الفراغ الوجودي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المعلمات الأرامل (دراسة ميدانية)

د. دنيا طيب رضا البرزنجي
فاكلتي العلوم الانسانية والرياضه
جامعة كرميان

المستخلص

يُعدُّ الفراغ الوجودي ظاهرة واسعة الانتشار في عالم اليوم حتى أن بعضهم عبّر عنها بعُصاب العصر . وتمثّل هذه الظاهرة بخليط من مشاعر الخواء والفراغ والسأم والملل والعجز واللاجدوى التي تنتاب إنسان هذا العصر. غير إنَّ الفراغ الوجودي يُعدّ من المفاهيم السيكولوجية الأساسية والمهمة التي أشار إليها الوجوديون. اما عن علاقة الفراغ الوجودي مع الصحة النفسية . إنَّ سعي الإنسان الفطري نحو البحث عن المعنى في حياتهِ وتحقيقهُ هو الذي يمنحهُ الصحة النفسية . كما إنَّ إحساس الفرد بالسعادة والرضا والنجاح في حياته ومواجهة الضغوط النفسية بنجاح ممكن لتحقيق الصحة النفسية . يهدف البحث الحالي التعرف إلى :

1- قياس الفراغ الوجودي لدى المعلمات الارامل.

2-قياس الصحة النفسية لدى المعلمات الأرامل

3- معرفة العلاقة الارتباطية بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية .

يقتصر البحث الحالي على (المعلمات الأرامل) في مدينة (خانقين والمقدادية). في محافظة ديالى اللاتي يعملن في المدارس الابتدائية المختلطة وغير المختلطة التابعة لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي (2015/2014م) . اذ بلغت عينة البحث الحالي (100) ارملة معلمة . اللاتي ترملنه بعد عام 2003 الى عام 2013.. وعند تحليل البيانات احصائيا اظهرت النتائج بالاتي :

1-ان عينة البحث الحالي ليس لديهن فراغ وجودي .

2-ان عينة البحث الحالي يتمتعن بالصحة النفسية .

3- لا توجد علاقة ارتباطية مابين الفراغ الوجودي والصحة النفسية لدى عينة البحث الحالي . وفي ضوء نتائج البحث قدمت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات.

مشكلة البحث The Problem of Research

مر المجتمع العراقي بحروب طاحنة مختلفة لاكثر من ثلاثون سنة ابتداء من عام 1980 ومازال العراق يمر بظروف استثنائية من اعمال عنف(اغتيالات . انفجارات) وكان من مخلفات هذه الاعمال والحروب ، هو موت الالاف من الافراد . مما اشارت وزارة الدولة لشؤون المرأه في عام (2012) ان هنالك ما يقارب ب(مليونين ونصف) امرأة أرملة في العراق . فقد أصبح يطلق على العراق بلد الأرامل ؛ إذ أشارت منظمات من دول عدة من العالم إلى أن العراق يحتل المركز الأول في نسبة الأرامل في العالم (الذهبي ، 2008 ، ص16) اذ يمكن القول أن مشكلة الترمل أو الارمله من المشكلات الملحة التي تستدعي علاجآ. وهي أحد المشاكل المهمة في قائمة المشاكل التي يعاني منها المجتمع العراقي. حيث إن الأرملة عند فقدانها لزوجها لا تخسر وجوده في حياتها فقط وإنما تفقد علاقة حميمة قريبة مع شريك حياتها أيضاً ، وعليها أن تعتاد العيش وتحمل المسؤولية واتخاذ القرارات الحاسمة في حياتها منفردة ، ويترتب على ذلك بطبيعة الحال تغيير جوهري وكبير في دورها العائلي والاجتماعي (Meat mead , 2006 , P.221) . إذ يعد موت الزوج من الأحداث المفجعة التي تواجهها الأرملة يترتب عليها تأثيرات نفسية وجسمية واجتماعية (Kess Lerm , 2005) ، خاصة وأن المرأة تعد جزءاً فاعلاً ومكوناً أساسياً في المجتمع البشري ، فهي الأم والأخت والزوجة والبنت للرجل ، وهي جزءٌ من كيانه الاجتماعي والنفسي وليس رقماً ديموغرافياً مكملاً له (الهاشمي ، 2008 ، ص 85) . إن من المشكلات التي تعاني منها النساء الأرامل في الوقت الحاضر بسبب فقدان أزواجهن هو (الفراغ الوجودي) الذي يعود إلى مشاعر الخواء واللاجدوى التي تنتاب الأرامل في معظم نواحي حياتهن فكثرة الضغوط النفسية والأزمات التي تتعرض لها الأرملة ورتابة البيئة المحيطة بها من شأنها أن تدفع المرأة الأرملة إلى أن تعيش حياة خالية من المعاني والقيم (Selby , Odran , 1987) ، إذ أن الفراغ الوجودي ينشئ عندما تعاق لدى الأرملة إرادة المعنى بسبب

الظروف البيئية القاسية التي تحيط بها مما يؤدي بها إلى الشعور بأن الحياة قد فقدت معانيها من حولها ؛ إذ لا يبدو لديها أي هدف واضح في الحياة تسعى إلى تحقيقه ، بل تصبح الحياة عديمة ومملة فتعتقد أن وجودها لا معنى له ، لأنها تعيش حالة خاصة بعد وفاة زوجها حيث تبدأ مشاعر الحزن بالوضوح بسبب الفقدان فتتأثر المشاعر الداخلية للأرملة وصحتها وكذلك علاقتها بالمحيطين . (Selby , ad ran , 1987) .هذا يعني أن مشاعر الفقدان من شأنها أن تشكل تهديداً خطيراً على وجود الفرد بالدرجة الأولى و على صحتهِ النفسية على حد سواء ،الأمر الذي يدعو إلى الأهتمام بدراستها فضلاً عن إحساس الباحثه و خبرته في ميدان التربية و التعليم من كل ذلك ترى الباحثه ضرورة إجراء دراسة تبحث في الفراغ الوجودي لدى المعلمة الارامله هي شريحة مهمة من شرائح المجتمع . وبالاعتماد على ما سبق يمكننا ان نحدد مشكلة البحث الحالي بالتساؤلات الاتية:

1- هل ان المعلمات الارامل يعانين من الفراغ الوجودي .؟

2- هل ان المعلمات الارامل لديهن صحه نفسية .؟

3- هل توجود علاقة بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية لدى المعلمات الارامل .؟،

تلك هي مشكلة البحث التي ينبغي الوقوف عليها وتقديم دراسة علمية عنها للحد من آثارها السلبية على صعيد الفرد و الأسرة والمؤسسة التربوية والمجتمع.

أهميّة البحث :

يُعدُّ الفراغ الوجودي (Existential Vacuum) ظاهرة واسعة الانتشار في عالم اليوم حتى أن بعضهم عبّر عنها بعُصاب العصر . وتمثّل هذه الظاهرة بخليط من مشاعر الخواء والفراغ والسأم والملل والعجز واللاجدوى التي تنتاب إنسان هذا العصر . (ماي ، 1993 ص 28-29) . عندما شاهد الناس بأم أعينهم صور الدمار والمآسي والخراب التي خلّفتها الحرب تحت مسميات مختلفة كالدين والقومية وغيرها . عندها بدأ الناس يفقدون ثقتهم شيئاً فشيئاً بقيمهم ومُثلهم الاجتماعية والدينية حتى ثاروا عليها ونبذوها ليصلوا إلى ما يطلق عليه بالعدمية Ninilism . وهي حالة تحدث عندما يفقد الإنسان قيمه ؛ فيعتقد عندها بأن وجوده لا معنى ولا قيمة له (صالح ، 1986 ص 146) غير إنَّ الفراغ الوجودي يُعدّ من المفاهيم السيكولوجية الأساسية والمهمة التي أشار إليها الوجوديون ومنهم (رولو ماي وفرانكل) في

فلسفتهم إذ عدوه النتيجة الخطيرة لإعاقة دافع البحث عن المعنى وأحد المخاوف الوجودية الكبرى التي تؤثر سلباً على صحة الإنسان النفسية والجسمية (فرانكل ، 1982 ، ص 42) . وهذا ما أكدته دراسة ماهولك وكرومبا (1964) بإشارتها إلى أَنَّ فقدان المعنى (الذي يعد جزءاً من الفراغ الوجودي) ارتبط (وبشدة) مع الاضطرابات النفسية وبعض الأمراض الجسمية (Coumbaugh , Maholi , 1964 , P.200-207) . ويذكر فرا نكل أَن الفراغ الوجودي يمكن أَن يظهر في حالتين ،أولاهما عندما تعاق لدى الإنسان إرادة المعنى بسبب الضغوط النفسية الكبيرة التي يتعرض لها الفرد ،مثل الكوارث والحروب والأزمات والصدمات ، وهو ما أيدته نتائج دراسة نيو كامب وهارلو (1982) اللذان وجدا أن أَحداث الحياة الضاغطة مثل الصدمات والمصائب الكبرى تقود إلى الفراغ الوجودي ، الثانية فتظهر عندما تعاق إرادة المعنى بسبب رتابة البيئة المحيطة بالإنسان ، إذ لا يشعر بالحماس لإنجاز عمل ما ولا تبدو له رسالة واضحة يجب عليه تأديتها ، وإنما يزداد شعوره بالعزلة والسأَم والملل بسبب انتقاله من يوم إلى أخر في نظام روتيني ممل (الاعرجي ، 2007 ، ص 6). وقد أكدت دراسة (العزاوي،2011،ص165). ذلك ان "الترمل" Widowhood من أكثر أحداث الحياة الضاغطة على المرأة لأن فقدان الزوج يعني فقدان العون والمساعدة والشريك في الحياة (Aristal,1991,p8). حيث تزداد الأزمات النفسية والاجتماعية عند فقد الزوج، ذلك لما يتسبب من أرباك وضعف الرضا الحياتي (Wilcox,2004,p513) كما تعاني الأرملة من ضغط نفسي هائل مبعثه شعورها بالوحدة والانعزال ،فضلا عن شعورها بالتوتر والعصبية وهو ما قد يولد لديها في كثير من الأحيان نوعا من الضيق والأعراض الجسدية والكرب النفسي (الحسني ،1994،ص64). إنّ سعي الإنسان نحو الآخرين عند شعوره بالفراغ ليس سببه البحث عن حماية الآخرين ولا ملئ احتياج داخلي (طبيعي وأساسي) للتعامل مع الآخرين ؛ بل لأن الإنسان يشعر بكيانه من خلال الآخرين لأن الفكرة السائدة هي أن القبول الاجتماعي هو الطريق للتخلص من هذا الفراغ وهذا الشعور بالقلق (ماي ، 1993 ، ص 30) ، ولأهمية المعنى في حياة الإنسان دأب بعض علماء النفس في الآونة الأخيرة إلى دراسة الآثار الإيجابية والسلبية التي يتركها تحقيق المعنى والفراغ الوجودي في حياة الإنسان وصحته النفسية والجسمية . إلا أنّ الدراسات التي بحثت في المعنى في الحياة

كانت الأوفر حظاً من التي بحثت عن فقدان المعنى والفراغ الوجودي إذ أشار (Gallant , 2001) إلى أن الاكتئاب والعدوان والإدمان والمشكلات النفسية والجسدية والعصابية والانتحار تؤدي إلى الفراغ الوجودي (Gallant , 2001 , P.23) . كما أشارت دراسة (Debats , 1999) بأن الفراغ الوجودي ارتبط إيجابياً مع فقدان الهوية والاغتراب والعزلة الاجتماعية والاضطراب العقلي والاكتئاب الشديد والعداء والقلق والعصابية وإيذاء الذات (Debats , 1999 , P.30) . ويؤكد فرانكل إن حالة الفراغ الوجودي تقف وراء معظم الأضطرابات و الأمراض النفسية التي يعاني منها الإنسان في العصر الحديث وبحسب رأي(فرانكل) فأن مشكلات الصحة النفسية التي يعاني منها الإنسان في الوقت الحاضرترجع إلى أسباب تتعلق بالفراغ الوجودي أكثر من أسباب الضغوط النفسية (Orgler,2003.PP.23 Langley,&) اما عن علاقة الفراغ الوجودي مع الصحة النفسية فقد أشار (فكتور فرانكل) إنَّ سعي الإنسان الفطري نحو البحث عن المعنى في حياتهِ وتحقيقهُ هو الذي يمنحهُ الصحة النفسية . (فرانكل ،1982 ،ص140) أما(ريف) فتؤكد على أنَّ المعنى في الحياة ممكن أعتبارهُ منبأ مهماً للصحة النفسية وتؤكد على أهمية المتغيرات النفسية الإيجابية ودورها في العلاج النفسي(Leath,1999) كما إنَّ إحساس الفرد بالسعادة والرضا والنجاح في حياته ومواجهة الضغوط النفسية بنجاح ممكن لتحقيق الصحة النفسية . (May,1986,p.22) كما وتُعد الصحة النفسية من المكونات المهمة للمعنى في الحياة وترتبط ارتباط وثيقا بالسعادة ويشبع النظر اليها على انها واحدة من أسبابها الرئيسية .(الشرقاوي ،ب،ت27) (اراجيل ، 1993،ص227) وعن أهمية الصحة النفسية التي تُعَد موضع إهتمام كبير من علماء النفس والباحثين في المجالات الأقتصادية والسياسية والإجتماعية وغيرها من مجالات الحياة حيث أصبحت من الأمور الهامة التي يجب أن يوجه الفرد و المجتمع اليه الرعاية اللائقة لأن الأهتمام بالصحة النفسية هو أهتمام بالإنسان وتكاملهُ وبتنمية جوانب الشخصية الإنسانية (سمين ،1997 ،ص6) مما سبق يتضح أن مشاعر الفراغ الوجودي من شأنها أن تشكل تهديداً خطيراً على وجود الإنسان بالدرجة الأولى وعلى صحته النفسية والجسمية على حد سواء الأمر الذي يدعو إلى الاهتمام بدراستها

للحيلولة من استمكانها من مشاعر الناس في أصعب الظروف ولإيجاد السبل اللازمة والملائمة للتخلص أو التقليل منها.

لذا ارتأت الباحثة أن تتناول (الفراغ الوجودي) لدى فئة مهمة من فئات المجتمع العراقي ألا وهي فئة (المعلمات الأرامل) ، فقد مرَّ العراقُ بحروب مختلفة أدت إلى تدهور الأوضاع على مستويات عدة وما خلفته من أعداد لا يستهان بها من النساء الأرامل . والمعروف أن المرأة هي نصف المجتمع ولها دور مؤثر في بنائه وتنظيمه ولاسيما في العصر الحديث الذي أصبحت المجتمعات فيه تقاس بدرجة تقدم المرأة بمختلف مجالات الحياة الاجتماعية والسياسية والثقافية والاقتصادية ، ويمكن أن نشير هنا إلى أن المرأة العراقية وبخاصة الأرملة أصبحت في موضع مواجهة تحديات كبرى وهي جزء من التحديات التي واجهها المجتمع ذاته وخصوصاً في ظل الحروب والنزعات وازدياد مصادر الإحباط والقلق والفراغ والوحدة ولاسيما عند ترملهن في ظل غياب رب الأسرة والمعيل لها (عبد الله ، 2005 ، ص : 5)

وتبرز أهمية البحث الحالي كونه يتناول دراسة الفراغ الوجودي وعلاقته بالصحة النفسية لدى (المعلمات الأرامل) وذلك لأهمية الدور الذي تلعبه هذه الشريحة في العملية التعليمية والتربوية.

أهداف البحث Research Aims :

يهدف البحث الحالي التعرف إلى :

1-قياس الفراغ الوجودي لدى المعلمات الأرامل .

2- قياس الصحة النفسية لدى المعلمات الأرامل .

3- معرفة العلاقة الارتباطية بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية .

حدود البحث Limits of the Research :

يقتصر البحث الحالي على (المعلمات الأرامل) في مدينة خانقين والمقدادية في محافظة ديالى اللاتي يعملن في المدارس الابتدائية المختلطة وغير المختلطة التابعة لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي (2015/2014م) .اذ شملت المعلمات

اللاتي ترملن منذ عام (2003) وحتى (2012) حصراً أي في مدة لا تزيد عن (10) سنوات .

تحديد المصطلحات The limits of the terms :

أولا:- الفراغ الوجودي Existential Vacuum :

عرفّه كلٌّ من :

1. **فرانكل (Frankl , 1982)** : بأنّه " شعور الإنسان بعوزه الشديد إلى الإحساس بمعنى يستحق العيش من أجله ليجعله يعاني من خبرة الخواء والفراغ داخل نفسه ويصبح مقيّداً ومأسوراً بهذه الحالة " (فرانكل ، 1982 ، ص 141) .
2. **ورولو ماي (Rolo May , 1993)** : بأنّه " حالة تتولد من إحساس الناس بأنهم عاجزون أن يفعلوا أي شيء له أثره الإيجابي في حياتهم الخاصة ، أو في ما يخص العالم من حولهم " (ماي ، 1993 ، ص 32) .
3. **وأيرنشو (Earnshaw , 2000)** : بأنّه " حالة تعبّر عن تجنب المعنى في حياة الفرد وانعدام الهدف أو فقدانه " (Earnshaw , 2000) .

التعريف الإجرائي :

وقد تبنت الباحثة تعريف (ماي ، 1993) تعريفاً نظرياً في بحثها لمفهوم الفراغ الوجودي لأن الباحثة الحالية تبنت مقياس الفراغ الوجودي ل(محمد ،2014) والذي تبنى هو نظرية (ماي) في بناء مقياسه عن الفراغ الوجودي .

- **التعريف الإجرائي :**

هي الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمة الأرملة من خلال إجابتها عن فقرات مقياس الفراغ الوجودي المستخدم في البحث .

ثانياً: الصحة النفسية Mental Health

1- **تعريف منظمة الصحة العالمية (1983)** :(ليست مجرد خلو الفرد من المرض النفسي والعقلي فقط وانما هو فوق ذلك هو حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي للفرد)،(الهابط ،1983 ،ص9) .

2- **تعريف الزبيدي(2000):** (سعي الفرد المتواصل لحالة الوئام والانسجام والاتزان النفسي بينها وبين مجتمعه وبيئته في ابعاد الشخصية جميعها ومتطلباتها التي تشعره بالرضا والسعادة) (الزبيدي ،2000 ، ص21) .

3- **تعريف (الزوبعي) عام (1999):** (تقبل الفرد لذاته وقدرته على مواجهة الأزمات وعدم شعوره بالاضطرابات النفسية والأعراض النفسجسمية، والنمو من اجل التوافق مع الآخرين) (الزوبعي، 1999، ص10) .

التعريف النظري:

وقد تبنت الباحثة تعريف الزوبعي (1999) للصحة النفسية لكونها اعتمدت مقياسه في البحث الحالي.

التعريف الأجرائي:

هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المعلمة الارملة من خلال الأجابة على مقياس الصحة النفسية المُعتمد في البحث.

ثالثا: الأرملة

- تعريف الرازي 1981:

المرأة التي لازوج لها ،وقد أرملت المرأة ، أي مات عنها زوجها.(الرازي ،1981،ص257).

- وتعرفها خزنة دار 1992:

المرأة التي يتوفى زوجها بسبب مرضه أو الاستشهاد في الحرب أو تعرضه إلى حادث مفاجئ يؤدي إلى وفاته ، مما يترتب تغيير الدور الاجتماعي للزوجة فيقع عليها عبء مضاف إلى المسؤولية التي تحملها في حياة زوجها (خزنة دار ، 1992 ص 17).

الاطار النظري ودراسات سابقة

أولاً – الإطار النظري للفراغ الوجودي Existential Vacuum :

1. نظرية (فرانكل ، 1982) :

يرى فرانكل أن الفراغ الوجودي ظاهرة واسعة الانتشار في الوقت الراهن ، ويعده من أهم المخاطر الوجودية الكبرى التي تواجه الإنسان المعاصر ، ويرجع فرانكل سبب حدوثها إلى فقدان عام للمعنى في الحياة ، يحدث نتيجة لفقدان من شقين أساسيين ، الشق الأول هو فقدان الإنسان لما كان محتوماً عليه أن يمر به ، منذ أن أصبح كائناً بشرياً بحق ، ففي بداية التأريخ الإنساني ، فقد الإنسان بعض الغرائز الحيوانية الأساسية التي تشعره بالأمان والطمأنينة ، وهذا الأمان يشبهه فرانكل بالجنة ، وقد أغلق بابها في وجهه – أي الإنسان – إلى الأبد ، وصار عليه أن يأتي ببدائل عنها ، أما الشق الثاني من هذا الفقدان فهو يتمثل فيما يجري الآن بسرعة كبيرة من تناقض في الاعتماد على التقاليد التي أدت إلى دعم سلوكه ، فليس هنالك من غريزة ترشده لما عليه أن يفعله ، ولا من تقليد يوجهه إلى الطريقة التي يتخذها في سلوكه وأفعاله ، لذا فهو لا يعرف ما يرغب فيه أو ما يريد أن يفعله ، ومن ثم سوف يخضع أكثر فأكثر إلى تحكم ما يريده الآخرون منه أن يفعل ، وبالتالي سوف يقع بشكل متزايد فريسة للمسايرة والامتثال (فرانكل ، 1982 ، ص : 142–170)

2–نظرية (رولو ماي ، 1993) (Rollo May , 1993) :

يرى(**رولو ماي**) أن الإحساس بالقلق ينبع من الوحدة والفراغ الوجودي والحب والقوة ، ومن بين ما يطرحه ماي (May) إن النتيجة الأساسية للإرباك أو التشوش Confusion تأتي من عدم التكامل في القيم حيث نشعر ((بالفراغ)) من الداخل وبالعزلة عن الرجال والنساء . وإن اتساع وتعقد المشاكل التي نواجهها تسهم في تكوين هذه المشاعر والشعور ((بالفراغ الوجودي)) كما يرى ماي أنه ينبغي أن لا يؤخذ بمعنى إننا فارغون فعلاً أو إننا غير قادرين على الشعور (May , 1953 , P : 24) ، بل أن خبرة الإحساس بالفراغ تأتي من الشعور بالعجز ؛ إذ تبدو الحوادث خارج سيطرتنا وإننا غير قادرين على توجيه حياتنا الخاصة ، أو التأثيرفي الآخرين أو تغيير العالم المحيط بنا .ونتيجة لذلك فنحن نميل لأن نشعر بإحساس عميق باليأس واللاجدوى ، وبالتالي ، إذا رأينا أن أفعالنا لا تعني شيئاً فإننا نتوقف أو نتخلى عن الرغبة والإحساس وسنصبح لا مبالين apahetic . والخطر الأعظم من وجهة نظر ماي في هذه النقطة هو أن محاولاتنا لأن نحمي أو ندافع عن أنفسنا ضد اليأس ستقود إلى قلق مؤلم . فإذا ما سار الموقف بشكل غير صحيح فإن النتيجة ستكون تحديداً أو تقييداً لإمكاناتنا لأن تنمو كبشر ، أو الاستسلام إلى شكل مدمر من أشكال

التسلطية (May , 1953 , P : 25-26) ويذكر (ماي) إن عجز الإنسان عن إيجاد المعنى في الحياة سوف يقع فريسة لقلقه الوجودي العميق الذي ينتهي به إلى الفراغ والخواء وحينما يشكو الفرد بعدم وجود معنى لحياته فهذا دليل على أنه يعاني من الفراغ وإن سبب الفراغ الوجودي هو التواكل الذي ينتج عن الإفراط والمغالاة والنظرة الجبرية أو القدرية وكذلك عدم الإنجاز وعدم التخطيط للحياة واللذان ينتجان عن الكسل والإحباط وعدم الثقة في الحياة وكذلك التفكير الجمعي الذي ينتج عن تهميش وتجنب تحمل المسؤولية ، والتعصب الذاتي الذي ينتج عن الإفراط في الحرية وإهمال الآخرين (البريثن ، 2008 ، ص : 140) .

ويؤكد (ماي ، 1993) بأن الفراغ الوجودي هو حالة تتولد من إحساس الناس بأنهم عاجزون أن يفعلوا أي شيء له أثره الإيجابي في حياتهم الخاصة ، أو في ما يخص العالم من حولهم ومن وجهة نظره أن العالم ثلاثة أشكال الأول هو Umwelt ويعني ((العالم المحيط)) أو (البيئة) والثاني هو Mitwelt ويعني حرفياً ((مع العالم)) ، وهو العالم المكون من رفاق الشخص من البشر ، أو المجتمع الخاص بالشخص ، والثالث هو Eigenwelt ويعني ((العالم الشخصي)) أو العالم الخاص أو علاقة الشخص بذاته (ماي، 1993 ، ص : 32) .

ثانياً: الصحة النفسية Mental Health

نظريات الصحة النفسية

أ. مدرسة التحليل النفسي :

1- فرويد : Freud (1856 – 1939)

يُعد فرويد مؤسس مدرسة التحليل النفسي ومن أهتم بتفسير الصحة النفسية حيث أشار إلى أن تحقيق الصحة النفسية للأفراد تحدث عندما يكون هناك توازن في منظومات الشخصية الثلاثة (الهو، الأنا ،الأنا العليا) (صبحي ، 2002 ، ص29) أما في حالة عدم التوازن بين المنظومات الشخصية الثلاثة فانه ينتج عنه الإضطراب النفسي .حيث تلعب خبرات الفرد إثناء مرحلة الطفولة والصراع الدائم بين مكونات الشخصية أثراً كبيراً في عدم التوازن بين مكونات الشخصية إذ لا تتمكن الأنا العقلانية من الموازنة بين مطالب الهو الغريزية والأنا العليا المثالية . (فرويد ، 1982، ص45-51) وتتمثل الصحة النفسية

من وجهة نظر فرويد في القدرة على مواجهة الدوافع البايولوجية والغريزية والسيطرة عليها في ضوء متطلبات الدافع الإجتماعي .(عناني ، 2005 ، ص14-15)

2- أدلر : Adler (1870 – 1939)

إذ أشار أن جميع الأفراد معرضين للنقص (Ormer,1971 ,P. 17) وقد أكد أدلر أن الشعور بالنقص والإهمال والرفض والتدليل الزائد يؤدي إلى ظهور الإضطرابات النفسية مما يؤدي إلى إعتلال الصحة النفسية للفرد .(كفافي ، 1990 ، ص401) ويرى أدلر أن الشعور بالخوف من مواجهة المواقف الحياتية أو وجود عيب أو ضعف بدني هو الأساس في تكوين وإنماء مشاعر النقص لدى الفرد(الأسدي ، 1998 ، ص29) وكما يشير ايضا الى أن الإنسان يستطيع أن يتغلب على مشاعر النقص لديه ويحقق الصحة النفسية بشكل كامل وشامل عن طريق الميل الإجتماعي والعيش مع الآخرين والتنشئة الإجتماعية الصحيحة وبهذا فقد تعارض أدلر مع فرويد في مقدرة الإنسان من تحقيق عام وشامل للصحة النفسية (العناني ، 2000، ص15) .

4- هورناي : Horney (1885 – 1952)

وترى هورناي أن الإضطراب بالصحة النفسية ينشأ من بيئة إجتماعية مضطربة غير طبيعية مشحونة بالعداء والأذى وفقدان الأمان الإجتماعي مما يؤدي إلى تولد حاجات عصابية لدى الفرد تجعله يلجأ إلى التوافق العصابي بأحد الأساليب الثلاثة (الخضوع ، الابتعاد ، العدوان) (Aradant , 1974 ,P. 206) كما يمكن التمييز بين الشخص السوي والشخص العصابي إذ أن الشخص العصابي يتصف بالتصلب والجمود ويواجه كل لمواقف بأسلوب نفسه أما الشخص السوي يتصف بالمرونة وينوع سلوكه للتكيف حسب الظروف المواجهة (شلتز ، 1983 ، ص107) كما أن الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة يقتنع بإشباع أي حاجة من حاجاته أما الفرد العصابي فأنه غير قنوع وكلما زاد ما أخذه زادت وعيته بالحصول على المزيد (هوك ولندزي ، 1978 ، ص1)

ب – المدرسة السلوكية :Behavioral Perspective

ترى المدرسة السلوكية أن السلوك المرضي يمكن أكتسابه كما يمكن التخلص منه فالعملية الأساسية هي التعلم (الزبيدي والهزاع ، 1997 ، ص179) و يرى "**واطسون**"

(Watson) رائد المدرسة السلوكية أن الإضطراب في الصحة النفسية ناتج من تعلم خاطئ وأن البيئة هي المسؤولة عن أكتساب السلوك السوي والشاذ (محمد ، 2004 ، ص82) أما "**بافلوف**" Pavlove فقد أشار أن الأعتلال في الصحة النفسية نتيجة أضطراب في عمليات التطبع الشرطي وخلل في عملية التدريب في الصغر مما يعطي أيعازات خاطئة للدماغ (كمال ، 1989 ، ص140). أما "**سكنر**" Skiner فقد أكد أن حالة المرض النفسي والأضطرابات النفسية ناتجة من التعزيز السلبي (العقاب) إلا إن سكنر يتفق مع بافلوف في إعتلال الصحة النفسية ينشأ بسبب أخطاء في التعلم الشرطي للفرد (Pervin , 1970 , 409) وعموماً فأن المدرسة السلوكية تعد الفرد المتمتع بالصحة هو الفرد القادرعلى أكتساب عادات تتناسب مع البيئة التي يعيش فيها أما الفشل في أكتساب العادات التي تتناسب مع البيئة (الرحو ، 2005، ص358) .

ج .المدرسة الإنسانية Ahumanistic Perspective

ويعد **ماسلو**(Maslow) مؤسس المدرسة الأنسانية ومن كبار المنظرين فيها إذ أشار أن تحقيق الصحة النفسية لدى الأفراد تتمثل في إشباع الحاجات التي صنفت في هرم متدرج حسب الأهمية وهي بالأساس حاجات أساسية في قاعدة الهرم والحاجات العليا لتحقيق الذات وأن الفرد الصحيح هو الذي يشبع حاجاته الأساسية وحاجاته النفسية وحاجات تحقيق الذات . (Maslow,1982,P.48) ويضيف ماسلو أن الأعتلال في الصحة النفسية قد ينشأ من إحباط في إشباع الحاجات الأساسية لدى الفرد ويرى ماسلو إن هذا الإحباط قد يعطل أرتقاء الإنسان نحو تحقيق الحاجات العليا وحاجات تحقيق وتقدير الذات (من هرم الحاجات) لأن طاقة الفرد تصرف في إشباع الحاجة المحبطة دون أن يكون هناك أعتبارات لإشباع الحاجات العليا (جايد ، 1998 ، ص54) .أما "**كارل روجرز**" أحد علماء النفس الإنسانيين فقد أكد ان الإنسان مدفوع فطرياً لتحقيق الذات وأن النجاح في تحقيق الذات تساعد للوصول إلى الصحة النفسية كما يؤكد روجرز على أهمية التفاعل الإجتماعي وتشكل الخبرات وضرورة أنتظامها لبناء مفهومه عن ذاته كما عد روجرز المرض النفسي حالة من الصراع بين الذات الواقعية والذات المثالية وإن الفرد

السوي هو الذي يتمتع بمفهوم إيجابي عن ذاته أما الفرد العصابي فهو الذي يتمتع بمفهوم سلبي عن ذاته (العزة وعبد الهادي ، 1999 ،ص110).

د . النظرية الوجودية : Existenentialism

يرى أصحاب هذه النظرية أن الصحة النفسية تتحقق عندما يعيش الإنسان وجوده من خلال إيجاد معنى لهذا الوجود وأن يدرك إمكاناتهُ ونواحي ضعفهُ وأن يدرك طبيعة هذه الحياة بما فيها من متناقضات. (عبد الغفار ، 1976 ،ص46) كما يهتم هذا المنظور أيضاً بدراسة جوهر الفرد ويركز على الخبرات الشخصية ويطرح نمطين من الأشخاص هما : الشخص الأصيل ، والشخص الزائف إذ أن الشخص الأصيل هو الشخص السوي الذي يتمتع بالصحة النفسية الجيدة والقادر على خلق حالة من الأتزان بين الأشكال الثلاثة للوجود :-

1-الوجود المحيط بالفرد 2-الوجود الخاص 3-الوجود المشارك في العالم (الخولي ، 1976 ، ص184). أما في حالة فشل الشخص في تحقيق ذلك فيعني الإضطراب النفسي والشخصية الزائفة . (عبد الغفار ، ب.ت ،ص46) وقد أشار فرانكل إلى ان الفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد الذي تدفعه بالدرجة الأولى الرغبة في إيجاد المعنى والهدف في حياته لغرض تحقيق وجوده الشخصي (Earn Shaw, 2000) ويضيف **فرانكل** أن ما يحتاجه الإنسان للوصول للصحة النفسية هو ليس حالة اللاتوتر وإنما على العكس من ذلك فالإنسان لا يحتاج التخلص من التوتر لكونه يحتاج دائماً إلى السعي والأجتهاد في سبيل تحقيق معنى وجوده الشخصي وهذا لا يحدث إلا في حالة التوتر والمعاناة. (فرانكل ، 1982 ،ص139 – 140)

– دراسات سابقة :

أولاً – دراسات سابقة تناولت مفهوم الفراغ الوجودي :

دراسة(الكناني ، 2011)الفراغ الوجودي وعلاقته بمعنى الألم لدى المطلقات في محافظة بغداد هدفت الدراسة إلى التعرف على الفراغ الوجودي لدى المطلقات ومن ثم معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الفراغ الوجودي وفق متغيري مدة الزواج ، ومدة الطلاق ، والتعرف على معنى الألم لدى المطلقات على وفق متغيري مدة الزواج ،

ومدة الطلاق .تكونت عينة الدراسة من (250) امرأة مطلقة ، قامت الباحثة ببناء مقياس للفراغ الوجودي وحددت خمسة مجالات على وفق نظرية فكتور فرانكل والمكون من (46) فقرة ، استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية المناسبة بالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) وكالآتي : (T-test) لعينتين مستقلتين ، ومعامل ارتباط بيرسون ، وألفا كرونباخ ، وسبيرمان براون . أسفرت النتائج بأن عينة المطلقات يتمتعن بكل من الفراغ الوجودي ومعنى الألم ، ولا توجد فروق دالة إحصائياً في الفراغ الوجودي تبعاً لمتغيري مدة الزواج ومدة الطلاق (الكناني ، 2011 ، ص71).

دراسة (محمد،2014) الفراغ الوجودي وتجاوز الذات وعلاقته بصورته المستقبل لدى الارامل

هدف البحث الحالي تعرف إلى :

1. الفراغ الوجودي لدى المعلمات الأرامل .
2. الكشف عن الفراغ الوجودي لدى المعلمات الأرامل بحسب المتغيرات :
   أ- العمر . ب- سنوات الترمل . ج- حالة الوفاة .
3. تجاوز الذات لدى المعلمات الأرامل .
4. الكشف عن تجاوز الذات لدى المعلمات الأرامل بحسب المتغيرات :
   أ- العمر . ب- سنوات الترمل . ج- حالة الوفاة .
5. التصورات المستقبلية لدى المعلمات الأرامل .
6. الكشف عن التصورات المستقبلية لدى المعلمات الأرامل بحسب المتغيرات :
   أ- العمر . ب- سنوات الترمل . ج- حالة الوفاة .
7. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الفراغ الوجودي وتجاوز الذات لدى المعلمات الأرامل .
8. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الفراغ الوجودي والتصوّرات المستقبليّة لدى المعلمات الأرامل .
9. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين تجاوز الذات والتصورات المستقبليّة لدى المعلمات الأرامل .

10. مدى إسهام الفراغ الوجودي وتجاوز الذات في التصورات المستقبلية .

تكونت عينة البحث من (100) معلمة أرملة بصورة قصدية ومن اللاتي ترملن منذ عام (2003-2013)

توصّلت الباحثةُ إلى النتائج الآتية :

1. أفراد عينة البحث من المعلمات الأرامل لديهنَّ فراغ وجودي .
2. أفراد عينة البحث من المعلمات الأرامل لديهنَّ تجاوز للذات .
3. أفراد عينة البحث من المعلمات الأرامل لديهنَّ تصوراتٌ مستقبليّة سلبيّة .
4. وجود علاقة ارتباطيّة بين الفراغ الوجوديّ وتجاوز الذات .
5. وجود علاقة ارتباطيّة بين الفراغ الوجوديّ والتصوّرات المستقبليّة .
6. لا توجد علاقة ارتباطيّة بين تجاوز الذات والتصوّرات المستقبليّة .
7. إسهام الفراغ الوجودي وتجاوز الذات في التصوّرات المستقبليّة . (علي، 2014)

ثانيا:- دراسات سابقة تناولت مفهوم الصحة النفسية :

1- دراسة (العامري ،2011) (نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النقسية لدى فاقدي الاب)

استهدفت هذة الدراسة قياس نوعية الحياة ومعرفة الفروق الفردية تبعا لمتغير (النوع)وقياس الصحة النفسية ومعرفة متغير (النوع)ومعلافة نوع العلاقة مابين المتغيرين لدى عينة البحث المتكونة من(2209 طالب و طالبة في مرحلة المتوسطة ومن فاقدي الاب . وعند تحليل البيانات اظهرت النتائج انعينة البحث الحالي تتسم بنوعية الحياة الجيدة والصحة النفسية ولاتوجد فروقا في متغير النوع تبعا للمتغير .مع وجود علاقة ايجابية بينهما .(العامري،2011)

2- دراسة (الخزعلي،2008) (البخل وعلاقته بالصحة النفسية)

استهدفت هذة الدراسة بناء مقياس البخل وقياسه ومعرفة الفروق الفردية على وفق متغير النوع (ذكور –اناث) والاختصاص (علمي –انساني) وقياس الصحة النفسية ومعرفة الفروق الفردية تبعا لمتغير (النوع) و(التخصص) لدى عينة طلبة جامعة بغداد.والبالغ عددهم (4009 طالبا وطالبة. ومعرفة العلاقة بينهما. وقد اظهرت نتائج

البحث .ان عينة البحث الحالي لا تتسم بالبخل وظهور فروق ذات دلالة إحصائية على وفق متغير النوع في البخل ولصالح الإناث.لا فروق بين طلبة الكليات العلمية وطلبة الكليات الإنسانية في البخل .إن طلبة الجامعة يتمتعون بصحة نفسية.ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية على وفق متغير النوع ولصالح الذكور.لا فروق بين طلبة الكليات العلمية وطلبة الكليات الإنسانية في الصحة النفسية.أظهرت النتائج وجود علاقة دالة وسالبة بين البخل والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.(الخزعلي،2008)

منهج البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضاً لأجراءات البحث المتمثلة بأختيار العينة متبني مقياس (الفراغ الوجودي)و(الصحة النفسية).ومؤشرات الصدق والثبات،لهما فضلاً عن ذِكر الوسائل الأحصائية المستخدمة في معالجة بيانات البحث.

مجتمع البحث Population of the Research

يتضمن مجتمع البحث الحالي (المعلمات الأرامل) في مدينة خانقين والمقدادية في محافظة ديالى اللاتي يعملن في المدارس الابتدائية المختلطة وغير المختلطة التابعة لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي (2015/2014م) .بواقع (111) ارملة معلمة .

عينة البحث Sample of Research

اعتمدت الباحثة الطريقة القصدية في اختيار عينة البحث ، إذ تم اختيار (100)ارملة معلمة بواقع (30) ارملة من خانقين و(70) ارملة من المقدادية .. وكما موضح في الجدول(1)

جدول (1)

عينة البحث للمعلمات الأرامل بحسب توزيعها على المدارس الابتدائية في خانقين والمقدادية

ت	اسم المدرسة	عدد المعلمات الأرامل	الموقع
1	مدرسة الإخلاص الابتدائية	1	المقدادية
2	مدرسة الأرض المباركة الابتدائية	2	المقدادية
3	مدرسة ضباب الابتدائية	2	المقدادية
4	مدرسة الأمل الابتدائية	1	المقدادية
5	مدرسة روح القدس الابتدائية	2	المقدادية
6	مدرسة السؤدد الابتدائية	1	المقدادية
7	مدرسة تبارك الابتدائية	2	المقدادية

8	مدرسة ياقوت الحموي الابتدائية	1	المقدادية
9	مدرسة 14 تموز الابتدائية	2	المقدادية
10	مدرسة المهدي الابتدائية	1	المقدادية
11	مدرسة الثورة للبنات الابتدائية	2	المقدادية
12	مدرسة الوميض الابتدائية	1	المقدادية
13	مدرسة المعالي الابتدائية	2	المقدادية
14	مدرسة المجد التكميلية	2	المقدادية
15	مدرسة ابن الخطيب الابتدائية	3	المقدادية
16	مدرسة رمضان الخير الابتدائية	1	المقدادية
17	مدرسة ليبيا الابتدائية	2	المقدادية
18	مدرسة جهينة الابتدائية	2	المقدادية
19	مدرسة ليلى الأخيلية الابتدائية	3	المقدادية
20	مدرسة الصداقة الابتدائية	2	المقدادية
21	مدرسة الفافقي الابتدائية	1	المقدادية
23	مدرسة 14 تموز الابتدائية	2	المقدادية
24	مدرسة حواء الابتدائية	1	المقدادية
25	مدرسة سفانة الابتدائية	2	المقدادية
26	مدرسة أحد الابتدائية	2	المقدادية
27	مدرسة المقدادية الابتدائية	2	المقدادية
28	مدرسة مدينة السلام الابتدائية	3	المقدادية
29	مدرسة الشمس الابتدائية	2	المقدادية
30	مدرسة الأتقياء الابتدائية	1	المقدادية
31	مدرسة الشروع الابتدائية	2	المقدادية
32	مدرسة المباهج الابتدائية	2	المقدادية
33	مدرسة القلم الابتدائية	2	المقدادية
34	مدرسة الغصون الابتدائية	3	المقدادية
35	مدرسة دار الندوة الابتدائية	2	المقدادية
36	مدرسة الشعب الابتدائية	2	المقدادية
37	مدرسة الريازة الابتدائية	2	المقدادية
38	مدرسة تبارك الابتدائية	2	المقدادية
39	مدرسة المفلحون الابتدائية	1	المقدادية
40	مدرسة ذات النطاقين الابتدائية	2	خانقين

41	مدرسة الكرامة الابتدائية	2	خانقين
42	مدرسة الرملة الابتدائية	1	خانقين
43	مدرسة السعدية الابتدائية	1	خانقين
44	مدرسة المصطفى الابتدائية	1	خانقين
45	مدرسة جلولاء الابتدائية	2	خانقين
46	مدرسة زاكروس الابتدائية	2	خانقين
47	مدرسة الجمال الابتدائية	2	خانقين
48	مدرسة عبد المجيد لطفي الابتدائية	2	خانقين
49	مدرسة هورمان الابتدائية	2	خانقين
50	مدرسة أبي عبيدة الابتدائية	2	خانقين
51	مدرسة السويس الابتدائية	2	خانقين
52	مدرسة زينب الابتدائية	1	خانقين
53	مدرسة خانقين الابتدائية	2	خانقين
54	مدرسة الينبوع الابتدائية	2	خانقين
55	مدرسة هاشم بن عوية الابتدائية	1	خانقين
56	مدرسة الشهيدة وفاء الابتدائية	2	خانقين
57	مدرسة التصدي الابتدائية	1	خانقين
المجموع	57 مدرسة ابتدائية	100 معلمة أرملة	

أداة البحث Tools of Research

- **أدوات البحث**

تطلب البحث الحالي أداتين أحدهما لقياس الفراغ الوجودي و الآخر لقياس الصحة النفسية وفيما يلي وصف لكل منها .

أولاً :- أداة قياس (الفراغ الوجودي)

بعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع (الفراغ الوجودي) وجد من الافضل استخدام مقياس (محمد ،2014) لانه طبق على نفس البيئة العراقية ونفس العينة. و يتكون من (51) فقرة ، يجاب عنها بأختيار بديل من أحد البدائل الخمسة (تنطبق على دائما، تنطبق على غالبا ، تنطبق على احيانا،تنطبق على نادرا

،لاتنطبق على ابدا) تعطي الدرجه (5) لاختيار البديل الأول و (4) للبديل الثاني و (3) للبديل الثالث و(2) للبديل الثاني و(1)للبديل الاول وله خمسة مجالات .هي :1-العالم من حولنا2-مع العالم3-العالم الخاص..(محمد ،2014)

صلاحية الفقرات لمقياس الفراغ الوجودي

لغرض التحقق من صلاحية فقرات مقياس الفراغ الوجودي ، عرضت فقراته على مجموعه من الخبراء ذوي الأختصاص في علم النفس وعلم النفس التربوي (ملحق1) . لابداء رأيهم في صلاحيتها وفق الغرض الذي أعدت من أجله . تم الابقاء على جميع الفقرات بأتفاق (100%).

ثانياً :- مقياس الصحة النفسية

أستعملت الباحثه مقياس الصحة النفسية الذي أعده (الزوبعي،1999) لانه طبق على البيئة العراقية و الذي يتكون من (40) فقره يجاب عنها بأختيار بديل من أحد البدائل الخمسة (دائما،غالبا،احيانا،نادرا،ابدا) تعطي درجه للبديل الاول و درجتين للبديل الثاني وثلاث درجات للبديل الثالث واربع درجات للبديل الرابع وخمس درجات للبديل الخامس. وله خمسة مجالات هي :1- تقبل الذات 2-القدرة على مواجهة الازمات 3- عدم الشعور بالاضطرابات النفسية 4-عدم الشعور بالاعراض النفسجسمية 5- النمو من اجل التوافق مع الاخرين.(الزوبعي .1999،ص88)

صلاحية الفقرات لمقياس الصحة النفسية

لغرض التحقق من صلاحية فقرات مقياس الصحة النفسية ، عرضت فقراته على مجموعه من الخبراء ذوي الأختصاص في علم النفس و علم النفس التربوي ملحق(1) لابداء رأيهم في صلاحيتها وفق الغرض الذي أعدت من أجله . وتم الابقاء على جميع الفقرات باتفاق (100%) .

مؤشرات الصدق و الثبات لأداتي البحث

أ- **مقياس الفراغ الوجودي** :-قامت الباحثه بأستخراج الصدق الظاهري لهذا المقياس و ذلك بعرضهُ على مجموعه من الخبراء المتخصصين في علم النفس و علم النفس

التربوي ملحق (1) . وقام ايضاً بأيجاد الثبات عن طريق أعادة الاختبار و ذلك بعد مرور (15) يوماً من بداية التطبيق الاول ، وقد بلغ (81%) .

ب- **مقياس الصحة النفسية** .:-قامت الباحثه بأستخراج الصدق الظاهر لهذا المقياس و ذلك بعرضه على مجموعه من الخبراء المتخصصين في علم النفس و علم النفس التربوي ملحق (1) وقام الباحث أيظاً بأيجاد الثبات عن طريق أعادة الأختبار وذلك بعد مرور (15) يوماً من بدء التطبيق الاول وقد بلغ (80%) ،

وبهذا تكون أدوات البحث المتمثله بمقياس الفراغ الوجودي ملحق (2) ومقياس الصحة النفسية. ملحق (3) جاهزه للتطبيق وتم ذلك دفعه واحده على عينه البحث المؤلفه من (100) ارملة معلمة .

الوسائل الاحصائية

1 – الأختيار التائي (Te - test) لعينه واحدة لقياس الفراغ الوجودي ومقياس الصحة النفسية..

2 – معامل أرتباط بيرسون لاستخراج الثبات بطريقة إعادة الاختبار ، فضلاً عن معرفة العلاقة بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية..

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها وفقا لاهداف البحث الحالي وكالاتي :-

اولا: قياس الفراغ الوجودي لدى عينة البحث

أظهرت نتائج البحث أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الفراغ الوجودي قد بلغ (125) درجة وبانحراف معياري قدره (11,675) درجة. وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس الذي بلغ (153) درجة، وبأستعمال معادلة الأختبار التائي لعينة واحدة، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (1,210) درجة، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (99) درجة كما موضح في الجدول (2)

الجدول(2)

الأختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والحسابي على مقياس الفراغ الوجودي

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي للمقياس	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
100	125	11,676	153	99	1,210	1,98	0,05	دالة

يتضح من الجدول(2) إن الوسط الحسابي لدرجات الفراغ الوجودي لدى أفراد البحث أقل من المتوسط الفرضي للمقياس, وهذا يعني ان أفراد عينة البحث ليس لديهن فراغ وجودي ,كما إن القيمة التائية المحسوبة اقل من القيمة .

ثانيا- قياس الصحة النفسية لدى أفراد عينة البحث

بلغ المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الصحة النفسية (150) درجة وبانحراف معياري قدره (13,781) درجة. وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس الذي بلغ (120) درجة، وبأستعمال معادلة الأختبار التائي لعينة واحدة، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(19,78) درجة، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (99) درجة كما موضح في الجدول (3) .

الجدول(3)

الأختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي على مقياس الصحة النفسية

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي للمقياس	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة	النتيجة
100	150	13,781	120	99	19,78	1,98	0,05	دالة

يتضح من الجدول (3) توجد فرق ذي دلالة احصائية, إن الوسط الحسابي لدرجات الصحة النفسية لدى أفراد البحث والبالغة (150) اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس

البالغ (120) ,كما إن القيمة التائية المحسوبة البالغة (19,78) اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,98) وهذا يعني ان أفراد عينة البحث تتمتع بصحة نفسية .

ثالثا- التعرف على نوع العلاقة الأرتباطية بين الفراغ الوجودي و الصحة النفسية لدى أفراد عينة البحث.

تم استخراج معامل ارتباط بيرسون بين الفراغ الوجودي والصحه النفسية حيث بلغ (0,09) ، ولغرض معرفة دلالة طبيعة هذه العلاقة فقد تم استخراج القيمة التائية المحسوبة والتي بلغت (1,26) وهي اقل من القيمة الجدولية (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير إلى انه ليس هناك علاقة ارتباطية بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية لدى عينة البحث الحالي.

مناقشة النتائج وتفسيرها

تبين من خلال المعالجة الاحصائية لبيانات البحث الحالي ان افراد عينة البحث (الارامل) بان ليس لديهن (فراغ وجودي) وهذه النتيجة تختلف مع نتيجة دراسة (محمد ،2014) التي اشارت الى ان الارامل لديهن فراغ وجودي . وهو مؤشر إيجابي يدعونا للتفاءل بسلامة الجانب النفسي والإجتماعي في حياة شريحة مهمة من شرائح المجتمع العراقي .كما تساوقت هذه النتيجة المنطق النظري" لفرانكل" الذي أكد على أهمية ودور المعاناة في تحقيق وإيجاد المعنى في حياة الفرد، فقد كان لمعاناة فقدان الزوج لدى الارامل أثر إيجابي في تحقيق المعنى في حياتهم الذين مروا بخبرة فقدان الزوج، حيثُ إن الشخصية ذات الوجود الأصيل هي التي تتغلب على المشكلات والمصائب التي تمر بها. وفيما يخص الصحة النفسية فقد تبين ان عينة البحث الحالي الارامل يتمتعن بالصحة النفسية .و تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (العامري ،2011) وهذا يعني ان أفراد عينة البحث يتمتعون بصحة نفسية جيدة، وهو مؤشر إيجابي آخر يدل على إن الارامل فاقدي الزوج يتمتعون بصحة نفسية جيدة ،حيث ان مشكلة أو معاناة فقدان الزوج لم يكن لها تأثير سلبي على الصحة النفسية للارامل ، وتؤشر هذه النتيجة أيضاً ان الارامل فاقدي الزوج يتغلبون على الصعوبات والمشاكل والظروف القاسية التي تمر بهم والتي يعيشونها لانهم يمتلكون القدرة على مواجهة المشكلات والصعوبات المحيطة بهم مع الأحساس بالقوة والنشاط الحيوية والقدرة على التوافق مع الحياة

وبقوة الشخصية في تحمل الظروف والأزمات ومستوى عالٍ من التوافق الشخصي والإجتماعي والأسري، والقدرة العالية على مواجهة الأحباطات والتغلب على مشكلات الحياة وحلها. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال تأكيد علماء النفس في ان الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الشخص القادر على توظيف قدراته ومهاراته وخبراته ومعلوماته في عمل ما يسعده ويسعد الآخرين ، كما ويكون مستقلاً عن الآخرين ومنفتحاً عليهم ولديه تنظيم موجه في الحياة وقدرة على التحمل والثقة، وقادر على إشباع حاجاته البيولوجية وتحقيق علاقات إجتماعية ناجحة مع الآخرين. وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأنَّ المعلمة الأرملة تستطيع تحقيق هذا المستوى من تجاوز الذات من خلال إشباع حاجاتها الأولية والثانوية والتأقلم مع الواقع الخارجي لاسيما أنها تتقاضى راتباً شهرياً مما يخفف عنها عبء المسؤولية ويمكنها من تلبية متطلبات أولادها واحتياجاتهم وهذا يعني أنها توصلت إلى مرحلة من الرضا عن النفس والتوافق مع الظروف البيئية ، فإذا بلغت مستوى مرتفعاً من الكفاءة الشخصية فذلك يعني أنها أكثر وعياً بذاتها وقدراتها وإمكانياتها وبجوانب القوة والضعف لديها ، وأكثر أعمالاً لضميرها وأخلاقها ، وأقل اندفاعية في التعامل مع الآخرين ، وأكثر قدرة على احترام الآخرين وآرائهم ومما لاشك فيه أن شخصية بمثل هذه الصفات والخصائص ستكون على الأرجح بل بالتأكيد أكثر قدرة على تجاوزها..

الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يمكن الخروج بعدد من الاستنتاجات وأهمها :

1- إن فقدان الزوج لايشكل للارامل فراغا وجوديا ولاسيما ان الارامل يتعرضن الى ضغوط نفسية كبيرة

2- ان فقدان الزوج لا يشكل خطر على صحة النفسية والجسمية للارامل .

3- لا توجد علاقة بين الفراغ الوجودي والصحة النفسية . هذا يعني ان عينة البحث الارامل لايعانا من اعراض الفراغ الوجودي وهو مؤشر جيد للصحة النفسية.

التوصيات

4- تنمية الاحساس بنوعية الحياة لدى الارامل من الوعي وترسيخ المعاني والقيم الأصيلة بين الارامل من خلال برامج تربوية وتعليمية متطورة وعصرية ترتقي بواقع الإنسان.

5- العناية بالنواحي الترفيهية وذلك بالمساهمة في إنشاء المراكز الاجتماعية والنوادي بغيه التخفيف من حدة الأزماتالتي تعرضن لها الارامل .

6-تشجيع المنظمات الإنسانية للاهتمام بظاهرة مشكلة الارامل.

المقترحات :

1- إجراء دراسة لمفهوم الفراغ الوجودي على عينات أخرى (الأرمل والأيتام. الأحداث.. المهجرين.الخ).

2- إجراء دراسة لمفاهيم نفسيه أخرى على العينة نفسها منها(معنى الحياة، الإحباط الوجودي...الخ).

3- اجراء دراسة لمفهوم الصحه النفسية على عينات اخرى (الارمل ، والايتام ، الاحداث. المهجرين..

المصادر

1-الزبيدي ، كامل علوان و الهزاع ، سناء مجول . (1997) ، بناء مقياس الصحة النفسية لطلبة الجامعة ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، ع22 ، بغداد

2-الزوبعي، ناصر هراط فارس (1999): الصحة النفسية وعلاقتها بالتفاعل الأجتماعي لدى طلبة جامعة بغداد (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية الآداب، جامعة بغداد.

3-عبد الغفار، عبد السلام (1976): مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية، القاهرة.

4-العزة، سعيد حسني وعبد الهادي، جودت عزت (1999) ، نظريات الارشاد والعلاج النفسي، ط 1، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان – الاردن.

5-عبد الغفار ، عبد السلام (ب.ت) ، مقدمة في الصحة النفسية ، دار النهضة العربية القاهرة.

6-عناني ، حنان عبد الحميد ،(2000) الصحة النفسية ، ط1 ، دار الفكر للطباعة ، عمان – الأردن.

7-فرانكل ، فيكتور (1982) ، الإنسان يبحث عن المعنى ، ترجمة ،د : طلعت منصور ، دار القلم ، الكويت .

8-كفافي ، علاء الدين . (1995) ، الصحة النفسية ، ط3 ، دار هجر للطباعة والنشر، قطر.

9-محمد ، جاسم محمد . (2004) ، المدخل إلى علم النفس العام ، ط1 ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، الاردن .

10-العامري، نزار علي خضير.2011.المعنى في الحياة وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطلبة فاقدي الاب في المرحلة المتوسطة.رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بغداد .كلية الاداب.

11-الرحو،جنان سعيد(2005)، **أساسيات في علم النفس**، لبنان- بيروت، الدار العربية للعلوم،ط.1
12-كمال ، علي (1989) ، النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها، ط 4، الجزء 2، دار واسط للدراسات والنشر والتوزيع، بغداد.
13-شلتز ، داون (1983) نظريات الشخصية ، ترجمة حمد دلي الكدبولي وعبد الرحمن القيسي ، مطابع التعليم العالي ، بغداد .
14-الأسدي ، آمال محسن عليوي ، (1998) ، الصحة النفسية وعلاقتها بالابداع لدى الفنان العراقي، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب، (رسالة ماجستير غير منشورة) .
15-الخزعلي ،شيماء صادق رسن .2008،البخل وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة بغداد ،كلية الاداب .
16-صبحي، سيد (2002)، الارشاد النفسي الواقع والمأمول، المكتبة التجارية الحديثة، القاهرة.
17-صالح،قاسم حسين(1986)الأنسان من هو،دار الشؤون الثقافيه العامه،ط2،بغداد العراق
18-البريثن ، عبد العزيز عبد الله ، (2008) ، الإرشاد الأسري ، دار الشروق ، عمان ، الأردن
19-الحسني ، سناء علي عبد الأمير ، (1994) ، الأمن النفسي وأثره في تغيير القيم لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية .
20-خزنة دار ، نارين جمال عبد القادر ، (1992) ، أسر الأرامل دراسة ميدانية في مدينة بغداد ، رسالة ماجستير ، آداب ، علم الاجتماع ، جامعة بغداد .
21-الخولي ، سناء ، (1976) ، الأسرة والحياة العائلية ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية .
22-الذهبي ، آمنة ، (2008) ، واقع المرأة في العراق ما بعد التغيير ، كتاب الحوار المتمدن ، بغداد ، العراق .
23-الرازي ، محمد بن أبي بكر عبد القادر ، (2000) ، مختار الصحاح ، ط1 ، دار الحديث ، القاهرة .
24-الزبيدي ، كامل علوان والشمري ، جاسم فياض ، (1999) ، علم نفس التوافق ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، العراق .
25-عبد الله ، حلا ، (2005) ، مشاكل النساء الأرامل المعيلات لأسرهما ، بحث ميداني ، مجلة وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ، قسم البحوث والدراسات ، بغداد، العراق .
26-العزاوي ، ماجد عبد جواد ، (2010) ، تنظيم الوقت لدى المرشدين التربويين وعلاقته بجودة الحياة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
27-الكناني ، لينا علي ، (2011) ، الفراغ الوجودي وعلاقته بمعنى الألم لدى المطلقات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
28-ماي ، روولو ويالوم أرفين ، (1999) ، مدخل إلى العلاج النفسي الوجودي ، ط1 ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر .
29-الهاشمي ، حمد ، (2008) ، واقع المرأة في عراق ما بعد التغيير .
20-الأعرجي ، إبراهيم مرتضى إبراهيم ، (2007) ، فقدان المعنى وعلاقته بالتوجه الديني ونمط الاستجابات المتطرفة لدى طلبة جامعة بغداد ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية (ابن رشد) .
21-محمد، نور جبارعلي ،2014. الفراغ الوجودي وتجاوز الذات وعلاقته بالتصورات المستقبلية لدى الرامل ، اطروحة دكتوراه غير منشوره . كلية التربية للعلوم الانسانية . جامعة ديالى .

22–الهابط، محمد السيد(1985)"التكيف والصحة النفسية،الأمراض النفسية، الأمراض العقلية،مشكلات الطفل وعلاجها " الإسكندرية،المكتب الجامعي الحديث.

23– الشرقاوي ،أنور محمد (1981): الأساليب المعرفية المميزة لدى طلاب وطالبات بعض التخصصات الدراسية في جامعة الكويت. مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، العدد(1)،السنة(9).

24–سمين، زيد بهلول (1977) : الامن والتحمل النفسيان وعلاقتهما بالصحة النفسية، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، بغداد.

25–أرآجيل ، مايكل ،(1993) سيكلوجية السعادة ،ت: فيصل عبد القادر يوسف عالم المعرفة ،المجلس الوطني للثقافة والفنون والأدآب ، الكويت.

26-- Debats , D. L. , Drost , J. , Hansen , P. (1999) , Experiences of Meaning in Life : acombined Gualitative and Quantive Approach , British Journal of Psychology , vol.86 (3) . PP.359- 376 . Retrieved from Expanded Academic Database .

27-Earn sham , L. Emily , (2000) , Religious Orientation and Meaning in Life : an Exploratory study .

28-Gallant , M , Christina , (2001) , Existential Expeditions : Religious orientations and personal meaning , Graduate counseling psychology program , published Master Thesis

29-May , Rolo , (1953) , Man's search for himself , Newyork : Random House .

30-Langle , A fried , Orgler , Christine , (2003) , The Eristence Scale , European Psycho therapy , vol.4 (1) .

31-Selby , C. , Stanislav , V. and Adrian , M. , (1987) , The Measurement of grief , The Hospice Journal 2 (4) , 21-36 . PMID : 3647912

32-Crumbaugh , J. C , & Maholick , L. T. (1964) A experimental study in existentialism : The Psychometric approach to Frankl's concept of noogennic neurosis. Journal of Clinical Psychology 20 , 200- 207.

(ملحق/1)

اسماء السادة الخبراء اللذين عرض عليهم المقياسين

ت	الاسم واللقب العلمي	العنوان	التخصص
1	أ.د.بشار إسماعيل خليل	كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية	علم نفس التربوي
2	أ.د.خليل إبراهيم رسول	كلية الآداب – جامعة بغداد	قياس وتقويم
3	أ.م.د.أحمد لطيف الفهداوي	كلية الآداب – جامعة بغداد	علم النفس
4	أ.م.دهيثم احمد علي	كلية التربية – جامعة ديالى	علم النفس
5	ا.م.د.احلام جبار عبد الله	كلية التربية – جامعة بغداد	علم النفس التربوي
6	أ.م.د.كريم ناصر علي	كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية	علم نفس التربوي
7	أ.م.د.نبيل عبد الغفور	كلية التربية – الجامعة المستنصرية	قياس وتقويم
8	أ. د.كامل علوان احمد	كلية الاداب – جامعة بغداد	علم النفس
9	أ. د.عبد الجليل مصطفى	كلية الاداب – جامعة بغداد	علم النفس
10	م.د.فلاح حسن جبر	كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية	علم نفس التربوي
11	ا.م.د.سميعه علي حسن	كلية التربية– جامعة ديالى	الارشاد التربوي
12	م.د.محمد عبد الكريم طاهر	كلية التربية الأساسية – الجامعة المستنصرية	علم نفس التربوي

(ملحق/2)

مقياس الفراغ الوجودي

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي أبداً
1	أشعر أني أعيش في عالم غير آمن .					
2	أشعر بالإعياء والإجهاد .					
3	أشعر بفقدان الشهية كلما تذكرت المفقود .					
4	يصعب علي فهم ما يدور حولي لتعقّد الحياة					
5	أشعر أن المستقبل مظلم ولا بارقة أمل فيه .					
6	أشعر أني قادرة على تحمل المسؤولية .					
7	اعتقد أن الإنسان غير قادر على التحكم بمصيره					
8	أتضايق من نظرة المجتمع إلى الأرامل .					
9	اعتقد أن الآخرين لا يستحقون اهتمامي .					
10	أنا غير راضية عن الماضي .					
11	يصعب علي التعبير عن أفكاري .					
12	أشعر بفقدان الطاقة والقوة بعد وفاة زوجي .					
13	أشعر أني أكثر قابلية للإصابة بالمرض بعد وفاة زوجي .					
14	أشعر بأني ضعيفة من الداخل .					
15	لدي رغبة بالزواج لكن أخشى كلام الناس .					
16	أشعر بالملل طوال اليوم .					
17	أشعر أني أقل قدرة على الإنتاج .					
18	أشعر بالغربة بالرغم من وجود الناس حولي					
19	أرى أن علاقات الناس قائمة على المنفعة الشخصية ولا معنى لها .					
20	تعاطف الآخرين معي يسبب لي الشعور بالنقص					
21	أشعر أني أقل قيمة من الآخرين .					
22	أشعر أن هنالك فجوة بيني أنا والمجتمع .					
23	أفضل الانعزال عن الآخرين .					
24	أنا غير مهتمة لآراء الآخرين .					
25	أفتقد الشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين					

	.					
26	أتمتع بحياة عائلية جيدة .					
27	أشعر بالانتماء الحقيقي لجماعة ما .					
28	أشعر أن الآخرين يثقون بي .					
29	أعامل الآخرين على قدم المساواة .					
30	أخشى أن يتخلى عني أقاربي .					
31	أشعر أنه لا أهمية لوجودي في هذه الحياة .					
32	ينتابني الإحباط لسوء تخطيطي في الحياة اليومية					
33	أشعر أن حياتي بلا هدف .					
34	استطيع حل مشكلاتي لوحدي .					
35	أشعر بالحيرة في الحياة .					
36	أشعر بالاغتراب عن ذاتي .					
37	أتجنب اتخاذ القرارات المهمة التي تتعلق بحياتي					
38	أجد صعوبة في مواجهة مشاعر الخواء التي تنتابني .					
39	عندما أقرر شيئاً فإني لا أتردد في تنفيذه .					
40	لدي القدرة على انجاز عملي حتى لو كنت محبطة .					
41	أنا شخص أحمل رسالة وهدفاً في الحياة .					
42	أبكي دائماً على واقع حياتي .					
43	لدي القدرة على فهم نفسي .					
44	يتملّكني إحساس بالضياع .					
45	حياتي انتهت بوفاة زوجي .					
46	أشعر بالضيق والانزعاج من وضعي الحالي					
47	أفتقد الأمان والاستقرار لكوني أرملة .					
48	أفضل الصمت عندما تتحدث صديقاتي عن حياتهن الزوجية .					
49	لدي شعور سلبي حول ذاتي .					
50	أشعر بحرمان عاطفي كبير .					
51	اعتقد أنني أشكل عبءاً على عائلتي .					

(ملحق /3)

مقياس الصحة النفسية

ت	الفقرات	بدائل الإجابة				
		دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
1	اشعر بالرضا عن نفسي					
2	اشعر بقدرتي على تحمل المسؤولية					
3	يصفني الآخرون أني صبور					
4	أتقبل ذاتي كما هي					
5	أشعر بالرضا عن قدراتي					
6	يصفني الآخرون أني مثابر					
7	أشعر بالنجاح في معظم الأوقات					
8	لدي القدرة على مواجهة المشكلات					
9	أفضل الهروب من المشكلة التي لا أجد حلاً لها					
10	اشعر ان لا جدوى من حياتي					
11	يستشيرني أصدقائي في حل مشكلاتهم					
12	أشعر أن دوري مهم في الحياة الاجتماعية					
13	لدي القدرة على اتخاذ القرار الصائب					
14	لا أشعر بالقلق بسبب طبيعة المشكلات التي تواجهني					
15	أضع بدائل عديدة لحل مشكلاتي					
16	أشعر بالقلق على مستقبلي					
17	أعاني من الأحلام المزعجة					
18	يصفني أصدقائي أني عصبي					
19	أعاني من الأرق					
20	تنتابني مخاوف غير عادية لا أعرف سببها					
21	تراودني أفكار لا استطيع التخلص منها					
22	أشعر أن الآخرين يراقبونني					

23	اشعر بصداع مستمر					
24	أنفعل من أتفه الأمور					
25	يصفني الآخرون اني كئيب					
26	أعاني من التهابات الجلد					
27	أشعر بزيادة ضربات القلب					
28	أعاني من الربو					
29	أشعر بألآم في صدري					
30	أعاني من قرحة المعدة					
31	أشعر بتصبب العرق من الوجه واليدين حتى في الجو البارد					
32	أجد صعوبة في مسايرة العادات الاجتماعية					
33	أشعر بالنحول والإعياء باستمرار					
34	أشعر بالرعشة في اليدين					
35	أتمنى لو أعيش وحيداً					
36	أشعر ان قيم المجتمع تقيد حريتي					
37	أشعر بالارتياح عندما أقدم المساعدة للآخرين					
38	لا أعير اهتماما للضوابط الاجتماعية					
39	لدي القابلية على الانسجام مع الآخرين					
40	أراعي أصدقائي					

Abstract

The existential emptiness and widespread phenomenon in today's world and some even expressed Basab era. This phenomenon represents a mixture of feelings of emptiness and emptiness and boredom and boredom and helplessness and Allajdoy felt by the people of this era. The existential emptiness is one of the basic psychological concepts and events indicated by the existentialists. As for the existential void with mental health relationship. The pursuit of human innate about the search for meaning in his life and to achieve is given by mental health. The individual's sense of happiness and satisfaction and success in life and confront the psychological pressure successfully as possible to achieve mental health. The current research aims to identify. .

1. existential vacuum measurement parameters to the widows.
2-measurement of mental health with the parameters of widows
3. knowledge of correlation between the existential emptiness and mental health.

The current research is limited to (parameters widows) in the city (Khanaqin and Muqdadiyah). In Diyala who work in mixed and non-mixed primary schools of the Directorate of Educational Diyala province for the academic year (2014/2015 m). As it reached the current sample (100), the widow of a teacher. Who Termlnh after 2003 to 2013 .. and when data is

1-sample that current research does not have a vacuum and Judy
2-The sample current research enjoy mental health.
3. There is no existential void between mental health relationships among a sample Current search. In the

The light of the results presented researcher number of recommendations and suggestions