

جامعة ابن خلدون - تيارت  
University Ibn Khaldoun of Tiaret



M

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
Faculty of Humanities and Social Sciences

قسم علم النفس والفلسفة والأورطفونيا  
Department of Psychology, Philosophy, and Speech Therapy

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د.

تخصص علم النفس العيادي

عنوان المذكرة:

## إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بجودة الحياة لدى المرأة العاملة

دراسة ميدانية على عينة من النساء العاملات على مستوى عدة مؤسسات - تيارت -

إشراف الأستاذ:

بوكصاصة نوال

من إعداد الطالبتين:

كبوش إكرام

صافة بختة

### لجنة المناقشة

الاسم	الرتبة	الصف
بن الطيب فتيحة	أستاذ محاضر (ب)	رئيسا
بوكصاصة نوال	أستاذ محاضر (ب)	مشرفا
عقريب ربعة	أستاذ مساعد (أ)	مناقشا

السنة الجامعية: 2022-2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# شكر وتقدير

الحمد لله كما ينبغي لجلاله وعظيم سلطانه الذي وفقنا إلى إنجاز هذا العمل، وصلاة والسلام على من أخرج البشرية من الظلمات إلى نور العلم سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم قررة أعيننا وشفيعنا يوم القيامة.

وبعد:

نتوجه بالشكر الجزيل والثناء الكثير إلى كل من ساهم معنا في هذا العمل المتواضع والبحث، وإلى جميع أساتذة تخصص علم النفس وأخص بالذكر "الأستاذة بوكصاصة نوال" التي لم تبخل علينا بجهدا ووقتها، وكذا كل من ساهم ولو بكلمة فله الشكر والثناء.

إلى كل طلبة علم النفس العيادي دفعة "2023"

أسأل الله العظيم رب العرش العظيم أن يجعل ذلك في ميزان حسنات الجميع.

# إهداء

إلى ملاكي في هذه الحياة، إلى معنى الحب والحنان والتفاني  
وبسمة الحياة، إلى من كان دعاؤها سر نجاحي، وحنانها بلسم

جراحي إلى نبع الحنان \*أمي الغالية\*

إلى من كلفه الله بالهبة والوقار، إلى من علمني معنى العطاء  
بدون انتظار، إلى من أحمل اسمه بكل افتخار، إلى أعلى  
الحبائب "أبي العزيز"

إلى القلوب الطيبة الطاهرة النقية، إلى جواهر حياتي وبهجتي  
ونبض الحب في قلبي أختاي الغاليتين \*جميلة، سعيدة\*

إلى أجمل نجمة في سماء الطفولة \*وجدان نور اليقين\*

إلى كل من ساعدني في إنجاز هذه المذكرة صديقي \*بختة\*

إلى الذين لم أذكرهم فهم دائماً في القلب

إكرام

# إهداء

إلى من قال الله تعالى عنهما "ربي أرحمهما كما  
ربياني صغرا" سورة الإسراء

إلى أمي أجمل امرأة في الوجود

إلى أبي الذي رافقني بكلماته الطيبة لا تكفيهما كلمات  
الشكر الممتنة لهما.

إلى أخي الحبيب وأختي نعيمة سندايا وفقهما الله.

إلى زوجي من رافقني بتشجيعه لي ويسر عقباتي.

إلى إبني شاهين قطعة قلبي رعاه الله

إلى من علمتني الحروف معلمة التعليم الابتدائي

مشتى. ع

إلى صديقتي ورفيقتي في هذا العمل الصغير إكرام

إلى كل عزيز على قلبي.

## ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، كما هدفت أيضاً إلى الكشف عن الفروق الموجودة في إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة تعزى للمتغيرات التالية: (السن، المستوى التعليمي، الخبرة المهنية على عينة مكونة من (55) امرأة عاملة متزوجة. لتحقيق هذه الأهداف تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي، بالإعتماد على كل من إستبيان إدارة الأزمات الأسرية من إعداد الباحثة صفاء أبوبكر أحمد(2022)، وإستبيان جودة الحياة من إعداد الأستاذة بوكصاصة نوال، تم التأكد من الخصائص السيكومترية لكل إستبيان على حدا. وأسفرت النتائج عن ما يلي:

- وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير السن والمستوى التعليمي، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير: السن، المستوى التعليمي، والخبرة المهنية.
- **الكلمات المفتاحية:** الأزمة، إدارة الأزمة، الأسرة، المرأة العاملة، جودة الحياة.

## Abstract

The current study aimed to reveal the existence of a correlation between the management of family crises and the quality of life of working women. Consisting of (55) working married women. To achieve these goals, the descriptive-relational approach was used, depending on each of the family crisis management questionnaire prepared by the researcher Safaa Abu Bakr Ahmed (2022), and the quality of life questionnaire prepared by Ms. Boksasa Nawal, the psychometric characteristics were confirmed. For each questionnaire separately, the results revealed the following:

- There is a statistically significant correlation between family crisis management and quality of life for working women.
- There are no statistically significant differences in family crisis management due to the variable of age and educational level, while there are statistically significant differences in family crisis management due to the professional experience variable.
- There are no statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable: age, educational level, and professional experience.

**Keywords:** crisis, crisis management, family, working woman, quality of life.

## فهرس المحتويات

شكر وتقدير

اهداء

أ.....	ملخص الدراسة
ج.....	فهرس المحتويات
ز.....	فهرس الجداول
ط.....	فهرس الأشكال
01.....	- مقدمة

### الفصل الاول: مدخل إلى الدراسة

5.....	1-الإشكالية
7.....	2- الفرضيات
8.....	3- أسباب إختيار الموضوع
8.....	4- أهداف الدراسة
8.....	5- أهمية الدراسة
9.....	6- التعاريف الإجرائية
9.....	7- الدراسات السابقة

### الفصل الثاني: إدارة الأزمات الأسرية

15.....	- تمهيد
15.....	1- الأزمات الأسرية
15.....	1-1- مفهوم الأزمة
15.....	1-2- الفرق بين المشكلة والأزمة والصدمة
16.....	1-3- مفهوم الأزمات الأسرية



- 19 ..... 4-1 أسباب الأزمات الأسرية
- 17 ..... 5-1 تصنيف الأزمات الأسرية
- 21 ..... 6-1 خصائص الأزمات الأسرية
- 22 ..... 7-1 مراحل الأزمات الأسرية
- 23 ..... 8-1 النظريات المفسرة للأزمات
- 25 ..... 2- إدارة الأزمات الأسرية
- 26 ..... 1-2 مفهوم إدارة الأزمات
- 27 ..... 2-2 مفهوم إدارة الأزمات الأسرية
- 28 ..... 3-2 إستراتيجيات إدارة الأزمات الأسرية
- 28 ..... 4-2 أهداف إدارة الأزمات الأسرية
- 29 ..... 5-2 خصائص مدير الأزمات الأسرية
- 30 ..... 6-2 أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية
- 34 ..... 7-2 مراحل إدارة الأزمات الأسرية
- 34 ..... - خلاصة الفصل

### الفصل الثالث: جودة الحياة

- 36 ..... - تمهيد
- 36 ..... 1- مفهوم جودة الحياة
- 37 ..... 2- مفهوم جودة الحياة الأسرية
- 39 ..... 3- مصطلحات لها علاقة بجودة الحياة
- 40 ..... 4- الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة
- 42 ..... 5- النماذج النظرية المفسرة لجودة الحياة
- 45 ..... 6- مؤشرات جودة الحياة

- 7- أبعاد جودة الحياة ..... 46
- 8- مقومات جودة الحياة ..... 47
- 9- معوقات جودة الحياة ..... 48
- 10- الوصول إلى تحقيق جودة الحياة.....
- خلاصة الفصل..... 51

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الرابع: إجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد: ..... 54
- 1- الدراسة الإستطلاعية..... 54
- 1-1- مجالات الدراسة الإستطلاعية ..... 54
- 1-2- حجم العينة ومواصفاتها ..... 54
- 1-3- أدوات الدراسة ..... 56
- 2- الدراسة الأساسية..... 65
- 2-1- منهج الدراسة ..... 65
- 2-2- مجالات الدراسة الأساسية ..... 65
- 2-3- حجم العينة ومواصفاتها ..... 65
- 2-4- أدوات المستخدمة في الدراسة ..... 67
- 2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة..... 68

#### الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج

- تمهيد: ..... 70
- 1- عرض النتائج ..... 70

- 70 ..... مناقشة النتائج 2-
- 80 ..... خاتمة -
- 81 ..... الإقتراحات -
- ..... قائمة المراجع -
- ..... الملاحق -

## قائمة الجداول

- 01 يمثل توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير السن ..... 55
- 02 يمثل توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير المستوى التعليمي ..... 55
- 03 يمثل توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الخبرة المهنية ..... 56
- 04 يمثل العلاقة الارتباطية بين عدد الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه ..... 57
- 05 يمثل العلاقة الارتباطية بين عدد الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه ..... 58
- 06 يمثل العلاقة الارتباطية بين عدد الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه ..... 59
- 07 يمثل أبعاد إستبيان جودة الحياة و عدد الفقرات التي تنتمي إليه ..... 60
- 08 يمثل معاملات الارتباط بين البعد الصحي والفقرات التي تنتمي إليه ..... 61
- 09 يمثل العلاقة الارتباطية بين البعد النفسي والفقرات التي تنتمي إليه ..... 62
- 10 يمثل العلاقة الارتباطية بين البعد الزواجي والفقرات التي تنتمي إليه ..... 63
- 11 يمثل العلاقة الارتباطية بين البعد الأسري والفقرات التي تنتمي إليه ..... 63
- 12 يمثل العلاقة الارتباطية بين البعد المهني والفقرات التي تنتمي إليه ..... 64
- 13 يمثل معامل الارتباط بين البعد البيئي والفقرات التي تنتمي إليه ..... 64
- 14 يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير السن ..... 66
- 15 يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير المستوى التعليمي ..... 66
- 16 يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الخبرة المهنية ..... 67
- 17 يمثل العلاقة الارتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة
- 70 لدى المرأة العاملة.....
- 18 يمثل فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير السن ..... 71
- 19 يمثل فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى

- 71 ..... لمتغير المستوى التعليمي
- 20 يمثل فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.....72
- 21 يمثل فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير السن .....74
- 22 يمثل فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي .....75
- 23 يمثل فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير الخبرة المهنية.....75

## قائمة الأشكال

(01) يمثل الشكل نموذج لأبو سريع وآخرون لجودة الحياة .....44

مقدمة

تعتبر المرأة عنصراً فعالاً ومهماً في المجتمعات فهي أساس بناء الأمم وازدهارها وبصلاحها يصلح الولد والأسرة ويتحقق صلاح المجتمعات وهي منبع للإلتزان النفسي وبناء الإيجابية داخل النسق الأسري. وقد أولى الإسلام اهتماماً للمرأة لدورها الفعال ورسالتها النبيلة والقيم المثمرة نتيجة الجهود التي تبذلها للحفاظ على أسرتها من أية عوامل داخلية أو خارجية من شأنها أن تهدد الإستقرار الأسري.

ونتيجة لعدة تغيرات شهدتها المجتمع سواء على صعيد الثقافي الاجتماعي والإقتصادي وعلى الصعيد التكنولوجي وتبعاته المتعددة، أصبح عمل المرأة ضرورة تحتها هاته التغيرات المذكورة، له آثاره الإيجابية والسلبية، التي كانت محل إهتمام العديد من الباحثين، وتم التطرق إلى ذلك من خلال العديد من الدراسات التي توصلت إلى نتائج ورؤى اختلفت في بعض النقاط، فمنهم من ينظر إلى عمل المرأة على أنه أصبح متطلباً ولا رد منه نظراً للحاجيات الاقتصادية والرغبة في التطوير الثقافي وتكوين الذات وكذا الحاجة الاجتماعية لعمل المرأة في بعض المجالات كالطب والتعليم.

كما يرى بعض الباحثين أنّ عمل المرأة أو الأم يجعلها تتجرد من دورها وتتخلف عن واجباتها الأسرية ودورها كأم نظراً للساعات الطويلة التي تغيب فيها عن أبناءها خاصة في الفترات الأولى من حياتهم، والبعض الآخر توصل إلى أن خروج المرأة للعمل في نفس الوقت ربة منزل أدى إلى ظهور العديد من الضغوط النفسية التي تؤثر على صحتها النفسية والجسدية، فمن خلال الدراسة التي قامت بها وسام درويش (2014) إلى وجود علاقة عكسية بين صراع الأدوار والتوافق الزوجي فزيادة أحدهما تؤدي إلى تدهور الآخر، بالإضافة إلى دراسة بن موسى سمير (2015) توصل إلى وجود علاقة إرتباطية بين صراع الدور والضغوط النفسية لدى المرأة العاملة. (بوراس آسية، 2019، ص93) بالتالي يمكن لهاته العوامل أن تؤثر على الإستقرار الأسري ويؤدي إلى العديد من الأزمات الأسرية متعددة الأشكال.

تعرف الأزمات الأسرية على أنها جملة من المشاكل والتعقيدات التي تطرأ على النظام الأسري محدثة به جملة من التغيرات السلبية التي يمكن لها أن تؤثر على أفراد الأسرة، لم يسبق التخطيط لها. لذلك يتطلب الأمر إدارة هاته الأزمات والخروج منها بأقل الخسائر، فتعمل المرأة



جاهدة لحماية أسرتها بمختلف الطرق والإستراتيجيات، هناك العديد من المهارات والعوامل التي تتطلبها إدارة الأزمات الأسرية، ونحن نفترض من خلال هذا العمل أنه إذا ما حققت المرأة نسبة معتبرة من جودة الحياة سيساعدها في إدارة الأزمات الأسرية التي تعترضها، لذلك تهدف الدراسة الحالية للإجابة عن إمكانية وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية و جودة الحياة لدى المرأة العاملة.

تنقسم الدراسة الحالية إلى جانبين:

- **الجانب النظري:** يحتوي على الفصول التالية:

**الفصل الأول:** مدخل إلى الدراسة يحتوي هو الآخر على كل من الإشكالية ثم الفرضيات، أسباب إختيار الموضوع، أهداف الموضوع ثم أهميته بعد ذلك المفاهيم الإجرائية والدراسات السابقة التي تناولت الموضوع الحالي.

**الفصل الثاني:** فصل إدارة الأزمات الأسرية نظريا مكون من تعريف الأزمات و الأزمات الأسرية، ثم الفرق بين المشكلة والأزمة والصدمة، أسباب الأزمات الأسرية، تصنيف الأزمات الأسرية، خصائص الأزمات الأسرية، مراحل الأزمات الأسرية، النظريات المفسرة للأزمات، ثم من بعد ذلك انتقلنا إلى مفهوم إدارة الأزمات وإدارة الأزمات الأسرية، أهداف إدارة الأزمات الأسرية، إستراتيجيات إدارة الأزمات الأسرية، خصائص مدير الأزمات الأسرية، مراحل إدارة الأزمات الأسرية، أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية.

**الفصل الثالث:** فصل جودة الحياة نظريا يحوي العناصر الآتية: تعريف جودة الحياة وجودة الحياة الأسرية، مصطلحات لها علاقة بجودة الحياة، الاتجاهات النظرية المفسرة لجودة الحياة، النماذج النظرية المفسرة لجودة الحياة، أبعاد جودة الحياة ثم مقومات ومعوقات جودة الحياة وكذا كيف يحقق الفرد جودة الحياة.

**الجانب التطبيقي:**

**الفصل الرابع:** يحتوي على الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية مجزئة بين الدراسة الإستطلاعية والدراسة الأساسية بمختلف الخطوات المنهجية الضرورية.

**الفصل الخامس:** يشتمل على عرض النتائج، من تم مناقشة النتائج، فخاتمة ومجموعة من الإقتراحات.

الجانب النظري

# الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

- 1- الإشكالية
- 2- الفرضيات
- 3- أسباب إختيار الموضوع
- 4- أهمية الدراسة
- 5- أهداف الدراسة
- 6- التعاريف الإجرائية
- 7- الدراسات السابقة

## 1- الإشكالية:

طرأت على الأسرة الجزائرية العديد من التغيرات التي أثرت بشكل مباشر وغير مباشر على استقرارها الداخلي، وهي كباقي باقي المؤسسات الاجتماعية تتأثر بالعوامل الخارجية والتطور الحاصل في جميع جوانب الحياة، خاصة مع خروج المرأة للعمل فقد تبين من خلال الدراسة التي قام بها الغامدي بأن خروج المرأة إلى العمل قد غير من نظرتها إلى حجم الأسرة، عدد الأطفال المرغوب في إنجابهم. لكنه بالمقابل زاد من دخل الأسرة المادي وتحقيق الرفاهية، كما ساعدها أيضا على إكسابها خبرات ومهارات تجعلها أقدر على تحمل مسؤولياتها وأداء واجباتها.

وباعتبار أن الأسرة نسق مفتوح على العالم الخارجي فهي عرضة لمجموعة من المشاكل والأزمات التي أحيانا لا يكون مخطط لها، فيمكن أن تتعرض الحياة الأسرية لأزمات متعددة في أي وقت، تتسم بعنصر المفاجأة، ويشير أحمد غني (2004) أن ظهور الأزمات يؤدي إلى تحول فجائي في نمط السلوك أو التفاعل المعتاد نتيجة لتفاعل مجموعة من المتغيرات أو التفاعلات التي يترتب عليها موقف مفاجئ ينطوي على تهديد مباشر للقيم والمصالح الجوهرية للأسرة، مما يستلزم ضرورة إتخاذ قرارات سريعة تحت وطأة. (أفنان، 2021، ص1515) كما وتتعدد أشكال الأزمات الأسرية منها النفسية، المعنوية، الإقتصادية والصحية، والتي تستلزم تجنيد وتسخير جميع إمكانات أفرادها لتفادي آثارها السلبية على المدى القريب والمدى البعيد. تعتبر المرأة عنصر فاعل في الأسرة ممكن تكون الأم، الزوجة، الإثنين معا، مأكثة بالمنزل أو امرأة عاملة تمتهن منصب عمل خارج الإطار الأسري تتحصل من خلاله على دخل شهري خاص بها. والحياة الزوجية لا تعني إنعدام الأزمات وإنما تعني القدرة على مواجهة الأزمات والتعامل معها بأساليب إيجابية، ومن ثم فإن الزوجة العاملة يمكن لها أن تتعرض لبعض من الأزمات، كأن تفقد الأسرة جزءا من دخلها، أو تترك الزوجة عملها أو تواجه الزوجة ضغوط في عملها مما يستوجب الأمر ملازمتها البيت لتربية الأطفال، أو يتعثر الأبناء في الدراسة، أو تعاني من إهمال الزوج لها أو عدم الاهتمام بها، أو تتعرض لأزمة إقتصادية أو صحية، وغيرها. وبالتالي يجب أن تفهم الزوجة أن الحياة قد تكون مليئة بالأزمات ولكن هذا الأمر لا يعد مشكلة، وإنما المشكلة في أسلوب التعامل مع الأزمة، وكلما ازداد وعي الزوجة وخبرتها كانت قادرة على تجاوز الأزمة وإختيار أساليب علمية في التعامل معها. (رزق، 2011، ص801)

وبالرغم من تعدد وتباين الأزمات التي تتعرض لها الأسرة، ولكل أزمة خصائص مميزة لها تتطلب أسلوب معين لإدارتها يتوافق مع طبيعتها، إلا أن كل الأزمات تخضع لعمليات منهجية علمية مشتركة في إدارتها لتجنب وقوعها أو التخفيف من نتائجها السلبية. ويرجع تباين الأزمات إلى أنه منها ما يتعلق بظروف العمل المادية الغير ملائمة، ومنها ما يختلف باختلاف طبيعة الزوجين وسماتهما وقيمتها التي ينتميان إليها، ومنها ما يتعلق بالظروف الاجتماعية والإقتصادية والنفسية أيضا. (أحمد، 2021، ص172) ومن خلال ملاحظة الباحثة حنان الحلبي (2011) للعديد من الأسر وجدت أن أسلوب التعامل مع الأزمة يعد مشكلة رئيسية، فقد تلجأ الزوجة إلى حل أزماتها بطرق تقليدية مثلا لهروب غير المباشر كالإصابة الحقيقية ببعض الأعراض الصحية التي تستدعي الانتقال بعيدا عن مجتمع الأزمة أو الإصابة المصطنعة التي تحقق الغرض نفسه، أو الإسقاط حيث تعمل الزوجة على تغطية قصورها في مواجهة الأزمة بتركيز الأضواء على عيوب الآخرين والقصور في أدائهم، أو القفز فوق الأزمة حيث تقوم الزوجة بالتظاهر بأنها استطاعت أن تسيطر على الأزمة عن طريق التعامل مع الجوانب المألوفة التي لديها خبرة في التعامل معها، أو التي فيها تشابه مع الخبرات القديمة ويؤدي ذلك إلى تناسي العوامل الجديدة كما لو كانت غير موجودة أصلاً.

ولمواجهة الأزمات الأسرية وإدارتها بشكل أفضل، يتطلب الأمر إمتلاك مهارات متعددة في الشخصية، وتوفير قدر الإمكان الظروف لتقادي الإنعكاسات السلبية الناتجة عن الأزمات، فقد ربطت القدرة على إدارة الأزمات الأسرية لدى المرأة بمتغيرات نفسية وإجتماعية نجد مثلا دراسة شيماء محمد زكرياء (2020) توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية بين الصلابة النفسية وإدارة الأزمات الأسرية، ونحن من خلال هذه الدراسة نهدف للكشف عن إمكانية وجود علاقة بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، تعرف جودة الحياة هي درجة الإستماع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بتحسن الحال وإشباع الحاجات والرضا عن الحياة، فضلا عن مدى إدراك الفرد لجوانب حياته وشعوره بمعنى الحياة إلى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وتوافقه مع القيم السائدة في المجتمع. (أروغي، 2019، ص149) من هذا المنطلق يمكن طرح فرضية مفادها بأن جودة الحياة لدى المرأة العاملة تساعد على مواجهة الأزمات التي تعترض لها أسرتها. لهذا نطرح التساؤلات التالية:

- التساؤل الرئيسي: هل توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة؟

- التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي و الخبرة المهنية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي و الخبرة المهنية؟

2 - فرضيات الدراسة:

1-2 الفرضية الرئيسية: توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.

2-2 الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي والخبرة المهني.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي والخبرة المهنية.

3- أسباب إختيار الموضوع:

يعتبر خروج المرأة للعمل من المواضيع التي نالت القسط الأوفر من البحوث الميدانية بين مؤيد ومعارض، بين سلبي وإيجابي، رُبط خروج المرأة للعمل بتغيرات وتحولات أسرية أدى إلى ظهور الأزمات الأسرية أكثر من السابق، لذا وقع الإختيار على هذا الموضوع لإختبار قدرة المرأة العاملة على إدارة أزماتها الأسرية وربط ذلك بمستوى جودة الحياة الذي حققته الأسرة بخروجها للعمل على الأقل.

#### 4 - أهداف الدراسة:

- الكشف عن وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي والخبرة المهنية.
- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تعزى لمتغير السن، المستوى التعليمي و الخبرة المهنية.

#### 5 - أهمية الدراسة:

- يعتبر موضوع إدارة الأزمات وتسييرها بصفة عامة والأزمات الأسرية خاصة، موضوع حديث نسبيا، زد على ذلك تشتق الدراسة أهميتها أكثر من قلة الدراسات التي تناولت موضوع علاقة إدارة الأزمات الأسرية بجودة الحياة لدى المرأة العاملة حسب إطلاع الباحثين.
- تتبثق أهمية الدراسة أيضا في محاولة الكشف عن مدى وعي ربات البيوت منعاملات بالأزمات التي تعترض أسرهن والتعرف على كيفية إدارتها.

#### 6- التعاريف الإجرائية:

- إدارة الأزمات الأسرية: نقصد بها مجمل الجهود والأساليب التي تستخدمها المرأة العاملة من أجل مواجهة الأزمات داخل إطار الأسرة بغية تحقيق التوافق، وتقادي الإنعكاسات السلبية لهذه الأزمة على أفراد أسرتها.
- جودة الحياة: هي التقييم الذي تمنحه المرأة العاملة عن مدى تحقيقها للكفاية الذاتية والمهنية التي تصبو إليها من خلال عملها، على الصعيد الصحي، الزوجي الأسري، المهني وحتى الرضا عن الظروف البيئية المحيطة بها بأفراد أسرتها.
- المرأة العاملة: هي المرأة التي تمارس مهنة معينة مأجورة خارج نطاق النسق الأسري، على غرار دورها كأم وربة منزل.

## 7- الدراسات السابقة:

## 7- 1 إدارة الأزمات الأسرية:

## - الدراسات العربية:

- دراسة عامر نادية (2008): بعنوان "إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالتوافق الزوجي". هدفت الدراسة إلى التعرف على الأزمات الأسرية وخاصة الإجتماعية والإقتصادية التي تواجه الأسر، وكيفية إدارة ربّات الأسر لهذه الأزمات، وإعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي تحليلي، وبتطبيق أدوات البحث التي شملت إستبيان الذي طبق على عينة البحث الكلية وعددهن 180 ربة أسرة، كما تم إختيار العينة التجريبية من العينة الكلية وقد بلغت 25 ربة أسرة. وقد أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مستوى إدارة الأزمات الأسرية لدى ربّات الأسر عينة تجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مستوى التوافق الزوجي لدى ربّات الأسر عينة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين مراحل إدارة الأزمات الأسرية وجوانب التوافق الزوجي لدى ربّات الأسر عينة البحث التجريبية قبل تطبيق برنامج إرشادي، ووجود علاقة إرتباطية بين مراحل إدارة الأزمات الأسرية وجوانب التوافق الزوجي لدى ربّات الأسر عينة البحث التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، مما يدل على فعالية هذا البرنامج. (أبوعقيل، 2020، ص42)

- دراسة حنان حلي (2011): بعنوان "الأزمات المهنية والأسرية وأساليب التعامل معها". طبقت الدراسة الميدانية على عينة تكونت من 300 زوجة بمحافظة دمشق، هدفت إلى التعرف على الأزمات المهنية والأسرية وأساليب التعامل معها، وإعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، وشملت أدوات البحث إستبيان كشف الأزمة و إستبيان أساليب التعامل مع الأزمة، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجة الزوجات على مقياس إدارة الأزمات الأسرية وأساليب التعامل معها.

- دراسة حسيني ریحان (2015): بعنوان "إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بجودة الحياة". هدفت الدراسة إلى البحث في العلاقة بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة، وتحديد مستوى إدارة الأزمات الأسرية ومستوى جودة الحياة، لدى عينة تكونت من 450 رجل وسيدة في مستويات



إجتماعية مختلفة، إعتد الباحثون على المنهج الوصفي، شملت أدوات الدراسة إستبيان جودة الحياة إستبيان إدارة الأزمات الأسرية. وأسفرت النتائج على وجود علاقة إرتباطية موجبة الدالة بين إدارة الأزمات وجودة الحياة الأسرية.

- دراسة **نجوى السيد عبد الجواد (2015)**: بعنوان "إدارة الأم للأزمات الأسرية والإقتصادية والإجتماعية والنفسية وعلاقتها بمواجهة الطفل لمشكلاته". هدفت الدراسة إلى التعرف على إدارة الأم للأزمات الأسرية (الاقتصادية والاجتماعية، النفسية.) وعلاقتها بمواجهة الطفل لمشكلاته. تكونت العينة من 230 طفل وأمهاتهم وتتراوح أعمارهم من 9 إلى 11 سنة، وإعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي وشملت أدوات الدراسة إستمارة البيانات العامة ومقياس إدارة الأم للأزمات الأسرية، وكذا مقياس مواجهة الطفل لمشكلاته، وأسفرت النتائج على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين إدارة الأم للأزمات الأسرية ومواجهة الطفل لمشكلاته.

- دراسة **أبو عقيل إبراهيم (2020)**: بعنوان "إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بإدارة الصف لدى معلمات الأمهات". تهدف الدراسة إلى تقصي مستوى إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بإدارة الصف لدى معلمات الأمهات وتمثلت العينة 125 معلمة أم، تم إختيارها بطريقة طبقية عشوائية، حيث تم إستخدام مقياس إدارة الأزمات الأسرية ومقياس لمهارات إدارة الصف، وإعتماد على المنهج الوصفي التحليلي وتوصل إلى النتائج المتمثلة في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المتغيرات (عدد أفراد الأسرة والمرحلة الدراسية التي تدرسها المعلمة الأم والعمر)، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير الدخل الشهري للأسرة لصالح ذوي الدخل المرتفع، في حين تبين وجود إرتباط إيجابي بين مهارة إدارة الأزمات الأسرية ومهارة إدارة الصف.

- **محمد حسن محمد النوبي (2021)**: بعنوان أثر برنامج تدريبي في التربية الأسرية قائم على مبدأ التحليل الأخلاقي لتنمية الوعي بالتنمر الأسري ومهارة إدارة الأزمات الأسرية لدى المتزوجات حديثا. وهدفت الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تدريبي في التربية الأسرية قائم على مدخل التحليل الأخلاقي لتنمية الوعي بالتنمر الأسري ومهارات إدارة الأزمات الأسرية لدى المتزوجات حديثا، حيث بلغت العينة 65 سيّدة (15 عينة أساسية، 50 عينة استطلاعية من السيدات المتزوجات حديثا). وإعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي، وقد استخدمت الدراسة بعض أدوات القياس من إعداد الباحثة (مقياس الوعي بالتنمر الأسري + مقياس مهارات إدارة

الأزمات الأسرية). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.02) بين متوسطات درجات السيدات المتزوجات حديثاً.

- دراسات أجنبية:

- دراسة **دورج و دويل Drodge et doyle (1998)**: بعنوان "الإرشاد الأسري في الأزمات دراسة بحثية لمساعدة الزوجات أثناء إنهيار الزواج". هدفت الدراسة إلى معرفة كيفية مواجهة الأسرة للأزمة التي تمر بها أثناء الزواج أو وضعية الأسرة بعد فسخ العلاقة وتم وضع نموذج بمجموعة من النصائح. ومساعدة النساء للتغلب على أزمتهن الأسرية، وتكونت عينة الدراسة عدد من الحالات التي تعاني من الأزمات الأسرية، تم وضعها في مجموعة وتم إجراء مقابلات معهن وتحليل البيانات شملت أدوات الدراسة برنامج مواجهة الأزمات من إعداد الباحثين توصلت النتائج إلى أن مجموعة من النساء أبدت إستعداد للوقوف من جديد بعد الأزمات بنسبة 100%، رغم أن هنالك الكثير من الآلام النفسية والجسدية المرتبطة بهذه التجربة. (حلي، 2011، ص815)

7-2- جودة الحياة لدى المرأة العاملة:

- الدراسات العربية:

\_ دراسة **بن محبوب حفصة (2019)**: بعنوان "جودة الحياة وعلاقتها بمستوى الطموح لدى المرأة العاملة في ظل التغيير الاجتماعي". تهدف الدراسة إلى كشف الطبيعة بين مستوى الطموح وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ومقياس جودة الحياة، مقياس الطموح، حيث شملت العينة 80 امرأة عاملة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية بين جودة الحياة ومستوى الطموح لدى المرأة العاملة في ظل التغيير الاجتماعي.

- دراسة **جعيج عمر (2019)**: بعنوان "الفروق في جودة الحياة الأسرية للمرأة (دراسة استكشافية) بين الماكثات بالبيت والعاملات بولاية المسيلة". تكونت العينة من 69 امرأة منها 32 امرأة ماكثة بالبيت، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة الأسرية للمرأة لدى عينة من النساء العاملات وكذا الماكثات بالبيت، إعتد على المنهج الوصفي التحليلي وتم إستخدام مقياس جودة الحياة الأسرية المتكون من عشر فقرات.

أسفرت النتائج على أن متوسط النسبة المئوية للمرأة العاملة على مقياس جودة الحياة الأسرية (25,75%) ما يعني مستوى متدني لجودة الحياة لديهن، ومتوسط النسبة المئوية للنساء الماكثات بالبيت (29,30%) ما يعني مستوى متوسط لجودة الحياة لديهن.

- دراسة سيف الدين بليلة (2021): بعنوان "دراسة جودة الحياة لدى المرأة العاملة وعلاقتها بممارسة النشاط الترويحي (المشي) دراسة ميدانية بولاية عنابة". هدفت الدراسة إلى تحديد العلاقة بين جودة الحياة لدى المرأة العاملة وممارسة نشاط المشي، وقد إستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب مسحي ومقياس جودة الحياة، وشملت العينة (12) سيدة منهنّ (05) سيدات يمارسن رياضة المشي بصفة مستمرة، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة بين مستوى جودة الحياة في جميع الأبعاد وممارسة النشاط الترويحي.

#### - الدراسات الأجنبية:

- دراسة فاني وفليبر (1992): بعنوان "عمل المرأة وعلاقته بنوعية الزواج وجودته". هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير عمل المرأة على جودة الزواج، وتكونت العينة من 452 من المتزوجين العاملين، والإعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وتمثلت أداة الدراسة في إستبيان جودة الحياة، وتوصلت الدراسة إلى أن عمل المرأة ليس له تأثير على نوعية وجودة الزواج، أن العامل المؤثر الأكبر هو القدرة على تقديم وأخذ المساندة والدعم. (حلي، 2011، ص814)

#### 8- التعقيب على الدراسات السابقة:

#### - الدراسات المتعلقة بإدارة الأزمات الأسرية:

من خلال التطرق إلى بعض الدراسات السابقة في إدارة الأزمات الأسرية نجد أن هنالك تطابق في عناوين دراسات (إدارة الأزمات) والعينة المأخوذة (النساء العاملات)، مع دراسة عامر نادية (2018) ودراسة نجوى السيد عبد الجواد (2015)، دراسة حسيني ریحان وسلوى طه (2015) ودراسة حنان حلي (2017)، بالإضافة إلى دراسة أبو عقيل إبراهيم (2020) ومحمد حسن محمد النوبي (2021). كما تطابقت الدراسة الحالية في المنهج المستخدم (الوصفي التحليلي) وأداة القياس المتمثلة في الإستبيان. وتقاربت بالعينات التي فاقت 100 عينة، باستثناء محمد حسن محمد النوبي كانت العينة المدروسة أقل. وإختلفت الدراسة الأجنبية درودج ودويل Drodge et

doyle (1998) من حيث الأداة التي تمثلت في المقابلات، وإعتمدت برنامج مواجهة الأزمات كأداة.

#### - الدراسات المتعلقة بجودة الحياة:

هدفت دراسة بن محجوب حفصة (2019) إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة ومستوى الطموح لدى المرأة العاملة في ظل بعض المتغيرات. أما دراسة سيف الدين بليلة (2020) فقد هدفت إلى تحقيق العلاقة بين جودة الحياة لدى المرأة العاملة وممارسة نشاط المشي وكلها قامت بتسليط الضوء على المرأة العاملة، في حين هدفت دراسة عمر جعيج (2019) إلى تحديد العلاقة بين مستوى جودة الحياة الأسرية بالنسبة للمرأة العاملة وكذا الماكثة بالبيت (مقارنة)، وتطابقت الدراسات المذكورة مع دراسة فاني وفليبر (1992) من خلال الأداة ومنهج الدراسة.

وفي دراستنا الحالية سننتقل إلى موضوع إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بجودة الحياة لدى المرأة العاملة للكشف عن طبيعة العلاقة بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة، والتي تشابهت مع دراسة حسيني ربحان (2015) من ناحية المنهج (الوصفي) ومن ناحية الأداة المتمثلة في إستبيان إدارة الأزمات الأسرية وإستبيان جودة الحياة لدى المرأة العاملة وإختلفت من حيث العينة التي تمثلت في 450 رجل وسيدة في مستويات إجتماعية مختلفة. أمّا العينة المأخوذة في الدراسة الحالية، فتمثلت في 30 امرأة عاملة بالنسبة للدراسة الإستطلاعية و55 عاملة بالنسبة للدراسة الأساسية.

# الفصل الثاني:

## إدارة الأزمات الأسرية

- تمهيد

1- الأزمات الأسرية.

1-1 مفهوم الأزمة.

1-2 الفرق بين المشكلة والأزمة والصدمة.

1-3 مفهوم الأزمة الأسرية.

1-4 أسباب الأزمات الأسرية.

1-5 تصنيف الأزمات الأسرية.

1-6 خصائص الأزمات الأسرية.

1-7 مراحل الأزمات الأسرية.

1-8 النظريات المفسرة للأزمات.

2- إدارة الأزمات الأسرية.

2-1 مفهوم إدارة الأزمات.

2-2 مفهوم إدارة الأزمات الأسرية.

2-3 أهداف إدارة الأزمات الأسرية.

2-4 خصائص مدير الأزمات الأسرية.

2-5 إستراتيجيات إدارة الأزمات الأسرية.

2-6 أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية.

2-7 مراحل إدارة الأزمات الأسرية.

- خلاصة الفصل.

- تمهيد:

تتعرض الحياة الأسرية للكثير من الأزمات المختلفة بإختلاف مراحلها وشدتها، وعلى الرغم من تعددها تؤثر على الكيان الأسري وتسبب إنهياره، وتعد إدارة الأزمات هي الوسيلة الفعالة لمواجهة هذه الأزمات وصددها.

### 1- الأزمات الأسرية:

#### 1-1- مفهوم الأزمة:

يعرف محمود كاظم التميمي (2016) الأزمة على أنها حالة من الصعوبة المفاجئة التي تعطل سير العمل، وتؤدي إلى إرباك الخطط و إستراتيجيات وطرق التنفيذ، وتؤدي إلى إستنفار كامل من أجل التخفيف من حدتها وتخلص من آثارها السلبية. وتعرف أيضا على أنها تهديد أو حدث كبير وخطير أو سلسلة من الأحداث، يتم توقع حدوثها، تؤثر على سلبا أو إيجابا على منظمة أو عدة منظمات. (الفقيه، 2011، ص16)

فالأزمة هي حالة من عدم الاستقرار تبنى بحدوث تغيير حاسم، تكون نواتجه غير مرغوب فيها بدرجة عالية أو تكون إيجابية للغاية، وهذا يعتمد على مدى استعداد الشخص للأزمة، فالشخص الذي يستطيع تنبؤ بحدوث الأزمة يمكن أن يحول أحداثها لصالحه وتكون نتائجها إيجابية. (المغربي، 2019، ص15)

وعرفها بوث Both على أنها حالة يوجهها الأفراد والجماعة أو منظمة، لا يمكن التعامل معها بإستخدام إجراءات الروتينية العادية، و فيها تظهر الضغوط الناشئة عن التغيير الفجائي. (المرعول، 2014، ص22)

تتميز الأزمة بعنصر الفجائية، وهي كل ما لا يمكن توقعه أو التفكير فيه من أحداث وسلوكات، تؤثر سلباً أو إيجاباً على الأسرة وعلى المجتمع. (الجنابي، 2019، ص12)

ولإضفاء الطابع النفسي على مفهوم الأزمة، فإنها تمثل ضغوط وأحداث ومواقف يتعرض لها الفرد، فتأثر على حالته النفسية وتحد من أساليب وقدراته التقليدية في تعامل معها، وبالتالي تحدث خلل وإرتباك في التوازن النفسي والإجتماعي. (صادق، 2018، ص18)

ونستنتج من المفاهيم السابقة، أن الأزمة هي حدث مفاجئ وصادم يصعب توقعه يصيب الأسرة، ويؤثر على إستقرارها وعلى قرارات أفرادها، حيث يتطلب السرعة في إتخاذ القرار لتخفيف من حدة تأثيرها، وبالتالي الخروج بأقل الخسائر.

### 1-2- الفرق بين المشكلة والأزمة والصدمة:

- **المشكلة:** هي موقف ناجم عن بعض الصعوبات يسبب حالة من توتر وعدم الرضا، يسعى فيه الفرد للبحث عن وسائل فعالة للتغلب على عائق أو العوائق التي تحول دون الوصول إلى هدفه، والمشكلة هي بداية حدوث الأزمة. (أبو أسعد، 2014، ص20)

- **الأزمة:** هي مكملة للمشكلة حيث عند وجود مشكلة معينة ولا تتعامل معها تتطور إلى أزمة، فهي حدث كبير وموقف له نقطة تحول، وتتعدى شدته مقدار الدعم الموجه لصدده بالإضافة إلى الإستراتيجيات الدفاع المتبعة. (منصور، 2016، ص444)

- **الصدمة:** هي حدث موضعي وإعتداء قوي على صحة النفسية للفرد، و تسبب ألماً نفسياً حاداً كالقلق، ومن المحتمل أن تنتج أزمة من جراء الصدمة وقد لا تنتج في حالات أخرى، فقابلية حدوث الأزمة تعتمد على قدرة الشخص في التعامل مع الألم الذي تسببه الصدمة. (العاسمي، 2016، ص313)

### 1-3- مفهوم الأزمات الأسرية:

عديدة هي التعارف التي تناولت موضوع الأزمة الأسرية، اختلفت من باحث لآخر في مايلي جملة من التعريفات:

تعرف الأزمات الأسرية بأنها مجموعة من المشكلات الناتجة عن أسباب مختلفة داخل الأسرة كالصراعات الأسرية، التفكك الأسري. (حليبي، 2011، ص806)

هي المواقف السلبية التي تنشأ بين أفراد الأسرة، ويؤدي تطورها إلى ظهور صراع يؤثر على ترابط النسق الأسري. (عميرة، 2009، ص11).

تعرف بأنها سوء التوافق و الإنحلال الذي يصيب الروابط التي تربط أفراد الأسرة بما فيها العلاقة بين الزوجين وأيضا علاقة الوالدين بالأولاد، كما أن الأزمة تتميز بأنها تحدث حالة من التوتر وضغط داخل الأسرة. (العواودة، 2013، ص229)

الأزمة الأسرة هي إضطراب مفاجئ تتعرض له الأسرة و يسبب لها عجز وشلل في التفكير، ويعوق مسيرتها تقدمها ويحرمها من الإستقرار والراحة النفسية. (عبد الجواد، 2015، ص155)

تعرف بأنها تصور أو مواجهة حدث أو ظرف يهدد إستقرار الأسرة، وهي غير مستدامة يمكن مواجهتها وحله. (Mohamed, 2019,p184)

كما تعرف الأزمة على أنها حالة من التوتر أو الشدة تحدث نتيجة عدم التوازن بين المطالب والقدرات الأسرية، فالأسرة التي تكون في أزمة دائما تقع في دائرة الناتج عن عدم القدرة على التنظيم أدوار المقدمة لأفراد الأسرة. (الجزاوي، 2011، ص40)

نستنتج مما سبق، أن الأزمات الأسرية هي خلل صادم، تتعرض له الأسرة، ينتج عن أسباب مختلفة، يؤدي تطورها إلى ظهور نزاع يؤثر على الكيان الأسري.

#### 1-4- أسباب نشوء الأزمة الأسرية:

- سوء الفهم: يمثل سوء الفهم أحد أهم أسباب نشوء الأزمة بين أفراد الأسرة، ويحدث نتيجة الفهم الغير الصحيح للمعلومات والأفكار و التسرع الحكم على الأمور قبل إتصاحها بين زوجين والأبناء، ومن هنا يجب على متخذ القرار أن يحرص على إيضاح الحقيقة وتصحيح الأفكار المغلوطة.

- سوء الإدراك: يعد الإدراك مرحلة إستعاب الأفكار والذي عن طريقه يتخذ الفرد سلوكيات وتصرفات إتجاه المعلومات التي إستقبلها، فإذا ما كان خلل في هذه المرحلة فإنه يؤدي إلى عدم سلامة الإتجاه الذي اتخذه مدير الأزمة، بل يؤدي إلى إنفصام حقيقي للأسرة وبين القرارات التي إتخذها، ومن هنا في حين كان متخذ القرار يدرك أن نتائج قراراته تأخذ شكلا آخر، فإنه يوجد ضغط مولد للأزمة.



-**اليأس:** هو أزمة نفسية سلوكية تتمثل في إحباط وعدم الرغبة في إتخاذ القرار وعدم قدرته على الإنخراط داخل المحيط الأسري.

-**الإشاعات:** وهي أهم مصدر من مصادر الأزمات، بل وكثير من الأزمات ما يكون مصدرها الوحيد إشاعة أطلقت بشكل معين، والتي يتم إطلاقها بهدف إثارة الأزمة بين أفراد الأسرة، وتم توظيفها إستنادا إلى مجموعة من حقائق الصادقة قد حدثت فعلا، ولمموسة من جانب قطاع كبير من الأفراد، وبالتالي يصبح إحاطة هذه الإشاعة بهالة من البيانات والمعلومات الكاذبة أمر سهل، ومن أسباب التي تؤدي إلى ظهور الإشاعات هي: وجود توتر بين أفراد الأسرة، سوء الإدارة، عدم مواجهة الأزمة وجود أطماع لدى الغير والذين يروجون للإشاعات. (عبد الحميد، 2013، ص26)

-**الإدارة العشوائية:** هذا النوع يعمل على تدمير الكيان الأسري وتحطيم إمكانياته وقدرته وهو سوء التخطيط وعدم وجود تنسيق وتسلسل في القرارات المتخذة، وهذا يؤدي إلى حدوث صراعات بين أفراد الأسرة.

- **تعارض الأهداف:** تعارض الأهداف بين الأطراف المكونة للأسرة مدعاة لحدوث الأزمة بينهم خصوصا إذا جمعهم عمل أو مشروع مشترك، فكل طرف ينظر إلى هذا العمل من زاويته الخاصة وكل فرد يطمح لتحقيق أهداف لا تتوافق مع الطرف الآخر فتحدث الأزمة. (المساعدة، 2012، ص32)

- **سوء التقدير والتقييم:** سوء تقدير الأزمات ينشأ من خلال الإفراط من الثقة في النفس، وخداع الذات بالتفوق و التميز على مواجهة الأزمة، وكذلك سوء التقدير للطرف الآخر الاستخفاف به والتقليل من شأنه وقدراته، وهذا يؤدي إلى نشوء الأزمة.

-**الرغبة في الإبتزاز بين الطرفين:** يحدث نتيجة وقوع الطرف الآخر في إقتراف الأخطاء أو القيام بسلوك غير مألوف، ولذلك نجد أن الطرف الآخر يقوم بمحاولة تهديده وإبتزازه بما يعلمه عنه من تصرفات وسلوكات، ومنه نجد الأزمة تنشأ بين الطرفين لأن الطرف الثاني لا يقبل هذا الوضع. (عميرة، 2009، ص27)

توجد عناصر أخرى تتسبب في حدوث الأزمة وهي كالتالي:

-مواجهة موقف ينتج عنه ضغط وتوتر: قد تؤدي مواقف أو أحداث معينة في الحياة إلى تصاعد التوتر والضغط الأسري، مما يساهم في حدوث أزمة، على سبيل المثال غالباً ما ينتج عن الحمل غير المخطط له صراع داخل الأسرة، أو الإدمان.

-وجود صعوبة في مع أحداث الضاغطة: قد تظهر صعوبة التأقلم مع الإجهاد بعدة طرق: الإنهيارات في الروتين العائلي، والحجج العائلية، وصعوبة إتخاذ القرار البسيط والإضطرابات في أنماط النوم والأكل، والشعور الغامر بالوحدة، وإستنفاد الطاقة الشخصية، وعلامات الضيق. بدون تدخل داعم لمعالجة الحالة المسببة للتوتر وتأثيراتها على الأسرة فمن المرجح أن تتصاعد صعوبات المواجهة وتدفع الأسرة في حالة أزمة.

-عدم القدرة على القيام بمسؤوليات الأسرة الأساسية: الأسر غير القادرة على الوفاء بالمسؤوليات الأسرية الأساسية تجد نفسها غير مستعدة للتعامل مع تحديات الحياة، قد تكون هذه العائلات على سبيل المثال، غير قادرة على تزويد أفرادها بما يكفي من الطعام والمأوى والملبس والرعاية الصحية والرعاية والحماية والتعليم و /أو التنشئة الإجتماعية.

-عدم وجود مصادر واضحة للدعم: العائلات التي لا تحصل على دعم معرضة لخطر الإنزلاق في أزمة على سبيل المثال، قد تتعرض الأسر المعزولة إجتماعياً أو جغرافياً التي تفتقر إلى الدعم غير الرسمي مثل الأصدقاء والجيران والأقارب.

### 1-5- تصنيف الأزمات الأسرية:

تعددت الأزمات التي تتعرض لها الأسرة وهناك عدت تصنيفات، يمكن أن يتحدد في ضوءها أنواع الأزمات الأسرية منها ما يلي:

#### - تصنيف هيل Hill:

- التمزق والفقدان: وهو الذي يصيب أحد أعضاء الأسرة، نتيجة فقدان أحد الزوجين مؤقتاً كالمرض أو الفقدان الدائم كالوفاة.

- التكاثر: هو ضم عضو جديد إلى الأسرة دون إستعداد مسبق من أفرادها، مثل حمل غير مرغوب أو زوجة الأب أو الأخ.

- الإنهيار الأخلاقي: يقصد به فقد القيم الأخلاقية والخيانة و الزوجية أو الإنحراف، وكل ما يؤدي إلى العار ولا يوافق ثقافة المجتمع، وينتج عنه إنتحار أو تفكك أسري و حدوث صراعات داخل الأسرة. (السيد، 2014، ص133)

- تصنيف وفق مضمون الأزمة:

- الأزمات الإقتصادية: تحدث نتيجة إنخفاض مستوى الإقتصادي للأسرة، وعدم قدرة الدخل على سد جميع متطلبات الأسرة، ودخول في حالة إفلاس.

- الأزمات الإجتماعية: وتنشأ نتيجة عن سوء العلاقات بين الزوجين والأبناء، والمشكلات المرأة العاملة والطلاق.

- الأزمات النفسية: وتحدث نتيجة عدم التوافق العاطفي بين أفراد الأسرة، والخيانة، والنزاع على فرض السيطرة داخل الأسرة.

- الأزمات الثقافية: تنافر بين الزوجين بسبب إختلاف في الثقافة والفرق في مستوى التعليم بين الزوجين.

- الأزمات الصحية: نتيجة إصابة أحد الزوجين بمرض مزمن. (أحمد، 2021، ص 181)

وفي ضوء العوامل:

-العامل الأول: التنبؤ: وصنفت في ضوء هذا العامل إلى نوعين:

-الأزمة المتوقعة: وهي ذلك النوع الذي حدث عن طريق تراكم المشكلات، مما ينبئ بوقوعها.

-أزمة غير متوقعة: وهي تلك الأزمة التي تحدث بشكل مفاجئ، نتيجة صدمات التي تتعرض لها الأسرة، وتتسم بعنصر المفاجئة.

- العامل الثاني: حدة الأزمة: وصنفت في هذا العامل إلى ثلاثة أنواع:

- الأزمات البسيطة: وهي الأزمات التي تستطيع الأسرة مواجهتها وتجاوزها بمجهوداتها الخاصة دون الحاجة إلى الآخرين.

- الأزمات متوسطة الشدة: وهي الأزمات الأسرية التي في غالب تتطلب تدخل الأهل والأقارب.  
- الأزمات الشديدة: التي تحتاج لتدخل مجموعة من المختصين للحفاظ على ترابط وتماسك الأسرة. (سالم، 2014، ص202)

ومن هنا نرى تعدد معايير تصنيف الأزمات الأسرية، وهذا راجع لشمولية مفهوم الأزمة للعديد من المجالات.

### 1-6- خصائص الأزمات الأسرية:

- مفاجئة: تتصف الأزمات الأسرية بأنها تقع بشكل مفاجئ وصادم، يصعب على أفراد الأسرة التخطيط لتجنبها، وهذا لعدم توقع زمن حدوثها، أو أنه لم يتم توقع حجم الآثار الناتجة عنها، فكانت أثارها أكبر بكثير مما تم توقعه، وهذا ما يحدث حالة توتر وضغط داخل الأسرة.

- ضيق الوقت لمواجهة الأزمة: فأحداث الأزمة تقع بشكل متسارع، ولا تتيح مدة زمنية طويلة للتفكير، في حين أنها تستلزم إتخاذ قرارات سريعة وحاسمة، وهذا ما يجعل أفراد الأسرة يفقدون أحيانا السيطرة على الموقف وإستعباه.

- فقدان السيطرة: نتيجة لحدوث الأزمة تتعدم حالة الإلتزان لدى مدير الأزمة الأسرية، مما يؤدي إلى إرتباك واضح في إتخاذ القرارات التي تخفف من حدة الأزمة. (الفيهي، 2012، ص30)

- التعقيد وتشابك والتداخل: الأزمة بطبيعتها معقدة ومتشابكة ومتداخلة في معطياتها، وهناك ضبابية في المسببات تكون في غاية التعقيد مع بداية الأزمة، ولا تتضح إلا مع مرور الوقت.

- وجود حالة من الرعب والخوف داخل الأسرة: وهذا يحدث نظرا لعدم القدرة على تقدير ما يحمله المستقبل للأسرة، و أن هناك إحتتمالات وتوقعات سلبية كثيرة، قد تعيق مسيرة وتقدم أفراد الأسرة وتحرمهم من الإستقرار النفسي.

- ظهور أعراض سلوكية مرضية: تؤدي الأزمة إلى ظهور أعراض سلوكية مرضية في غاية الخطورة، نتيجة لكثرة الضغط، وتتمثل هذه الأعراض في الخوف، القلق، التوتر، فقدان الدافع للقيام بالأدوار الأسرية، اللامبالاة وعدم الإهتمام. (أبوفار، 2020، ص27)

ومما سبق نستنتج أن خصائص الأزمات الأسرية، تتمثل في المفاجئة وتسارع الأحداث وكذا التشابك وفقدان السيطرة، وجميعها يتطلب من مدير الأزمة الأسرية قدرة تركيز عالية وبذل جهد.

### 1-7 - مراحل الأزمات الأسرية:

- **المرحلة التحذيرية:** هي المرحلة التي يشعر فيها متخذ القرار في الأسرة بتحذيرات أو إنذارات، مباشرة أو غير مباشرة من البيئة المحيطة، حيث تكون الأزمة في بداية الحدوث، ويكون الإنذار مبهم وغير واضح ويصعب إدراكه.

- **مرحلة إدراك الأزمة:** هي المرحلة التي يدرك فيها متخذ القرار في الأسرة إمكانية حدوث الأزمة، حيث يشعر ويتوقع حدوث خطر يهدد استقرار الأسرة.

- **مرحلة الإستعداد للأزمة:** يحدد فيها مدير الأزمة الخطة المناسبة للوقاية من الأزمة المتوقعة أو كيفية التعامل مع نتائجها المتوقعة، وهذا يتم من خلال الحقائق مع الاستعداد النفسي.

- **مرحلة مواجهة الأزمة:** قدرة مدير الأزمة على مدى إستعداده لمواجهة الأزمة، وهي مرحلة التي يتم وضعها مسبقا لمواجهة الأزمة مع الرقابة المستمرة أثناء التنفيذ، وذلك من خلال إستعمال جميع الموارد المتاحة والتي تؤثر بشكل مباشر قصد التغلب على الأزمة.

- **مرحلة تقييم الأزمة:** تلك المرحلة التي يتعلم فيها متخذ القرار في الأسرة ويستخلص الدروس المستفادة من المرور بالأزمة والتي من خلالها يتعرف على مواطن الضعف والقوة، حيث تقوم بتقييم الإجراءات التي إتخذها لمواجهة الأزمة. (عبدالمنعم، 2022، ص144)

واختلف الباحثين في تحديد مراحل الأزمات وقسمها الخضيرى إلى خمس مراحل:

- **مرحلة الميلاد:** التي يتم من خلالها التعرف على المؤشرات الأولية للأزمة، ونوع الأزمة أو ما يعرف ببداية تبلور الأزمة، وهذا التنبؤ يساعد في وضع الخطط لإدارة الأزمة لكي يتم التصدي لها بسهولة.

- **مرحلة نمو الأزمة:** تبدأ فاعلية الأزمة بالظهور وتكون في بداية التشكل، وهنا يتولى مدير الأزمة جمع المعلومات، ويتم تطبيق الخطط الموضوعة في السابق. (نصر، 2019، ص34)

**مرحلة النضج:** تعد من أخطر المراحل التي يمكن أن تصل إليها الأزمة، بحث يكون متخذ القرار في الأسرة غير مبالي بما تتعرض له الأسرة من أحداث ضاغطة، وبذلك تصل الأزمة إلى أقصى قوتها وعنفها.

- **مرحلة الإنحصار والتقلص:** تبدأ هذه الأزمة بالإنحصار والتقلص نتيجة الإجراءات التي تم إتخاذها للتصدي لها بحيث في هذه المرحلة تفقد الأزمة جزءا مهما من قوتها وتبدأ في التلاشي والإختفاء.

- **مرحلة ما بعد الأزمة:** يتم إحتواء الآثار الناتجة عن حدوث الأزمة، وتتم عملية إعادة البناء التي تتصل بعلاج هذه الآثار الناتجة، ومن ثم يستعيد الكيان الأسري فاعلية وأداءه ويكتسب مناعة وخبرة في التعامل مع الأزمات. (العاسمي، 2016، ص306)

## 1-8- النظريات التي فسرت الأزمات:

### 1-8-1- النظرية البيولوجية:

افترض عدد من المنظرين أن التعرض لحادث الأزمات يؤدي إلى إلحاق الضرر بجهاز أو نظام إفراز الغدة الكظرية، وتحديدًا إلى زيادة في مستويات النورادرنايين و لدوبامين وزيادة في مستوى في مستوى الآثار الفيسيولوجية، فينجم عن هذه التغيرات إستجابة مروعة من الخوف و التوتر تظهر على الفرد بشكل سريع.

وأكد العالم كرايستل Crastal (1989) أن مستوى النورادرنايين والأدرنايين كان عاليا لدى المرضى المصابين بالأزمات.

وإستنتج إيزيك Isaac (2000) من إطلاعها على عدة دراسات أن المرضى المصابين بالأزمات يختلفون عن الأفراد العاديين في القراءات الخاصة بالمقاييس الفيسيولوجية والبيو كيميائية.

### 1-8-2- نظرية التحليل النفسي:

أشار فرويد Freud إلى أن سبب الأزمات هو وجود خبرات سابقة لدى الفرد يختزنها، وهو حالة نكوص إلى مرحلة الطفولة الأصلي الذي كان يعاني منه الفرد، والأعراض الناتجة هي حماية الأنا من التصدع، وما يحدث بعد التعرض للأزمة هو رد فعل طفولي للتخلص من الموقف الحاد والمؤلم. وعندما يتعرض الفرد الممتزن لإضطراب بفعل آثار خارجية، فإن إعادة الإتران يتم تحقيقها عن طريق الإفراغ الناشئ من تلك الإثارة، أو عن طريق كبح التوتر، وإذا ما أخفق الجهاز النفسي في إبقاء إتران نسبي تنشأ حالة خطر.

وقد ذكر أوتوفينخل Uwtu Finzil أن هناك أعراض تنتج عند التعرض للأزمة بحسب نظرية فرويد Freud وهي:

- إنغلاق أو تضاؤل الوظائف المختلفة للأنا.

- نوبات إنفعالية عالية، ولاسيما نوبات من القلق والهيلاج.

- إضطرابات النوم وأعراض عصبية نفسية.

### 1-8-3- نظرية المناعة النفسية:

قامت موسون Musun بعدة دراسات تناولت فيها الجهاز المناعي للأفراد، وإستنتجت أن الأحداث الأزمية تؤثر على الأفراد المتعرضين إليها بشكل مختلف وحسب الفروق الفردية وقدرة جهاز المناعي، وبينت الدراسات التي أجرتها أن أثر القوي في إستجابة الفرد ليس الحدث الأزمي، وإنما قدرة الفرد على مواجهة أو إحتواء المواقفة الأزمية، وأن الفرد الذي لا يمتلك قدرة ذاتية في التصدي لضغوط الحدث يكون أكثر عرضة للإصابة بأعراض الأزمة، وإن إختلفت شدة الإصابة لكنه سيصاب بها. وترى موسون التفاعلات التي تحدث مزدوجة التوجه بين الدماغ والعقل من جهة والضوابط المناعية من جهة أخرى، تؤثر في الأفراد وحسب نوعية التفاعل، فإن كان إيجابيا يكون الفرد تحصن من الأزمات، وإن كان هذا التفاعل سلبيا يؤثر دفاعات الذات المتمثل في التوازن النفسي و العصبية.

## 1-8-4- النظرية السلوكية:

يهتم العلماء السلوكيون بالعوامل البيئية وأهمية التعلم بنوعية الإشتراط الكلاسيكي و الإشتراط الإجرائي في تحديد السلوك بنوعية، لسوي وغير السوي اللذان يخضعان لقانون واحد هو التعلم، وتتمثل هذه النظرية في الإشتراط الكلاسيكي، وفيه يمكن أن تنتقل الإستجابة من موقف إلى آخر، بمعنى ترتبط إستجابة التوتر والقلق بمثيرات مرتبطة بالأزمات نفسية شديدة، وتؤكد هذه النظرية أن حدث الأزمة بمثابة منبه غير شرطي يُظهر الخوف والقلق، ويصبح المنبه الغير طبيعي خبرة إذا إقترن مع حدث صدمي مثل صوت سيارات الإطفاء أو منبها شرطيا إذا إقترن بحادث أزمي كالوفاة أو حرائق تظهر إستجابة متمثلة في الخوف والتوتر، ويشعر الفرد بعدم الراحة، وتؤدي بيه إلى أن يسلك سلوك سلبي.

## 1-8-5- النظرية المعرفية:

أكدوا فوا Foix وزملائه (1999) في نظريته المعرفية التي تشير إلى أن الأزمات تهدد إفتراضاتنا العادية أو السوية بخصوص مفهومنا بالأمان، وما هو آمن فينجم عن ذلك إن الحدود بين الأمن والخطر تصبح غير واضحة فيقود إلى تكوين بنية كبيرة للخوف، وأن الأفراد الذين تتكون لديهم بنية الخوف، سوف يمرون بخبرة نقص القدرة على التنبؤ والضعف السيطرة على حياتهم. وهذان العاملان هما يسببان في حصول مستويات عالية من القلق.

وأشار هو رويتز Hu Ruytar (1970) إلى أن الميكانيزم الأساسي للعمليات الإدراكية الإنسانية هو الميل للكمال، الذي يشير إلى أن العقل يستمر بمعالجة المعلومات الجديدة حتى الموقف والواقع، بحيث يصل إلى التتابع، ولكن حدث الأزمة الذي يُعرض له الفرد متمثلا ومتكاملا بنجاح في داخل المخطط الإدراكي الموجود، فإن العناصر الفردية للحدث الأزمة ستبقى في مخزن الذاكرة النشطة وتستثير تمثيلا فكريا وتحليلا للأحداث الأزمية على كل المستويات الوظيفية الإدراكية التي تنشأ دوريا في داخل الشعور.

ويرى ليتزوكين Litroqine (1980) إن الأفراد عندما يتعرضون لأزمة يعانون من خلل في الشبكة الإدراكية للأزمة فيؤدي هذا إلى معالجة المعلومات بطريقة خاطئة.



كما يرى أيضا ميلر (1995) Millr أن الفرد يدرك الأزمة على أنها معلومة جديدة وغريبة عن مخططه الإدراك فلا يعرف كيف يتعامل معها، فتشكل له تهديدا ينجم عنه اضطراب في السلوك، ويشعر بالتوتر والتهديد عندما يدرك بأن هناك تغييرا شاملا على وشك الوقوع في نظام البيئي لديه. (كاظم، 2016، ص180)

من خلال ما سبق ذكره، ركزت نظرية التحليل النفسي على قوة الأنا في مواجهة الأزمات التي تعترض الفرد، في حين ركزت نظرية المناعة النفسية، على الدور الذي تلعبه المناعة في مجابهة الأزمات والتي تختلف من فرد لآخر. أما عن النظرية السلوكية التي أكدت هي الأخرى على دور العوامل البيئية وأهمية التعلم.

## 2- إدارة الأزمات الأسرية:

### 2-1- مفهوم إدارة الأزمات:

يعرف قحف إدارة الأزمات على أنها مجموعة الإستعدادات التي تبذل لمواجهة أو الحد من الآثار السلبية المترتبة عن الأزمة. (غنيمة، 2014، ص10) وتعرف بأنها تخطيط إستراتيجي لمعالجة الأزمة، من أجل تقليل من الآثار السلبية الناتجة، وإفقادها مرتكزات النمو والتقليل من حدتها. (منصور، 2016، ص4)

وتضيف مسك (2011:24) أن إدارة الأزمات هي تقنية أو أسلوب معين يستخدم عند مواجهة الحالات الطارئة، وذلك من خلال مجموعة من الإداريين، القادرين على إستخدام إجراءات خاصة من أجل التقليل من الخسائر.

وعرفها شعبي (2018:128) هي كل الجهود والتهيئة الإدارية لمواجهة الأزمة المحتملة، من خلال التخطيط والتنظيم على جميع المتغيرات المساهمة في حدوث الأزمة والسيطرة عليها، والتعامل معها بأقل خسائر ممكنة.

ومما سبق نستنتج أن إدارة الأزمات هي مجموعة من الأساليب والتقنيات، تستعمل من طرق مجموعة من الإداريين المتخصصين، في حالة حدوث أزمة، وذلك قصد التصدي لها.

## 2-2- مفهوم إدارة الأزمات الأسرية:

تعرفها الباحثة حمادة وجيدة (2021) على أنها التصدي لكل ما تواجهه الأسرة من أزمات إقتصادية وإجتماعية بأسرع وقت ممكن، لكي تخرج الأسرة من وضعها المتأزم بأقل خسائر ممكنة، وذلك من خلال تطبيق الأسلوب الإداري المنظم. وهي عبارة عن أسلوب إداري يطبق في حالة حدوث الأزمة، وذلك من خلال مواجهتها بشكل إيجابي وسريع وبأقل قدر من خسائر الممكنة. (ريحان، 2011، ص143)

تعتمد إدارة الأزمات الأسرية على التخطيط والتدريب قصد التنبؤ بالأزمات الأسرية، وعمل على التعرف على أسبابها وتحديد الأطراف المؤثر والمتأثرة بها، وإستخدام كل الوسائل لمواجهتها وتحقيق الإستقرار الأسري. (دراز، 2014، ص50)

وتعرف إدارة الأزمات الأسرية على أنها عملية تقوم على حسن إستغلال الموارد والإمكانيات المتاحة بأسلوب منظم، للتغلب المشكلات الداخلية والخارجية التي تهدد بدرجة خطيرة أفراد الأسرة. (أبو عقيل، 2020، ص40) كما يمكن تعريفها أيضا على أنها مجموعة متشابكة ومتكاملة من العمليات الإدارية، تسعى إلى تحقيق أهداف معينة لربة الأسرة وأفرادها عن طريق إستخدام الأمثل للموارد المتاحة. (لطي، 2022، ص563)

نستنتج من التعاريف السابقة، أن إدارة الأزمات الأسرية على أنها أساليب والطرق التي تتبعها الأسرة، لمواجهة المواقف السلبية التي تتعرض لها الأسرة، بأقل أضرار ممكنة.

## 2-3- أهداف إدارة الأزمات الأسرية:

- التنبؤ بالأزمات المحتمل حدوثها والسيطرة عليها.
- إزالة المسببات والتقليل من حدتها على أفراد الأسرة.
- التعرف على قدرات الأسرة في السيطرة على أحداث الأزمة.
- التعامل الفوري مع أحداث الأزمة لوقف تصاعدها، عن طريق تحليل نقط الضعف والقوة والإستعداد المستمر للتعامل معها.

- توفير كل الإمكانيات لمواجهة الأزمة بسرعة وحسم.

- العمل على المحافظة على النسق الأسري و العلاقة بين أفراد الأسرة، و محاولة الخروج من الأزمة بأقل الخسائر. (اللامي، 2015، ص44)

## 2-4- خصائص مدير الأزمة:

- الموضوعية في توصيف الأزمة: ويقصد بذلك أن يكون مدير الأزمة موضوعياً في وصفه للأزمة، وتوضيح أسبابها وأبعادها، والفصل بين أطراف المتنازعة دون التحيز لأحدهما. وتقتضي الموضوعية بالتخلي عن الذاتية، وتجرد من الحكم المسبق، وإفساح المجال للأطراف الأزمة بالإبداء حجتهم، وحكم بينهم بالعدل.

- التمتع بالحوار الهادئ والفعال: من أهم ما يجب أن يتحلى به مسير الأزمة الأسرية، هو الحوار الإيجابي الذي يهدف إلى دعم الرابطة الأسرية عن طريق المناقشة الهادئة والهادفة، التي تتصف بحسن الإستماع لما يبديه أطراف الأزمة من عرض أسبابها وتداعياتها، وتقدير الآراء والإبتعاد عن التجريح، وطرح الحلول المناسبة لكلا أطراف المتنازعة لمواجهة الأزمة.

- رجاحة العقل وسداد الرأي: فالعقل مصدر الحكمة، وجودة تصريف الأمور بوضعها في مواضعها دون إفراط أو تفريط، مما ينتج عن ذلك سداد الرأي. من معالم الحكمة في معالجة الأزمات الأسرية، كتم الأسرار وعدم إيداعها وإفشائها، والعمل على عدم تدخل الأطراف الخارجية في حل الأزمة، وهذا حسب نوع وشدة الأزمة فمثلا الأزمة الإقتصادية و الأزمات الشديدة تتطلب تدخل مصلحين مختصين لمواجهتها.

-العدل وصدق الرغبة في الإصلاح: وهذا من أهم خصائص مدير الأزمة، أن يحكم بالعدل ويبتعد عن التعصب، ولا يميل إلى أحد الأطراف المتنازعة على حساب الآخر، وصدق الرغبة في الإصلاح ومواجهة الأزمة. (الدش، 2020، ص624)

## 2-5- إستراتيجيات التعامل مع الأزمة الأسرية:

تعرف إستراتيجية على أنها مجموعة المناهج التي يمكن أن يستخدمها مدير الأزمة الأسرية في التعامل مع الأزمات، ويمثل إختيار الإستراتيجية المناسبة أهمية كبيرة في السيطرة على الأزمة، وهي كالآتي:

- تحديد الموقف من الأزمة، ومن هو المتسبب والمستهدف.

- إختيار الإستراتيجية التي تتناسب مع طبيعة الأزمة، الأساليب التي تستعمل في الأزمات الإقتصادية تختلف عن أساليب الأزمات العاطفية، فلكل نوع من الأزمة منهج يتبع للسيطرة عليها.

- التأكد من أن الإستراتيجية المختارة في حدود الإمكانيات المادية والبشرية المتاحة للأسرة. (التميمي، 2008، ص125)

## 2-6- أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية:

وهي الطريقة التي تتخذها الأسرة في التعامل مع الأزمات التي تتعرض لها، وقد تكون أساليب إيجابية أو سلبية.

### 2-6-1- أساليب إيجابية:

- الإعتراف بالأزمة: إستشعار خطرها والإهتمام بالأمور البسيطة قبل أن تتطور وإعتماد على المعلومات الصحيحة، وإبتعاد عن العشوائية، وتستلزم هذه المرحلة تحديد دور كل فرد في الأسرة.

- تحليل الأزمة: وهي التأكد من المرحلة التي وصلت إليها الأزمة، تحديد حجم الأخطار الناتجة عنها، وعدد الأفراد المتسببة في نشوء الأزمة ونسبة تأثير كل منهم على الآخر وتحليل نقاط القوة والضعف لدى أفراد الأسرة.

- إحتواء الأزمة: محاصرة الأزمة في نطاق محدود داخل الأسرة، وتجميدها عند المرحلة التي وصلت إليها وسيطرة على الضغوط المولدة لها، ويتم ذلك من خلال الحوار المتبادل بين أفراد الأسرة.

## 2-6-2- أساليب سلبية:

- إنكار الأزمة: حيث يعلن مدير الأزمة أنه لا توجد أزمات، أو أن الأوضاع القائمة على أفضل وضع.

- التقليل من الأزمة: يقوم مدير الأزمة بالتقليل من شأن الأزمة ومن نتائجها، واعتبارها حدث غير مهم أو قليل الشأن.

- الهروب من الأزمة: حيث يقوم مدير الأزمة بإصطناع مرض أو إصابته بمرض، يستدعي إبتعاده عن الأزمة، وإنتقاله إلى مكان آخر يجعله بعيد أن الأحداث أثناء الأزمة. (الطوخي، 2017، ص 264).

## 2-7- مراحل إدارة الأزمات الأسرية:

2-7-1- تقدير الموقف: يحتاج مدير الأزمة إلى تقدير سليم يحدد أبعاد وجوانب الموقف الأزموي ولا بد أن يشمل ذلك مكونات هذه الأزمة والتصرفات الناتجة عنها، وما وصلت إليه الأزمة من نتائج وردود أفعال، ومن هنا يشمل تقدير الموقف الأزموي عدة أبعاد أساسية وهي كالآتي:

- تحديد دقيق وشامل للقوى التي صنعت الأزمة: ويهدف هذا البعد إلى معرفة القوى الصانعة للأزمة والتعرف على عددها وحجمها، وليس فقط القوى الظاهرة ولكن أيضا الخفية منها.

- تحديد وتوقع ورصد لعناصر القوة التي تركز عليها القوى الصانعة للأزمة: وتشمل هذه العناصر ما تملكه القوى الصانعة للأزمة من ضغط أو قوى ضاغطة على مواقف الآخرين، وعلى أحوالهم، وما ينشأ عنها من تصرفات يتم رصدها، سواءا إتخذت شكل التعايش مع الأزمة أو التصادم معها، ومن ثم تحديد شبكة العناصر التي تجمع هذه القوى.

- تحديد من هي القوى المساعدة والمؤيدة لقوى صنع الأزمة: إن القوى الصانعة للأزمة تحتاج دوماً إلى قوى مساعدة لها، ومنه يتم تحديد التحالفات التي تساند قوى صنع الأزمة، والمصالح التي تربطها هل هي دائمة مستمرة أم هي وقتية مرحلية؟ ومن هنا يتم تحديد مناطق الضعف التي من خلالها يخترق جدار قوى صنع الأزمة الأسرية.

- تحديد لماذا وكيف صنعت الأزمة: فتحديد الأسباب هو البداية الحقيقية لمعالجتها، والوصول إلى هذه الأسباب يقود إلى معرفة كيف حدث التفاعل بينها وأدى إلى حدوث الأزمة، وللوصول إلى الأسباب يمكن دراسة النتائج، فإن ما تفرزه الأزمة النتائج يدل على أسبابها، وهو أمر مهم لمعالجة أي أزمة. (عميرة، 2009، ص35)

**2-7-2- تحليل الموقف الأزموي:** بعد ما يصل مدير الأزمة إلى تقدير الموقف الأزموي ويحدده تحديداً دقيقاً، لا بد من تحليل الموقف الأزموي ومكوناته وعناصره المختلفة، بهدف الوصول إلى المصالح الحقيقية التي أدت إلى الأزمة، وكذا الاستدلال وإستكشاف اليقين، حيث يتم تحليل الموقف الأزموي المركب إلى أجزائه البسيطة، ثم إعادة تركيبها بشكل منظم، ويعتمد هذا على أدوات تحليل أهمها:

- تحليل علاقات الإرتباط و الإنحدار للمتغيرات والثوابت الخاصة بعوامل الموقف الأزموي، والعوامل المساعدة على الأزمة، ومدى تأثيرها وتأثرها بالأزمة.

- تحليل أسباب التوتر على أساس المعلومات، وتحديد مستويات التوتر التي بلغت بها الأزمة، ومرحل الإستقرار والتعادل التي استطاعت قوى كبح الأزمة الوصول إليها.

- تحليل مركز القوة لدى كل من الطرف الصانع للأزمة، ومراكز الضعف أيضاً لدى الطرفين، وعمل على إستفادة منهما.

- تحليل طبيعة الخطر الذي تشكله الأزمة، ومدى تأثيرها على أفراد الأسرة.

**2-7-3- التخطيط العلمي التدخل في الأزمة:** وهي مرحلة رسم الخطط والبرامج للتصدي ومواجهة الأزمة، ومن ثم وضع الخطط حيز التنفيذ، بحيث تكون طريقة الحل بسيطة وواضحة ومرنة تستطيع أن تتكيف مع تطورات الأزمة، لأن الأزمة من خصائصها التطور بسرعة. ويتم وضع خريطة التحرك على نحو التالي:

- يضع مدير الأزمة حل للأزمة الأسرية إنطلاقاً من ما توفر لديه من حيثيات التي توصل إليها من تقدير الموقف الأزموي وتحليله.

- تحديد خطة إمتصاص الضغوط الأزموي الحالية، عن طريق الإستجابة لبعض مطالب أفراد الأسرة.

- توزيع الأدوار على قوى الكيان الأسري.

- التأكد من إستعاب كل فرد لدوره الموكل إليه.

**2-7-4- التدخل لمعالجة الأزمة:** يتم معالجة الأزمة على أنها مجموعة مهام أساسية ومهام ثانوية، مع المحافظة على سلامة النسق الأسري وترابطه، تهدف هذه المرحلة إلى:

- معالجة آثار الأزمة ومحو السلبيات التي نجمت عنها

- وضع نظام وقائي يمنع حدوث هذه الأزمة مرة أخرى. (المساعدة، 2012، ص72)

تشكل الأزمات التي تتعرض لها الأسرة خطراً على المجتمع والأسرة، بحيث تؤثر على الإستقرار النفسي للأفراد وتحطم النسق الأسري، وهذا ما يستوجب التعامل مع هذه الأزمات وتصدي لها، وعدم تركها تتطور وتؤثر سلباً على الحياة الأسرية. بحيث تعد إدارة الأزمات هي الحل الفعال لمواجهة هذه الأحداث الصادمة، كما ينصح باللجوء إلى المختصين في هذا المجال مثل مكاتب الإستشارات الأسرية التي تقدم المساعدة بموضوعية، وتعمل على مساعدة الأسرة للخروج بالأقل الخسائر الممكنة.

# الفصل الثالث: جودة الحياة

- تمهيد

1- مفهوم جودة الحياة.

2- مفهوم جودة الحياة الأسرية.

3- مصطلحات لها علاقة بجودة الحياة.

4- الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة.

5- النماذج النظرية المفسرة لجودة الحياة.

6- مؤشرات جودة الحياة.

7- أبعاد جودة الحياة.

8- مقومات جودة الحياة.

9- معوقات جودة الحياة.

10- الوصول إلى تحقيق جودة الحياة.

- خلاصة الفصل



## - تمهيد:

يعتبر مصطلح جودة الحياة من المصطلحات التي إهتم بها علم النفس عامة وعلم نفس الإيجابي خاصة، وهو مفهوم لا بد منه من أجل تحقيق الصحة النفسية والحياة المستقرة وبالتالي الوصول إلى السعادة بالتمتع بالإيجابية وكذا الرضا عن الذات وسنورد فآآتي بعض العناصر المتعلقة بهذا المفهوم من تعريفات وبعض الاتجاهات المفسرة، وأبعاد ومؤشرات بالإضافة إلى المقومات والمعيقات .

## 1- مفهوم جودة الحياة:

يعد مصطلح جودة الحياة ترجمة للمصطلح الانجليزي Quality of life وهو من المفاهيم الحديثة في العلوم الإنسانية، ومنها علوم البيئة والصحة وكذا الطب والإقتصاد وعلم النفس والتربية وغيرها من العلوم وفي علم النفس تبنى مفهوم جودة الحياة مختلف التخصصات الدقيقة النظرية منها والتطبيقية، خاصة علم نفس الصحة وعلم النفس الإيجابي.

ويقصد بجودة الحياة عموما جودة الخصائص الإنسانية من ناحية التكوين الجسمي والنفسي والمعرفي وكذا التكوين الإجتماعي والأخلاقي، ودرجة التوافق مع الذات ومع الآخرين، والجودة هي المطابقة لمتطلبات ومواصفات معينة.

أما من الناحية اللغوية فالجودة تعني نقيض الرديء وفقا لإبن منظور الجودة أي أنه صار جيدا وبهذا يرتبط مفهوم الجودة بالتميز والإتساق والحصول على محطات ومستويات محددة مسبقا. (معمرية، 2020، ص16)

يعرف روجرسون Rujarsun (1999) جودة الحياة ترتبط ببيئة الفرد، فالعوامل البيئية تعتبر من المحددات الأساسية في إدراك الفرد لجودة الحياة، وهذا يبدو في تركيز العديد من الدراسات المتعلقة بجودة الحياة في بيئات محددة. وهناك من ينظر إلى جودة الحياة بإعتبارها دالة التغير النفسي الإجتماعي الإيجابي الذي يحدث في إستجابة الأفراد والجماعات إتجاه البرامج المقدمة التي تحدث أثرا إيجابيا بفعالية الذات.

وتعرف هناء الجوهري جودة الحياة (1994) على أنها ذلك البناء الكلي والشامل الذي يتكون من مجموعة المتغيرات المتنوعة التي تهدف إلى إشباع الحاجات الأساسية للأفراد اللذين يعيشون في نطاق هذه الحياة بحيث ويمكن قياس هذا الإشباع بمؤشرات موضوعية تقيس القيم المتدفقة، وبمؤشرات ذاتية تقيس قدر الإشباع المحقق.

تعرف منظمة الصحة العالمية جودة الحياة على أنها إدراك الأشخاص لمركزهم في الحياة وسياق الثقافة، وكذا القيم وعلاقة ذلك بالتوقعات والأهداف والمستويات. ومفهوم جودة الحياة يتأثر بصحة الفرد الجسمية وحالته النفسية ومستوى الإستقلالية والعلاقة بالجوانب البيئية المعاش بها. (عبد القادر، 2005، ص93)

وتعرف منظمة اليونيسكو جودة الحياة مفهوم شامل يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الفرد والإشباع المادي الحاجيات الأساسية والإسراع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي لدى الفرد عبر تحقيقه ذاته وعلى ذلك فإن جودة الحياة لها ظروف موضوعية ومكونات ذاتية. (دحمانى، 2002، ص119)

يتضح من خلال ما سبق، أن جودة الحياة تتأثر بإدراك الفرد لوضعه الاجتماعي والاقتصادي وحتى البيئي، سواء كان هذا الإدراك إيجابياً أو سلبياً، تتطوي على إثره مجموعة من الإنفعالات تكون هي الأخرى سلبية أو إيجابية.

## 2- مفهوم جودة الحياة الأسرية:

تعبر جودة الحياة الأسرية عن شعور الأسرة بالدعم الكافي وتمتع كل فرد من أفرادها بالحياة الإيجابية، وقد تم رصد ذلك من خلال ما تتحصل عليه أفراد الأسر من نسبة على مقياس جودة الحياة الأسرية الذي يعكس تصورات الأسر ورضاها عن جودة الحياة، ويشمل أربع مكونات أساسية هي التفاعل الأسري العاطفي والرفاه الجسدي والرفاه المادي والدعم. (عايش، 2021، ص236)

تعريف بارك Bark وآخرون (2003) والذين يتفقون على تعريف جودة الحياة الأسرية بأنه تمتع أعضاء الأسرة معا بالحياة وإملاك مجموعة من العناصر المساهمة في جودة الحياة الأسرية وهي :

- التفاعل الأسري.

- الاشراف الانفعالي.

- البيئة .

- الصحة الاجتماعية.

- التماسك .

تعريف سميث Smith 2005: عرفها على أنها الحاجة إلى الترابط القوي.

تعريف إيزاكس وآخرون Isaacs 2007: الأداء الجيد للوالدين في الأسرة أو السعادة

الأسرية .

وفي علم النفس تبني مفهوم جودة الحياة مختلف التخصصات الدقيقة النظرية منها والتطبيقية، خاصة علم نفس الصحة وعلم النفس الإيجابي.

تعريف بارك Bark وآخرون parketal (2003): يعرفون جودة الحياة على أنها مقابلة

إحتياجات الأسرة وتمتع أعضاءها بحياتهم معا كأسرة، وإمتلاك الفرصة لجودة الحياة الأسرية وهي:

- التفاعل الأسري.

- الحياة اليومية.

- الحالة المادية والإشراف الإنفعالي.

- البيئة.

- الصحة الاجتماعية والتماسك.

- تعريف جان أنسيميرز Jean Ann Summer Slam: تعني نوعية العلاقة التي تجمع بين أفراد

الأسرة والعائلة والتي تؤثر على حياة الفرد. (فريحة، 2014، ص33)

إختلفت تعاريف جودة الحياة بإختلاف الباحثين والنظريات إلا أنها تصب في مفهوم واحد

وهو أن جودة الحياة ترتبط بالرضا والإستقرار النفسي.

**3- مصطلحات لها علاقة بجودة الحياة:** نذكر من بين المصطلحات التي لها علاقة بجودة الحياة فيما يلي :

**3-1- السعادة:** يعرف مايكل أرجيل M, Ardjil السعادة على أنها الشعور بالبهجة والطمأنينة والإستمتاع وتحقيق الذات، في حين يعرفها فينهوفن Finhufin (2003): على أنها الدرجة التي يحكم فيها على الفرد إيجابيا من خلال نوعية حياته بشكل عام، وبمعنى آخر تشير السعادة إلى حب الفرد للحياة التي يعيشها وإستمتاعه بها.

**3-2- التوجه نحو الحياة:** تناول بدر الأنصاري (2002) مفهوم التوجه نحو الحياة موضحاً أنّ معنى الحياة لدى الفرد هو الذي يجعل من السعي وتحمل المشقة شيئاً يرفع من قيمة الحياة ويجعلها تستحق أن تعاش، وهذا يعني أن الإيمان بمعنى الحياة يمد الفرد القدرة على العطاء والتسامي.

**3-3- التفاؤل:** يعرفه تايجر Taiger (1999): بأنه توقع إيجابي للنتائج. كما ويعرف أحمد عبد الخالق وبدر الأنصاري (1995) التفاؤل على أنه نظرة حول المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويستبعد عكس ذلك. (فريحة، 2014، ص33)

ويعرفه سائر وكارفار Scherer & Caver (1984): أنه النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة، والإعتقاد على تحقيق بإمكانية تحقيق الرغبات في المستقبل، بالإضافة إلى الإعتقاد بإحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر ويضيفان في نص أحدث (1987) أن التفاؤل هو الإستعداد يكمن داخل الفرد الواحد في التوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية، أي توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة ويؤكدان على وجود الفروق الفردية الثابتة في التفاعل، كما يبرهنان على وجود علاقة بين التفاؤل وبين الصحة البدنية حيث أن التفاؤل يوظف استراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط الواقعة. (الأنصاري، 1998، ص14)

**3-4- التفكير الإيجابي:** يمثل التفكير الإيجابي أبرز جوانب الإقتدار الإنساني إذ أنه بلا شك الأداة الأكثر فعالية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها. فالعقبات والصعوبات على إختلافها لا تحل عمليا إلا من خلال التفكير الإيجابي. كما أنه يشكل العلاج الناجع للحفاظ على المعنويات وحسن الحال النفسي. (حجازي، 2012، ص38)

3-5- المرونة النفسية: هو القدرة على مواجهة الشدائد والقدرة على التعافي وعلى تجاوز التأثيرات السلبية لأحداث الحياة، وتعرف المرونة النفسية أيضا على أنها قدرة الإنسان على المواجهة الإيجابية والتوافق الإيجابي مع التغيرات وإحراز نواتج مرضية. (مسعودي، 2017، ص10)

وتعرف المرونة النفسية على أنها: عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد، الصدمات، النكبات والضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر، مثل المشكلات الأسرية، المشكلات الصحية الخطيرة وكذلك ضغوط العمل والمشكلات المالية، كما تعني أيضا التعافي من التأثيرات السلبية بمختلف أنواعها ومواصلة الحياة بفعالية، وتعتبر المرونة النفسية العامة ظاهرة عادية وطبيعية. (أبو حلاوة، 2007، ص04)

يتضح لنا من خلال التعريفات أن جودة الحياة مرتبطة بإدراك الفرد لمدى إشباع الحاجات سواء من الناحية المادية أو النفسية أو الإجتماعية نظرا للقدرات والموارد المتاحة في البيئة من حوله.

#### 4- الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة:

نظرا لظهور العديد من التعريفات المفسرة لجودة الحياة من طرف الباحثين أدى إلى ظهور إتجاهات مختلفة مفسرة نذكر من بينها:

4-1- الإتجاه النفسي: إن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية كالدخل، السكن، العمل، والتعليم يمثل إنعكاساً مباشراً في إدراك الفرد لجودة الحياة، في وجود هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد وذلك في وقت محدد خلال ظروف معينة ويظهر ذلك من خلال السعادة والشقاء. ويرتبط مفهوم جودة الحياة العديد من المفاهيم النفسية منها القيم والإدراك الذاتي مفهوم الطموح، مفهوم التوقع، إضافة إلى مفاهيم الرضا، الصحة النفسية، ويرى البعض أن جوهر جودة الحياة يكمن في إشباع الحاجيات كمكون رئيسي لجودة الحياة ذلك وفقا لمبدأ إشباع الحاجيات في نظرية أبرهام ماسلو A, Maslow : ويمكن إشباع هذه الحاجيات بمؤشرات موضوعية وذاتية، وكلما إنتقل الفرد إلى مرحلة جديدة من النمو فرضت عليه متطلبات وحاجات نفسية أخرى، فيظهر الرضا في حالة الإشباع والعكس.

**4-2-الاتجاه الاجتماعي:** يرى ألمير هانكس Almir Hanks أن الإهتمام بدراسات جودة الحياة قد بدأ منذ فترة طويلة، وقد ركزت على المؤشرات الموضوعية في الحياة، مثل معدل المواليد والوفيات وضحايا المرض، نوعية السكن المستوى التعليمي ومستوى الدخل. هذه المؤشرات تختلف من مجتمع لآخر وترتبط جودة الحياة بطبيعة العمل الذي يقوم به الفرد في العمل وما يقتضيه من عائد مادي جراء عمله، والمكانة المهني للفرد وتأثيرها على الحياة.

ويرى العديد من الباحثين أن علاقة الفرد مع الزملاء تعد من العوامل الفعالة في تحقيق جودة الحياة فهي تؤثر بدرجة ملحوظة على رضا العمل وكذا عدم رضاه.

**4-3-الإتجاه الطبي:** يهدف هذا المجال إلى تحسين جودة الحياة للأفراد اللذين يعانون من اضطرابات جسمية ونفسية وعقلية مختلفة، عن طريق البرامج الإرشادية والعلاجية. وتعتبر جودة الحياة من المواضيع المهمة المتعلقة بالوضع الصحي، وقد عرف الأطباء والمتخصصين والباحثين في الشؤون الاجتماعية إهتماماً واسعاً في هذا المجال مع العمل على رفع وتعزيز جودة الحياة لدى المريض وتوفير الدعم النفسي والسيكولوجي وتقييم جودة الحياة. تعطي جودة الحياة مؤشراً للمخاطر الصحة والتي من الممكن أن تكون نفسية أو جسدية وذلك في غياب علاج حالي والإحتياج للخدمات.

**4-4-الإتجاه الفلسفي:** ينظر إلى جودة الحياة من جانب فلسفي على أن السعادة المأمولة لا يمكن للإنسان أن يحصل عليها إلا إذا حدث وأن حرر نفسه من أسر الواقع وجودة الحياة من هذا المنظور الفلسفي تعتبر مفارقه للواقع الضاغط تجعل الإنسان يعيش في حاله من التجاهل التام للآلام والمصاعب والحصول على السعادة.(بوتي،2020،ص44)

حسب الإتجاهات المفسرة لجودة الحياة نستج أن هذا المصطلح ظهر منذ القديم وتدخل به الإتجاه الاجتماعي من خلال الحالة الاجتماعية للفرد كمعدل الولادات والوفيات ومكانة الفرد، والإتجاه الفلسفي الذي يرى أن الوصول إلى السعادة يجب أن يرتبط بالتخلص من القيود السلبية والتحرر منها، أما الإتجاه الطبي فارتبط بالحالة النفسية والجسدية والعقلية للفرد.

## 5- النماذج النظرية المفسرة لجودة الحياة:

**5-1- نموذج بي بولز BuBolz** : يرى المنتمون لهذه النظرية أن جودة الحياة مفهوم واسع لوصف الراحة النفسية أو عدم الراحة عند الأشخاص ومحيطهم ومن منظور الفرد، فجودة الحياة تتجسد في درجة تلبية الحاجات الفيزيائية، البيولوجية، النفسية، والإقتصادية وكذا الإجتماعية وهي حاجيات يتم إشباعها من خلال الموارد الموجودة في المحيط فهي الدرجة التي بها المحيط له القدرة على تلبية الموارد الأساسية لتلبية حاجيات الفرد وبهذا يتم قياس جودة الحياة بطريقه معياريه حسب السياق الإجتماعي الذي يوجد فيه الفرد.

**5-2- نموذج بيجيلاو Bigelow**: يركز هذا النموذج في تفسير جودة الحياة على موقفين نظريين هما نظرية جودة الحياة ونظرية الأدوار، فجودة حياة الفرد ترتكز على الشعور العام بالراحة (إشباع الحاجات) والكفاءة (تنشيط مهاراته).

وهي الحاجات التي تحدث عليها ماسلوه Maslouw (1943) والتي تتمثل في الحاجات البيولوجية والحاجة إلى الإنتماء والتقدير وتقدير الذات والمحيط يقدم إمكانيات مادية (مسكن...) وإجتماعية (الزواج، العمل) وهي إمكانيات ترتبط بإنظارات وشروط الكفاءة، لابد للفرد أن يستجيب لمتطلبات المجتمع على مهاراته المعرفية والوجدانية، السلوكية وكذا الإدراكية وعندما يعرف الفرد رضا وإشباع يتوافق مع حاجيته ويتوصل إلى كفاءة وبالتالي يصل إلى التكيف مع محيطه ويشعر بجودة حياة جيدة.

## 5-3- نموذج غيش ZREICH و زوترا Zautra:

يرتكز هذا النموذج على قناعة أن جودة الحياة ترتبط بجملة الأحداث التي يعيشها الفرد، بمعنى أنه نموذج يركز على التأثير الوجداني والمعرفي لتجارب الفرد على جودة الحياة ومن مبادئ هذه النظرية الضبط المعرفي الذي يظهر في إلتزام الفرد بإتباع سلوك معين، فالأفراد يتصرفون لإنجاز سلوك معين لأنهم يريدون ذلك فهذه الحرية هي حرية الإختيار لها تأثير كبير على طريقتهم في تفسير مسار حياتهم.

- الوجدان الإيجابي: يرتبط بمجموعة من الأحداث التي يسير عليها الفرد فالمجهودات التي يبذلها الفرد مع متطلبات الحياة اليومية لها نتائج وتأثير على جودة الحياة من الناحية الإجرائية، دور الأحداث في جودة الحياة تظهر في شكل عمليه أو سيرورة تقويمية تحمل مكونات هي:

-الضغوطات التي يفرضها المحيط .

-ضغوطات المفروضة من الفرد (رغبات).

- إستجابات الفرد اتجاه الاحداث.

- مستوى الرضا وعدم الرضا التي يشعر بها الفرد من مسار هذه الأحداث (عملية تقويم الاحداث).

#### 5-4- نموذج أندرو Andreus وأبيي Abbey:

تضع هذه النظرية العلاقة بين الراحة النفسية المدركة من طرف الفرد وجملة المؤشرات الاجتماعية. يفسر هذا النموذج على أن هناك التفاعلات بين الأفراد والمحيط الاجتماعي والتي تؤثر على جملة من العوامل النفسية والاجتماعية المؤثرة هي بدورها على الحالات الداخلية. الإكتئاب والقلق والتي تؤثر كذلك على الشعور بالراحة النفسية فالعناصر الأساسية لهذا النموذج تتشعب فيما بينها وتظهر في تحكم الآخرين في حياة الفرد وتحكم الفرد في ذاته والسند الاجتماعي والكفاءة.

ومن خلال تركيزنا على الإكتئاب والحصص حدد أصحاب هذه النظرية فرضية أن القلق والإدراك والتحكم، السند الاجتماعي والكفاءة تؤثر على الإكتئاب والحصص وهما وضعيتان تؤثران بدورهما على جودة الحياة بمعنى أن الحصر والإكتئاب مرتبطين بإدراكات سلبية متعلقة بالجودة.

التحكم الداخلي والكفاءة المساندة مرتبطين بإدراكات إيجابية لجودة الحياة فالعلاقة بين الوجدان الإيجابي، التحكم الداخلي، المساندة الاجتماعية والكفاءات هي علاقات أكثر قوه من نفس المفاهيم.



5- نموذج أبو سريع وآخرون (2006): وضع هؤلاء نموذجا نظري عربي لتقدير وتفسير جودة الحياة يعتمد على تصنيف المتغيرات المؤثرة في جودة الحياة وهي موزعة على بعدين متعامدين كما هو موضح في الشكل الآتي:

يمثل الشكل (01) نموذج لأبو سريع وآخرون لجودة الحياة



البعد الأفقي يشمل قطبي توزيع محددات جودة الحياة كونها من داخل الشخص أو خارجه، وتسمى بعد المحددات الشخصية الداخلية في المقابل بعد المحددات الخارجية. أما البعد الراسي فيمثل توزيع تلك المحددات على وفق قياسها وتحقيقها وهي تتوزع بين الأسس الذاتية (المنظور الشخصي للفرد) والأسس الموضوعية التي تشمل الإختبارات والمقاييس التي تتيح الفرد موازنة نفسه بغيره أو بمتوسط جماعته المعيارية وعلى وفق هذا التصور، فإن مصطلح جودة الحياة يمثل ظاهرة متعددة الجوانب (صحية و إجتماعية وإقتصادية وكذا نفسية) تتأثر بالنظام السائد في المجتمع فمثلا عن النظام السياسي والتقاليد الإجتماعية ومفهوم الرفح ومعتقدات الأفراد المختلفة كما تتمثل جودة الحياة في إشباع الحاجات الإنسانية سواء كانت هذه الحاجات مادية أو غير مادية، كما أن جودة الحياة تعتمد على بعض المؤشرات غير المادية مثل:

- الرضا والقناعة.

- التوافق النفسي والإجتماعي، والأسري والصحي .

- درجة الإنتماء.

- مفهوم الذات والوعي بها.

- درجة المرونة الفكرية وتقبل الآخر. (اليوسفي، 2014، ص89)

### 6- مؤشرات جودة الحياة: نتطرق إلى مؤشرات جودة الحياة كآلاتي :

- الثقة بالنفس مع الشعور بالكفاءة: وتعني شعور الفرد بقيمته وأنه يمتلك إمكانيات تجعله قادرا على العطاء ومواجهة الصعاب التي تعترضه وإتخاذ القرارات دون الإعتماد على الغير.

- القدرة على التفاعل الإجتماعي: وتعني قدرة الفرد على تكوين علاقات إنسانية مفعمة بالثقة بالنفس والإحترام والتآلف مع الآخرين والقيام بدور إيجابي في كل المواقف والأنشطة.

- القدرة على ضبط النفس والنضج الإنفعالي: ونعني بها القدرة على مواجهة الصراعات النفسية والتعبير عنها بما يلائم إجتماعياً.

- القدرة على توظيف الطاقات والإمكانيات في أعمال مثمرة: وتعني السعي إلى تحقيق الطاقات والإستفادة من إمكانياته في أعمال مثمرة تشعره بالإشباع والرضا.

- الخلو من الأعراض العصابية: ونعني بها تحرر الإنسان من الأنماط السلوكية الشاذة المؤدية لمختلف الإضطرابات والأمراض النفسية والعقلية والتغلب على ما يعوق مشاركته في الحياة الإجتماعية.

- تقبل الذات: نقصد بها تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها وعدم الخجل المترتب عنه معوقات نفسية وإجتماعية... الخ. (مضي، 2015، ص11)

جودة الحياة تعنى السلامة الجسمية والنفسية والعقلية وهي عناصر مرتبطة ببعضها ومن خلال المؤشرات السابقة نستطيع أن نميز معدلات جودة حياة الفرد.

7- أبعاد جودة الحياة:

يمتد مفهوم جودة الحياة ليشمل أبعاد مختلفة في مجال الخدمات وسوف نتناول أهم هذه الأبعاد فيما يلي :

- **الملائمة:** وهي درجة ملائمة الخدمة المقدمة لإحتياجات للمستفيد منها وبذلك يهتم هذا البعد بإختيار الإجراء الصحيح أو المناسب.

- سهولة الوصول إلى الخدمة تتمثل في درجة توفر الخدمة للأفراد دون عائق.

-التنسيق والتسلسل.

-الفعالية.

- الكفاءة.

- المهارات أو الجدارة.

- السلامة.(بن غضبان،2015،ص41)

وتقر منظمة الصحة العالمية أن جودة الحياة تشير إلى الكمال الذي يمكن أن يحققه الإنسان في الأبعاد التالية .

- **البعد الجسمي:** كيفية التعامل مع الألم.

- **البعد النفسي:** ويتضمن المشاعر والسلوكيات الإيجابية كالتركيز والانتباه ومواجهة المشاعر السلبية.

- **البعد الاجتماعي:** نعني به العلاقات والمساندات الإجتماعية كالزواج الناجح والتوافق.

- **البعد الديني:** الإلتزام الأخلاقي وتحقيق السعادة من خلال العبادات.

- **البعد البيئي:** ممارسة الحرية بالمعنى الإيجابي والشعور بالأمان الجسمي والمشاركة في فرص الترفيه والابتعاد عن مصادر التلوث والضوضاء...الخ.(عرعار،2020،ص107)

8- مقومات جودة الحياة:

توجد عوامل عديدة تتحكم في مقومات جودة الحياة نذكر منها :

- القدرة على التفكير وإِتخاذ القرارات.
  - الصحة النفسية: وهذا بالقدرة على المشاعر والتعبير عنها، وشعور الفرد بالسعادة والراحة النفسية دون إضطراب أو تردد.
  - الصحة الجسمية: وذلك من خلال القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية، وحالة الجسم كاللياقة البدنية .
  - الصحة العقلية: وهي القدرة على التفكير بوضوح وتناسق والشعور بالمسؤولية، وقدرة العقل على حسم الخيارات وإِتخاذ القرارات وصنعها.
  - الصحة الروحية: وهي تتعلق بالمعتقدات والممارسات الدينية للوصول إلى الرضا مع النفس.
  - الصحة الاجتماعية: من خلال القدرة على إقامة العلاقات مع الآخرين، وكل ما يحيط بالفرد من أشخاص وقوانين وأنظمة.(عبيد،2017،ص356)
- وحسب منظمة الصحة العالمية تتمثل مقومات جودة الحياة في العناصر التالية:
- الصحة الجسدية: وذلك من خلال القدرة على القيام بوظائف الجسم الديناميكية واللياقة البدنية.
  - الصحة النفسية: من خلال القدرة على التعرف على مشاعر الفرد والتعبير عنها وتحقيق الراحة النفسية والسعادة.
  - الصحة الروحية: وهي تتعلق بالمعتقدات والجانب الديني للوصول إلى الرضا بالنفس.
  - الصحة العقلية: التفكير السليم للأمور وإِتخاذ القرارات.
  - الصحة الإجتماعية: وذلك بالقدرة على بناء علاقات مع الآخرين.(العجوري،2013،ص43)

9- معوقات جودة الحياة: توجد العديد من الأسباب التي تعيق الفرد في التمتع بجودة الحياة منها:

- الأحداث الضاغطة.

- نقص الوازع الديني.

- قلة الخدمات التي تقدم للفرد وعدم توفير رعاية صحية كاملة للأفراد .

- قلة الذكاء الوجداني للأفراد والتعاطف مع المواقف المختلفة في الحياة.

يرى دياب ( 2013 ) أن هنالك معوقات داخلية وخارجية تعيق الفرد من الوصول إلى جودة الحياة مثل المرض والإعاقة والخبرات الحياتية السلبية بالإضافة إلى نقص المساندة الاجتماعية، ويرى أن التخلص من هذه المعوقات هو تمكين الفرد لقدراته وخبراته الإيجابية وتوفير مصادر مساندة إجتماعية وإنفعالية وتوفير رعاية طبية جيدة والتخلص من هذه المعوقات من ناحية المجتمع تحسين الخدمات الحكومية والرعاية الصحية ...أما من ناحية الأسرة تتمثل في التنشئة الاجتماعية السليمة وتوفير الإحترام والمرونة.(مضحي،2015،ص37)

كلما حدث خلل في إحدى النقاط المرتبطة بالبعد الجسمي والنفسي والعقلي ...إنعكس عنه إنخفاض في نسبة ومعدل تمتع الفرد بجودة الحياة ومن هذه العراقيل، المرض الجسمي والضغط النفسي.

#### 10- الوصول إلى تحقيق جودة الحياة:

يرى مجدي (2009:71) أنه كي يستطيع الإنسان الشعور بجودة الحياة والوصول إليها لابد أن تتضافر مجموعة من العوامل تتمثل في:

#### 10-1- تحقيق الفرد لذاته وتقديرها:

يعرف كلا من عبد الحميد وكفافي (1995) مفهوم الذات على أنه فكرة الفرد وتقييمه لنفسه بما يشتمل عليه من قدرات وأهداف وإستحقاقا شخصيا. يذكر فرغلي (1994) أن مفهوم الذات لدى الفرد يتكون من مجموعة من العوامل أهمها تحديد الدور، المركز والمعايير الاجتماعية، التفاعل الاجتماعي، اللغة والعلاقات الاجتماعية. ويرى الباحث أنه يجب على الفرد أن يدرك

بأنه يمتلك الطاقات والقدرات وعليه أن يقدر ذاته ويحترمها، ولا يقلل من قيمه نفسه ويستسلم، وعليه أن يعمل جاهدا على تحقيقها. وعلى الرغم من وجود العقبات التي تعترض الفرد في الحياة يجب أن يحقق ذاته ويصل الى قمة الشعور بالرضا عن الذات وبالتالي الوصول الى جودة الحياة

**10-2- إشباع الحاجات كمكون أساسي لجودة الحياة:** يذكر غندور (1999) أن البعض قد يرى أن لب موضوع جودة الحياة يكمل في دراسة "ماسلو" عن الحاجات الإنسانية و نظريته الإقتصادية للمتطلبات الإنسانية، ومن العلوم لدى أهل التخصص في علم النفس أن تصنيف "ماسلو" Maslow الحاجات الإنسانية يشتمل على خمسة مستويات متدرجة :

- الحاجات الفيزيولوجية.

- الحاجة للأمن.

- الحاجة للإنتماء.

- الحاجات المتعلقة بالمكانة الإجتماعية.

- الحاجة إلى تقدير الذات .

**10-3-الوقوف على معنى إيجابي للحياة:** يعتبر مفهوم الحياة مفهوما هاما جدا ويعتبر فرانكل Frankl (1969) الحياة يجب أن تكون لها معنى تحت كل الظروف، أن هذا المعنى في حاله دائمة من التغيير. إلا أنه يظل موجودا دائما ويعتبر فرانكل Frankl أن الإنسان يستطيع إكتشاف المعنى لحياته في ثلاث طرق مختلفة:

- القيام بعمل جديد.

- تجربة خبرات وقيم السامية

- الإلتقاء بشخص آخر في أوج تفرده الإنساني.

وقد حدد فرانكل Frankl ثلاث مصادر يستطيع الإنسان من خلالها تحقيق معنى لحياته تتمثل في الآتي:

- القيم الإبداعية: وتشمل على كل ما يستطيع الإنسان إنجازه.

- القيم الخبراتية: وتتضمن كل ما يحصل عليه الإنسان من خبراته الحسية والمعنوية كالحب والصدقة.

- القيم الإتجاهية: وتتكون من المواقف إزاء معاناة الإنسان كالمرض أو الموت.

10-4- توافر الصلابة النفسية: يعرفها "حمزة" (2002) بأنها مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الإجتماعية، وهي خصال تضم التحدي والتحكم والالتزام. والتي يراها الفرد أنها خصال مهمة لمواجهة الصعوبات .

10-5- التوجه نحو المستقبل: يشير حبيب (2006) إلى أن هنالك خطوات هامة من أجل الوصول إلى جودة الحياة تتمثل في الآتي:

- بناء الوعي.

- تحديد أهداف التحسن المستمر للأداء، وبناء تنظيم لتحقيق تلك الأهداف.

- تنفيذ جوانب الجودة الحياتية. (شيخي، 2013، ص88)

ما يمكن إستنتاجه هو أنه من أجل تحقيق أهداف الوصول إلى جودة حياة لا بد من توافر النظرة الإيجابية للحياة وتحسين جوانب الشخصية النفسية والعقلية والجسمية والدينية... الخ. فهناك بعض العوامل التي يجب توفرها والمتمثلة في الجانب النفسي والعقلي والجسدي وكذا الإجتماعي هذا الأخير الذي يأخذ الدائرة الأوسع من أجل وصول الفرد الإيجابية، وإذا تمتع الفرد بالإيجابية صار عنصرا فعالا لمجتمعه

الجانِب التّطبيقي



# الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية:

- تمهيد

1- الدراسة الإستطلاعية:

1-1- مجالات الدراسة الإستطلاعية.

1-2- عينة الدراسة ومواصفاتها .

1-2- أدوات الدراسة.

2- الدراسة الأساسية:

1-2- منهج الدراسة.

2-2- مجالات الدراسة.

2-3- حجم العينة ومواصفاتها.

2-4- الأدوات المستخدمة في الدراسة.

2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

- خلاصة الفصل.

- تمهيد:

بعد التطرق إلى الجانب النظري لموضوع الدراسة، سنتطرق في هذا الفصل إلى الجانب التطبيقي، والذي سيتم فيه التعرف على المنهج المناسب للدراسة، وعلى الدراسة الإستطلاعية وكذا الدراسة الأساسية، والأدوات التي تم إستخدامها في تحليل البيانات، بهدف الوصول إلى النتائج وتفسيرها.

**1- الدراسة الإستطلاعية:** كان الهدف من إجراء الدراسة الإستطلاعية:

- التعرف على المكان المناسب لإجراء الدراسة الميدانية.
- إستطلاع مدى توفر العينة المناسبة لإجراء الدراسة الميدانية.
- إختيار الأداة المناسبة لقياس الأزمات الأسرية وكذا جودة الحياة لدى المرأة.

**1-1 مجالات الدراسة:**

- **المجال الزمني:** إبتداء من 2023/04/17 إلى غاية 2023/04/30
- **المجال المكاني:** أنجزت الدراسة الإستطلاعية على مستوى عدة مؤسسات تعليمية في ضواحي ولاية تيارت وهي كالاتي:
- ثانوية لعروسي عبد القادر.
- متوسطة سايس عبد القادر .
- إبتدائية عمرو بن العاص المتواجدة ببلدية سيد الحسني .
- ثانوية العقيد لطفي المتواجدة على مستوى بلدية سوقر ولاية تيارت.

**1-2-1 حجم العينة ومواصفاتها:**

- 1-2-1-1 حجم العينة:** تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من 30 امرأة عاملة.

1-2-2 مواصفات العينة:

- حسب متغير السن:

الجدول رقم (01) يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير السن

النسبة المئوية	التكرار	الفئات العمرية
26.7	08	30-20
36.7	11	40-30
26.7	08	50-40
10	03	50 فما فوق
100	30	مج

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن نسبة النساء العاملات البالغة أعمارهن ما بين 30 - 40 سنة تقدر بـ 36.7 % وهي أعلى نسبة مقارنة مع الفئات العمرية الأخرى، وتتساوى الفئة العمرية ما بين 40 - 50 سنة و 20-30 سنة في النسبة المئوية والتي قدرت بـ 26.7%.

- حسب متغير المستوى التعليمي:

الجدول رقم (02) يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير المستوى

التعليمي

النسبة المئوية	التكرار	الفئات العمرية
00	00	متوسط
33.3	10	ثانوي
66.7	20	جامعي
100	55	مج

يظهر من خلال الجدول رقم (02) أن نسبة النساء العاملات ذات مستوى تعليمي جامعي تمثل أعلى نسبة والتي تقدر بـ 66.7 %، وتليها نسبة النساء ذات مستوى ثانوي والتي تقدر بـ 33.3 %، بالمئة في حين تنعدم نسبة المستوى التعليمي المتوسط وعليه نسبة النساء العاملات ذات مستوى جامعي يمثلن أغلبية في العينة الإستطلاعية.

- حسب متغير الخبرة المهنية:

الجدول رقم (03) يبين توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير الخبرة المهنية

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
43.3	13	0-5 سنوات
20	06	5-10 سنوات
16.7	05	10 سنوات فما فوق
100	30	مج

يظهر من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة النساء العاملات ذات خبرة مهنية تتراوح ما بين 0-5 سنوات تمثل أعلى نسبة والتي تقدر بـ 43.3 %، وتليها نسبة النساء من ذوات الخبرة المهنية ما بين 5-10 سنوات والتي تقدر بـ 20 %، في حين أن نسبة النساء العاملات ذات خبرة مهنية من 10 سنوات فما فوق تقدر بـ 16.7 %.

1-3 أدوات الدراسة:

1-3-1 إستبيان إدارة الازمات الأسرية: تم الاعتماد في هذه الدراسة على استبيان تقييم إدارة الازمات الأسرية من إعداد الباحثة صفاء أبو بكر أحمد (2022). يتكون هذا الاستبيان من 39 فقرة موزعة على ثلاث أبعاد وهي كالآتي:

- بعد التخطيط للأزمة: يتكون من 12 فقرة.

- بعد مواجهة الازمات: يتكون من 14 فقرة.

- بعد تقييم الازمات الأسرية: يتكون من 13 فقرة.

- تحديد أوزان الإستبيان: نعم تمنح لها الدرجة 03، إلى حد ما تمنح الدرجة 02، نادرا تمنح لها الدرجة 01 بالنسبة للعبارات الإيجابية، والعبارات السلبية يكون عكس ذلك.

- الخصائص السيكومترية:

- الصدق: للتأكد من صدق إستبيان إدارة الأزمات الأسرية تم استخدام صدق الاتساق الداخلي:

- صدق الإتساق الداخلي: تم حساب الإتساق الداخلي لإدارة الأزمات الأسرية وذلك عن طريق معامل بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد الإستبيان مع الدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها

- مؤشر التخطيط للأزمة:

الجدول رقم(4) يبين العلاقة الارتباطية بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
01	أحدد أسباب حدوث الأزمة.	0.343	/
02	أخذ قرارات لحل الأزمة بموضوعية بعيدا عن العاطفة.	0.474	0.01
03	أهتم بجميع المعلومات التي تساعدني في التصدي للأزمة.	0.593	0.01
04	لا أضع خطة لمواجهة أسوء ما يمكن أن تصل إليه الأزمة.	0.703	0.01
05	أتوقع حدوث أزمات من أي نوع في أي وقت	0.722	0.01
06	أفكر في الأزمات التي يمكن أن تحدث في المستقبل	0.816	0.01
07	أهين نفسي لمواجهة الأزمات الأسرية	0.639	0.01
08	أجد صعوبة في تحديد حجم الأزمة التي تتعرض لها أسرتي	0.788	0.01
09	أستطيع تحديد المؤشرات التي تنبؤ بحدوث الأزمة	0.258	/
10	أسعى لحماية أفراد الأسرة من الأضرار المتوقعة للأزمة.	0.125	/
11	أصاب بالاضطراب لمجرد شعوري بالأزمة.	0.439	0.05
12	أبث روح التعاون والحماس لدى أفراد الأسرة لتحمل المسؤولية.	0.039	/

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أعلاه بأن كل من الفقرات التالية: 01. 09.10.12، غير دالة على إثر ذلك سيتم حذفها من الإستبيان النهائي.

. مؤشر مواجهة الأزمات:

الجدول رقم (05) يبين العلاقة الارتباطية بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
13	أواجه الأزمة مباشرة من دون تردد	0.128	/
14	اتخذ القرارات أثناء الأزمة بموضوعية	0.099	/
15	أوجه كل الموارد اللازمة لحل الأزمة	0.095	/
16	أتحمل مسؤولية إدارة الأزمة وحدي	0.294	/
17	أستطيع أن أضع البدائل المختلفة الممكنة لحل الأزمة	0.400	0.05
18	أتعاون مع أفراد الأسرة في مواجهة الأزمة.	0.350	/
19	يمكنني مواجهة أية ظروف طارئة عند حدوث الأزمة	0.126	/
20	أحرص على رفع الروح المعنوية لدى أفراد أسرتي أثناء التعامل مع الأسرة.	0.830	0.01
21	أنكر وجود أزمة أسرية أمام أفراد الأسرة	0.429	0.01
22	أتجنب تأثير الأزمة على الممارسات والأنشطة الحياتية اليومية للأسرة	0.182	/
23	أفقد ثقتي بنفسي عند حدوث الأزمة	0.750	0.01
24	أراعي أن تكون خطة مواجهة الأزمة واقعية وقابلة للتنفيذ.	0.672	0.01
25	لا يمكنني التوصل لقرار سليم بخصوص مواجهة الأزمة.	0.764	0.01
26	استرشد بمن لهم خبرات سابقة في الأزمة التي أواجهها.	0.844	0.01

يظهر من خلال الجدول رقم(5) أن الفقرات الآتية ذكرها غير دالة 13. 14. 15. 16. 17.18.19 و الفقرة رقم 22، لذا سيتم حذفها من الإستبيان.

- مؤشر تقييم أزمات الأسرية:

الجدول رقم(6) يبين العلاقة الارتباطية بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
27	أحاول إحداث التغييرات المناسبة لوضع الأسرة بعد الأزمة.	0.407	0.01
28	أخطط لحماية أسرتي من حدوث نفس الأزمة مرة أخرى.	0.669	0.01
29	ألمي قدراتي على التنبؤ بحدوث أزمات مستقبلية	0.397	0.05
30	أخرج من الأزمة مصابة بصدمة.	0.242	/
31	أحاول التخفيف من حدة الآثار الناجمة عن الأزمة.	0.595	0.01
32	تزيدني الأزمات صلابة وقوة.	0.467	0.01
33	لا أستفيد من الأزمات السابقة في التعامل مع الأزمات المحتملة.	0.387	0.05
34	أحرص على سرعة العودة إلى حياتي الطبيعية بعد الأزمة.	0.882	0.01
35	أبحث عن أسباب تعرض أسرتي للأزمات لتجنبها	0.882	0.01
36	أخرج من الأزمة غير قادر على الاتزان.	0.552	0.01
37	أحدد الخسائر المادية التي خلفتها الأزمة.	0.389	0.05
38	أتمكن من تحديد مدى نجاحي أو فشلي في مواجهة الأزمة	0.920	0.01
39	أستطيع وضع خطط مستقبلية لمواجهة الأزمات.	0.409	0.01

يظهر من خلال الجدول رقم(6) أن الفقرة 30 غير دالة.

- الثبات: تم استخدام معامل الثبات ألفا كرومباخ حيث قدر هذا الأخير بـ 0.788.

1-3-2 استبيان جودة الحياة لدى المرأة العاملة:

- وصف الإستبيان: من إعداد الأستاذة بوكصاصة نوال، تكون الإستبيان في صورته الأولى من 48 فقرة موزعة على الأبعاد التالية:

الجدول رقم(7) يبين أبعاد إستبيان جودة الحياة والفقرات التي تنتمي إليها

رقم	البعد	أرقام الفقرات
01	البعد الصحي	01-07-12-13-16-20-22-28-33-37-42-45-48.
02	البعد النفسي	02-04-08-14-23-29-34-38-43-46-47.
03	البعد الزوجي	03-09-15-17-24.
04	البعد الأسري	05-10-18-25-30-35.
05	البعد المهني	06-11-19-26-31-36-39-40.
06	البعد البيئي	21-27-32-41-44.

-خطوات بناء الإستبيان:

- الإطلاع على أدبيات البحث
- الإطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة من أهمها:
- جعيج عمر، أورغي سيد أحمد (2019). الفروق في جودة الحياة الأسرية للمرأة.
- بلعباس نادية (2016). أنماط الإتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية.
- حرطاني أمينة، ليزيدي كريمة. جودة الحياة لدى الأمهات.
- المقابلة البحثية: كان الهدف من إجراء المقابلات البحثية جمع أكبر قدر من المعلومات حول جودة الحياة لدى المرأة العاملة وذلك لبناء أبعاد إستبيان جودة الحياة خاص بالمرأة العاملة.



- الخصائص السيكومترية:

-الصدق: لتأكد من صدق إستبيان جودة الحياة تم إستخدام صدق الإتساق الداخلي:

- صدق الإتساق الداخلي: حساب الإتساق الداخلي لجودة الحياة وذلك عن طريق معامل بيرسون بين درجة كل بعد من أبعاد الإستبيان مع الدرجة الكلية للأبعاد التي تنتمي إليها:

الجدول رقم(8) يبين معاملات ارتباط البعد الصحي الفقرات التي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
01	أتمتع بصحة جيدة	0.380	0.05
07	أنال القسط الكافي من الراحة والنوم	0.367	0.01
12	أهتم كثيرا بالظروف الصحية المحيطة بي	0.554	0.01
13	أشعر بالرضا عن حالتي الصحية	0.590	0.01
16	يمكنني التحرك بسهولة.	0.261	/
20	راضية عن الوضع الصحي لأفراد عائلتي.	0.711	0.01
22	أختار نوعية غذائي برعاية واهتمام كبيرين.	0.738	0.01
28	أحرص على عدم تناول العقاقير الطبية خاصة المهدئات.	0.673	0.01
33	أشعر ببعض الآلام في جسدي	0.505	0.01
37	تتكرر إصابتي بنزلات البرد.	0.536	0.01
42	أشعر بالتعب بسرعة.	0.468	0.01
45	أحرص على القيام الدوري بالفحص الشامل.	0.665	0.01
48	أقوم بنشاطاتي اليومية بانتظام	0.201	/

يتضح من خلال الجدول رقم (08) بأن كل من الفقرات التالية:16، 48، غير دالة على إثر ذلك سيتم حذفها من الإستبيان النهائي.



- البعد الزوجي:

الجدول رقم(10) يبين العلاقة الإرتباطية بين البعد الزوجي والفقرات التي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
03	أشعر بأنني حققت توقعاتي التي كنت أطمح إليها قبل الزواج.	0.965	0.01
09	أنا راضية عن علاقتي الجنسية مع زوجي.	0.993	0.01
15	أشعر بالأمن اتجاه المستقبل.	0.965	0.01
17	أستمتع بحياتي الزوجية.	0.916	0.01
24	يساعدني زوجي في تربية الأطفال.	0.903	0.01

يظهر من خلال الجدول رقم(10) أن كل الفقرات التي تنتمي للبعد الزوجي دالة عن مستوى دلالة 0.01.

- البعد الأسري:

الجدول رقم(11) يبين معامل الإرتباط بين البعد الأسري والفقرات التي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
05	أحصل على الدعم العاطفي من أفراد أسرتي.	0.602	0.01
10	أحصل على المساندة من والدي	0.086	/
18	أحصل على المساندة من أسرة زوجي.	0.533	0.01
25	أشعر بأنني أفراد أسرتي راضيين عني.	0.768	0.01
30	أشعر بالإفتخار لانتمائي إلى أفراد أسرتي.	0.581	0.01
35	أجد الوقت الكافي لأفراد أسرتي.	0.152	/

يظهر من خلال الجدول رقم(11) أن كل من الفقرات التالية 10. 35 غير دالتين وبالتالي سيتم حذفهما من الإستبيان النهائي.

- البعد المهني:

الجدول رقم(12) يبين معامل الارتباط بين البعد المهني والفقرات التي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
06	تربطني علاقات طيبة من رئيسي في العمل.	0.536	0.01
11	تربطني علاقة جيدة مع زملائي في العمل.	0.402	0.05
19	أشعر بالرضا عن أدائي الوظيفي.	0.506	0.01
26	أشعر بالأمن والاستقرار داخل المؤسسة التي أعمل بها	0.606	0.01
31	يتوافق الحجم الساعي مع حجم العمل المكلفة به.	0.486	0.01
36	أستمتع أثناء تواجدي في العمل.	0.411	0.05
39	يتيح لي عمل فرص التطور والإرتقاء.	0.120	/
40	أشعر بالأمن اتجاه مستقبلي المهني.	0.728	0.01

يظهر من خلال الجدول رقم(12) أن كل من الفقرة 39. غير دالة وبالتالي سيتم حذفها بناءا على ذلك من الإستبيان النهائي.

- البعد البيئي

الجدول رقم(13) يبين معامل الارتباط بين البعد البيئي والفقرات التي تنتمي إليه

رقم	العبارة	معامل ر	مستوى الدلالة
21	يتوفر منزلي على جميع وسائل الراحة والترفيه.	0.506	0.01
27	أنا راضية عن السكن الذي أعيش فيه.	0.568	0.01
32	أشعر بالأمن في الحي الذي أقطنه.	0.523	0.01
41	تتوفر المرافق الاجتماعية في الحي الذي أسكنه.	0.222	/
44	علاقتي طيبة مع الجيران.	0.644	0.01

يظهر من خلال الجدول رقم(13) أن كل من الفقرة 41. غير دالة وبالتالي سيتم حذفها بناءا على ذلك من الإستبيان النهائي.

- الثبات: قدر معامل الثبات ألفا كرومباخ بـ 0.739.

2-الدراسة الأساسية:

2-1 منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي لملائمته طبيعة الموضوع.

2-2 مجالات الدراسة:

2-2-1 المجال الزمني: إبتداء من 2023/05/04 إلى 2023/05/11

2-2-2 المجال المكاني: أنجزت الدراسة الأساسية على مستوى عدة مؤسسات في ضواحي

ولاية تيارت وهي كالاتي:

- ثانوية مجدوب زكرياء، و متوسطة طالب عبد الرحمن، وإبتدائية نعيمة رشيدة، في بلدية السوق.

- الإقامة الجامعية سلامي الدين مدينة تيارت، الإقامة الجامعية آسيا كبير مدينة تيارت.

- جامعة ابن خلدون، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية بمدينة تيارت.

2-3 حجم العينة ومواصفاتها:

2-3-1 حجم العينة: تكونت عينة الدراسة الأساسية من 55 امرأة عاملة، تم اختيارهن بطريقة

عشوائية.

2-3-2 مواصفات العينة:

- حسب متغير السن:

الجدول رقم (14) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير السن

النسبة المئوية	التكرار	الفئات العمرية
30.90	17	30-20
45.5	25	40-30
23.63	13	50-40
100	55	مج

يتضح من خلال الجدول رقم (14) أن نسبة النساء العاملات اللواتي يبلغن من العمر ما بين 40-30 سنة يمثلن أعلى نسبة والتي تقدر بـ 45.5 %، تليها الفئة العمرية 30-20 سنة

بنسبة ترد بـ 30.90 %، وفي المرتبة الأخيرة الفئة العمرية التي تتراوح ما بين 40-50 سنة بنسبة قدرت بـ 23.63 %.

- حسب متغير المستوى التعليمي:

الجدول رقم (15) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير المستوى التعليمي

النسبة المئوية	التكرار	الفئات العمرية
3.6	02	متوسط
18.2	10	ثانوي
78.2	43	جامعي
100	55	مج

يظهر من خلال الجدول رقم (15) أن نسبة النساء العاملات ذات مستوى تعليمي جامعي تمثل أعلى نسبة والتي تقدر بـ 78.2 %، وتليها نسبة النساء ذات مستوى ثانوي والتي تقدر بـ 18.2 % في حين نسبة النساء العاملات ذات المستوى التعليمي متوسط تمثل أدنى نسبة والتي تقدر بـ 3.6 % وعليه نسبة النساء العاملات من ذوات مستوى جامعي يمثلن أغلبية في الدراسة الأساسية.

- حسب متغير الخبرة المهنية:

الجدول رقم (16) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الخبرة المهنية

النسبة المئوية	التكرار	الفئات
29.1	16	0-5 سنوات
36.4	20	5-10 سنوات
34.5	19	10 سنوات فما فوق
100	55	مج

يظهر من خلال الجدول رقم (16) أن نسبة النساء العاملات ذات خبرة مهنية من 05-10 سنوات تمثل أعلى نسبة والتي تقدر بـ 36.4 %، وتليها نسبة النساء ذات خبرة مهنية من 10

سنوات فما فوق والتي تقدر بـ 34.5 %، في حين نسبة النساء العاملات ذات خبرة مهنية من 0 - 5 سنوات والتي تقدر بـ 29.1 % وعليه فإن نسبة النساء العاملات ذات خبرة مهنية من 5 - 10 سنوات يمثلن أغلبية العينة.

## 2. 4 الأدوات المستخدمة في الدراسة:

2-4-1 إستبيان إدارة الأزمات الأسرية: تم استخدام إدارة الأزمات الأسرية من إعداد صفاء أبو بكر أحمد (2022) تم التأكد من خصائصه السيكومترية. تكون الاستبيان من 27 فقرة الموزعة على 03 أبعاد:

- بعد التخطيط: ويتكون من 08 فقرة.

- بعد مواجهة الأزمة: ويتكون من 7 فقرات.

- بعد تقييم الأزمة: ويتكون من 12 فقرات.

2-4-2 إستبيان جودة الحياة: بعد الاطلاع على أدبيات والدراسات السابقة قمنا ببناء استبيان جودة الحياة في صغته الأولية والمتكون من 48 فقرة موزعة على 06 أبعاد، وبعد توزيعه على عينة 30 امرأة عاملة، وبناءات على نتائج معامل الثبات ألفا كرومباخ والصدق اتساق الداخلي، تم تعديل الاستبيان في صورته النهائية والمتمثلة في: استبيان يحتوي على 06 أبعاد موزعة على 36 فقرة.

- البعد الصحي: ويتكون من 11 فقرات.

- البعد النفسي: ويتكون من 05 فقرات.

- البعد الزوجي: ويتكون من 05 فقرات.

- البعد الأسري: ويتكون من 04 فقرات.

- البعد المهني: ويتكون من 07 فقرات.

- البعد البيئي: ويتكون من 04 فقرات.

2-5 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- النسب المئوية: لحساب التكرارات.
- المتوسط الحساب والانحراف المعياري:
- معامل ارتباط بيرسون: لقياس العلاقة الارتباطية بين متغيرين.
- إختبار ت: لدراسة الفروق بين مجموعتين.
- إختبار تحليل التباين: لدراسة الفروق بين أكثر من مجموعتين.
- إختبار شيفه للمقارنة البعدية: لمعرفة اتجاهات الفروق.



## الفصل الخامس:

### عرض ومناقشة النتائج

- تمهيد

1- عرض النتائج .

2- مناقشة النتائج.

- الخاتمة.

- الإقتراحات.

تمهيد:

من خلال الإجراءات الميدانية التي نسعى من بها للوصول إلى هدف دراستنا الحالية، سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج البحث وكذا تفسيرها ومناقشتها إستنادا إلى بعض الدراسات السابقة وهذا ما يثبت أهمية الجانب الميداني الذي يعتبر مواصلة لما بنيناه نظريا.

1- عرض النتائج:

- عرض نتائج الفرضية الأولى: توجد علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.

الجدول رقم(17) يبين العلاقة الارتباطية بين إدارة الأزمات وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.

المتغيرات	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	معامل ر	مستوى الدلالة
إدارة الأزمات	62.363	54	9.405	0.799	0.01
جودة الحياة	77.975	72	12.281		

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أنه توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، حيث قدر معامل بيرسون بـ 0.799، عند مستوى دلالة 0.01

- الفرضية الثانية: توجد فروق في إدارة الأزمات الأسرية تعزى للمتغيرات التالية: السن، المستوى التعليمي، الخبرة المهنية.

الجدول رقم(18) يبين فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير السن

المتغيرات	مصدر التباين	المربعات مجموع	درجات الحرية	المربعات متوسط	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
السن	بين المجموعات	119.022	2	59.510	0.664	0.519	غ دالة
	داخل المجموعات	4657.707	52	89.571			
	المجموع الكلي	4776.727	54				

نلاحظ من خلال الجدول رقم(18) عدم وجود فروق دالة في إدارة الأزمات تعزى لمتغير السن، بحيث جاءت قيمة ف والتي قدرت بـ 0.664 غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم (19) يبين فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
المستوى التعليمي	بين المجموعات	390.758	2	195.379	2.316	0.109	غ دالة
	داخل المجموعات	4358.790	52	84.346			
	المجموع الكلي	4776.727	54				

نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) عدم وجود فروق دالة في إدارة الأزمات تعزى لمتغير المستوى التعليمي، بحيث جاءت قيمة ف والتي قدرت بـ 2.316 غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم (20) يبين فروق في متوسطات إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير الخبرة المهنية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الخبرة المهنية	بين المجموعات	585.480	2	292.740	3.632	0.033	0.05
	داخل المجموعات	4191.247	52	80.601			
	المجموع الكلي		54				

نلاحظ من خلال الجدول رقم(20) وجود فروق دالة في إدارة الأزمات تعزى لمتغير الخبرة المهنية، بحيث جاءت قيمة ف دالة إحصائياً والتي قدرت ب 3.632 عند مستوى دلالة 0,05. ولمعرفة إتجاهات الفروق تم استخدام معادلة شيفيه للمقارنة البعدية.

Comparaisons multiples :						
Variable dépendante: أزمة						
Scheffé						
(I) الخبرة	(J) الخبرة	Différence moyenne (I-J)	Erreur standard	Sig.	Intervalle de confiance à 95 %	
					Borne inférieure	Borne supérieure
0 5	5 10	2,27500	3,01125	,753	-9,8633	5,3133
	10 فما فوق	5,32237	3,04626	,227	-2,3541	12,9989
5 10	0 5	2,27500	3,01125	,753	-5,3133	9,8633
	10 فما فوق	7,59737*	2,87614	,038	,3496	14,8452
10 فما فوق	0 5	5,32237	3,04626	,227	-12,9989	2,3541
	5 10	7,59737*	2,87614	,038	-14,8452	-,3496

\* . La différence moyenne est significative au niveau 0.05.

تبين من النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعة التي تنتمي للفئة 5- 10 سنوات والنساء اللواتي تفوق خبرتهن المهنية 10 سنوات فما فوق، لصالح المجموعة الثانية. - الفرضية الثالثة: توجد فروق في مستوى جودة الحياة تعزى للمتغيرات التالية: السن، المستوى التعليمي، الخبرة المهنية؟

الجدول رقم(21) يبين فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير السن

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
السن	بين المجموعات	287,784	2	143,892	0.952	0.395	غ دالة
	داخل المجموعات	5745,191	38	151,189			
	المجموع الكلي	6032,976	40				

نلاحظ من خلال الجدول رقم(21) عدم وجود فروق دالة في جودة الحياة تعزى لمتغير السن، بحيث جاءت قيمة ف والتي قدرت بـ 0.952 غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم(22) يبين فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
المستوى التعليمي	بين المجموعات	467,427	2	233,714	1,596	,216	غ دالة
	داخل المجموعات	5565,548	38	146,462			
	المجموع الكلي	6032,976	40				

نلاحظ من خلال الجدول رقم(22) عدم وجود فروق دالة في جودة الحياة تعزى لمتغير المستوى التعليمي، بحيث جاءت قيمة ف والتي قدرت ب 1.596 غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم(23) يبين فروق في متوسطات جودة الحياة تعزى لمتغير الخبرة المهنية

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الخبرة المهنية	بين المجموعات	349,483	2	174,742	1,168	,322	غ دالة
	داخل المجموعات	5683,492	38	149,566			
	المجموع الكلي	6032,976	40				

نلاحظ من خلال الجدول رقم(23) عدم وجود فروق دالة في جودة الحياة تعزى لمتغير الخبرة المهنية، بحيث جاءت قيمة ف ب 1.168 غير دالة إحصائياً.

## 2- تفسير ومناقشة النتائج:

**1-2 مناقشة الفرضية الأولى:** نصت الفرضية الأولى على وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، فقد تمكنت المرأة العاملة من خلال عملها توفير الظروف المناسبة منها المادية والصحية والبيئية، وخاصة علاقتها الزوجية، تزداد جودة الحياة إذا كان الزوجين على توافق نفسي، كل ذلك سيكون له تأثيرا ايجابيا على مستوى جودة الحياة لديها، وبالتالي سينعكس بالإيجاب على جودة حياة أسرتها ككل، وتكون بالتالي قادرة على مواجهة الضغوطات وحل المشكلات الأسرية والتعامل الجيد مع الأزمات.

يساعد إدراك جودة الحياة على الراحة النفسية والإسترخاء، فهي تهيبّ الجو للمرأة إلى التعامل مع الأزمات الأسرية خاصة إذا كانت المرأة تتمتع بقوة شخصية وعزيمة، وكانت تؤمن بأن لديها القدرة الكافية للمواجهة فسيهل عليها الأمر في إدارة الأزمات الأسرية، لأن هناك بعض من النساء من يضعفن أما الأزمات، بالرغم من كل الإمكانيات الشخصية التي تحوز عليها. فقد أشارت الباحثة زينب صلاح (2014) إلى أنه كلما ارتفع مستوى جودة إدارة الأزمات الأسرية بمستوى عال من الكفاءة والفاعلية والجودة فإن ذلك يتيح للأسرة توفير قدر أكبر من الموارد اللازمة لتحقيق مزيد من الأهداف، وبالتالي الشعور بالمزيد من الرضا.

كما أن هنالك تأثير لعمل المرأة على جودة حياتها بصفة خاصة ونوعية حياتها الأسرية بصفة عامة. عمل المرأة يمنحها الشعور بالإستقلالية والأمن الداخلي الذي يمنحها الاستقرار الانفعالي بالتالي سيشعرها الصمود أمام الأزمات التي تعترضها وتعترض أسرتها.

تتفق النتيجة المتحصل عليها مع دراسة الحسيني ربحان (2015)، دراسة ذرادقة وفاء (2019) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، زد على ذلك دراسة زينب صلاح (2014) التي توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين جودة إدارة الأزمات الأسرية والرضا عن الحياة.

**2-2 مناقشة الفرضية الثانية:** نصت الفرضية الجزئية على وجود فروق في إدارة الأزمات الأسرية تعزى للمتغيرات التالية ( متغير السن والمستوى التعليمي والخبرة المهنية). توصلنا من خلال النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في إدارة الأزمات تعزى لمتغير السن. نعتقد أن الرغبة



في حماية الأسرة من الأزمات، ومواجهة هاته الأزمات عند حدوثها ومحاولة تسييرها حتى لا تتسبب في ضرر لأفراد الأسرة لا يرتبط بمرحلة عمرية معينة لأن المرأة كأم وربة منزل تسعى دوما للحفاظ على أفراد أسرتها لغاية آخر رمق من حياتها.

يمكن تفسير النتيجة بالعودة إلى نتائج الدراسة التي قامت بها مادوي نجية (2014) حيث توصلت إلى أن المرأة العاملة تستخدم إستراتيجيات للتوفيق بين أدوارها الأسرية والعمل الخارجي من أهمها الإستعانة بالأقارب والجيران والمؤسسات المتخصصة، إستخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة، التخطيط الأسري، إستقلال السكن، التنظيم وتحمل المسؤولية. خاصة ما إذا كانت المرأة العمالة تتميز بالمرونة الإيجابية فقد توصلت الباحثة سماح جودة (2019) إلى وجود علاقة ارتباطية بين المرونة الإيجابية وإدارة الأزمات الإقتصادية.

كما تبين من خلال النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات تعزى لمتغير المستوى التعليمي. يبدو أن المستوى التعليمي ليس له علاقة بإدارة الأزمات الأسرية لدى المرأة العاملة، حيث نجد أن هنالك نساء عاملات لديهن مستوى تعليمي متوسط يتمتعن بالقدرة على المواجهة المشكلات ولهن استعداد في إدارة الأزمات الأسرية، كما قد نجد عكس ذلك.

في حين توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى للمتغيرات الخبرة المهنية لدى المرأة العاملة، تتفق هاته الفكرة مع دراسة بلبويض لامية (2020) التي أسفرت نتائجها عن تأثير متغير سنوات الخبرة حيث أن العاملات في السنوات الأولى تكون العاملة عرضة لصراع الأدوار وذلك نتيجة عدم التوافق بين متطلبات الأسرة وظروف العمل كالحجم الساعي الضغوطات التي تحدث اضطرابات أسرية، فكلما اكتسب المرأة العاملة خبرة مهنية وتوسع علاقاتها الاجتماعية ساعدها ذلك في اكتساب خبرات والبحث عن المعلومات الكافية من مختلف المصادر كإستراتيجيات مواجهة بدلا من البقاء مكتوبة الأيدي.

**2-3 مناقشة الفرضية الثالثة:** نصت الفرضية الجزئية على وجود فروق في مستوى جودة الحياة تعزى للمتغيرات التالية (السن، المستوى التعليمي، الخبرة المهنية). ومن خلال ما توصلت إليه الدراسة الحالية بعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى المرأة العاملة تعزى إلى متغير السن، فقد نجد نساء عاملات أصغر سنا يتمتعن بجودة حياة في مختلف أبعادها وقد نجد عكس ذلك. وفي سياق آخر، فإن المرأة العاملة امرأة طموحة، تطمح دوما للأفضل فمن

خلال الدراسة التي قامت بها بن محبوب حفصة (2023) تبين وجود علاقة ارتباطية بين جودة الحياة ومستوى الطموح عند المرأة العاملة في ظل التغيير الاجتماعي أي كلما زادت درجات جودة الحياة زاد مستوى الطموح للإبداع والعطاء للمرأة العاملة.

أصبح البحث عن جودة الحياة متطلب من متطلبات الحياة السعيدة خاصة مع التطور التكنولوجي والانفتاح أكثر مقارنة مع سنوات ماضية ناهيك عن مواقع التواصل الاجتماعي وسهولة إيصال المعلومات وانتشار بسرعة فأصبح الكثيرين يبحثون عن الأفضل لأنفسهم والأفراد أسرهم في مختلف الأعمار والمستويات.

واتفقت الدراسة مع دراسة نورة مصغر عطية الغبيشي الزهراني (2019) التي أدلت بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لجودة الحياة لمتغير السن. كما جاءت نتائج الفرضية الحالية بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير المستوى التعليمي حيث أن جودة الحياة لا يتعلق بمستوى التعليم ولا يقتصر على المستوى الأعلى للتعليم أو المستوى المتوسط إلا أننا نجد في بعض النقاط أن هنالك تأثير على مستوى جودة الحياة كالدخل والمكانة الاجتماعية للعامل. وإختلفت دراستنا الحالية مع دراسة بوركيبية ثورية (2017) التي توصلت إلى وجود في مستوى إدراك الأساتذة لجودة الحياة تعزى إلى متغير الدرجة العلمية.

نصت الفرضية الثالثة أيضا على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير الخبرة المهنية. اختلفت النتيجة المتوصل إليها مع دراسة بوركيبية ثورية (2017) التي أدلت بوجود فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل نظرا لمتغيرات الخبرة. وقد كانت نتائج هذي الدراسة بهذا المتغير لا تتوافق مع ما توصلت إليه دراسة إيمان محمود محمد (2013) حيث توصلت إلى عدم وجود في مستوى إدراك جودة الحياة لدى معلمي التعليم الأساسي تعزى إلى سنوات الخبرة. في حين توصل كل من فاني وفليببر (1992) إلى أن عمل المرأة ليس له تأثير على نوعية وجود الزواج، أن العامل المؤثر الأكبر هو القدرة على تقديم وأخذ المساندة والدعم.

## خاتمة:

قد تبين من خلال الدراسة الحالية وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، فعندما تشعر المرأة بأنها قد حققت الكفاية الذاتية والصحية والمهنية وتشعر بالرضا عن ذاتها، كما تشعر بأن أفراد أسرتها راضيين عنها، يمنحها القوة لمواجهة الأزمات الأسرية مهما كان شكلها علائقية، نفسية صحية واقتصادية، فجودة الحياة لدى المرأة العاملة تساعدها على تخطي العديد من العقبات وتمنحها القدرة على التركيز على الأزمات بدلا من التركيز في أمور أقل أهمية. زد على ذلك الخبرة المهنية ومستواها التعليمي يمنحانها القدرة على إدارة الأزمات الأسرية التي تعترضها، فعلاقتها الاجتماعية المهنية، قدرتها على تخطي الصعوبات المهنية منحها الخبرة أيضا للتصدي للأزمات الأسرية بأقل الخسائر. والأهم من ذلك إن الفطرة التي جبلت عليها المرأة وهي حماية أفراد أسرتها من أي تهديد داخلي أو خارجي تجعلها تشعر دوما بالتهديدات التي تحيط بأسرتها، فتجدد كل ما لديها من إستراتيجيات للدفاع عن نفسها وعن أسرتها وكيف أنها تعمل على الحفاظ على العلاقات الأسرية ضد هاته الأزمات، فتحية تقدير وإجلال للمرأة الجزائرية.

- الإقتراحات:

- إستثمار الكفاءات النفسية لدى المرأة العاملة وتشجيعها وتوفير ظروف العمل المناسبة.
- سعي الزوجين على تحقيق التوافق في العلاقات داخل الأسرة وذلك من خلال المساعدة والاحتواء.
- توفير بيئة عمل المناسبة للأمهات العاملات والعمل على تقليل من ضغوط العمل نظرا لإنعكاساته على إستقرار الأسرة.
- الإهتمام بتحسين جودة الحياة لدى العاملات كأعادة النظر في الحجم الساعي لعمل المرأة العاملة المتزوجة ربة منزل.
- تكثيف البحوث في علاقة إدارة الأزمات الأسرية بمتغيرات أخرى على سبيل المثال: الجلد النفسي، المرونة النفسية.
- إجراء دراسات مستقبلية حول دور فنيات علم النفس الإيجابي في كيفية إدارة الأزمات الأسرية لدى الزوجين مثلا.
- القيام بحملات توعوية لكيفية إدارة كلا الزوجين الأزمات الأسرية، وذلك من خلال التعلم كيفية استغلال الإمكانيات الفردية والموارد المتوفرة لديهما، بالإضافة إلى كيفية تقادي تأثر الأبناء بمثل هاته الأزمات.
- بناء برامج إرشادية أسرية للتخفيف من حدة تواتر الأزمات الأسرية، وكيفية التعامل معها.

قائمة المراجع

- المراجع العربية:

1. أبو أسعد أحمد عبد اللطيف، ختاتة سامي محسن (2014). سيكولوجية المشكلات الأسرية. ط2. عمان. دار المسيرة للنشر والتوزيع.
2. أبوعقيل إبراهيم، نبروخ شهد رفيق (2020). إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بإدارة الصف لدى المعلمات الأمهات. مجلة جامعة بنغازي العلمية: المجلد33. العدد2. ص ص 38-49.
3. أبوفار يوسف (2020). إدارة الأزمات في المنظمة العامة و الخاصة. ب ط. دار عمان: اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
4. أحمد صفاء أبوبكر (2021). التدخل المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الإجتماعية لتنمية قدرة المتزوجين حديثا على إدارة الأزمات الأسرية. مجلة كلية الخدمة الإجتماعية للدراسات والبحوث الإجتماعية: المجلد27. العدد2. ص ص 167-214.
5. أشرف عبد القادر أحمد (2005). جودة الحياة كمنبئ للحد من الإعاقة كلية التربية. جامعة الزقازيق. ندوة لتطوير الأداء. عمان.
6. الأنصاري بدر محمد (1998). التفاؤل والتشاؤم المفهوم والأبعاد والمقاييس. ط1. الكويت: لجنة التأليف والتعريب للنشر والتوزيع.
7. بليلة سيف الدين (2021). جودة الحياة لدى المرأة العاملة وعلاقتها بممارسة النشاط الترويحي. مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية: المجلد08. العدد02. ص ص 314-329.
8. بن عضبان فؤاد (2015). جودة الحياة بالتجمعات الحضرية. ط1. عمان: دار المنهجية للنشر والتوزيع.
9. بن محجوب حفصة (2019). جودة الحياة وعلاقتها بمستوى الطموح عند المرأة العاملة في ظل التغير الإجتماعي الحاضر بالمدينة الجزائر. مجلة البحوث والدراسات العلمية: المجلد17. العدد01. ص ص 20-34.
10. بوتى شهرزاد، بورقيقة يوسف (2020). جودة الحياة والتنمية المستدامة بالجزائر رؤية نظرية في جودة الحياة. أعمال ملتقى الوطني الأول. جامعة مرياح. ورقلة. الجزائر.

11. بوراس آسية، شريفى سمىة. (2019). صراع الأدوار لدى المرأة العاملة المتزوجة. مجلة الابراهيمى للدراسات النفسىة والتربوىة. المجلد 01. العدد 01. ص ص 87-111.
12. بوزرق يوسف، أم الخىوط إيمان (2018). واقع جودة الحياة فى العمل لدى أساتذة التعليم الثانوى. مجلة دراسات وأبحاث: العدد 4. ص ص 21-30.
13. التمىمى خلف كرىم كىوش (2008). إستراتيجىات العلاقات العامة فى إدارة الأزمات. ب ط. عمان: دار أمجد للنشر والتوزىع.
14. التمىمى محمود كاظم (2016). إرشاد الأزمات. ط1. الأردن: الناشر مركز دىونو لتعليم التفكير.
15. جعىع عمر، ورغى سىد أحمد (2019). واقع جودة الحياة الأسرىة لدى كل من المرأة العاملة والمرأة الماكثة فى البىب. مجلة الحقائق للدراسات النفسىة والإجتماعىة: المجلد 8. العدد 01. ص ص 14-158.
16. الجنابى صاحب عبد المرزوك (ب.ت). الأزمة النفسىة تشخىصها وأسالىب التعامل معها. ب ط. الأردن: دار اليازورى للنشر والتوزىع.
17. جودة سماح، عبد الستار وفاء (2019). المرونة الإىجابىة لربة الأسرة وعلاقتها بإدارة الأزمات الإقتصادىة. مجلة بحوث فى العلوم والفنون النوعىة. المجلد 02. العدد 11. ص ص 77-136.
18. الحجاج أحمد محمد حمدان (2020). أثر إستراتيجىات التوظىف على جودة حىاة العمل. رسالة ماجىستر تخصص إدارة أعمال. قسم إدارة أعمال. جامعة الشرق الأوسط. الأردن.
19. حجازى مصطفى (2012). إطلاق طاقات الحىاة قراءات فى علم النفس الإىجابى. ب ط. لبنان: مكتبة مؤمن قرىش للنشر والتوزىع.
20. حسىنى رىحان، طه سلوى (2015). إدارة الأزمات الأسرىة وعلاقتها بجودة الحىاة. مجلة جامعة المنصورة: المجلد 55. العدد 01. ص ص 29-53.
21. حلبى حنان (2011). الأزمات المهنىة والأسرىة وأسالىب الزوجات فى التعامل معها دراسة میدانىة على عىنة من الزوجات فى محافظة دمشق. مجلة جامعة دمشق. المجلد 27. العدد 03. ص ص 799-845.

22. حمادة وجيدة محمد نصر، محمد نيبال فيصل عبد الحميد، المنسوب منى محمود مصطفى (2021). **وعي الزوجين بأداب الحوار وعلاقته بإدارة الأزمات الأسرية**. مجلة التربية النوعية والتكنولوجيا (بحوث علمية وتطبيقية): المجلد 26. العدد 10. ص ص 33-74
23. دحماني مريم (2020). **جودة الحياة لدى تلاميذ الثانوي وعلاقتها ببعض المتغيرات**. مجلة البحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية: العدد 21. ص ص 115-128
24. دراز إيمان السيد محمد (2014). **ممارسة مستويات الحوار الزوجي وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية لدى عضوات هيئة التدريس بجامعة منصور**. مجلة بحوث التربية النوعية: المجلد 35. العدد 59. ص ص 45-101
25. الدش محمد أحمد محمد (2020). **إدارة الأزمات الأسرية في ضوء الإسلام**. مجلة حوليات كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بمنصورة: المجلد 22. العدد 01. ص ص 576-658
26. زواني نزيهة (2020). **جودة الحياة لدى مرافقي الأشخاص المصابين بمرض الفصام**. أعمال الملتقى الوطني الأول لجودة الحياة والتنمية المستدامة بالجزائر. جامعة مولود معمري. تيزي وزو.
27. السيد إبراهيم جابر (2014). **التفكك الأسري - الأسباب والمشكلات و طرق علاجها**. ب ط. الاسكندرية: دار التعليم الجامعي للنشر والتوزيع.
28. شعبيبي إنعام أحمد عابد (2018). **إدارة الأزمات ودورها في مواجهة السلوك الإستهلاكي في الأسرة**. مجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية: العدد 6. ص ص 124-151
29. شيخي مريم (2013). **طبيعة العمل وعلاقته بجودة الحياة في ظل بعض المتغيرات**. رسالة ماجستير تخصص إنثناء وتوجيه. قسم العلوم الاجتماعية. جامعة أبي بكر بلقايد. تلمسان. الجزائر.
30. صادق يسرية، السريبيني زكريا (2018). **مقتطفات في علم النفس والكوارث والصدمات والأزمات**، ب ط. مصر: مكتبة أنجلو المصرية للنشر والتوزيع.
31. صلاح محمود زينب (2014) **جودة إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالرضا عن الحياة**. مجلة الإقتصاد المنزلي. المجلد 24. العدد 01. ص ص 117-155.

32. صندوق فريحة(2014). جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتفوق الدراسي لدى عينة من المراهقين بثنائية الأغواط. رسالة ماجستير تخصص إرشاد الأسري. قسم علم النفس وعلوم التربية والأورطفونيا. جامعة الأغواط. الجزائر.
33. الطريق إلى المرونة النفسية (2007). تر: أحمد أبو حلاوة. مراجعة أحمد أبو فتحي. جامعة الإسكندرية. مصر. مأخوذ من الرابط الإلكتروني:  
<http://www.gulfkids.com/pdf/morona.pdf>
34. الطوخي نورا شعبان جوده، الزكي شيماء مصطفى (2018). الصلابة النفسية لربة الأسرة وعلاقتها بأساليب التعامل مع الأزمات الأسرية. مجلة الإقتصاد المنزلي: مجلد27. العدد01. ص ص 261- 303
35. العاسمي رياض نايل (2016). علم النفس التفاوضي في المواقف الأزمة. ط1. عمان: دار الإعصار العلمي للنشر والتوزيع.
36. عايش صباح (2021). جودة الحياة الأسرية لدى المعاقين عقليا بشلف الجزائر. مجلة روافد للدراسات بالأبحاث العلمية في العلوم الإنسانية والاجتماعية. المجلد05 . العدد2. ص ص 251-258
37. عبد الجواد نجوى سيد، إبراهيم رضا رزق، عبد اللطيف علي عثمان، الحيوي هبة السعيد عرفة السعيد (2015). إدارة الأم للأزمات الأسرية وعلاقتها بمواجهة الطفل لمشكلاته. المجلة العلمية لكلية التربية النوعية: العدد4. الجزء1. ص ص 347-388
38. عبد الحميد صلاح (2013). الإعلام و إدارة الأزمات. ط1. مصر: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.
39. عبدالمنعم رانيا محمود (2022). إدراك ربات الأسر للمرونة المعرفية وعلاقته بقدراتهن على إدارة الأزمات الأسرية في ظل التعايش مع كوفيد19. مجلة بحوث التربية النوعية: العدد68. ص ص 33-74
40. عبيد عائشة بية (2017). جودة الحياة وسبل تحقيقها في ظل علم النفس الإيجابي. مجلة تاريخ العلوم جامعة عنابة: العدد6. ص ص 352-362



41. العجمي ناجع محمد (2011). مستوى تطبيق إدارة الأزمات في شركة نفط الخليج الكويتية. رسالة ماجستير تخصص إدارة أعمال. قسم إدارة أعمال. جامعة الشرق الأوسط. الكويت.
42. العجوري أحمد حسين إبراهيم (2013). الذكاء الإجتماعي وعلاقته بجودة الحياة لدى المعلمين والمعلمات بمحافظة غزة. رسالة ماجستير تخصص علم النفس. جامعة الأزهر. فلسطين.
43. عميرة عقاب غازي (2009). إدارة الأزمات الأسرية. ب ط. الرياض: مكتبة نور الإلكترونية.
44. العوادة أمل سالم، السعيدة جهاد، الحديدي هناء (2013). أسباب النزعات الأسرية من وجهة نظر الأبناء. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية: المجلد 21. العدد 1. ص ص 227-255.
45. غنيمة رهنف مروان (2014). متطلبات إدارة الأزمات التعليمية في المدارس الثانوية مدرسة دمشق. رسالة ماجستير تخصص التربية المقارنة وإدارة التربية. قسم التربية المقارنة. جامعة دمشق. العراق.
46. الفقيه عبد الله محمد (2011). إدارة الأزمات. ط1. صنعاء. دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع.
47. اللامي غسان قاسم داوود، العيساوي خالد عبدالله إبراهيم (2015). إدارة الأزمات أسس وتطبيقات. ب ط. العراق: دار المنهجية للنشر والتوزيع.
48. لبسيس عماد، الحومي محمد (2020). واقع جودة حياة العمل لمؤسسات التعليم الثانوي كما يدركه الأساتذة لدراسة عينة من مؤسسات التعليم الثانوي. أعمال الملتقى الوطني الأول. جامعة أبو قاسم سعد الله. الجزائر.
49. مادوي نجية (2014). إستراتيجيات توفيق المرأة العاملة بين أدوارها الأسرية والعمل الخارجي. مجلة الحكمة للدراسات الاجتماعية. المجلد 2. العدد 04. ص ص 126-141.
50. المرعول عبد الله محمد (2014). الأزمات مفهومها وأسبابها وآثارها ودورها في تعميق الوطنية. ط1. الرياض: المكتبة القانون والإقتصاد للنشر والتوزيع.

51. المساعدة ماجد عبد المهدي (2012). إدارة الأزمات (المدخل . المفاهيم . العمليات). ط1. عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
52. مسك زينات (2011). واقع إدارة الأزمات في المستشفيات القطاع العام العاملة في الضفة الغربية استراتيجيات التعامل معها من وجهة نظر العاملين. رسالة ماجستير تخصص إدارة أعمال. قسم إدارة أعمال. جامعة الخليل. فلسطين.
53. مضحي عبد المجيد بن صالح محمد (2015). جودة الحياة وعلاقتها بالعمل ومفهوم الذات لدى الأحداث الناجحين وغير الناجحين بمدينة الرياض. رسالة ماجستير تخصص إدارة منزل. قسم إقتصاد المنزلي. جامعة الإمام محمد ابن مسعود. السعودية.
54. المغربي محمد الفاتح محمود بشير (2019). إدارة الأزمات والكوارث. ط1. القاهرة: الأكاديمية الحديثة للكتاب الجامعي للنشر والتوزيع.
55. نصر إياد (2019). سيكولوجية إدارة الأزمات. ب. ط. عمان: دار الخليج للنشر والتوزيع.
56. النوبي محمد بن محمد (2021). أثر برنامج تدريبي في التربية الأسرية قائم على مبدأ التحليل الأخلاقي. المجلة التربوية لكلية التربية: العدد 87. الجزء 03. ص ص 1115-1180
57. اليوسفي رنيم سمير (2014). تصور مفتوح لإدارة الأزمات في مدارس التعليم الثانوي العام في الجمهورية الغربية السورية في ضوء بعض التجارب العاطفية. أطروحة دكتوراه تخصص التربية المقارنة. قسم. التربية المقارنة. جامعة دمشق. العراق.

- مراجع أجنبية:

1. N.A(2022) Assessing Family Crisis. <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/mental-health/article/assessing-family-crisi>
2. Mohamed Samhaa Samir Ibrahim, Zakour Rasha Soud (2019). **Self-efficacy for couples and family crisis management in saudi society**, vol 8(4), p173-199.

ملاحق

## ملحق رقم (01) يمثل إستبيان جودة الحياة في صورته النهائية

رقم	العبارة	تنطبق	متردة	لا تنطبق
01	أتمتع بصحة جيدة			
02	لا أعاني من مخاوف مرضية			
03	أشعر بأنني حققت توقعاتي التي كنت أطمح إليها قبل الزواج.			
04	أحصل على الدعم العاطفي من أفراد أسرتي.			
05	تربطني علاقات طيبة من رئيسي في العمل.			
06	أنال القسط الكافي من الراحة والنوم			
07	لدي القدرة على التعبير عن مشاعري			
08	أنا راضية عن علاقتي الجنسية مع زوجي.			
09	تربطني علاقة جيدة مع زملائي في العمل.			
10	أهتم كثيرا بالظروف الصحية المحيطة بي.			
11	أشعر بالرضا عن حالتي الصحية			
12	أشعر بالأمن اتجاه المستقبل.			
13	أستمتع بحياتي الزوجية.			
14	أحصل على المساندة من أسرة زوجي			
15	أشعر بالرضا عن أدائي الوظيفي.			
16	راضية عن الوضع الصحي لأفراد عائلتي.			
17	يتوفر منزلي على جميع وسائل الراحة والترفيه.			
18	أختار نوعية غذائي برعاية واهتمام كبيرين.			
19	أتمتع بتقدير ذات عالي.			
20	يساعدني زوجي في تربية الأطفال.			
21	أشعر بأنني أفراد أسرتي راضيين عني.			
22	أشعر بالأمن والاستقرار داخل المؤسسة التي أعمل بها			
23	أنا راضية عن السكن الذي أعيش فيه.			
24	أحرص على عدم تناول العقاقير الطبية خاصة المهدئات.			
25	لدي القدرة على الانتباه والتركيز.			

			أشعر بالإفتخار لانتمائي إلى أفراد أسرتي.	26
			يتوافق الحجم الساعي مع حجم العمل المكلفة به.	27
			أشعر بالأمن في الحي الذي أقطنه.	28
			أشعر ببعض الآلام في جسدي	29
			أستمتع أثناء تواجدي في العمل.	30
			تتكرر إصابتي بنزلات البرد.	31
			أشعر بالأمن اتجاه مستقبلي المهني.	32
			أشعر بالتعب بسرعة.	33
			علاقتي طيبة مع الجيران.	34
			أحرص على القيام الدوري بالفحص الشامل.	35
			أشعر بوجود معنى لحياتي.	36

## الملحق رقم (02) يمثل استبيان إدارة الأزمات الأسرية في صورته النهائية

رقم	العبارة	غالبا	إلى حد ما	نادرا
01	أتخذ قرارات لحل الأزمة بموضوعية بعيدا عن العاطفة.			
02	أهتم بجميع المعلومات التي تساعدني في التصدي للأزمة.			
03	لا أضع خطة لمواجهة أسوء ما يمكن أن تصل إليه الأزمة.			
04	أتوقع حدوث أزمات من أي نوع في أي وقت			
05	أفكر في الأزمات التي يمكن أن تحدث في المستقبل			
06	أهنيء نفسي لمواجهة الأزمات الأسرية			
07	أجد صعوبة في تحديد حجم الأزمة التي تتعرض لها أسرتي			
08	أصاب بالاضطراب لمجرد شعوري بالأزمة.			
09	أستطيع أن أضع البدائل المختلفة الممكنة لحل الأزمة			
10	أحرص على رفع الروح المعنوية لدى أفراد أسرتي أثناء التعامل مع الأسرة.			
11	أنكر وجود أزمة أسرية أمام أفراد الأسرة			
12	أفقد ثقتي بنفسي عند حدوث الأزمة			
13	أراعي أن تكون خطة مواجهة الأزمة واقعية وقابلة للتنفيذ.			
14	لا يمكنني التوصل لقرار سليم بخصوص مواجهة الأزمة.			
15	استرشد بمن لهم خبرات سابقة في الأزمة التي أواجهها.			
16	أحاول إحداث التغييرات المناسبة لوضع الأسرة بعد الأزمة.			
17	أخطط لحماية أسرتي من حدوث نفس الأزمة مرة أخرى.			

			أنهي قدراتي على التنبؤ بحدوث أزمات مستقبلية	18
			أحاول التخفيف من حدة الآثار الناجمة عن الأزمة.	19
			تزيدني الأزمات صلابة وقوة.	20
			لا أستفيد من الأزمات السابقة في التعامل مع الأزمات المحتملة.	21
			أحرص على سرعة العودة إلى حياتي الطبيعية بعد الأزمة.	22
			أبحث عن أسباب تعرض أسرتي للأزمات لتجنبها	23
			أخرج من الأزمة غير قادر على الاتزان.	24
			أحدد الخسائر المادية التي خلفتها الأزمة.	25
			أتمكن من تحديد مدى نجاحي أو فشلي في مواجهة الأزمة	26
			أستطيع وضع خطط مستقبلية لمواجهة الأزمات.	27







جامعة ابن خلدون - تيارت  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس و الأطفونيا و الفلسفة



### تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بلقواية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضى أدناه،

الطالب (ة) .....  
.....

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم ..... والصادرة بتاريخ: 2018.1.18.190

المسجل (ة) بكلية: .....  
و المكلف بإنجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنونها:

.....

.....

شعبة: ..... تخصص: .....  
.....

أصرح بشرفي أنني التزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة  
الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 15 JUN 2023

امضاء المعنى



أجل المصادقة إمام  
لسادة: .....  
.....

15 JUN 2023

عن رئيس المجلس الشعبي البلدي  
بلدية سيدي حسيب وشويش من  
خيرة بوعبد الله  
ملحق رئيسي للإكاديمية الإقليمية



جامعة ابن خلدون - تيارت  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس و الأطفونيا و الفلسفة



### تصريح شرفي

### خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإتجاز بحث

(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بقوقاية ومحاربة السرقة العلمية)

أنا الممضي أدناه،

الطالب (ة) .....

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم 2028.7.60520 والصادرة بتاريخ 2023.01.22

المسجل (ة) بكلية : العلوم ..... قسم : العلوم الإنسانية والاجتماعية

و المكلف بإتجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها :

.....

.....

شعبة : العلوم الإنسانية ..... تخصص : علم النفس العيادي

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية للنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ .....

امضاء المعني

عن رئيس المجلس الشعبي البلدي  
ويتفويض منه  
مفوض الحالة المدنية  
.....



فائدة 1  
01 جوان 2023  
سيدة نبوت كرام  
2027.60520  
2023.01.22  
عين الذهب

## ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن وجود علاقة إرتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة، كما هدفت أيضاً إلى الكشف عن الفروق الموجودة في إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة تعزى للمتغيرات التالية: (السن، المستوى التعليمي، الخبرة المهنية على عينة مكونة من (55) امرأة عاملة متزوجة. لتحقيق هذه الأهداف تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي، بالإعتماد على كل من إستبيان إدارة الأزمات الأسرية من إعداد الباحثة صفاء أبوبكر أحمد (2022)، وإستبيان جودة الحياة من إعداد الأستاذة بوكصاصة نوال، تم التأكد من الخصائص السيكومترية لكل إستبيان على حدا. وأسفرت النتائج عن ما يلي:

- وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين إدارة الأزمات الأسرية وجودة الحياة لدى المرأة العاملة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير السن والمستوى التعليمي، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات الأسرية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة تعزى لمتغير: السن، المستوى التعليمي، والخبرة المهنية.
- الكلمات المفتاحية: الأزمة، إدارة الأزمة، الأسرة، المرأة العاملة، جودة الحياة.

## Abstract

The current study aimed to reveal the existence of a correlation between the management of family crises and the quality of life of working women. Consisting of (55) working married women. To achieve these goals, the descriptive-relational approach was used, depending on each of the family crisis management questionnaire prepared by the researcher Safaa Abu Bakr Ahmed (2022), and the quality of life questionnaire prepared by Ms. Boksasa Nawal, the psychometric characteristics were confirmed For each questionnaire separately, the results revealed the following: - There is a statistically significant correlation between family crisis management and quality of life for working women. - There are no statistically significant differences in family crisis management due to the variable of age and educational level, while there are statistically significant differences in family crisis management due to the professional experience variable. - There are no statistically significant differences in the level of quality of life due to the variable: age, educational level, and professional experience.

**Keywords:** crisis, crisis management, family, working woman, quality of life.