

فاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين في الأردن

د. ثامر حسين علي سميران

وزارة التربية والتعليم
المملكة الأردنية الهاشمية

dr. thamersmeran@gmail.com

فاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين في الأردن

د. ثامر حسين علي سميران

وزارة التربية والتعليم
المملكة الأردنية الهاشمية

الملخص

استهدفت الدراسة الكشف عن فاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين، وتتألفت عينة الدراسة من (32) مراهقاً من مدارس مخيم اللاجئين السوريين، تراوحت أعمارهم بين (15-17) سنة، تم اختيارهم بطريقة قصدية ممن لديهم اكتئاب نفسي مرتفع بعد تطبيق مقياس الاكتئاب النفسي عليهم، وتم توزيعهم على مجموعتين: مجموعة تجريبية تألفت من (16) فرداً تعرضاً لبرنامج إرشادي وعلاجي باستخدام الإرشاد والعلاج بالمعنى، ومجموعة ضابطة تكونت من (16) فرداً لم يتلق أفرادها أيّ برنامج إرشادي، واستخدمت الدراسة مقياس الاكتئاب النفسي، وبرنامج إرشادي علاجي بالمعنى وفق نظرية العلاج بالمعنى الوجودي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أثر وفاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى الطلبة المراهقين في المجموعة التجريبية، واستمرارية الأثر للبرنامج بعد مرور شهر من المتابعة.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد والعلاج بالمعنى، الاكتئاب النفسي، العلاج الجماعي، المراهقين، مخيم اللاجئين.

The Effectiveness of Counseling and Logotherapy on reducing the Psychological Depression among a sample of Adolescent in a Syrian refugee camp in Jordan

Dr. Thamer Hussein Ali Samiran

The Ministry of Education
Jordan

Abstract

This study aimed to investigate the effectiveness of counsel and logotherapy in reducing psychological depression among a sample of (32) Adolescents in a Syrian refugee camp in Jordan aged (15-17) years, who were intentionally selected from those who have a high psychological depression. After implementing the psychological depression scale on them, they were divided into two groups: an experimental group that consists of (16) individuals who were exposed to a counseling and therapeutic program using counseling and logotherapy, and a controlled group that consists of (16) individuals who did not receive any counseling program. The study used the psychological depression scale and the logotherapy counseling program, according to the existential psychotherapy theory. The Study results, revealed the impact and effectiveness of counseling and logotherapy in reducing the psychological depression among adolescents in the experimental group, and the continuity of the program's effectiveness after one month of follow-up.

Keywords: Counseling and Logotherapy, Adolescent, Group Counselling, Refugee camp, Psychological Depression.

فاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين في الأردن

د. ثامر حسين علي سميران

وزارة التربية والتعليم
المملكة الأردنية الهاشمية

المقدمة

يعد اضطراب الاكتئاب النفسي ضمن الاضطرابات النفسية التي تتسم بخلل في المزاج ومشاعر الحزن والضيق، وهو حالة مزاجية تتسم بإحساس بعدم القيمة (Evans, 2004)، ونقص الدافعية والنشاط، وهو من الاضطرابات التي تعيق الإنسان عن القيام بأداء دوره الاجتماعي وتكييفه النفسي، وله آثار تتضح في جوانب افعالية ومعرفية وجسدية (Mark, 2017). (How & Ping, 2017)

والاكتئاب خبرة وجدانية ذاتية تتضمن فقدان الاهتمام والشعور بالفشل وعدم الرضا والرغبة في إيذاء الذات والتردد وعدم القدرة على البت في القرارات (Tord- Tord, 2006), ومن الأمثلة على الاضطرابات الانفعالية في الاكتئاب الحزن الدائم والرغبة في البكاء، والتهيج، وعدم القدرة على الحب، وكراهية الذات والتفكير في الانتحار (Ivarsson, Per r, Oeystein, Lauri, 2006) (Reddy, Philpot, Ford & Dunbar, 2010)، وكذلك في الجانب المعرفي يتمثل في انخفاض تقدير الذات، وتشويه المدركات، واضطراب الذاكرة، وتوقع الفشل وخيبة الأمل في الحياة (النجمة، 2008)، وكذلك اضطراب فقدان الشهية للطعام، واضطراب النوم، والعجز الجنسي، واضطراب الجهاز العصبي ، والصداع والإنهاك، وتناقص الطاقة (Bernstein, Wendt, Nasr & Rush, 2009).

إنّ أسباب الاكتئاب ربّما يكون نتيجة تناقص الدعم الإيجابي أو يعود إلى الصراع النفسي بين مكونات الشخصية الأنّا والأنّا الأعلى حسب نظرية التحليل النفسي (Bauer et al, 2007; Reilly., MacGillivray., Reid., & Cameron, 2015) ، ويعود الاكتئاب من الاضطرابات النفسية الشائعة (Lynn, 2013)، فعلى الصعيد العالمي، يعني أكثر من (300) مليون شخص من جميع الأعمار من الاكتئاب، والاكتئاب هو السبب الرئيسي للعجز في جميع أنحاء العالم، وهو المساهم الأساسي في العبء العالمي الكلي للمرض، ويتأثر عدد

أكبر من النساء بالاكتئاب مقارنة بالرجال، في أسوأ حالاته، يمكن أن ينضي الاكتئاب إلى الانتحار (Cukrowicz, 2011). ومن الأعراض الرئيسية للاكتئاب المزاج المكتئب والتفكير السلبي (Rush et al, 2006)، وانعدام الإرادة وزيادة التعب، وانخفاض الحافز، والشعور بالذنب والنقص والنظر للحياة والمستقبل بطريقة سلبية ومتشائمة (Tord-Ivarsson, Per r, Oeystein, Lauri, 2006).

ويُعتبر مخيم الزعتري أكبر مخيم للاجئين في الشرق الأوسط ويقيم فيه حوالي 81,000 سوري. أنشئ المخيم المؤقت في 29 يوليو/تموز 2012 وسط تدفقات ضخمة للاجئين القادمين من سوريا (UNICEF)، وكثيرة هي المشكلات التي يعانيها الطلبة اللاجئون السوريون في الأردن نتيجة لتزاييد الأعداد التي بلغت ثلاثة ألافاً في المدارس الحكومية، وكذلك أثر الحرب في نفوس الطلبة، بالإضافة إلى اختلاف المناهج المتتبعة وعدم انسجام الطالب في كثير من الأحيان. ومن هذه الإشكاليات عدم تقبّل الواقع وسوء التكيف النفسي والاكتئاب والإحباط (عوادات، 2018). كما ويشكل الوضع المادي أحد الصعوبات التي تقف عائقاً أمام التحاق الكثير من الطلبة السوريين في المدارس، وتعودت مشاكل الطلبة السوريين التي تجلّى معظمها في انتشار حالات العنف والعزلة واضطرابات نفسية مختلفة، ويواجه الطلبة اللاجئون العديد من المشكلات عند دخولهم نظم التعليم في البلدان المضيفة كاختلاف في مستويات التعليم بينهم وبين زملائهم ومشكلة الاختلاف في المستوى الاقتصادي مما ينعكس على مستوى الطلبة ومخرجات التعليم، فالطلبة يأتون من بيئات مختلفة غير متساوية على الأغلب ويحملون سلوكيات مختلفة، مما يستوجب القدرة للتعامل معهم (الزغلول، 2016).

إنَّ الكثريين من الطلبة اللاجئين يعدون ضحايا الصراع وسوف يحتاجون إلى العناية الماهرة والمناسبة بالصحة العقلية حتى يمكنوا من التعافي (ربابعة والصمادي، 2020). وهناك بعض الطلبة اللاجئين الذين ربما يطربون مشكلات دائمة في الصحة العقلية في حال لم يتمكنوا من الحصول على عناية عقلية متخصصة (الطبعية، 2018)، ويواجه هؤلاء كلَّ إشكال التحديات التي يجب أن يواجهها أيّ لاجئ، لكنهم سيفعلون ذلك بينما يشعرون أيضاً باليأس العميق، والقلق، والألم النفسي. وسيكون البعض منهم غير قادرين على التكيف النفسي؛ وقد أظهرت نتائج دراسة زيادة والمومني والمومني (2018) أنَّ مستوى الأفكار الانتحارية لدى عينة من اللاجئين السوريين في الأردن حصل على متوسط (1.87) بتقدير (متوسط)، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار الانتحارية تُعزى لأثر الحالة الاجتماعية ولصالح فئة الأعزب.

ويُعدُّ الإرشاد والعلاج بالمعنى (Logo Therapy)، أحد أساليب العلاج الفعالة في علاج الأضطرابات النفسية، ويندرج أسلوب الإرشاد أو العلاج بالمعنى في إطار النظرية الوجودية (Melton & Stefan, 2008)، ويعني الإرشاد أو العلاج الروحي والمعنوي، حيث يستخدم في علاج الأضطرابات النفسية لدى الأفراد، ويعتبر من الأساليب الفعالة في تحسين الصحة النفسية، وهو منحى علاجي يقصد به التعامل مع الظواهر النفسية من خلال المعنى (Salar & Fatemeh, 2017)، ويركز هذا المنحى على معنى الوجود الإنساني، بالإضافة إلى بحث الإنسان عن هذا المعنى (Thir & Batthyany, 2016).

وبذلك يتناول العلاج النفسي بالمعنى مجموعة من الأبعاد، وهي: الوعي بالذات (Self-Awareness) لتمكين الفرد من العيش والحياة من خلال زيادة وعيه بذاته، ومن خلال البحث عن معنى لهذه الحياة للتخلص من الشعور بالوحدة والقلق والتوتر (Mun, 2005). وحرية الاختيار (Freedom of Choice): فالناس أحراز في اختيار البديل المتاحة أمامهم، لذلك فهم يتحملون مسؤولية حياتهم (Melton & Stefan, 2008). وتحديد الهوية: فالفرد بحاجة إلى الشجاعة والجرأة ليصنع هويته وتكون معنى للحياة (Salar & Fatemeh, 2017). وتكون المعنى: لحاجة الإنسان لاكتساب أهمية وهدف في الحياة (Melton & Stefan, 2008)، والقلق الوجودي: ضرورة المقاومة للحفاظ على الكيان وتحديده؛ وبازديادوعي الفرد يمكن له تحديد القلق الوجودي وسببه (Mun, 2005) ويركز الإرشاد والعلاج بالمعنى على أهمية وجود نسق قيمي ابتكاري يحفز على العمل والإنجاز (Brat, 2001) ونسق آخر اتجاهاتي يحفز على الشجاعة في مواجهة الألم والمعاناة، ونسق ثالث خبراتي يشتمل على معاني الحب والفهم والفلسفة، وجميعها يدعمها وجود مبدأ المسؤولية والإيمان بحرية اتخاذ القرار ويوؤكد على استكشاف الجوانب ذات المعنى في حياة الإنسان (Vos, Craig, & Cooper, 2015).

ومن الدراسات التي تناولت موضوع الاكتئاب النفسي والإرشاد والعلاج بالمعنى، دراسة الكفوري، صبحي، وخضر (2020) استهدفت الكشف عن فعالية برنامج إرشادي للتخفيف من أعراض الاكتئاب لدى المراهقين، والتحقق من استمرارية البرنامج وفعاليته لما بعد فترة المتابعة، وتكونت عينة الدراسة من (20) مراهقاً ومراهقة من طلاب المدارس الثانوية ممن يعانون من ارتفاع مستوى الاكتئاب، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس بيك للاكتئاب، والبرنامج الإرشادي، وأسفرت نتائج الدراسة عن فعالية البرنامج الإرشادي للتخفيف من أعراض الاكتئاب لدى المراهقين، واستمرارية فعاليته لما بعد فترة المتابعة.

وفي دراسة طشطوش والأسمري (2019) هدفت الكشف عن مستوى الأعراض النفسية المرضية لدى الطلبة اللاجئين السوريين في المدارس الأردنية. وللتحقق من أهداف الدراسة استخدم الباحثان مقياس الأعراض النفسية المرضية، وتكونت عينة الدراسة من (543) طالب وطالبة، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن القلق جاء في المرتبة الأولى بمستوى مرتفع، ومن ثم العدوانية جاءت في المرتبة الثانية بمستوى مرتفع، ومن ثم الرهاب جاء في المرتبة الثالثة بمستوى مرتفع، يليه الاكتئاب جاء في المرتبة الرابعة بمستوى متوسط.

وفي دراسة أحمد (2018) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى فاعلية برنامج إرشاد نفسي علاجي لتحسين التوافق النفسي وخفض الاكتئاب لدى الطلبة في ضواحي دمشق، وبلغ حجم العينة (40) طالب وطالبة. شملت أدوات الدراسة استمارة البيانات الأولية ومقياس التوافق النفسي والاكتئاب النفسي وبرنامج الإرشاد النفسي العلاجي. توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة كان مرتفعاً وانخفاض في الاكتئاب النفسي بعد تطبيق البرنامج العلاجي، أي وجود فروق دالة إحصائياً في فاعلية البرنامج لصالح التطبيق البعدى.

وهدفت دراسة متولي (2017) إلى اختبار فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين التوافق النفسي وخفض أعراض قلق المستقبل والاكتئاب لدى عينة من طالبات كلية التربية بالزلفي، تكونت عينة البحث من (36) طالبة في المدى العمري من (19-22)، والذين لديهم انخفاض في التوافق النفسي وارتفاع في درجتي الاكتئاب وقلق المستقبل، وذلك بناءً على درجاتهن على مقاييس التوافق النفسي والاكتئاب وقلق المستقبل، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية، مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادي أدى إلى زيادة التوافق النفسي وخفض أعراض قلق المستقبل والاكتئاب لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وسعى دراسة جرادات (2016) إلى استكشاف نسبة انتشار الاكتئاب بشكل عام لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك؛ اختبار الفروق في نسب انتشار الاكتئاب عبر عدد من المتغيرات الاجتماعية الديمografية. تم تطبيق النسخة العربية لقائمة بيك للأكتئاب. وقد تكونت عينة الدراسة من (677) فرداً (296 ذكراً، 381 أنثى)، وأشارت النتائج إلى أن نسبة انتشار الاكتئاب بين أفراد العينة بلغت 13.3%. وتبين أن نسبة انتشاره بين الذكور أعلى من الإناث؛ وبين الطلبة الذين من أسر كبيرة أعلى من الطلبة الذين من أسر متوسطة أو صغيرة؛ وبين الطلبة الذين من أسر دخلها منخفض أعلى من الطلبة الذين من أسر دخلها متوسط أو مرتفع.

وهدفت دراسة أبو حسونه (2016) إلى تعرف مستوى أعراض الاكتئاب لدى طلبة جامعة إربد الأهلية، في ضوء المتغيرات الديموغرافية الآتية: (الجنس، والمعدل التراكمي، والمستوى الدراسي، والعمل). وقد تكوّنت عينة الدراسة من (512) طالباً وطالبة، ولتحقيق هدف الدراسة مقاييساً لقياس مستوى الاكتئاب. أشارت نتائج الدراسة إلى أنَّ المتوسط الحسابي للاكتئاب لأفراد عينة الدراسة كان (1.02) على المقياس الكلي، وجاء متوسط ترتيب الأبعاد كالآتي: البعد المعرفي (1.05)، ثمَّ البعد الجسمي (1.01)، وأخيراً البعد الاجتماعي (0.98)، وهذا يشير إلى أنَّ مستوى الاكتئاب كان ضعيفاً على جميع أبعاد المقياس، وكذلك المقياس الكلي. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في مستوى متوسطات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاكتئاب لكل ومجالاته المختلفة تعزى لمستويات متغيرات الدراسة: (الجنس، والمعدل التراكمي، والمستوى الدراسي).

وفي دراسة باتريسيا فوجيك وأخرون (Patricia et al, 2007) لفحص طرق الجنس المحدد من ضحايا الأقران في كل من القلق والاكتئاب عند المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة من خلال تجربة عشوائية. أُجريت الدراسة في هولندا، وتكونت عينة الدراسة من (448) مراهقاً ومراهقة في مرحلة المراهقة المبكرة، وقد تراوحت أعمارهم بين (7-13) سنة، اعتمدت الدراسة على تقارير المدرسين لأعراض القلق والاكتئاب التي يلاحظونها لدى المراهقين، كما طلب من المراهقين أيضاً كتابة تقارير ذاتية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الإناث حصلوا على درجات أعلى من الذكور في شعورهم بكلٍّ من القلق والاكتئاب.

واستهدفت دراسة المحارب (2005) تحديد الأعمار التي تبدأ فيها الفروق في أعراض الاكتئاب والقلق لدى المراهقين والراهقات في السعودية. وقد تكونت عينة الدراسة من 12246 طالب وطالبة، تتراوح أعمارهم ما بين 12-18 سنة، أظهرت نتائج الدراسة أن الفروق بين الجنسين في أعراض الاكتئاب تبدأ عند عمر 13 سنة إلى جانب الإناث، وأن الفروق بين الجنسين في القلق بدأت عند عمر 14 سنة إلى جانب الإناث وبقيت دائرة. في كلتا الحالتين، حتى العمر 18 سنة.

مشكلة الدراسة

يُعد الاكتئاب إحدى المشكلات النفسية الخطيرة التي تؤثّر على مشاعر وسلوك المراهقين، وتمثل بالشعور بالحزن الدائم مع عدم الاهتمام بالأنشطة المعتاد. ولا يمكن اعتبار الاكتئاب ضعفًا في الشخصية أو مشكلة يمكن التغلب عليها بالإرادة، بل هي مشكلة حقيقة تحتاج

إلى علاج وإرشاد نفسي أو دوائي أو دمجهما معاً، ويمكن للأكتئاب أن يظهر في أي مرحلة عمرية مع اختلاف طبيعة الأعراض في كل مرحلة، فمثلاً تكون أعراض فقدان الشهية وفقدان الوزن واضطراب النوم أكثر شيوعاً لدى المراهقين، وتشير الدراسات إلى أن هذا الاختلاف يعود إلى الاختلاف في الطبيعة الفسيولوجية للمرض بين الفئات العمرية.

وتشير الدراسات إلى أن الأكتئاب يعصف بالإنسان المعاصر والتي تجعله عرضة لكثير من الضغوط النفسية كالقلق والتوتر (Goh & Griva, 2018)، والتي تؤثر بدورها على حياته بشكل عام، فهو لا يقتصر على فئة معينة فقط، وإنما على جميع الفئات وجميع الأعمار ولا يقتصر على ناحية واحدة وإنما على جميع النواحي، الصحية والاجتماعية. ويُعد الجانب النفسي عاملًا مهمًا في بناء الفرد والمجتمع، ويشير الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية (DSM-5) إلى أن الأكتئاب بوصفه اضطرابًا نفسيًا شائع الحدوث يؤدي إلى تغير المزاج وفقدان الاهتمام والمتعة، ويستمر لفترات طويلة ويعيق الفرد بدرجة كبيرة عن أداء نشاطه (Unutzer & Park, 2016)، كما أن الشعور بتلية الحيلة أمام القضاء والقدر والخوف من المستقبل، وتغيرات الحياة، كلها عوامل تسهم في إصابة الكثيرين من الناس بالأكتئاب النفسي (Shaw, 2000). حيث يعد اضطراب الأكتئاب النفسي أحد الاضطرابات النفسية التي قد تصيب المراهقين في لحظات من الحزن وفقدان الطاقة، والشعور بالتعب والإرهاق وعدم الاهتمام، أو الاستمتاع بالأنشطة الحياتية المختلفة. إن فئة المراهقين قد يكونون أكثر عرضة للأكتئاب النفسي الذي يؤثر على حياتهم الشخصية والانسحاب من الحياة الاجتماعية والأسرية؛ مما يؤدي إلى فقدان الاهتمامات، وتوهم المرض، واضطرابات النوم، واضطرابات جنسية، واضطرابات معرفية، وقد يتتطور الأمر إلى الإقدام على الانتحار (Yang, 2002)، وتلخص مشكلة الدراسة بالسؤال الآتي:

ما مدى فاعلية الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الأكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين في الأردن؟

أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة من خلال تناولها فئة المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين، وأهمية برامج الإرشاد العلاجية في مساعدة المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين للتغلب على اضطراب الأكتئاب النفسي، وتقديم الخدمات الإرشادية في النواحي الاجتماعية والصحية ومتابعة أثر تقديم هذه الخدمات على عينة الدراسة.

وترجع أهمية هذه الدراسة من أهمية الموضوع الذي تتناوله الدراسة وهو اضطراب الاكتئاب النفسي، وهو من الاضطرابات النفسية التي يعاني منها فئة المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين يمكن أن تعيق أداءهم ودورهم الاجتماعي (Goh & Griva, 2018)، وتوافقهم النفسي، كما أنه اضطراب له آثار انتفعالية ومعرفية وبدنية عليهم، ومن الممكن أن تسبب لهم اضطرابات سلوكية إن لم يتتوفر لهم الإرشاد والعلاج النفسي الذي يكفل تحقيق توافقهم النفسي والاجتماعي، لذا لا بد رعايتهم في جميع جوانب شخصيتهم، العقلية، والنفسية، والاجتماعية، وإن أهمية صحة الفرد النفسية هي أمر مهم، فتتمتع الفرد بها من شأنه زيادة قدرته على التقدم، والإنتاج، والعطاء (Hersen, Bellack & Himmelhoch, 2013)، ومن الأهمية العملية لهذه الدراسة أنها تسهم في تقدم الخدمة الإرشادية البرامج الإرشادية والعلاجية يمكن تطبيقها المساعدة الاجتماعية، وتنويعها خدمتها النوعية إلى المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين بحيث يمكن من خلال المساعدة والدعم الاجتماعي التي تقوى الشخصية، وتجعلهم لديهم القدرة على التكيف البناء مع أحداث الحياة الصاغطة، وتحلّق نمطاً من الشخصية قادرة على الاحتمال تستطيع أن تقاوم أحداث الحياة حتى لا تقع فريسة للاضطرابات النفسية (Tombak, Kiykim, Cimen & Sungur, 2019).

أهداف الدراسة

الكشف عن مدى تأثير الإرشادي والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين. وإلقاء الضوء على اضطراب الاكتئاب النفسي، وإعداد برنامج إرشادي وفق أسس وفتنيات الإرشاد والعلاج بالمعنى.

حدود الدراسة

تحدد الدراسة الحالية بعينتها المراهقين في مخيم اللاجئين السوريين في الأردن، للعام الدراسي 2021/2022 وأدواتها: مقياس الاكتئاب النفسي، والبرنامج الإرشاد والعلاج بالمعنى المطبق على عينة الدراسة التجريبية.

مصطلحات الدراسة

الاكتئاب النفسي: اضطرابات وجديّة يُتّسّم بحالة من الحزن الشديد والعميق، وفقدان الحب وكراهية الذات، والشعور بالتعاسة، وفقدان الأمل، وعدم القيمة، ونقص النشاط

اضطراب يتصف بحدوث انخفاض كبير في الطابع المزاجي للفرد، وبفقدان الاهتمام أو الاستمتاع بالنشاطات اليومية (Mark, How & Ping, 2017).

وإيجائياً يعرف بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الاكتئاب النفسي المستخدم في الدراسة.

الإرشاد والعلاج بالمعنى (Logo Therapy): مجموعة من الخطوات المنظمة والمتخصصة، التي تهدف إلى تعديل السلوكيات الخاطئة والمعارف السلبية لدى المسترشد أو استبدالها، وتم إيجاد هذا العلاج على أساس السعي للعثور على معنى في حياة للإنسان، وهو الأساس في تقوية التحفيز والدافعية، وهو توجه علاجي نفسي يتناول المشكلات الفلسفية التي تدور حول وجود الإنسان؛ للوصول إلى معنى الحياة، وحرية الاختيار، وتحقيق ذاته بنفسه، ضمن مجموعة من الفنون المتعددة للبحث عن الذات وتحقيق معنى للحياة، ويهدف إلى فهم الوجود الإنساني وتعزيز الوعي به، واستشارة إرادة المعنى، وتأكيد الشعور بالحرية والمسؤولية، التي تجعل للحياة معنى (Ameli & Dattilio, 2013).

الراهقين: هم الطلاب الذكور الذين تراوحت أعمارهم بين (15-17) سنة و يدرسون في مدارس مخيم اللاجئين السوريين.

فرضيات الدراسة

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الاكتئاب النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ولصالح المجموعة التجريبية.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ومتوسطات درجات نفس المجموعة على مقياس الاكتئاب النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ولصالح التطبيق البعدي.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب النفسي بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي.

طريقة الدراسة واجراءاتها عينة الدراسة

يتكون أفراد الدراسة من الطلبة المراهقين الذكور في مدارس مخيم اللاجئين السوريين

بمدينة المفرق في الأردن في العام 2021/2022 و البالغ عددهم (295) طالباً وترواحت أعمارهم بين (15-17) سنه بمتوسط عمري (16,27) عاماً وانحراف زمني قدره (0,65)، حيث تم تطبيق مقياس الاكتئاب عليهم جميعاً، وتألفت عينة الدراسة من (32) مراهق، تم اختيارهم بطريقة قصدية ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس بيك للاكتئاب النفسي، وتم توزيعهم إلى مجموعتين: إحداهما تجريبية قوامها (16) مراهقاً، وأخرى ضابطة قوامها (16) مراهقاً.

أداة الدراسة

مقياس الاكتئاب النفسي: استخدم الباحث مقياس (Beck) للاكتئاب النفسي، ترجمة غريب (2000) والمناسب للبيئة العربية والأردنية، ويكون من (21) بند؛ كل بند له سلسلة متدرجة من أربعة بدائل، وتمثل عبارات وصفية نمطية، وتكون ممثلاً للأعراض والاتجاهات الاكتئائية، كما تم تنظيم هذه البنود تبعاً لشدة محتوى العبارات البديلة الأربع لكل بند، وتم ترتيب العبارات في كل بند على مقياس من 4 نقاط من صفر إلى 4 وذلك حسب شدة العرض الذي يمثله.

الصدق: وللتحقيق من الصدق للمقياس قام غريب (2000) بدراسة للبناء العاملى لمقياس بك للاكتئاب النفسي، صدق المحتوى، وصدق المفهوم، والصدق العاملى، وأثبتت أن المقياس على مستوى عالٍ من الصدق، حيث إنه يتمتع بالصدق التقاربى والتمييزى والصدق العاملى. وفي الدراسة الحالية قام الباحث بعرضه على (4) محكمين، من أصحاب الخبرة والاختصاص في مجال التربية، والإرشاد النفسي، وعلم النفس، والصحة النفسية، حيث وجد المحكمون أن المقياس مناسب للبيئة الأردنية، وكانت نسبة الاتفاق بين المحكمين بلغت (100%).

الثبات: تم حساب ثبات مقياس الاكتئاب النفسي بطريقتين: (أ): معادلة إلما - كرونباخ لجميع فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وقد بلغ (0.851). (ب): إعادة التطبيق معامل ارتباط بيرسون (T.test): حيث تم تطبيقه على عينة مكونة من (35) مراهقاً، فقد بلغ معامل الارتباط للمقياس ككل (0.795)، وهو معاملات ثبات مقبولة.

البرنامج الإرشادي

التعريف بالبرنامج الإرشادي: وفق الإرشاد والعلاج بالمعنى Logo Therapy

قام الباحث بإعداد البرنامج الإرشادي وفق نظرية الإرشاد والعلاج بالمعنى Logo

لـ فيكتور فرانكل (Victor Frankl) (Therapy)، وبهدف الإرشاد والعلاج بالمعنى إلى: زيادة وعي المسترشد بأهمية اكتشاف معنى المعاناة في حياته، واكتشاف المعنى المفقود في حياته، وعلى تأكيد وجوده واكتشاف كينونته، وربط الحرية بالمسؤولية، واعطاء معنى كامل لحياته، وبناء نظام الدعم الاجتماعي والأسري (Thir & Batthyany, 2016).

فنيات وأساليب الإرشادية القائمة على الإرشاد والعلاج بالمعنى التي استخدمها الباحث في البرنامج العلاجي، فهي كالتالي:

- **الحوار السocraticي:** وهو أسلوب من أساليب الإرشاد بالمعنى يستخدم مع الفرد من أجل استشارة المعنى لديه بتوجيهه أسئلة استفزازية في إطار حوار تشاركي (Thir & Batthyany, 2016).
 - **فنية التركيز:** إن التركيز مع الوعي الجسدي الداخلي أو الشعور المحسوس، ويعني هذا الشعور إحساس الجسم بمشكلة أو خبرة أو موقف، وعندما يتعلم الإنسان كيف يمر بخبرة التركيز، فإنه يدرك أنَّ الجسد لهُ وسائله الخاصة في التعرف على المشكلات وتقديم الحلول لها، ومن هنا يأتي التركيز بالتعديل أو التغيير المطلوب (Ameli & Dattilio, 2013).
 - **القصة الرمزية:** ويتم ذلك من خلال سرد قصة توضح معنى معين قد يصعب التعبير عنه بشكل مباشر، وتحوي بإيصال الرسالة للمسترشد بأنه ليس الوحيد الذي لديه مشكلة وإنما الجميع معرض لهكذا مشكلات، ولكنها ليست نهاية العالم (Ameli, M., & Dattilio, 2013).
 - **فنية تعميق الوعي بالموت:** وهي من الفنيات التي تؤكد على أهمية وقيمة الحياة، وأنَّ الموت في جميع جوانبه هو الحقيقة التي تجعل من اللحظة الراهنة شيء ذو قيمة (Thir & Batthyany, 2016).
 - **المسرحيات النفسية:** وتقوم على أساس تخيل الماضي من الحياة بهدف تعزيز الإحساس بالمسؤولية نحو الوجود الشخصي، فمن خلال هذه الفنية يحكي كل طالب مراهق قصته مع الحياة، وعن طريق الحوار المتبادل يتضح المعنى المراد الوصول إليه (SHoakazemi, Momeni, Tazekand and Khalili, 2012).
- وقد احتوت الجلسات الإرشادية على عدة موضوعات مثل: ارساء علاقة إيجابية مع افراد المجموعة العلاجية، وتوضيح مفهوم الاكتئاب وأثاره السلبية، بيان أهمية النظرة الإيجابية للحياة والمفاهيم الأساسية للعلاج بالمعنى، اكتشاف الذات، وإدارة الوقت، ومفهوم السعادة والتفاؤل والتواصل والتفاعل الاجتماعي (Thir & Batthyany, 2016).

صدق البرنامج: قام الباحث بإعداد البرنامج الإرشادي، المبني على الإرشاد والعلاج بالمعنى، وتم عرضه على (3) محكمين، من أصحاب الخبرة والاختصاص في مجال الإرشاد النفسي، وعلم النفس، والصحة النفسية، حيث أشاد المحكمون بمحتوى وأهداف البرنامج الإرشادي، وكانت نسبة الاتفاق بين المحكمين على صلاحية البرنامج الإرشادي بلغت (100%)، وتكون البرنامج الإرشادي في صورته النهائية من (10) جلسات إرشادية، جلستين في الأسبوع ومدة كل جلسة (ساعة ونصف).

إجراءات الدراسة

1. تم تطبيق مقياس الاكتئاب النفسي على افراد الدراسة تكونت من (295) طالباً مراهقاً (الصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر) في المدارس الحكومية بمخيم اللاجئين السوريين بمدينة المفرق في الأردن وبطريقة عشوائية.
 2. ثم تم اختيار افراد الدراسة الأساسية بطريقة قصدية تألفت من (32) مراهقاً؛ ممن ظهر لديهم اكتئاب نفسي مرتفع، وذلك على ضوء الدرجات التي حصلوا عليها بعد تطبيق المقياس، ثم تم اختيار عينة الدراسة الأساسية بطريقة قصدية تألفت من (32) مراهقاً؛ ممن ظهر لديهم اكتئاب نفسي مرتفع، وذلك على ضوء الدرجات التي حصلوا عليها بعد تطبيق المقياس، حيث تم ترتيبهم من رقم (1-32) وثم تم أخذ الارقام الفردية عينة تجريبية والأرقام الزوجية عينة ضابطه.
 3. تم توزيع افراد الدراسة على مجموعتين: مجموعة تجريبية قوامها (16) مراهقاً، ومجموعة ضابطة قوامها (16) مراهقاً.
 4. قام الباحث بإجراء عملية فحص التجانس بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية).
 5. تم استخدام تطبيق: الاختبار القبلي - البرنامج الإرشادي واللاجي - الاختبار البعدي.
 6. تطبيق البرنامج الإرشادي على عينة الدراسة التجريبية.
- وللتتأكد من التجانس بين عينة الدراسة (أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة) فقد تم استخدام رتب المتosteطات الحسابية (Mean-Rank) واختبار Kruskal-Wallis Test (لمعرفة دلالة الفروق في متغير الاكتئاب النفسي للمجموعتين، وكانت قيمة مربع كاي (Chi-square) غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0,05$)، مما يؤكد على أن المجموعتين متجانستين ($Z = 0.37$).

تصميم الدراسة

تعتبر الدراسة الحالية دراسة شبه تجريبية، فقد هدفت إلى التعرف على اثر الإرشاد والعلاج بالمعنى في خفض الاكتئاب النفسي لدى عينة من الطلبة المراهقين في المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، وحسب التصميم الآتي:

المجموعة التجريبية: قياس قبلي - برنامج تدريبي - قياس بعدي.

المجموعة الضابطة: قياس قبلي - بدون برنامج - قياس بعدي.

نتائج الدراسة

نتائج فرضية الدراسة الأولى: والتي تنص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقياس الاكتئاب النفسي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية". وللحصول على هذه الفرضية تم استخدام (Man-Whitney test)، والجدول رقم (1) يبين ذلك:

جدول (1)

نتائج اختبار Man-Whitney للفروق بين درجات المجموعة التجريبية والضابطة في الاختبار البعدي

الدلالات	Z	U	مجموع الرتب	متوسط الرتب	N	المجموعة
0.001	2.40	6.00	64.21	12.14	16	التجريبية
			122.35	18.32	16	الضابطة

يتبيّن من خلال الجدول رقم (1) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب النفسي بين درجات المجموعة التجريبية ودرجات المجموعة الضابطة، بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، ولصالح المجموعة التجريبية، حيث كان مستوى الاكتئاب النفسي منخفض لدى أفراد المجموعة التجريبية؛ مما يدل على التأثير الإيجابي للبرنامج الإرشادي في خفض الاكتئاب النفسي لدى المراهقين.

النتائج المتعلقة بفرضية الدراسة الثانية: والتي تنص على: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج ومتوسطات درجات نفس المجموعة على مقياس الاكتئاب النفسي بعد تطبيق البرنامج ولصالح التطبيق البعدي".

وللحُّقُّ من هذه الفرضية تم استخدام اختبار ويلكوكسون (Wilcoxon test)، للكشف عن الفروق بين درجات عينتين مرتبطتين للعينات الصغيرة، والجدول رقم (2) يبيّن ذلك:

الجدول (2)

نتائج اختبار Wilcoxon للفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي للمجموعة التجريبية

الدلالـة	Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	N	الاختبار
0.002	3.15	115.01	18.70	16	القبلي
		64.13	6.78	16	البعدي

يبين الجدول (2) أنَّه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب النفسي بين درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج وبعد تطبيق البرنامج ولصالح التطبيق البعدي؛ مما يدل على التأثير الإيجابي للبرنامج الإرشادي في خفض الاكتئاب النفسي لدى المراهقين.

كما تم حساب تقدير حجم الأثر مربع إيتا (η^2) ، كما هو موضح في جدول (3).

جدول (3)

نتائج مربع إيتا (η^2).

Variables	Changes sources	Sig	Eta square η^2
الاكتئاب النفسي	الاختبار	0.003	0.12
	المجموعة التجريبية		0.811

محظى الجدول 3. تشير النتائج إلى أن قيمة ($F=64.03$) ومستوى الدلالة (0.004)، ومربع إيتا (0.811) (η^2). وبناءً على النتائج فإنَّ العلاج بالمعنى كان فعَّالاً بشكل ملحوظ في الحد من الاكتئاب النفسي لدى أفراد الدراسة.

النتائج المتعلقة بفرضية الدراسة الثالثة: والتي تنصُّ على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha=0.05$) في درجات الاكتئاب النفسي بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتبعي.

وللحُّقُّ من هذه الفرضية تم استخدام اختبار Wilcoxon test، والجدول (4) يبيّن ذلك.

الجدول (4)

نتائج اختبار Wilcoxon للفروق بين الاختبار البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية

مستوى الدلالة	Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	N	الاختبار
0.000	1.001	123.04	12.86	16	البعدي
		142.40	12.50	16	التبعي

يبين الجدول (4) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الاكتئاب النفسي في القياسين البعدي والتبعي، وهذا يشير إلى استقرار واستمرارية أثر البرنامج الإرشادي في خفض مستوى الاكتئاب النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في فترة المتابعة وبعد مرور فترة زمنية مقدارها شهر واحد.

مناقشة النتائج

توصلت نتيجة الدراسة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب النفسي بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاكتئاب النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي والمتابعة؛ مما يدل على التأثير المستمر والإيجابي للبرنامج الإرشادي في خفض مشاعر الاكتئاب النفسي لدى أفراد الدراسة في فترة المتابعة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة التي تم التوصل إليها إلى أن الإرشاد والعلاج بالمعنى له فاعلية وأثر في خفض مستوى الاكتئاب النفسي لدى المراهقين، حيث يؤكد فيكتور فرانكل (Frankl) على أن العلاج بالمعنى يأخذ بيد الفرد ويعينه بالخروج من حالة العجز واللامعنى Ameli (2013) وDattilio, 2013، وتشتمل هذه العملية على مواجهة الشخص للمثيرات التي تبعث على الشعور بالاكتئاب النفسي.

ويمكن أن نعزّز هذه النتيجة إلى أن العلاج بالمعنى يستند إلى بناء المعنى من رحم المعاناة، وأن الحياة لها معنى حتى تحت أي ظرف، وأن الدافعية موجودة للتوصّل إلى معنى، وهذا فعلياً ما كان ينقص المشاركين في البرنامج الإرشادي، وبالتالي خلق المعنى والهدف في الحياة كان يشكل تحدياً لكل مشارك في المجموعة، والعلاج بالمعنى يتمايز بتعزيز الاستراتيجيات لاستخدام البرنامج العلاجي بالوجه الأمثل لتعزيز فكرة خلق المعنى وتحفيز الأفكار السلبية التي تجعلهم في حالة اللاوجود، إذ أن العلاج بالمعنى يناسب كثيراً الأفراد الذين يعانون من عدم القدرة

على التكيف مع إحباطات الحياة، وكذلك الأشخاص الذين تعibly من التفكير في مشاكل تتعلق بطرق معيشتهم، فهم في مفترق طرق لا يدركون أين يتوجهون ويرغبون في تحدي الأمر الواقع. وفي هذا الصدد قدّم باسون (Passon, 2012) العلاج بالمعنى والتحليل الوجودي في علم النفس الإرشادي كمدخل وقائي وعالجي للاختراق النفسي حيث استخدم العلاج بالمعنى والتحليل الوجودي في التخلص من الاحتراق النفسي ومعايشه السعادة، وأن الشخص لديه إرادة داخلية وأسفرت الدراسة عن فعالية العلاج بالمعنى والتحليل الوجودي في معايشة الشخص بفاعلية وتكوين علاقات ذات معنى مع الآخرين. إن البرنامج الإرشادي الجماعي باستخدام الإرشاد والعلاج بالمعنى أتاح الفرصة لأفراد المجموعة التجريبية للقيام بأنشطة متعددة، وإقامة العلاقات الحميمية، كما ساعدتهم على تنمية القدرة على مواجهة التحديات التي تعرّضهم، واكتسابهم المهارات الاجتماعية الإيجابية، ومهارة الوعي بالذات وتكوين المعنى الوجودي، والتخلي عن بعض الصفات الغير مرغوبة، كالعزلة والانسحاب الاجتماعي، وكذلك شعورهم بالحب والتقبل والاحترام والدعم العاطفي والمساندة الاجتماعية، ويمكنهم مواجهة ظروف الحياة.

وقد ركّز البرنامج الإرشادي على الدعم الذي يتلقاه من البيئة الاجتماعية؛ والعوامل التي تؤدي إلى التكيف والتوافق والتأقلم والتعايش مع المواقف المسببة للأكتئاب، وأصبحوا يشعرون بالتفاؤل والرضا والسعادة، والشعور بالثقة بالنفس، والقدرة على مواجهة التحديات والصعوبات التي تواجههم، من خلال اكتسابهم التجربة والخبرة وتعريفهم على إمكاناتهم وقدراتهم الواقعية، وتعزيز العلاقات الاجتماعية وتطويرها، وتنمّت لديهم القدرة على التفكير السليم وإدراك معنى لوجودهم بأسلوب إيجابي. ويفسّر الباحث هذه النتيجة لما للإرشاد والعلاج بالمعنى من خلال الفنون والأساليب الواقعية التي استخدماها وتعلّمها أفراد المجموعة في تحسين الحالة المزاجية لهم، وربما كان من عوامل نجاح البرنامج أيضاً ترك الفرصة لهم للتعبير عن أنفسهم وأرائهم، وأفكارهم بحرية تامة، وتحليل كل ما يقولونه ويشعرون به؛ مما كان له أثر في تقديم الخدمات الإرشادية والعلاجية التي ساعدت في خفض مستوى الاكتئاب النفسي لديهم. وفي ذات السياق يؤكّد وونج (Wong, 2012) أهمية العلاج بالمعنى والإرشاد المتمركز حول المعنى وأهمية تدعيمه للطلبة.

ويفي رأي الباحث أن الانفتاح على الذات والانفتاح على الآخرين داخل الجماعة الإرشادية له أهمية في تحقيق الهدف من الإرشاد من حيث خفض الاكتئاب النفسي لدى المجموعة التجريبية، فالمجموعات الإرشادية تساعد في تكوين مهارتين اجتماعيتين أساسيتين، وهما:

مهارة الافتتاح على الذات والإحساس بمشاعر الجماعة والافتتاح عليها؛ فقد استطاع أفراد المجموعة التجريبية التي تلقت البرنامج الإرشادي أن يتعلموا وكيف يعبروا عن مشاعرهم، وعبروا عن خبراتهم بأنها ساعدتهم على التخلص من الدفاعات التي كانوا يخفون وراءها العديد من الخبرات الذاتية التي تسبب لهم الشعور بالقلق والاكتئاب، وأنهم بدأوا يكتشفون خبرات جديدة في ظل الجماعة الإرشادية التي ينتمون إليها.

ويفسّر الباحث هذه النتيجة لأن الإرشاد والعلاج بالمعنى استخدم من خلال برنامج إرشادي جماعي، إذ إنّه يساعد المراهقين على فهم معنى الحياة والوجود ويكون لهم هدفًا لحياتهم وجودهم، والقدرة على تحمل المسؤولية، وتعليمهم وتغيير طريقة تفكيرهم بظروف حياتهم، وإشباع حاجاته بما يتلاءم مع الواقع وتحقيق التوافق النفسي. وعلى هذا اهتم تات وأخرون (Tate et.al. 2013) بأهمية إيجاد المعنى من خلال الألم باستخدام العلاج بالمعنى كوسيلة لتجنب الشعور بالذنب وتأكد على أهمية العلاج المعنى لدى المرشدين النفسيين بالجامعة.

ويرى الباحث أنّ سبب انخفاض الاكتئاب النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية يعود إلى تكوين العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة؛ مما يساهم في تحسن العزلة الاجتماعية لحالات الاكتئاب النفسي، ونجاح البرنامج الإرشادي يعود إلى التماسك الذي حضي به أفراد المجموعة التجريبية، فأعضاء المجموعة أثناء بناء الجماعة العلاجية يحتاجون إلى بناء العلاقات بين الأعضاء من خلال التدريم، وبناء المهارات المختلفة، واستطاعوا الاستفادة من المهارات والاستراتيجيات التي تعلموها خلال أدائهم للأنشطة التي تضمنتها جلسات البرنامج الإرشادي، وتطبيقها في مواقف حياتية.

ومما ساهم في استمرارية تأثير وفاعلية البرنامج مدة طويلة ومستمرة لأنّ طبيعة العلاج بالمعنى يركز على الهدف من الوجود التي تقوم على تكوين المعنى، وتحميل المسترشد المسؤولية النفسية والاجتماعية، وتمكنه من مواجهة متطلبات الحياة وتحسين الخبرات، وبالتالي تكون لديه حالة من القدرة على وضع الهدف والتخطيط له. وهذا ما حصل مع أفراد المجموعة التجريبية أصبح لحياتهم معنى، وأصبح لديهم القدرة على مواجهة الاكتئاب، فالعلاج بالمعنى يهتم بالإرادة الحرة والقدرة على تقرير المصير والتوق إلى المعنى ويهتم بالريض ذاته لا الأعراض المرضية، مؤكداً قدرته على اتخاذ خيارات عقلانية وبلغ أقصى إمكانياته.

وتناول فانبلت (Van pelt 2010) القلق والاضطرابات الاكتئابية لدى الأطفال والعلاج بالمعنى أن تؤثّر على الصحة النفسية حيث يؤكد بتدريم الجانب الإيجابي وتنمية الذات والمعنى الإيجابي وإبراز إرادة المعنى التي تحرك الإنسان نحو النمو ومعايشه الصحة النفسية الإيجابية من خلال البرامج التي تنمى الشخصية.

والخلاصة

أكدت نتائج هذه الدراسة فعالية العلاج بالمعنى في علاج الفراغ الوجودي وما يصاحبه من لا مبالاة يائسة مع استمرار فعالية هذا العلاج في فترة المتابعة لدى المجموعة التجريبية، وإن العلاج بالمعنى يفيد في حالة أولئك الذين يفتقدون المعنى في كل شيء ويشعرون بالملاراة واليأس، ويتحول اليأس إلى معنى، والعجز إلى إنجاز، والاستسلام إلى تحد ومواجهة. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (Tate. et.al, 2013; Passon, 2012؛ أحمد، 2018). ودراسة الكفوري، صبحي، وخضر، 2020).

الوصيات بناءً على نتائج الدراسة

بناءً على النتائج التي توصلت إليها الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

1. إجراء دراسات مماثلة باستخدام الإرشاد والعلاج بالمعنى في علاج الأضطرابات النفسية المختلفة لما له فاعالية في علاجها.
2. توسيع الخدمات في مجال الإرشاد والعلاج النفسي وتفعيله والاستفادة منه كأسلوب علاجي ووقائي؛ لغرض الاهتمام بالمصابين بالاكتئاب.
3. العمل على زيادة إجراء الدراسات في موضوعات مختلفة تخص الصحة النفسية

المراجع

- ابو حسونه، نشأت (2016). مستوى اعراض الاكتئاب لدى طلبة جامعة إربد الأهلية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة المنارة للبحوث والدراسات*، 22(4)، 219 - 258.
- احمد، عمران (2018). مدى فاعلية برنامج إرشاد نفسي علاجي لتحسين التوافق النفسي وخفض الاكتئاب لدى الطلبة. *مجلة التربية*. جامعة حلب، 12(9)، 114 - 150.
- جرادات، عبدالكريم (2012). انتشار الاكتئاب لدى عينة من الطلبة الجامعيين في الأردن. *مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، 9(1)، 177 - 196.
- ربابعة، الهام، والصمامي، احمد (2020). مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة من طلاب اللاجئات السوريات للمرحلة الثانوية في الأردن وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية*، 34(12)، 2213 - 2240.
- الزغلول، آمال (2016). المشكلات التي تواجه اللاجئين السوريين في مخيم الزعتري: دراسة ميدانية. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، الأردن.
- زيادة، احمد، والمومني، عادل، والمومني محمد (2018). مستوى الأفكار الانتحارية لدى عينة من اللاجئين السوريين بالأردن في ضوء بعض المتغيرات، *مجلة العلوم التربوية والنفسية. المركز القومي للبحوث غزة. فلسطين*، 2(2)، 109 - 128.
- طشطوش، رامي، والاسمري، صالح (2019). الأعراض النفسية المرضية لدى الطلبة اللاجئين السوريين في المدارس الأردنية. *المجلة الدولية للبحث في التربية وعلم النفس. جامعة البحرين*، 7(1). 55 - 78.
- الطعيمة، إيمان (2018). الصلاة النفسية وعلاقتها بالإكتئاب لدى اللاجئين السوريين في مخيم الزعتري. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.
- عمابيرة، نجاح، وعيادات، هاني، وكراسنة، سميح (2018). مشكلات التعايش التي يواجهها الطلبة اللاجئون السوريون في المدارس الحكومية الأردنية: دراسة ميدانية في لواء الكورة. *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية*، 10(27)، 19 - 43.
- عودات، فاطمة (2018). الضغوط الثانوية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى اللاجئين السوريين في الأردن. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.
- غريب، غريب عبد الفتاح (2000). "البناء العاملى لقياس بك الثانى للاكتئاب BDI-II على عينة مصرية من طلاب الجامعة". *مجلة دراسات نفسية*. تصدر عن دائرة الأخصائيين النفسيين المصرية، 10(3)، 383 - 397.
- الكفوري، صبحي، وخضر، مروه، والعطاطر محمود، (2020). فعالية برنامج إرشادي للتخفيف من أعراض الاكتئاب لدى المراهقين. *جامعة كفر الشيخ، مجلة كلية التربية*، 20(3)، 299 - 321.

متولي، رجوات عبد اللطيف (2017). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تحسين التوافق النفسي وخفض أعراض قلق المستقبل والاكتئاب لدى عينة من طالبات كلية التربية بالزلفي، دراسات عربية في التربية وعلم النفس. رابطة التربويين العرب. (87) يوليو، 159 - 205.

المحارب، ناصر (2005). أعراض الاكتئاب والقلق لدى الطلاب والطالبات في المملكة العربية السعودية: متى تبدأ الفروق؟. دراسات العلوم التربوية، 32(1)، 111 - 127.

النجمة، علاء الدين إبراهيم (2008). "مدى فاعلية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية". رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة.

Ameli, M., & Dattilio, F. (2013). Enhancing cognitive behavior therapy with logotherapy. Techniques for Clinical Practice. *Psychotherapy*, 50(3), 387-391.

<https://doi.org/10.1037/a0033394>

Bauer, M., Bschor, T., Pfennig, A., Whybrow, P., Angst, J., & Versiant, M. (2007). World Federation of Societies of Biological Psychiatry (WFSBP) guidelines for biological treatment of unipolar depressive disorders in primary care. *World J Biol Psychiatry*, 8.(2)67-104.

Bernstein, IH., Wendt, B., Nasr, SJ., & Rush, AJ. (2009). Screening for major depression in private practice. *Journal of Psychiatric Practice*, 15(2), 87-94.

Brat, P. (2001). Logotherapy in the Care of the Terminally Ill, *Journal of Religious Gerontology*, 11(3-4), 103-117, https://doi.org/10.1300/J078v11n03_09.

Cukrowicz, Kelly ., Schlegel, F., Smith N ., Jacobs., P., Van, O., Kimberly, A., Paukert, L ., Pettit, W., & Joiner, &Thomas, E.)2011(. Suicide Ideation Among College Students Evidencing Subclinical Depression. *Journal of American College Health*, 59(7), 575-581.

Evans, A. (2004). Adolescent depression and externalizing problems: testing two models of co morbidity in an inpatient sample, *Adolescence*, 27(2), 114-146.

Gareeb, G., (2000). The Seikometric Specifications of Beck Second BDI-II A ntidepressant Scale in the Egyptian Environment, *Journal of Psychological Studies published by the Egyptian Association of Psychologists*, 10(4), 593-624.

Goh. Z, & Griva, K. (2018). Anxiety and depression in patients with end-stage renal disease: impact and management challenges – a narrative review, *International Journal of Nephrology and Renovascular Disease*, 11(3), 93-102. DOI <https://doi.org/10.2147/IJNRD.S126615>.

- Harsen, M., Bellack, A., & Himmelhoch, J. (2013). *Treatment of Unipolar Depression with Social Skills Training*. Sage Publications, 1552-4167.
- Lynn, M., Reyes R., Rivera, M., L, Camara, F., Alba, S., & Guillermo, B. (2013). *Depression Symptoms and Stressful Life Events among College Students in Puerto Rico*.
- Mark, Ch ., How., Ch and Ping, Y. (2017), Managing depression in primary care, *Singapore Medical Journal*; 58(8), 459–466.
- Melton, M., & Stefan, E. (2008). On the Measurement of Meaning: Logotherapy's Empirical Contributions to Humanistic Psychology, *The Humanistic Psychologist*, 36, 31-44.
- Mun, P. (2005). *Viktor Emile Frankl's Meaning Paradigm: Logotherapy as a Model for Meaning-Centered Pastoral Ministry in the Contemporary Singaporean Context*. DMin diss., Asbury Theological Seminary.
- Passon, D. (2012). *AL coholtics Anonymous: testing a 12 step stage -of-recovery meaning making model* . Unpublished Doctoral Dissertation, valley Arizona.
- Patricia, V., Pol A.C. van Lier, Alfons A.M. Crijen, Anja C. & Huizink. (2007): Testing Sex-Specific Pathways From peer victimization to Anxiety and Depression in early Adolescents through a randomized intervention trial, *Journal of Affective Disorders*, 100(1-3), 221-226.
- Reddy, P., Philpot, B., Ford, D., & Dunbar, J. A. (2010). Identification of depression in diabetes: the efficacy of PHQ-9 and HADS-D, *The British journal of general practice*, Jun, 60(575), 239-245.
- Reilly, T., MacGillivray, S., Reid, I., & Cameron, I. (2015). Psychometric properties of the 16-item Quick Inventory of Depressive Symptomatology: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, Jan, 60, 132-140.
- Rush AJ., Bernstein IH., Trivedi MH., Carmody TJ., Wisniewski S., & Mundt J. (2006). An evaluation of the quick inventory of depressive symptomatology and the hamilton rating scale for depression: a sequenced treatment alternatives to relieve depression trial report. *Biol Psychiatry*, 59(6), 493 - 501.
- Salar, F., & Fatemeh, B. (2017). The Effectiveness of Group Logotherapy to Improve Psychological Well-Being of Mothers with Intellectually Disabled Children, *International Journal of Developmental Disabilities*, 63(1);45-51.
- Shaw, R. (2000). The Relationship of academic performance to depression and perceived home environment among gifted high students. *Section A Humanities & Social Sciences*, 61(1 - A), 86-101.

- Shoaakazemi. Mehrangiz, Mehravar Momeni Javid, Fariba Ebrahimi Tazekand and Shirin Khalili. (2012). The effect of logo therapy on improving the quality of life in girl students with PTSD. *Life Science Journal*, 9(4),5692-5698. <http://www.lifesciencesite.com>. 848
- Tate, K. Cyrus, W., Dia, H. (2013). Finding Purpose in Pain: Using Logo therapy & a Method for Addressing Survivor Guit in First – Generation Collages Students, *Journal of College Counseling*, 16(1),97-92.
- Thir, M, & Bathyan, A. (2016). *Logotherapy and Existential Analysis*, Springer, Cham.
- Tombak. A, Kiykim.A, Cimen, M & Sungur. M. (2019). Types, Courses and Outcomes of Renal Failure in Hospitalized Patients: A Single Center Experience, *Arastırma Makalesi, Research Article*, 21(3), 2018-222.
- doi: 10.18678/dtfd.531909.
- Tord.I., Per S., Litlere, &Lauri. N. (2006): Weight Concerns, Body image, Depression and Anxiety in Swedish adolescents, *Journal of Eating Behaviors*,7(2), 161- 175.
- Unicef; <https://www.unicef.org/jordan/ar>.
- Unutzer, J and Park, M. (2012).Strategies to Improve the Management of Depression in Primary Care, Primary Care, Clinics in Office Practice, 39(2), 415-431.
- Van Pelt, (2010): Anxiety and Depressive Disorders In children and Adolescent on the rise – How Logo philosophy Therapy can Influence the Threat to Mental Health, International, *Forum for Logo therapy*, 33(2), 79-86.
- Vos, J., Craig, M., & Cooper, M. (2015). Existential therapies: A meta-analysis of their effects on psychological outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(1), 115–128. <https://doi.org/10.1037/a0037167>.
- Wong, P. (2012), *From Logo Therapy to Meaning – Centered Counseling and Therapy, the human Quest for Meaning Theories Research and Applications* (2nd ed). Wong. Paul. T.P. (Ed); 619-647. New York, Ny. U.S: Routledge / Taylor & Francis Group.
- Yang, D. The relationship between school factors and depression in middle school students (2002).*Chinese Journal of Clinical Psychology*, 10(1), 33- 35.

مراجع مواقع الكترونية :

Mayo Clinic Minute: Know the difference between adult and teen depressionApril 15, 2022, 04:00 p.m. CDT

Mayo Clinic researchers use AI to predict antidepressant outcomes in youthMarch 16, 2022, 04:30 p.m. CDT

Mayo Clinic Q&A podcast: Signs of depression in teens and how to helpMay 07, 2021, 01:01 p.m. CDT