منغصات الحياة اليومية لدي المراة المعيلة
في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية
كرستين شكري شفيق

مقدمة

لقد اثبت المراة المصرية أنها قادرة على تحمل المسؤلية ونخطى الازمات حيث تواجه المرأة المعيلة Female Headed Household العديد من الضغوط Stress ومنغصات الحياة اليومية Daily life Hassles بأبعادها المختلفة ، الأمر الذى يؤدى بها نحو العديد من الاضطرابات النفسية كالقلق ، والاكتئاب، والاحباط ، والخوف ... الخ ، الأمر الذى يؤدى بها أيضا الى الاصابة بالعديد من الأمراض العضوية المختلفة ، فكثير من النساء المعيلات يكتب عليهن القدر مواجهة الحياة بمفردهن وذلك نتيجة لغياب العائل الأساسى عن الأسرة وهو الأب فأصبحت المرأة المعيلة تقوم بدور الأب والأم معا، وكونها أصبحت عائلا أساسيا للأسرة يمثل هذا حدث ضاغط رئيسى ومستمر لديها،سواء كانت المرأة المعيلة (أرملة أو زوجة شهيد أو مطلقة أو زوجة مريض أو من أصابه عجز كلى أو جزئى أو فتاة تعول أسرة ... الخ) ولذلك فهى تكون فى أمس الحاجة للدعم النفسى من المحيطين بها ووقوفهم بجانبها، فمن الطبيعى أن تشعر المرأة بالكآبة عند فقدان شخص ما أو وفاة عزيز مما يؤدى بها للمزيد من الاضطرابات العضوية والنفسية.

ويرى (Rimaz et al., 2014) تزايد أعداد السيدات المعيلات فى الآونة الأخيرة خاصة فى الدول النامية، نظرا للتغيرات الاقتصادية والضغوط الاجتماعية ،فهؤلاء السيدات المعيلات يواجهون العديد من المشكلات التى تؤدى الى عجزهن عن اشباع الحاجات الأسرية لهن ومن يقمن باعالتهن كغياب مواصفات المسكن الجيد ،وتعليم الأبناء ،وبعض المشكلات الاجتماعية كالتشرد، والانحراف، والمرض والعوز المطلق لأطفالها مع الحرمان الشديد من الاحتياجات الأساسية للحياة ،بالاضافة الى المعاناة من العديد من الصراعات النفسية والشعور بالاحباط والقلق الأمر الذى يشكل تهديدا للتوازن النفسى والاجتماعى لديها (Rimaz et al, 2014)

فأصبحت قضية المرأة المعيلة ومشكلاتها من القضايا الشائكة التي يعاني منها المجتمع خاصة بعد تزايد معدلات الفقر الذي يهدد جميع فئات المجتمع خاصة المرأة لأنها من أكثر الفئات حرمانا من التعليم والرعاية الصحية فضلا عن نقص فرصتها في سوق العمل لأنها غير متعلمة وليس لديها من التدريب الكافي ما يؤهلها للحصول على وظيفة أوعمل مشروع صغير مما أدى الى ظهور ظاهرة تأنيث الفقر. وتشير الاحصائيات الرسمية إلى أن أعداد النساء المعيلات في تزايد مستمر في القاهرة والمحافظات والعشوائيات خاصة في صعيد مصر ووصلت أعدادهن في المنوفية نحو4 الآف سيدة, وفي الفيوم10الآف سيدة ودمياط 9355 سيدة والبحيرة 39 ألف سيدة بينما رصدت العديد من المنظمات الحقوقية نسبة النساء المعيلات في مصر أنها تتجاوز 25% من نسبة السكان.وأشارت احصائية حديثة للمركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية أن نسبة المراة المعيلة وصلت في حدها الاقصى 34%.وفي دراسة أخرى أجراها المركز على عينة شملت 6 الآف و655 مسكن عشوائي إتضح أن النساء اللاتي تعول أسرهن وصلت الى 88% وجاء في الدراسة أن وفاة أو مرض أو اعاقة الزوج من أهم أسباب رعاية المرأة لأسرتها بنسبة 52% وشكل الازواج المسجونين سببا آخر لاعاقة المرأة بنسبة 23% فضلا عن أسباب أخرى تتعلق بالهجر. **وتري الباحثة** أن المرأة المعيلة تقع تحت طائلة الضغط النفسي بشكل ملحوظ ،فالمرأةالمصرية عموما تواجه العديد من الأوضاع المجتمعية السيئة , وتشكو من الكثير من المعوقات والصعوبات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية , والتى تعانى منها المرأة بوجه عام والمرأة المعيلة بوجه خاص واذا اخذنا في الاعتبار أن المرأة المعيلة هى : الأرملة ، المطلقة ، زوجة المريض بمرض مستعصى، زوجة المعاق أو من أصابه عجز كلى أو جزئى، وزوجة السجين . زوجة مهجورة العائل أو التى يعمل زوجها أعمال موسمية أو أن يكون بدون عمل "عاطل"..... ومن فى حكم ذلك .. لهذا فالمرأة أصبحت مسئولة عن أسرة بأكملها أيا كان عدد أفراد هذه الاسرة وليس ذلك فقط ولكن هذه المسئولية لن تقع على عائق الزوجة فقط , ولكن على الفتيات اللاتى لم يتزوجن ولكنهن مسئولات عن اعالة أسرهن وهذا يرجع بسبب غياب العائل الاساسى عنها وهو

الأب سواء كان بسبب الوفاة أو المرض أو الاعاقة ... الخ ومن هنا تتولى مسئولية اعالة أسرتها.

ومن ناحية أخرى تعد الضغوط جزءا مهما من حياة معظم الناس فكمية الضغوط التى نعيشها وكيفية ادارتنا لها تلعب دورا كبيرا فى حسن حالتنا الجسدية والنفسية .(**لورانس برافين،2010**)

وترى الباحثة أن الضغوط شيئا أساسيا فى الحياة فلا توجد حياة على الأرض خالية من الضغوط ولكن شدة هذه الضغوط وردود أفعال الأفراد نحوها واستجاباتهم لها تختلف من فرد الى آخر فكل فرد تختلف شخصيتة عن الفرد الآخر وبالتالى فأساليب مواجهة الضغوط سوف تختلف أيضا من فرد لآخر فهناك من يمتلك أساليب مواجهة ايجابية عند التعامل مع المواقف الضاغطة التى يتعرض لها تمكنه من مواجهتها وهناك من يمتلك أساليب مواجهة سلبية عند تعامله مع المواقفالضاغطة وبالتالى لايستطيع مواجهتها الأمر الذى قد يصل به الى حد المرض العضوى.

ويرى(**فيكتور فرانكل ،1982**) أن طريقة ادراكنا للضغوط هى التى تجعلنا نضطرب أو تجعلنا ندرك أن الحياة مليئة بالمشقة والتعب ولابد وأن نتعامل معها بدلا من أن نهرب منها أونتجنبها فاذا ما تأمل الانسان حياته سوف يدرك أنها مليئة بالمشقة والتعب ولكن اذا وجد معنى لهذه المشقة استطاع أن يتحمل مسئولية هذه المشقة ويحقق أهدافه بتحمله لتلك المسئولية وحينئذ سوف يشعر الفرد بالرضا عن حياته.

ويرى لازاروس أن أساليب المواجهة للضغوط تتحدد من تقييم الفرد للموقف فعندما يواجه الفرد بموقف ويتم تقييمه على أنه ضار ومهدد ويمثل تحديا لتوافقه هنا ينشأ الضغط.(**طه عبدالعظيم، سلامة عبد العظيم،2006**)

ومن هنا فان مفهوم الضغوط الحياتيةومنغصاتها اليومية يلقاهتماما كبيرا من الدارسين, فقد تزايدت في الآونه الأخيرة الدراسات التي تبرز الصلة بين أحداث الحياة الضاغطة سواء تلكالمتعلقة بأحداث الحياة الرئيسية كالفقد,أم تلك التي تتناول ضغوطا أقل وقعا وشدة,المتمثلة في ضغوط الحياة اليومية أو منغصاتها وبين أشكال المعاناة النفسية، مالم

تتوفر لدي الفرد بعض خصال الشخصية ومهارات المواجهة الفعالة التي تخفف من وطأة هذه الضغوط.

وذلك بسبب أن الضغوط والحياة تسيران جنبا الي جنب وذلك لسبب ألا وهو أن الحياة لا تسير علي وتيرةواحدة فغالبا ما نتعرض لمواقف وظروف لها متطلبات تفوق طاقتنا وامكانيتنا ؛سواء من حيث الواقع أو نتيجه لإدراكنا الشخصي وبالتالي يجب أن نتسلح بكل الوسائل المتاحه والمبتكره للتصدى لأي ضغط نتعرض له ويؤدي بنا الي الهلاك.(**علي عسكر؛2000؛ص25**)

والدراسة الحالية اذ تهتم بدراسة المنغصات اليومية من جانب فأنها تهتم بدراسة حدث رئيسي وقع بالفعل وهو ترك الزوجة بمفردها نتيجة وفاة الزوج أو هجره لها وكونها عائلا للأسرة يمثل حدث ضاغط رئيسي ومستمر لديها.

وترى الباحثة أن النساء المعيلات تعانى من ضغوط نفسية عديدة مترتبة على الفقد فالأرملة تواجه العديد من المشكلات الأمر الذى يؤدى بها الى العديد من الأمراض النفسية كالقلق والاحباط والاكتئاب والعصبية...الخ وكل هذا يؤدى الى اصابتها بالأمراض العضوية أيضا وكل هذا نتيجة لمواجهة الحياة بدون سند وذلك نتيجة لاختفاء المساندة والدعم الاجتماعى والمصادر التى كانت توفر لها الأمان والسعادة مما يسبب لها الشعور بالضغوط والعديد من المشاعر السلبية فهى أصبحت العائل الأساسى للأسرة فهى أصبحت تقوم بدور الأب والأم معا مما يؤدى بها الى المزيد من الضغوط النفسية.

وهذاما أثبته **أفى وآخرين** (Affi et al, 2006) عند مقارنة المجموعات الأربعة المتزوجين والمنعزلين والمطلقين والأرامل ، أن النساء المتزوجات وغير المتزوجات كان لديهم بشكل عام جوانب متشابهة فى الصحة النفسية ،أما المطلقات والأرامل فكان لديهم اضطرابات فى القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة.

وهناك العديد من الظروف والمتغيرات قد تؤثر على شعور الفرد بالرضا عن الحياة ,كما تؤثر شخصية الأفراد وسماتهم على مدى إدراك الضغوط,ويؤكد ذلك نتائج **دراسةكرميان (2007)** التي بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط النفسي

والعصابية ,كما بينت **دراسة روز لينيو بارون** (2009) وجود علاقة موجبة بين عدم الرضا عن الحياة والعصابية و يقظة الضمير, وهو ما ينعكس على مدى شعور الفرد بالرضا عن حياته ومكانته كما تشير **دراسة بلكيلاني (2008)** وجود علاقة ارتباطية عكسية بين تقدير الذات والضغوط النفسية والرضا عن الحياة.**ودراسة شند والأنور (2006)** بينت وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين الضغط النفسي وبعد العصابية وسلبيةً مع الرضا عن الحياة وتقدير الذات.(**السيد أبو هشام,2010,ص269**).

ووفقا لما سبق تتحدد مشكلة الدراسة فى التساؤلات الآتية:

1- هل تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية وأساليب مواجهة الضغوط والرضا عن الحياة باختلاف سن المرأة المعيلة؟

2- هل تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية واساليب مواجهة الضغوط والرضاعن الحياة باختلاف محل الاقامة؟

3- هل تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية واساليب مواجهة الضغوط والرضاعن الحياة باختلاف مستوى الدخل؟

ثالثا:أهداف البحث

تحاول الدراسة التالية تحقيق عددا من الأهداف يمكن تحديدها فينا يلى:

ثالثاً –الكشف عن مدي تباين منغصات الحياة اليومية باختلاف طبيعة اعالة المرأة (أرملة، مهجورة ، الزوج مريض، بنت تعول أسرة).

رابعا:أهمية البحث:

أولاً : الأهمية النظرية :

1-يستمد البحث الحالي أهميته من طبيعة العينة وهي السيدات المعيلات ومن تنامي الاهتمام بالمرأة محليا وعالميا حيث إنها تمثل عينة لا يستهان بها من المجتمع .

3-ندرة الدراسات التي تناولت المرأة المعيلة من زوايا نفسية خاصة في البيئة العربية.

ثانيا الأهمية التطبيقية:

1-تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية فيما تتناوله من متغيرات نفسية يمكن الاستفادة من نتائجها في التخطيط ووضع البرامج لعمليات الإرشاد النفسي للتخفف من الضغوط لدي المرأة المعيلة .

خامسا: مصطلحات الدراسة :

(1)منغصات الحياة اليومية :Daily life Hassles

بداية لابد للباحثة من تقديم عرض موجز لمفهوم الضغط النفسى أو مشتقاته ومفهوم أحداث الحياة الضاغطة ثم يلى ذلك عرضا مفصلا لمفهوم منغصات الحياة اليومية

عرفت الضغوط النفسية لغوياً بأنها الشدة والمشقة ويقال ضغط فلان أي شديد وضيق وضغطة ضغطاً (لمعجم اللغوي, 2200) ويراها (Henry,1987) بأنة رد فعل فسيولوجي وسيكولوجي نحو حدث معين في البيئة يكون فيها الفرد غير قادر علي التكييف مع الآخرين مما يخلق نوعاً من عدم السعادة .. Henry 1987)

بينما عرفها (Scotle, 1989) بأنة حدث مثير يضع الفرد تحت ضروه ملحه يصدر عنها نوعا من الاستجابات محاولاً للتكيف معها في حالة الفشل .

يراها (Richard, 1993) بأنها حالة من الإحساس بعدم الملائمة أو الفشل تجاه موقف معين ينتج عنة الشعور بالإحباط وعدم التوازن (Richard, 1993) فيما عرفتها (زينب شقير، 2001) مجموعة من المصادر الخارجية والداخلية الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته مسبباًً له ضعف في قدرته علي إحداث استجابة مناسبة للمواقف الضاغطة (زينب شقير، 2001) وعرفها (عبد الرحمن الطريري،1994) حالة يعانيها الفرد حين يواجه طلب ملحة فوق استطاعته (عبد الرحمن الطر يري،1994) وعرفتها (فوقية راضي، 2002) بأنها مجموعة من الظروف البيئية التي تحيط الفرد وتسبب ضيقاً وتوتراً وعدم الراحة

(فوقية راضي،2004) ويرها الأخر بأنها متغير مستقل (مسبب) في ظهور بعض الاضطرابات السيكوسوماتية وإنها شديدة الصلة بالصحة النفسية والتي تؤدي إلي حدوث اختلال في الصحة النفسية للفرد (حسين فايد ،2005)

وعرفها (Judith 1976) بأنها استجابة الكائن الحي لتلك الظروف والضغوط المجهدة ويتألف من نمط فسيولوجي ورد فعل نفسي سواء كان مباشر أو غير مباشر ومنها عوامل مؤلمة تمتد إلي أمد طويل(Judith-1976) كما أنها تدور حول عدة محاور متمثلة في رد فعل او مثير او ضغوط ناتجة عن عدم التوافق بين متطلبات البيئة وقدرات الفرد و تؤكد kusl 1993 بأن الضغط النفسي لة أربعة إشكال منهت ظروف البيئة الضاغطة والموقف البيئي والاستجابة للموقف ونوع العلاقات بين المتطلبات (النابغة فتحي، 1999).

بينما عرفها (Henry,1987) أنها رد فعل فسيولوجي أو سيكولوجي نحو حدث معين في البيئة يكون فيها الفرد غير قادر علي التكيف مع الآخرين مما يخلق نوعاً من عدم السعادة والتي تختلف من شخص لآخر. في (النابغة فتحي، 2002) .عرفها (**فرج عبد القادر طه ؛1993** بأنه حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته أو حين يقع في موقف صراع حاد أو خطر شديد".(**فرج عبد القادر طه،1993**.,ص**445**)

وعرف **فتحي الشرقاوي** بأنها هي مجموعة من أحداث الحياة التي يمر بها الطفل وتترك لديه إحساسا بالضغط والتوتر والضيق ؛ويتم إدراكها من جانبه بأنها مؤلمه وقد تتباين في نوعيتها وشدتها من فرد لآخر للطبيعة النوعية للمواقف الضاغطة كذلك وفقا لخصائص وسمات الاطفال الذين يتعرضون لها". (**فتحي الشرقاوي،1997**)

أما **نعمة عبد الحكيم** فقد عرفت الضغط بأنه "حالة من الاضطراب الإنفعالي أوعدم التوازن النفسي ؛كما تستخدم الكلمه أحيانا للتعبير عن العوامل الخارجيه التي تمثل تهديدا للمرء ؛ وتؤدي لاضطراب سلوكه " (**نعمه عبدالحكيم** .**1999**)

أما (**على عسكر**،2000) فيقول : أنه على الرغم من الكتابات المختلفة حول موضوع الضغط النفسى Stress من جانب المهتمين بالصحة النفسية والبدنية الا أن عبارة أو مفهوم

الضغط أو الضغوط لاتعنى نفس الشئ لهم جميعا ومع ذلك يمكن القول بأن العامل المشترك فى تعريفات الباحثين والمهتمين فى المجالين المذكورين هو الحمل الذى يقع على كاهل الكائن الحى Organism وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف أو يتوافق مع التغيير الذى يواجهه وبما أن التغيير هو احدى الحقائق الثابتة فى الحياة فانه يمكن القول بأن التعرض للضغوط بدوره يعد جزءا من المعايشة اليومية للفرد.(**على عسكر**،2000،ص**17**)

أما (Lazarus & Folkman,1984) فيعرفان الضغط النفسى بأنه"العلاقة بين الشخص والبيئة عندما يكون هذا الشخص عاجز عن التعامل مع البيئة بفاعلية وأمام هذه العلاقة فان الفرد يمر بخبرة من المعاناة النفسية والجسمية لأن الفرد يقيم هذه العلاقة على أنها مكلفة وتمثل خطورة على فاعليته"ويضيف **كابلان**Kaplan,1993 بعد عرضه لهذا التعريف فى كتابه" **الصحة والسلوك الانسانى**" Health and human behavior تعريفا للضغط النفسى يقول فيه "الضغط النفسى هو حالة ناتجة عندما يحدث تعارض بين متطلبات الشخص وقدرته على تحقيق هذه المتطلبات أو الاستجابة لها"(Kaplan et al,1993,p.105)

الدراسات التى تناولت الضغوط ومنغصات الحياة اليومية لدى النساء عموما ولدى السيدات المعيلات على وجه الخصوص:

اشارت الدراسة: (Rook, 1987) وعنوانها " العلاقة بين التفاعلات الاجتماعية والشعور بالوحدة النفسية والرضا بالعلاقات الاجتماعية لدى المسنات" هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مدى عمق التفاعلات الاجتماعية في الشعور بالوحدة النفسية والرضا بالعلاقات الاجتماعية، وذلك على عينة من المسنات الأرامل، تراوحت أعمارهن بين 60-89 عاماً، وقد طبق الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية ومقياس الرضا الاجتماعي ومقياس التفاعلات الاجتماعية المتبادلة، وتوصل إلى عدة نتائج من أهمها أن

الخلل في التفاعلات الاجتماعية ينعكس في زيادة الشعور بالوحدة، وكذلك عدم الرضا عن العلاقات الاجتماعية، وأن التبادل الاجتماعي يختلف باختلاف نوع المساندة الاجتماعية التي تتضمن مساندة الأصدقاء والمساندة الوجدانية واظهار مشاعر الود والمساندة الايوائية.

وفى الدراسة الاجتماعية التي قامت بها نارين جمال (1992) عن أسر الأرامل في مدينة بغداد وجدت الأتي : في المرحلة التي تسبق وفاة الزوج تتركز مهام المرأة على الإنجاب والتنشئة وعلى أداء المهام المنزلية وتنظيم الحاجات النفسية لأفراد الأسرة وإشباعها والعمل خارج البيت لمساعدة الزوج في كسب موارد العيش، أما بعد وفاة الزوج فان مهام المرأة تتركز على أشغال مكان الأب في تربية الأبناء والإشراف عليهم وإشباع حاجات الأسرة وكسب موارد العيش والتنشئة الاجتماعية للأبناء وحمايتهم من الأخطار الخارجية وتحمل الأعباء المنزلية وتنظيم العلاقات الداخلية والقرابية، ومن خلال الدراسة الميدانية أظهرت الباحثة أن معظم أسر الأرامل تعاني من مشكلات مختلفة منها اجتماعية واقتصادية ونفسية وتربوية مما يتطلب وقفة جادة وموضوعية من جانب الجهات المختصة لوضع علاج صائب لها. أن أغلبية وحدات العينة البالغة (160) مبحوثة تقع ضمن الفئة العمرية (30-39) سنة. كما تبين أن جميع المبحوثات كن أرامل ولم يتزوجن بعد وفاة أزواجهن. كما أتضح أن (52٪) من المبحوثات يقمن في منازل مستقلة وأن (24٪) منهن يعيش معهن أحد أقاربهن كما أتضح أن (37٪) من المبحوثات توفي أزواجهن في الحرب وأن معدل عدد أطفالهن يتراوح بين (3-4) أطفال. من جانب آخر أظهرت النتائج الميدانية أن أبناء الأرامل تأثروا بغياب آباءهم وأن (51٪) من المبحوثات ذكرت إنهن لم يستطعن تعويض أبناءهن عن فقدان الآباء وذلك بسبب أوضاع المرأة الاجتماعية كما ذكرت (71٪) من المبحوثات. إن موردهن المالي يتمثل في الراتب التقاعدي للزوج المتوفى وكذلك فان (54٪) من المبحوثات كن يكتفين بهذا المورد ولا تمارس أي عمل خارج المنزل أما اللواتي يعملن فأنهن يمارسن أعمالا لا تتطلب مهارة (21٪ من المجموع الكلي للعينة)، كذلك تبين أن نصف أبناء وحدات العينة يشاركون

أمهاتهم في تحمل جزء من مصاريف الأسرة وقد أكدت (77٪) من المبحوثات أنهن يوازنون ما بين اللين و الشدة في تنشئة الأبناء وأن (63٪) منهن أكدت مقدرتهن على حماية أبناءهن، كما أظهرت البيانات أن (71٪) من المبحوثات يتمتعن بعلاقات ايجابية مع أفراد الأسرة. أما المشكلات التي تعاني منها أسر الأرامل فهي- كما أظهرت الدراسة الميدانية- متعددة ومتنوعة أو أن (35٪) من المبحوثات يعانين من تهميش المجتمع لهن. غير أنه (46٪) من المبحوثات ذكرن إنهن تكيفن مع الحياة بعد وفاة الزوج ولكن بدرجة متوسطة. غير أنه (85٪) من المجموع أظهرن درجة من القلق والخوف من المستقبل. وأكدت (46٪) منهن أن مستوى أسرهن الاقتصادي واطئ بسبب ضعف الموارد بعد وفاة الأب وبالتالي فان (64٪) من الأرامل ذكرن عدم مقدرتهن على سد متطلبات الأبناء وذكرت (55٪) من المبحوثات أن أبناؤهن يعانون من مشكلات نفسية تتمثل في الانفعال بسبب أبسط الأشياء كذلك فان (71٪) من المبحوثات يتابعن أبناءهن دراسيا ويشاركن معهم في المذاكرة.

كما أظهرت دراسة لكرامر (Cramer, 1993) أن النساء اللواتي يعشن وحيدات، يشربن الكحول بكمية أكثر من النساء اللواتي يعشن مع آخرين أو مع طفل عمره أربع سنوات فأكثر، كما تبين أن الأرامل اللواتي يعشن وحيدات كن أكثر ضغطاً نفسياً من تلك اللواتي يعشن مع طفل بالغ حتى عند وجود تفاعل اجتماعي لديهن.

وأجرت (راويه دسوقى،1996) دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة السببية بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية والصحة النفسية لدى المطلقات وكذلك التعرف على الفروق بين مرتفعى ومنخفضى الصحة النفسية من المطلقات فى ادراكهن للضغوط النفسية والمساندة الاجتماعية من قبل الأسرة والأصدقاء ،والتعرف على الفروق بين المطلقات فى ادراكهن لحجم ودرجة الرضا عن المساندة الاجتماعية ، وقد تكونت العينة من (40) امرأة من النساء المطلقات لأول مرة تراوحت أعمارهن بين(40-25) سنة، وقد استخدمت الباحثة المقاييس الآتيه: مقياس المساندة الاجتماعية،ومقياس الامداد بالعلاقات الاجتماعية،

ومقياس ضغوط الحياة، ومقياس الصحة النفسية، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المطلقات مرتفعات ومنخفضى الصحة النفسية فى الضغوط النفسية لصالح منخفضات الصحة النفسية، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المطلقات مرتفعات ومنخفضات الصحة النفسية فى بعدى المساندة الاجتماعية (حجم المساندة والرضا عنها) من قبل الأسرة والأصدقاء، وكذلك الدرجة الكلية لصالح مرتفعات الصحة النفسية، مما يدل على أنهن كن يتلقين المساندة الاجتماعية من قبل أسرهن وأصدقائهن.

أجري كل من (ذكار –ماسران Thakar & Misra, 1999) دراسة علي عينة من النساء العاملات في الهند محاولين التعرف علي مدي إسهام منغصات الحياة اليومية والمساندة الاجتماعية في درجة الشعور بالسعادة والهناء الذاتي لدي العاملات وغير العاملات حيث بلغ أفراد العينة (ن = 196) من العاملات، (ن=54) من النساء الغير عاملات، وتم تطبيق مقياس منغصات الحياة اليومية ومقياس المساندة الاجتماعية ومقياس الهناء الذاتي، توصلت الدراسة إلي أن المراة العاملة لديها منغصات حياتية أكبر وتتلقي مساندة اجتماعية أقل عن المرأة التي لا تعمل وبالرغم من ذلك فهي أكثر شعورا بالهناء الذاتي والسعادة التابعة من تحقيق الذات لديهن الناتج من ممارستهم لأعمالهم.

وفي دراسة أجراها (هاربر جيمس وآخرون Harper, James. M, 2000) هدفت فحص العلاقة بين منغصات الحياة اليومية ومشاعر الألفة والمودة بين الأزواج والرضا الزواجي بينهما وذلك علي عينة من المتزوجين بلغ عددهم (ن= 472) من الأزواج والزوجات بمدي عمري (55-79) عام وتم اختيارهم عشوائيا من خمسين ولاية بالمملكة المتحدة وقد استجابوا للمقاييس الآتية: مقياس كنساس للرضا الزواجي ، التقييم الشخصي للألفة والمودة في العلاقات. مقياس منغصات الحياة ومبهجاتها اليومية، أشارت نتائج الدراسة إلي أن منغصات الحياة أرتبطت سلبيا مع درجة الرضا الزواجي لدي كلا الزوجين وتوصلت الدراسة إلي أن المودة بين الزوجين والألفة بينهما تتوسط العلاقة بين منغصات الحياة اليومية ودرجة الرضا الزواجي لدي كلا الزوجين.

كما أجرى مورل دراسة (2000) .Murall et al وعنوانها (دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من خبرة الفقد). وهدفت الدراسة إلى التعرف على الدور الذي تلعبه ا لمساندة الاجتماعية في التخفيف من خبرة الفقد. وشملت الدراسة (130) فردا منهم (45) من الذين فقدوا زوجاتهم أو أزواجهم، (40) من الذين فقدوا والدا أو طفلا ، (45) ممن لم يصابوا بالفقد. وقد طبق عليهم مقياس رودولف للاكتئاب، ومقياس الضغوط المالية، مقياس أحداث الحياة الضاغطة. وأوضحت الدراسة أن المساندة الاجتماعية تلعب دورا فعالا في التخفيف من خبرة الفقد المرتبط بالضغوط .

وهدفت دراسة (عبد الوهاب الظفيرى،2002) الى تعميق الفهم حول المشكلات الاجتماعية والاقتصادية ،والتربوية ،التى تعوق أداء الأرملة بواجباتها المزدوجة فى رعاية الأبناء،ومعظم مشكلات السيدات الأرامل تدور حول الاسكان، والوصايه، والارث،وتكونت العينة من حوالى(180) أرملة شهيد وتوصلت الدراسة الى أن عينة أرامل الشهداء يعانين من ضغوط نفسية كبيرة تنعكس على علاقتهن بالأبناء بصورة سلبية فى كثير من المواقف كالتدليل الزائد،أو التزمت فى المعاملة،هذا بالاضافة الى ضغط مشكلات الحياة اليومية وادارة المنزل.

وأشار (أشرف شريت ومحمد حلاوة،2002) الى أن التوافق الاقتصادى يلعب دورا بالغ الأهمية فى تحديد شعور الفرد بالرضا عن الحياة أو الاحباط, فيغلب على الفرد الشعور بالحرمان والاحباط اذا كان الاشباع عنده منخفضا, ويغلب عليه الشعور بالرضا اذا كان الاشباع عنده مرتفعا.

وهدفت دراسة (اقبال الأمير السمالوطى،2003) الى التعرف على المشكلات التى تواجه المرأة المعيلة فى المجتمع المصرى،وتحديد الاثار الناجمة عن هذه الظاهرة الاجتماعية بالنسبة للمرأة نفسها ولأسرتها وللمجتمع ككل، ومحاولة الوصول الى سياسة عمل واضحة المعالم تتعامل مع هذه الظاهرة ،وأوضحت نتائج الدراسة أن المرأة المعيلة تعانى من مجموعة من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والصحية والنفسية والتعليمية.

وأجرى(باسم لافى،2005) دراسة على (93) زوجة أسير للتعرف على العلاقة بين الضغوطات النفسية لزوجات الأسرى وبعض المتغيرات وقد أظهرت الدراسة مدى معاناة زوجات الأسرى من الضغوطات النفسية وعدم وجود فروق ذات دلالة تعزى الى عمر الزوجة أو عدد الأبناء أو مستوى الالتزام بالقيم الدينية بينما توجد فروق ذات دلالة تعزى الى مستوى تعليم الزوجة والمستوى الاقتصادى والاجتماعى للزوجة.

وهدفت دراسة(ماهر عبد الوهاب الملاح،2005) تحديد أهم المشكلات الاقتصادية والاجتماعية والصحية والنفسية لدى المرأة المعيلة ،وأهم النتائج التى توصلت اليها الدراسة أن أهم الصعوبات التى تواجه المرأة المعيلة هى: انخفاض مستوى الدخل لديها،وأن المعوق الاقتصادى يمثل أهم المعوقات الأساسية التى تمنعها من أداء أدوارها بعد أن أصبحت هى العائل الأساسى للأسرة.

وفى دراسة (Sheikh, 2006) لأبعاد الحياة وضغوطاتها على (250) أرملة فى طهران ، بينت الدراسة أن (54.8%) من الأرامل أظهرن مستوى رضا متوسطا عن الحياة فى حين أظهرت (24%) مستوى رضا مرتفعا عن الحياة، وبذلك أيدت الدراسة الرأى الشائع بأن مرحلة الترمل قد ترتبط بعدم رضا وتدهور فى الجانب النفسى ،بل أن بعض الأرامل قد عبرن خلال الدراسة أنهن اكتسبن سمات كالتحدى والصلابة خلال خبراتهن مع ضغوطات حياتهن.

وهدفت دراسة (منى القناعى،2007) بالتعرف على أثر اضطرابات ضغوط مابعد الصدمة(PTSD)على الأساليب التى تتبعها المرأة فى مواجهة مشكلات الحياة المألوفة،وأجريت الدراسة على مجموعتين من السيدات الكويتيات، الأولى تعانى من اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة وذلك باستخدام مقياس(CAPS-I) بينما لا تعانى المجموعة الثانية من هذه الاضطرابات، وقد روعى تساوى المجموعتين من حيث عدد المفردات(ن30 مفردة لكل مجموعة)،كما روعى تقارب المجموعتين من حيث الخصائص الديموجرافية،وقد تم تطبيق مقياس أساليب المواجهة (Coping Styles)على المجموعتين تتلخص أهم نتائج الدراسة فى أن النساء اللاتى يعانين من اضطرابات ضغوط مابعد الصدمة أكثر تكيفا فى استخدام الأساليب

السلبية لمواجهة مشكلات الحياة،وان كنا لايختلفن عن النساء اللاتى لا يعانين من هذه الاضطرابات فيما يتعلق باستخدام الأساليب الايجابية للغرض نفسه،ان النساء فى المجموعتين يستخدمن الأساليب السلبية والايجابية على السواء،وان كان استخدام الأساليب السلبية يزداد بفروق جوهرية لدى حالات اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة مقارنة بالمجموعة الضابطة.

هدفت دراسة (أميرة وحيد،ومحمد ابراهيم ،2008)الى معرفة المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية التى تعانى منها الأرملة فى حالة فقدان الزوج فى ظل الظروف التى يعانى منها العراق ومدينة الموصل خاصة ومن النتائج التى توصل اليها البحث أن فقدان المعيل (الأب) يقود الى عدة مشكلات مادية للأرملة وزيادة الأعباء الملقاة على عاتقها وانخفاض مستوى المعيشة للأسرة. كما يؤثر فقدان الزوج على شعور الأرملة بالتوتر والاكتئاب والقلق من المستقبل.

وهدفت دراسة (طارق الدليمى وابتسام الشجيرى ،2011) الى قياس الضغوط التى تواجه المرأة الأرملة بصورة عامة،والتعرف على الفروق فى الضغوط لدى النساء الأرامل تبعا لمتغير الأطفال(وجود- بدون)،وايجاد الفروق فى الضغوط التى تواجه النساء الأرامل تبعا لمتغير التحصيل الدراسى(أقل من الاعداديه-فوق الاعداديه) وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من النساء الأرامل فى مدينة الفلوجة وبلغ عددهم (400) امرأة أرملة من المجتمع الأصلى للبحث البالغ عددهم(4000) امرأة أرملة وبنسبة(10فى المائة) وقد قام الباحثان ببناء مقياس للضغوط التى تواجه المرأة الأرملة ، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الضغوط للنساء الأرامل ذى دلالة احصائية، ومستوى الضغوط لدى النساء الأرامل اللواتى لديهن أطفال عال ودال احصائيا، ومستوى الضغوط عال ودال احصائيا لدى النساء الأرامل اللواتى لديهن تحصيل دراسى أقل من الاعداديه.

وهدفت دراسة (وديان كاظم ،2011) الى التعرف على المشكلات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية والتعليمية والصحية التى تواجه النساء المعيلات وبلغت العينة(50)امرأة معيلة وتوصلت الى وجود مشكلات تعانى منها النساء المعيلات فالمشكلات الاقتصادية تأتى

بالدرجة الأولى تليها المشكلات الاجتماعية والنفسية وبينت النتائج أن غالبية النساء المعيلات هن أرامل وبنسبة (50%).

وهدفت دراسة (وهبه محمد نور الدين،2014) الى التعرف على الدور الوسيط لمتغير التقييم المعرفى بين منغصات الحياة اليومية وبين الهناء النفسى ،والكشف عن الفروق فى متغيرات البحث وفقا لبعض المتغيرات الديموجرافية (الجنس- عدد الأبناء- محل السكن- نوع السكن)،وتكونت عينة الدراسة من (200) فردا من الأرامل منهم (90) من الذكور الأرامل، و(110) أنثى،واستخدم الباحث استمارة جمع البيانات(من اعداد الباحث)،ومقياس الهناء النفسى لرايف ترجمة وتقنين(النابغة فتحى،2010)، ومقياس التقييم المعرفى للمشكلات (الأولى والثانوى) من اعداد(النابغة فتحى،2004)،ومقياس منغصات الحياة اليومية للراشدين(شدة- تأثير)(اعداد النابغة فتحى،2002)،وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة سالبة وداله احصائيا بين التقييم المعرفى الأولى والضغوط الاقتصادية والسياسية والثقافية والصحية والبيئية والاجتماعية والمهنية،وتوجد علاقة سالبة ودالة احصائيا بين التقييم المعرفى الثانوى أبعاد مقياس الضغوط النفسية عدا الضغوط الدينية والضغوط الثقافية ،ولاتوجد علاقة دالة احصائيا بين كل من : الضغوط الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والمهنية والصحية والثقافية والأبعاد الستة للهناء النفسى،وتوجد علاقة سالبة ذات دلالة احصائية بين التقييم المعرفى الثانوى وكل من السيطرة على البيئة،والنمو الشخصى، والعلاقات الايجابية مع الاخرين، وتقبل الذات.

وهدفت دراسة(مرفت السيد،2016) التعرف على أساليب التكيف المعيشى للمرأة المعيلة فى ظل ظاهرة تأنيث الفقر، وطبيعة العلاقة بين بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية المدروسة والدرجة الكلية لأساليب التكيف المعيشى للمرأة المعيلة بقرى الدراسة ، والمشكلات التى تواجه المرأة المعيلة لتحسين مستوى معيشة الأسرة ،وتكونت العينة من (315) امرأة معيلة من بعض المراكز فى كل من محافظات أسيوط وسوهاج وبنى سويف، وتم اختيارهم على أساس أنهم يمثلوا أعلى المحافظات من حيث النسب الأعلى للنساء المعيلات ،وتم جمع البيانات

باستخدام استمارة استبيان بالمقابلة الشخصية ،والمقابلات الفردية المتعمقة ،وتوصلت الدراسة الى مايلى :من أهم أساليب التكيف المعيشى الايجابية التى تتبعها المرأة المعيلة اعداد أنشطة منزلية مدرة للدخل خاصة بالأنتاج الغذائى ،والعمل عند الغير بالزراعة ، ومن أهم أساليب التكيف المعيشى السلبية ايقاف تعليم الأبناء، والاتجاه نحو زواج الفتيات المبكر، ووجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات الاجتماعية التالية: عمر المبحوثة، عدد الأبناء، درجة التماسك الأسرى والدرجة الكلية لأساليب التكيف المعيشى للمرأة المعيلة،بينما كانت العلاقة عكسية مع متغير درجة التماسك الأسرى ،ومن أهم المشكلات التى تقابل المرأة المعيلة عدم وجود المال الكافى لتوفير الغذاء للأبناء ، وعدم الحصول على الارث من زوجها ، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين المتغير الاقتصادى التالى:عدد العاطلين عن العمل بأسرة المبحوثة، والدرجة الكلية لأساليب التكيف المعيشى.

رابعا:فروض الدراسة:

ومما سبق عرضه من أطر نظرية ودراسات سابقة يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية فيما يلى: "

1. تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية وأساليب مواجهة الضغوط والرضا عن الحياة باختلاف سن المرأة المعيلة.
2. تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية واساليب مواجهة الضغوط والرضاعن الحياة باختلاف محل الاقامة.

المنهج والاجراءات

أولا: المنهج

تعتمد الباحثة على المنهج الوصفي المقارن، حيث جمع ووصف البيانات وتفسيرها وكذلك الفروق بين العينات وفقا للمفروق في بعض المتغيرات النوعية كالاقامة والسن وعدد من يعولن ، والدخل الشهري.

ثانيا: العينة

أجريت هذا البحث على عينة بلغ عددها (280) أنثى من المعيلات لأسرهن، ارملة (ن =95) ومطلقات (ن=71) مهجورات من الزوج (ن= 59) زوجهن مريض ولا يعمل (55) بمدى عمري من (25: 60) عامًا بمتوسط (40.27)، وانحراف معياري (1.69) عاما وجميع افراد العينة من مدينة المنيا ومراكزها وقراها. وفيما يلي خصائص عينة الدراسة:

جدول(1) توزيع العينة وفقا للسن وطبيعة الاعالة (ن = 280)

طبيعة المعيلة	فئات السن		مستوى التعليم		الاقامة		الدخل		عدد المعولين	
	من 35 فأقل	من 36 فأكثر	متوسط	عالي	ريف	حضر	1000 فأقل	أكثر من 1000	3 فأقل	4 فأكثر
أرملة	30	65	55	35	57	37	39	50	12	55
مطلقة	28	43	45	32	30	45	45	44	27	65
هجرها زوجها	24	35	45	35	52	15	29	30	28	29
مرض الزوج	20	35	18	15	30	14	23	20	22	42
العدد	102	178	163	117	169	111	136	144	89	191
النسبة %	36.42	63.57	58.21	41.58	70	30	48.57	51.42	31.78	68.21

ويتبين من الجدول السابق توزيع العينة وفقا لعدد من المتغيرات وهي (السن ، التعليم، الاقامة، الدخل الشهري، وعدد الأفراد المعولين) وهي بنسب معقولة .وسوف تستفيد الباحثة من هذه الخصائص عند عقد المقارنات وفقا للاختلاف في هذه المتغيرات الديموجرافية.

ثالثا: مقياس الدراسة

مقياس منغصات الحياة اليومية.

أعده في صورته الأولية (النابغة فتحي، 2002) لقياس منغصات الحياة اليومية لدى الراشدين، بغرض تقييم إدراك الأفراد لمنغصات الحياة اليومية، وتم الاطلاع على الأطر النظرية لضغوط الحياة عموماً، ومنغصات الحياة على وجه الخصوص، للتعرف على المفهوم وطبيعته، ومتعلقاته النظرية، والاطلاع أيضا على بعض المقاييس المتاحة للضغوط النفسية عموما في البيئة العربية، ومقاييس منغصات الحياة في البيئة الأجنبية للتعرف على جوانب القوة والضعف فيها والاستفادة منها في المقياس الحالي في طريقة صياغة بنوده وطريقة وضع الدرجة على المقياس ومن هذه المقاييس (مقياس كنر للمنغصات اليومية The Kanner Hassles Scale الذي أعده كل من Kanner, Coyne, Schaeffer, & Lazarus, 1981 ومقياس منغصات الحياة ومبهجاتها اليومية Hassles and Uplifts Scale الذي أعده كل من , Delongis Folkman & Lazarus ,1989 ، وتم التحقق من ثباته وصدقه.(النابغة فتحي، 2002)

وفي هذا البحث عدّلت الباحثة المقياس ليتناسب مع السيدات المعيلات حيث تم تقديمه لعينة استطلاعية من السيدات المعيلات قوامها (ن = 50) سيدة، وتم توجيه سؤال مفتوح لهم مؤداه: ما هي أهم المنغصات اليومية (الأحداث الصغيرة متكررة الحدوث) التي تتعرض لها بشكل يومي وتسبب لك الضيق على كافة المجالات الاقتصادية، الاجتماعية، الصحية، منغصات خاصة بالعمل...الخ بالإضافة الى ماورد في المقياس الأصلي؟ وطلب منهن الاستجابة كتابة ورصد أكبر قدر ممكن من هذه المنغصات اليومية.. وبعد الحصول على استجابات أفراد العينة الاستطلاعية حللت الباحثة مضمون استجابات الأفراد وسجلت المنغصات التي ذكرت وفقا لتكراراتها، ثم صنفتها وفق أبعاد معينة تضمنت ما يلي: (منغصات اقتصادية، ومنغصات خاصة بالعمل، منغصات اجتماعية ، منغصات صحية). ويجاب عن بنود المقياس ببدائل ثلاثة ودرجات متدرجة (تأثير سلبي قليل (1)، متوسط التاثير السلبي (2)، تأثير سلبي شديد (3)).

وفي التعديل الأخير تم الاستقرار على الأبعاد الأربعة وتضمنت عباراتها عدد من العبارات في المقياس الأصلي والبعض الآخر تم صياغته من خلال استجابات عينة السيدات المعيلات، ليصبح عدد البنود النهائية للقائمة (28) بندا موزعة كالتالي:

1- المنغصات الاقتصادية (8) بنود أرقامها كالتالي: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8).

2- المنغصات المتعلقة بالعمل(6) بنود أرقامها كالتالي: (18، 19، 20، 21، 22، 23).

3- المنغصات الاجتماعية (9) بند أرقامها كالتالي: (9، 10، 11، 13، 13، 14، 15، 16، 17).

4- المنغصات الصحية (5) بنود أرقامها كالتالي: (24، 25، 26، 27، 28).

وتم تقدير صدق المقياس عن طريق صدق المحكمين حيث عرض المقياس على ثلاثة من أساتذة علم النفس، وتم قبول البنود التي اتفق عليها أثنان على الأقل وكانت جميع البنود مقبولة لدي اغلب المحكمين بنسبة تزيد عن 80% ، وتم تقدير ارتباط البنود التي تم الاتفاق عليها بالدرجة الكلية للمقياس وذلك على عينة بلغت 50 سيدة ، وكانت كالتالي:

جدول (2) معاملات الارتباط بين البند والدرجة الكلية لمقياس منغصات الحياة اليومية (ن = 50)

البند	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالدرجة الكلية	البند	الارتباط بالدرجة الكلية
1	*0.57**	7	*0.41**	13	*0.48**	19	*0.38**	25	*0.43**
2	*0.55**	8	*0.67**	14	*0.38**	20	*0.36**	26	*0.44**
3	*0.48**	9	*0.26*	15	*0.29*	21	*0.27*	27	*0.35**
4	*0.28*	10	*0.39**	16	*0.27*	22	*0.25*	28	*0.42**

5	*0.53 *	11	*0.27	17	*0.58 *	23	*0.43 *
6	*0.50 *	12	*0.40 *	18	*0.49 *	24	*0.41 *

*** الارتباط دال عند 0.05 ** الارتباط دال عند 0.01**

ويتضح من الجدول السابق أن جميع البنود ارتبطت ارتباطا إيجابيا دالا بالدرجة الكلية للمقياس، وقدرت الباحثة الاتساق الداخلي بين مكونات المقياس الفرعية كمؤشر لصدق البناء، وفقا لرأي كثير من الباحثين الذي يعتبرونه مؤشرا للصدق (Cronbach & Meehl, 1955 ; Urbina, 2004, p.162)، وكذلك معاملات ثبات ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات المقاييس الفرعية لمنغصات الحياة اليومية، وكانت نتائج هذه الخطوة كالتالي:

جدول (3) معاملات الارتباط بين درجات المقاييس الفرعية والدرجة الكلية للمنغصات كاتساق داخلي كمؤشر لصدق المحتوي، ومعاملات ثبات ألفا –كرونباخ للمقاييس الفرعية

لمقياس منغصات الحياة اليومية (ن = 50)

المقاييس الفرعية لمنغصات الحياة اليومية	معاملات الارتباط بالدرجة الكلية عينة كلية ن = 50	معامل ثبات ألفا–كرونباخ عينة كلية ن = 50
1– المنغصات السايسية	0.75 **	0.88
2– المنغصات الاقتصادية	0.72 **	0.73
3– المنغصات الاجتماعية	0.71 **	0.78
4– المنغصات الصحية	0.67 **	0.89

**** دالة عند مستوي دلالة 0,01**

ويتضح من الجدول السابق أن هناك ارتباطات دالة إحصائية عند مستوي دلالة 0.01 بين المنغصات الفرعية والدرجة الكلية للمنغصات مما يعكس اتساقا داخليا كمؤشر لصدق البناء الخاص بالقائمة. ويتضح أيضا أن قيم معاملات ثبات ألفا –كرونباخ للمقاييس الفرعية للقائمة كلها تراوحت بين (0.78، 0.65) لجميع المقاييس الفرعية، وكلها معاملات ثبات تعد مقبولة من الناحية السيكومترية.

التحليل الإحصائي:

للتحقق من فروض البحث تم إجراء التحليلات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS.21 & Amos وتم التحليل باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات.

ثانيا: نتائج الدراسة:

وفيما يلي عرض لنتائج الدراسة فيما يلي:

نتائج الفرض الأول: والذي ينص على " **تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية باختلاف سن المرأة المعيلة"**

وللتحقق من هذا الفرض قدّرت الباحثة الفروق بين متوسطات السيدات المعيلات وفقا للسن في كل من منغصات الحياة اليومية واتضحت نتائج هذه الخطوة في الجدول التالي:

جدول (4) نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسطات أعمار السيدات المعيلات (من 35 فأقل ، من 36 فأكثر)

في منغصات الحياة اليومية

المتغيرات	السيدات أعمارهم من 35 فأقل (ن= 102)		السيدات أعمارهم من 36 فأكثر (ن= 178)		قيمة " ت " د.ح = 278	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		

المنغصات الاقتصادية	20.45	3.68	19.71	4.88	1.32	غير دالة
المنغصات الاجتماعية	22.42	5.14	21.47	5.61	1.40	غير دالة
منغصات العمل	14.72	2.82	15.85	3.83	2.61	دالة عند 0.01
المنغصات الصحية	12	2.77	12.08	2.58	0.27	غير دالة
الدرجة الكلية للمنغصات	69.59	8.53	69.13	14.50	0.29	غير دالة

يتضح من الجدول السابق مايلي:

- وجود فروق دالة إحصائيا بين السيدات في العمر من 35 فأقل والسيدات في العمر من 36 فأكثر في كل درجة التأثر السلبي بمنغصات العمل وكانت الفروق في اتجاه الأكبر عمرا. وعدم وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين الأصغر والأكبر عمرا في كل من (المنغصات الاقتصادية، والاجتماعية، الصحة، والدرجة الكلية للمنغصات، والمساندة الوسيلية، والتجنب).

وتظهر نتائج الدراسة انعكاسا واقعيا لحالة المراة المعيلة داخل المجتمع المصرى وما نعانى منه من أزمات ومنغصات يومية وصراع بين متطلبات العمل ومختلف الضغوط الناشئة عنة, فإن المرأة المعيلة هى التى ترعى ماديا شئون اسرتها ونفسها اعتمادا على ذاتها حيث يكون لمتعير السن وعمر المراة المعيلة يحجم و يحدد كيفية اختيار العمل المناسب وطرق كسب المراة لوسيلة الرزق مما يخلق نوعا من منغصات الحياة اليومية للمراة المعيلة فوق عمر 36 فيكون فرصة العمل اقل من المراة المعيلة لعمر اقل من34 سنة مما يخلبق معة الكثير من الازمات النفسية ومنغصات الحياة ، وعلى الجانب الاخر نجد ان المراة المعيلة الاكبر سنا تمتلك

درجة عالية من الرضا عن الحياة والصبر على ضغوط اليومية التى تواجها عن اقرانها منهم اصغر سنا فضلا عن امتلاكهم ملكة فى القدرة على التخطيط وادارة الازمات واحتواء غضبهم من أجل الاستمرار فى العمل بعكس اقل منهن سنا ويرجع لقلة الخبرة الحياة والاصدام بالواقع من مشكلات حياة معقدة , واكدت الدراسات الجهاز المركزى للتعبئة والاحصاء (2015) أن نسبة مساهم المراة المعيلة 22% من اجمالى قوة العمل من15 الى 63 سنة والتى تمثل ثلث مساهم الرجال التى تبلغ 73% .

ويرجع عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين الأصغر والأكبر عمرا في كل من (المنغصات الاقتصادية، والاجتماعية، الصحة، والدرجة الكلية للمنغصات، والمساندة الوسيلية، والتجنب). إلى ان المراة المعيلة أيا كان عمرها فانها تقع تحت ضغوط الحياة والشعور الدائم من الاخرين بالشفقة والشعور بانكسار الثقة فى نفسها, وتعرصها للكثير من ارهاصات ومشاكل فى مختلف جوانب الحياة الاقتصادية والاجتماعية و الصحة والمساندة الوسيلية والتجنب .

واتفقت دراسة نارين جمال (1992) عن أسر الأرامل مع نتيجةالحالية وجدت أنه في المرحلة التي تسبق وفاة الزوج تتركز مهام المرأة على الإنجاب والتنشئة وعلى أداء المهام المنزلية وتنظيم الحاجات النفسية لأفراد الأسرة وإشباعها والعمل خارج البيت لمساعدة الزوج في كسب موارد العيش، أما بعد وفاة الزوج فان مهام المرأة تتركز على أشغال مكان الأب في تربية الأبناء والإشراف عليهم وإشباع حاجات الأسرة وكسب موارد العيش والتنشئة الاجتماعية للأبناء وحمايتهم من الأخطار الخارجية وتحمل الأعباء المنزلية وتنظيم العلاقات الداخلية والقرابية، وأن معظم أسر الأرامل تعاني من مشكلات مختلفة منها اجتماعية واقتصادية ونفسية وتربوية مما يتطلب وقفة جادة وموضوعية من جانب الجهات المختصة لوضع علاج صائب لها. أن أغلبية ضمن الفئة العمرية (30-39) سنة. كما تبين أن جميع المبحوثات كن أرامل ولم يتزوجن بعد وفاة أزواجهن. كما أتضح أن (52٪) من المبحوثات يقمن في منازل مستقلة وأن (24٪) منهن يعيش معهن أحد أقاربهن كما أتضح أن (37٪)

من المبحوثات توفي أزواجهن في الحرب وأن معدل عدد أطفالهن يتراوح بين (4-3) أطفال. من جانب آخر اكدت على أن أبناء الأرامل تأثروا بغياب آباءهم وأن (51٪) من المبحوثات ذكرت إنهن لم يستطعن تعويض أبناءهن عن فقدان الآباء وذلك بسبب أوضاع المرأة الاجتماعية كما ذكرت (71٪) من المبحوثات. إن موردهن المالي يتمثل في الراتب التقاعدي للزوج المتوفى وكذلك فان (54٪) من المبحوثات كن يكتفين بهذا المورد ولا تمارس أي عمل خارج المنزل أما اللواتي يعملن فأنهن يمارسن أعمالا لا تتطلب مهارة (21٪ من المجموع الكلي للعينة)، كذلك تبين أن نصف أبناء وحدات العينة يشاركون أمهاتهم في تحمل جزء من مصاريف الأسرة وقد أكدت (77٪) من المبحوثات أنهن يوازنون ما بين اللين و الشدة في تنشئة الأبناء وأن (63٪) منهن أكدت مقدرتهن على حماية أبناءهن، كما أظهرت أن (71٪) من المبحوثات يتمتعن بعلاقات ايجابية مع أفراد الأسرة. أما المشكلات التي تعاني منها أسر الأرامل فهي- كما أظهرت الدراسة الميدانية- متعددة ومتنوعة أو أن (35٪) من المبحوثات يعانين من تهميش المجتمع لهن. غير أنه (46٪) من المبحوثات ذكرن إنهن تكيفن مع الحياة بعد وفاة الزوج ولكن بدرجة متوسطة. غير أنه (85٪) من المجموع أظهرن درجة من القلق والخوف من المستقبل. وأكدت (46٪) منهن أن مستوى أسرهن الاقتصادي واطئ بسبب ضعف الموارد بعد وفاة الأب وبالتالي فان (64٪) من الأرامل ذكرن عدم مقدرتهن على سد متطلبات الأبناء وذكرت (55٪) من المبحوثات أن أبناؤهن يعانون من مشكلات نفسية تتمثل في الانفعال بسبب أبسط الأشياء كذلك فان (71٪) من المبحوثات يتابعن أبناءهن دراسيا ويشاركن معهم في المذاكرة.

وهذا يعني ان العمر متغي فارق في كل منغصات العمل حيث تتزايد اعباء العمل مع التقدم في السن ويقل التخطيط مع التقدم في السن ، ويقل مستوى المواجهة الوقائية ويزيد

طلب المساندة الانفعالية مع التقدم في السن حيث الحاجة للدعم الانفعالي ، كما يزيد مستوى الرضا عن الحياة مع التقدم في السن.

نتائج الفرض الثاني: والذي ينص على " تختلف متوسطات درجات إدراك التاثير السلبي لمنغصات الحياة اليومية باختلاف محل الاقامة"

وللتحقق من هذا الفرض قدّرت الباحثة الفروق بين متوسطات السيدات المعيلات وفقا للإقامة (ريف – حضر) في كل من منغصات الحياة اليومية واتضحت نتائج هذه الخطوة في الجدول التالي:

جدول (5) نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسطات أعمار السيدات المعيلات (مقيمات في الريف، مقيمات في الحضر) في كل من منغصات الحياة اليومية

المتغيرات	مقيمات في الريف (ن= 169)		مقيمات في الحضر (ن= 111)		قيمة " ت " د.ح = 278	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المنغصات الاقتصادية	20.40	5.03	19.33	3.43	1.96	دالة عند 0.05
المنغصات الاجتماعية	21.14	5.19	22.83	5.72	2.55	دالة عند 0.01
منغصات العمل	14.42	4.04	15.47	2.59	0.11	دالة عند 0.01
المنغصات الصحية	11.88	2.66	12.31	2.63	1.32	غير دالة
الدرجة الكلية للمنغصات	68.86	14.65	69.98	8.75	0.70	غير دالة

يتضح من الجدول السابق مايلي:

- وجود فروق دالة إحصائيا بين السيدات المقيمات في الريف والمقيمات في الحضر في كل درجة التأثر السلبي الاقتصادية والاجتماعية ومنغصات العمل، وكانت الفروق في

اتجاه المقيمات في الريف في كل من المنغصات الاقتصادية ، بينما كانت في اتجاه المقيمات في الحضر في كل من المنغصات الاجتماعية ومنغصات.

- عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين المقيمات في الريف ولامقيمات في الحضر في كل من (المنغصات الصحية، والدرجة الكلية للمنغصات).

وبالنظر للنتائج السابقة تري الباحثة أن الريفيات يعانين من المنغصات الاقتصادية بشكل أعلى من الحضريات وذلك لقة فرص الكسب والدخل بالنسبة للريف عن المدينة ، كم تزيد الضغوط الاجتماعية وضغوط العمل بشكل اكبر لدي المعيلات الحضريات حيث أظهرت دراسة (نهلة محمد سمير، 2018) ارتفاع نسبة فئة النساء المعيلات المتزوجات فى كل من الريف والحضر تليها فئة المهجورات والمطلقات والأرامل ثم فئة النساء المعيلات اللاتى لم تتزوجن وأنه بالرغم من ارتفاع الأجور لبعض السيدات المعيلات العاملات فى الحضر أكثر منه فى الريف إلا أنها لا تفى بالعيشة الكريمة وسد احتياجات ومتطلبات الأسرة الضرورية بالرغم من وجود فرص العمل فى الحضر أكثر من الريف.

وأوضحت أن هناك كثير من المواقف التي تتعرض لها المرأة المعيلة وتواجهها وتحتاج بعضها لحلول فورية مما يؤدى إلى القلق والتوتر عند بعضهن، وأن هذه المشكلات تؤثر في توافقها النفسى وذلك فى الحضر أكثر من الريف.

كما ترى الباحثة أن علاقات المرأة المعيلة الاجتماعية تلك العلاقات المتفاوتة بالزوج والأبناء والأسرة والأقارب والأصدقاء وزملاء ورؤساء العمل تؤثر على توافقها الاجتماعى بالسلب أو الإيجاب فى كل من الريف والحضر.

وترى الباحثة أيضا أن المرأة المعيلة تعانى من سوء الحالة الاقتصادية وكثرة الاحتياجات الأولية الضرورية لها ولأسرتها والتي لا تستطيع تلبيتها وقد يرجع فى الأساس إلى سوء الأحوال المادية لديها وهذا الوضع السيئ يؤثر بالتالي على توافقها الاقتصادى بالسلب فى الريف أكثر من الحضر.

كما أن المرأة الريفية بالغم من كل ما تعانية الا انها أكثر رضا عن الحياة من المرأة المعيلة في الحضر بالرغم من ان كليهما يعاني الا أن غالبية النساء المعيلات في الحضر تعانين من كثرة وتعدد الأعباء وفي المقابل قلة شبكة العلاقات الاجتماعية التي تتيح لهم قدرا من المساندة في الريف وتجعلهم أكثر رضا واحساس بالأمان عن الحضريات. كما اكدت ذلك دراسة (اميرة حسن عبد العال، 2011) التي أشارت الى وجود فروق جوهرية بين المرأة المعيلة في الريف وفي الحضر في نوعية الأزمات التي يتعرضن لها حيث كانت أزمات المرأة الريفية متمثلة في الضغوط الاقتصادية وكانت في اتجاه الحضريات في الازمات الأسرية.

ونظرا لندرة الدراسات العربية التي تناولت الفروق بين الريفيات والحضريات من السيدات المعيلات في المتغيرات النفسية عموما **ترى الباحثة** أن معاناة المرأة المعيلة من المشكلات الخاصة بها وبمن تعول وتوفير احتياجاتهم أو من تعول و انشغالها بالمسؤوليات الكبيرة وكل هذا يؤثر على توافقها النفسي ودرجة ادراكها للمنغصات اليومية واساليب المواجهة وكذلك درجة الرضا, وهذا سواء فى الريف أو الحضر وإن كان سلباً فى الريف أكثر من الحضر.

وتجدر الاشارة أن الواقع الفعلي – بالرغم من النتائج الحالية التي أظهرها التحليل الاحصائي للبيانات – والتي لمسته الباحثة أثناء مقابلاتها للعينات وتطبيق مقاييس الدراسة عليهن أنهن سواء ريفيات أو حضريات لديهن مستوى عال من الضغط النفسي المتمثل في درجة المنغصات اليومية باختلاف اشكالها اعالة اطفال واسرة ومعاناة اقتصادية من تكاليف الحياة اليومية ودفع فواتير الكهربا والمياة..الخ. والشكاوي التي ظهرت لديهن فيما يتعلق بالرعاية الصحية والمصاريف المتعلقة بالأدوية والعلاج والتعليم..الخ ولم تختلف الشكوي بين من يقمن بالريف ومن يقمن بالحضر.

المراجع:

1. أشرف شريت، ومحمد حلاوة. (2002). الصحة النفسية بين النظرية والتطبيق، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.
2. اقبال الأمير السمالوطي. (2003). النساء المعيلات لأسر – المشكلات والحلول، مجلة القاهرة للخدمة الاجتماعية، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالقاهرة، العدد الخامس عشر، الجزء الأول.

3. السيد محمد أبو هشام **(2010)**. النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبري للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدي طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد (81)، ص ص75 - 350.
4. النابغة فتحي. (1999). أحداث الحياة الضاغطة: آثارها النفسية وأساليب التعامل معها لدي كل من أصحاب النمط السلوكي "أ" وأصحاب النمط السلوكي "ب" في الشخصية دراسة نفسية مقارنة. ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة المنيا.
5. النابغة فتحي. (2002) الحس الفكاهي والتفائل كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين منغصات الحياة اليومية وكل من الغضب وأعراض الاكتئاب. رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة المنيا.
6. أميرة حسن عبد العال محمد (2011): إدارة المرأة المعيلة للأزمات الأسرية وعلاقتها بدافعية الإنجاز ، رسالة دكتوراه ، قسم الاقتصاد المنزلي ،كلية التربية ، جامعة عين شمس.
7. أميرة وحيد، ومحمد ابراهيم محمود. (2008). التأثيرات الاجتماعية والاقتصادية لفقدان الأب علي الأسرة دراسة ميدانية في مدينة الموصل، مجلة دراسات موصلية، جامعة الموصل، مركز دراسات الموصل، العراق، مج (7)، ع (22)، ص ص. 157- 189.
8. باسم عطيه لافي. (2005). الضغوطات النفسية لدي زوجات الآسري الفلسطينيين وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.
9. راوية دسوقي. (1996). النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط الحياة والصحة النفسية لدي المطلقات. مجلة علم النفس. العدد (39). السنة (10). القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب. ص ص 44-59.
10. زينب شقير. (2000). الشخصية السوية والمضطربة، مكتبة النهضة العربية، الطبعة الأولي، القاهرة.
11. طارق عيد أحمد الدليمي، و ابتسام عباس فرحان الشجيري. (2011). الضغوط التي تواجه الأرملة وسبل معالجتها، مجلة جامعة الأنبار للعلوم الانسانية، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة الأنبار، العراق، عدد (4)، ص ص: 278-291.
12. طه عبد العظيم حسين، وسلامة عبد العظيم حسين. (2006). استراتيجيات ادارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع (سلسلة الادارة التربوية الحديثة)، عمان.
13. عبد الرحمن سليمان الطريري (1994)، الضغط النفسي "مفهومه ، تشخيصه ، طرق علاجه ومقاومته" ، مطابع شركة الصفحات الذهبية، الرياض.
14. عبد الوهاب الظفيري. (2002). النساء المعيلات للأسرة في حالة غياب الأب نموذج أسر الشهداء، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، عدد (89)، ص ص: 17 -41.
15. علي عسكر. (2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، دار الكتاب الحديث، ط2.
16. فتحي الشرقاوي. (1997). ضغوط أحداث الحياة وبعض سمات الشخصية لدي الأبناء من ضحايا العنف، مجلة الآداب والعلوم الانسانية، جامعة المنيا، عدد يناير، ص:50.
17. فرج عبد القادر. (1993). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، الطبعة الأولي، القاهرة، دار سعاد الصباح.
18. فيكتور فرانكل. (1982). مقدمة في العلاج بالمعني: التسامي بالنفس، ترجمة طلعت منصور، الكويت، دار القلم.

19. لورانس برافين (2010). علم الشخصية، ترجمة: عبد الحليم محمود، أيمن عامر، محمد الرخاوي، ج 2، المركز القومي للترجمة.
20. ماهر عبد الوهاب الملاح(2005). اسهامات طريقة تنظيم المجتمع في تحسين نوعية حياة المرأة المعيلة، بحث منشور، المؤتمر العلمي الثامن عشر، كلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان، ص 3167.
21. محمد جمال الدين راشد ، عفت عبد الحميد أحمد وأخرون (2017) : التمكين الاقتصادي والاجتماعي للمرأة المعيلة في ريف محافظة أسيوط ، قسم الاجتماع الريفي ، كلية الزراعة ، جامعة أسيوط ، قسم بحوث المجتمع الريفي ، معهد بحوث الارشاد الزراعي والتنمية الريفية ، مركز البحوث الزراعية ، مجلد (48) ، عدد (3) ، ص ص 312 : 326.
22. مرفت صدقي عبد الوهاب السيد (2016). أساليب التكيف المعيشي للمرأة المعيلة في ظل ظاهرة تأنيث الفقر ببعض المحافظات المصرية، المجلة المصرية للبحوث الزراعية 94(1)، قسم المرأة الريفية معهد بحوث الارشاد الزراعي والتنمية الريفية بمركز البحوث الزراعية، الجيزة، مصر.
23. مني بدر القناعي (2007). أثر اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة علي أساليب التكيف التي تتبعها المرأة في التعامل مع مشكلات الحياة اليومية، دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، مجلد (13)، عدد(1)، يناير، ص ص: 127- 158.
24. نارين جمال عبد القادر (1992). أسر الأرامل دراسة ميدانية في مدينة بغداد، رسالة ماجستير، قسم الاجتماع، كلية الاداب، جامعة بغداد.
25. نعمة عبد الكريم (1999). الاستراتيجية الدينية وأحداث الحياة الضاغطة، مجلة دراسات نفسية، مجلد(9)، عدد(4)، اكتوبر ص ص 585-613
26. نهلة محمد سمير سيد النمر (2018): ديناميات التوافق البيئي للمرأة المعيلة (دراسة مقارنة بين بيئات مختلفة)، رسالة ماجستير ، قسم العلوم الانسانية البيئية ، معهد الدراسات والبحوث البيئية ، جامعة عين شمس.
27. وديان ياسين كاظم. (2011). مشكلات النساء المعيلات دراسة ميدانية في مدينة بغداد، مجلة الأستاذ، العدد (144)، كلية التربية، جامعة بغداد.
28. وهبه محمد نور الدين وهبه (2014). التقييم المعرفي كمتغير وسيط في العلاقة بين منغصات الحياة اليومية والهناء النفسي لدي عينة من الأرامل، رسالة ماجستير، كلية الآداب، قسم علم النفس، جامعة المنيا.
29. Affi ،Tracie. O. CoX ،Brain. J ، .Enns ،Murray. W. (2006). Mental Health Profiles Among Married ،and Separated /Divorced Mothers in A Nationally Representative Sample ،Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology ،41. 2 ،122-129 .
30. Cramer ،Duncan. (1993). Living Alone ،Marital Status ،Gender and Health. Journal of community and Applied Social Psychology ،Vol ،3 ،1-15 .
31. Harper ،James M ،Schaalje ،Bruce G ،Sanberg ،Jonathan G. (2000): Daily hassles ، intimacy and marital quality in later life marriages. American Journal of family Therapy ،(28) ،1 ،PP. 1-18.
32. Kaplan ،Robert & Patterson ،Thomas (1993):Health and human behavior. New York ، McGrowHill ،PP102-318 .
33. Lazarus ،R ، .Folkman(1984). Stress ،appraisal coping. springer publishing company. New York .
34. Murall ،S. A. Meeks ،S &Walker ،(2000): Protective functions of health and self-esteem against depression older adults facing lines or bereavement. Psychology and agin 6 ،(3) ،PP352-360.

35. Richard W. Coan , (1993)> Psychology of adjustment, John Wiley & Son's, New York.
36. Rimaz ،S ، .Dastoorpoor ،M ، .VesaliAZarShorbeyani ،S ، .Saiepour ،N ، .Beigi ،Z ، . &Nedjat ،S. (2014). The Survey of Quality of Life and its Related Factors in Female – headed Households Supported by Tehran Municipality ،District . ،Iranian Journal of Epidemiology ،10(2) ،pp48-55.
37. Thakar ،Gauri ،Misra ،Girishwar (1999): Daily hassles ،Wellbeing and Social Support: Experiences of employed Women in India. Psychological Studies ،(44) ،3 ،PP. 69-76 .