تأثيرات بالغة على الصحة النفسية والبدنية للإنسان، ومنها ما يشير اليه

١. الانعزال الاجتماعي واجترار الالام.

٢. الشعور باليأس والاعتقاد باستحالة اتخاذ القرارات الصحيحة مستقبلا.

٣. الشعور بقلة الحيلة والعجز وتجنب المواقف التي تذكر الفرد بفشله.

٤. الشعور بان الحياة لامعنى لها ولا هدف جدير بالاجتهاد والمثابرة لتحقيقه (Zeelenberg & pieters ,1999:97).

وقد يتسبب هذا حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل، والخوف، والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية التي يخشى الفرد وقوعها في المستقبل فينتاب الفرد خوف ممزوج بالأمل تجاه المستقبل (زينب، 2005:5).

وبعد التعريف بمعنى الحَسَرة الوجوديَّة والآثار التي تنتج عنها لابد أنْ يكون لها تأثير على قرارات الفرد وتوجهه نحو المستقبل، لذا يتوجب عليه ان يكون واعيا بما يطلبه منه المستقبل، وان يضع حدا فاصلا بين تجاربه الفاشلة، أو اخفاقاته، وبين الفرص التي تنتظره في الحياة المستقبلية وان تكون لديه نظرة إيجابية متفائلة نحو المستقبل وأن يكتشف بنفسه الفرص المتعددة والمختلفة في ذلك المستقبل.

وهذا ما أكده سيلجمان (Seligman,1991) حينما اشار الى ان كل فرد يمر بالهزيمة، والرفض، والفشل لدرجة ما في حياته، وعلى الرغم من الرفض، والفشل فان بعض الناس يسعون إلى بذل جهودهم بينما يستسلم آخرون، وهو يرى أيضا ان: الكيفية التي يفسر بها الناس فشلهم، وهزائمهم هي التي تحقق الاختلاف بينهم في مقدار التفاؤل والتَّوجُّه نحو المُستَقبل.

ومما حثَّ الباحثة لدراسة التَّوجُّه نحو المُستَقبل هو ان المستقبل بحد ذاته يمثل موضوعا خصبا فضلا عن كونه من موضوعات الاهتمام الحديثة والمعاصرة نسبيا.

وبناءً على ذلك ارتأت الباحثة في ظل ندرة الدراسات النفسية العربية لمتغير الحَسَرة الوجوديَّة وجود حاجة ماسة لأجراء هذه الدراسة، التي يمكن بلورة مشكلتها في

التساؤل الاتي: هل توجد علاقة ارتباطية بين الحسرة والتَّوجُّه نحو المُستَقبل لدى موظَّفي الحشد من حملة الشهادات العليا؟

ثانيا: اهمية البحث: The importance of Research

فالحَسَرة الوجوديَّة هِي حصيلة لمعاناة الفرد خلال حياته، وقد تحمس الفرد وتبعد عنه فتور المشاعر، وان شعور الفرد بالحَسَرة الوجوديَّة ما هو الا نتاج لما يكابده من معاناة وألم نفسي على تقصيره في استغلال الفرص التي أُتيحت له في ما مضى من عمره، وان التحليلات النظرية تشير إلى أنَّ شعور الفرد بالحَسَرة الوجوديَّة خبرة حياتية طبيعية ترتبط بميل الإنسان دائما إلى محاسبة الذات ومراجعتها.

فالحَسَرة الوجوديَّة هِي حصيلة لمعاناة الفرد خلال حياته، وقد تحمس الفرد وتبعد عنه فتور المشاعر فطالما نحن نعاني فإننا احياء نفسيا.

وفي الحقيقة فإن الفرد ينمو وينضج من خلال معاناته؛ لأنها تثيره وتقويه، فالفرد الذي يعاني من الحَسَرة الوجوديَّة عندما يقوم بإلهاء عقله في التفكير في الأمر الذي سبب له تلك الحسرة، أو يحاول ان يحذر نفسه من تضييع فرص اخرى فانه لا يحل بذلك مشكلته ولكن كل ما يفعله هو التخلص من الاثر الناتج عن تلك الحسرة وهو عدم الشعور بالسعادة.

اي انها حالة طبيعية يتعرض لها الاسوياء، ومع التسليم بان خبرة الحسرة خبرة وجودية مندمجة في مسار الحياة الإنسانية بصورة عادية يصبح من الضروري التركيز على تنمية مهارات ادارتها وترويضها بتسليح الإنسان بمجموعة من المهارات الحياتية واستراتيجيات التوافق والمواجهة (أبو حلاوة، 8:2011) فمن الواجب التعايش مع الحَسَرة الوجوديَّة والنظر إلى الجانب المشرق منها والانتفاع منها.

ويشير (Schlenker Barry &Darby Bruce, 1981) إلى أنَّ الحسرة بمثابة معيار اجتماعي ومؤشر على ان فعلا سلوكيا غير مقبول ومستهجن اجتماعيا ارتكبه

الفرد يستوجب الندم خشية ان يفقد الفرد مكانته الاجتماعية بين الناس ومن ثم تعتبر الحَسَرة الوجوديَّة في صيغتها الإيجابية وفقا لهذا المعنى آلية لتصويب الذات ووقايتها.

وعلى الرغم من التركيز على الجانب السلبي للحسرة الوجودية إلَّا أنَّ الدراسات الحديثة تظهر التداعيات الإيجابية لهذه الخبرة فمن فوائد الحسرة انها تساعد الفرد على فهم سلوكياته والتبصر بها وربما الاندفاع باتجاه تصويبها ومن هنا يمكن اعتبار خبرة الحسرة جزءا طبيعيا من التعلم من الخبرة (Medvec،Gilo,1995، & Chen).

وللتوجه نحو المستقبل أهمية كبيرة على اعتباره متغيرا إيجابيا ينتمي إلى علم النفس الإيجابي، ويمكننا القول ان القرن الحادي والعشرين هو عصر علم النفس الإيجابي، وتعتبر موضوعات الأمل، والتفاؤل، والسعادة، والتَّوجُّه نحو المُستَقبل، وغيرها من المصطلحات 'مفاهيما مهمة في علم النفس الإيجابي' وقد بدأ الاهتمام الحقيقي في نمو علم النفس الإيجابي منذ توجيه مارتن سيلجمان (1999) لعلماء النفس إلى ضرورة الاهتمام والبحث في العوامل الإنسانية الإيجابية اكثر من بحثهم في القوى السلبية كالأمراض وغيرها (ارنوط ،2013).

وقد أشار ديفيد باسيج (David passig, 2001) إلى أنَّ: اتجاه الاهتمام بدراسة الوعي بالمستقبل ازداد عقب الحرب العالمية الثانية حيث تم الاهتمام بدراسة زمن المستقبل ومنظوره فضلا عن القيادة المستقبلية، ومهاراتها وكان هذا يمثل تحديا، وزاد الاهتمام باستراتيجيات التعلم وأدوات القياس لدراسة الوعي بالمستقبل (David passig, 2001: pp27_37).

وإن الوعي بالمستقبل وفهم تحدياته وفرصه يعد من المقومات الرئيسية في صناعة النجاح سواء على المستوى الشخصي او الحضاري او الاجتماعي او التربوي، حيث انه لا يمكن ان يستمر نجاح الفرد مالم يمتلك رؤية واضحة المعالم عن المستقبل فالنجاح الدائم يرتكز على الوعي بالمستقبل (الدايني،2009.308).

كما تعد النظرة المستقبلية من اهم محددات التوافق لدى الانسان، لان التوجه نحو المستقبل يقيس التغيرات السلبية والايجابية التي يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل،

كما للتوجه نحو المستقبل علاقة بالاتزان الانفعالي للفرد، وانجازه الشخصي في مجالات الحياة المختلفة عامة والمجال الاكاديمي بصورة خاصة (Glick Millstein & Orsillo, ٢٠١٤:٨٤).

وتأتي أهمية البحث من أهمية الفئة المستهدفة وهم شريحة مهمة في المجتمع وهم الموظفون من حملة الشهادات العليا الذين بلغوا مستوى من النضج والاستقلالية تمكنهم من تنظيم أفكارهم وانفعالاتهم وقراراتهم ووجهتم المستقبلية. نتيجة لمرورهم بمراحل تتخللها العديد من الضغوط والصراعات والقلق سواء في الجانب الدراسي، أم في الجانب الوظيفي فضلا عما تتركه تجارب الحياة من اثر على مستوى أدائهم ونظرتهم نحو المستقبل خلال المراحل العمرية ويمكن تبرير اهمية البحث في امرين:

الأهمية النظرية:

١. توفر المادة العلمية بشكل واسع فيما يخص الحَسَرة الوجوديَّة من المنظور الفلسفي والديني، والادبي، مع ندرة واضحة في تناولها من المنظور النفسي.

٢. دراسة الحَسَرة الوجوديَّة من المنظور النفسي تزيد من فهم هذه الظاهرة النفسية برؤية أوسع، ولا سيما إذا ما تمت المقارنة بين النماذج النظرية التي طرحت لوصفها وتفسيرها.

الأهمية التطبيقية:

١. تسليط الضوء على قضية مهمة في حياة الأفراد وهي الاهتمام بالمستقبل والتخطيط الصحيح له وتقديم المعلومات العلمية من خلال هذه الدراسة التي تساعدهم في اتباع الخطوات الصحيحة في توجههم نحو المستقبل.

٢. يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في بناءً برامج ارشادية تساعد افراد المجتمع في بناءً توجهات مستقبلية إيجابية.

٣. يعطي هذا البحث مادة علمية ونتائج يمكن الاستفادة منها في معرفة، وتوضيح أبرز العوامل والأفكار السلبية التي تؤثر على شخصية الفرد وتخلق الحَسَرة الوجوديَّة التي تؤدي لاحقا إلى شعور الفرد باليأس والاحباط من المستقبل.

٤. اهمية عينة البحث وهم شريحة من الشرائح المهمة في المجتمع لما يمتازون به من خبرات علمية ونضج عقلي.

٥. تسهم الدراسة الحالية في الاجابة على بعض الاسئلة المتعلقة بالجانب النفسي مثل: لماذا نتحسر؟ وعلامة نتحسر؟ وماهي العوامل التي تؤدي الى الشعور بالحسرة الوجودية؟ وماهي العمليات النفسية المصاحبة للحسرة الوجودية؟ .

ثالثا: أهداف البحث Research aims

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. الحَسَرة الوجوديَّة لدى موظَّفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٢. التَّوجُّه نحو المُستَقبل لدى موظَّفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٣. العلاقة الارتباطية بين الحَسَرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المُستَقبل لدى موظَّفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٤. الفروق في العلاقة الارتباطية بين الحَسَرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المُستَقبل وفق متغيري النوع الاجتماعي (ذكور، اناث) والعمر (25–39) و(40–55).

رابعا: حدود البحث Research Limitation

الحدود الموضوعية: اقتصر البحث الحالي على دراسة العلاقة بين الحَسَرة الوجوديَّة، والتَّوجُّه نحو المُستَقبل.

الحدود المكانية: يتحدد البحث الحالي بموظَّفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا في جميع مكاتب هيئة الحشد الشعبي في جميع محافظات العراق بين (2021–2020).

خامسا: تحديد المصطلحات Terms Definition

اولاً: الحَسَرة الوجوديَّة (Existential regret) عرفها كلٌ من:

١. (فرانكل)(Frankl،1969):

صيغة متمايزة عن الحسرة الموجهة نحو الذات تنشأ من شعور الشخص بإهماله الاندفاع في مجال ترقية وتحقيق الذات وتجاهله الفرص التي أُتيحت له لتحقيق أمكانيات الارتقاء الذاتي على المستوى الشخصي والاجتماعي وغالبا ما تنشأ الحَسَرة الوجوديَّة عندما يشعر الإنسان انه أضاع عمره سدى دون إنجازات حقيقية وان حياته تفتقد المعنى والقيمة فيبدأ في لوم الذات، وتأنيبها، والشعور بالخزي، واليأس مع عدم القدرة على التحر رمن هذه المشاعر(Frankl،١٩٦٩:٣٤).

٢. (لاندمان) (Landman 1993):

حالة معرفية وجدانية مؤلمة تتضمن الشعور بالاسى والضيق الانفعالي والكدر لسوء الحظ والخسارة والقصور وارتكاب الاخطاء والتقصير في استغلال الفرص في الماضي وتحمل ملامح من خيبة الأمل والتعاسة والشعور بالذنب والخزي (١٩٩٣:٦٢ Landman،).

٣. (ريكر وباركر)(Reker &Parke،2004):

"خبرة داخلية قوامها الشعور بعدم الارتياح والضيق الانفعالي تعزى إلى تضييع الشخص لفرص تجويد وترقية الذات في الماضي، وفشله في تنمية ذاته واستغلال قدراته الشخصية وعدم إنجازه المهام والاعمال الشخصية بالصورة اللائقة، ولعدم تقديره واحترامه للإمكانيات المتاحة في البيئة التي يعيش فيها (Reker &Parke، 2004 62).

٤.(وايت وريكر)(White & Reke،٢٠٠٤)

"حالة من اليأس والذنب والقلق نتيجة تضييع الإنسان لفرص الارتقاء بالذات على المستوى الشخصي والاجتماعي، أو نتيجة لفشله في استغلال هذه الفرص في تحقيق غايات الوجود وأهدافه من وجهة النظر الشخصية (White & Reker،٢٠٠٤:٤٢).

٥. (لوكاس) (Lucas,2004):

"رغبة عميقة لدى الفرد في العودة إلى الماضي وتغيير خبراته المرتبطة بالفشل في اختيار البدائل السلوكية المتسقة مع قيمه واعتقاداته وحاجاته للارتقاء، مقترنه بالنفور، والاستياء من الذات، والاندفاع لتأنيبها، ولومها لتفريطها في مثل هذا الاختيار مع العلم باستحالة تنفيذ هذه الرغبة (Lucas,2004:13).

٦.(فان وزلينبرج)(٢٠٠٥،Van، DiJk & Zeelenberg):

إنفعال سلبي يتعايش معه الإنسان عندما يدرك أو يتخيل أن وضعه الحياتي الحالي كان يمكن ان يكون أفضل مما هو عليه لو انه كان قد اختيار القرارات الصحيحة في الماضي(٢٠٠٥:١٥٢،Van, DiJk & Zeelenberg).

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة التعريف النظري لفيكتور فرانكل (Frankl، 1969) لأنه تم اعتماده في الإطار النظري وكذلك مقياس الحسرة.

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الحَسَرة الوجوديَّة.

ثانياً: التَّوجُّه نحو المُستَقبل (Orientation Future): عرفه كلٌ من:

١. جورج كيلي (Kelly G, 1950):

هو قدرة الفرد المتمثلة بالتنبؤ مع التأكيد على أهمية الاستعداد والتخطيط للمستقبل عبر إرادة الفرد في تحديد المصير واتخاذ القرار(Kelly, 1950:65).

٢. بدوي (1978):

انه تفضيل الاحتياجات المستقبلية المتوقعة والتخطيط لما يمكن تحقيقه منها عن طريق مساعدة الفرئاد على فهم نفسه ومشاكله واستغلال إمكاناته الذاتية وقدراته ومهاراته واستعداداته وميوله وإمكانات بيئته من خلال تحديد الأهداف وتحديد الطرق الموصلة اليها، من خلال الوصول إلى اقصى نموه وتكامله مما يسمح ببزوغه ونمو موهبته (بدوي، 133:1978).

٣. بيترس (Pieterse ,2005):

على انه اتجاه الفرد نحو مجال محدد من مجالات الحياة مثل المهنة التي سيمتهنها الفرد في فترة زمنية مستقبلية (Pieterse,2005:44).

٤.سينجر (Seginer،2009):

الصور التي تخيلها الفرد بشأن مستقبله والصور التي يمثلها الوعي وصور التقرير الذاتي، والتفكير في المستقبل سواء اكان من جانب ايجابي أو سلبي (Seginer،٢٠٠٩:٣).

التعريف النظري: اعتمدت الباحثة التعريف النظري لجورج كيلي لأنه تم اعتماده في الإطار النظري وكذلك في مقياس التَّوجُّه نحو المُستَقبل

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس التَّوجُّه نحو المُستَقبل.

الفصل الثانـي
الإطار النظري ودراسات سابقة

الحسرة الوجودية (Existential regret):

أولا :نبذة عن الوجودية الوجودية (Existential):

هي تلك النزعة الفكرية التي تفضل الاهتمام بالوجود الحاضر او الكيان الواقعي على الماهيات او جوهر الاشياء، فالوجودية تريد للإنسان ان يعيش واقعه الحاضر دون الشعور بالقلق من المستقبل او القلق بسبب الماضي، وان مركز موضوع الفلسفة الوجودية هو (الانسان) لان عليه تقع مسؤولية وضع القيم الخاصة به من واقعه دون الخضوع إلى السلطات الاستبدادية المتوارثة من الفكر الفلسفي التقليدي او الديني، فالوجودية تيار فلسفي يعلي من قيمة الفرد ويؤكد على تفرده وانه صاحب فكر وحرية وارادة واختيار ولا يحتاج إلى موجه، وتركز الوجودية على ان الانسان يقوم بتكوين جوهر ومعنى لحياته، والفلسفة الوجودية تتصدى لمعالجة المشاكل الوجودية وهي مشاكل انسانية تتناول مدلولات الحياة والموت والمعاناة والالم إلى جانب قضايا اخرى.

واذا كانت الافكار الرئيسة التي دارت حولها الاتجاه الوجودي قد نَمَتْ من التأزم العميق الذي عاشه الانسان بكل وجدانه نظراً إلى وجوده في عالم مهموم عالم لا مخرج له مما هو فيه، عالم منغلق؛ إذ يأتي علم النفس الوجودي علاجاً لهذا الانغلاق والتأكيد على قدرة الانسان التي لا تقهر على مقاومة العدم واعطائه معنى لحياته وتجاوزها ارادياً لهذا التأزم (معوض، ومحمد، 2012:3).

المبادئ الأساسية للفلسفة الوجودية

١. تقديس الحرية، فبدون الحرية يفقد الوجود معناه الحقيقي.

٢. حماية رغبة الانسان بالاستمتاع بالوجود والقضاء على الشعور بالقلق والخيبة في هذه الحياة، والاستمرار بالحياة وتشجيع الشعور بالسعادة، والاستمتاع بفرصة امتلاك الحياة والحرية لتحقيقها.

٣. تسخير جميع الطاقات والإمكانيات لتحقيق الذات الفردية، دون الاهتمام بالماهيات او الجواهر او الكليات (معوض، ومحمد،٢٠١٢:٤).

ثانيا :الحسرة في اللغة:

تشتق الحسرة من الفعل الثلاثي (حَسَرَ)، والحَسْر: كَشْطُكَ الشَيْءَ عن الشيءِ (يقال) حَسَرَ عن ذراعَيْه ... وحَسِرَتِ العَيْن أي: كَلَّتْ، وحَسَرَها بُعْدُ الشيء الذي حَدَّقَتْ نحوه (الفراهيدي، 133:3)

والمَحْسُورُ: الّذِي يُعطِي كُلَّ مَا عِنْدَه حَتّى لا يَبْقَى شيئا عِنْدَه، وَهُوَ مَجَازٌ

الحسرة : التلهف على الشيء الفائت، يقال حسرت عليه حسرة، وذلك انكشاف امره في جزعه وقلة صبره، وحسر البصر، اذا كل، فهو حسير، وذلك انكشاف حاله في قلة بصره وضعفه، والمناسبة بين المعنى اللغوي والاصطلاحي للحسرة جلية، ذلك ان الحسرة تدل في الأصل على الكشف والانسان انما يندم ويتحسر عند انكشاف عدم قدرته على تدارك ذلك الشيء الفائت، مما يؤدي إلى انزعاج مستمر لذلك المتحسر، واستنفاد لقدرته وطاقته حتى يصبح عاجزا كل العجز عن الوصول إلى مراده، وهو تدارك ما فاته (الزيوت،١٤٥:٢٠٠٩).

الندم في اللغة:

نَدِمَ _نِدِمَ على، كان نَدَمَهُ شديداً: أسفه، حزنه .

عضَّ بنان النَّدم : أظهرَ الندم

الندم توبة: أي الشعور بالذنب والالم النفسي يعد رجوعا عن هذا الذنب.

وقيل الصمت يورث الحكمة، والكلام يورث الندامة.

معنى الحسرة عند الوجودية:

وصف الحسرة بتعبير (الوجودية) معناه تلك الحسرة الناشئة عن فشل الشخص في تحقيق ذاته وترقيتها وفقا لتصوره لمعنى الحياة والهدف منها المعنى المتعارف عليه في المنظور الوجودي في علم النفس الذي يركز على ان وجود الانسان سابق لماهيته، وان ماهية الانسان دالة في طابعها الاجمالي لاختياراته وقرارته في الحياة ولصورة الحياة التي يبتغيها Mannarino، (Elaison & Rubin 2007).

ويعد فيلسوف الوجودية الاشهر (سورين كير جيجارد) في كتابه الخوف والارتجاف اكثر من قدم اشارات لخبرة الحسرة الوجودية بالمعنى الوجودي من المنظور الفلسفي واعتبرها دالة في تحليلها النهائي لتنكر الانسان لهويته وفرديته وتقصيره في صناعة معنى الحياة، وجهله بذاته الداخلية الحقيقية، وبالتالي الانغماس في خبرة حياتية ذاتية غير أصلية (Steiner & Reisinger 2006).

ثالثاً: الفرق بين الحسرة والندم في اللغة والقران وفي علم النفس

إن هناك تقارب كبير بين مفهومي الحسرة والندم خاصة في الدراسات الاجنبية فمعظم الدراسات الاجنبية، التي اطلعت عليها الباحثة تناولت مفهوم الحسرة بمعنى الندم لكن وبعد اطلاع الباحثة على معاجم اللغة العربية وكذلك الآيات القرآنية التي وردت فيها لفظة الحسرة والآيات القرآنية التي وردت فيها لفظة الندم كذلك كتب التفسير التي فسرت كل من الحسرة والندم واحاديث الرسول (صلى الله عليه واله وسلم) وبعض البحوث في علوم القران التي تناولت متغيري الحسرة والندم تعتقد الباحثة ان هناك عدة فروق بين المفهومين منها:

ت	الندم	ت	الحسرة
١	يكون الندم عل ذنب ارتكبه الفرد بحق نفسه او بحق الاخرين كقوله تعالى **(يا أيها الذين امنوا إن جاءكم فاسق بنبإ فتبينوا ان تصيبوا قوما بجهالة فتصبحوا على ما فعلتم نادمين)** (١) ففي تفسير هذه الآية يرى الشيخ الشعراوي إن عمل السوء بجهالة يعني فعل المعصية دون قصد او تخطيط مسبق لها فيكون الندم على هذه المعصية. كما يرى ان الندم على المعصية هو اول مراحل التوبة.	١	الحسرة تكون نتيجة تفريط الانسان بفرص ثمينة او عدم استغلالها الاستغلال الامثل كقوله تعالى **(أن تقول نفس يا حسرتا على ما فرطت في جنب الله وان كنت لمن الخاسرين)** (٢) يرى الشعراوي في تفسير هذه الآية ان اصل يا حسرتا هو يا حسرتي بمعنى الاسف على شيء فائت لا يمكن تداركه، والتفريط هو اهمال ما يجب ان يتقدم فعله، لأنه اذا فاتت فرصته فلن تعوض، وهنا يتحسر الانسان لأنه لم يكن بمعية الله وبالقرب منه.
٢[٢]	يكون الندم غالبا على الافعال السيئة **(فعقروها فاصبحوا نادمين)** (٣) وهنا ندمهم ليس ندم التوبة بل هو الندم لما رؤ شدة العذاب	٢	تكون الحسرة على الاشخاص او الفرص التي لا تتكرر مرة اخرى كقول الشاعر (الياس ابو شبكة) (٤) **الفيتها ومن التحسر لا تعي** **تذري الدموع وحيدةً في المخدعِ**

[٢] . سورة الحجرات الآية (٦)
٢. سورة الزمر الآية (٥٦)
٣. سورة الشعراء الآية (١٥٧)
٤.الياس ابو شبكة ،(١٩٠٣_١٩٤٧) ، كاتبا وشاعرا ومحررا ومترجما وناقدا ادبيا لبنانيا من ضيعة الزورق في كسروان في لبنان ،احد مؤسسي عصبة العشرة البارزة في حركة النهضة العربية ،تميز نتاجه الابداعي في غنى الاوجه وتعددها.

			قالت فقدت من الحياة مواسيً **يا طالما اوحى الهمام لأضلعي**
٣	يتبع الندم احيانا الفعل يا ويلي او يا ويلتاه، كقوله تعالى **(فبعث الله غرابا يبحث في الارض ليريه كيف يواري سوءة اخيه قال يا ويلتا اعجزت ان اكون مثل هذا الغراب فأواري سوءة اخي فأصبح من النادمين)** (١) وفي تفسير هذه الاية يرى الشيخ الشعراوي ان هناك انواع من الندم وان ندم قابيل هنا ليس لما اقترفه من جرم بحق اخيه او بحق الله سبحانه وتعالى بل هو نادم لأنه عجز عن يقوم بما قام به حيوان صغير.	٣	تتبع الحسرة غالبا الفعل يا ليت ومشتقاتها (ليت) تأتي للتمني وتتعلق غالبا بالأمور المستحيلة الحدوث غالبا وبالممكنة احيانا (المغني، ٢٢١) كقول الشاعر ابو العتاهية (٢) **فيا ليت الشباب يعود يوما فأخبره بما فعل المشيب.**
٤	يكون الندم نتيجة افعال حدثت في الوقت الحالي او ما مضى من حياة الفرد، يكون الندم على فعل سيء في الوقت الحالي او القريب، كقوله تعالى (فتصيبوا قوما بجهالة فتصبحوا على ما	٤	تكون الحسرة على فرص او اشياء ضاعت في الزمن الماضي (كقول الشاعر جمي بثينة) (٣) **الا ليت أيام الصفاء جديد** **ودهر تولى يا بثين يعود**

١. سورة المائدة، اية (٣١)
٢. ابو العتاهية، شاعر عربي (٧٤٨_٨٢٦) ولد في عين التمر، انتقل للكوفة، كان بائعا للجرار، مال الى العلم والادب ونظم الشعر حتى نبغ فيه.
٣. جميل بثينة، (٦٥٩_٧٠١) جميل بن معمر، شاعر عربي ومن عشاق العرب المعروفين، كان فصيحا مقدما جامعا للشعر والرواية يكنى بأبي عمرو، لقب بجميل بثينة لحبه الشديد لبثينة بنت حيان.

	فعلتم نادمين) هنا يكون الندم في الوقت الحاضر، ويكون على فعل في الزمن الماضي أيضا، كقوله تعالى **(وقال الذين استضعفوا للذين استكبروا بل مكر الليل والنهار أذ تأمروننا ان نكفر بالله ونجعل له أندادا وأسروا الندامة لما رأوا العذاب وجعلنا الاغلال في اعناق الذين كفروا هل يجزون الا ما كانوا يعملون)** (١) وهنا ايضا يوضح الشيخ الشعراوي نوعا اخر من الندم حيث يرى ان هناك فرق بين ان يعلن الانسان ندمه على خطأ قام به، وبين احد تجبره الظروف الصعبة او وقوع العذاب على الاعتراف بالذنب والندم عليه		
٥ ٤	يمكن تخفيف الالم النفسي الناتج عن الندم بالاستغفار، او الاعتذار والتوبة لأنه غالبا ما يكون اتجاه شخص، والآخرين او تجاه (الله عز وجل) كقول الرسول (صلى الله عليه واله وسلم) من اخطأ	٥	لا تفع مع الحسرة الاستغفار والتوبة والاعتذار لأنها غالبا اتكون خاصة بالفرد نفسه، كقوله تعالى **(وانذرهم يوم الحسرة اذ قضي الامر)** (٢) وهنا يرى الشيخ الشعراوي ان الحسرة هنا الحزن الشديد على خير فات لا

١. سورة سبأ الآية (31_33).
٢.سورة مريم الآية (39)
٣. المعجم الكبير للطبراني (10_222)

	بخطيئة، وأذنب ذنبا، ثم ندم فهو كفارته.(٣) وهنا دلالة واضحة في قول الرسول صلى الله عليه واله وسلم بأن الندم يكون على الذنب او المعصية او الخطأ.		يمكن للإنسان ان يتداركه، أي لم يعد هناك أي فرصة لتعويض ذلك الامر.

وقد تجتمع لدى الفرد مشاعر الحسرة والندم معا بسبب تفريطه في الفرص او الاشخاص او اتخاذه لقرارات غير صائبة وهذا ما ينتج عنه شعور الحسرة، وكذلك قيامه بأفعال غير صحيحة او اخطائه بحق الاخرين وهذا ما ينتج عنه الشعور بالندم 'كقوله تعالى **(ويوم يعض الظالم على يديه يقول يا ليتني اتخذت مع الرسول سبيلا...يا ويلتي ليتني لم اتخذ فلانا خليلا) (٢)**[٥].

ويشير (الانصاري، ١٩٩٥) إلى ان معنى الندم هو احساس الفرد بالألم النفسي او الاثم نتيجة ارتكابه لفعل او اقتراف معصية او فاحشة او امر يعاقب عليه المجتمع، ويلازم الشعور بالندم غالبا الشعور بالخزي والذنب من قبل الفرد نفسه ومن قبل الاخرين احيانا، مما يدفع الفرد في بعض الاحيان إلى العزلة الاجتماعية وتفضيل الوحدة، ورغبته في تجنب الاخرين، وفي حال شدة الندم يكون الفرد مشغولا بما اقترفه من اثام ويكون غير راضيا عن نفسه وفي حالة من الاسف والرغبة الشديدة في التكفير عما ارتكبه من اثم (الانصاري، ١٩٩٥:٤٤).

رابعاً : الاثار السلبية للاستغراق في مشاعر للحسرة الوجودية:

يشير فرانكل في كتابه (إرادة المعنى) ان المشكلات النفسية تزداد بسبب الصراع الوجودي، فيصبح الناس مكتئبين ومضطربين او قلقين بسبب انهم يكونوا في صراع مع قيمهم، وكذلك من احساسهم بخواء المعنى وعدم وجود هدف في حياتهم، لذا فان من

١. سورة مريم، اية (٣٩).
٢. سورة الفرقان، اية (٢٧).

المفترض عند معالجة تلك المشاكل الانتباه ليس فقط إلى الجوانب الاجتماعية ولكن أيضا البعد المعنوي والبعد الروحي، كما يرى فرانكل ان الفرد غير القادر على التخلص من معاناته وغير القادر على أيجاد معنى لحياته يصبح عرضة للاضطرابات الوجودية Frankl)

كما عد (Denise R ,Beike,2009) الحسرة تجربة عاطفية شائعة ومؤلمة لها عواقب طويلة الامد على الصحة النفسية والرفاهية للفرد، فبسبب ضياع فرص التحسين في الماضي والتي كانت من الممكن ان تغير حياته إلى الأفضل في الحاضر او المستقبل، ينتج عن ذلك الم عاطفي شديد مقرون بمحاسبة الذات، حول بدائل اتيحت له في الماضي قد تسهم في تشكيل مستقبله (Denise R.Beike,2009,385).

فقد يكون الفرد عرضة إلى بعض الاثار السيئة الناتجة عن الحسرة الوجودية ومنها:

١. العصاب المعنوي المنشأ:(Noogenic Neurosi):

وهو نوع من العصاب ينشا من الصراعات المعنوية او الاخلاقية او بتعبير اخر ينشأ من المشكلات الروحية، وتجدر الاشارة إلى ان مصطلح (روحي) ليس ذو دلالة دينية وانما يشير إلى البعد الانساني (فرانكل، ١٣٦:١٩٨٢) ولم تتبلور افكار فرانكل عن العلاج بالمعنى الا بالاعتماد على فكرة العصاب المعنوي المنشأ والصراعات التي تؤدي اليه (الكناني، ٢٦:٢٠١٢)

٢. الفزع الوجودي (Existential dead):

ترتبط الحسرة الوجودية بما يسميه انصار المذهب الوجودي بـ (الفزع الوجودي) والذي هو حالة من التألم الشديد تتجاوز سطوته المكونات السطحية لشخصية الانسان لتصيب مشاعره العميقة وتتركه بحالة من اللوعة النفسية والخوف الحقيقي من مجرد التفكير في مواجهة الشرط الوجودي للحياة، وقد استخدم الفيلسوف الدنماركي (Soren Kierkegaard) تعبير Angust بمعنى الرعب او الفزع كوصف لحالة انعدام الشعور بالآمن النفسي وخوف الفرد من حريته، ويضيف (Martin Heidegger) دلالة اخرى

عن الفزع الوجودي كتجسيد للصراع الداخلي في بنية الفرد بين مسؤولياته تجاه تحقيق ذاته وبين مبادئه الحاكمة لمسار تحقيق ذاته، وموقفه من استثمار شروط وجوده الموضوعي في بيئات وخبرات الحياة (ابو حلاوة، 2015:84)

٣.الموت الروحي (Spiritual death):

ان شدة انغماس الفرد بالحسرة الوجودية وتمسكه بأحداث الماضي وعزوفه عن نسيانها او الخروج من دائرة الإحباطات الماضية يؤدي به إلى ما يسمى بالشعور بالموت الروحي وقد اشار فرانكل إلى مثلما يؤدي فقدان الحس؟ لأسباب جراحية للموت فان فقدان الحس الروحي قد يؤدي إلى نوع من الموت الروحي.

فالكبح الدائم للدوافع الانفعالية وما يؤديه من شعور دائم إلى عدم الاحساس بالسعادة يؤدي في النهاية إلى قتل الحياة الداخلية للفرد.

ان الشعور بمعنى التجارب الانفعالية امر راسخ عند البشر، الا ان هناك نوع من الاسى يتضح فيه الحزن لعدم وجود الحزن نفسه فبدلا من ملاحظة الحزن الطبيعي على الفرد اذا به يشتكي في هذه الحالة من انه لا يشعر بالحزن الكافي أي انه لا يستطيع التعبير عن هذا الحزن بدرجة كافية وانه يعاني من البرود العاطفي وموت داخلي.

وان مثل هذا النوع من الافراد انهم يعانون من شيء يسمى فقدان الاحساس بالحزن نتيجة الموت الروحي، ان من يعلم هذه الحالات يدرك انه ليس هناك شيء اسوء من ان يكون الانسان غير قادر على الحزن (Frankl1994: 34)

٤. الهزيمة الذاتية (Self defeating):

يرى (Irani, Williams et al 2013) هزيمة الذات تعني السلوكيات التي تؤدي إلى نتائج عكسية لعدم تحقيق الهدف، وعند انخراط الفرد في مثل هذه السلوكيات يعاني من الشعور بعدم السيطرة، والفشل المتكرر، ويتوقع مستقبلا سلبيا وليس إيجابيا (Irani, Williams et al 2013,88).

ويرى (Callan et al.2014) ان طبيعة هذه السلوكيات التي تؤدي إلى الهزيمة الذاتية تتمثل في انها أي سلوك متعمد له اثار سلبية على الذات وانشطتها بعد تجربة فاشلة، فبعد مرور الافراد بتجربة فاشلة يشعر الفرد بسوء الحظ وانه لا يستطيع السيطرة على مثل هذه التجارب، ويرى ان مثل هذه السلوكيات التي تهزم الذات بعد التجارب السلبية العشوائية تكون ذات نتائج غير متوقعة او غير مسيطر عليها، وبالتالي على الافراد عدم ادانة انفسهم في المواقف التي لا يتسببون فيها، او العوامل التي تكون خارج سيطرتهم، ومن الأفضل تقديم انفسهم بصورة إيجابية قدر الامكان 142Callan et (al.2014)، وتتمثل الهزيمة الذاتية من خلال الشعور السلبي المتمثل بالهروب إلى الداخل والتقوقع داخل حيز ضيق من العجز والفشل الناتج عن فشل الفرد في ادراك مواطن قوته، مما يعني فقدان الامل والرؤية في القدرة والاستطاعة (الزعلان، ٢٠١٣)

الاسباب التي تهيئ للحسرة الوجودية

هنالك العديد من الاسباب التي يمكن ان تؤدي إلى حدوث الحسرة الوجودية ومنها:

فشل الفرد في التوصل لمعنى الحياة (Meaning in life):

يشير (Klitze,2001) إلى ان المرء يكتشف معنى الحياة عن طريق الابداع، والتجريب، وأدراك قيمة الموقف، كما اكد على ان المعنى هو عملية يمكن الوصول اليها من خلال تحقيق القيم الابداعية، كما يمكن الحصول على معنى الحياة من خلال التجارب الحياتية ويسمى هذا النوع من المعنى بـ اكتشاف قيم تجريبية، (5 Klitze,2001)، وفي هذا الصدد يرى فرانكل ان هناك ثلاث وسائل يمكن من خلالها أيجاد معنى الحياة الاولى ابتكار او انجاز عمل ما الثانية اخبار او مقابلة شخص ما والثالثة البحث عن معنى الحياة يؤدي إلى التوتر بدلاً من التوازن، ولا يعد هذا التوتر مرضاً بل يكون مطلباً للصحة النفسية للفصل بين ما انجزه الفرد وما من الواجب عليه أن ينجزه.

كما اشار فرانكل إلى ان عيش الانسان في اغتراب عن واقعه وتجزئة وجوده من خلال الاستغراق في صراع معرفي يعمل على لوم ذاته ومحاسبته، قد يحرمه من الحرية التي تمكنه من تحقيق الاهداف، وهذا ما أ كد عليه العلاج الوجودي في مساعدة الافراد الذين يواجهون المواقف الاشكالية في أيجاد معنى لحياتهم (Frankl,1969,22).

٢. إجترار الذات: Self_(Rumination)

(Floyd,Kelly,2011) هي حالة من لشرود تتضمن استرجاع افكار سلبية بعينها حول احداث ماضية او حالية تمنع الفرد من الشعور بالاستمتاع في الحياة، او العيش بشكل هانئ، او حتى العيش بحيادية عاطفية او وجدانية وله بعدين هما اجترار الحزن واجترار الغضب.

ويتطلب اجترار الذات التفكير المتواصل، وهو يعني سيطرة المواقف الحياتية السلبية على تفكير الشخص ،مما يؤدي إلى شعوره بالانزعاج وتأنيب الضمير دون سبب ومراجعة الذكريات، والتفكير في الماضي، والرغبة احيانا في رد الاساءة، وعدم الرغبة في المشاركات الاجتماعية، او القيام بها دون رغبة حقيقية، وتكوين افكار سوداوية، وسيطرة افكار الهزيمة والتراجع والانطواء والانعزالية عن الاخرين (احمد، ٢٠٢٠:١٣٤).

٣. الاستغراق في لوم الذات(Self _ blame immersion):

أشارَ (Frankle,1969) إلى أنَّ استغراق الانسان في لوم ذاته ومحاسبتها تجعله في حالة من الاغتراب عن واقعه وتجزئة وجوده لأنه يكون في صراع معرفي مستمر قد يحرمه من الحرية التي تمكنه من تحقيق اهدافه، وهذا ما ركز عليه العلاج الوجودي في مساعدة الافراد الذين يواجهون المواقف الاشكالية في أيجاد معنى لحياتهم (Frankle,1969, 22)، وميّز (فرانكل) الافراد الذين يعنون بالمحافظة على تفردهم وتميزهم من غيرهم في نفس الوقت الذي يحافظون على اقامة علاقات اجتماعية إيجابية

مع الاخرين من اجل انشاء هوية تُحدَّد معالمها وفقاً لخصائصه النفسية، والاجتماعية، والرغبة في الارتباط مع الاخرين واقامة علاقات إيجابية مع البيئة التي تحيط به، لكن عدم اقامة هذه العلاقات ربما يجعل الفرد يعيش بانفصال عن الاخرين ويشعر بالعزلة التي قد ترهق كاهل الفرد فضلاً عن الازمات التي يعاني منها، ويمكن أنْ تتكون لدى الفرد ارضية لفهم ذاته السلبية ولومها لعدد من صيغ الاضطرابات النفسية، والسلوكية بوصفها دالة عن فشل الفرد في استعمال حريته الشخصية في الاختيار لإشباع حاجاته، وهذا الفشل في النهوض بمسؤولياته، واخفاقه في صنع العلاقات الإيجابية الامر الذي يؤدي إلى فقدان شعوره بالوجود الانساني، ومحدودية الوعي المعرفي وانبعاث حالة اللا معنى، والتي تجعل ممارسة الحرية محاولة صعبة ومؤلمة تثير الانزعاج من حياته بسبب اهمال مجموعة من الخيارات التي قد تحقق ذات الفرد وتحسن حياته، ومن ثمَّ قد يعيش حالة من الحسرة الوجودية والالم النفسي على ترك خيارات كان يجب اتخاذها بدل تركها للصدفة او المصير، والاستغراق في لوم الذات قد تستحوذ على مزايا ممارسة حرياتنا الوجودية وتجعل فكر الفرد مليئاً بالمواقف التي تشكل المعاناة والازمات الداخلية والخارجية، وكثير محاسبة الذات على فواتها لبدائل كان يجب التدبر في تنفيذها، فضلاً عن التفريط في القيام بما كان يتعين عليها القيام به، مع اقتران ذلك بإدراكه للأخطاء التي ارتكبها في الاختيار وتجنّب الصواب في قراراته التي سبق اتخاذها في الماضي، كما تقترن حالة الحسرة بإدراك الفرد امتلاكه امكانيات وقدرات كان يمكن توظيفها واستثمارها في الماضي بصورة افضل لجعل حياته ذاته هدف ومعنى حقيقي (Frankl,1986, 53).

العوامل التي تقلل من تأثير الحسرة الوجودية

العديد من العوامل التي يمكن ان تقلل من اثار الحسرة الوجودية ومنها:

١. كسر دائرة التفكير السلبي او الحديث السلبي للذات (Negative inner Self _Talk)

وغالبا ما يكون كسر هذه الدائرة الخبيثة عن طريق ما يسمى بفنية الالهاء والاغناء أي تعديل بيئة الفرد لتتضمن مثيرات مفضلة تشغل تفكيره فضلا عن ملئ حياته الشخصية بموضوعات تفاعل تنشط لديه اساليب التفكير التفاؤلي الإيجابي في سياق اثراء وتوسيع شبكة العلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية (ابو حلاوة ٨١.٢٠١٥).

٢.تنمية الوعي بالذات والذات الاجتماعية (Develop self _awareness)

يرى فرانكل ان يرى الانسان نفسه من الداخل ويعيها ويفهمها غاية في الاهمية لكي يكون قادرا على معرفة شخصيته ويستطيع أيجاد واكتشاف معنى حياته حيث يجب ان يكون الفرد على مستوى عال من الوعي بمسؤوليته نحو ابتكار وخلق هويته ومعرفة بقدراته، وامكانياته، ومشاعره، وانفعالاته، واساليب تفكيره وتوجهاته في الحياة.

كما يجب عليه ان يعرف ان الاخرين جزء حقيقي ومركزي من الوجود في الحياة وتشير جيكاس (Gecas 1989) إلى ان فاعلية الذات الاجتماعية تعبر عن معتقدات الافراد بقدرتهم على تكوين والنجاح في علاقات اجتماعية جيدة، وتشير الدراسات والادبيات النفسية إلى ان تقدير الذات، يؤدي دورا مهما في تحديد الفرد لمكانته النفسية والاجتماعية ومن المنطق ان الافراد الذين يشعرون بتقدير عالي لذواتهم، هم الذين يتمتعون بمكانة نفسية اجتماعية عالية والعكس صحيح.

٣. تنمية الحيوية الذاتية (Subjective vitality)

وتعد الحيوية الذاتية كما يرى(Ryan& Deci 1999) من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان باتجاه تحقيق الذات وبالتالي التقدير الإيجابي لها وتقلل من احتمالات القلق والاكتئاب والضغوط وتزيد من القدرة على تحمل الالم والمعاناة واعتبارها جزءا اصيلا من الحياة يمكن تجاوزها بطرق لمواجهة الإيجابية، وان الافتقاد للحيوية الذاتية يفضي إلى زيادة احتمالات معاناة الفرد خاصة في بيئتي التعليم والعمل.

وتعني جعل الفرد يتمتع بمستوى عال من الروح المعنوية والفاعلية والنشاط والسعادة مما تجعله مقبلا على الحياة بهمة ونشاط.

٤ .اعادة معنى الحياة

ان المعنى في الحياة اليومية يعتبر جوهر وأساس الوجود ،هكذا يرى فرانكل ويعتقد فرانكل (١٩٧٣) عندما يجد الناس المعنى في حياتهم فانهم سوف يصبحون اصحاء نفسيا ونشطين روحيا، ومن خلال تجربة فراكل الشخصية في المعتقل فانه يشير إلى ان الناس يمكن ان يجدون المعنى والروحية في حياتهم حتى عندما يواجهون تجربة او خبرة اليمة، او حين يقعون تحت ضغوط اجتماعية عالية، فبامكان الفرد صياغة معاناته وتحويلها إلى انجاز انساني، وبتسامي الذات يمكن نتدرب على الاستفادة إلى اقصى درجة بالإمكانات الانسانية وابتكاراتها، أي ان المعاناة التي لا نستطيع تجنبها تعطينا الفرصة لممارسة هذه الامكانات بطريقة تعمل على تحويل اليأس والبؤس والمعاناة إلى نجاح وانجاز والمعاناة الشديدة قد تزيد من المعنى والروحية لدى الفرد.

وإنَّ الهدف الرئيس للإنسان هو البحث عن المعنى في حياته المتمثل في (قضية، سبب، مثل اعلى، طريقة او غاية) والتوجه نحو هدف كبير يكرس له الفرد طاقاته ووقته، وان باقي دوافع الانسان هي دوافع ثانوية، وان فقدان هذا التوجه قد يفضي إلى احساس عميق بالندم والذنب والإحباط والفراغ فضلاً عن العصاب التي تعد مؤشراتٍ في تكوين ظاهر الحسرة لدى الانسان على حياة لم يجد فيها المعنى الذي ظنَّ أنها مليئة بالمعاني التي تحقق رغباته وغاياته (كوبر، ٢٠١٥، ١٠٥).

متغيرات ذات الصلة بالحسرة الوجودية

١. الإحباط الوجودي (Existential Frustration):

وهو الإحباط الذي يصيب الفرد عندما تتعرض ارادة المعنى للفرد بالإعاقة، والإحباط الوجودي ليس بحد ذاته ظاهرة مرضية ولا هو عرض ذو أصل مرضي، ويؤدي الإحباط الوجودي بانه يحول بين الفرد وما كان ينبغي ان يكون عليه على مستوى البعد الروحي في شخصيته فيخلق لدى الفرد نوع من القلق غير الاصيل، الذي غالبا ما ينتهي به إلى المرض النفسي (فرانكل، ١٣٨:١٩٨٢) إذ عدَّ (فرانكل) الإحباط الوجودي أحد المؤشرات والمخاوف الوجودية نظراً إلى اثارهِ الضارّة التي تجعل الانسان

يفشل في أيجاد معنى، أو هدف يستحق المثابرة للعيش من اجله مما يؤثر سلباً على صحته النفسية، ويجعل منه انساناً يعاني من الخواء الداخلي، ويُبقى الفرد في دائرة عدم الحماس لإنجاز أي عمل، ولكن ينتقل في حياته من يوم إلى اخر في نظام روتيني ممل (فرانكل، ١٩٨٢، ١٤١).

٢. القلق الوجودي (existential anxiety):

يعرف (مأي ١٩٩٣) القلق الوجودي على انه التوجس الذي يستثيره التهديد الموجه لبعض القيم التي يعتبرها الفرد أساسا في حياته كفقدان (الحرية) او المكانة بين الاقران او الاخلاص للحقيقة العلمية او المعتقدات الدينية، (رولو) اصحاب المذهب الانساني فيرون ان القلق الوجودي هو ناتج عن حرص الانسان على وجوده، وأساس هذا القلق هو الخوف من الموت او تكرار الفشل والاخفاق، فإخفاق الانسان في تحقيق اهدافه، واختيار اسلوب حياته، كذلك اخفاقه في ان يحيا الحياة التي هو يريدها يعتبر مثيرا للقلق الوجودي كما يزداد قلق الانسان حينما يتقدم في السن بسبب انخفاض عدد الفرص الموجودة امامه وانخفاض نسبة النجاح، (عبد الغفار،١٩٧٣) ويقول (كير كجارد) احد مؤسسي الفلسفة الوجودية إن سبب القلق الوجودي ناتج من اختيار الانسان، فالإنسان يقوم بالاختيار، والاختيار يجر المخاطرة، والمخاطرة بطبعها تؤدي الى القلق النفسي، قلق على الامكانات عامة وقلق من نتائج هذا الاختيار الذي قام به الفرد (الفيومي، ١٩٨٥:٢٨)

٣. الفراغ الوجودي (Existential Vacuum):

يرى رولو مأي ان الفراغ الوجودي حالة تتولد من احساس الناس بأنهم عاجزون عن ان يفعلوا أي شيء له اثر إيجابي في حياتهم الخاصة، او في ما يخص العالم من حولهم (مأي، ١٩٩٣:٣٢) ويعد الفراغ الوجودي من المفاهيم السيكولوجية الأساسية والمهمة التي اشار اليها علماء النفس الوجوديين ومن اهمهم (رولو مأي وفرانكل) اذ عدوه النتيجة الخطيرة لأعاقه دافع البحث عن المعنى وكذلك احد المخاوف الوجودية الكبرى ذات التأثير السلبي على صحة الفرد النفسية والجسمية (فرانكل، ١٩٨٢:٤٢)، ويأتي الاحساس بالفراغ الوجودي من اتساع وتعقد المشاكل التي نواجها كذلك من شعورنا بالعجر اذ تبدو الامور خارج سيطرتنا واننا عاجزون عن ادارة حياتنا الخاصة، او التأثير لمن حولنا، او تغيير العالم المحيط بنا (علي، ٢٠١٥:٦٠١).

٤. الاكتئاب الوجودي (existential depression):

يؤكد كل من لانتز وهابر(Lantz &Harper ,1989) إن الاكتئاب الوجودي شكل من اشكال الاكتئاب التي تحدث كرد فعل للتمزق والضعف في قدرة الفرد على اكتشاف وإيجاد او معايشة المعنى في الحياة ،كما ينشأ ايضا من العوامل الاجتماعية والذاتية والثقافية(Lantz &Harper ,1989,213-223).

وهو ذلك الاكتئاب الناجم عن اعتقاد الشخص بعدم جدوى افعاله في الحياة، وهنا يعبر الاكتئاب الوجودي بأساسه عن نظرة الشخص بسلبية للحياة وإدباره وافتقاده للهمة فيها يقينًا بعدم وجود قيمة أو جدوى من السعي والطموح إلى تحقيق اهداف الحياة والمثابرة والاجتهاد فيها طالما أنها بصورة حياة خاوية من المعنى، ومن جانب آخر قد تتمثل مظاهر الاكتئاب الوجودي بوصفها علامة وبصمة شخصية لحياة الشخص المفعمة باليأس الموهن لقيمة الذات في الوجود، والمعطل لكل فاعلية أو حافز شخصي في الحياة، وعادة ما تسير حياة الشخص بصورة عادية في الحياة فيما يعرف بالحياة السطحية أو الظاهرية، (ابو حلاوة،٢٠٢٠، ٢)

علاج الاثار النفسية السلوكية عند اريفين ياليوم (Yalom,1980):

اهم رواد العلاج النفسي الوجودي (اريفين يالوم ٢٠١١) يرى (ياليوم) ان الاضطرابات النفسية والسلوكية دالة لصراعات الانسان مع الوجود، ويشير إلى ان اهم قضايا الدراسة والتحليل في علم النفس الوجودي هي (الخوف من الموت، والاندفاع باتجاه الحرية، والرغبة في تجنب العزلة) واهتم يالوم بدراسة العلاج النفسي الجمعي من حيث اسسه النظرية وتطبيقاته وتوصل إلى مجموعة من العوامل التي لها تأثير في تخليص الانسان من هذه المخاوف ونذكر منها:

1. غرس مشاعر التفاؤل والامل في نفوس الافراد.
2. افضاء الشيوع والعمومية مما يجعل الفرد مدركا انه هو ليس الوحيد الذي يعاني من ازمات ومشاكل.
3. تبادل المعلومات بين الافراد حول الازمة او المشكلة التي يعانيها الفرد مما يساعده على التعلم والتمكن من تصوير موقفه النفسي بدقة.

4. التعلم الاجتماعي المتبادل لما له من اثر إيجابي في النمو الاجتماعي، والتقبل، والتعاطف، والتحمل، ومهارات العلاقات المتبادلة.

5. التنفيس والتطهير الانفعالي كآلية استشفاء من الالام والضغوط النفسية.

6. سلوك الملاحظة والتقليد وما يفضي اليه من تعلم الفرد لاستراتيجيات المواجهة واتخاذ منظور الاخر.

النظريات والنماذج التي فسرت الحسرة الوجودية (Yalom,1980)

فيما يلي عرض موجز للنظريات التي تحمل اشارات وتفسيرات للحسرة الوجودية.

اولاً: Frankil, 1969؛ (نظرية فرانكل)

ترسم التطبيقات النفسية للاتجاه الوجودي مخططات نفسية لخلاص الانسان من دوامة المعاناة والازمات التي تجعل حياته بلا معنى، وقوام هذه المخططات هي أن يكون الانسان ذا حرية وارادة اختيار (المعموري ,2021,40).

وأنَّ لعلم النفس الوجودي الإيجابي دوراً كبيراً للتأكيد على بناء الانسان لماهيته وذاته فمن خلال الكفاح والمثابرة للوصول إلى كامل امكانات الوجود وجعل الفرد يكتشف جوانب جديدة في سلوكه والبحث الدائم عن معنى ذلك السلوك، والوقوف على ماهية الذات الحقيقية وتنمية فهمه في كل ما يحيط به من احداث.

طرح (فرانكل) أنموذج نظرياً لمفهوم الحسرة الوجودية في اواخر القرن التاسع عشر والتي بيَنّ أنها حالة تحقق للفرد شعوراً بالاختلال في الجانب المعرفي بسبب الاستغراق في ألم الماضي نتيجة لتضيعه فرصاً وبدائل لم يغتنمها سابقاً، مما أدى إلى عدم توافق الفرد نفسياً واجتماعياً مع بيئته المحيطة به وبذلك اصبح كثيرَ الانتقاد لذاته لتجاهله وعدم الاندفاع لخيارات أُتيحَت لهُ وتصبّ في مسار ترقية حياته وتحقق ذاته على المستوى الشخصي والاجتماعي (Frankl,1969, 34).

وبين (فرانكل) أن الحسرة الوجودية تركيب نفسي يتضمن ابعاداً متفاعلة تمثلت بـ

١. الصراع الداخلي المعرفي والانفعالي: الذي استهدف غرضين أساسيين هما: التخلص من الماضي وأحداثه والابتعاد عنه، والاقبال على الحياة بإرادة وتفهّم لإيجاد المعنى

الحقيقي فيها، وهذا الصراع قد يخلق نوعاً من عدم التكيف النفسي للفرد، ويسعى إلى إحداث تغيير في سلوكه، أو بنائه النفسي من اجل صنع علاقة إيجابية بينه وبين البيئة، ولمواجهة صعوبات الحياة ومشاكلها المتعددة، واعادة التوازن إلى النفس البشرية (الخفاف،٢٠١٣، ٤٣١).

وأشارَ (فرانكل) أنَّ لمفهوم الحسرة بُعداً اَخر هو

٢. محدودية الخبرة للفرد: ويصفها بأنها الاستسلام والافتقار إلى الرغبة العميقة في انجاز اهداف الحياة او التقصي لاكتشاف الفرص والخيارات والبدائل التي قد أُتيحَت للفرد، ووضح (فرانكل) أنّه يواكب شعور الانسان بالفشل وتجنب المخاطر مع الميل إلى التقسيم غير الصحيح والسلبي للوقائع والاحداث التي مضت من حياته، وتكوّن لديه احساسٌ عامٌ بعدم الكفاية الشخصية، وقد تجلّت حالة الضعف في الكفاية من خلال عدم قدرته على مواجه اخفاقاته في تحقيق اهدافه التي يعدّها سلم نجاحه مروراً بالحاضر وصولاً إلى المستقبل للنهوض بحياة مليئة بالمعاني، وكذلك بسبب اغفاله لإمكانياته في عدم تحقيق ذاته مما جعل كفايته الشخصية ليس بالصورة التي يعتقدها الفرد بسبب محدودية خبرته الذاتية (ابو حلاوة، ٢٠١٣، ٤٢).

اما البعد الثالث فيرى فرانكل انه

٣. إهمال الفرد للآخرين: وهي حالة من التألم الانفعالي الناتج عن ادراك الانسان انه اخفق في تحمل مسؤولياته تُجاه الأفراد وعدم الوفاء في التزاماته تُجاه عائلته والاصدقاء المقربين له ومن ثمَّ أصبح إهتمام الفرد تُجاه الأخرين لا يتضمن الارتباط العاطفي الوجداني، وان عدم فهم الفرد للجماعة وحزنه على اهمال علاقاته جعله أيضا يشعر بالاستياء من ذاته لفشله في مساعدتهم وعدم تمكنه من خلق علاقات أيجابية معهم وهذا الشعور يدعم تكوين حالة الحسرة لدى الفرد لخسارته الرابط الاجتماعي (White & Reker,2004).

وبين (فرانكل) أنَّ البعد الرابع هو:

٤. تأنيب الذات مكون رابع من مكونات الحسرة الوجودية الذي يتضمن شعور الفرد بالذنب وعدم توقفه عن لوم ذاته وانتقاده لتفويت فرص تحسين نوعية حياته، والعجز عن فهم أسباب تعثره في اتخاذ قرارات مهمة تخصّه وعدم التفكير فيها بتمعن وتدبر مما جعل الفرد كثيراً ما ينتقد نفسه، وان تأنيب الفرد لذاته له اثار سلوكية في الفرد ومن حوله؛ إذ تنخفض لديه قيمة ذاته مما يقلل رغبته في اشباع حاجاته، يُسبِّبُ لديه حاله من الشعور بالذنب لإخفاقاته المتكررة فيما مضت من حياته يجعله غير راضٍ عن حياته وادراكه كمّ الخسارة الشخصية التي لحقت به مما يصعب تدارك هذه الخسارة في الحاضر او المستقبل.

إنَّ البعد الخامس هو

٥. صعوبة تخلي الفرد عن احداث الماضي: هنا يدخل الفرد في شعورٍ اَسر للماضي بما فيه من احداث ومواقف وصعوبة فك الارتباط في الماضي فضلاً عن التألم الشديد لاعتقاده بأنه غير قادر على التصرف بشكل افضل وبحكمه في اتخاذ قرارات والقيام بأفعال إيجابية في الحاضر والمستقبل، واوضح (فرانكل) أنَّ عيش الفرد في احداث الماضي يجعله يواجه قيوداً وعدم رغبة في تغيير أي شيء مما مضى من حياته (ابو حلاوة، ٢٠١٣، ٣٥).

وبما أنَّ الحسرة الوجودية ترتبط بشعور الفرد العاجز عن كيفية تحقيق ذاته وترقيتها بتجاهله للفرص التي تخلف عنها، ومن ثمَّ فإن لحالة الحسرة ارتباط بوجود عدة مكونات وعندما تتفاعل تُظهر على الفرد اَلاَم الماضي، وقد بينت (KatherineHurst,2018) انه قد ينتاب الفرد في فترة معينة شعورٌ بالأسف من أي وقت مضى ويرغب في تعلم كيف يُسامح نفسه؟ فضلاً عن الشعور بالذنب، وقد يجد أيضًا صعوبة في الانتقال من أخطائه السابقة وقبول كل ما حدث، يمكننا جميعًا أن نجد صعوبة في مسامحة أنفسنا أحيانًا حيث نميل دائمًا إلى رؤية السيء في ما نقوم به، وليس الإيجابيات. نميل أيضًا إلى إلقاء اللوم على انفسنا كثيرًا، وهي ليست طريقة جيدة للعيش، ومن ثمَّ يجعل كل فرد عندما لا يسامح او يغفر لنفسة فستكون انعكاساته غير

إيجابية كأن يمنع نفسه من عيش الحاضر والبقاء في الماضي (katherineHurst,2018,22)

ثانياً..نظرية تومر وأيلسون (Tomer &Eliason 1996)

في القرن العشرين طرحت العديد من النظريات التي تناولت خبرتي الندم والحسرة ركزت على تصورات كل من (فرانكل Frankl) و(رولو مأيMay) التي تعتبر الشخصية الفردية للإنسان محكومة بجزء كبير من تفاصيلها باختيارات وقراراته المتعلقة بحياته الشخصية وقضية الموت والفناء.

تعتبر الحسرة الوجودية على نحو محدد دالة للطريقة التي يقيم بها الانسان مستوى جودة او نوعية حياته ومدى استحقاق وجدارة الحياة الشخصية للتمسك بها وتجويدها، وفي اطار هذه النظرية يميل الانسان لتعذيب ذاته بالحسرة الوجودية على الفشل في الماضي وتفويت فرص تحقيق الذات، او بالاعتقاد ان الانجاز في المستقبل غير ممكن، وبالتالي تتخلق مشاعر النفور من الذات والاستياء منها

ثانياً: التوجه نحو المستقبل: The orientation toward Future

_ المستقبل

هو تلك المنطقة المعتمة المجهولة من حياة الانسان وهو بعد من ابعاد الزمن الثلاث الماضي، والحاضر والمستقبل لكنه البعد الاكثر غموضا، وهو عالم الغيب الذي نراه بخيالنا واشواقنا وننفعل به ونعبر عنه بلغة تختلف عن اللغة التي نعبر بها عن عالم الواقع الذي نراه ونتحرك فيه (منصور، ٢٠١٦:٩).

لان فهم الحاضر يتطلب فهما للمستقبل وان الكثير من الافراد يخفقون في حياتهم العملية بسبب عدم امتلاكهم للوعي والفهم للمستقبل بل يتعاملون مع الحاضر بتركات وتبعات الماضي والعزوف عن ابسط معالم المستقبل، فان تمسك الفرد بخبراته الماضية تجعل المستقبل ضئيل في تأثيره على الفرد (نوفل، ١٩٩٧:١٥).

واشارت دراسة شريرا وزملائه (Shrira et at 2001) إلى ان الافراد الذين لديهم تفكير مستقبلي يكونون على درجة عالية من الضبط الانفعالي، ويعبرون عن الرضا عن حياتهم، ولديهم رغبة التمسك بالحياة بمعنى رغبة بالنمو وتطوير المهارات وتحقيق مشاريع مستقبلية، اذا ما قورنوا بمن لديهم ضعف في التفكير المستقبلي، فهم اقل قدرة على توليد البدائل والحلول، فعندما يواجهون مشاكل او صعاب مما يجعلهم اقل قدرة على ادارة وضبط انفعالاتهم (Sarkohi et al 2011:264l).

لمحة تأريخية

ثمة اجماع بين مؤرخي المستقبليات على ان (هربرت جورج ويلز) اشهر كتاب روايات الخيال العلمي، هو اول من صك مصطلح "علم المستقبل" وقدم اضافة عميقة في تأصيل الاهتمام العلمي بالدراسات المستقبلية، ودعا صراحة في محاضره القاها في (٢٦_يناير _١٩٠٢) امام المعهد الملكي البريطاني إلى "علم المستقبل" وقام فيما بعد بالتأكيد على ذلك من خلال مؤلفاته "تكوين الانسان "١٩٠٢ "اليوتيوبا الجديدة "١٩٠٥ وكتاب" شكل الاشياء المستقبلية "١٩٣٣ وجميع هذه المؤلفات تدور حول حياة وهموم الاجيال المقبلة (منصور، ٢٠١٦: ١٨) وفي عام ١٩٢٠دعا (كولن جليفلان Colin Gilfillan) إلى وجود علم للمستقبل اطلق عليه اسم (ملنتولوجي Mellontology) وهي لفظة مشتقة من كلمة يونانية تعني المستقبل وقد قدمها في اطروحة إلى جامعة كولومبيا في عام ١٩٢٠، اما صاحب مصطلح علم المستقبل ثمة اتفاق على ان (اوسيب فلختهأيم Ossip Flechtheim) هو من أذن بميلاد علم جديد يبحث عن منطق المستقبل بنفس الطريقة التي يبحث فيها علم التاريخ عن منطق الماضي وكان هذا في عام ١٩٤٣ (منصور، ٢٠١٦:١٩).

مفهوم التوجه نحو المستقبل:

يشير مفهوم التوجه نحو المستقبل بشكل مفصل إلى مجموعة من البناءات المعرفية والوجدانية والاتجاهية، والحافزية المترابطة Cognitive and Motivational, Constructs, Affective (Greene 1986) وهذه البناءات تشمل المدى الزمني الذي يستطيع الفرد فيه ادخال حياته المتخيلة في المستقبل او ما يسمى بالامتداد الوقتي، ومدى تفاؤل الفرد وتشاؤمه بشأن مستقبله، وما يعتقد الفرد من وجود ارتباط بين قرارته الحالية وجودة مستقبله، كذلك مدى قدرته على التحكم في المستقبل، ومدى انشغال الفرد بوضع الاهداف والتخطيط لتحقيقها، ومن يتأمل في هذه المفاهيم يرى على الرغم من تنوعها الا انها تشير إلى ان التوجه نحو المستقبل له مكونات معرفية، ومكونات وجدانية، ومكونات تتعلق بالدافعية والحافز، كذلك يتضمن بعدا تقييميا (Tommsdorff and Lamm 1980).

تطور التوجه نحو المستقبل كمفهوم

مفهوم التوجه نحو المستقبل تطور عبر الزمن من اتجاه يركز فقط على كيفية تمثيل الافراد لمستقبلهم بشكل واعي باتجاهات الحياة المدركة، إلى اتجاه يرى ان التوجه نحو المستقبل هو عملية متعددة الابعاد.

فقد قام كل من (سيجينر Seginer, نورمي NURMI & بول poole 2003) ببناء نموذج ثلاثي المكونات يتصل بالجوانب الدافعية والمعرفية والسلوكية التي تتعلق بالاتجاهات نحو المستقبل.

١. المكون المعرفي (The Cognitive Component): ويتكون الجانب المعرفي من اربع متغيرات، قيمة الحياة المستقبلية، والتوقع، وهو ما يعني الاحتمالية الموضوعية لتحق الخطط الواقعية، والربط بين الخطط المادية ومعتقدات التحكم الداخلي في الامور مثل القدرة وبذل الجهد والشعور الإيجابية نحو الموضوعات المتعلقة بهذا الجانب في المستقبل.

٢. المكون الدافعي (The Motivationl Component): وهو المكون الخاص بالجانب المستقبلي من حيث الآمال والمخاوف.

٣. المكون السلوكي (The Behavioral Componet): ويتكون من اثنين من المتغيرات، وهما اكتشاف بدائل المستقبل من خلال طلب النصيحة وجمع المعلومات وتوقع مدى مناسبة هذه النصائح والمعلومات، واختيار بديل محدد (الزبيدي، ٢٠٢١:٣٣).

العوامل التي يجب مراعاتها للتوجه الصحيح نحو المستقبل

التوجه نحو المستقبل لا يعني الاندفاع والتفاؤل بالغد فقط اذ لابد للفرد من مراعاة عدة عوامل لكي يكون ناجحا في توجهه نحو المستقبل منها:

١. الوعي بالمستقبل وفهم تحدياته وفرصه لأنها تعد من المقومات الأساسية لصناعة النجاح فلا يمكن للفرد ان يحقق النجاح في المستقبل مالم يكن ذو رؤية واضحة المعالم للمستقبل، وديمومة النجاح تعتمد إلى حد ما على درجة وعي الفرد للمستقبل والحاضر معا، فلا يكفي الوعي بالحاضر وحده لصناعة النجاح الدائم (الدأيني، ٢٠٠٩:٣٠٨) فمن يعي المستقبل ويعمل من اجله يكون اكثر قدرة على الامساك بزمام الامور، على عكس الفرد الذي لا يفكر الا في اللحظة الراهنة فهو سيكون من اكثر الناس حسرة على ضياع الفرص مستقبلا.

٢. الابتعاد عن العشوائية والارتجال بل السير وفق خطط محكمة فعدم تقدير الظروف ومعرفة الخطوات اللازمة امر يؤدي إلى التخبط والفشل.

٣. ان يوازن الفرد بين امكانياته وامنياته ولا ينطلق من الخيال انما يكون سيره وفق الواقع.

٤. تحديد نقطة البداية او الانطلاق والسير وفق خطوات وعدم التعجل بأي خطوة قبل اوانها، حيث يكون البدء بالأولى والاهم، وهذا لا يعني اهمال باقي الخطوات او التقليل من شأنها لان جميع الخطوات تكمل بعضها البعض.

٥. الاطلاع على قضايا المستقبل وتشمل قضايا المستقبل الكثير من العناوين والمواضيع المتعددة منها ما يتعلق بالأفراد او المجتمعات او الدول، وتوجد في الغرب العديد من المراكز التي تعنى بشؤون المستقبل وقضاياه كما توجد الكثير من الدراسات التي تتناول قضايا المستقبل كذلك تصدر العديد من المجلات المتخصصة التي ترصد قضايا المستقبل ومعالمه ومن المؤسف ان العالم العربي يفتقر إلى مثل هذه الاهتمام لرصد قضايا وشؤون المستقبل وما يرتبط به من قضايا وابعاد سواء على مستوى المجتمع او الافراد، لذا فمن الضروري لمن يريد ان يكون رؤية للمستقبل عليه الاطلاع على الدراسات والكتب والابحاث التي تتناول شؤون المستقبل لكي يتمكن من تكوين وعي دقيق بالمستقبل.

النظرة للتوجه نحو المستقبل قديما وحديثا

قديما كانت النظرة إلى المستقبل نظرة موغلة في التاريخ ترى ان المستقبل قدرا محتوما رسمته وخططت له قوى ميتافيزيقية خارقة لا يمكن تجاوز تخطيطها بأي حال من الاحوال، ولا يملك الانسان حيالها خيارات تذكر.

وقد احتاجت الانسانية وقتا طويلا للارتقاء إلى نظرة ابعد وانضج إلى المستقبل وقد كانت هذه النظرة تنطلق من مبدئين، اولهما مبدأ الصيرورة او التحول الزمني المطلق عند الفيلسوف الالماني هيجل، وثانيهما مبدأ النشوء والارتقاء وقدرة الحياة على التجدد كما صاغه داروين في كتابه (أصل الانواع) وقام الفلاسفة من بعده بتعميمها على الظواهر الاجتماعية واتخذوها قاعدة للتقدم، وترى هذه النظرة في المستقبل بعدا زمنيا يمكن التحكم فيه، وقد قال في ذلك بريجوجين: لا نستطيع التكهن بالمستقبل ولكننا نستطيع صناعته، وفي مطلع السبعينات من القرن العشرين رصد كورنيش تغيرين مهمين في نظرة الناس إلى المستقبل.

الاولى: ان الناس اصبحوا على قناعة بإمكانية دراسة المستقبل.
ثانيهما: الاعتراف بان المستقبل عالم قابل للتشكيل وليس شيئا معد سلفا، والبشر لا يسيرون مغمضي الاعين نحو عالم جبري تنعدم فيه حرية الاختيار، بل انهم شركاء فاعلون في تكوين المستقبل، وان دراسة المستقبل ليس ترفا (منصور، 17:2016)

الاهتمام بالدراسات المستقبلية

عقب الحرب العالمية الثانية شهد الغرب حركة واسعة استهدفت الاهتمام بالدراسات المستقبلية وتعميق مفهوم المستقبلية في العقول حتى اصبحت الدراسة المستقبلية صناعة اكاديمية ونشاطا علميا، وقد كان الاهتمام من خلال تزايد اعداد العلماء والباحثين المشتغلين بالدراسات المستقبلية في الجامعات ومراكز البحوث ،وظهور العديد من الهيئات والمراكز والمعاهد المتخصصة في الدراسات المستقبلية، وانتشار الجمعيات والروابط والمنظمات المعنية بالدراسات المستقبلية، مثل رابطة المستقبلات الدولية التي اسسها (جوفنيل)، وجمعية المستقبل العالمية التي اسسها (ادوار دكورنيش) ان الاهتمام بالمستقبل ودراسته قديم قدم البشرية، ولكن ضهوره كعلم مستقل له مؤسساته ودراساته ودارسيه ضهر حديثا كعلم المستقبليات وهو من احدث العلوم عند الغرب وانشأت من اجله المراكز البحثية والهيئات العلمية لما يشكله المستقبل من هاجس مخيف لديهم فكل شيء اصبح مبني على الدراسات المستقبلية والرؤية المتوقعة اما الاستغناء عن الاهتمام بالمستقبل ودراساته اصبح يعتبر اليوم تخلفا وشيء غير مقبول.

الاهتمام بالدراسات المستقبلية في الوطن العربي

لازال الوطن العربي يعاني من غياب شبه تام للرؤية المستقبلية في معظم مؤسساته وفي كثير من مظاهر حياته، وفي بنية تفكيرنا أيضا فالأهمية المتزايدة للدراسات المستقبلية في الغرب لا توازيها إهتمام مماثل في الوطن العربي وليس هناك سوى ثمة دراسات قليلة تعبر عن البؤس المعرفي التي تعانيه تلك الدراسات فمعظمها لا تخرج عن النطاق الاكاديمي الضيق، مع ارتكازها على قاعدة علمية محدودة من البيانات والمعلومات.

ويمكن ان نرجع ضعف الدراسات المستقبلية في الوطن العربي إلى مجموعة من الاسباب منها.

١. صعوبات ناجمة عن غياب الرؤية المستقبلية في بنية العقل العربي، وطغيان النظرة السلبية إلى المستقبل في ثقافتنا العربية، وسيادة انماط التفكير (داخل الصندوق) والميل إلى الافكار سابقة التجهيز، مما حذر منه٠

٢. صعوبات ناجمة عن ضعف الأساس النظري الذي تستند اليه الدراسات المستقبلية في التراث العربي.

٣. غياب الاطر المؤسسية المتخصصة في الدراسات المستقبلية وماهوا موجود منها على ندرته مشغول بهموم الحاضر وقضأياه الضاغطة لا عن المستقبل وقضأياه المؤجلة.

٤. صعوبات ناجمة عن قصور المعلومات والقيود المفروضة على تدفقها وتداولها وحرية الوصول اليها، وغياب انظمة قانونية وتشريعية منظمة لتداول المعلومات وحمأيتها.

٥. صعوبات ناجمة عن غياب التقاليد الديمقراطية للبحث العلمي العربي، فالدراسات المستقبلية تعول في الأساس على تقاليد ديمقراطية في البحث العلمي والعملي تكاد تكون مفقودة حتى الان في الثقافة العلمية العربية.

٦. صعوبات تتعلق بشخصية الفرد العربي التي تميل كثيرا إلى الانغماس في الماضي والتقليل من شأن المستقبل ،كما ذكر المفكر العربي (عابد الجابري) في كتابه (نقد العقل العربي) من خصائص العربي المعاصر انه مندمج في الماضي منخرط في صراعاته يعيشه لا كشيء مضى بل كواقع حاظر، وهو مفتون بإعادة الماضي، اكثر مما هو مهموم بقراءة المستقبل، حتى شاعت الفكرة الساخرة (بأن العرب يتنبئون بالماضي ويتذكرون المستقبل) (منصور، ٢٠١٦:٤٨).

صفات الافراد المتوجهين نحو المستقبل

١. يعطي اهمية كبيرة للأهداف بعيدة المدى ولديه قدرة على رسمها والتخطيط لتنفيذها.

٢. يعتقد ان العمل الجاد هو الوسيلة لتحقيق الاهداف.

٣. لديه قدرة كبيرة على تخييل الظروف المستقبلية التي تحيط به والفترة الزمنية التي يستغرقها في تخيل حياته المستقبلية.

٤. يوازن بين قرارته الحالية ووضعه المستقبلي ودرجة تحكمه في مستقبله.

٥. يعمل في ضوء خبراته الماضية وقدراته الحالية وظروفه البيئية (المنشاوي ٣٢:٢٠١٣).

الاسس التي يقوم عليها التوجه نحو المستقبل

١. حق الفرد في اختيار طريقة الحياة، مع مراعاة عدم تعارض ذلك مع حقوق الاخرين او التأثير عليهم.

٢. القناعة بأن اختيار طريق الحياة هو امر مكتسب وليس موروث، وانه يحتاج إلى التنمية وبذل الجهد والاجتهاد.

٣. مساعدة الافراد كي يتمكنوا من مساعدة انفسهم وتنمية المسؤولية لديهم.

٤. توفير المعلومات الصحيحة واعطاء فكرة صحيحة ومنطقية للأفراد تنفعهم في توجههم نحو المستقبل (المالكي، ٢٠٠٥،٢٧). اهمية توجيه الافراد نحو المستقبل

ان جميع افراد المجتمع بحاجة إلى التوجيه الصحيح نحو المستقبل وخاصة فئة المراهقين والشباب فهم بحاجة إلى التوجيه نحو نوع التعليم المناسب واختيارهم لمهنهم المستقبلية والهدف الذي يتفق مع قدراتهم واستعداداتهم وميولهم بحسب ما يتسمون به من خصائص شخصية (قاسم، واخرون، ٩٦١:٢٠١٤) وان عملية التوجيه الصحيح للمستقبل تحقق للأفراد مجموعة من الاهداف وهي:

١. فهم الفرد لنفسه من خلال من خلال معرفة قدراته وميوله واستعداداته.

٢. فهم المشاكل التي تعترضه مهما كان نوعها.

٣. فهم الفرد لبيئته المحيطة الاجتماعية والمادية وما يمكن ان تقدمه له من امكانات او ما تعانيه من نقص الامكانات.

٤. تساعد الافراد في التكيف الصحيح مع مجتمعهم ومع انفسهم وان يتفاعل معها تفاعلا صحيحا.

٥. تساعد الافراد في تحديد اهدافهم في الحياة وكيف تكون هذه الاهداف واقعية وقابلة للتحقيق.

٦. تساعد الافراد في رسم الخطط المستقبلية الصحيحة التي تساعده في تحقيق اهدافه.

٧. تعلم الفرد استثمار امكاناته وقدراته إلى اقصى حد ممكن دون اللجوء إلى التخبط والعشوائية والفشل.

النظريات التي تناولت تفسير التوجه نحو المستقبل

١. (نظرية ألفريد أدلر Adler ١٨٧٠ ١٩٣٧):

يجسد ادلر المنطلقات النظرية بشأن التوجه نحو المستقبل (لفكرة الكفاح من اجل التفوق والسيطرة Striving for superiority) وهو الهدف النهائي الذي يسعى اليه الانسان من اجل تعويض مشاعر النقص التي يشعر بها الفرد أيا كالنقص ماديا، آو نفسيا والغأية منه هو تحقيق تكيف افضل وافضل، وتحسين الذات، والسيطرة على البيئة، وهو موجود لدى جميع الافراد كرد فعل طبيعي لمشاعر القصور، فمحور هذه النظرية يقوم على أساس شعور الفرد بالنقص الذي يولد لديه الرغبة في التعويض للوصول نحو الكمال والتفوق، كما يرى ادللر ان الكفاح من اجل التفوق ضروري للحياة نفسها لان الانسان تحركه دوافعه وتوقعاته المستقبلية مندمة مع خبراته في الماضي (الخولي، ١٩٧٦:٣٢٥) كما اوضح ادللر باننا لا نعتمد على النزوات او الغرائز كقواعد للتفسير ويستطيع الهدف النهائي للتفوق او الكمال فقط ان يفسر دوافعنا (شلتز، ١٩٨٣:٧٤) ويرى ادلر ان التسلسل الولادي اثر في توجيه الفرد، وقد وجد ان الافراد الاكبر هم في الغالب متجهون نحو الماضي تواقون اليه ومتشائمون من المستقبل، ومع خضوعهم للسلطة الوالدية فهم يمارسون السلطة على

اخوانهم الاصغر سننا لدرجة ما، لذلك يكون الطفل الاول اكثر إهتماما ومحافظة على السلطة ويكون اكثر حفاظا على اتجاهه اما الطفل الثاني فهو لم يجرب مركز السلطة والإهتمام التي جربها الطفل الاول فهو غير مهتم بها وهو اكثر توجها للمستقبل من الطفل الاول ولهذا فانه يكون طموحا وتنافسيا إلى درجة عالية (شلتز، ١٩٨٣:٨٣).

٢. نظرية الذات روجرز (Rogers 1902)

يعتبر روجرز مثال التفاؤل الحيوي في علم النفس والفلسفة، لان بعض تيارات علم النفس ارتبطت بنظرة تشاؤمية للإنسان، فالتحليل النفسي لسيجموند فرويد يقدم تفسيرا للروح النفسية التي تتحكم فيها رغبات اللاوعي وصدامها مع الاعراف الاجتماعية، والسلوكية قدمت الناس كالات تتفاعل مع المنبهات الخارجية ،في حين ان كارل روجرز قدم بعض الافكار حول العمليات العقلية التي يؤكد فيها على حرية الافراد عندما يتعلق الامر باتخاذ اتجاه حياتهم وفقا لها، وليس وفقا للعوامل كالبيولوجية او البيئية نحو انواع معينة من السلوك، وهو يرى ان شخصية كل فرد تتطور وفقا للطريقة التي تمكنه من الاقتراب او الابتعاد عن اهدافه الحيوية، وذكر (كارل روجرز) ان من انواع الذات هي الذات المثالية وهي التي تمثل طموحات الفرد والمستويات التي يرغب الوصول اليها او ما يود الفرد ان يكون عليها فالشخص يتمنى ان يقدم انجازا معينا في مستقبله كأ كمال دراسته الجامعية او الوصل لهدف معين فاذا تمكن من ذلك او من جزء كبير منه فأن ذلك يشير إلى قرب المسافة بين امكاناته وقدراته وما تحتويه ذاته المثالية (جمل الليل ٢٠٠٢:٣٣٢).

٣. يونك (Young 1961)

اننا نتكون ونتشكل عن طريق مستقبلنا مثلما نتكون بواسطة ماضينا، فالفرد لا يتأثر بما حدث في الماضي كطفل فقط ولكن بما يطمح إلى ان يتعلمه في المستقبل أيضا، فقد اعتقد يونك ان شخصية الفرد الحالية تتحدد بكل ما يأمل الفرد ان يكونه وبما كان عليه ’وان تحقيق الذات او تحقيق الوجود الذاتي تتضمن التوجه نحو المستقبل

(الفتلاوي، ٢٠٠٢:١٠١) وعملية تحقيق الوجود الذاتي في المراحل المتوسطة من العمر تكون اكثر واقعية عند الافراد لأنها ترتبط بالأهداف والمنجزات التي يسعون إلى تحقيقها وصولا إلى الشخصية المتكاملة لإنجاز التفرد (بيسكوف، ١٩٨٤:٦٢) فالفرد يحاول دائما ان يتحرك نحو الامام، فالناس على حد سواء يقبلون على المستقبل ويتطلعون اليه وان عملية تطور الشخصية لا تقتصر على مرحلة الطفولة فقط كما يرى فرويد فهي عملية لا نهاية لها، فالفرد دائما لديه امل بأن يصبح الأفضل مما عليه الان (شلتز ١٩٨٣:٦٢).

٤. نظرية كيلي (Kelly G 1950)

صاحب نظرية البنى الشخصية وتعد من النظريات المعرفية والبعض الاخر يصنفها ضمن النظريات الظواهرية لانهم يعتقدون بان الخبرات الشعورية يجب ان تكون محور علم النفس والبعض الاخر يصنفها كنظرية وجودية لا نها تهتم بالمستقبل اكثر من الماضي وتنظر إلى الناس على انهم احرار في اختيار اقدار همويرى كيلي ان التوجه نحو المستقبل يتضمن ابعادا ثلاثة متداخلة في مابينها (عبد الرحمن، ١٩٩٨:٣٦)

١. البعد الاول هو (التخطيط للمستقبل) كيلي ينظر إلى الانسان على انه عالم لا نه يفهم عالمه وينظمه بنفس الطريقة التي يستخدمها العالم في اكتساب المعرفة (Kelly 90.1996) ويرى كيلي ان لدى الفرد عدد كبير من البنى وهي طرائق تفسير الاحداث، وهي رؤية العالم حتى يمكن توقع المستقبل، حيث تتألف شخصية الفرد من نسق منظم من الابنية رتبت حسب اهميتها وان المسلمة الأساسية عند كيلي هي الافتراض بان العمليات الأساسية عند الشخص تسير عبر قنوات او ممرات متعددة والتي من خلالها يتوقع الفرد الاحداث، بمعنى ان طرق رؤية العالم تشكل القنوات التي تتوجه نحو المستقبل، اما البعد الثاني فيرى كيلي انه

٢. الارادة الحرة: يقدم لنا كيلي صورة موجبة ومتفائلة للطبيعة البشرية وهو اكثر منظر اعتبر الناس كائنات عقلانية متفوقة، فهو يرى ان الافراد ليس فقط قادرين على تكوين بناهم الخاصة والتي من خلالها ينظرون إلى العالم بل هم قادرون أيضا على صياغة طرق فريدة لفهم ومعرفة الواقع (الانسان هو من يصنع مصيره) وليس ضحية لمصيره ونظرة كهذه تمنح الانسان (الارادة الحرة) أي القدرة على اختيار طريقنا الصحيح في حياتنا، كذلك اننا قادرون على تغيير الطرق غير الصحيحة وصياغة بنى جديدة مع ما ترتبط بها من توقعات كما يرى كيلي ان الفرد يستطيع ان يتنبأ بما سيحدث له في المستقبل بناءا على خبرته في الحياة وكذلك من خلال تجارب الاخرين قبله وان ذلك يحقق له امكانية توقع الاحداث مستقبلا (Kelly:1955:91)

والبعد الثالث كما اشار اليه يتمثل بـ

٣. القدرة على التنبؤ بالمستقبل: كما اوضح كيلي ان قدرة الفرد على توقع احداث المستقبل هي التي تؤدي إلى تقرير سلوكه الذي يبنى ازاء هذه التوقعات ويؤدي إلى تشكيل انماط معينة من السلوك، كما يرى كيلي ان الافراد يختلفون في توقعهم للأحداث، فكل فرد له صورة تميزه في توقعه، كما يرى ان جميع هذه البنى هي ثنائية القطب اذ ان الطبيعة الثنائية ضرورية اذا ما اردنا لهذه الاحداث المستقبلية التوقع بصورة صحيحة، ان نلاحظ التشابه والاختلاف في الاحداث على حد سواء وليس التشابه فقط، وان كل بنية تنشأ على أساس الخبرة الماضية في توقع الخبرات المستقبلية، ثم تختبر كل فرضية بمقارنتها بالواقع وذلك عن طريق مدى قدرتها على التنبؤ والقصد من البنى هو ان يبني الفرد معنى للأحداث التي يراها، أي انه يعطي تفسيرات للخبرات التي يمر بها ويصنفها في مدى تشابهها مع الخبرات الموجودة ومدى اختلافها (الكفافي واخرون، ٤٣٢:٢٠١٠) ولا يعتبر كيلي ان احداث الماضي ادرة على التحكم في سلوكنا كليا يقول: لسنا ضحايا سيرة حياتنا الماضية، اننا يمكن ان نتأثر بتفسيراتنا لتلك الاحداث لكن مثل هذه التفسيرات تكون ناتجة من اختياراتنا الحرة والعقلانية، كذلك لسنا سجناء غرائزنا البيولوجيا او تأثيرات اللاشعور فلا تقيدنا هكذا محددات (شلتز، ٣٣٢:١٩٨٣).

المحور الثاني (الدراسات السابقة)

الدراسات السابقة التي تناولت متغير الحسرة

١. الدراسات العربية:

بعد البحث المطول والدقيق من قبل الباحثة لم تجد سوى دراسة عربية تناولت متغير الحسرة الوجودية

٢. الدراسات الاجنبية :

الباحث وسنة الدراسة	كابليز واوروركِ (Cappliez& Rourke,2002)
عنوان البحث	سمات الشخصية والمخاوف الوجودية كمنبهات بوظائف تذكر الاحداث الماضية لدى الراشدين الكبار
العينة	٨٩ راشدا كبيرا
اهداف البحث	الكشف عن سمات الشخصية وبعض المفاهيم الوجودية كالقلق والمخاوف الوجودية ’في التنبؤ بمعدل تكرار ودوام تذكر الانسان للأحداث الماضية في حياته بصورة عامة فضلا عن الكشف عن وظائفها المتنوعة بصفة خاصة.
اداة القياس	بطارية العوامل الكبرى الخمس المعدلة (الانبساطية، الطيبة، يقضه الضمير، العصابية، الانفتاح على الحبرة)

الباحث والسنة	دراسة أيزنبرج (2007,Isenberg)
عنوان الدراسة	الحسرة كما يعبر عنها في حياة كبار السنفي الحياة، التنبوء بشدة وتكرار الحسرة وارتباطاتها بالتنعم
العينة	تكونت العينة في جزئها الاول (١١١) من كبار السن وفي جزئها الثاني من (٧١) من كبار السن
اهداف البحث	_الكشف عن تأثير المتغيرات الديموغرافية ومتغيرات الشخصية والاستعدادات الشخصية وبعض المتغيرات الاخرى على شدة وتكرار

	خبرة الحسرة. _الكشف عن تأثير شدة وتكرار خبرة الحسرة على كل من التنعم النفسي والتنعم البدني لدى كبار السن. _الكشف عن مضمون خبرة الحسرة والموضوعات الرئيسية التي تتمحور حولها، وتحديد ابعادها باستخدام تكنيك المقابلة الشخصية العميقة.
اداة القياس	_ استخدمت المقابلة الشخصية العميقة المتعلقة بتاريخ الحياة _مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية _مقياس متغيرات الاستعدادات الشخصية _المذكرات الشخصية والقيم للتنبؤ بشدة وتكرار خبرة الحسرة ولضبط المتغيرات التي يمكن ان تتدخل في التأثير على العلاقة بين الحسرة والتنعيم.
النتائج	_ان مستوى الحسرة لدى كبار السن من ذوي الامكانات التعليمية العالية وذوي المستويات العالية من الحالة الصحية اقل بصورة دالة من ذوي الامكانات التعليمية المنخفضة والحالة الصحية المعتلة _ ان مستوى الحسرة ينبأ بمستوى التنعم النفسي وليس التنعم البدني.

اسم الباحث والسنة	دراسة بوير وكارستين وجوبين (2008),Jobin,Carsten,Bauer
عنوان الدراسة	دور المقارنات الاجتماعية في مواجهة الحسرة في مرحلة الرشد المبكرة ومرحلة الكبر
عينة الدراسة	_عينة من مرحلة الرشد المبكرة _عينة مرحلة الكبر

اداة الدراسة	دراسة طولية
اهداف الدراسة	_دراسة طولية استهدفت اختبار اهمية المقارنات الاجتماعية في مواجهة الشعور بالحسرة والتوافق معه لدى الراشدين
النتائج التي توصلت اليها الدراسة	_نظر الشخص إلى مصائب غيره ومقارنة نفسه بهم تقلل من كثافة الحسرة مع مرور الوقت _دخول الشخص في حالة الحسرة الوجودية يبدأ بادراك الشخص بأن حالته الحياتية الراهنة متناقضة مع ما كان يأمله، اقتران هذا الادراك بعزوه إلى تقصير وتفريط وتكاسل الفرد في استثمار الفرص التي كانت متاحة امامه.

ثانياً: الدراسات السابقة التي تناولت التوجه نحو المستقبل

أ. الدراسات العربية التي تناولت التوجه نحو المستقبل

١. الدراسات العربية:

الباحث والدراسة	دراسة (الاسدي، ٢٠١٧)
عنوان البحث	التوجه نحو المستقبل وعلاقته بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة جامعة القادسية
العينة	تكونت عينة الدراسة من (٤٥٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة القادسية للتخصصين العلمي والانساني، والصفين (الثاني والرابع) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية
الاهداف	قياس مستوى التوجه نحو المستقبل لدى طلبة جامعة القادسية

	الفروق في مستوى التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع، التخصص، الصف الدراسي
النتائج	_ان طلبة الجامعة يمتلكون التوجه نحو المستقبل _لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة وفا لمتغير النوع، والتخصص. _يتمتع طلبة الجامعة بمستوى جيد من الانفتاح على الخبرة _لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الانفتاح على الخبرة تبعا لمتغيري النوع والصف، لكن توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الانفتاح على الخبرة تبعا لمتغير التخصص لصالح التخصص العلمي.
اداة الدراسة	قامت الباحثة ببناء مقياس التوجه نحو المستقبل اعتمادا على نظرية (جورج كيلي) وتكون المقياس من ثلاث مجالات هي التنبؤ بالمستقبل، والتخطيط للمستقبل، والارادة الحرة

الباحث والسنة	دراسة (العمري_٢٠١٩)
عنوان الدراسة	الدور الوسيط للافكار اللاعقلانية في العلاقة بين التوجه نحو المستقبل وكلا من المسؤولية التحصيلية والارجاء الاكاديمي لدى طلبة جامعة الباحة
عينة الدراسة	(٧٢٠) طالب وطالبة من جامعة الباحة بواقع (٤٠٠)طالب وطالبة من المتفوقين دراسيا و(٣٢٠) طالب وطالبة من المتأخرين دراسيا
اهداف الدراسة	-الكشف عن الدور الوسيط للافكار اللاعقلانية بين التوجه نحو المستقبل وكلا من المسؤولية التحصيلية والارجاء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة
اداة القياس	- مقياس الافكار اللاعقلانية (العمري ٢٠١٩)

	– مقياس التوجه نحو المستقبل (الصقر ٢٠١١) – مقياس المسؤولية التحصيلية (الخزاعلة والحمدون ٢٠١٠) – مقياس الارجاء الاكاديمي (السكران ٢٠١٥)
النتائج	–لا تظهر عينة الدراسة تبأينا من الافكار اللاعقلانية – مستوى مرتفع من التوجه نحو المستقبل – مستوى متوسط من الارجاء الاكاديمي – وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الافكار اللاعقلانية والارجاء الاكاديمي لدى الطلبة المتأخرين دراسيا فقط – توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التوجه نحو المستقبل والارجاء الاكاديمي لدى مجمل العينة – توجد علاقة ارتباطية بين المسؤولية التحصيلية والارجاء الاكاديمي لدى مجمل العينة

الباحث وسنة الدراسة	دراسة (المالكي _٢٠١٩)
عنوان البحث	التوجه نحو المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية
عينة الدراسة	(٢٠٠) طالب من المرحلة الثانوية
اهداف الدراسة	– التعرف على العلاقة بين التوجه نحو المستقبل ودافعية الانجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية بمحافظة الليث التعليمية – التعرف على الفروق الفردية في التوجه نحو المستقبل بين طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث التعليمية وفقا لمتغير التخصص (طبيعي_ شرعي)

	– التعرف على الفروق في درجة التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث التعليمية وفقا لمستوى التحصيل الدراسي (مرتفعي التحصيل_ منخفضي التحصيل)
اداة القياس	مقياس التوجه نحو المستقبل (عبد الله والحربي _٢٠١٦) مقياس الدافع للإنجاز (هيرمانز١٩٩٧) تعريب (موسى ١٩٨١)
النتائج التي توصلت اليها الدراسة	– وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التوجه نحو المستقبل ودافعية الانجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية –لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين افراد العينة في التوجه نحو المستقبل وفقا لمتغير التخصص – وجود فروق ذات دلالة احصائية بين افراد العينة في الدافعية للإنجاز وفقا لمتغير التخصص لصالح مرتفعي التحصيل – عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين افراد العينة في الدافعية للإنجاز وفقا لمتغير التحصيل

ب_ الدراسات الاجنبية التي تناولت التوجه نحو المستقبل

اسم الباحث والسنة	دراسة (ما نيسفلد Mansfiled ،2010)
عنوان الدراسة	الاهداف المستقبلية وعلاقتها بالدافعية لدى طلبة المرحلة الثانوية
عينة الدراسة	تكونت العينة من (١٩٥) مراهقا من مدرستين ثانويتين
اداة الدراسة	بناء مقياس مستند على نظرية المنظور (الهدف) حدد من خلالها الاهداف العامة، الاهداف المتعلقة بالإنجاز، الاهداف الاجتماعية
اهداف الدراسة	معرفة الدافع لدى الطلاب ومدى تأثره بأهدافهم المستقبلية
نتائج الدراسة	ان الاهداف المستقبلية لها تأثير واضح على الدافعية لدى الطلاب

اسم الباحث والسنة	دراسة تيشو (Chiu_٢٠١٢)
عنوان الدراسة	التناسب المحتمل بين التفكير المستقبلي والتوجه المستقبلي وتأثيره على الخيال الابداعي
عينة الدراسة	تكونت عينة الدراسة من (٨٣) من الجامعيين موزعين إلى ثلاث مجموعات الاولى (٥٠) عام من التفكير في المستقبل الثانية (٥) سنوات للمستقبل من الان الثالثة التفكير في الوقت الحاظر سئل فيها العينة ان يتخيلوا حياتهم المستقبلية لمدة ٥٠ عام من الان، ولمدة ٥ اعوام من الان، وفي الوقت الحاظر.
اداة الدراسة	اختبار صوري استبانة اسئلة
اهداف الدراسة	هدفت الدراسة إلى توضيح التناسب بين التفكير المستقبلي والتوجه

	المستقبلي على التفكير الابداعي تأثير التفكير في المستقبل على خطط الحياة
نتائج الدراسة	– ان مجموعة التفكير في المستقبل لمدة (٥٠) عام هي مجموعة ذات اداء افضل من المجموعتين ذات التفكير ٥ سنوات والتفكير الاني – كان الفرق الوحيد بين مجموعة التفكير في المستقبل لمدة ٥ سنوات والتفكير الحالي فقط في التطبيق العملي – مجموعة التفكير المستقبلي لمدة ٥٠ سنة افضل من المجموعتين ذات التفكير الحالي والتفكير لخمس سنوات كان ادائها افضل من حيث الابتكار وتخطي الواقع. – زيادة الفأصل الزمني في المستقبل سهلت من التفكير الإبداعي

_موازنة الدراسات السابقة

بعد استعراض اهم الدراسات التي تناولت متغيري البحث، لابد من موازنة هذه الدراسات، لاستخلاص اهم المؤشرات التي توصلت اليها بهدف موازنتها مع الدراسة الحالية من حيث، الاهداف، وحجم العينة، واداة البحث المستخدمة فيها، والوسائل الاحصائية، واهم النتائج لبتي توصلت اليها وعلى النحو التالي:

١. الدراسات ذات العلاقة بالحسرة الوجودية

١. الاهداف:

هدفت دراسة كابليز واوروركCappliez& Rourke2002)) الى الكشف عن سمات الشخصية وبعض المفاهيم الوجودية (القلق، المخاوف الوجودية) في التنبؤ بمعدل تكرار تذكر الانسان بأحداث الماضية في حياته، والكشف عن وظائفها المتنوعة بصورة عامة، اما دراسة بوير وكارستين وجوبينBauer, Jobin,Carsten ,(2008)

فقد هدفت الى اختبار اهمية المقارنات الاجتماعية في مواجهة الشعور بالحسرة والتوفق معها لدى الراشدين، اما دراسة أيزنبرج (2007,Isenberg) فقد هدفت الى الكشف عن المتغيرات الديموغرافية ومتغيرات الشخصية والاستعدادات الشخصية وبعض المتغيرات على شدة وتكرار الحسرة الوجودية، والكشف عن تأثير شدة وتكرار خبرة الحسرة على كل من التنعم النفسي والتنعم البدني لدى كبار السن، والكشف عن مضمون خبرة الحسرة والموضوعات الرئيسية التي تتمحور حولها، وتحديد ابعادها، اما الدراسة الحالية فقد هدفت الى التعرف على الحسرة الوجودية لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٢. العينة

تعددت انواع العينات في الدراسات السابقة وكانت كالاتي:

تكونت عينة دراسة كابليز واوروك (Cappliez & Rourke2002) من (٨٩) من الراشدين، اما دراسة بوير وكارستين وجوبين ,(2008 Jobin,Carsten,Bauer) فقد تكونت عينة البحث من عينتين احدهما من مرحلة الرشد المبكرة والاخرى من مرحلة الكبر، ودراسة أيزنبرج (2007,Isenberg) تكونت العينة من جزئين فكان جزئها الاول يتألف من (١١١) من كبار السن وفي جزئها الثاني (٧١) من كبار السن، اما الدراسة الحالية فقد تكونت عينتها من (١٧٥) موظف وموظفة من هيئة الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٣. اداة القياس:

كانت ادوات القياس متعددة في الدراسات السابقة وهي كالاتي:

فقد استخدمت دراسة كابليز واوروك (Cappliez & Rourke2002) بطارية العوامل الكبرى الخمس المعدلة (الإنبساطية، الطيبة، يقضة الضمير، العصابية، الانفتاح على الخبرة) اما دراسة بوير وكارستين وجوبين ,(2008 Jobin,Carsten,Bauer) فقد استخدمت الدراسة الطولية، اما بالنسبة الى دراسة أيزنبرج (2007,Isenberg) فقد استخدمت أكثر من اداة للقياس ومنها المقابلة

الشخصية العميقة المتعلقة بتاريخ الحياة، مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية، مقياس متغيرات الاستعدادات الشخصية، المذكرات الشخصية والقيم للتنبؤ بشدة وتكرار خبرة الحسرة ولضبط المتغيرات التي يمكن ان تتدخل في التأثير على العلاقة بين الحسرة والتنعيم، اما بالنسبة للدراسة الحالية فقد تم استخدام مقياس الحسرة الوجودية وايت، ريكر (White_TruckleS,M& Reker .G.T,2007) والذي تمت ترجمته وتكييفه الى البيئة العراقية من قبل (المعموري ٢٠٢١).

٤. النتائج:

تعددت النتائج في الدراسات السابقة وكانت كالاتي:

فقد كانت نتائج دراسة كابليز واوروركِ (Cappliez& Rourke2002) العصابية تنشأ بالمعدل العام لدوام وتكرار تذكر الاحداث الماضية المتعلقة بمفهوم الذات واجترار الاحداث السلبية في الماضي ، يلعب عامل الانبساطية دور كبير في التنبؤ الكلي بمعدل دوام تكرار تذكر الاحداث الماضية وينشط عامل الانبساطية تذكر الاحداث المرتبطة بتنشيط الذات والحوارات مع الاخرين والتغلب على الذكريات المرتبطة بمفارقة الاحبة، اما دراسة بوير وكارستين وجوبين , (2008 Jobin ,Carsten ,Bauer) فقد كانت نتائجها نظر الشخص الى مصائب غيره ومقارنة نفسه بهم تقلل من كثافة الحسرة مع مرور الوقت، يدخل الشخص في حالة الحسرة الوجودية يبدأ بإدراك الشخص بان حالته الحياتية الراهنة متناقضة مع ما كان يأمله وهذا الادراك يعزوه الفرد الى التكاسل والتفريط في استثمار الفرص التي كانت متاحة امامه، وتوصلت دراسة (2007,Isenberg) الى ان مستوى الحسرة لدى كبار السن من ذوي الامكانات التعليمية العالية وذوي المستويات العالية من الحالة الصحية اقل بصورة دالة من ذوي الامكانات التعليمية المنخفضة والحالة الصحية المعتلة، مستوى الحسرة ينبأ بمستوى التنعم النفسي وليس التنعم البدني، وسوف تتم الافادة من نتائج الدراسات السابقة في مناقشة نتائج هذا البحث التي سيتم التوصل اليها ي الفصل الرابع لبيان جوانب الاتفاق والاختلاف مع تلك الدراسات .

موازنة الدراسات السابقة ذات الصلة بالتوجه نحو المستقبل:

١. الاهداف:

هدفت دراسة (مانسيفلد Mansfiled, 2010) هدفت الدراسة الى معرفة الدافع لدى الطلاب ومدى تأثره بأهدافهم المستقبلية، اما دراسة (تيشو Chiu 2012) هدفت الدراسة الى توضيح التناسب بين التفكير المستقبلي والتوجه المستقبلي على التوجه الابداعي، اما دراسة (الاسدي ٢٠١٧) فقد هدفت الى قياس مستوى التوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة، والفروق في مستوى التوجه نحو المستقبل لديهم وفقا لمتغير النوع والتخصص والصف الدراسي.

اما دراسة العمري (٢٠١٩) فقد هدفت الى الكشف عن الدور الوسيط للأفكار اللاعقلانية في العلاقة بين التوجه نحو المستقبل ووكلا من المسؤولية التحصيلية والارجاء الاكاديمي لدى طلبة جامعة الباحة، اما (دراسة المالكي ٢٠١٩) فقد هدفت الى التعرف على العلاقة بين التوجه نحو المستقبل ودافعية الانجاز، التعرف على الفروق الفردية في التوجه نحو المستقبل بين طلاب المرحلة الثانوية وفقا لمتغير التخصص (طبيعي، شرعي)، التعرف على الفروق في درجة التوجه نحو المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية وفقا لمستوى التحصيل الدراسي (مرتفعي التحصيل _منخفضي التحصيل) اما الدراسة الحالية فقد هدفت الى تعرف على التوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا، وهل توجد فروق في امتلاك افراد عينة البحث للتوجه نحو المستقبل وفق لمتغير (النوع الاجتماعي، والعمر)

٢. العينة:

تكونت دراسة (مانسيفلد 2010,Mansfiled) من (١٩٥) مراهقا من مدرستين ثانويتين، اما دراسة (تيشو 2012عينة البحث في Chiu) فقد كانت عينة البحث (٨٣)

من الجامعيين موزعين الى ثلاث مجموعات المجموعة الاولى (٥٠) عام من التفكير والثانية (٥) أعوام من التفكير مستقبلا والثالثة التفكير في الوقت الحاضر، أما في دراسة (الاسدي ٢٠١٧) تكونت عينة البحث من (٤٥٠) طالب وطالبة من طلبة الجامعة ،للتخصصين العلمي والانساني والصفين (الثاني والرابع) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، اما دراسة (العمري، ٢٠١٩) فقد تكونت عينة البحث من (٧٢٠) طالب طالبة من طلبة الجامعة بواقع (٤٠٠) طالب وطالبة من المتفوقين دراسيا و(٣٢٠ طالب وطالبة من المتأخرين دراسيا، اما دراسة (المالكي ٢٠١٩) فقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب من المرحلة الثانوية، اما الدراسة الحالية فقد تكونت من (١٧٥) موظف وموظفة من هيئة الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٣. ادوات الدراسة:

اختلفت ادوات الدراسة في الدراسات السابقة ومنها:

في دراسة (مانسيفلد Mansfiled, 2010) تم بناء مقياس مستند على نظرية المنظور (الهدف) حدد من خلالها الاهداف العامة والاهداف المتعلقة بالإنجاز والاهداف الاجتماعية، اما دراسة (تيشو Chiu 2012) فقد كانت اداة الدراسة اختبار صوري، واستبانة اسئلة، اما دراسة الاسدي ٢٠١٧ استخدمت الباحثة مقياس التوجه نحو المستقبل والذي قامت الباحثة ببنائه اعتمادا على نظرية جورج كيلي، اما دراسة (العمري ٢٠١٩) فقد تبنت الدراسة مقياس التوجه نحو المستقبل (الصقر، ٢٠١١)، وقد اعتمدت دراسة المالكي (٢٠١٩) تبنتي مقياس التوجه نحو المستقبل (عبد الله والحربي، ٢٠١٦)، اما الدراسة الحالية فقد تبنت الباحثة مقياس التوجه نحو المستقبل (الاسدي ٢٠١٧) من طلبة الجامعة، للتخصصين العلمي والانساني والصفين (الثاني والرابع) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، اما دراسة (العمري، ٢٠١٩) فقد تكونت عينة البحث من (٧٢٠) طالب طالبة من طلبة الجامعة بواقع (٤٠٠) طالب وطالبة من المتفوقين دراسيا و(٣٢٠ طالب وطالبة من المتأخرين دراسيا، اما دراسة (المالكي ٢٠١٩) فقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب من المرحلة الثانوية،

اما الدراسة الحالية فقد تكونت من (١٧٥) موظف وموظفة من هيئة الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا.

٤. النتائج:

تعددت النتائج في الدراسات السابقة

توصلت دراسة (مانسيفلد 2010,Mansfiled) الى نتيجة هي ان الاهداف المستقبلية لها تأثير واضح على الدافعية لدى الطلاب، اما دراسة (تيشو 2012عينة البحث في Chiu) فقد توصلت الى النتائج وان مجموعة التفكير في المستقبل ذات الـ(٥٠) عام هي مجموعة ذات اداء افضل من المجموعتين ذات التفكير(٥) اعوام والمجموعة ذات التفكير الاني، كان الفرق الوحيد بين المجموعتين ذات التفكير (٥) سنوات والتفكير الاني فقط في التطبيق العملي، مجموعة التفكير في المستقبل ذات (٥٠) عام هي مجموعة ذات اداء افضل من المجموعتين ذات التفكير(٥) اعوام والمجموعة ذات التفكير الاني، كان ادائها افضل من حيث الابتكار، وتخطي الواقع، زيادة الفاصل الزمني في المستقبل سهلت من التفكير الابداعي، كانت نتائج دراسة الاسدي (٢٠١٧) طلبة الجامعة يمتلكون توجها نحو المستقبل، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوجه نحو المستقبل لدى عينة البحث وفقا لمتغير النوع، والتخصص.

اما دراسة (المالكي ٢٠١٩) فقد توصلت الى نتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التوجه نحو المستقبل ودافعية الانجاز لدى عينة البحث، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين افراد العينة في التوجه نحو المستقبل وفقا لمتغير التخصص، وتوصلت دراسة (العمري ٢٠١٩) لدى عينة الدراسة مستوى مرتفع من التوجه نحو المستقبل، ، وسوف تتم الافادة من نتائج الدراسات السابقة في مناقشة نتائج هذا البحث التي سيتم التوصل اليها ي الفصل الرابع لبيان جوانب الاتفاق والاختلاف مع تلك الدراسات.

جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة

لقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في العديد من الجوانب ومنها:

١. تدل الحسرة الوجودية في جزء منها على فشل الانسان في التوصل لمعنى الحياة، وتحدد دوره وموقفه منها.

٢. نستطيع التنبؤ بمستوى جودة حياة الفرد من خلال معرفة مستوى معاناته ودرجة الحسرة التي يعانيها.

٣. استغراق الانسان في لوم ذاته وتأنيبه لها باستمرار يوهن عزيمته وقدرته على التكيف مع بيئته وقدرته التخلص من اثار الحسرة الوجودية.

٤. اللجوء إلى المقارنات الاجتماعية الإيجابية، يلعب دورا وقائي في التقليل من اثار الحسرة الوجودية لأنها تمكن الشخص من اعادة التوحد مع الاهداف الشخصية، والاندفاع باتجاه استثمار الفرص القادمة مما يساهم في تصويب مسار الذات في حياة الفرد.

٥. الاطلاع على اهداف الدراسات الرئيسية والفرعية.

٦. الاطلاع على الادوات والوسائل الاحصائية المستعملة.

٧. الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة واستعمالها في مناقشة نتائج البحث الحالي.

٨.الجدة والحداثة للدراسة الحالية على الدراسات السابقة.

الفصل الثـــــالث

منهجية البحث وإجراءاته

منهجية البحث وإجراءاته: The Approaches and the Procedures of the Research

يتضمن هذا الفصل عرضا لكل من منهجية البحث والاجراءات والاساليب التي اتبعتها الباحثة في الدراسة، والإجراءات المتمثلة بتحديد المجتمع واختيار العينة وكذلك تبني اداتي البحث، ومن ثم بيان الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث.

أولاً : منهج البحث Research Methodology

اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي (الارتباطي) في البحث، وذلك لملائمته لأهداف البحث وطبيعة المشكلة، فالغرض الرئيسي للبحث الوصفي هو وصف المتغير كما هو موجود في الوقت الحاضر دون تدخل الباحث (عوض، **18:2008**). ويعد المنهج الوصفي من اكثر المناهج شيوعا في التفسير العلمي المنظم اذ يصف الظاهرة كما هي وصفا كميا عن طريق جمع المعلومات عن الظاهرة واخضاعها للدراسة (ملحم، **324:2002**) . وان الدراسات الارتباطية لاتعد ذات قيمة في البحث عن سبب ونتيجة ، لكها تبين بشكل كمي الى أي مدى يرتبط المتغيران ولا تتضمن بالضرورة وجود علاقة سبب ونتيجة ، لكنها توصل الى تفسير علاقة من خلال تحليل احصائي منطقي بشكل تقديري(الرشيدي ،**64:2000**).

ثانيا: مجتمع البحث Research Population

مجتمع البحث هو جميع العناصر التي يسعى الباحث إلى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بمشكلة الدراسة (عودة وملكاوي، **127:1992**). وتحدد مجتمع البحث الحالي من موظَّفي الحشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا فقط في جميع مكاتب الحشد الشَّعبي في عموم العراق (ذكور– اناث) وفي مختلف الاختصاصات والذي بلغ عددهم (**234**) موظف وموظفة، بواقع (**83**) اناث و(**151**) ذكور

جدول (1)

افراد مجتمع البحث موزعين بحسب النوع الاجتماعي

ت	ذكور	اناث	المجموع
المجموع	151	83	234

ثالثا: عينة البحث (Research Sample):

العينة **Sample** هي عبارة عن جزء من افراد المجتمع تتم دراسة الظاهرة عليهم من خلال درجات أو بيانات هذه العينة نتمكن من تعميم النتائج على المجتمع الكلي (النجار، **149:2010**) وتتألف عينة البحث الحالي من (**175**) موظف وموظفة، وقد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتناسب حسب متغير النوع بواقع (**113**) ذكر و(**62**) انثى.

انواع العينات:

١. عينة الثبات وتبلغ (**40**)

٢. عينة وضوح التعليمات (**10**)

٣. عينة التحليل الاحصائي هي ذاتها عينة التطبيق (**175**)

جدول (2) عينات البحث

ت	اسم العينة	الذكور	الاناث	المجموع
1	عينة وضوح التعليمات	7	3	10
2	عينة الثبات	28	12	40
3	عينة التطبيق النهائي وعينة التحليل الاحصائي	113	62	175

واشار بعض المختصين في القياس والتقويم ان حجم العينة في البحوث الوصفية في حالة كون المجتمع صغير فان اختيار نسبة (**20%**) من مجتمع البحث كافية لان تكون ممثلة للمجتمع، ومن الواضح ان الزيادة في حجم العينة يعطي ثقة اكبر في

امكانية تعميم النتائج على المجتمع (الشايب، **67:2012**) وتمثلت عينة البحث الحالي (**175**) من موظَّفي الحشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا.

رابعا: اداتا البحث (Search Glory)

أولاً: مقياس الحسرة الوجوديَّة

للتعرف على الحسرة الوجوديَّة لدى موظَّفي الحشد، اعتمدت الباحثة مقياس الحسرة الوجوديَّة وأيت وريكر (**White Truckle &S Reker 2007**) والذي تم تكييفه إلى البيئة العراقية من قبل (المعموري، **2021**) وهو مقياس يفي بغرض قياس الحسرة الوجوديَّة لانه شامل لجميع ابعاد الحسرة الوجوديَّة، كما هو مناسب إلى اعمار عينة البحث الحالي، فلم تجد الباحثة على حد علمها أي دراسة عربية أو محلية تخص الحسرة الوجوديَّة سوى دراسة (المعموري، **2021**) وانما ادبيات ودراسات اجنبية فقط. و قامت الباحثة بتبني مقياس الحسرة لعدة اسباب:

١. مقياس جيد وملائم لعينة البحث.

٢. توافق عينة المقياس مع عينة البحث الحالي.

٣.لا يوجد مقياس عربي للحسرة الوجوديَّة سواه.

ثانياً: وصف مقياس الحسرة الوجوديَّة:

تكون مقياس الحسرة الوجوديَّة بصورته النهائية من (**35**) فقرة موزعة على (**5**) مجالات وهي:

١. الصراع الداخلي: ويشمل الفقرات من **1** إلى **11**.

٢. المجال الثاني_ محدودية الخبرة_ ويشمل الفقرات من **12** إلى **15**.

٣. المجال الثالث _اهمال الاخرين _ ويشمل الفقرات من **16** إلى **23**.

٤. المجال الرابع _تانيب الذات _ ويشمل الفقرات من **24** إلى **30**.

٥. المجال الخامس _ الانفصال عن الماضي – ويشمل الفقرات من **30** إلى **35**.

ثالثاً: بدائل المقياس وتصحيحه (Correction of scale):

اعتمد في المقياس طريقة (**Likert**) في تصحيحه، وهي احدى الطرائق العلمية

ويعني تصحيح المقياس وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس ثم نقوم بجمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لمقياس (الحسرة الوجوديَّة) بفقراته الـ(**35**) فقد تم وضع امام كل فقرة خمسة بدائل (تنطبق علي تماما) (تنطبق علي غالبا) (تنطبق علي احيانا) (تنطبق علي نادرا) (لا تنطبق علي). يقابلها سلم درجات يتراوح من (**1,2,3,4,5**) على التوالي وبهذه الطريقة تم حساب الدرجة الكلية لكل فرد (المستجيب) بجمع درجات اجابته على كل فقرة.

صلاحية فقرات المقاييس:

ان افضل أُسلوب للتحقق من استخراج الصدق الظاهري يتمثل في عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين من اجل حكمهم على صلاحية كل فقرة لقياس الصفة المراد قياسها، اضافة الى مدى مناسبتها للافراد (النمر، **74:2008**) ومن اجل معرفة صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري) فقد عرضت الباحثة المقياس على مجموعة من المختصين في علم النفس، والبالغ عددهم (**20**) محكم، ملحق رقم (**13**)، وذلك لمعرفة آرائهم وملاحظاتهم في مدى صلاحية الفقرات وبدائلها وأوزانها وحاجتها إلى الحذف أو التعديل حسب ما يرونه مناسبا، وبعد جمع الاستمارات من السادة المحكمين، قامت الباحثة بتحليل اراء المحكمين على الفقرات من خلال استعمال قانون (مربع كأي) للفقرات جميعها وكانت القيمة المحسوبة لـ(**18.1**) اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (**3.84**) عند مستوى دلالة (**0،50**) ودرجة حرية (**1**) وتم الابقاء على جميع الفقرات لمقياس الحسرة الوجوديَّة وبحسب مجالاته والمتكون من (**35**) فقرة موزعة على خمس مجالات.

جدول (3)

قيم مربع كا٢ لاستخراج نسبة موافقة الأساتذة المحكمين لمقياس الحسرة الوجوديَّة

رقم الفقرة	الموافقون	المعارضون	قيمة مربع كأي المحسوبة	قيمة مربع كأي الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
9,14,5,22 ,12,11,23,25 2,3,4،13,35,15,26,10,31,32,34	20	/	20				
1,6,7,24,30,26,27 ,16, ,33,8,17,18,19,20,21,28,29	19	1	18.1	3.84	1	0.05	دالة

اعداد تعليمات المقياس (the scale preparing Instructions):

تعليمات المقياس يجب ان تكون واضحة وسهلة الفهم وفي حدود المستوى العلمي والثقافي للعينة التي يطبق الاختبار عليها كذلك يجب مراعات اعطاء الامثلة التوضيحية التي تساعد المستجيب على فهم كيفية الاجابة (عوض، **69:1998**).

وقد حرصت الباحثة على سهولة ودقة ووضوح تعليمات المقياس عند صياغتها لتعليماته وكذلك حرصت الباحثة على عدم ذكر ما يقيسه المقياس للابتعاد عن عامل المرغوبية الاجتماعية في الاجابة كما ذكرت في بداية تعليمات المقياس (علما ان الاجابة هي لأغراض خدمة البحث العلمي فقط ولا داعي لذكر الاسم) وان الاجابات لا يطلع عليها احد سوى الباحثة.

_ تجربة وضوح التعليمات والفقرات لمقياس الحسرة الوجوديَّة Experience Clarity of instructions and paragraphs for

التجربة الاستطلاعية للمقياس (تجربة وضوح التعليمات) تهدف إلى الحصول على بيانات نستطيع من خلالها تحديد مواصفات المقياس احصائيا، والتجربة الاستطلاعية تعد المحدد لصلاحية المقياس ولاستعمالاته (قاسم، **2008: 363**) وبناءًا على ذلك قامت الباحثة بتطبيق مقياس الحسرة الوجوديَّة ملحق رقم **(5)** على عينة اختيرت بطريقة عشوائية من موظَّفي الحشد من حملة الشَّهادات العليا مكونة من **(10)** موظف وموظفة وبعد جمع الاستمارات وتحليلها تبين ان التعليمات والفقرات والبدائل كانت واضحة.

- التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الحسرة الوجوديَّة (Statistical analysis of Existential Regret)

تعد خطوة التحليل الاحصائي من الخطوات المهمة في منهجية البحث لأنها تميز لنا أي من الفقرات تتميز بالسهولة الشديدة أو الصعوبة الشديدة حيث تفشل في التمييز بين الاداء العالي والاداء الواطي **(Ebel:226,1991)** وان دقة المقياس معتمدة على دقة فقراته فاختيار الفقرات المتصفة بالخصائص السا يكومترية الجيدة يؤدي إلى ان جعل المقياس يتصف بخصائص قياسية مطلوبة، لابد ان نتحقق منها لغرض انتقاء الفقرات المناسبة منها أو تعديل أو استبعاًد الفقرات غير المناسبة منها (الكبيسي، **2010: 39**). والهدف من عملية التحليل الاحصائي هو العمل على استخراج القوة التمييزية للفقرات والابقاء على الفقرات المميزة وتعديل أو استبعاًد الفقرات غير المميزة **(Ebel :392,1972)**. لذا قامت الباحثة بتوزيع مقياس الحسرة الوجوديَّة على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها **(175)** موظف وموظفة وتم اجراء تطبيق الاستبيانات بشكل الكتروني، نظرا لما يمر به البلد من ظروف احترازية بسبب جائحة كورونا، فلم يطبق الاستبيان بالشكل الورقي المعتاد حيث قامت الباحثة بأعداد استمارة

الكترونية وتم ارسالها إلى افراد العينة بعد ان تم توضيح التعليمات وطريقة الاجابة على الاستبيان، وقد اعتمدت الباحثة أُسلوبين لتحليل الفقرات.

- **أُسلوب المجموعتين الطرفيتين** (the two extremist groups)

لغرض حساب القوة التمييزية لمقياس (الحسرة الوجوديَّة) وما ينطوي على هذا الأُسلوب من إجراءات اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

١. تطبيق المقياس على عينة البحث.

٢. تصحيح المقياس وتحديد الدرجة الكلية لكل فرد في الاستبيان وفق مجموع درجات كل فقرة.

٣. ترتيب الدرجات الكلية لكل استبيان من الاعلى إلى الادنى (ترتيب تنازلي).

٤. يتم تحديد المجموعتين المتطرفتين من خلال اختيار (**27%**) من الدرجات العليا و(**27%**) من الدرجات الدنيا، لان هذه النسبة تعطي اكبر حجم واقصى تباين ممكن (الجبوري، **2017: 59**) وبذلك تم تحديد **27%** من الاستمارات التي حصلت على اعلى الدرجات والبالغ عددها (**47**) استمارة، و**27%** من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات والبالغ عددها (**47**) استمارة وترتيبها تنازليا حسب درجاتها الكلية.

٥. تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة من فقرات المقياس في المجموعتين العليا والدنيا، وتم استخدام الاختبار التائي (**t_ test**) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في درجات كل فقرة بين المجموعتين العليا والدنيا في الدرجة الكلية لان القيمة التائية لدلالة الفروق تمثل القوة التمييزية للفقرة بين المجموعتين العليا والدنيا، اذ تعد القيمة التائية مؤشر لتمييز كل فقرة والبالغة (**1.97**) عند مستوى دلالة (**0،05**) وبدرجة حرية (**92**) والجدول (**5**) يوضح ذلك.

جدول (5)

قيم التمييز لفقرات الحسرة الوجوديَّة باستعمال طريقة المجموعتين الطرفيتين

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	4.3404	1.02737	3.0851	1.48660	4.7623	دالة
2	3.9361	0.81838	3.1063	1.14652	4.0385	دالة
3	4.1063	0.75854	1.9361	0.96468	12.1237	دالة
4	4.1702	0.81611	2.6808	1.00231	7.8998	دالة
5	4.4042	0.61359	2.3829	1.17127	10.4800	دالة
6	4.1702	0.73185	3.1914	1.15416	4.9101	دالة
7	4.1276	0.94678	2.9361	1.11129	5.5951	دالة
8	4.0638	0.86988	2.8936	1.18384	5.4609	دالة
9	4.0425	0.95456	2.7021	1.23208	5.8959	دالة
10	3.9574	0.83294	2.8936	1.44814	4.3655	دالة
11	3.9148	0.88045	2.5106	0.85649	7.8373	دالة
12	3.8510	0.97754	2.6808	1.27016	5.0053	دالة
13	3.8936	0.86562	2.5106	1.13964	6.6251	دالة
14	4.1914	0.77004	3.2978	1.08176	4.6090	دالة
15	4.0425	0.93151	2.9787	1.01058	5.3063	دالة
16	4.1702	0.93991	3.2340	1.08773	4,4646	دالة
17	4.2340	0.51973	3.5319	0.77602	5.1535	دالة

18	4.0212	0.73689	2.9574	1.21507	5.1321	دالة
19	4.1063	0.81384	2.1276	1.05535	10.1787	دالة
20	3.9787	1.09324	2.3829	1.20782	6.7154	دالة
21	3.8085	0.87571	2.4042	1.11627	6.8757	دالة
22	3.8936	1.04744	2.8297	1.06972	4.8717	دالة
23	4.1276	0.79719	2.4468	1.15736	8.1994	دالة
24	4.2553	0.76522	2.9574	0.88360	7.6122	دالة
25	4.1276	0.79719	2.9148	1.26542	5.5593	دالة
26	4.3404	0.70020	3.1489	1.02105	6.5977	دالة
27	4.1489	0.75119	3.0851	1.08005	5.5435	دالة
28	4.2340	0.72869	2.4042	1.09662	9.5275	دالة
29	4.2127	0.80585	2.7021	1.08176	7.6773	دالة
30	4.2553	0.82007	2.5319	1.01833	9.0364	دالة
31	4.0638	1.05096	3.0851	1.13883	4.3297	دالة
32	4.2765	0.64948	3.1489	0.99953	6.4852	دالة
33	4.5319	0.68686	3.4255	0.97232	6.3715	دالة
34	4.4468	0.65303	3.3404	1.08900	5.9735	دالة
35	4.6382	0.64016	2.5744	0.82737	13.5250	دالة

قيمة **T** الجدولية (**1.97**) عند مستوى دلالة (**0.05**) وبدرجة حرية (**92**) ومن خلال الجدول رقم (**5**) نلاحظ ان جميع الفقرات دالة احصائيا.

ب- أُسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (Internal Consistency):

يعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشرا لكفاءة وملائمة الفقرة، وان استبعادَ الفقرات التي يكون ارتباطها ضعيفا بالدرجة الكلية للمقياس يؤدي إلى كفاءة المقياس، ولهذه الطريقة عدة مميزات منها تعمل على تقديم مقياس متجانس في فقراته، ومن ناحية قوة ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس فأنها تشير إلى انتماء هذه الفقرات للمقياس، وملائمتها وتجانس فقرات المقياس وان هذه الطريقة تعد من ادق الوسائل الاحصائية المستعملة في حساب الاتساق الداخلي وتعتبر فيها الفقرات ذات جودة عالية (**Nunnally :1978،270**) وقد قامت الباحثة بتصحيح جميع الاستبانات وحساب الدرجة الكلية لكل استبانة وبعد ذلك حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وتعد الفقرة مقبولة اذا كانت مساوية أو اكبر من الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون اذ تبلغ دلالة (القيمة الجدولية لمعامل الارتباط بيرسون (**0.161**) عند مستوى دلالة (**0.05**) ودرجة حرية (**173**) لكلا المستويين الجدول (**6**) يوضح معاملات ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

تسلـ	معامل	تسلـ	معامل	تسـ	معامل

جدول (6)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الحسرة الوجوديَّة

سل الفقرة	الارتباط	سل الفقرة	الارتباط	لسل الفقرة	الارتباط
1	0.355	13	0.489	25	0.435
2	0.264	14	0.323	26	0.384
3	0.650	15	0.402	27	0.406
4	0.500	16	0.453	28	0.599
5	0.625	17	0.255	29	0.536
6	0.336	18	0.408	30	0.541
7	0.426	19	0.595	31	0.403
8	0.468	20	0.495	32	0.476
9	0.439	21	0.457	33	0.312
10	0.164	22	0.452	34	0.278
11	0.538	23	0.594	35	0.640
12	0.355	24	0.538		

يتضح من الجدول اعلاه ان جميع الفقرات مقبولة لان قيم معاملات الارتباط لها اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون **(0.161)** عند مستوى دلالة **(0.05)** ودرجة حرية **(173)**.

ج _ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه

تم حساب ارتباط معامل بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وتعد الدرجة مقبولة اذا كانت مساوية أو اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون.

جدول (7)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه

المجال	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	المجال	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
الصراع الداخلي	1	0.535	إهمال الآخرين	19	0.723
	2	0.340		20	0.660
	3	0.654		21	0.656
	4	0.575		22	0.645
	5	0.639		23	0.736
	6	0.454	تانيب الذات	24	0.553
	7	0.549		25	0.637
	8	0.588		26	0.538
	9	0.517		27	0.617
	10	0.232		28	0.725
	11	0.524		29	0.621
محدودية	12	0.602		30	0.614
	13	0.677		31	0.626

الخبرة	14	0.638		32	0.669
	15	0.556	الانفصال	33	0.586
	16	0.583	عن	34	0.601
	17	0.166	الماضي	35	0.681
	18	0.586			

جميع الفقرات دالة احصائيا لأنها اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون والتي تساوي

(0.161)

ج_ علاقة درجة كل مجال بالمجالات الاخرى للمقياس

حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل مجال من المجالات والدرجة الكلية لمقياس الحسرة الوجوديَّة يعد ارتباطات المجالات بالدرجة الكلية للمقياس هي قياس لأساس التجانس لأنها تساعد على تحديد مجال السلوك المراد قياسه **(Anastasi :1976،155)**

جدول رقم (8)

علاقة المجال بالدرجة الكلية و المجال بالمجال

المتغيرات	الحسرة الوجوديَّة	الصراع الداخلي	محدودية الخبرة	إهمال الآخرين	تانيب الذات	الانفصال عن الماضي
الحسرة الوجوديَّة	1	–	–	–	–	–
الصراع الداخلي	0.850	1	–	–	–	–
محدودية الخبرة	0.637	0.475	1	–	–	–
إهمال الآخرين	0.774	0.558	0.493	1	–	–
تأنيب الذات	0.798	0.564	0.442	0.542	1	–
الانفصال عن الماضي	0.669	0.418	0.317	0.369	0.599	1

الخصائص القياسية (السيكو مترية) لمقياس الحسرة الوجوديَّة:

يؤكد المختصون في القياس النفسي على اهمية التحقق من الخصائص القياسية للمقياس كالصدق والثبات، لأنها من اهم الخصائص السيكومترية التي توفرها المقاييس

(عودة وملكاوي، **203:1987**) ويمثل الصدق الخاصية السيكو مترية التي تبين مدى تحقيق المقياس للغرض الذي وضع من اجله (العزاوي، **43:2008**).

١. الصدق (Validity):

يقصد بصدق المقياس هو مدى قدرة الاختبار على قياس ما وضع من اجل قياسه (الضامن، **110:2009**) وهذا يعني ان صدق المقياس هو من اهم الخطوات التي يجب ان يتأكد منها مصمم المقياس عندما يريد بناءً المقياس، فالمقياس الصادق هو ذلك المقياس الذي يقيس السمة التي وضع من اجلها (الامام ،**119:1990**) وقد تمكنت الباحثة من التحقق من صدق المقياس من خلال ما يأتي

أ_ الصدق الظاهري (Face Validity):

يشير (**Ebel**) إلى ان افضل أُسلوب للتحقق من استخراج الصدق الظاهري يتمثل في عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين من اجل حكمهم على صلاحيتها في قياس ما وضعت من اجل قياسه (العرداوي، **41.2017**) ومن اجل معرفة صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري) فقد عرضت الباحثة المقياس على مجموعة من المختصين في علم النفس، والبالغ عددهم (**20**) محكم، ملحق رقم (**2**)، وذلك لمعرفة آرائهم وملاحظاتهم في مدى صلاحية الفقرات وبدائلها وأوزانها وحاجتها إلى الحذف أو التعديل حسب ما يرونه مناسبا، وبعد جمع الاستمارات من السادة المحكمين، قامت الباحثة بتحليل اراء المحكمين على الفقرات من خلال استعمال قانون (مربع كأي) للفقرات جميعها وكانت القيمة المحسوبة (**18,1**) اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (**3,84**) عند مستوى دلالة (**0،50**) ودرجة حرية (**1**) وقد اجريت بعض التعديلات البسيطة على بعض الفقرات كما هو موضح في ملحق (**4**) وتم الابقاء على جميع الفقرات لمقياس الحسرة الوجوديَّة وبحسب مجالاته والمتكون من (**35**) فقرة موزعة على خمس مجالات.

أ- **صدق البناءً** (Construct Validity):

يعد صدق البناءً من المؤشرات المهمة لغرض التحقق من الصدق عند بناءً المقاييس النفسية ويمكن ان يعبر عنه على انه قياس الاختبار لمفهوم نسبي أو تكوين فرضي أو سمة معينة ويطلق عليه صدق التكوين الفرضي (ابو حطب واخرون،: **2008:190**).

وتم التحقق من صدق البناءً من خلال اتباع الخطوات التالية:

١- حساب القوة التميزية لفقرات المقياس كما موضح في الجدول رقم **(5)**

٢- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما موضح في جدول رقم **(6)**

٣- أُسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه كما موضح في جدول رقم **(7)**

٤- علاقة درجة كل مجال بالمجالات الاخرى كما موضح في جدول رقم **(8)**

٢. **ثبات المقياس (Reliability):**

يقصد بالثبات الاتساق الداخلي للاختبار، والاستقرار بنتائجه بمرور الزمن **(Kline,1993:7)** ولحساب ثبات المقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة تكونت من **(40)** موظف وموظفة من غير عينة التحليل الاحصائي كما هو موضح في الجدول **(2)** وتم حساب معامل الثبات من خلال

أ: **معامل الفا كرو نباخ** (Gronbauch _ Alfa)

يعتبر معامل الفا كرو نباخ تقدير كمي لمعامل الاتساق في الاداء وذلك يتم من خلال مقارنة التباين في اداء الفرد على الفقرات مع التباين في الاداء على الاختبار ككل باعتبار ان الفقرة هي عبارة عن اختبار (التل واخرون، **140:2007**) وان الفا كرو نباخ يقيس جودة الفقرات التي تقيس المتغير ويعد دالة لكل فقرة من فقرات المقياس ولدرجته الكلية في ان واحد **(Graham& Lilly 1984:34)** ولحساب الثبات قامت الباحثة باستخدام معامل الفا كرو نباخ لاستخراج الاتساق الداخلي،على عينة الدراسة

وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية وبعد تحليل اجابات الطلبة تبين ان معامل الفا كرو نباخ للمقياس يساوي **(0,83)** ويعد هذا معامل ثبات جيد.

جدول (9)

معامل ثبات بطريقة (الفا كرونباخ) لمقياس الحسرة الوجوديَّة

المتغير	الثبات بطريقة الفا كرو نباخ
الحسرة الوجوديَّة	0,83

ب. طريقة الاختبار_ اعادة الاختبار (Test_ Retest Method):

وتتمثل هذه الطريقة بتطبيق المقياس على عينة مثلة من افراد المجتمع، ثم اعادة تطبيق المقياس عليهم مرة اخرى بعد مرور مدة مناسبة من الزمن، ويرى ادمز **(Adams,1964)** ان اعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته يجب ان يكون في مدة لا تقل عن اسبوعين **(58: Adams 1964)** وقد قامت الباحثة بتطبيق مقياس الحسرة الوجوديَّة لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على عينة البحث، وبعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس مرة اخرى وعلى نفس العينة، وتم استعمال معامل ارتباط بيرسون، لمعرفة طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد ظهرت قيمة الثبات **(0,80)** وهذه النسبة تعتبر مؤشر جيدا على استقرار استجابات افراد العينة على مقياس الحسرة الوجوديَّة.

_الصيغة النهائية للمقياس

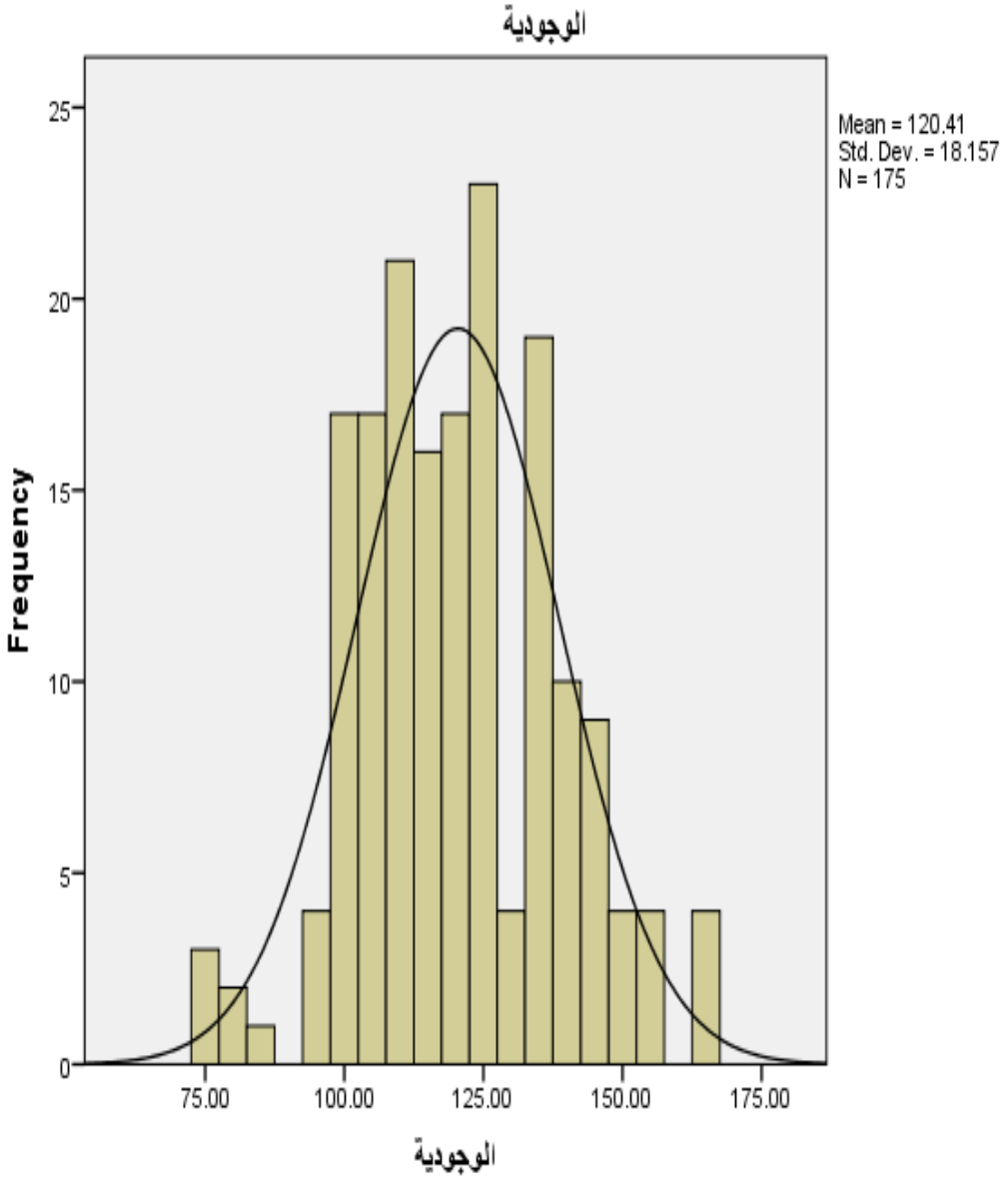
بعد ان تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لمقياس الحسرة الوجوديَّة، من صدق وثبات ، مقياس (الحسرة الوجوديَّة) تكون بصيغته النهائية من **(35)** فقرة، ملحق **(4)** يوضح ذلك، وبدائله كانت متدرجة للإجابة وهي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابدا) واعطي لهذه البدائل الدرجات التالية عند الاجابة **(1،2،3،4،5)** وان جميع فقرات المقياس مقاسة باتجاه

الظاهرة، ويبلغ الوسط الفرضي بلغ **(105)** وبعد اجراء كل من التحليل الاحصائي للبيانات من صدق وثبات بلغت عدد فقرات المقياس بصيغته النهائية **(35)** كما مبين في ملحق **(4)**.

جدول (10)

المؤشرات الاحصائية لمقياس الحسرة الوجوديَّة

الوسط الحسابي	120.4114
وسيط	120
منوال	124
الانحراف المعياري	18.15710
تابين	329.680
الالتواء	0.143
خطأ الالتواء	0.184
التفرطح	0.019
خطا التفرطح	0.365
المدى	91
اقل قيمة	75
اعلى قيمة	166



(الشكل)1

منحنى التوزيع الاعتدالي لبيانات مقياس الحسرة الوجوديَّة

ثانيا: مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

لقياس التَّوجُّه نحو المستقبل قامت الباحثة بأعتماد مقياس (الاسدي،**2017**) بعد اطلاعها على العديد من الدراسات السابقة التي تناولت متغير البحث وكان سبب اختيارها لمقياس (الاسدي) لا نه مقياس تم اعداده حديثاً وهو ملائم لأهداف البحث الحالي.

٢. وصف مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

من خلال قراءة النظرية والتعريف للتوجه نحو المستقبل الذي تم تبنيه في البحث الحالي توضح ان التَّوجُّه نحو المستقبل يتكون من (**32**) فقرة موزعة على ثلاث مجالات:

١. المجال الأول، القدرة على التنبؤ (**predict ability**):

ويشمل الفقرات من **1** إلى **11**

٢. المجال الثاني، التخطيط للمستقبل (**Planning for the future**):

ويشمل الفقرات من**12** إلى **23**

٣. المجال الثالث، الارادة الحرة (**Free will**):

ويشمل الفقرات من **24** إلى **32**

_تصحيح المقياس (Correstion of scale):

تصحيح المقياس يعني وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس، ثم بعها يتم جمع الدرجات لكل فقرة من اجل أيجاد الدرجة الكلية للمقياس ووفي مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل قامت الباحثة بوضع خمس بدائل وهي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا ،تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي) يقابلها سلم من الدرجات (**5،4،3،2،1**) بشكل متوالي ثم بعد ذلك تم جمع الدرجة الكلية لكل فرد على جميع فقرات المقياس، لغرض التأكد من صلاحية الفقرات قامت الباحثة بتوزيع مقياس (التَّوجُّه نحو المستقبل) على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس والبالغ عددهم (**20**) ملحق (**3**) من اجل ابداء آرائهم وملاحظاتهم العلمية حول مدى

صلاحية الفقرات وبدائلها وأوزانها وما تحتاج إليه من تعديل أو حذف وفق ما يرونه مناسب، وبعد ان قامت الباحثة بجمع الاستبيانات من السادة المحكمين قامت بتحليل آرائهم حول الفقرات باستخدام قانون مربع كا٢ لجميع الفقرات وكانت القيمة التائية المحسوبة **(16.4)** اكبر من قيمة **T** الجدولية والبالغة **(3,84)** عند مستوى دلالة **(0.05)** ودرجة حرية **(1)** وقد تم التعديل البسيط على بعض الفقرات وتم الابقاء على جميع فقرات مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل وبحسب مجالاته البالغة ثلاث وفقراته البالغ عددها **32** فقرة.

جدول (11)

اراء المحكمين في بيان مدى صلاحيات فقرات مقياس

رقم الفقرة	الموافقون	المعارضون	قيمة مربع كأي المحسوبة	قيمة مربع كأي الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
2,3,6,9,10,11,15	20	/	20	3.84	1	0.05	دالة
1,4,12,17,16,13,18, 22,23,27,5,28,7,26,8,21	19	1	18.1				
14,20,24,27,30 ,19,29,32,31,25	18	2	16.4				

اعداد تعليمات المقياس the scale preparing Instructions

الهدف الاساسي من تعليمات المقياس هو توجيه المستجيب لطريقة الاستجابة على فقرات المقياس (الزوبعي واخرون، **96:1998**) لذا سعت الباحثة إلى ان تكون فقرات المقياس واضحة المعنى لدى المستجيب ومراعية للجوانب اللغوية من حيث السهولة والصعوبة في فقرات المقياس وتعليماته، كما اشارت في التعليمات إلى عدم الحاجة إلى ذكر الاسم الصريح والاكتفاء بذكر النوع الاجتماعي، والعمر، وان الهدف من الاجابة هو لأغراض البحث العلمي حصرا وان الاجابة لا يطلع عليها سوى الباحثة، ولم يفصح عن الهدف من الدراسة، اذ يشير كرو نباخ إلى ان ذكر الهدف من المقياس يؤدي إلى التحييز في الاستجابة (الزوبعي، **71:1980**) وقد تم توزيع المقياس على افراد العينة من خلال تطبيق (تليجرام) بعد ان تم تزويد الباحثة بملف من الادارة المركزية لهيئة الحشد الشَّعبي فيه اسماء واعداد والتخصص والدرجة العلمية ورقم الهاتف لكل فرد من افراد العينة وبعدها قامت الباحثة بانشاء قناة على (تليجرام) حتى تكون ارقام الهواتف محجوبة عن افراد العينة وتم توزيع المقياس من خلال القناة، وتم الحصول على الردود من خلال رابط خاص بالباحثة.

- تجربة وضوح التعليمات والفقرات

ان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية هو الحصول على بيانات تساعدنا على تحديد مواصفات المقياس احصائيا (قاسم،**363:2008**) كذلك تبين مدى وضوح معنى الفقرات والبدائل وفهم المستجيب وكذلك الوقت الذي يستغرقه المستجيب للاجابة (فرج،**160:1980**) وقد قامت الباحثة على عرض المقياس على عينة عشوائية عددها **(10)** موظف وموظفة، وهي العينة الاستطلاعية ذاتها التي طبق عليها مقياس الحسرة الوجوديَّة وتبين ان من خلال اجابة الأفراد ان هناك بعض الاخطاء الفنية فعلا في اعداد الاستمارة الالكترونية للمقياس تم تعديلها لاحقا.

_ التحليل الاحصائي لفقرات المقياس

عملية التحليل الاحصائي للمقياس هي من اهم الخطوات الاساسية في المقاييس التربوية والنفسية فهي العملية التي من خلالها يتم التحقق من مضمون الفقرة في قياس

ما اعدت لقياسيه تجريبيا وميدانيا (**Ebe l:1972،408**) وان الهدف من التحليل الاحصائي هو انه يعمل على استخراج القوة التمييزية لجميع فقرات المقياس، ليتم الابقاء على الفقرات المميزة وابعاد الفقرات غير المميزة (**Ebel:1972،392**) 'لذا عملت الباحثة على استعمال أُسلوب المجموعتين المتطرفتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كونهما أُسلوبين مناسبين في عينة التحليلي الاحصائي، ولغرض تحليل فقرات مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل قامت الباحثة بنفس الاجراءات التي قامت بها في عملية تحليل فقرات مقياس الحسرة الوجوديَّة، وعلى عينة البحث ذاتها، والبالغ عددها (**175**) موظف وموظفة من موظَّفي الحشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا في جميع مكاتب الحشد الشَّعبي في العراق.

لقد اعتمدت الباحثة في تحليل فقرات مقياس (التَّوجُّه نحو المستقبل) على ما يأتي:

١_ أُسلوب المجموعتين المتطرفتين (Extremist Groups method):

ولتطبيق هذا الأُسلوب قامت الباحثة باتباع الخطوات التالية

١. تطبيق مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل على عينة البحث.

٢. تصحيح كل استمارة واعطاء درجة لكل فقرة ثم جمع الدرجة الكلية لكل استمارة.

٣. ترتيب الاستمارات ال (**175**) من اعلى درجة إلى ادنى درجة.

٤. تحديد (**27%**) من الاستمارات التي لها اعلى الدرجات والبالغ عددها (**47**) استمارة، وتم تحديد (**27%**) من الاستمارات الحاصلة على ادنى الدرجات والبالغ عددهم (**47**) استمارة، وهكذا تم فرز مجموعتين بأكبر حجم واقصى تمأيز.

٥. تم تطبيق الاختبار التائي (**T_ test**) لعينتين مستقلتين من اجل استخراج القوة التميزية لفقرات مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل بعد تطبيق الخطوات اعلاه.

جدول (12)

القوة التمييزية لمقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	4.1063	1.16533	3.5744	1.45579	1.9554	غير دالة
2	3.9787	0.94384	3.0212	1.13231	4.4530	دالة
3	3.6382	0.98743	2.8510	0.85918	4.1231	دالة
4	3.9148	1.05973	2.9361	1.07145	4.4523	دالة
5	3.6595	1.12822	2.8297	1.18540	3.4762	دالة
6	4.1276	0.99163	3.2127	1.10209	4.2330	دالة
7	4.3191	0.66287	3.2978	0.97612	5.9340	دالة
8	4.2553	0.76522	3.7021	0.88255	3.2467	دالة
9	4.0212	0.89659	2.8297	1.20360	5.4426	دالة
10	4.1914	0.68009	3.2978	1.04079	4.9274	دالة
11	4.1276	0.89968	3.2340	1.02602	4.4893	دالة
12	4.0638	0.91851	2.9574	1.08261	5.3425	دالة
13	4.2978	0.71974	2.8297	1.27380	6.8791	دالة
14	4.1276	1.03455	3.1702	0.93991	4.6958	دالة

15	4.1489	0.93200	2.9361	1.24069	5.3581	دالة
16	3.5106	1.44270	2.5744	1.22908	3.3864	دالة
17	4.3829	0.84835	3.0212	1.07317	6.8241	دالة
18	4.3191	1.10544	2.6170	1.26066	6.9591	دالة
19	4.1914	0.79777	2.8085	1.01378	7.3491	دالة
20	4.1063	0.84013	2.9361	1.09155	5.8242	دالة
21	4.1489	0.97754	2.3191	0.95795	9.1654	دالة
22	4.0212	0.96660	3.0638	1.00875	4.6980	دالة
23	4.5106	0.71846	3.1276	1.17245	6.8951	دالة
24	4.0212	1.18852	3.1702	1.22153	3.4231	دالة
25	3.5106	1.44270	2.5531	1.21240	3.4833	دالة
26	4.3617	0.87042	3.0212	1.07317	6.6508	دالة
27	4.3191	1.06539	2.6170	1.26066	7.0697	دالة
28	4.1702	0.81611	2.8297	1.02827	7.0004	دالة
29	4.0851	0.85541	3.0638	1.03007	5.2292	دالة
30	4.0425	0.95456	2.3829	0.89814	8.6808	دالة
31	4.0638	0.76340	2.9361	1.09155	5.8040	دالة
32	4.4893	0.71846	3.1276	1.17245	6.8789	دالة

وفي ضوء هذه النتائج يتضح ان جميع الفقرات تعد مميزة لان القيمة التائية المحسوبة اعلى من الجدولية ما عدا فقرة رقم **(1)** فقد سقطت وبذلك أصبح المقياس مكون من**(31)** فقرة.

٢_ طريقة الاتساق الداخلي (Internal Consistency Method):

أ_ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشرا لكفاءة الفقرة وملائمتها، وان استبعاًد الفقرات التي يكون ارتباطها ضعيفا بالمقياس يؤدي إلى كفاءة المقياس، وتقدم هذه الطريقة مقياسا متجانسا ومتماسك في فقراته، كذلك تساهم في قوة ارتباط الفقرة الدرجة الكلية للمقياس، فهي تعد مؤشر لانتماء الفقرات للمقياس، وتعد هذه الطريقة من ادق الوسائل الاحصائية المستخدمة **(Nunnally,270:1978)** وقد قامت الباحثة بحساب ارتباط بيرسون بين كل درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وتعد الفقرة مقبولة اذا كانت مسأوية أو اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون والبالغة **(0.161)** عند مستوى دلالة **(0.05)** ودرجة حرية **(173)** كما موضح

الجدول (13)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
1	0.201	9	0.275	17	0.483	25	0.329
2	0.373	10	0.364	18	0.525	26	0.485
3	0.356	11	0.339	19	0.537	27	0.560
4	0.354	12	0.123	20	0.363	28	0.519
5	0.286	13	0.274	21	0.637	29	0.349
6	0.350	14	0.396	22	0.449	30	0.535
7	0.368	15	0.263	23	0.440	31	0.419
8	0.277	16	0.324	24	0.265	32	0.450

* الفقرة التي تحمل التسلسل **11** غير دالة وبذلك اصبح المقياس مكون من **(30)** فقرة

ب_ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه:

تم حساب ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وتعد الفقرة مقبولة اذا كانت مساوية أو اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون والتي تساوي **(0.161)** عند مستوى دلالة **(0.05)** ودرجة حرية **(173)**، كما موضح

الجدول(14)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه.

المجال	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	المجال	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
القدرة على التنبؤ			التخطيط للمستقبل	16	0.453
	1	0.558		17	0.580
	2	0.547		18	0.516
	3	0.566		19	0.410
	4	0.450		20	0.656
	5	0.612		21	0.474
	6	0.480		22	0.461
	7	0.456		23	0.244
	8	0.272		24	0.460
	9	0.497		25	0.520
	10	0.609		26	0.674
	11	0.378		27	0.523

	12	0.327	الإرادة الحرة	28	0.383
	13	0.384		29	0.701
	14	0.279		30	0.372
	15	0.384		31	0.504

* الفقرة تسلسل **1** غير دالة

ويتضح من خلال الجدول ان جميع الفقرات دالة احصائيا ما عدا الفقرة رقم **(1)** لان درجتها المحسوبة اقل من القيمة الجدولية والبالغ **(0.161)** عند مستوى (دلالة **0.05)** ودرجة حرية **(173)**

ج – علاقة المجال بالمجال والمجال بالدرجة الكلية للمقياس:

ان ارتباطات المجالات بالدرجة الكلية للمقياس هي قياسات اساس للتجانس لأنها تساع على تحديد مجال السلوك المراد قياسه **(Anastasi,1976,p.155)**

وللتحقق من طبيعة العلاقة بين ابعاد المقياس، واذا كانت تنحى منحى مستقل أو متمايز عن بعضها البعض قامت الباحثة باستخراج مصفوفة الارتباطات الداخلية، ويوضح الجدول **(15)** ان معاملات الارتباط دالة احصائيا عند مستوى دلالة **(0.05)** وهذا يعطي للباحث صلاحية التعامل مع هذه الابعاد على انها تتمتع بالاستقلال النسبي عن بعضها. (مبدر،**56:2018**)

جدول رقم (15)

علاقة المجال بالدرجة الكلية والمجال بالمجال

المتغيرات	التَّوجُّه نحو المستقبل	القدرة على التنبؤ	التخطيط للمستقبل	الإرادة الحرة
التَّوجُّه نحو المستقبل	1	–	–	–
القدرة على التنبؤ	0.889	1	–	–

التخطيط للمستقبل	0.834	0.530	1	-
الإرادة الحرة	0.701	0.629	0.825	1

الخصائص السيكو مترية لمقياس التَّوجُّه نحو المستقبل:

١. الصدق (**Validity**):

ويعد الصدق واحد من اهم المفاهيم الاساسية في المقاييس التربوية والنفسية ان لم يكن اهمها جميعا، لأنه يكشف مدى قدرة المقياس، لتأدية الغرض الذي اعد اجله (عودة ،١٩٩٣: ٣٤٠) وقد تم التحقق من صدق المقياس عن طريق:

أ_ الصدق الظاهري (Face Validity):

تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والمختصين في العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي.

ب_مؤشرات صدق البناءً (Construct Validity) :

يعرف صدق البناءً بانه المفهوم الصحيح الذي يلتجأ إليه عندما يتم التعامل مع مفاهيم سأيكلوجية مجردة ويعد من اكثر انواع الصدق قبولا (فرج،**245:2012**) ويتوقف هذا النوع من الصق على مقدار ما نحصل عليه من معلومات عن السمة المقاسة وخصائصها ومكوناتها (عيسوي، **49:1985**) وقد تم التحقق من صدق البناءً من خلال عدة مؤشرات وهي:

١_ استخراج القوة التميزية لفقرات المقياس جدول (١٢)

٢- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كما موضح في جدول رقم (١٣)

٣- أُسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه كما في جدول رقم (١٤)

٤- علاقة درجة كل مجال بالمجالات الاخرى كما موضح في جدول رقم (١٥)

٢. ثبات المقياس (Reliability):

يعد ثبات المقياس من اهم شروط الاختبار الجيد في المقاييس النفسية والتربوية ويعني مدى اتساق درجات الفرد اذا تكرر القياس نفسه في نفس الظروف (منسي، **286:2007**) ويعني ثبات المقياس مدى دقته في تقدير الدرجة أو العلامة الحقيقة للفرد على السمة المقاسة فهو يعني مدى الاتساق في درجات الفرد (النجار، **296:2012**) ولأجل التحقق من ثبات المقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة تتكون من (**40**) موظف وموظفة في الحشد الشَّعبي وهي ليس عينة التطبيق الاحصائي، وهي ذاتها عينة حساب ثبات مقياس (الحسرة الوجوديَّة)

ولاستخراج الثبات تم استعمال

أولاً: معامل الفا كرو نباخ (Cronbach _ Alfa)

لقد تم التحق من ثبات المقياس بطريقة الفا كرو نباخ فقد اكد كرو نباخ ان معامل الثبات بهذه الطريقة يعد مؤشرا جيدا للتكافؤ أي انه يمثل قيمة تقديرية جيدة لمعامل التكافؤ والتجانس فضلا عن الاتساق الداخلي (علام، **166:2000**) ومن اجل استخراج قيمة الثبات قامت الباحثة باستخدام معامل الف كرو نباخ لقياس الاتساق الداخلي لمقياس التَّوجُّه نحو المستقبل حيث تم تطبيق معامل الفا كرو نباخ على عينة الثبات البالغ عددها (**40**) موظف وموظفة من هيئة الحشد الشَّعبي، حيث بلغ معامل الثبات للتوجه نحو المستقبل (**0.82**)

جدول (16)

معامل الثبات بطريقة الفا كر ونباخ لمقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

المتغير	الثبات بطريقة
التَّوجُّه نحو المستقبل	0.82

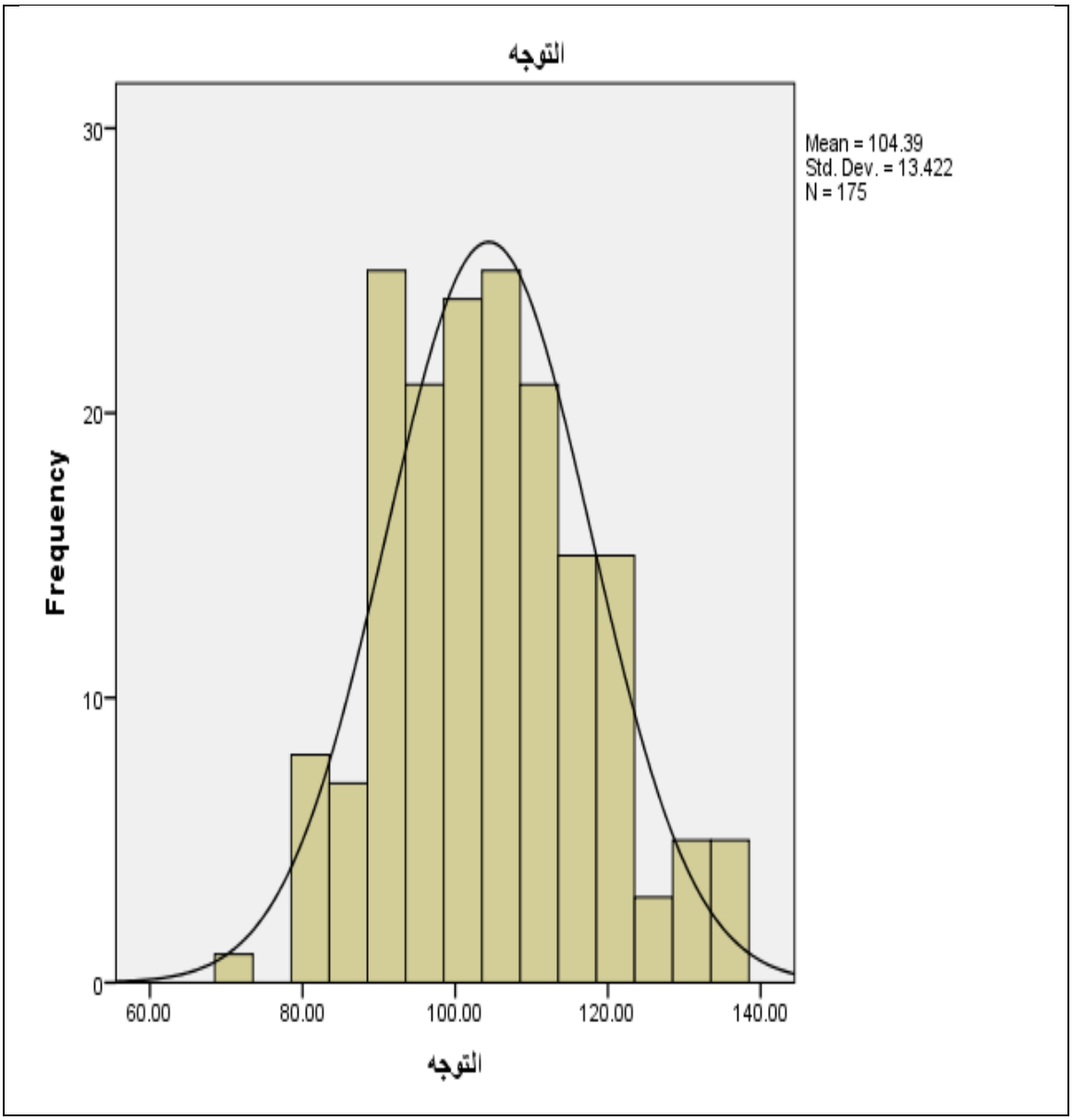
١ – طريقة اعادة الاختبار (**Test_ Retest Method**):

قامت الباحثة بتطبيق مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل على العينة نفسها التي طبق عليها مقياس الحسرة الوجوديَّة والبالغ عددها **(40)** موظف وموظفة من موظَّفي الحشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا، وبعد مضي اسبوعين من التطبيق الأول، قامت الباحثة بتطبيق المقياس نفسه على نفس افراد العينة، وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون لغرض التعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيقين، وتبين ان قيمة ثبات المقياس **(0.81)** وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا على استقرار استجابات افراد العينة على مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل.

جدول (17)

المؤشرات الاحصائية لمقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

الوسط الحسابي	104.9343
وسيط	104
منوال	100
الانحراف المعياري	13.42236
التبأين	180.160
الالتواء	0.319
خطأ الالتواء	0.184
التفرطح	0.236-
خطا التفرطح	0.365
المدى	67
اقل قيمة	71
اعلى قيمة	138



(الشكل 2)

منحنى التوزيع الاعتدالي لبيانات مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل

ثانيا: الوصف النهائي للمقياس:

تكون مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل بصيغته الأولية من **(32)** فقرة، وقد قامت الباحثة بعرضه على عدد من الخبراء ليتحقق الصدق الظاهري للمقياس، ثم وضعت امام كل فقرة تدرج خماسي للإجابة وهو (تنطبق علية دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي احيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي) تقابلها في التصحيح الدرجات التالية **(1,2,3,4,5)**، وان عينة التحليل الاحصائي هي ذاتها عينة التطبيق النهائي، وقد اختيرت العينة بالطريقة الطبقية العشوائية، وبعد الانتهاء من تطبيق المقياسين على عينة البحث قامت الباحثة بتصحيح الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها احصائيا كما قامت الباحثة بالاستعانة بالحقيبة الاحصائية للعلوم الإجتماعية **(SPSS)** وقد بلغ الوسط الفرضي **(90)**.

_الوسائل الاحصائية :

اعتمدت الباحثة في استخراج نتائج البحث الحالي على العديد من الوسائل الاحصائية الملائمة لاهداف البحث وتم الاستعانة بالحقيبة الاحصائية **(Spss)** وتمثلت الوسائل الاحصائية بما يأتي:

١. اختبار مربع كا٢ لعينة واحدة (Chi _square test):

أ_ تم استخدام كا٢ لمعرفة دلالة الفرق بين عدد الموافقين من الخبراء وغير الموفقين، على مدى ملائمة فقرات مقياس الحسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل.

٢. الاختبار التائي لعينة واحدة (t _test)

_ لحساب دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للحسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى موظَّفي الحشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا

٣. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t_test)

_ لحساب معامل التمييز للفقرات بطريقة المجموعتين المتطرفتين لمقياسي البحث.

٤. معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) **لتحقيق الاتي:**

١. لمعرفة علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

٢. لمعرفة علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه.

٣. لمعرفة علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس والارتباط بين مجالات المقياس.

٤. لمعرفة العلاقة الارتباطية بين الحسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل.

٥.الثبات بطريقة الاختبار _ اعادة الاختبار

٤. معادلة الفا كر ونباخ (t _test one Sample)

_ استخراج الثبات لمقياسي البحث.

٦. الاختبار الزائي (Z _test)

_ لحساب دلالة الفروق في العلاقة الارتباطية بين الحسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل تبعاً لمتغير (النوع الاجتماعي، العمر)

الفصل الرابع
عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

عرض النتائج

يتضمن هذا الفصل عرضا لنتائج البحث التي توصلت اليها الباحثة على وفق تسلسل الأهداف في الفصل الأول، وبعد القيام بإجراء التحليلات الاحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها بعد تطبيق أداتي البحث على افراد عينة البحث الحالي، قامت الباحثة بعد ذلك بتفسير النتائج ومناقشتها اعتمادا على الاطار النظري الخاص بمتغيرات البحث، ومن ثم عرض عدد من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

١.التعرف على الحَسرة الوجوديَّة لدى موظَّفي الحّشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا.

لغرض التحقق من الهدف الأول تم تطبيق مقياس الحَسرة الوجوديَّة على عينة البحث البالغة (175) وقد بلغ المتوسط الحسابي لعينة البحث (120.4114) وبإنحراف معياري (18.15710) وبعد مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي والبالغ (105) تبين أنَّ المتوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطات تم استخدام معادلة الإختبار التائي لعينة واحدة، تبين أنَّ القيمة التائية المحسوبة (11.2283) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (174) كما موضح في الجدول (18) والذي يبين ان القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1،98) اي ان عينة الدراسة لديهم الحَسرة الوجوديَّة والجدول رقم (18) يوضح ذلك.

جدول (18)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لافراد العينةعلى مقياس الحَسرة الوجوديَّة:

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة

175	120.4114	18.15710	105	11.2283	دالة

وتظهر هذه النتيجة ان موظَّفي الحّشد الشَّعبي لديهم حسرة وجودية، ويمكن تفسير هذه النتيجة على وفق ماجاء به (فرانكل) حيث يرى ان الحَسرة الوجوديَّة يلجأ لها الفرد عند ضياع الفرص منه مما يشعره بالذنب وعدم التوقف عن لوم ذاته لتفويته للفرص التي اتيحت له في الماضي، كما يمكن أن يكون السبب في ذلك إلى كون عينة البحث شملت موظَّفي الحّشد الشَّعبي في عموم العراق، فهم على حد سواء عاشوا ويلات الحروب المتتالية وبعضهم تعرض للتهجير والنزوح والعيش في مدن آخرى، اضافة إلى حالات الفقد المتكررة التي مر بها بعضهم، كل هذا كان سببا في ضياع العديد من الفرص المهمة لدى الكثير منهم رغما عنهم فأصبحوا بغير ما كانوا يتمنونه من واقع مما خلف لديهم حالة من التحسرعلى تلك الفرص الضائعة والأهداف التي لم تتحقق، وتتفق نتيجة البحث الحالي مع دراسة كل من ايزنبرج، (Isenberg ،2007) ودراسة بوير، كارستين وجوبين Baure، Caresten،Gobin،(2008).

٢. التعرف على التَّوجُّه نحو المستقبل لدى موظَّفي الحّشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا.

لغرض تحقيق الهدف الثاني قامت الباحثة بتطبيق مقياس التَّوجُّه نحو المستقبل على عينة البحث البالغة (175) موظف وموظفة، وقد بلغ المتوسط الحسابي (104.3943) وبإنحراف معياري (13.42236) وبمقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (90) تبين أنَّ المتوسط الحسابي أكبر من المتوسط الفرضي للمقياس، ولمعرفة دلالة الفرق بين هذه المتوسطات تم استخدام الإختبار التائي لعينة واحدة، وتبين أنَّ القيمة التائية المحسوبة البالغة (14.1866) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.05)، مما يشير إلى ان موظَّفي الحّشد الشَّعبي يمتلكون توجها نحو المستقبل، كما موضح في جدول (19) والذي يبين ان القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.98) اي ان عينة الدراسة تمتلك التَّوجُّه نحو المستقبل.

جدول (18)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة لافراد العينة على مقياس التوجه نحوالمستقبل

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
175	104.3943	13.42236	90	14.1866	دالة

ومن خلال النتائج الموضحة في الجدول اعلاه تبين أنَّ افراد عينة البحث يمتلكون توجها نحو المستقبل وتتفق النتيجة هذه على وفق ما جاء به (جورج كيلي 1950) في نظريته المتبناة في البحث الحالي والتي اكدت على ان الأفراد كائنات عقلانية متفوقة قادرة على تكوين بناها الخاصة بها والتي من خلالها تنظر إلى العالم، ليس هذا وحسب بل أنَّهم قادرون على صياغة طرق فريدة لفهم ومعرفة الواقع (الانسان هو من يؤلف مصيره) وهذه النظرة تقدم لنا صورة موجبة متفائلة للطبيعة البشرية، حيث يرى كيلي ان الناس كائنات عقلانية متفوقة، وتعتقد الباحثة ان السبب في ذلك يرجع إلى ما يمتلكه عينة البحث من نضج فكري واطلاع معرفي، يمنحهم النظرة التفاؤلية الموجبة نحو المستقبل وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة كل من (الاسدي، 2017) و(العمري، 2019).

٣.تعرف العلاقة الإرتباطية بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى موظَّفي الحشد من حملة الشَّهادات العليا

ولغرض تحقيق هدا الهدف قامت الباحثة بإيجاد العلاقة الإرتباطية باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل بين افراد العينة وقد وجد إنَّ مُعامل الإرتباط يساوي (0.296) وبعد مقارنة هذه القيمة مع القيم الجدولية لمعاملات الإرتباط نرى أنَّه دال اذ بلغت القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) هي

(0.161) (عبد الرحمن، 2008:3) ويدل هذا على وجود علاقة ارتباطية طردية موجبة بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى عينة البحث، وكانت النتائج كما يأتي:

جدول رقم (20)

معامل ارتباط بيرسون بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل

المتغيرات		معامل الإرتباط	الدلالة
الحَسرة الوجوديَّة	التَّوجُّه	0.296	دال

ومن خلال النتائج نرى ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى عينة البحث، وهذه العلاقة طردية اي كلما ترتفع درجة الحَسرة الوجوديَّة يزداد التَّوجُّه نحو المستقبل لدى افراد العينة وهذا يتفق مع ما اكده (فيكتور فرانكل) في نظريته المتبناة في البحث الحالي وهو ان الحَسرة الوجوديَّة هي تركيب يتضمن ابعاد متفاعلة تمثلت بصراع (معرفي، انفعالي) يستهدف غرضين هما التخلص من الماضي واحداثه والابتعاد عنه قدر المستطاع، والاقبال على الحياة بإرادة وتفهم لإيجاد المعنى الحقيقي فيها، وقد يخلق هذا الصراع نوع من عدم التكيف النفسي عند الفرد، كما يؤثر في سلوكه، مما يؤدي إلى سعيه إلى بناء علاقة ايجابية بينه وبين بيئته التي تحيط به، الاجتهاد في مواجهة صعوبات الحياة ومشاكلها المتعددة، لإعادة توازنه النفسي، كذلك تتفق نتائج البحث الحالي مع ما يراه (جورج كيلي) في نظريته المتبناة في البحث الحالي، حيث يرى ان الانسان يمتلك إرادة حرة اي أنَّه لديه القدرة على اختيار الطريق الذي يسلكه في حياته، والأكثر من ذلك يرى اننا قادرون على تغيير نظرتنا وصياغة بنى جديدة مع ما ترتبط به توقعاتنا المستقبلية، فيرى كيلي ان الفرد ليس مكبل أو مقيد بالطريق الذي اختيرت له في الطفولة أو المراهقة أو في اي عمر آخر، ويرى ان بنى الانسان مصوغة على اساس تنبؤي، فحياتنا يتحكم بها ما نتنبأ

به عن المستقبل وبما نعتقد إلى اين ستقودنا اختياراتنا، ويمكن ان يكون السبب في ذلك هو أنَّه لا يوجد انسان لا يعاني من الصدمات الانفعالية في حياته أو خيبة الامل لفشل في أمرما أو اخفاق أو لم يتعرض للصعوبات والعوائق، الا ان الانسان الواعي والناضج بإمكأنَّه تحويل هذه الصعوبات والعوائق إلى انجاز ونجاح من خلال قوة التحدي التي يمتلكها والتي تمكنه من هزيمة اليأس، والتفاؤل في المستقبل وما يخبئه من فرص جيدة.

وكلما نزداد نضجا ومعرفة، نستطيع ان نغير اقدارنا بقوة التحدي، عندما نغير اتجاهاتنا، اي ان المعاناة التي لا نستطيع ان نتجنبها يمكن ان نحولها إلى نجاح وانجاز.

٤.التعرف على الفروق في العلاقة الإرتباطية بين الحَسرة الوجوديَّة والتوجه نحو المستقبل على وفق متغيري النوع الاجتماعي (ذكور_ اناث) والعمر (55-40) ومن (39-25)

لغرض التحقق من الفروق في العلاقة الإرتباطية بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى موظَّفي الحّشد الشَّعبي تبعا لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور_ اناث) ومتغير العمر من(40-55) قامت الباحثة باستخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل تبعا للمتغيرين كلا على حده، كذلك استخدمت الإختبار الزائي للكشف عن دلالة الفروق في العلاقة بين معاملات الإرتباط اذ بلغ معامل ارتباط الذكور (0.154) والقيمة المعيارية (0.156) اما معامل الإرتباط الاناث فقد بلغ (0.431) والقيمة المعيارية للإناث فقد بلغت (0.448) وهو دال لصالح الاناث، وبلغت القيمة الزائية المحسوبة للنوعين (3.295) وعند مقارنتها بالقيمة الزائية الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (173) تبين أنَّ القيمة الزائية المحسوبة أعلى من القيمة الزائية الجدولية وتشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائيا، بالنسبة لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الاناث اي ان قوة العلاقة بين المتغيرين لدى الاناث اكبر من الذكور.

تعرف الفروق في العلاقة الإرتباطية بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل على وفق متغيري النوع الاجتماعي (ذكور، اناث) والعمر (25-39-40-55)

جدول رقم (21)

المتغيرات			العدد	معامل الإرتباط	القيمية المعيارية	القيمة الزائية		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
الحَسرة الوجوديَّة	التَّوجُّه نحو المستقبل	ذكور	113	0.154	0.156	3.295	1.96	دالة
		اناث	62	0.431	0.448			
		39-25	138	0.204	0.208	2.804	1.96	دالة
		55-40	37	0.585	0.624			

اولاً: متغير النوع الاجتماعي:

من خلال النتائج في الجدول اعلاه تبين أنَّ هناك فروق ذات دلالة احصائية على وفق متغير النوع لصالح الاناث، ويمكن تفسير النتيجة إلى ان الفرد الذي يمتاز بالنضج العقلي بإمكانه تحويل تجاربه المؤلمة ومأساته الشخصية الى انجاز وانتصار فيصبح اكثر اقبالا على الحياة وتوجها نحو المستقبل.

ثانيا: متغير العمر:

لغرض التحقق من الفروق في العلاقة الإرتباطية بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل لدى موظَّفي الحّشد الشَّعبي على وفق متغير العمر(25-39) (40-55) قامت الباحثة باستخراج قيم معاملات ارتباط بيرسون بين الحَسرة الوجوديَّة والتَّوجُّه نحو المستقبل تبعا للمتغيرين كلا على حده، كذلك استخدمت الإختبار الزائي للكشف عن دلالة الفروق في العلاقة بين معاملات الإرتباط اذ بلغ معامل ارتباط العمر (25-39) (0.204)، أمَّا القيمة المعيارية فقد بلغت (0.208) اما الأعمار (40-55) فقد بلغ معامل الارتباط (0.585) اما القيمة المعيارية فقد بلغت (0.624) وبلغت القيمة الزائية المحسوبة لجميع الأعمار(2.804) . وعند مقارنة القيمتين المعياريتين تبين أنَّه

دالة لصالح الأكبر سنا وعند مقارنتها بالقيمة الزائية الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (173) تبين أنَّ القيمة الزائية المحسوبة أعلى من القيمة الزائية الجدولية وتشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائيا، بالنسبة لمتغير العمر لصالح من هم أكبر سنا.

وهنا يعني ان العلاقة بين الحسرة الوجودية والتوجه تكون اقوى ارتباطا لدى من هم اكبر سنا من عينة البحث ويمكن تفسير هذه النتيجة كلما إزداد عمر الانسان، كلما ازدادت تجاربه القاسية في الحياة، وفي الوقت ذاته يزداد وعيه بكيفية العيش في هذا العالم، والتكيف مع الاحداث التي تواجهه، وتزداد احتمالات تمتعه بالحرية في اختيار افضل البدلئل لترقية حياته وتوجهه التوجه الصحيح نحو المستقبل.

الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصلت اليها الباحثة عن طريق تحليل البيانات ومناقشتها استنتجت ما يلي:

١. ان موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا لديهم حسرة وجودية.

٢. ان شريحة موظَّفي الحّشد الشَّعبي من حملة الشَّهادات العليا يتمتعون بالتَّوجُّه نحو المستقبل

٣. العلاقة بين الحسرة الوجودية والتوجه نحو المستقبل لدى الاناث تكون اكبر عند الاناث منها عند الذكور.

٤. توجد فروق ذات دلالية احصائية وفق متغير العمر لصالح الأفراد الأكبر سنا،

التوصيات

١. الاهتمام مؤسسات الحشد الشعبي بتقديم بالبرامج الارشادية التي تسعى إلى تخفيف الحَسرة الوجوديَّة والتي تغرس مشاعر الامل والتفاؤل في نقوس الأفراد.

٢. العمل على اعداد برامج تدريبية تعزز اهمية التَّوجُّه نحو المستقبل لدى عينة البحث وتوضح مهارات التخطيط للمستقبل واهمية وضع الخطط المستقبلية في حياة الأفراد.

٣. تعريف افراد عينة البحث من خلال الورش الحظورية او الافتراضية بمعنى العوامل الوجودية وما تعنيه من قضايا أوسع من حدود الذات وان الحياة رحلة مستمرة على الرغم من وجود الألم والموت والتعاسة مما يؤدي إلى قبول الحياة دون نفور منها أو تجنب لها.

المقترحات

١. إجراء دراسة تجريبية في معرفة اثر العلاج بالمعنى في تخفيف الحَسرة الوجوديَّة.

٢. إجراء دراسات مماثلة في الحَسرة الوجوديَّة على فئات عمرية آخرى.

٣. إجراء دراسة مقارنة في التَّوجُّه نجو المستقبل بين الايتام واقرأنَّهم العاديين.

٤. بناء برنامج ارشادي لتنمية استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في خفض الاثار السلبية للحسرة الوجودية.

٥. إجراء دراسة في التَّوجُّه نحو المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات (بتصنيع الفرص الضائعة ،الصحة النفسية، دافعية الانجاز).

المصادر

المصادر العربية :

القرآن الكريم :

- ارنوط، بشرى اسماعيل احمد، (2013)، التوجه نحو الحياة وعلاقته باظطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقين، مجلة الارشاد النفسي، (٤٥) جامعة الزقازيق.
- الاسدي، زينب عبد الحسين كريم، (2017)، التوجه نحو المستقبل وعلاقته بالانفتاح على الخبرة لدى طابة جامعة القادسية، رسالة ماجستير.
- الانصاري، بدر محمد (1995)، دراسة عالمية للحالات الانفعالية للشباب الجامعي في الكويت بعد الانتماء الاجتماعي وعلاقته بالوهن النفسي والقلق من الصدمات، دار الكتب العلمية للطباعة والنشر، عمان– الاردن.
- التل، سعيد، البطش، محمد وليد، ابو زينة، فريد كامل (٢٠٠٧)، مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الاحصائي، ط١، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الجبوري، مروة عبد العظيم، (٢٠١٧) الفراغ الوجودي وعلاقته باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة النازحين واقرانهم العاديين، رسالة ماجستير.
- جمل الليل، محمد والانديجاني، عبد الوهاب(٢٠١٥) القلق الوالدي وعلاقته بالتفاؤل تجاه مستقبل الابناء الموهوبين بالمرحل المتوسطة من مدينة مكة المكرمة، مجلة التربية الخاصة، العدد (١٠)، مركز المعلومات التربوية والنفسية والبيئية بكلية التربية التربية جامعة الزقازيق، مصر، ٣٠٥_٣٣٨.

ابو حطب، فؤاد، وعثمان، سيد، وصادق، آمال، (2008). التقويم النفسي، الطبعة الرابعة، مكتبة الأنجلو المصرية.

- ابو حلاوة، عبد الرحمن، (2015)، الحسرة الوجودية ماهيتها، العادها، ومحدداتها، وديناميات تشكيلها. الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية، العدد (٣٩).
- ابو حلاوة، محمد سعيد (٢٠٠٧) الطريق الى المرونة النفسية، القاهرة، دار قباء.
- ابو حلاوة، محمد سعيد الجواد (٢٠١٣) الحسرة الوجودية: ماهيتها، ابعادها ومحدداتها وديناميات تشكيلها، المجلد الخامس، العدد الرابع، الجزء الثاني ،مجلة الدراسات التربوية والانسانية، كلية التربية، جامعة دمنهور.
- الخفاف، ايمان عباس علي (٢٠١٣) الذكاء الانفعالي: تعلم كيف تفكر انفعاليا، دار المنهل للنشر والتوزيع، الامارات العربية المتحدة.
- خلاف، هاني عبد المنعم، (١٩٨٦)، المستقبلية والمجتمع المصري، دار الهلال، القاهرة.
- الخولي، سناء (١٩٧٦): الاسرة والحياة العائلية، الاسكندرية، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- الدايني، جبار رشك شناوة، (٢٠٠٩)، مدى مساهمة المقررات الدراسية التأريخية في التوجه نحو المستقبل من وجهة نظر طلبة قسم التأريخ، مجلة الاستاذ، العدد(١٠٣) كلية التربية.ابن الرشد، جامعة بغداد.
- رولو ماي، (١٩٩٣)، البحث عن الذات، ط١، ترجمة: عيد علي الجسماني، عمان، دار الفارسي،
- الزعلان، اياد، (2013)، فكر الهزيمة في العقل العربي، موقع دنيا الرأي،
- الزوبعي، عبد الجليل واخرون، (١٩٨١)، الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، العراق.
- الزبيدي، عماد عبد، (٢٠٢١)، التفكير الانفعالي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة.

- الزيوت، عبد الله احمد، (٢٠٠٩)، الايات التي ذكر فيها لفظ الحسرة في القران الكريم ((دراسة موضوعية بيانية))، بحث منشور.
- سينجر، (2009)، الدور الوسيط للافكار اللاعقلانية في العلاقة بين التوجه نحو المستقبل وكلا من المسؤولية والارجاء الاكاديمي لدى طلبة جامعة الباحة.
- الشايب، عبد الحافظ، (٢٠١٢) اسس البحث التربوي، ط٢، عمان: دار وائل للنشر والتوزيع،
- شلتز، دوان (١٩٨٣) نظريات الشخصية: ترجمة حمد الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطبعة جامعة بغداد.
- عبد الجبار، عبير عبد الستار، وعباس، علي احمد، وعبد زيد، مصطفى سامي، ونوري، غدير علي، (2018)، التوجه نحو الحياة وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية الاداب، بحث تخرج_ كلية الاداب، جامعة القادسية.
- عبد الجبار، عبير، علي احمد، مصطفى سامي، غدير نوري (2018)، التوجه نحو الحياة وعلاقته بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية الاداب، بحث.
- عبد الدايم، عبد الله،(١٩٩٦). التربية في البلاد العربية حاظها ومستقبلها ومشكلاتها من عام ١٩٥٠ _٢٠٠، دار الملايين، بيروت.
- عبد الرحمن، سعد، (٢٠٠٨)، القياس النفسي النظرية والتطبيق.
- عبد الرحمن، محمد السيد (١٩٩٨)، نظريات الشخصية: دار قباء للنشر والتوزيع.
- عبد الغفار، عبد السلام، (١٩٧٣)، في طبيعة الانسان، القاهرة، دار النهضة العربية.
- العزاوي، رحيم يونس، (2008): المنهج في العلوم التربوية، دار دجلة، عمان– الأردن.

- عسلية، محمد ابراهيم، وابو كويك، باسم علي(2018)، القلق الوجودي وعلاقته بفقدان الاستمتاع بمعنى الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة الازهر بغزة، المجلة الدولية التربوية المتخصصة. المجلد (٧)، العدد (٢).
- علام، صالح الدين محمود، (2000)، القياس والتقويم التربوي والنفسي اساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
- علي، قيس محمد (٢٠١٠) علاقة عمل طلاب المرحلة الاعدادية بعد الدوام بأتجاهاتهم المستقبلية، مجلة ابحاث كلية التربية الاسلامية _جامعة الموصل،١٠(٣)، ٢٣_٥١
- علي، ياسمين احمد، (٢٠١٥) دور الدراما التليفزيونية في تشكيل الاتجاهات والتطلعات المستقبلية لدى الشباب.
- عودة، احمد سليمان، وملكاوي، فتحي حسن، (1987)، اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية عناصره ومناهجه، والتحليل الاحصائي لبياناته، مكتبة المنار الزرقاء.
- عوض، عدنان، (2008)، مناهج البحث العلمي، الشركة العربية للتسويق والتوريدات، القاهرة، مصر<
- عيسوي، عبد الرحمن، (١٩٨٥)، القياس والتجريب في علم النفس والتربية، بيروت: دار النهضة العربية للنشر والتوزيع.
- فتحي، نادر قاسم (٢٠١٤) الخصائص السايكو مترية لمقياس لبتوجه نحو المستقبل، مجلة كلية التربية، عين شمس، مصر.
- الفتلاوي، علي شاكر عبد الائمة، (٢٠٠٠) التوجه الزمني وعلاقته بالوجدانات الموجبة والسالبة لدى طلبة جامعة بغداد، كلية التربية، ابن رشد، اطروحة دكتوراه غير منشورة.
- فرانكل، فيكتور (١٩٩٧)، ادارة المعنى اسس وتطبيقات العلاج بالمعنى، ترجمة ايمان فوزي، القاهرة: دار زهراء الشرق للنشر والتوزيع.

- فرانكل، فيكتور، (1982)، الانسان يبحث عن المعنى، ط١، ترجمة، طلعت منصور الكويت، دار القلم.
- قاسم، ناجي محمد، (2008)، الفروق الفردية والقياس النفسي والتربوي، مركز الاسكندرية للكتاب.
- الكناني، لينا علي كاظم، (2012)، الفراغ الوجودي وعلاقته بمعنى الالم لدى المطلقات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- كوبلر، (١٩٧٨)، علم النفس الانساني، ترجمة طلعت منصور واخرون، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- المالكي، مكتوب كتيب مكتوب، (2019)، التوجه نحو المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى.
- كفافي ،علاء الدين واخرون،(٢٠١٠):نظريات الشخصية الارتقاء _النمو– التنوع ، دار الفكر ،ط٣،عمان.الاردن.
- المعموري، جبار، ثاير جبار حميد (٢٠٢١)، تأثير الاسلوبين الارشاديين (دحض الافكار) و(العلاج بالمعنى) في خفض الحسر الوجودية لدى طلاب الجامعة.
- معوض، محمد عبد التواب، ومحمد، سيد عبد العظيم، (٢٠١٢) العلاج بالمعنى: النظريات، الفنيات، التطبيق، القاهرة، دار الفكر العربي، الطبعة الاولى.
- ملحم، سامي محمد (٢٠١٠)، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط٦، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- منسي، محمود عبد الحليم، صالح، احمد، (٢٠٠٧) التقويم التربوي ومبادئ الاحصاء، مركز الاسكندرية للكتاب.

- المنشاوي، عادل (٢٠١٣) التوجه نحو المستقبل لدى ذوي المستويات المختلفة في التنظيم الذاتي والامل عند الطلاب المتعلمين، مجلة كلية التربية، جامعة دمنهور، الجزء الاول.
- منصور، محمد ابراهيم، (2016)، توطين الدراسات المستقبلية في الثقافة العربية، الاهمية، والصعوبات، والشروط، مكتبة الاسكندرية، وحدة الدراسات المستقبلية.
- ابن منظور، (2005)، لسان العرب، المجلد الثاني (ح س ر)، تحقيق: عامر احمد حيدر، بيروت، دار الكتب العلمية.
- النجار، فايز جمعة، النجار، نبيل جمعة، الزعبي، ماجد راضي، (2010)، اساليب البحث العلمي منظور تطبيقي، الطبعة الثانية، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان– الاردن.
- نوفل، نبيل (١٩٩٧): رؤى المستقبل، المجتمع والتعليم في القرن الحادي والعشرين، المجلة العربية للتربية والثقافة والعلوم، تونس.
- الامام، مصطفى محمود وعبد الرحمن، انور حسين والعجيلي، صباح حسين.(١٩٩٠).التقويم والقياس.
- الضامن، منذر.(٢٠٠٩) اساسيات البحث العلمي .ط٢.عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الرشيدي، بشير(٢٠٠٠). مناهج البحث التربوي .دار الكتب الحديث.الكويت.
- فرج ، صفوت.(١٩٨٠).القياس النفسي. الطبعة الاولى.دار الفكر العربي .القاهرة.
- الكبيسي، وهيب مجيد.(٢٠١٠) الاحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية. الطبعة الاولى، العالمية المتحدة. بيروت _لبنان.
- عودة، احمد سليمان.(١٩٩٢): القياس والتقويم في العملية التدريسية .ط٢،دار الامل للنشر والتوزيع، اربد الاردن.

المصادر الأجنبية

- Adams، G. S . (1964) . Measurement and Evaluation in Education Psychology and Guidance، New York.
- and existential guilt.
- Anstasi، A. (1976): Psychological testing macmillan، New york.
- Barg، W.R (1976) .Applying Educational Research A Practical Guide four teachers، New York
- Bauer،I.، Carsten، W. & Jobin، J. (2008) .I'm better off than most other people; The role of social compar ison for coping with regret in young adulthood and old age، psychology and Aging، Vol 23(4)، 800_811.
- Cappeliez & O'R ourke (2002). Personality traist and existential concerns as predictors of the functions of reminiscence in older adults. Journal of Gerontology، 57(2); pp; 116_23.
- Chiu،Fa_Chung ((Fit Between Future Thinking And Future Orientatation On Creative Imagination. ((Thinking Skills and Creativity، 2012. p.p 1_11 .Available at; Sci Verse science Direct.
- Coricelli، G.، Critchley، H.D،. Joffily، M.، O، Doherty، J.P.، Sirigu، A.، & Dolan، R.J. (2005). Regret and its avoidance;

a neuroimaging study of choice behavior. Natureneuroscience، 8(9)، 1255-1262.

- Cox، M(1998)) Remorse and Reparation. kingsley، Jessica pyblishers.
- David passig، (2001); Future _Time _span A as a cognitive skill in Future studies journal of Future research.
- Ebel، R.L. (1972). Essentials of educational measurement، second Edition، New Jersy، prentise hall، U.S.A.
- Ebel,R,I,Frasble,D.A,1991:Essentials of Educational measurement ,University of,iowa ,prentice Hall of india private limited new delhil.
- Fioyd، Kelly N. (2011). the role of Rumination in posttraumatic Growth. Dal_B.

_

- Frankl، V.E. (1969). The Will to Meaning. Washing. Washington Square press; New York، NY.
- Frankl، V.E. (1973). The Doctor and the Soul; From Psychotherapy to Logotherapy. New York; Vintage Books.
- Frankl، V، E.(1964) ;Mans Search for Meaning; An introduction to Logo therapy .london; odder and Stoughton.
- Frankl، VE. (1994) Logotherpy und Existenzanalyse. (logotherpy and Existential analysis). Munchen.. Quintessenz.

- Franl، V.E. (1969); the will to meamimg: Foundations and applications of logotherapy .new York; the World publishing company.
- Gollwitzer. M. Meder، M، & schitt، M.(2011). what gives victims satisfaction when they seek revenge European?**European Journal of social Psychology** ا ، 41، 364_374.
- Irani Williams، F. Campbell، C، Mc Cartney، W .& Gooding. C.(2013) Leader derailment; the impact of self.defeting behaviors، Leaderships & Organization Development Journal. 34(1)، 85.97.
- Journal of Humanistic psychology، 44، 58_70.
- Katherine Hurst، (2018): How to Forgive Yourself: 7 techniques For Self Forgiveness، Law of Attraction Community
- Kelly، G (1950); The psychology of personal constructs، Lawerence، w، c، New york.
- Kelly,G,(1995):The psychology of personal Constructs ,Lawerence ,WC, New york.
- Landman، G. (1987)، Regret and Elation following Action and Inaction: Affective Responses to positive versus Negative Outcomes. pers soc psychol Bull، 13(4).

- Lantz، J.E& Harper، K. (1989). Network intervention، existential depression، and the relocated Appalachian family. Contemporary family Therapy، 11(3)، 213-223.
- Levinsond J.، Darrow، E. klein، M. Levinson، H & Mckee، B. (1978). the seasons of a man s life .new York: Knopf.
- Levy، N، B، (2011)، the yalom Reader: selections from the work of master therapist and storyteller. the American Journal of psychiatry، 158 (4) ،.
- Yalom,I.D.(1980).Existential psychotherapy .New Yok:Basic Books.
- Lucas، M.(2004). Existential regret: Acrossroads of existential anxiety .
- Mannarino، Elaison Rubin (2007). Regret Therapy; coping with Death and end of Life Issues، In، Adrian Tomer، Grafton T.Eliason، paul T.P. Wong (Eds.،)، Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes، pp.317_342، Lawrence Erlbaum Associates، Inc. New Jersey.
- Mansfiled، C. (2010); Motivating، adolescent; Goals for Australian Journal o Educational & Developmental psychology. Vol.10.pp 44_55.
- Mansfiled، C، (2010); Motivating adolescents; Goals for Australian students in secondary schools، Australian Journal oEducational & Developmental Psychology. vol.10، pp.44_55.

- Mello ,Z.R,(2001):Tomorrows Forecast :Future orientation as aprotective Factor among low_ income African American Human Develop ment and Family Stdudies.
- Nannally، K.(1970)، Introducti onto psyshoological measurement.
- Reker G.T.، parker J. D.A. (1999) Existen regret، conceptualization and measurement. Unpublished manuscript، Trent، Univercity، Peterborough، Ontario، Canada.
- Schlenker، Barry، & Darby، Bruce (1981). theUse of Apologies in social predicaments. social psychology Quarterly، 44(3)، 271_278.
- Seligma، M (1991). Leamed Optimism: the skill to counter lifts obstacles large andsmall. York: Random House.
- Steiner C. & Reisinger، y. (2006). UNDERSTANDING EXISTENTIAL AUTHENTICITY، Annals of Tourism research، Vol. 33، No. 2،pp.299-318.
- Tomer، A، Eliason، G.T.(2008b). Regret and Death Attitudes. In A. Tomer، G.T. Eliason P .T .P. Wong (Eds.)، Existential and Spiritual Issues in Death attitudes (pp.7-37). New york: Lawrence Erlbaum Associates.
- Trommsdorff، G، (1992); future time p espective and control orientaition.

- Van Dijk، E.، Zeelenberg، M.(2005). On the Psychology of "if only": Regret and the comparison between factual and counterfactual outcomes. Organizational Behavior and Human Decision processes، 97 (2)، 152-160 VALIDATION OF THE MULTIDIMENSIONAL EXISTENTIAL Regret inventor (Meri) .poster presented .
- White_ Truckle، S. M.& Reker، G، T .MEASURING EXISTENTIAL REGRET IN OLDER ADULTS; THE DEVELOPMENT AND .
- White_Truckle، S.M. & Reker.G.T (2007): Measuring Existential regret in older adults: the development and validation of the multidimensional existential regret in ventory (MERI) poster presented at the 63 rd Scientific Meeting of the Gerontological Society of America ،Atlanta،Georgia.
- Yalom، I. D. (1980). Existential psychotherapy. New york: Basic Books.
- Zeelenberg، M.، & pietrs، R (1999). Comparing service delivery to what might have been; Behavioral responses to disappointment and regret. Jouranl of Service Research، 2، 86_97.
- Zeelenberg، M.، & van Dijk، E. (2004) on the comparative nature of the emotion regret. In the psychology of.
- Gilovich,T.,Medvec ,V.&Chen ,s.(1995).Omission ,commissi on,and dissonance reduction .Overcoming regret in the

Monty Hall problem .**personality and Social Psychology Bulletin**,21,182_190.

- Pieterse ,A.(2005).The relationship between time perspective and career maturity for grade 11 and 12 learners .Journal of Educational psychology,45,43_69.
- Kelly ,G (1950):_**The psychology of personal constructs** ,Lawerence ,w.c, New york.
- Tomer,A,.& Eliason ,G.T.(2008b).Regret and Death Attitudes.InA.Tomer,G.T.Eliason& P.T.P. Wong (Eds.),Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes (pp.159_172).New York:Lawrence Erlbaum Associates.
- Yalom,I.D.(1980).Existential Psychotherapy .New York:Basic Books.
- Landman,J.(1993).Regret.The Persistence of the possible.New York:Oxford University press.
- Zeelenberg,M.,& Pieters,R.(1999).Comparing service delivery to what might have been:Behavioral responses to disappointment and regret.Journal of Service Research,2,86-97.

الملاحق

ملحق (١) كتاب تسهيل المهمة

Republic of Iraq
Ministry of Higher Education
and Scientific Research
University of Kerbala
Department of Postgraduate Studies

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة كربلاء
قسم الدراسات العليا

Issue No :
Date :

العدد: ع/د.ع/ 1423
التاريخ: 2021/3/25

هيئة الحشد الشعبي
المديرية العامة
للعلاقات / خدمات الاجتماعية
الوارد
العدد: ١٣١٤
التاريخ ٢٠٢١/٣/٢٣

م ٤٦٥٥
٢١/٣

الى/ هيئة الحشد الشعبي

مديرية العلاقات والخدمات الاجتماعية العامة

تحية طيبة ...

يرجى تسهيل مهمة طالبة الدراسات العليا/ ماجستير(ميامين مهدي حسن) في كلية التربية للعلوم الانسانية/ قسم العلوم التربوية والنفسية لغرض المراجعة والحصول على البيانات المطلوبة لغرض اكمال متطلبات بحثها.

للتفضل بالاطلاع واجراء اللازم.. مع التقدير

أ.د نجم عبد الحسين نجم

مساعد رئيس الجامعة للشؤون العلمية وكالة

2021/ ٣ / 25

الوارد
الوثائق

العنوان: العراق - كربلاء - المدينة الجامعية - فريحة- ص.ب 1125
Address: Iraq - Kerbala - University City - Fraiha-P.O.Box 1125
E-mail:postgraduate.v@uokerbala.edu.iq

ملحق (٢) أسماء الأساتذة المحكمين مرتبة حسب اللقب العلمي أولاً وحسب الحروف الهجائية ثانياً

ت	الاسم واللقب العلمي	التخصص	مكان العمل
١-	أ.د خالد ابراهيم الفخراني	الارشاد والعلاج النفسي	جامعة طنطا – كلية الاداب – مصر
2-	أ.د سهيلة عبد الرضا عسكر	علم النفس الشخصية	جامعة المستنصرية - كلية التربية
3-	أ .د علي جراد يوسف العبودي	طرائق عامة	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
٤-	أ.د علي صكر جابر الخزاعي	علم النفس التربوي	جامعة القادسية – كلية التربية
٥-	أ.د علي عودة الحلفي	علم النفس العام	مركز البحوث النفسية
٦-	أ.د مهند محمد عبد الستار	علم النفس التجريبي	جامعة ديالى – كلية التربية الاساسية
٧-	أ.م.د حاسم أحمد الجزار	علم النفس الارشادي	جامعة الامام سعود – كلية التربية
٨-	أ.م.د حوراء عباس كرماش	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية الاساسية
٩-	أ.م .د سيف محمد رديف	صحة نفسية	مركز البحوث التربوية والنفسية
١٠-	أ.م.د صبري بردان الحياني	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة الكوفة - كلية التربية
11-	أ.م.د علي عباس اليوسفي	علم نفس التربوي	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
12-	أ.م.د فاطمة ذياب السعدي	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء - كلية التربية للعلوم الانسانية
13-	أ.م.د محمد عباس محمد	علم النفس التربوي	جامعة بغداد- مركز البحوث التربوية والنفسية
14-	أ.م.د باسم فارس الغانمي	الصحة النفسية	جامعة الكوفة_ كلية التربية للبنات
15	أ.م.د مناف فتحي عبد الرزاق	علم النفس النمو	جامعة كربلاء- كلية التربية للعلوم الانسانية
١٦	أ.م.د هشام مهدي كريم	علم النفس التربوي	جامعة القادسية – كلية التربية
١٧	أ.م.د عبد عون	الارشاد النفسي والتوجيه التربوي	رئيس قسم رياض الاطفال – الكلية المفتوحة

-18	أ.م أشرف موفق فليح	علم النفس السريري	جامعة بغداد- كلية التربية - إبن رشد
-19	أ.م الاء جميل صالح	علم النفس النمو	جامعة الكوفة_ كلية التربية للبنات
-20	د. حسين موسى الجبوري	القياس والتقويم	مديرية تربية بابل

ملحق رقم (٣) مقياس الحسرة الوجودية بصيغته الاولية

جـــــــــــــامـــــــــعـــــــــة كربلاء

كـــــلية التربية للعلـــــوم الانســـــانية

قسم العلـــــوم التربوية و النفـــسية

الدراســات العـــــــليا – ماجستير

م/ استبانة أراء المحكمين لمقياس الحسرة الوجودية

الأستاذ الدكتور..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

تروم الباحثة اجراء دراستها الموسومة بـ (الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا) ولتحـقيق أهـــــــداف الدراســـــــة تبنـــــت الباحـــــثة مقـــــــــــياس وايت،وريكر(2007 , Reker &) . الذي تم بناؤه بالاعتماد على النظرية الوجودية لـ (Victor Frankle) لقياس الحسرة الوجودية وقد عرف فرانكل (Frankle,1969) الحسرة الوجودية بأنها : (تركيب نفسي يتضمن ابعاداً متفاعلة فيما بينها (الصراع الداخلي ، محدودية الخبرة ، إهمال الاخرين ، تأنيب الذات، الانفصال عن الماضي ، وترتبط هذه الأبعاد مع بعضها البعض لتكون بمجملها حالة الحسرة الوجودية والتي تسبب التألم والضيق الانفعالي الموهن لإرادة الحياة) (White & Reker ,2007,p12) ،والذي تمت ترجمته وتكييفه الى البيئة العربية من قبل (المعموري،٢٠٢١) ونظرا لما تتمتعون به من خبرة علمية ودراية يرجى إبداء ملاحظاتكم القيمة على مدى صلاحية الفقرات والبدائل واجراء التعديلات خدمة للبحث العلمي

(تقبلوا وافر احترامي وتقديري)

المشـــــــــــــــــرف : الباحثـــــــــــــــــــة

أ. د أحمد عبد الحسين الازيرجاوي ميامين مهدي حسن

اولا: الصراع الداخلي :- وهو حالة من الصراع الداخلي المعرفي و الانفعالي تستهدف تحقيق غرضين اساسيين الأول التخلص من الماضي واحداثه و الابتعاد عنه ، و الثاني الاقبال على الحياة بإرادة وتفهم الغرض منها ويمثل هذا البعد بالفقرات الأتية :

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١	أنزعج كثيراً بشأن حقيقة أنني لا أستطيع تغيير الماضي.			
٢	غالبًا ما أكون متزناً عند التفكير في صراعاتي التي لم تُحَل.			
٣	أجد نفسي أعيش في الماضي بدلاً من المستقبل.			
٤	أواجه كثيراً حالة من الفوضى واليأس الداخليين.			
٥	تتزاحم أفكاري حول الماضي كثيراً مع حياتي اليومية ونشاطاتي.			
٦	لا أستطيع الامتناع عن التفكير في ما يمكن أن يكون.			
٧	أشعر بفراغ كبير في حياتي.			
٨	أواجه صعوبة في رؤية بدائل جديدة في الحياة.			
٩	يتعذر عليَّ الوثوق بنفسي بقدر كافٍ لأتخذ القرار الصحيح.			
١٠	على الرغم من كل الأشياء التي لم أفعلها في حياتي ، أجد أنه من			

	الهين المضي قدماً.			
١١	أخشى اتخاذ خيارات في المستقبل ؛ لأنني لا أريد أن أخذل نفسي مرة أخرى.			

ثانيا: محدودية الخبرة:- وتتمثل بالجمود و الاستسلام والافتقار الى الرغبة في تحقيق اي هدف في الحياة او اكتشاف الفرص والبدائل، وهنا يسيطر على الانسان الشعور بالفشل وتجنب المخاطر مع الميل الى التقويم السلبي للوقائع والاحداث الماضية واحساس عام بعدم الكفاية الشخصية ويمثل هذا البعد بالفقرات الأتية:

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١٢	أظنُ أنني عملتُ أفضل ما في حياتي.			
١٣	لا يمكنني أن أجد سببًا وجيهاً لإخفاقي في تحقيق الأهداف المهمة في حياتي.			
١٤	أتأسف لعدم اغتنام الفرص لاكتشاف كل ما تقدمه الحياة.			
١٥	أشعر أنني أغفلت إمكاناتي الخاصة.			

ثالثا: اهمال الاخرين :- وهي حالة من التألم الانفعالي الناتج عن ادراك الانسان أنه قصر في الوفاء بالتزاماته تجاه الاخرين بخاصة مع الاسرة و الاصدقاء ويمثل هذا البعد بالفقرات الاتية:

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١٦	أشعر أنني أغفلت الاشخاص المهمين في حياتي.			
١٧	أتمنى لو قضيت المزيد من الوقت والطاقة مع أحبائي.			
١٨	أنا متأسف لعدم تحمل مسؤولية أكبر لمساعدة الآخرين المحتاجين.			
١٩	أشعر بالاستياء من ذاتي لفشلي في مساعدة أسرتي و الاقتراب منها و الانخراط فيها.			
٢٠	أشعر أنني عجزت عن الوفاء بمسؤولياتي تجاه الآخرين.			
٢١	أشعر بعدم الرضا ؛ لأني خذلت اشخاصاً في الماضي.			
٢٢	أشعر أنني أخفقت في خلق علاقات إيجابية مع الآخرين.			
٢٣	أشعر بالامتعاض والسخط من ذاتي لعدم الوفاء باحتياجات الأسرة أو الأصدقاء أو الآخرين في حياتي.			

رابعا: تأنيب الذات :- ويتضمن الشعور بالذنب وعدم التوقف عن لوم الذات وانتقادها لتفويت فرص إرضائها وتجويد نوعية الحياة الشخصية والعجز عن فهم مسوغات الاختيارات و القرارات الخاطئة ، ويمثل هذا البعد بالفقرات الاتية :

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
٢٤	أجد صعوبة في فهم سبب تعثري عند اتخاذ خيارات معينة في			

	حياتي.			
٢٥	أعاتب نفسي كثيراً لاتخاذها قرارات في الماضي دون التفكير في كيفية تشكيل حياتي في وقت لاحق.			
٢٦	يزعجني أن أدرك أنني قد اتخذت خيارات في الحياة دون الاستماع إلى نفسي.			
٢٧	أعاتب نفسي عن الفرص الضائعة.			
٢٨	أتأمل دوماً خياراتي السابقة.			
٢٩	أنتقد نفسي كثيرا لعدم عيش الحياة التي أردت.			
٣٠	أشعر بالذنب كثيراً لإخفاقي في التخطيط للأهداف و متابعة فرص الإنجاز.			

خامسا: الانفصال عن الماضي:- حالة من الشعور باستحالة الفكاك من أسر الماضي فضلاً عن التألم الشديد لاعتقاده بأنه كان يمتلك القدرة على التصرف بصورة افضل واتخاذ القرارات والافعال الايجابية الاكثر جدوى أو نفعاً ، ويمثل هذا البعد بالفقرات الاتية:

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
٣١	لا أرغب في تغيير أي شيء من ماضي.			
٣٢	أشعر أن الأمور ستكون أفضل لي لو أني استفدت من بعض			

	الفرص التي أتيحت لي في الماضي			
٣٣	رغبت أن أنفذ اموراً أكثر في حياتي الماضية.			
٣٤	لو أمكنني أنْ أعيش حياتي مرة أخرى ، فسأعيشها بطريقة مختلفة.			
٣٥	أشعر بالقيود دوماً بسبب خياراتي السابقة.			

ملحق رقم (٤)مقياس الحسرة الوجودية بصيغته النهائية

جـــــــــــــامـــــــعـــــــة كربلاء

كـــــلية التربية للعلـــــوم الانســـــانية

قسم العلـــــوم التربوية و النفـــسية

الدراســات العـــــــليا – الماجستير

تحية طيبة ...

لأغـراض خاصـة بالبحـث العلمـي تضـع الباحثـة بـين يـديك مجموعـة مـن الفقـرات التـي تعبـر عـن استجاباتكم المحتملة ، راجية منكم الصدق والموضوعية في الإجابة عليها ؛ وتود الباحثـة أن تـذكركم بأنَّ الإجابة على تلك الفقرات لا تعني انك مصيب أو مخطـئ فأفضـل جـواب لـك هـو الـذي يعبـر عـن موقفك فعلا" ، لذلك يرجى قراءة كل عبارة بتأنٍ والنظر الى مدى انطباق محتواها عليك من خـلال اختيار ما يعبر عن أحسن وصف لك من بين البدائل الخمسة الموضوعة أمام كل فقرة . وان المقيـاس اعد لغرض البحث العلمي حصرا، ولا داعي لذكر الاسم يكفـي ذكـر النـوع الاجتمـاعي (ذكـر ،انثـى) والعمر

مع فائق الشكر والامتنان.

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي
١	أقلق بشأن حقيقة أنني لا أستطيع تغيير الماضي.					
٢	أكون متزناً عند التفكير في صراعاتي التي لم اجد لها حلا.					
٣	أجد نفسي أعيش في الماضي بدلاً من المستقبل.					
٤	أواجه كثيراً حالة من الاضطرابات واليأس الداخليين.					
٥	تتزاحم أفكاري حول الماضي مع حياتي اليومية ونشاطاتي.					
٦	يشغلني التفكير معظم الوقت في ما يمكن أن يكون.					
٧	أشعر بفراغ كبير في حياتي.					
٨	أواجه صعوبة في رؤية بدائل جديدة في الحياة.					
٩	يتعذر عليَّ الوثوق بنفسي بقدر كافٍ لأتخذ القرار الصحيح.					
١٠	على الرغم من كل الأشياء التي لم أفعلها في حياتي ، الا انني اجد من السهل المضي قدماً.					
١١	أخشى اتخاذ قرارات في المستقبل ؛ لأنني لا أريد أن أخذل نفسي					

	مرة أخرى.					
١٢	أظنُ أنني عملتُ أفضل ما في حياتي.					
١٣	لا يمكنني أن أجد سببًا وجيهاً لإخفاقي في تحقيق اهدافي.					
١٤	أتأسف لعدم اغتنام الفرص لاكتشاف كل ماهو موجود في الحياة.					
١٥	أشعر أنني أغفلت إمكاناتي الذاتية					
١٦	أشعر أنني أغفلت الاشخاص المهمين في حياتي.					
١٧	أتمنى لو قضيت المزيد من الوقت والراحة مع أحبائي.					
١٨	أنا متأسف لعدم تحمل مسؤولية أكبر لمساعدة الآخرين المحتاجين.					
١٩	أشعر بالاستياء من ذاتي لفشلي في مساعدة أسرتي و الاندماج معهم.					
٢٠	أشعر أنني عجزت عن الوفاء بمسؤولياتي تجاه الآخرين.					
٢١	أشعر بعدم الرضا لأني خذلت اشخاصاً في الماضي.					
٢٢	أشعر أنني أخفقت في بناء علاقات إيجابية مع الآخرين.					
٢٣	أشعر بالامتعاض والسخط من ذاتي لعدم الوفاء باحتياجات الأسرة أو المقربين.					

٢٤	أجد صعوبة في فهم سبب تعثري عند اتخاذ خيارات معينة في حياتي.					
٢٥	أعاتب نفسي لاتخاذي قرارات في الماضي دون التفكير في نتائج تلك القرارات في المستقبل.					
٢٦	يزعجني أن أدرك أنني قد اتخذت قرارات في حياتي دون التأني ومشاورة عقلي.					
٢٧	أعاتب نفسي عن الفرص الضائعة.					
٢٨	أتأمل وافكر في قراراتي الماضية					
٢٩	أنتقد نفسي لعدم عيشي الحياة التي كنت مخطط لها.					
٣٠	أشعر بالذنب لإخفاقي في التخطيط للأهداف و متابعة فرص الإنجاز.					
٣١	جل ما يؤلمني هو استحالة التغيير لأي شيء من الماضي					
٣٢	أشعر أن الأمور ستكون أفضل لي لو أني استفدت من بعض الفرص التي أتيحت لي في الماضي					
٣٣	رغبت في تنفيذ اموراً أكثر في حياتي الماضية.					
٣٤	لو أمكنني أنْ أعيش حياتي مرة أخرى ، فسأعيشها بطريقة مختلفة.					

٣٥	أشعر بأنني مقيدة بقراراتي السابقة.					

ملحق رقم (٥) مقياس (الحسرة الوجودية) بعد اجراء التحليل الاحصائي

جـــــــــــامـــــــعـــــــة كربلاء

كـــــلية التربية للعلـــــوم الانســـــانية

قسم العلـــــوم التربوية و النفـــسية

الدراســات العـــــــليا – الماجستير

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي
١	أقلق بشأن حقيقة أنني لا أستطيع تغيير الماضي.					
٢	أكون متزناً عند التفكير في صراعاتي التي لم اجد لها حلا.					
٣	أجد نفسي أعيش في الماضي بدلاً من المستقبل.					
٤	أواجه كثيراً حالة من الاضطرابات واليأس الداخليين.					
٥	تتزاحم أفكاري حول الماضي مع حياتي اليومية ونشاطاتي.					
٦	يشغلني التفكير معظم الوقت في ما يمكن أن يكون.					

٧	أشعر بفراغ كبير في حياتي.					
٨	أواجه صعوبة في رؤية بدائل جديدة في الحياة.					
٩	يتعذر عليَّ الوثوق بنفسي بقدر كافٍ لأتخذ القرار الصحيح.					
١٠	على الرغم من كل الأشياء التي لم أفعلها في حياتي ، الا انني اجد من السهل المضي قدماً.					
١١	أخشى اتخاذ قرارات في المستقبل ؛ لأنني لا أريد أن أخذل نفسي مرة أخرى.					
١٢	أظنُ أنني عملتُ أفضل ما في حياتي.					
١٣	لا يمكنني أن أجد سببًا وجيهاً لإخفاقي في تحقيق اهدافي.					
١٤	أتأسف لعدم اغتنام الفرص لاكتشاف كل ماهو موجود في الحياة.					
١٥	أشعر أنني أغفلت إمكاناتي الذاتية					
١٦	أشعر أنني أغفلت الاشخاص المهمين في حياتي.					
١٧	أتمنى لو قضيت المزيد من الوقت والراحة مع أحبائي.					
١٨	أنا متأسف لعدم تحمل مسؤولية أكبر لمساعدة الآخرين المحتاجين.					

١٩	أشعر بالاستياء من ذاتي لفشلي في مساعدة أسرتي و الاندماج معهم.					
٢٠	أشعر أنني عجزت عن الوفاء بمسؤولياتي تجاه الآخرين.					
٢١	أشعر بعدم الرضا لأني خذلت اشخاصاً في الماضي.					
٢٢	أشعر أنني أخفقت في بناء علاقات إيجابية مع الآخرين.					
٢٣	أشعر بالامتعاض والسخط من ذاتي لعدم الوفاء باحتياجات الأسرة أو المقربين.					
٢٤	أجد صعوبة في فهم سبب تعثري عند اتخاذ خيارات معينة في حياتي.					
٢٥	أعاتب نفسي لاتخاذي قرارات في الماضي دون التفكير في نتائج تلك القرارات في المستقبل.					
٢٦	يزعجني أن أدرك أنني قد اتخذت قرارات في حياتي دون التأني ومشاورة عقلي.					
٢٧	أعاتب نفسي عن الفرص الضائعة.					
٢٨	أتأمل وافكر في قراراتي الماضية					
٢٩	أنتقد نفسي لعدم عيشي الحياة التي كنت مخطط لها.					
٣٠	أشعر بالذنب لإخفاقي في التخطيط للأهداف و متابعة فرص الإنجاز.					

٣١	جل ما يؤلمني هو استحالة التغيير لأي شيء من الماضي					
٣٢	أشعر أن الأمور ستكون أفضل لي لو أني استفدت من بعض الفرص التي أتيحت لي في الماضي					
٣٣	رغبت في تنفيذ اموراً أكثر في حياتي الماضية.					
٣٤	لو أمكنني أنْ أعيش حياتي مرة أخرى ، فسأعيشها بطريقة مختلفة.					
٣٥	أشعر بأنني مقيد بقراراتي السابقة.					

ملحق رقم (٦) مقياس التوجه نحو المستقبل بصورته الاولية

جـــــــــــــامـــــــعـــــــة كربلاء

كـــــلية التربية للعلـــــوم الانســـــانية

قسم العلـــــوم التربوية و النفـــسية

الدراســات العـــــــليا – الماجستير جامعة كربلاء

استبانة أراء المحكمين لمقياس التوجه نحو المستقبل

الأستاذ الدكتور.....المحترم

تحية طيبة ....

تروم الباحثة إجراء دراسة موسومه بـــــ (الحسرة الوجودية وعلاقتها بالتوجه نحو المستقبل لدى موظفي الحشد الشعبي من حملة الشهادات العليا)

ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس **التوجه نحو المستقبل** (الاسدي، ٢٠١٧) الذي اعتمد على نظرية "جورج كيلي" التي عرفت التوجه نحو المستقبل بانه (قدرة الفرد المتمثلة بالتنبؤ مع التأكيد على اهمية الاستعداد والتخطيط للمستقبل عبر ارادة الفرد في تحديد المصير واتخاذ القرار)

وبناءً على ذلك وضعت أمام كل فقرة (خمس بدائل): (تنطبق عَلَيَّ دائما، تنطبق َعلَيَّ غالبا، َتنطبق علَيَّ أحيانا، تنطبق َعلَيَّ نادرا، لا تنطبق عَلَيَّ).

ونظرا لما تتمتعون به من خبره علمية ودراية يرجى إبداء ملاحظاتكم القيمة على مدى صلاحية الفقرات والبدائل واجراء التعديلات خدمة للبحث العلمي.

(تقبلوا وافر احترامي وتقديري)

اسم المشرف: أ.د احمد عبد الحسين الازيرحاوي اسم الباحثة : ميامين مهدي حسن

القدرة على التنبؤperdict ability :

جملة من العمليات التي يقوم بها الشخص والتي توجهه نفسيا نحو الطرائق التي يتوقع فيها الاحداث

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١	اشعر باني سأفقد جاذبيتي مستقبلا			
٣	اتنبأ دائما بما يحدث لي في المستقبل			
٤	اتوقع ان حياتي تصبح مزدهرة في المستقبل			
٥	يبدو لي المستقبل قد يكون غامضا			
٦	اتوقع ان احقق معظم الاهداف التي ارغب فيها في المستقبل			
٧	اشعر ان دراستي مصدر ضمان اقتصادي للغد			
٨	اتوقع اني سوف اتغلب على مشكلاتي الحياتية			

	في المستقبل			
٩	يبدو اني سأفشل في حياتي المستقبلية			
١٠	ارى ان القرارات التي سأتخذها ستكون صحيحة وفاعلة			
١١	اتنبأ بحدوث اصلاحات كبيرة في حياتي المستقبلية			

٢-التخطيط للمستقبل (planning for the future) :وضع الخطط من خلال السعي للوصول الى نقطة محددة الملامح وتحديد الهدف للوصول الى نقطة محددة الملامح وتحيدي الهدف للوصول الى النجاح الذي يطمح الفرد الى تحقيقه ويعتمد ذلك على الجهود والترتيب المسبق لكل خطوة يقوم بها الفرد

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
١٢	اعيش حياتي يوما بيوم ولا افكر في الغد			
١٣	اخطط لكل نشاط سوف انجزه مستقبلا			
١٤	يكفيني ما احصل عليه الان ولا اطمح الى المزيد بالمستقبل			
١٥	ان ما افكر به هو خطط الغد ومستلزماته			

١٦	اخطط حتى ادخر مصروفي اليومي من اجل تنظيم حياتي في المستقبل			
١٧	اقوم بالتخطيط لأنشاء مشروع جديد يفيدني مستقبلا			
١٨	اخطط لأكمال دراستي مستقبلا			
١٩	اضع خطط جيدة لتجنب الفقر مستقبلا			

٣-الارادة الحرة free will (حرية الفرد في اتخاذ القرارات وتحديد المصير وعدم التقيد بخبرات الطفولة والمراهقة او أي مرحلة عمرية معينة)

ت	الفقرة	صالحة	غير صالحة	الملاحظات
٢٠	اشعر بثقة عالية في اتخاذ قراراتي مستقبلا			
٢١	امتلك ارادة كاملة تجعلني اتجاوز مشكلاتي الحياتية الماضية			
٢٢	افضل الاعتماد على قدراتي في المستقبل			
٢٣	المستقبل يعني لي هو انعكاس لخبرتي الماضية واعادة لصورتها			
٢٤	اشعر ان حياتي مقيدة بالماضي ولا مستقبل			

	ينتظرني			
٢٥	اجد ان الواقع هو الذي يقرر ما يجب فعله			
٢٦	افكر ان اعيش الحاضر بعيدا عن المستقبل			
٢٧	اشعر بأنني قادر على فعل اي شي اطمح له في المستقبل			
٢٨	اخشى عدم تحقيق اهدافي في الحياة كون العادات والتقاليد تحكمني			
٢٩	توجد لدي اساليب عديدة لأتخلص من اي مأزق في حياتي			
٣٠	استطيع ان امنع تدخل الاخرين في تقرير مصيري			
٣١	اتصرف بشكل طبيعي بدون قيود			
٣٢	يجب ان اقرر مستقبلي بمفردي			

ملحق رقم (٧) مقياس التوجه نحو المستقبل لعينة التحليل الاحصائي

جامعة كربلاء

كلية التربية للعلوم الانسان

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا_ الماجستير

تحية طيبة ...

لأغراض خاصة بالبحث العلمي تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن استجاباتكم المحتملة ،راجية منكم الصدق والموضوعية في الاجابة عليها ، كما ترجو الباحثة قراءة كل عبارة بتأن والنظر الى مدى انطباق محتواها عليك من خلال اختيار ما يعبر عن احسن وصف لك من بين البدائل الخمس الموضوعة امام كل

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق

فقرة .وان المقياس اعد لأغراض البحث العلمي حصرا ،ولا داعي لذكر الاسم ،يكفي فقط ذكر النوع الاجتماعي والعمر

١	اشعر بأني سأفقد جاذبيتي مستقبلا					
٢	اعتقد بأن هناك فرص كثيرة تنتظرني في المستقبل					
٣	أتنبأ دائما بما سيحصل لي في المستقبل					
٤	اتوقع ان حياتي ستصبح مزدهرة في المستقبل					
٥	يبدو لي المستقبل قد يكون يكون غامضاً					
٦	اتو ان احقق معظم الاهداف التي ارغب فيها في المستقبل					
٧	اشعر ان دراستي مصدر ضمان اقتصادي للغد					
٨	اتوقع اني سوف اتغلب على مشكلاتي الحياتية في المستقبل					
٩	يبدو اني سافشل في حياتي المستقبلية					
١٠	ارى ان القرارات التي ساتخذها ستكون صحيحة وفاعلة					
١١	اتنبأ بحدوث اصلاحات كبيرة في حياتي المستقبلية					
١٢	اعيش حياتي يوما بيوم ولا افكر في الغد					
١٣	اخطط لكل نشاط سوف انجزه مستقبلاً					
١٤	يكفيني ما احصل عليه الان ولا اطمح الى المزيد في المستقبل					

١٥	ان ما افكر به هو خطط الغد ومستلزماته					
١٦	اخطط حتى ادخر مصروفي اليومي من اجل تنظيم حياتي في المستقبل					
	اقوم بالتخطيط لإنشاء مشروع جديد يفيدني مستقبلاً					
١٨	اخطط لإكمال دراستي مستقبلاً					
١٩	اضع خطط جيدة لتجنب الفقر مستقبلاً					
٢٠	اشعر بثقة عالية في اتخاذ قراراتي مستقبلاً					
٢١	امتلك ارادة كاملة تجعلني اتجاوز مشكلاتي مشكلاتي الحياتية الماضية					
٢٢	افضل الاعتماد على قدراتي في المستقبل					
٢٣	المستقبل يعني لي هو انعكاس لخبرتي الماضية واعادة لصورتها					
٢٤	اشعر ان حياتي مقيدة بالماضي ولا مستقبل ينتضرني					
٢٥	اجد ان الواقع هو الذي يقرر ما يجب فعله					
٢٦	افكر ان اعيش الحاضر بعيداً عن المستقبل					
٢٧	اشعر بانني قادر على فعل أي شيء اطمح له في المستقبل					
٢٨	اخشى عدم تحقيق اهدافي في الحياة كون العادات والتقاليد تحكمني					

٢٩	توجد لدي اساليب عديدة لاتخلص من أي مأزق في حياتي					
٣٠	استطيع ان امنع تدخل الاخرين في تقرير مصيري					
٣١	اتصرف بشكل طبيعي بدون قيود					
٣٢	يجب ان اقرر مستقبلي بمفردي					

ملحق رقم (٨) مقياس التوجه نحو المستقبل بصيغته النهائية

جامعة كربلاء

كلية التربية للعلوم الانسان

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا_ الماجستير

تحية طيبة ...

لأغراض خاصة بالبحث العلمي تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن استجاباتكم المحتملة ،راجية منكم الصدق والموضوعية في الاجابة عليها ، كما ترجو الباحثة قراءة كل عبارة بتأن والنظر الى مدى انطباق محتواها عليك من خلال اختيار ما يعبر عن احسن وصف لك من بين البدائل الخمس الموضوعة امام كل فقرة .وان المقياس اعد لأغراض البحث العلمي حصرا ،ولا داعي لذكر الاسم ،يكفي فقط ذكر النوع الاجتماعي والعمر

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق
١	اعتقد بأن هناك فرص كثيرة تنتظرني في المستقبل					
٢	أتنبأ دائما بما سيحصل لي في المستقبل					
٣	اتوقع ان حياتي ستصبح مزدهرة في المستقبل					
٤	يبدو لي المستقبل قد يكون يكون غامضاً					
٥	اتوقع ان احقق معظم الاهداف التي ارغب فيها في المستقبل					
٦	اشعر ان دراستي مصدر ضمان اقتصادي للغد					
٧	اتوقع اني سوف اتغلب على مشكلاتي الحياتية في المستقبل					
٨	يبدو اني سافشل في حياتي المستقبلية					
٩	ارى ان القرارات التي ساتخذها ستكون صحيحة وفاعلة					
١٠	اتنبأ بحدوث اصلاحات كبيرة في حياتي المستقبلية					
١١	اخطط لكل نشاط سوف انجزه مستقبلاً					
١٢	يكفيني ما احصل عليه الان ولا اطمح الى المزيد في المستقبل					
١٣	ان ما افكر به هو خطط الغد ومستلزماته					
١٤	اخطط حتى ادخر مصروفي اليومي من اجل تنظيم حياتي في المستقبل					
١٥	اقوم بالتخطيط لإنشاء مشروع جديد يفيدني مستقبلاً					
١٦	اخطط لإكمال دراستي مستقبلاً					
١٧	اضع خطط جيدة لتجنب الفقر مستقبلاً					
١٨	اشعر بثقة عالية في اتخاذ قراراتي مستقبلاً					

١٩	امتلك ارادة كاملة تجعلني اتجاوز مشكلاتي الحياتية الماضية					
٢٠	افضل الاعتماد على قدراتي في المستقبل					
٢١	المستقبل يعني لي هو انعكاس لخبرتي الماضية واعادة لصورتها					
٢٢	اشعر ان حياتي مقيدة بالماضي ولا مستقبل ينتضرني					
٢٣	اجد ان الواقع هو الذي يقرر ما يجب فعله					
٢٤	افكر ان اعيش الحاضر بعيداً عن المستقبل					
٢٥	اشعر بانني قادر على فعل أي شيء اطمح له في المستقبل					
٢٦	اخشى عدم تحقيق اهدافي في الحياة كون العادات والتقاليد تحكمني					
٢٧	توجد لدي اساليب عديدة لاتخلص من أي مأزق في حياتي					
٢٨	استطيع ان امنع تدخل الاخرين في تقرير مصيري					
٢٩	اتصرف بشكل طبيعي بدون قيود					
٣٠	يجب ان اقرر مستقبلي بمفردي					

Abstract

(Existential regret and its relationship to the future orientation of Al-Hashd Al-Shaabi's staff with higher degrees)

The search included the following objectives:

1-Measuring the existential regret of Al-Hashd Al-Sha'bi staff with higher degrees

2-Measuring the future orientation of Al-Hashd Al-Sha'bi staff with higher degrees

3-Knowing about the relationship between existential regret and future orientation among Al-Hashd Al-Sha'bi staff with higher degrees

4-Identify the difference between existential regret and the future orientation in the research sample according to gender and age

The researcher followed the descriptive approach, and adopted the two research tools for both variables, the first variable (existential regret) the scale of ((White _Truckle ,S ,M&Reke r .G .T(2007)) was adopted, wich was translated and adapted to the Iraqi environment by researcher (Al-Mamouri , 2021), and in the variable (future orientation) the scale of (ALassadi, 2017) was adopted and the two scales were applied to the research sample of (157) males and females employees of the higher degrees in the Popular Mobilization Authority , the researcher used the characteristics of seiko metrics of engagement transactions (Pearson) and (Spearman) and internal consistency transactions represented by the retail half, In addition to detecting the significance of differences using binary variability analysis, and after verifying the objectives through the statistical means above

and other statistical means, a number of results have been reached as follow:

1-The results showed that it is a statistical function and that means the research sample has existential regret.

2-The results showed that the research sample has future orientating.

3-The results show that the correlation factor between the two variables is statistically significant and that means, the greater the existential regret , the greater future orientating will be.

4-The results showed statistically significant differences between males and females and in favor of females on the scale of existential regret, as well as statistically significant differences according to the age variable in favor of the older

Republic of Iraq
Ministry of Higher Education
and scientific Research
University of Karbala
College of Education for Human sciences
Department of Psychological
and Educational sciences

Existential regret and its relationship with the future orientation of the Al Al-Hashd Al-Sha'bi employees with higher degrees

A thesis Submitted

To the Council of College of Education in Human Sciences\

University of Karbala As In Partial Fulfillment of the

Requirements for the Master Degree In "Educational Psychology"

By

Mayameen Mahdy Hassan Al kindy

Supervision of

Prof. Dr. Ahmed Abdul Hussein Alazerjawi

2021 A.D **1441 A.H**