"المرونة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من ربات الأسر"

أ.م.د/ إيمان عبده المستكاوي
أستاذ مساعد
بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة
كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة الأزهر

أ.م.د/ شيماء أحمد توفيق
أستاذ مساعد
بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة
كلية الاقتصاد المنزلي – جامعة الأزهر

إسراء فتحي سالم لبن
باحثة بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة
كلية الاقتصاد المنزلي –جامعة الأزهر

ملخص البحث:

تهدف الدراسة بصفة رئيسية دراسة العلاقة بين المرونة النفسية لربة الأسرة بمحاورها الثلاثة (الإتزان الإنفعالي – التفكير الإيجابي – التواصل الإجتماعي) وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة (جودة الحياة الشخصية – جودة الحياة الأسرية –جودة الحياة الإجتماعية) كما يهدف الى تحديد طبيعة الفروق بين ربات الأسر (الريفيات والحضريات، العاملات وغير العاملات) في كل من المرونة النفسية بمحاورها و جودة الحياة بأبعادها، والتعرف على طبيعة الاختلافات بين ربات الاسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية و جودة الحياة تبعاً لـــ (سن ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، وفئات الدخل الشهري)، دراسة نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

واتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي، حيت تم إعداد وتقنين استبيان المرونة النفسية، استبيان جودة الحياة، و تم تطبيقها على عينة من ربات الأسر تم اختيارهن بطريقة غرضية صدفية مكونة من ٣١٧ ربة أسرة من محافظات الغربية والبحيرة والمنوفية من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة.

وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، وجودة الحياة لربات الأسر بأبعادها الثلاثة، لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر(الريفيات والحضريات – العاملات وغير العاملات) في كل من المرونة النفسية وجودة الحياة، لا يوجد تباين دال احصائيا بين إجمالي كل من المرونة النفسية وإجمالي جودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لسن ربة الأسرة، يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة وفقا للمستوى التعليمي لهن لصالح المستوى التعليمي المرتفع، بينما لايوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي جودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا

للمستوى التعليمي لهن، يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي كل من المرونة النفسية وجودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لفئات الدخل الشهري لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، تختلف نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

وقدمت الدراسة مجموعة من التوصيات كان من أهمها عقد دورات تدريبية وندوات تثقيفية يقدمها متخصصون في مجال ادراة مؤسسات الأسرة والطفولة لتنمية وعي ربات الأسر بالمرونة النفسية لما لها من تأثير على حياتهن، توجيه المزيد من الدراسات والبحوث التي تستهدف تنمية المرونة النفسية عند صغار السن والمراهقات لتنمية قدرتهن على ضبط النفس والتفكير بطريقة ايجابية، تمهيدا لتفعيل دورهن في بناء الأسرة والمجتمع في المستقبل، تكثيف البرامج الإعلامية الموجهة لربة الأسرة وتقديم المزيد من البرامج التي تزيد من الإيجابية في التفكير وتنمي الإتزان الإنفعالي لربة الأسرة .

الكلمات المفتاحية: المرونة النفسية، جودة الحياة، ربات الأسر.

*** مقدمة ومشكلة الدراسة :**

في ظل التغيرات المتلاحقة الجديدة التي شهدتها المجتمعات في جميع الجوانب الإقتصادية والإجتماعية وحتى الثقافية والسياسية، بات للمرأة مكانة مهمة في المجتمع وخاصة في أسرتها، فهي تساهم بكل طاقتها في رعاية بيتها وأفراد أسرتها بإعتبارها الأم التي تقع على عاتقها مسؤلية تربية الأبناء، كما أنها تمثل الزوجة التي ترعى زوجها وتعمل على تحقيق متطلباته، وفي حال كونها عاملة فإنه يضاف الى تلك الأدوار ادوار جديدة، وتجد ربة الأسرة نفسها تواجه تحديات ومسؤوليات متعددة تؤثر على توافقها، وعلى قدرتها على التكيف مع تلك الظروف المحيطة. (السليمي ،٢٠٠٨: ١)

وتؤدي المرونة النفسية دورا هاما في تحديد مدى قدرة ربة الأسرة على التكيف مع الصعوبات والتحديات التي تواجهها، كونها تمثل قوة دافعة تجاه الحياة، وتساعدها على تحقيق أهدافها، كما تمكنها من فهم نفسها وفهم الآخرين وبالتالي سهولة التكيف والتمكن من ضبط النفس عند التعرض لمواقف ضاغطة. (المالكي ،٢٠١٢:١٣٩)

وتتناول الباحثات المرونة النفسية من خلال الإتزان الإنفعالي كمحدد أساسي من محددات المرونة النفسية حيث يوجه الفرد نحو الثبات والحفاظ على هدوئه واتزانه النفسي عند التعرض لمواقف ضاغطة، فضلا عن قدرته على تحقيق التوافق الفعال، والمواجهة الإيجابية للضغوط والمواقف الصادمة، واستعادة الوضع النفسي السابق للأزمة التي مر بها.(أبو حلاوة ،٢٠١٣: ٤)، وقد أشارت ادريس (٢٠١٩) الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية ما بين المرونة النفسية والإتزان الإنفعالي .

كما أن المرونة النفسية ليست استجابة انفعالية فقط وانما استجابة عقلية ايضا، والإستجابة العقلية تتمثل في التفكير الذي يمارسه الفرد عندما يتعرض لمواقف الحياة المختلفة وخاصة التفكير الإيجابي حيث يساعد الفرد على بناء قناعات ومعتقدات راسخة تمكنه من النجاح في حل مشكلاته، كما يساعد على التركيز على جوانب النجاح في المشكلة بدلا من التركيز على جوانب الفشل فيها، كما يساعد على أن يكون الفرد أكثر تفاؤلا بتبني معتقدات وقناعات ذات طابع تفاؤلي.(عبد الستار، ٢٠١١: ١١) وهذا ما أكدته دراسة ابراهيم (٢٠١٩) حيث أشارت الى التأثير المتبادل بين المرونة النفسية والتفكير الإيجابي .

كما يعد التواصل الإجتماعي الفعال كجانب من جوانب المرونة النفسية من المتغيرات الإيجابية التي تهدف الى تعزيز جوانب القوة في شخصية الفرد حيث يساهم في تبادل المعلومات والخبرات والأفكار، ويمكن الفرد من إقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع الأخرين، ويتضمن التواصل الإجتماعي القدرة على حل المشكلات ومعالجة الأمور وتذكرها، والقدرة على الفهم والتوافق مع الذات ومع الأخرين. (غانم، ٢٠١١: ١٤)

وهو ما أشار اليه Grotberg (2003: 1) الي أن القدرة على التواصل مع الأخرين عنصر أساسي في بناء المرونة النفسية ومواجهة الشدائد، وكذلك ما أشارت اليه دراسة العلوي (٢٠١٧) أن المرونة النفسية تساعد الأفراد في تطوير مهارات التواصل الإجتماعي لديهم .

ولا يقتصر دور المرونة النفسية على مواجهة الضغوط فقط وإنما تعد من الأسس الرئيسية للصحة النفسية، فهي تلعب دورا فعالا في نمو الفرد النفسي والإجتماعي، وتعبر عن نظام تفكيره وسلوكه في مواجهة مواقف الحياة المختلفة، كما تشير الى مدى توافقه مع ذاته والبيئة من حوله، مما يدعم الإحساس الإيجابي للفرد بالرضا عن ذاته وعن الأخرينCheng & chan، (2014:58)

وهذا ما أكدته دراسة عثمان (٢٠١٠) أن الأشخاص الذين يتمتعون بالمرونة النفسية يتميزون بالقدرة علي التوافق النفسي الجيد، والقدرة علي التعافي سريعا بعد الإنهيار ومواصلة الحياة بنجاح، وفي دراسات سابقة كدراسة Kashdan&Rottenberg (2010) أشارت إلي اجراء المزيد من الدراسات والبحوث لتوضيح اسباب عدم المرونة النفسية، كما أشارت دراسة Hartley.MT (2011) الى أن المرونة النفسية ساعدت أفراد الأسرة في التغلب على التحديات السلبية .

لذا كان من الضروري أن تمتلك ربات الأسر القدرة علي التصرف بمرونة في المواقف المختلفة، حتي تتمكن من التكيف مع الصعوبات وتكون قادرة على إقامة علاقات إيجابية مع الأخرين، وتمتلك مهارات إتصال جيدة، وتقدرمواهبها وإنجازاتها، ومواهب الآخرين وإنجازاتهم وتعي الهدف من الحياة، وتؤمن بأن التحديات والصعوبات تزيد الفرد صلابة، فلا تخشي الفشل، وتتعامل مع النقد بموضوعية (Van Galen، 2006: 6) .

وتؤكد دراسة ابو غالي وأبو مصطفى (٢٠١٢: ٣٢) علي أن الإهتمام بجودة الحياة لدي المرأه هو الهدف الأسمي نحو مستقبل أفضل للأسرة التي تعتبر المؤسسة التربوية والإجتماعية الأهم في المجتمع، وذلك نظرا لما تحققه من التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد خاصة في ضوء ما تتعرض له الأسرة من مشكلات قد تعيق طموحات أفرادها .

وتشير شقير(٢٠١٠: ٧٩٢) الى أن جودة الحياة تتحقق بأن يعيش الفرد في حالة جيدة متمتعا بصحة بدنية وعقلية وانفعالية، على درجة من القبول والرضا وأن يكون قوي الإرادة وذا كفاءة ذاتية واجتماعية عالية، راضيا عن حياته الأسرية والإجتماعية ومحققا لحاجاته وطوحاته .

فجودة الحياة تمثل بناء متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لأخر وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد في تقييم احتياجاتهم المتعددة والتي تشمل العلاقات الشخصية، والإندماج الإجتماعي، والترفيه والتسلية، والسلامة والأمن الشخصي.Verdugo ، et.al، (2005:709)

كما أشار كاظم والبهادلي (٢٠٠٦ :٣) أن جودة الحياة تتمثل في الإحساس بحسن الحال، ورضا الفرد عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وانعكاس ذلك على حالته الصحية والنفسية، وعلاقاته الإجتماعية وتوافقه مع البيئة المحيطه به.

وذكر ابو حلاوة (٢٠١٠: ١٥)ان جودة الحياة تعكس وعي الفرد بتحقيق التوازن بين الجوانب الجسمية و النفسية والاجتماعية لتحقيق الرضا عن الحياة و الاستمتاع بها، وذلك لأن جودة الحياة تعبر عن التوافق النفسي كنتاج للظروف المعيشية و الحياتية للأفراد، و الادراك الذاتي لهذه الحياة، كون هذا الادراك يؤثر على تقييم الفرد للجوانب الموضوعية للحياة ،كالتعليم و العمل، و مستوى المعيشة ،و العلاقات الاجتماعية من ناحية، واهمية هذه الموضوعات بالنسبة للفرد ناحية اخرى.

وقد أشارت العديد من الدراسات الى أهمية دراسة جودة الحياة وعلاقتها بالمتغيرات المختلفة حيث توصلت دراسة خضر ومبروك(٢٠١١) إلي أن جودة الحياة تتأثر بإنخفاض الدخل الأسري وزيادة الضغوط الإقتصادية وكذلك الأعباء الأسرية، كما أشارت دراسة النجار والطلاع (٢٠١٥) الى ان هناك تأثير للعامل الإقتصادي علي مستوى الإحساس بجودة الحياة، وقد قامت دراسة الخولي وإبراهيم(٢٠٢٢) حول تحسين

جودة حياة المرأة، ودراسة (بسيوني،٢٠٢٢) التي أشارت الى أن المناعة النفسية تسهم في التنبؤ بجودة الحياة .

ونظرا لأهمية دور المرأة ومكانتها المهمة في المجتمع حيث تشكل تقريبا (٤٨.٥%) من أفراد المجتمع حسب الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠٢١) وحيث أن ربة الأسرة هى فئة من فئات المجتمع التى تعانى العديد من المشكلات والضغوط والأعباء، حيث هى المسؤل الأساسي عن شئون اسرتها وهي المنوط بها بتدبير امور الأسرة و في ظل ما يمر به العالم من تغييرات وحراك تكنولوجي وفي ظل ما تعانيه المرأة المصرية من تعدد أدوارها داخل وخارج الأسرة لذا كان الإتجاه لهذه الدراسة للوقوف على حدود العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة لدى عينة من ربات الأسر للحصول على نتائج أفضل، **ومن هنا تتضح مشكلة الدراسة فى التساؤل الاتى :**

"ما طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية وجودة الحياة لدى عينة من ربات الأسر؟"

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية بصفة رئيسية إلي دراسة طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية بمحاورها (الإتزان الإنفعالي – التفكير الإيجابي –التواصل الإجتماعي) وجودة الحياة بأبعادها (جودة الحياة الشخصية –جودة الحياة الأسرية –جودة الحياة الإجتماعية) لدي عينة من ربات الأسر وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية.

١- تحديد مستويات ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها وجودة الحياة بأبعادها.

٢- الكشف عن طبيعة العلاقة بين المرونة النفسية لربة الأسرة بمحاورها الثلاثة (الإتزان الإنفعالي – التفكير الإيجابي – التواصل الإجتماعي) وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة (جودة الحياة الشخصية –جودة الحياة الأسرية–جودة الحياة الإجتماعية). لدى ربات الأسر عينة الدراسة.

٣- تحديد طبيعة الفروق بين ربات الأسرعينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعا لمكان سكن الأسرة (ريف، حضر)

٤- تحديد طبيعة الفروق بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة.

٥- تحديد طبيعة الاختلافات بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً لسن ربة الأسرة.

٦- تحديد طبيعة الاختلافات بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة.

٧- تحديد طبيعة الاختلافات بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً للدخل الشهري للأسرة.

٨- دراسة نسبة مشاركة المتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

أهمية الدراسة :.

تمثلت أهمية الدراسة من خلال ما تقدمه من فائدة في المجاليين الآتيين :

أولا :- الاستفادة من نتائج الدراسة في مجال التخصص من خلال ما يلي:

١- ندرة البحوث والدراسات التي تناولت المرونة النفسية لربة الأسرة في مجال الاقتصاد المنزلي بشكل عام و مجال إدارة مؤسسات الاسرة والطفولة بشكل خاص على حد علم الباحثات، مما دعا الباحثات لإعداد هذه الدراسة آملين أن تمثل إضافة جديدة في مجال التخصص.

٢- تمثل الدراسة الحالية نموذج عملي للربط بين مجال ادارة مؤسسات الأسرة والطفولة من خلال دراسة جودة الحياة لربة الأسرة، ومجال علم النفس من خلال دراسة المرونة النفسية.

٣- تفتح الدراسة الطريق امام الباحثين لإجراء المزيد من الدراسات المستقبلية حول هذا الموضوع من خلال ما تتوصل إليه الدراسة من نتائج، وما تضع من توصيات.

٤- إثراء مكتبة قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بأدوات دراسة واستبيان عن المرونة النفسية وجودة الحياة لربات الأسر.

٥-تفيد الدراسة الحالية كونها تشكل مرجعا لمصممي برامج تنمية المرونة النفسية.

٦- نأمل من نتائج هذه الدراسة أن تقدم تغذية راجعة للمهتمين بهذا المجال في زيادة كفاءة البرامج العلاجية المقدمة للأسر في مراكز الإرشاد النفسي والأسري.

ثانيا:- الاستفادة من نتائج الدراسة في مجال خدمة المجتمع من خلال ما يلي:

١- تناولت الدراسة فئة من فئات المجتمع وهي ربة الأسرة التي تعتبر الضلع الأساسي في الأسرة لا تقام بدونه، وبالتالي فهي تحتاج المزيد من الإهتمام والتوعية و الدراسات الميدانية التي قد تكون مرجعا لتحسين جودة الحياة لديها.

٢- يكتسب البحث أهميته من أهمية المرونة النفسية التي تسعى لدراستها لدى ربة الاسرة والتي تساعد ربات الأسر علي التكيف مع الصعوبات والمواقف المختلفة والتصرف بإيجابية، كما تساعدهن علي استغلال مهاراتهن المتعددة وخبراتهن بصورة عملية، والاستفادة منها في الموائمة بين خبراتهن وبيئتهن وسلوكهن.

٣- إلقاء الضوء علي واقع المرونة النفسية باعتبارها احدى القضايا التي تؤثر في حياة ربة الأسرة المصرية، والتي تساعدها في تنمية الشخصية السوية المتزنة لأفرادها والمتطلعة دائما نحو الأفضل.

٤- قد تفيد نتائج هذه الدراسة الباحثين والمهتمين بمجال الأسرة والطفولة في تقديم الدعم لهم لإعداد برامج ودورات تدريبية وتوعوية لربات الأسر لرفع مستوى المرونة النفسية لديهن ومن ثم تحقيق جودة الحياة.

٥- تسلط هذه الدراسة الأضواء علي دور وحدات التوجيه والإرشاد في الاهتمام بالجانب النفسي لربات الأسر لما له من تأثير علي جودة الحياة لهن.

٦-قد تسهم نتائج الدراسة في تسليط الضوء على ماهية أبعاد المرونة النفسية وتقديم التوصيات والمعلومات اللازمة لتوجيه ربات الأسر لإكتساب هذه الأبعاد والإستفادة منها في حياتهن.

فروض البحث :

١- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دالالة احصائية بين المرونة النفسية بمحاورها (الإتزان الإنفعالي – التفكير الإيجابي –التواصل الإجتماعي) وجودة الحياة بأبعادها (جودة الحياة الشخصية –جودة الحياة الأسرية –جودة الحياة الإجتماعية) لدى ربات الأسر عينة الدراسة.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسرعينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعا لمكان سكن الأسرة (ريف، حضر)

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة.

٤- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً لسن ربة الأسرة.

٥- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة .

٦- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعاً للدخل الشهري للأسرة .

٧- تختلف نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

الأسلوب البحثي للدراسة

أولا :المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية للدراسة :-

١- **المرونة النفسية:** هي العمليات التي تشير إلى السمات النفسية التي تصف سلوك الفرد كالمثابرة، والتحلي بالصبر والإيمان، والصلابة النفسية، والتوقعات المستقبلية الإيجابية، وتكوين علاقات اجتماعية بهدف استعادة التوازن، والتوافق، وإدارة الأزمات، ويدعمها خبرات وتجارب الفرد، وهي قابلة للإنماء والإثراء ،وتختلف درجتها من موقف لآخر. (البحيري ،٢٠١١ :٤٨٧)

٢- **وتعرف المرونة النفسية إجرائيا بأنها** : الإستجابة الإنفعالية والعقلية التي تساعد ربة الأسرةعلي التعايش مع الأحداث والمواقف بثبات نسبي، مع القدرة علي ضبط النفس واستقرار الحالة المزاجية لها، وقدرتها على بناء روابط إجتماعية إيجابية مع الآخرين، بالإضافة إلي التفكير بطريقة إيجابية والتفاؤل والشعور بالقدرة علي النجاح .

٣- **جودة الحياة:**هي درجة الرضا أو عدم الرضا التي يشعر بها الفرد تجاه المظاهر المختلفة في الحياة ومدى سعادته بالوجود الإنساني، وتشمل الاهتمام بالخبرات الشخصية لمواقف الحياة، كما أنها تشمل عوامل داخلية ترتبط بأفكار الفرد حول حياته وعوامل خارجية كتلك التي تقيس سلوكيات الاتصال الاجتماعي، ومدى انجاز الفرد للمواقف المختلفة. (جسام، ٢٠٠٩: ٣٣)

وتعرف جودة الحياة إجرائيا بأنها :ادراك ربة الأسرة بمدى قدرتها علي تحقيق التوازن بين النواحي الشخصية والأسرية والإجتماعية وما يترتب علي ذلك من شعور بالرضا والسعادة والإنجاز.

ثالثا: منهج الدراسة

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج الذي يقوم على وصف ظاهرة أو موضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً، لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث.(القاضي والبياتي، ٢٠٠٨: ٦٦)

رابعا: حدود الدراسة: وتشمل:

١- **الحـــدود البشرية:** وتشمل

أ) **الشاملة** :تضمنت شاملة البحث ربات أسر عاملات وغير عاملات من سكان ريف وحضرمختلف مدن ومراكز وقرى محافظات الغربية، المنوفية، البحيرة التابعين لجمهورية مصر العربية من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، ولديها أبناء، والزوج على قيد الحياة .

ب) **عينة الدراسة** : ربـــات أسر عاملات وغيرعاملات، وتم اختيارهن بطريقة غرضية صدفية من الريف والحضر من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، واشتملت عينة الدراسة على ٣١٧ ربة أسرة.

٢- **الحدود الزمنية:** استغرقت الدراسة الميدانية حوالي أربعة أشهر ونصف ابتداء من ٢٠٢٢/٤/١١ حتى ٢٠٢٢/٩/١.

٣- **الحدود المكانية:** أجريت الدراسة على عدد من ربات الأسر من بعض محافظات جمهورية مصر العربية كالأتي :

أولا :محافظة الغربية كالأتي

أ) قرى (سملا – دماط – منشأة العياري) مركز قطور وبلغ عددهن٥٠ ربة أسرة.

ب) قرى (سبرباي – نواج – الكنيسة) مركز سبرباي وبلغ عددهن ٥٠ ربة أسرة.

ج) قرى (الدلجمون – أيبار) مركز كفر الزيات وبلغ عددهن ١٢ ربة أسرة.

ثانيا :محافظة البحيرة كالأتي

أ) قرى (البساتين –العمرية – كفر بني هلال) مركز دمنهور وبلغ عددهن ٥٠ ربة أسرة.

ب) قرى (التوفيقية – تلبانة – منشأة النصر) مركز ايتاي البارود وبلغ عددهن ٥٠ ربة أسرة.

ثالثا :محافظة المنوفية كالأتي

أ) قرى (بابل – طوخ – كوم الشيخ عبيد)مركز تلا وبلغ عددهن ٤٥ ربة أسرة.

ب) قرية (الحامول) مركز منوف وبلغ عددهن ٤٥ ربة أسرة.

ج) قرى (كفر ميت سراج –كفر ميت العبسي) مركز قويسنا وبلغ عددهن١٥ ربة أسرة.

خامسا: بناء وإعداد وتقنين أدوات الدراسة :

اشتملت الدراسة الحالية على الأدوات التالية (من إعداد الباحثات)

١- **استمارة البيانات العامة للأسرة.**

٢- **استبيان المرونة النفسية بمحاورها.**

٣- **استبيان جودة الحياة بأبعادها.**

أولا: استمارة البيانات العامة لربة الأسرة.

كان الهدف من إعداد استمارة البيانات العامة جمع بعض البيانات والتي تفيد في توصيف ربات الأسرعينة الدراسة، وقد اشتملت على مجموعة من الأسئلة تفيد إجابتها في معرفة بيانات عن الجوانب الاجتماعية والاقتصادية للمبحوثات وتشمل:

- **مكان السكن:** تم تقسيمة الى فئتين (ريف – حضر).
- **عمل ربة الأسرة** :تم تقسيمه الى فئتين (تعمل- لا تعمل)
- **سن ربة الأسرة:** تم تقسيمه إلى ثلاث فئات (أقل من ٣٥ سنة – من ٣٥ سنة إلى أقل من ٤٥سنة –٤٥ سنة فأكثر).
- **المستوى التعليمي لربات الأسر عينة الدراسة:** تم تقسيم المستوى التعليمي الى ثماني مستويات، وتم تقييم المستوى التعليمي بترتيب المستويات التعليمية من الأقل الى الأعلى، وقد تم تقيم بترميزعلى النحو التالي :(أمي، يقرأ ويكتب، حاصل على الشهادة الإبتدائية، حاصل على الشهادة الإعدادية، حاصل على الشهادة الثانوية،

حاصل على مؤهل جامعي، حاصل على درجة الماجستير، حاصل على درجة الدكتوراة)

وتم تقسيمه الى ثلاث وهي منخفض (أمي – يقرأ ويكتب – حاصل على الإبتدائية)، متوسط (حاصل على الشهادة الإعدادية – حاصل على الشهادة الثانوية) مرتفع (حاصل على مؤهل جامعي، حاصل على درجة الماجستير، حاصل على درجة الدكتوراة)

- **الدخل الشهري للأسرة،** تم تقسيمه إلى ثلاث فئات: (أقل من ٣٠٠٠ جنيها – من ٣٠٠٠ – < ٥٠٠٠ جنيها –٥٠٠٠ فأكثر)

ثانيا: استبيان المرونة النفسية لربة الأسرة.

كان الهدف من هذا الاستبيان التعرف على المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة.

ولإعداد هذا الاستبيان تم اعداد الخطوات التالية: –

١- **الاطلاع على الدراسات والقراءات والبحوث السابقة المرتبطة بالمرونة النفسية** للاستفادة منها في اعداد الاستبيان، حيث استعانت الباحثة ببعض المقاييس والاستبيانات التي تناولت ذلك ومنها: **الزكـــي (٢٠١٤)، ضبش (٢٠١٥)،التلاوي (٢٠١٦)،علام (٢٠٢٠)** .

٢- **إعداد استمارة الدراسة الاستطلاعية للمرونة النفسية** وتكونت من ١٥ سؤال تم تطبيقهم على عينة قوامها ١٨ من ربات الأسر.

٣- **تحليل وتفريغ محتواها** حيث تم الاعتماد على نتائج هذا التحليل في إعداد الاستبيان المقيد

٤- **إعداد استبيان مقيد،** وقد اشتمل على(٥٠) عبارة مقسمة الى ثلاث محاور، المحور الأول الإتزان الإنفعالي مكون من (١٧) عبارة، المحور الثاني التفكير الإيجابي مكون من (١٧) عبارة، المحور الثالث التواصل الاجتماعي مكون من (١٦) عبارة، باستجابات (دائماً– أحيانا– لا) وذلك من خلال (٣–٢–١) لاتجاه العبارة الايجابي، و(١–٢–٣) لاتجاه العبارة السلبي..

٥- **تم تطبيق الإستبيان على عينة استطلاعية** بلغت (٣٠) ربة أسرة للتأكد من وضوح العبارات لربات الأسر أفراد العينة، وتم جمعها وتحليل الإستجابات لأفراد العينة

٦- **اختبار صدق الإستبيان:**الإستبيان الصادق هو الذي يقيس ما وضع لقياسه الضامن (٢٠٠٧: ١١٣)، وتم التحقق من صدق الإستبيان بطريقتين هما صدق محتوى الإستبيان، وصدق التكوين، وفيما يلي توضيح لإختبار صدق استبيان المرونة النفسية لربة الأسرة.

- **الصدق الخارجي (الظاهري):**

وذلك من خلال عرضه في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذه الخبراء والمحكمين من كلية الإقتصاد المنزلي قسم إدارة المنزل والمؤسسات جامعة المنوفية، وقسمي (إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة، الإقتصاد المنزلي التربوي) بكلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، كلية التربية النوعية قسم الإقتصاد المنزلي جامعة كفر الشيخ، كلية الإقتصاد المنزلي قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة جامعة حلوان.

وطلب من السادة المحكمين قراءة الإستبيان والحكم عليه، من حيث مناسبة كل عبارة من عبارات الأستبيان للمحور المحدد في ضوء المفهوم الإجرائي لكل محور، وتحديد اتجاه كل عبارة ومدى صحة صياغة العبارة، وإجراء أي تعديلات أو ملاحظات على العبارات.

وقد أبدى بعض المحكمون بعض الملاحظات العلمية وبعض التعديلات في صياغة بعض العبارات، وبناءاً على ذلك قامت الباحثات بإجراء تعديلات على صياغة العبارات المطلوبة ولم تحذف أي عبارة من عبارات الاستبيان.

وتم حساب نسبة اتفاق السادة المحكمين وذلك من خلال حساب تكرارات نسبة الإتفاق لدى الأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات الإستبيان، وتراوحت نسبة اتفاق السادة المكمين على عبارات الإستبيان من (٩٠.٥ %: ١٠٠%).

وبذلك أصبح الإستبيان في صورته النهائية يشتمل على (٥٠)عبارة موزعة على ثلاث محاور (الإتزان الإنفعالي – التفكير الإيجابي – التواصل الإجتماعي).

ويعرف الإتزان الإنفعالي إجرائيا بأنه :قدرة ربة الأسرة على السيطرة وضبط النفس والتحكم في إنفعالاتها المختلفة،والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الظروف بشكل يتناسب مع طبيعة الموقف وبصورة مقبولة اجتماعياً.

ويعرف التفكير الإيجابي اجرائيا بأنه :قدرة ربة الأسرة على بناء وتشكيل أفكار إيجابية، والتخطيط الجيد للمستقبل بالإضافة الى التفاؤل والإحساس بالقدرة علي النجاح.

ويعرف التواصل الإجتماعي إجرائيا بأنه : قدرة ربة الأسرة على بناء روابط إجتماعية قوية وإيجابية وذلك عن طريق تبادل المعلومات والأفكار والأراء مع الأخرين، بطريقة مناسبة ومفهومة مما يساعدها على الإندماج في الحياة الإجتماعية، والإسهام بدور إيجابي نحو الأخرين.

صدق التكوين (الصدق العاملي) :تم حساب صدق التكوين لاستبيان المرونة النفسية لربة الأسرة وذلك من خلال معامل ارتباط بيرسون بين عبارات كل محور للإستبيان والدرجة الكلية له وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة والمجموع الكلي للمحور

الإتزان الإنفعالي		التفكير الإيجابي		التواصل الإجتماعي	
م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
١	٣٧٣، **	١	٥٩٩، **	١	٢٦٥، **
٢	٤٩٧، **	٢	٥٣٨، **	٢	٣٢٤، **
٣	٤٠٨، **	٣	٤٥١، **	٣	٢٦٣، **
٤	٤١٨، **	٤	٤١٥، **	٤	٦٤٢، **
٥	٣٢٠، **	٥	٥٤٥، **	٥	٥٨٦، **
٦	٤٢٠، **	٦	٥٣٤، **	٦	١٦٠، **
٧	٤٠١، **	٧	٥٦٣، **	٧	٤١٢، **
٨	٥٨٩، **	٨	٤٨٩، **	٨	٦٠٠، **
٩	٣٤٣، **	٩	٦٦١، **	٩	٦٠٧، **
١٠	٤٨٨، **	١٠	٧١٣، **	١٠	٣٨٩، **
١١	٥٣٨، **	١١	٥٧٤، **	١١	٥١٠، **
١٢	٢٥٦، **	١٢	٢٩٨، **	١٢	٥٣٨، **
١٣	٤٦٧، **	١٣	٦٢٢، **	١٣	٦٢٢، **
١٤	٥٤٢، **	١٤	٦٢٧، **	١٤	٥٩٨، **
١٥	٥٣٦، **	١٥	٥٢٧، **	١٥	٣٠٥، **
١٦	٥٧٩، **	١٦	٥٣٤، **	١٦	٤٣٣، **
١٧	٥٥٣، **	١٧	٤٣٦، **		

(**) معنوية عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (١) وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى معنويــة (٠.٠١) بين جميع محاور الإستبيان وبذلك نجد أن الإستبيان صادق في قياس المتغير الخاص به.

جدول (٢) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل محور من محاور استبيان المرونة النفسية و إجمالي الاستبيان

الاستبيان	المحور	معامل الارتباط
المرونة النفسية	الاتزان الانفعالي	٨٤٨، ٠**
	التفكير الايجابي	٨٧٨، ٠**
	التواصل الاجتماعي	٧٥٥، ٠**

****معنوية عند مستوى دلالة (٠.٠١)**

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى معنوية (٠.٠١) بين محاور استبيان المرونة النفسية (الاتزان الانفعالي – التفكير الايجابي – التواصل الاجتماعي) والمجموع الكلى للاستبيان مما يدل على صدق الاستبيان وبذلك نجد أن المقياس صادق في المتغير الخاص به.

٧- **ثبات الاستبيان Reliability : وتم حسابه بطريقتين هما: –**

الطريقة الأولي : باستخدام معادلة ألفا كرونباخ Alpha–Cronbach لحساب معامل الثبات لتحديد قيمة الاتساق الداخلي للاستبيان حيث تم حساب معامل ألفا لكل محور علي حدة و للاستبيان ككل بمحاوره الثلاثة.

الطريقة الثانية : استخدام اختبار التجزئة النصفية (Split–half) و للتصحيح من أثر التجزئة النصفية تم استخدام معادلة التصحيح لسبيرمان – براون (Spearman–Brown)، و معادلة جتمان (Guttman).

جدول (٣) معاملات ثبات استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة باستخدام اختباري معامل ألفا و التجزئة النصفية

المحاور	عدد العبارات	معامل الفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			معامل ارتباط سبيرمان – براون	معامل ارتباط جتمان
الاتزان الانفعالي	١٧	٧٥٧، ٠	٧٢٨، ٠	٧٢٦، ٠
التفكير الايجابي	١٧	٨٤٧، ٠	٧٩٠، ٠	٧٨٣، ٠
التواصل الاجتماعي	١٦	٧٥٨، ٠	٧١٨، ٠	٧١٢، ٠
اجمالي المرونة النفسية	٥٠	٨٩٥، ٠	٧٩٠، ٠	٧٦٧، ٠

يتضح من جدول (٣) أن معامل ألفا لاستبيان المرونة النفسية ككل هو (٠.٨٩٥) و تعتبر هذه القيمة عالية لهذا النوع من حساب الثبات، و تؤكد الاتساق الداخلي للاستبيان، كما يتبين من الجدول أيضا أن قيم ارتباط التجزئة النصفية لمجموع عبارات استبيان

المرونة النفسية ككل هو (٠.٧٩٠) لسبيرمان – براون، و(٠.٧٦٧) جتمان مما يدل علي اتساق و ثبات عبارات الاستبيان بمحاوره الثلاثة، و بذلك يكون الاستبيان صالح للتطبيق.

من خلال ما سبق أصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من ٥٠ عبارة ويتضمن ثلاثة محاورالاتزان الانفعالي (١٧) عبارة، التفكير الايجابي (١٧) عبارة، التواصل الاجتماعي (١٦) عبارة ،وحددت استجابات ربات الأسر العاملات علي هذه العبارات وفق ثلاثة اختيارات (نعم – أحيانا – لا) و علي مقياس متصل (٣-٢-١) إذا كان اتجاه العبارة موجب ،وعلي مقياس (١-٢-٣) إذا كان اتجاه العبارة سالب، وبذلك تكون أقل درجة المرونة النفسية هي (٧٥) وأعلى درجة هي (١٤٧)، **و بذلك أمكن تقسيم درجات استبيان المرونة النفسية الي ثلاث مستويات، و جدول (٤) يوضح ذلك.**

جدول (٤)القراءات الصغرى والكبرى والمدى وطول الفئة والمستويات للمرونة النفسية بمحاورها الثلاثة

البيان / محاور المقياس	القراءة الصغرى	القراءة الكبرى	المدي	طول الفئة	المستوي المنخفض	المستوي المتوسط	المستوي المرتفع
الاتزان الانفعالي	٢٢	٥١	٢٩	٩	(٢٢-٣١)	(٣٢-٤١)	(٤٢-٥١)
التفكير الايجابي	٢٣	٥١	٢٨	٩	(٢٣-٣٢)	(٣٣-٤٢)	(٤٣-٥١)
التواصل الاجتماعي	٢٤	٤٨	٢٤	٨	(٢٤-٣١)	(٣٢-٣٩)	(٤٠-٤٨)
اجمالي المرونة النفسية	٧٥	١٤٧	٧٢	٢٤	(٧٥-٩٩)	(١٠٠-١٢٣)	(١٢٤-١٤٧)

يتضح من جدول (٤) أن أعلي درجة حصل عليها المبحوثات في استبيان المرونة النفسية ككل كانت ١٤٧ درجة، و أقل درجة كانت٧٥ درجة، و المدي ٧٢، و طول الفئة ٢٤، و بذلك أمكن تقسيم الاستبيان الي ثلاثة مستويات (منخفض – متوسط – مرتفع).

١- **مستوى منخفض** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (٧٥) درجة حتى (٩٩) درجة.

٢- **مستوى متوسط** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (١٠٠) درجة حتى (١٢٣) درجة

٣- **مستوى مرتفع** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (١٢٤) درجة حتى (١٤٧) درجة

ثالثا : استبيان جودة الحياة لربة الأسرة.

كان الهدف من هذا الاستبيان التعرف على جودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة.

ولإعداد هذا الاستبيان تم اعداد الخطوات التالية: -

١- **الاطلاع على الدراسات والقراءات والبحوث السابقة المرتبطة بجودة الحياة** للاستفادة منها في اعداد الاستبيان، حيث استعانت الباحثة ببعض المقاييس والاستبيانات التي تناولت ذلك ومنها: **حرناطي (٢٠١٤)، السلامين (٢٠١٨)، وفاء (٢٠٢٠).**

٢- **إعداد استمارة الدراسة الاستطلاعية لجودة الحياة** وتكونت من ١٤ سؤال ثم تطبيقهم على عينة قوامها ١٨ من ربات الأسر.

٣- **تحليل وتفريغ محتواها** حيث تم الاعتماد على نتائج هذا التحليل في إعداد الاستبيان المقيد.

٤- **إعداد استبيان مقيد،** وقد اشتمل على(٤٧) عبارة مقسمة الى ثلاثة أبعاد، البُعد الأول جودة الحياة الشخصية مكون من (١٥) عبارة، البُعد الثاني جودة الحياة الأسرية مكون من (١٦) عبارة، البُعد الثالث جودة الحياة الإجتماعية مكون من (١٦) عبارة، باستجابات (دائماً- أحيانا- لا) وذلك من خلال (٣-٢-١) لاتجاه العبارة الايجابي، و (١-٢-٣) لاتجاه العبارة السلبي.

٥- **تم تطبيق الإستبيان على عينة استطلاعية** بلغت (٣٠) ربة أسرة للتأكد من وضوح العبارات لربات الأسر أفراد العينة، وتم جمعها وتحليل الإستجابات لأفراد العينة.

٦- **اختبار صدق الإستبيان** :وتم التحقق من صدق الإستبيان بطريقتين هما صدق محتوى الإستبيان، وصدق التكوين، وفيما يلي توضيح لإختبار صدق استبيان جودة الحياة لربة الأسرة.

أ- **الصدق الخارجي (الظاهري):**

وذلك من خلال عرضه في صورته الأولية على مجموعة على مجموعة من الأساتذة الخبراء والمحكمين من كلية الإقتصاد المنزلي قسم إدارة المنزل والمؤسسات جامعة المنوفية، وقسمي (إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة، الإقتصاد المنزلي التربوي) بكلية الإقتصاد المنزلي جامعة الأزهر، كلية التربية النوعية قسم الإقتصاد المنزلي جامعة كفر الشيخ ،كلية الإقتصاد المنزلي قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة جامعة حلوان.

وطلب من السادة المحكمين قراءة الاستبيان والحكم عليه، من حيث مناسبة كل عبارة من عبارات الأستبيان للمحور المحدد في ضوء التعريف الإجرائي لكل محور، وتحديد اتجاه كل عبارة ومدى صحة صياغة العبارة، وإجراء أي تعديلات أو ملاحظات على العبارات. وقد أبدى المحكمون بعض الملاحظات العلمية وبعض التعديلات في صياغة بعض العبارات، وبناءاً على ذلك قامت الباحثات بإجراء تعديلات على صياغة العبارات المطلوبة ولم تحذف أي عبارة من عبارات الاستبيان.

وتم حساب نسبة اتفاق السادة المحكمين وذلك من خلال حساب تكرارات نسبة الإتفاق لدى الأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات الإستبيان، وتراوحت نسبة اتفاق السادة المكمين على عبارات الإستبيان من (٩٥.٢ %: ١٠٠%).

وبذلك أصبح الإستبيان في صورته النهائية يشتمل على (٤٧)عبارة موزعة على ثلاث محاور (جودة الحياة الشخصية – جودة الحياة الأسرية – جودة الحياة الإجتماعية)

- **وتعرف جودة الحياة الشخصية إجرائيا بأنها** :"شعور ربة الأسرة بالرضا عن حياتها الشخصية والذي يتحقق نتيجة تقبلها لذاتها وتمتعها بصحة نفسية وجسمية.
- **وتعرف جودة الحياة الأسرية إجرائيا بأنها** : شعور ربة الأسرة بالرضا عند اشباع حاجة أفراد اسرتها، وتحقيق التفاعل الأسري الأمثل، والتوافق بينها وبين زوجها ، والنجاح في رعاية أبناءها، وتنمية مهاراتهم وقدراتهم.
- **وتعرف جودة الحياة الإجتماعية إجرائيا:** شعور ربة الأسرة بالرفاهية الإجتماعية التي تتحقق عند إقامة علاقات إجتماعية إيجابية، وتلقي المسانده والدعم من قبل المصادر الإجتماعية المختلفة، وممارسة الأنشطة الإجتماعية والترفيهية.

ب- صدق التكوين (الصدق العاملي) :تم حساب صدق التكوين لاستبيان جودة الحياة لربة الأسرة وذلك من خلال معامل ارتباط بيرسون بين عبارات كل بُعد للإستبيان والدرجة الكلية له وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات جودة الحياة بأبعادها الثلاثة والمجموع الكلي للبُعد

جودة الحياة الشخصية		جودة الحياة الأسرية		جودة الحياة الإجتماعية	
م	الارتباط	م	الارتباط	م	الارتباط
١	٥٦٥، ٠**	١	٣٩٩، ٠**	١	٥٣٣، ٠**
٢	٦٨١، ٠**	٢	٤٧٨، ٠**	٢	٥٢٤، ٠**
٣	٦٨٤، ٠**	٣	٥١٥، ٠**	٣	٥١١، ٠**
٤	٦٣٧، ٠**	٤	٥٠٣، ٠**	٤	٥٨٦، ٠**
٥	٥٢٩، ٠**	٥	٥٨٠، ٠**	٥	٦٨١، ٠**
٦	٧١٢، ٠**	٦	٤٤٦، ٠**	٦	٦٣٦، ٠**
٧	٥٠٤، ٠**	٧	٥٧٦، ٠**	٧	٦٤٣، ٠**
٨	٦٢٥، ٠**	٨	٦٣٩، ٠**	٨	٥٢٥، ٠**
٩	٦٨٤، ٠**	٩	٥٣٦، ٠**	٩	٤٠٩، ٠**
١٠	٥٢٣، ٠**	١٠	٣٣٩، ٠**	١٠	٥٤١، ٠**
١١	٥٣٩، ٠**	١١	٤٣٠، ٠**	١١	٤٦٣، ٠**
١٢	٦٤٩، ٠**	١٢	٦٣٤، ٠**	١٢	٤٨٣، ٠**
١٣	٥٩١، ٠**	١٣	٥٧٥، ٠**	١٣	٤٥٢، ٠**
١٤	٥١٧، ٠**	١٤	٤٧٩، ٠**	١٤	٦٦٣، ٠**
١٥	٤٩٣، ٠**	١٥	٦١٣، ٠**	١٥	٥٧٦، ٠**
١٦		١٦	٥٨٨، ٠**	١٦	٥٥٢، ٠**

**معنوية عند (٠.٠١)

يتضح من جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى معنوية(٠١، ٠) بين جميع أبعاد الإستبيان، وبذلك نجد أن الإستبيان صادق في قياس المتغير الخاص به.

جدول (٦) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بُعد من أبُعاد استبيان جودة الحياة و إجمالي الاستبيان

الاستبيان	البُعد	معامل الارتباط
جودة الحياة	جودة الحياة الشخصية	٨٧٣، ٠**
	جودة الحياة الأسرية	٨٦٦، ٠**
	جودة الحياة الاجتماعية	٨٣٠، ٠**

**معنوية عند (٠.٠١)

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة(٠١، ٠)بين أبعاد استبيان جودة الحياة (جودة الحياة الشخصية –جودة الحياة الأسرية –جودة الحياة

الاجتماعية) والمجموع الكلي للإستبيان، وبذلك نجد أن الاستبيان صادق في قياس المتغير الخاص به.

٧- ثبات الاستبيان Reliability : وتم حسابه بطريقتين هما: -

الطريقة الأولي : باستخدام معادلة ألفا كرونباخ Alpha-Cronbach لحساب معامل الثبات لتحديد قيمة الاتساق الداخلي للاستبيان حيث تم حساب معامل ألفا لكل بُعد علي حدة و للاستبيان ككل بأبعاده الثلاثة.

الطريقة الثانية : استخدام اختبار التجزئة النصفية (Split-half) و للتصحيح من أثر التجزئة النصفية تم استخدام معادلة التصحيح لسبيرمان – براون (Spearman-Brown)، و معادلة جتمان (Guttman).

جدول (٧) معاملات ثبات استبيان جودة لحياة بأبعاده الثلاثة باستخدام اختباري معامل ألفا والتجزئة النصفية

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الفا	التجزئة النصفية	
			معامل ارتباط سبريمان- براون	معامل ارتباط جتمان
جودة الحياة الشخصية	١٥	٠،٨٦٩	٠،٨٤٤	٠،٨٣٨
جودة الحياة الأسرية	١٦	٠،٨١٩	٠،٧٩٣	٠،٧٩٣
جودة الحياة الاجتماعية	١٦	٠،٨٤٠	٠،٨١٨	٠،٨١٢
اجمالي جودة الحياة	٤٧	٠،٩٢٤	٠،٨٦٢	٠،٨٦٢

يتضح من جدول (٧) أن معامل ألفا لاستبيان جودة الحياة ككل هو (٠.٩٢٤) و تعتبر هذه القيمة عالية لهذا النوع من حساب الثبات، و تؤكد الاتساق الداخلي للاستبيان، كما يتبين من الجدول أيضا أن قيم ارتباط التجزئة النصفية لمجموع عبارات استبيان جودة الحياة ككل هو (٠.٨٦٢) لسبيرمان – براون، و (٠.٨٦٢) جتمان مما يدل علي اتساق و ثبات عبارات الاستبيان بأبعاده الثلاثة، و بذلك يكون الاستبيان صالح للتطبيق.

من خلال ما سبق أصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من ٤٧ عبارة تتضمن ثلاثة أبعاد (جودة الحياة الشخصية (١٥) عبارة، جودة الحياة الأسرية (١٦) عبارة، جودة الحياة الأجتماعية (١٦) عبارة، و حددت استجابات ربات الأسر علي هذه العبارات وفق ثلاثة اختيارات (نعم – أحيانا – لا) و علي مقياس متصل (٣-٢-١) إذا كان اتجاه العبارة موجب، و علي مقياس (١-٢-٣) إذا كان اتجاه العبارة سالب، وبذلك تكون

أقل درجة لجودة الحياة هي (٦٧) وأعلى درجة هي (١٤٠)، و بذلك أمكن تقسيم درجات استبيان جودة الحياة الي ثلاث مستويات، و جدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)القراءات الصغرى والكبرى والمدى و طول الفئة والمستويات لجودة الحياة بأبعادها الثلاثة

البيان / أبعاد المقياس	القراءة الصغرى	القراءة الكبرى	المدي	طول الفئة	المستوي المنخفض	المستوي المتوسط	المستوي المرتفع
جودة الحياة الشخصية	١٥	٤٥	٣٠	١٠	(١٥-٢٤)	(٢٥-٣٥)	(٣٦-٤٥)
جودة الحياة الأسرية	٢١	٤٨	٢٧	٩	(٢١-٢٩)	(٣٠-٣٩)	(٤٠-٤٨)
جودة الحياة الاجتماعية	٢٢	٤٨	٢٦	٨	(٢٢-٣٠)	(٣١-٣٩)	(٤٠ -٤٨)
اجمالي استبيان جودة الحياة لربة الأسرة	٦٧	١٤٠	٧٣	٢٤	(٦٧-٩١)	(٩٢-١١٦)	(١١٧-١٤٠)

يتضح من جدول (٨) أن أعلي درجة حصل عليها المبحوثات في استبيان جودة الحياة ككل كانت ١٤٠ درجة، و أقل درجة كانت٦٧ درجة، و المدي ٧٣، و طول الفئة ٢٤، و بذلك أمكن تقسيم الاستبيان الي ثلاثة مستويات (منخفض – متوسط – مرتفع).

١-**مستوى منخفض** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (٦٧) درجة حتى (٩١) درجة.

٢-**ستوى متوسط** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (٩٢) درجة حتى (١١٦) درجة.

٣-**مستوى مرتفع** : ويشمل ربات الأسر الحاصلات على (١١٧) درجة حتى (١٤٠) درجة.

سادسا: إجراءات تطبيق أدوات الدراسة علي العينة

تم دمج كل من استمارة البيانات العامة لربات الأسر، و استبيان المرونة النفسية، و استبيان جودة الحياة في استمارة واحدة حتي يسهل توزيعها و تطبيقها، و من ثم تطبيق أدوات الدراسة علي العينة، و ذلك بمليء البيانات من ربات الأسرعن طريق التواصل المباشر، و استغرق التطبيق الميداني حوالي أربعة أشهر ونصف ابتداءًا من (١١ /٤/ ٢٠٢٢) حتى (١ /٩/ ٢٠٢٢م).

سابعا:المعالجة الإحصائية (المعاملات الإحصائية المستخدمة في الدراسة)

استخدمت بعض الأساليب الإحصائية لكشف العلاقة بين متغيرات الدراسة و اختبار الفروض و ذلك باستخدام برنامج SPSS Program Statistical Package for Social Sciences(الحزمة الاحصائية لتحليل العلوم الاجتماعية و من هذه المعاملات ما يلي :

١- حساب التكرارت والنسب المئوية لجميع متغيرات الدراسة.

٢- حساب معاملات الارتباط بين كل محور من محاور استبيان المرونة النفسية و الدرجة الكلية للاستبيان و بين كل بعد من أبعاد جودة الحياة لربة الأسرة و الدرجة الكلية للاستبيان من أجل حساب صدق الاستبيانات.

٣- حساب معامل الفا كرونباخ، و اختبار التجزئة النصفية باستخدام معادلتي سبيرمان – بروان و جتمان لحساب ثبات استبيان المرونة النفسية، و استبيان جودة الحياة لربة الأسرة.

٤- معاملات الارتباط Correlation باستخدام معادلة بيرسون بين كل من استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، و استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة.

٥- اختبار (ت) T test للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، و استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعا لمكان السكن (ريف / حضر)، عمل ربة الأسرة (تعمل / لا تعمل).

٦- تحليل التباين Analysis of Variance في اتجاه واحد ONE WAY ANOVA لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة في استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، و استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة تبعا لكل من سن ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، الدخل الشهري للأسرة، و في حالة وجود فروق تم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات.

٧- إيجاد نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقا لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

نتائج الدراسة الميدانية

أولاً: وصف عينة الدراسة:

اشتمل هذا الجزء على وصف شامل لعينة الدراسة المكونة من ٣١٧ ربة أسرة وفقا لبعض المتغيرات الإجتماعية والإقتصادية.

جدول (٩) التوزيع النسبي لعينة الدراسة تبعا للمتغيرات الإجتماعية والإقتصادية

المتغير	العدد	النسبة المئوية	المتغير	العدد	النسبة المئوية
١- مكان سكن الأسرة			٢- عمل ربة الأسرة		
ريف	٢٢٧	٧١.٦	تعمل	١٥٢	٤٧.٩
حضر	٩٠	٢٨.٤	لا تعمل	١٦٥	٥٢.١
الإجمالي	٣١٧	١٠٠.٠	الإجمالي	٣١٧	١٠٠
٣-سن ربة الأسرة			٤- المستوى التعليمي لربة الأسرة		
أقل من ٣٥ سنة	٢١٠	٦٦.٢	منخفض (أمي- يقرأ ويكتب- حاص على الابتدائية)	٧	٢.٢
من ٣٥ الى أقل من ٤٥سنة	٧٩	٢٤.٩	متوسط (حاصل على الاعدادية- شهادة ثانوية أو ما يعادلها)	٤٨	١٥.١
٤٥ سنة فأكثر	٢٨	٨.٨	مرتفع (شهادة جامعية- ماجستير- دكتوراه)	٢٦٢	٨٢.٦
الإجمالي	٣١٧	١٠٠	الإجمالي	٣١٧	١٠٠
الإجمالي	٣١٧	١٠٠	الإجمالي	٣١٧	١٠٠
٤- الدخل المالي للأسرة شهريا					
أقل من ٣٠٠٠	٩٤	٧،٢٩			
من ٣٠٠٠الى أقل ٥٠٠٠	١٣٧	٢،٤٣			
٥٠٠٠ فأكثر	٨٦	١،٢٧			
الإجمالي	٥٥٨	١٠٠			

يتضح من جدول(٩) الآتي:

١- **مكان سكن الأسرة** :ارتفاع نسبة ربات الأسر عينة الدراسة الآتي يسكنّ في الريف حيث بلغت نسبتهن(٧١.٦٪)، مقابل (٢٨.٨٪) من ربات الأسر اللآتي يسكنّ في الحضر.

٢- **عمل ربة الأسرة** : تقارب نسبة ربات الأسر عينة الدراسة اللاتي تعملن واللاتي لا تعملن حيث بلغت نسبة ربات الأسر العاملات (٤٧.٩٪) مقابل (٥٢.١٪) من ربات الأسر غير العاملات.

٣- **سن ربة الأسرة:** ثلثي ربات الأسر عينة الدراسة تقل أعمارهن عن ٣٥ سنة حيث تبلغ نسبتهن (٦٦.٢٪)، مقابل ربع أفراد العينة من ربات الأسر تتراوح أعمارهن ما بين ٣٥ الي أقل من ٤٥ سنة بحيث تصل نسبتهن الى ربع العينة تقريبا (٢٤.٩٪).

٤- **المستوى التعليمي لربة الأسرة:** معظم ربات الأسر عينة الدراسة مستوى تعليمهم مرتفع (شهادة جامعية –ماجستير –دكتوراه)، حيث بلغت نسبتهن(٨٢.٦٪)، في حين تقاربت نسبة ربات الأسر في مستوى التعليم المتوسط(حاصل على الإعدادية –شهادة ثانوية أو ما يعادلها) حيث بلغت نسبتهن على التوالي (١٥.١٪)، مما يدل على ارتفاع مستوى التعليم لربات الأسر عينة الدراسة.

٥- **الدخل المالي للأسرة شهريا:** ما يقرب من نصف ربات الأسر عينة الدراسة من ذوات الدخل المتوسط حيث بلغت نسبتهن(٤٣.٢٪)، في حين تقاربت نسبة ربات الأسر اللاتي ينتمين لأسر منخفضة ومرتفعة الدخل حيث بلغت نسبتهن (٢٩.٧٪)، (٢٧.١٪) على الترتيب.

ثانيا النتائج الوصفية لأدوات الدراسة :

١- استبيان المرونة النفسية لربة الأسرة :

يشتمل هذا الجزء على التوزيع التكراري والنسبي لإستجابات عينة الدراسة من ربات الأسر على استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠) التوزيع النسبي لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لمستويات المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة.

البيان / محاور الاستبيان	المستوى المنخفض		المستوى المتوسط		المستوى المرتفع	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%
الإتزان الإنفعالي	٣٧	١١ ،٧	٢٢٦	٧١ ،٣	٥٤	١٧
التفكير الإيجابي	٣١	٩ ،٨	١٧٥	٥٥ ،٢	١١١	٣٥
التواصل الإجتماعي	١٩	٦	١٦٤	٥١ ،٧	١٣٤	٤٢ ،٣
إجمالي المرونة النفسية	٣٥	١١	٢٠٦	٦٥	٧٦	٢٤

يتضح من جدول (١٠) أن ما يقرب من ثلثي استجابات ربات الأسر عينة الدراسة تقع في المستوى المتوسط من المرونة النفسية حيث بلغت نسبتهن (٦٥ ٪)، مقابل(٢٤ ٪) من ربات الأسر عينة الدراسة لديهن مستوى مرتفع من المرونة النفسية، في حين كانت استجابات (١١٪) **من ربات الأسر** الدراسة تقع في المستوى المنخفض من المرونة النفسية، وهذا يشير الى أن ربات الأسر عينة الدراسة لديهن مستوى متوسط من المرونة النفسية.

٢- اسبيان جودة الحياة لربة الأسرة :

يشتمل هذا الجزء على التوزيع التكراري والنسبي لإستجابات عينة الدراسة من ربات الأسر على استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة وجدول (١١) يوضح ذلك

جدول (١١) التوزيع النسبي لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لمستويات جودة الحياة بأبعادها الثلاثة

البيان / أبعاد الاستبيان	المستوى المنخفض		المستوى المتوسط		المستوى المرتفع	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%
جودة الحياة الشخصية	١٢	٣،٨	١٠٧	٣٣،٨	١٩٨	٦٢،٤
جودة الحياة الأسرية	١٠	٣،٢	١٢٨	٤٠،٤	١٧٩	٥٦،٤
جودة الحياة الإجتماعية	١٢	٣،٨	١٠٢	٣٢،٢	٢٠٣	٦٤
إجمالي جودة الحياة	١١	٣،٥	١٣٠	٤١	١٧٦	٥٥،٥

يتضح من جدول (١١) أن ما يزيد عن نصف ربات الأسر عينة الدراسة لديهن مستوى مرتفع من جودة الحياة حيث بلغت نسبتهن (٥، ٥٥ ٪)، مقابل (٤١ ٪) من ربات الأسر عينة الدراسة كانت استجابتهم في المستوى المتوسط من جودة الحياة، في حين مقابل (٥، ٣٪) من ربات الأسر عينة الدراسة كانت استجابتهم في المستوى المنخفض من جودة الحياة، وهذا يشير الى أن ربات الأسر عينة الدراسة لديهن مستوى مرتفع في جودة الحياة.

ثالثاً : النتائج في ضوء فروض الدراسة

١- النتائج في ضوء الفرض الأول

ينص الفرض الأول على أنه"**لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة (الإتزان الإنفعالي - التفكير الإيجابي - التواصل**

الإجتماعي) وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة (جودة الحياة الشخصية – جودة الحياة الأسرية–جودة الحياة الإجتماعية) لدي ربات الأسر".

وللتحقق من صحة الفرض الأول إحصائياً تم استخدام معاملات الإرتباط بطريقة بيرسون بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة، وجدول (١٢) يوضح ذلك:

جدول (١٢) معاملات ارتباط بيرسون لكل من المرونة النفسية بمحاورها وجودة الحياة بأبعادها لدى ربات الأسر عينة الدراسة (ن=٣١٧)

المتغيرات	جودة الحياة الشخصية	جودة الحياة الأسرية	جودة الحياة الإجتماعية	اجمالي جودة الحياة
الإتزان الإنفعالي	٠.٥٤١**	٠.٥٤٢ **	٠.٣٩٩ **	٠.٥٧٧ **
التفكير الإيجابي	٠.٧٢٢ **	٠.٥٣٤ **	٠.٤٢٩ **	٠.٦٥٩ **
التواصل الإجتماعي	٠.٥١٨ **	٠.٣٨٣ **	٠.٥١٦ **	٠.٥٥٤ **
اجمالي المرونة النفسية	٠.٧٢٥ **	٠.٥٩١ **	٠.٥٣٥ **	٠.٧٢٣ **

(**) دالة عند (٠.٠١)

يتضح من جدول (١٢) ما يلي:.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)بين الإتزان الإنفعالي لربات الأسر عينة الدراسة وكل من جودة الحياة الشخصية، جودة الحياة الأسرية، جودة الحياة الإجتماعية، مجموع أبعاد جودة الحياة لربة الأسرة، وتتفق هذه النتائج مع دراسة بركبية (٢٠١٨) حيث أوضحت أن للإتزان الإنفعالي قدرة على التنبؤ بجودة الحياة ودراسة وردة وصورية(٢٠٢١)حيث أشارت لوجود علاقة دالة احصائيا بين جودة الحياة والإتزان الإنفعالي.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠.٠١)بين التفكير الإيجابي لربات الأسر عينة الدراسة وكل من جودة الحياة الشخصية، جودة الحياة الأسرية، جودة الحياة الإجتماعية، مجموع أبعاد جودة الحياة لربة الأسرة، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة كل من النجار والطلاع (٢٠١٥) وبن عيشه و وركزة (٢٠٢٠) حيث أشارت لوجود علاقة دالة احصائيا بين التفكيرالإيجابي وجودة الحياة.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياًعند مستوى دلالة(٠.٠١)بين التواصل الإجتماعي لربات الأسر عينة الدراسة وكل من جودة الحياة الشخصية، جودة الحياة الأسرية، جودة الحياة الإجتماعية، مجموع أبعاد جودة الحياة لربة الأسرة.
- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياًعند مستوى دلالة(٠.٠١) بين مجموع محاور المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة وكل من جودة الحياة الشخصية، جودة الحياة الأسرية، جودة الحياة الإجتماعية، مجموع أبعاد جودة الحياة لربة الأسرة، **وهذا يعني أنه** كلما زادت المرونة النفسية لربة الأسرة زادت جودة الحياة لديها والعكس صحيح.

وترى الباحثات أن هذه النتيجة منطقية فالمرونة النفسية تمثل تكوينا يزيد من قدرة ربة الأسرة على المواجهه والتوافق الإيجابي، بالإضافة الى المحافظة على الهدوء والإتزان النفسي وسرعة تجاوز الثأثيرات السلبية للمِحن والعودة سريعا للإحساس بجودة الحياة.

مما سبق يتضح ما يلي:

وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة(٠.٠١)بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، وجودة الحياة لربات الأسر بأبعادها الثلاثة، **وبذلك لم تتحقق صحة الفرض الأول، وعلي ذلك يتم رفض الفرض الأول كلياً وقبول الفرض البديل الذي ينص علي**" وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة لدى ربات الأسر".

٢- **النتائج في ضوء الفرض الثاني**

ينص الفرض الثاني على أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسرعينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا لمكان سكن الأسرة (ريف، حضر).**

وللتحقق من صحة الفرض الثاني إحصائياً تم استخدام اختبار (**T- test**) للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر في كل من المرونة النفسية بمحاورها وجودة الحياة بأبعادها وفقا لمكان السكن (ريف/ حضر)"، وجدولي (١٣)و(١٤) يوضحا ذلك.

جدول (١٣) دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وفقا لمكان سكن الأسرة (ريف – حضر) (ن=٣١٧)

البيان / المحور	ريف (٢٢٧)		حضر (٩٠)		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الإتزان الإنفعالي	٣٦.٥٠	٤.٥٣١	٣٧.٠٣	٥.٤٢٧	٠.٨٩٦-	٠.٣٧١	_
التفكير الإيجابي	٣٩.٦٢	٥.٥٨١	٣٩.٩٤	٦.١١٦	٠.٤٥٢-	٠.٦٥١	_
التواصل الإجتماعي	٣٨.٢٨	٤.٤١٦	٣٨.٣١	٤.٥٧٨	٠.٠٥٢-	٠.٩٥٨	_
اجمالي استبيان المرونة النفسية	١١٤.٤٠	١١.٨٧٧	١١٥.٢٩	١٣.٨٩٤	٠.٥٧١-	٠.٥٦٨	_

يتضح من جدول (١٣) ما يلي:.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات و الحضريات في محور الإتزان الإنفعالي حيث بلغت قيمة ت(-٠.٨٩٦) وهي قيمة غير دالة إحصائياً، اتفقت هذه النتيجة مع دراسة مكرم الله (٢٠٢١) حيث أشارت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الريفيات والحضريات في الإتزان الإنفعالي، بينما اختلفت مع دراسة مصطفى (٢٠١٨) التي أشارت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الإتزان الإنفعالي لصالح ساكني الحضر.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في التفكير الإيجابي فقد كانت قيمة ت(-٠.٤٥٢) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة وهبة وبله (٢٠١٩) ودراسة علام (٢٠٢٠) التي أشارت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الريفيات والحضريات في التفكير الإيجابي

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في التواصل الإجتماعي فقد كانت قيمة ت(-٠.٠٥٢) وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة عزيز(٢٠١٥) التي أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر الريفيات والحضريات في التواصل الإجتماعي .

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة نوفل وأخرون (٢٠٢٢) التي أشارت الى وجود فروق دالة احصائيا بين الريفيات والحضريات في مهارات الإتصال الإجتماعي لصالح الريفيات.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في اجمالي محاور المرونة النفسية فقد كانت قيمة ت(-٠.٥٧١)وهي قيمة غير دالة إحصائياً. وتتفق هذه النتجة مع دراسة التلاوي (٢٠١٩) التي أشارت الى عدم وجود فروق في المرونة النفسية تغزي لمتغير مكان السكن.

ويرجع ذلك من وجهة نظر الباحثات أن طبيعة التنشئة الإجتماعية الحالية في الريف مشابهه لحد كبير للتنشئة الإجتماعية في الحضر بالإضافة لإنتشار وسهولة استخدام وسائل التواصل الإجتماعي للريفيات والحضريات على حد سواء مما ساعد على إكتساب المعرفة وتبادل الخبرات، هذا بالإضافة لأن مكان الإقامة بوجهه عام قد لا يؤثر على مستوى المرونة النفسية لأن القدرة على مواجهة التحديات والصعاب يرتبط بالخبرات المتكونة لدى ربة الأسرة وتكيفها مع الصعوبات والشدائد التي تواجهها، واكتساب تلك الخبرات والتكيف يحتاج الى مهارات عقلية، وهذه المهارات قد لا تتأثر باختلاف مكان الإقامة.

جدول (١٤) دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسرعينة الدراسة في استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا لمكان سكن الأسرة (ريف – حضر) (ن=٣١٧)

البيان / المحور	ريف (٢٢٧)		حضر (٩٠)		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
جودة الحياة الشخصية	٣٦.٧٠	٥.٢٤٢	٣٦.٤٣	٥.٧٥٠	٠.٣٩٨	٠.٦٩١	–
جودة الحياة الأسرية	٣٩.٩٤	٥.٧٤٦	٣٩.٣٣	٥.٤٠٥	٠.٩٩٠	٠.٣٢٣	–
جودة الحياة الإجتماعية	٤٠.٥٦	٥.١٠٥	٤٠.٨١	٥.٤٦٥	-٠.٣٨١	٠.٧٠٣	–
اجمالي استبيان جودة الحياة	١١٧.٢١	١٢.٩٥١	١١٦.٥٨	١٤.١٩٠	٠.٣٧٩	٠.٧٠٥	–

يتضح من جدول (١٤) ما يلي:.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات و الحضريات في جودة الحياة الشخصية حيث بلغت قيمة ت(**٠.٣٩٨**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في جودة الحياة الأسرية فقد كانت قيمة ت(**٠.٩٩٠**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة طه وأخرون (٢٠١٣) التي أشارت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الريفيات والحضريات في جودة الحياة الأسرية، في حين تحتلف مع نتائج دراسة مصطفى (٢٠١٨) التي أشارت لوجود فروق بين أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية لصالح الحضريات

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في جودة الحياة الإجتماعية فقد كانت قيمة ت(**-٠.٣٨١**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة زغلول (٢٠١٣) وقنديل وأخرون (٢٠١٤) التي أشارت الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الريفيات والحضريات في جودة الحياة الإجتماعية.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر الريفيات والحضريات في اجمالي محاور جودة الحياة فقد كانت قيمة ت(**٠.٣٧٩**) وهي قيمة غير دالة إحصائياً

تتفق هذه النتيجة مع دراسة زغلول (٢٠١٣) وقنديل وأخرون (٢٠١٤) التي أشارت الى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الريفيات والحضريات في جودة الحياة، بينما اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة بدوي (٢٠١٧)التي أشارت لوجود فروق في جودة الحياة لصالح ساكني الحضر.

ويرجع ذلك من وجهة نظر الباحثات أن ربة الأسرة الريفية أصبحت تمارس ألوان النشاط المختلفة وتمتع بقدر كبير من الحرية والإستقلالية التي تساعدها على إشباع حاجات مادية ومعنوية بحيث تصل بها الى درجة القناعة، وحيث أن مفهوم جودة الحياة هو مفهوم مدرك يختلف من فرد لأخر باختلاف السمات والخصائص الشخصية والقيم

والأفكار والمبادئ التي يؤمن بها، أصبحت ربات الأسر المقيمات في الريف تشعر أنها تتمتع بدرجة عالية من جودة الحياة لا تختلف كثيرا عن تلك الدرجة التي التي تتمتع بها ربات الأسر في الحضر، مع اختلاف الريفيات والحضريات لمفهوم جودة الحياة من وجهه نظر كل منهن.

مما سبق يتضح ما يلي:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا لمكان سكن الأسرة (ريف، حضر)، وبالتالي تتحقق صحة الفرض الثاني كليا.

٣- النتائج في ضوء الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على أنه" **لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة.**

وللتحقق من صحة الفرض الخامس إحصائياً تم استخدام اختبار ت **(T- test)** للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسرالعاملات وغيرالعاملات في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وجدول(١٥)، (١٦) يوضح ذلك.

جدول (١٥) دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسرالعاملات وغير العاملات في استبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة (ن=٣١٧)

البيان / المحور	تعمل (١٥٢)		لا تعمل (١٦٥)		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الإتزان الإنفعالي	٣٧.٢٨	٤.٦٥٧	٣٦.٠٢	٥.٩٢٤	٢.١٠١	٠.٠٣٦	العاملات دالة عند (٠.٠٥)
التفكير الإيجابي	٣٩.٧٢	٤.٩٤٦	٣٩.٨١	٤.٩٥٠	٠.١٥٩	٠.٨٧٤	–
التواصل الإجتماعي	٤١.١١	٤.٨٥٩	٤٠.١٩	٥.٤٧٧	١.٥٧٣	٠.١١٧	–
اجمالي استبيان المرونة النفسية	١١٨.١٢	١٢.٥١٩	١١٦.٠٢	١٣.٩٣٤	١.٤٠٣	٠.١٦٢	–

يتضح من جدول (١٥)

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في الإتزان الإنفعالي حيث بلغت قيمة ت(**٢.١٠١**) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) لصالح العاملات، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة مصطفى (٢٠١٨) التي أشارت الي عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الإتزان الإنفعالي بين ربات الأسر وفقا لمتغير العمل.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في التفكير الإيجابي فقد كانت قيمة ت(**-٠.١٥٩**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

واتفقت هذه الدراسة مع دراسة أحمد (٢٠١٨) و دراسة علام (٢٠٢٠) التي أكدت عدم وجود فروق بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في التفكير الإيجابي.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في التواصل الإجتماعي فقد كانت قيمة ت(**١.٥٧٣**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

واختلفت هذه النتيجة مع دراسة عزيز (٢٠١٥) التي أشارت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين العاملات وغير عاملات في تواصلهن الإجتماعي لصالح العاملات.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في إجمالي محاور المرونة النفسية فقد كانت قيمة ت(**١.٤٠٣**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة أبو القمصان (٢٠١٧)التي أكدت أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى المرونة النفسية تغزى لمتغير العمل.

وترى الباحثات أن المرونة النفسية تعني الاستجابة الإنفعالية والعقلية التي تمكن ربة الأسرة من إدخال تغيرات وجدانية وسلوكية وفكرية مع مواقف الحياة المختلفة، وحيث أن هذه الإستجابة قد تكون فطرية وقد تكتسبها ربة الأسرة بالممارسة ونتيجة تراكم الخبرات، فكما أن عمل المرأة خارج المنزل قد يساهم في تكوين الخبرات لديها، فإن تفاعلها مع المحطين والأقران قد يساهم أيضا في تكوين قدر مشابهه من تلك الخبرات، وقد ترجع هذه النتيجة الى لأن الغالبية العظمى من أفراد العينة لديهن مستوى تعليمي مرتفع

حيث تبلغ نسبتهن(٨٢، ٦٪).فقد يكون المستوى التعليمي المرتفع لربات الأسر عينة الدراسة عامل من عوامل زيادة المرونة النفسية بغض النظر عن كونهن عاملات أو غير عاملات.

جدول (١٦) دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسرفي استبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا لعمل ربة الأسرة (تعمل – لا تعمل) (ن=٣١٧)

البيان / المحور	تعمل (١٥٢)		لا تعمل (١٦٥)		قيمة (ت)	مستوي الدلالة	اتجاه الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
جودة الحياة الشخصية	٣٦.٨٠	٤.٨٤٥	٣٦.٥١	٤.٧٦٧	٠.٥٤٣	٠.٥٨٧	_
جودة الحياة الأسرية	٤٠.٢٨	٥.٧٨٤	٣٩.١٩	٥.٦٤٧	١.٧٠٥	٠.٠٨٩	_
جودة الحياة الإجتماعية	٣٨.٨١	٤.٦٠٣	٣٧.٨١	٤.٢٧٤	٢.٠٠٠	٠.٠٤٦	العاملات دالة عند (٠.٠٥)
اجمالي استبيان جودة الحياة	١١٥.٨٩	١٢.٦٩٢	١١٣.٥١	١٢.١٨١	١.٧٠٧	٠.٠٨٩	_

يتضح من جدول (١٦) ما يلي :

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في جودة الحياة الشخصية حيث بلغت قيمة ت(**٠.٥٤٣**) وهي قيمة غير دالة إحصائياً
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغير عاملات في جودة الحياة الأسرية فقد كانت قيمة ت(**١.٧٠٥**)وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة طه وأخرون (٢٠١٣) التي اشارت الى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين العاملات وغير عاملات في جودة الحياة الأسرية.

بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الشافعي (٢٠١٤) أشارت الى وجود فروق في جودة الحياة الأسرية لصالح ربات الاسر العاملات.

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغيرالعاملات في جودة الحياة الإجتماعية فقد كانت قيمة ت(**٢.٠٠٠**) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) لصالح ربات الأسر العاملات.

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة زغلول (٢٠١٣) وقنديل وأخرون (٢٠١٤) التي أشارت الى عدم وجود فروق بين أفراد العينة في جودة الحياة الإجتماعية تغزى لمتغير العمل.

- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات ربات الأسر العاملات وغيرالعاملات في اجمالي محاور جودة الحياة حيث كانت قيمة ت(١.٧٠٧)وهي قيمة غير دالة إحصائياً .

تتفق هذه النتيجة مع دراسة زغلول (٢٠١٣) وقنديل وأخرون (٢٠١٤) وحرناطي وازيدي (٢٠١٦) التي أشارت الى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين ربات الأسر العاملات وغيرالعاملات في اجمالي جودة الحياة.

بينما اختلفت مع نتيجة دراسة بكار وشويخي (٢٠٢١) التي أشارت لوجود فروق في جودة الحياة لصالح غير العاملات حيث أشارت لأن ربات الأسر العاملات أقل شعور بجودة الحياة من غير العاملات.

وتفسر الباحثات عدم وجود فروق بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في النواحي الشخصية والأسرية لجودة الحياة حيث أن تقَبّل ربة الأسرة لذاتها وتمتعها بصحة نفسية وجسمية وشعورها بالسعادة والإنجاز نتيجة إشباع حاجات أفراد أسرتها قد لا يتأثر بكونها عاملة أوغيرعاملة، في حين أن عمل ربة الأسرة من شأنه أن يوسع دائرتها الإجتماعية ويكسبها علاقات اجتماعية جديدة تكون مصدر للمساندة والدعم عند الحاجة.

مما سبق يتضح أن :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في اجمالي كل من المرونة النفسية جودة الحياة وبالتالي تتحقق صحة الفرض الثالث كليا .

٤- النتائج في ضوء الفرض الرابع:.

ينص الفرض الرابع على أنه" **لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا لسن ربة الأسرة**".

وللتحقق من صحة الفرض الرابع إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد **ANOVA** لكل من إستبيان المرونة النفسية، وإستبيان جودة الحياة وفقا لسن ربة الأسرة (أقل من ٣٥ سنة – من ٣٥ سنة إلى أقل من ٤٥سنة –٤٥ سنة فأكثر) وتم

تطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات ويوضح ذلك جـــدولي (١٧) (١٩).

جدول(١٧) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا لسن ربة الأسرة ن = ٣١٧

البيـــــان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الإتزان الإنفعالي	بين المجموعات	٩٥.١٧١	٢	٤٧.٥٨٥	٢.٠٨٠	٠.١٢٧	---
	داخل المجموعات	٧١٨٢.٩٦٢	٣١٤	٢٢.٨٧٦			
	الكلى	٧٢٧٨.١٣٢	٣١٦				
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	٤٦.٠١٧	٢	٢٣.٠٠٩	٠.٠٩٦	٠.٤٩٨	–
	داخل المجموعات	١٠٣٢٨.٨٦٠	٣١٤	٣٢.٨٩٤			
	الكلى	١٠٣٧٤.٨٧٧	٣١٦				
التواصل الإجتماعي	بين المجموعات	١٦٣.٧٥٠	٢	٨١.٨٧٥	٤.٢٠٨	٠.٠١٦	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	٦١٠٩.٥٤٩	٣١٤	١٩.٤٥٧			
	الكلى	٦٢٧٣.٣٠٠	٣١٦				
إجمالي استبيان المرونة النفسية	بين المجموعات	١٦٣.٧٥٠	٢	٢٣٧.٦٣١	١.٥٣٤	٠.٢١٧	–
	داخل المجموعات	٦٠٩.٥٤٩	٣١٤	١٥٤.٨٨٧			
	الكلى	٦٢٧٣.٣٠٠	٣١٦				

جدول (١٨) المتوسطات الحسابية لدرجات ربات الأسر عينة الدراسة في التواصل الإجتماعي وفقا لسن ربة الأسرة

البيان	التواصل الإجتماعي
أقل من ٣٥ سنة	٣٧.٨٢
من ٣٥ الى أقل من ٤٥ سنة	٣٩.٥١
٤٥ سنة فأكثر	٣٨.٣٩

يتضح من نتائج جدولي (١٧) (١٨) ما يلي :

- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في الإتزان الإنفعالي وفقـــا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف (**٢.٠٨٠**) وهي قيمة غير دالة احصائيا.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في التفكير الإيجـــابي وفقـــا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٠.٦٩٩) وهي قيمة غير دالة احصائيا وتتفق هذه

النتيجة مع دراسة أبو عادزة (٢٠١٧) حيث أكدت على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجات التفكير الإيجابي بالنسبة للعمر.

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في التواصل الإجتماعي وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٤.٢٠٨) وهي قيمة دالة احصائيا عند (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في التواصل الإجتماعي وفقا لسن ربة الأسرة، وجد أن هذه الإختلافات في صالح فئة (من ٣٥ الى أقل من٤٥ سنة)، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة كانت (٣٩.٥١)، **وتفسر الباحثات** هذه النتيجة بأن ربة الأسرة في سن (من٣٥-٤٥) سنة تكون قد اكتسبت الوان عديدة من الخبرات سواء داخل حدود أسرتها أو خارجها، هذه الخبرات تكون عامل مهم ومساعد في زيادة قدرتها على التعامل مع من هم حولها بإيجابية وبالتالي تتسع شبكة علاقتها الإجتماعية وتتجنب الخطاء التي قد وقعت بها في الماضي تكون اكثر قدرة التواصل الإجتماعي الفعال.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الأمين (٢٠١٦) التي أشارت الى وجود فروق في مهارات التواصل الإجتماعي لدى أفراد العينة وفقا لمتغير العمر لصالح فئة العمر ٣٦ سنة فيما فوق، وهي فئة العمر الأكبر سنا حسب دراسته.

- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في إجمالي استبيان المرونة النفسية وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(١.٥٣٤) وهي قيمة غير دالة احصائيا، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عربية (٢٠١٨) حيث أشارت الى عدم وجود تباين في مستوى المرونة النفسية تغزى لمتغير السن لدى ربات الأسر عينة الدراسة .

جدول(١٩) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا لسن ربة الأسرة ن = ٣١٧

البيـــــان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
جودة الحياة الشخصية	بين المجموعات	١٧.٠٣٢	٢	٨.٥١٦	٠.٢٩٣	٠.٧٤٧	_
	داخل المجموعات	٩١٣٩.٢٩٦	٣١٤	٢٩.١٠٦			
	الكلى	٩١٥٦.٣٢٨	٣١٦				
جودة الحياة الأسرية	بين المجموعات	٧٣.٨٨٥	٢	٣٦.٩٤٣	١.٥١٨	٠.٢٢١	_
	داخل المجموعات	٧٦٤٠.٣٠٤	٣١٤	٢٤.٣٣٢			
	الكلى	٧٧٤١.١٨٩	٣١٦				
جودة الحياة الإجتماعية	بين المجموعات	٣٢.٦٩٠	٢	١٦.٣٤٥	٠.٦٠٢	٠.٥٤٨	_
	داخل المجموعات	٨٥١٨.٨٦٢	٣١٤	٢٧.١٣٠			
	الكلى	٨٥٥١.٥٥٢	٣١٦				
إجمالي استبيان جودة الحياة	بين المجموعات	٣٠.٠٧١	٢	١٥.٠٣٦	٠.٠٨٥	٠.٩١٩	_
	داخل المجموعات	٥٥٨٢٢.٦٧٣	٣١٤	١٧٧.٧٧٩			
	الكلى	٥٥٨٥٢.٧٤٤	٣١٦				

يتضح من نتائج جدول (١٩) ما يلي :

- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحيـــاة الشخصـــية وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٠.٢٩٣) وهي قيمة غير دالة إحصائيا.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحيـــاة الأســـرية وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(١.٥١٨) وهي قيمة غير دالـــة إحصـــائيا، وتتفق هذه النتائج مع دراسة سعيد والبرديسي (٢٠١٩) التي اشارت الى عـــدم وجـــود تباين دال إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية ومتغير العمر.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الإجتماعيـــة وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٠.٦٠٢) وهي قيمة غير دالة إحصائيا.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة اجمالي استبيان جودة الحيـــاة وفقا لسن ربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٠.٠٨٥) وهي قيمة غير دالة إحصائيا **وهذا يعني** أن جودة الحياة لربة الأسرة لا تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي تمر بهـــا، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من مبارك (٢٠٠٩) و حرناطي وازيدي (٢٠١٦) حيث أوضحت في نتائجها أن جودة الحياة عند الأمهات لا تتأثر بمتغير السن

لهن، بينماتختلف هذه النتيجة مع دراسة ربابعة (٢٠١٧) حيث أشار الى وجود تباين في جودة الحياة تغزى لمتغير العمر لصالح فئة ٢٠ سنة فيما دون.

مما سبق يتضح أن:

لا يوجد تباين دال احصائيا بين المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرنة النفسية وجودة الحياة وفقا لسن ربة الأسرة وبذلك تتحق صحة الفرض الرابع كليا.

٥- النتائج في ضوء الفرض الخامس

ينص الفرض الخامس على أنه" **لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة ".**

وللتحقق من صحة الفرض الخامس إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد **ANOVA** لكل من إستبيان المرونة النفسية، وإستبيان جودة الحياة وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة (منخفض – متوسط – مرتفع) وتم تطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات ويوضح ذلك جدولي (٢٠)(٢٢).

جدول(٢٠) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة ن = ٣١٧

البيـــــان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الإتزان الإنفعالي	بين المجموعات	١٢.٢٠٣	٢	٦.١٠٢	٠.٢٦٤	٠.٧٦٨	-
	داخل المجموعات	٧٢٥٦.٩٢٩	٣١٤	٢٣.١٤٠			
	الكلى	٧٢٧٨.١٣٢	٣١٦				
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	٢٣٦.٤٥٥	٢	١١٨.٢٢٨	٣.٦٦٢	٠.٠٢٧	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	١٠١٣٨.٤٢٢	٣١٤	٣٢.٢٨٨			
	الكلى	١٠٣٧٤.٨٧٧	٣١٦				
التواصل الإجتماعي	بين المجموعات	٢٧٠.٥٤٢	٢	١٣٥.٢٧١	٧.٠٧٦	٠.٠٠١	دالة عند (٠.٠٠١)
	داخل المجموعات	٦٠٠٢.٧٥٨	٣١٤	١٩.١١٧			
	الكلى	٦٢٧٣.٣٠٠	٣١٦				
إجمالي استبيان المرونة النفسية	بين المجموعات	١٠٧٧.٤٨٣	٢	٥٣٨.٧٤١	٣.٥٢٢	٠.٠٣١	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	٤٨٠٣٢.٣٤٧	٣١٤	١٥٢.٩٦٩			
	الكلى	٤٩١٠٩.٨٣٠	٣١٦				

جدول (٢١) اختبار توكي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات ربات الأسرعينة الدراسة في التفكير الإيجابي و التواصل الإجتماعي و اجمالي المرونة النفسية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة

البيان	التفكير الإيجابي	التواصل الإجتماعي	اجمالي المرونة النفسية
منخفض(أمي –يقرأويكتب)	٣٧.٦٩	٣٥.٠٠	١١٠.٤٠
متوسط (متوسط- فوق متوسط)	٤٠.٨٦	٣٦.٥٢	١١٢.٧١
مرتفع(جامعي–ماجستير-دكتوراه)	٤٠.٠٥	٣٨.٧٠	١١٥.٤٨

يتضح من نتائج جدولي(٢٠) (٢١) ما يلي :

- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في الإتزان الإنفعالي وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة كانت قيمة ف (٠.٢٦٤) وهي قيمة غير دالة احصائيا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عثمان واخرون (٢٠٢١) حيث أشارت الى عدم وجود فروق في درجات الإتزان الإنفعالي وفقا للمستوى التعليمي.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في التفكير الإيجابي وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٣.٦٦٢) وهي قيمة دالة احصائيا عند (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في التفكير الإيجابي وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة التعليم المتوسط، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٤٠.٨٦)، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة وهبة وبله(٢٠١٩) حيث أشارت الى وجود تباين دال احصائيا في التفكير الإيجابي تغزى لمتغيرالمستوى التعليمي لربة الأسرة لصالح المستوى التعليمي المرتفع.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في التواصل الإجتماعي وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة كانت قيمة ف(٧.٠٧٦) وهي قيمة دالة احصائياعند (٠.٠٠١) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في اجمالي التواصل الإجتماعي وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة التعليم المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٣٨.٧٠)، **وهذا يعني أنه** كلما زاد المستوى التعليمي لربة الأسرة زاد التواصل الإجتماعي لديها وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة زغلول وعبد الستار(٢٠١٢)حيث أشارت لوجود تباين دال احصائيا في مستويات التواصل الإجتماعي لربة الأسرة لصالح المستوى الأعلى في التعليم.

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في إجمالي استبيان المرونة النفسية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيمة ف(٣.٥٢٢) وهي قيمة دالة احصائيا احصائياعند (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في اجمالي المرونة النفسية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة التعليم المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (١١٥، ٤٨)، **هذا يعني** أنه كلما زاد المستوى التعليمي لربة الأسرة زادت المرونة النفسية لديها.

وتفسر الباحثات هذه النتيجة بأن ربات الأسر ذوي المستوى التعليمي المرتفع يكن قد وصلن الى مرحلة ملائمة من النضج العقلي والإنفعالي، كما أنه بزيادة عدد سنوات التعليم تزداد الحصيلة المعرفية لربة الأسرة ويتيح لها الإطلاع على خبرات الغير والتفاعل مع الأخرين وتبادل وجهات النظر مما قد يساعدها على تخطي المشكلات والصعوبات التي قد تواجهها.

وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة البراشدية(٢٠٢٢)حيث أشارت لعدم وجود تباين بين أفراد العينة في المرونة النفسية وفقا لمتغير التعليم.

جدول(٢٢) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة ن = ٣١٧

البيان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
جودة الحياة الشخصية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلى	٤٥.٦٠٩ ٩١١٠.٧١٩ ٩١٥٦.٣٢٨	٢ ٣١٤ ٣١٦	٢٢.٨٠٤ ٢٩.٠١٥	٠.٧٨٦	٠.٤٥٧	–
جودة الحياة الأسرية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلى	٢٩.٤٢٩ ٧٦٨٤.٧٦٠ ٧٧١٤.١٨٩	٢ ٣١٤ ٣١٦	١٤.٧١٥ ٢٤.٤٧٤	٠.٦٠١	٠.٥٤٩	–
جودة الحياة الإجتماعية	بين المجموعات داخل المجموعات الكلى	٢٦٢.٧٧٨ ٨٢٨٨.٧٧٤ ٨٥٥١٠.٥٥٢	٢ ٣١٤ ٣١٦	١٣١.٣٨٩ ٢٦.٣٩٧	٤.٩٧٧	٠.٠٠٧	**دالة عند (٠.٠٠١)**
إجمالي استبيان جودة الحياة	بين المجموعات داخل المجموعات الكلى	٥٧٦.٣٧٩ ٥٥٢٧٦.٣٦٥ ٥٥٨٥٢.٧٤٤	٢ ٣١٤ ٣١٦	٢٨٨.١٩٠ ١٧٦.٠٣٩	١.٦٣٧	٠.١٩٦	–

جدول (٢٣) اختبار توكي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الإجتماعية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة

البيان	جودة الحياة الإجتماعية
منخفض(أمي -يقرأويكتب)	٣٦.١٤
متوسط (متوسط- فوق متوسط)	٣٩.٢٩
مرتفع(جامعي-ماجستير-دكتوراه)	٤١.٠٠

يتضح من نتائج جدول (٢٢) وجدول (٢٣) ما يلي :

- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الشخصية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيم ف(٠.٧٨٦) وهي قيمة غير دالة إحصائيا.
- لايوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الأسرية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيم ف(٠.٦٠١) وهي قيمة غير دالة إحصائيا وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة صابرة وحمادة (٢٠٢٠) حيث أشارت لعدم وجود تباين في جودة الحياة الأسرية تغزى للمؤهل العلمي لربات الأسر، وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة مصطفى (٢٠١٨) حيث أشارت لوجود تباين دال احصائيا لربات الأسر تغزى لمتغير التعليم لصالح المستوى التعليمي المرتفع.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الإجتماعية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيم ف(٤.٩٧٧) وهي قيمة دالة إحصائيا احصائياعند (٠.٠٠٠١)وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في جودة الحياة الإجتماعية وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة التعليم المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٤١.٠٠)، **وهذا يعني أنه** كلما زاد المستوى التعليمي لربة الأسرة زادت جودة الحياة الإجتماعية لديها.
- لايوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة اجمالي استبيان جودة الحياة وفقا للمستوى التعليمي لربة الأسرة حيث كانت قيم ف(١.٦٣٧) وهي قيمة غيردالة إحصائيا وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة حرناطي وازيدي (٢٠١٦) حيث أشارت لعدم وجود تباين دال احصائيا في جودة الحياة لربات الأسر تغزى لمتغير التعليم.

مما سبق يتضح أن :

- يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة والمستوى التعليمي لهن، لصالح المستوى التعليمي المرتفع.
- لا يوجد تباين دال احصائيا بين جودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا للمستوى التعليمي لهن وبذلك تتحقق صحة الفرض الخامس جزئيا .

٦- النتائج في ضوء الفرض السادس:

ينص الفرض السادس على أنه" **لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة وفقا للدخل الشهري للأسرة".**

- وللتحقق من صحة الفرض الثاني عشر إحصائياً تم استخدام أسلوب تحليل التباين في اتجاه واحد **ANOVA** لكل من إستبيان المرونة النفسية، وإستبيان جودة الحياة وفقا لفئات الدخل الشهري للأسرة(أقل من ٣٠٠٠ جنيها – من ٣٠٠٠ – < ٥٠٠٠ جنيها –٥٠٠٠ فأكثر) وتم تطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات ويوضح ذلك جدولي (٢٤) (٢٦).

جدول (٢٤) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا للدخل الشهري للأسرة ن = ٣١٧

البيـــــان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الإتزان الإنفعالي	بين المجموعات	٢٠٨.٦٠١	٢	١٠٤.٣٠٠	٤.٦٣٣	٠.٠١٠	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	٧٠٦٩.٥٣٢	٣١٤	٢٢.٥١٤			
	الكلى	٧٢٧٨.١٣٢	٣١٦				
التفكير الإيجابي	بين المجموعات	٣٨٧.٧٤٨	٢	١٩٣.٨٧٤	٦.٠٩٥	٠.٠٠٣	دالة عند (٠.٠٠١)
	داخل المجموعات	٩٩٨٧.١٢٩	٣١٤	٣١.٨٠٦			
	الكلى	١٠٣٧٤.٨٧٧	٣١٦				
التواصل الإجتماعي	بين المجموعات	١٩١.٠٣٣	٢	٩٥.٥١٦	٤.٩٣١	٠.٠٠٨	دالة عند (٠.٠٠١)
	داخل المجموعات	٦٠٨٢.٢٦٧	٣١٤	١٩.٣٧٠			
	الكلى	٦٢٧٣.٣٠٠	٣١٦				
إجمالي استبيان المرونة النفسية	بين المجموعات	٢٢٥٤.٨١٦	٢	١١٢٧.٤٠٨	٧.٥٥٥	٠.٠٠١	دالة عند (٠.٠٠١)
	داخل المجموعات	٤٦٨٥٥.٠١٤	٣١٤	١٤٩.٢٢٠			
	الكلى	٤٩١٠٩.٨٣٠	٣١٦				

جدول (٢٥) اختبار توكي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات ربات الأسرعينة الدراسة في الإتزان الإنفعالي والتفكير الإيجابي والتواصل الإجتماعي وإجمالي استبيان المرونة النفسية وفقا للدخل الشهري للأسرة

البيان	الإتزان الإنفعالي	التفكير الإيجابي	التواصل الإجتماعي	إجمالي استبيان المرونة النفسية
منخفض(أقل من ٣٠٠٠ جنيها)	٣٥.٨١	٣٨.٣٣	٣٧.٢٢	١١١.٣٦
متوسط(من ٣٠٠٠- ٥٠٠٠جنيها)	٣٦.٤٤	٣٩.٦٩	٣٨.٤١	١١٤.٥٣
مرتفع(٥٠٠٠ فأكثر)	٣٧.٩١	٤١.٢٧	٣٩.٢٧	١١٨.٤٤

يتضح من نتائج جدولي (٢٤) (٢٥) ما يلي :

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في محور الإتزان الإنفعالي وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيم ف(٤.٦٣٣) وهي قيمة دالة احصائياعند (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في الإتزان الإنفعالي وفقا للدخل الشهري للأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٣٧.٩١)، **وهذا يعني** أنه كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زاد الإتزان الإنفعالي لربة الأسرة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة الخمايسة(٢٠٢٠) التي اشارت الى وجود تباين دال احصائيا في مستويات الإتزان الإنفعالي لصالح أفراد العينة من فئة الدخل الشهري المتوسط.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في محور التفكير الإيجابي وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيم ف(٦.٠٩٥) وهي قيمة دالة احصائياعند (٠.٠٠١) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في التفكير الإيجابي وفقا للدخل الشهري للأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٤١، ٢٧)، **وهذا يعني أنه** كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زاد التفكير الإيجابي لربة الأسرة، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الزهراني (٢٠٢٠)التي أشارت الى وجود تباين في التفكير الإيجابي بين أفراد العينة وفقا لفئات الدخل الشهري لصالح الفئة الاعلى دخلا، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة اسليم (٢٠١٧) ودراسة وهبة

وبله(٢٠١٩) التي أشارت الى عدم وجود تباين دال إحصائيا في متوسط التفكير الإيجابي لدى أفراد العينة تغزى لدخل الأسرة.

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في محور التواصل الإجتماعي وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيم ف(**4، 931**) وهي قيمة دالة احصائياعند (٠.٠٠١) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في التواصل الإجتماعي وفقا للدخل الشهري للأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة (٣٩.٢٧)، **وهذا يعني أنه** كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زاد التواصل الإجتماعي لربة الأسرة وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عزيز (٢٠١٥) التي أشارت لوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا عند(٠.٠١) بين التواصل الإجتماعي لربة الأسرة والدخل الشهري للأسرة لصالح الدخل المرتفع.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في إجمالي استبيان المرونة النفسية وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيم ف(٧.٥٥٥) وهي قيمة دالة احصائياعند (٠.٠٠١) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في إجمالي المرونة النفسية وفقا للدخل الشهري للأسرة، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة(١١٨.٤٤).

وهذا يعني أنه كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زادت المرونة النفسية لربة الأسرة، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من عبد الرحمن والعزب (٢٠٢١) والهريمي والحلبية (٢٠٢٢) التي أشارت الى وجود تباين في متوسطات المرونة النفسية وفقا لمتغير الدخل لصالح ذوي الدخل المرتفع، بينما تختلف مع دراسة العمري(٢٠١٧) التي أشارت لعدم وجود تباين في المرونة النفسية وفقا لمتغير الدخل الشهري.

جدول(٢٦) تحليل التباين أحادي الإتجاه لاستبيان جودة الحياة بأبعادها الثلاثة لربات الأسرعينة الدراسة وفقا للدخل الشهري للأسرة ن = ٣١٧

البيـــــان	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
جودة الحياة الشخصية	بين المجموعات	٢٦٤.٣١٦	٢	١٣٢.١٥٨	٤.٦٦٧	٠.٠١٠	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	٨٨٩٢.٠١٢	٣١٤	٢٨.٣١٩			
	الكلى	٩١٥٦.٣٢٨	٣١٦				
جودة الحياة الأسرية	بين المجموعات	٨٥.١٨٢	٢	٤٢.٥٩١	١.٧٥٣	٠.١٧٥	–
	داخل المجموعات	٧٦٢٩.٠٠٨	٣١٤	٢٤.٢٩٦			
	الكلى	٧٧١٤.١٨٩	٣١٦				
جودة الحياة الإجتماعية	بين المجموعات	٩٧.٩٦٥	٢	٤٨.٩٨٣	١.٨١٩	٠.١٦٤	–
	داخل المجموعات	٨٤٥٣.٥٨٧	٣١٤	٢٦.٩٢٢			
	الكلى	٨٥٥١.٥٥٢	٣١٦				
إجمالي استبيان جودة الحياة	بين المجموعات	١١٧٧.٧٠٧	٢	٥٨٨.٨٥٣	٣.٣٨	٠.٠٣٥	دالة عند (٠.٠٥)
	داخل المجموعات	٥٤٦٧٥.٠٣٨	٣١٤	١٧٤.١٢٤			
	الكلى	٥٥٨٢.٧٤٤	٣١٦				

جدول (٢٧) اختبار توكي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الشخصية و اجمالي جودة الحياة وفقا للدخل الشهري الأسرة

البيان	جودة الحياةالشخصية	اجمالي جودة الحياة
منخفض(أقل من ٣٠٠٠ جنيها)	٣٥.٥٩	١١٤.٤٤
متوسط(من ٣٠٠٠ ـ <٥٠٠٠جنيها)	٣٦.٤٨	١١٧.٢٣
مرتفع(٥٠٠٠ فأكثر)	٣٧.٩٩	١١٩.٥٣

يتضح من نتائج جدولي (٢٦) (٢٧)ما يلي :

- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الشخصية وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة ف(٤.٦٦٧) وهي قيمة دالـــة إحصـــائيا عنـــد (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في جودة الحياة الشخصية وفقا للدخل الشهري للأسرة، وجـــد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة

(٣٧.٩٩)، **وهذا يعني** أنه كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زادت جودة الحياة الشخصية لدى ربة الأسرة.

- لايوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الأسرية وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة ف(١.٧٥٣) وهي قيمة غير دالة إحصائيا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الشافعي (٢٠١٤) التي أشارت لعدم وجود تباين دال إحصائيا بين جودة الحياة الأسرية والدخل، بينما اختلفت مع نتيجة دراسة خضر ومبروك (٢٠١١) التي أشارت الى وجود فروق في جودة الحياة الأسرية لصالح فئة الدخل المتوسط.
- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة في جودة الحياة الإجتماعية وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة ف(١.٨١٩) وهي قيمةغير دالة إحصائيا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة زغلول(٢٠١٣) التي أشارت لعدم وجود فروق دالة إحصائيا لربات الأسر في البعد الإجتماعي لجودة الحياة والدخل الشهري.
- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسرعينة الدراسة اجمالي استبيان جودة الحياة وفقا للدخل الشهري للأسرة حيث كانت قيمة ف(٣.٣٨٢) وهي قيمة دالة إحصائيا عند (٠.٠٥) وبتطبيق اختبار **Tukey** لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة في اجمالي جودة الحياة وفقا للدخل الشهري للأسرة،، وجد أن هذه الإختلافات لصالح فئة الدخل الشهري المرتفع، حيث أن متوسط درجات تلك الفئة(١١٩.٥٣).

وهذا يعني أنه كلما زاد الدخل الشهري للأسرة زادت جودة الحياة لدى ربة الأسرة وتتفق هذه النتيجة مع دراسة قنديل واخرون(٢٠١٤) التي أشارت الى وجود تباين دال إحصائيا لربات الأسرفي جودة الحياة تغزى لمتغيرفئات الدخل الشهري.

مما سبق يتضح أن :

يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي كل من المرونة النفسية وجودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لفئات الدخل الشهري لصالح الدخل المرتفع، وبذلك لم تتحقق صحة الفرض السادس كليا، ويتم رفض الفرض السادس وقبول الفرض البديل الذي ينص على أنه " يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر عينة الدراسة في كل من المرونة النفسية بمحاورها وجودة الحياة بأبعادها وفقا لفئات الدخل الشهري.

١٣- النتائج في ضوء الفرض السابع:-

ينص الفرض السابع على أنه " **تختلف نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع** ".

وللتحقق من صحة الفرض الثالث عشر إحصائياً تم استخدام معامل الانحدار الخطي لإيجاد العلاقة بين المرونة النفسية بمحاورها (كمتغيرات مستقلة) و جودة الحياة لربات الأسر (كمتغير تابع) وجدول (٢٨) يوضح ذلك:

جدول (٢٨) الانحدار الخطي للعلاقة بين مقياس المرونة النفسية واستبيان جودة الحياة لربات الأسر ن = ٣١٧

المتغيرات		معامل الارتباط "R"	معامل تحديد نسبة المشاركة "R2"	معامل الانحدار	قيمة ت	مستوى الدلالة
جودة الحياة	الاتزان الانفعالي	٠.٥٧٧	٠.٣٣٣	الثابت A ٥٨.٨٥٦	١٢.٥٣٥	دالة عند مستوى ٠.٠٠٠
				الميل B ١.٥٩٨		
	التفكير الايجابي	٠.٦٥٩	٠.٤٣٤	الثابتA ٥٦.٣٤٨	١٥.٥٣١	دالة عند مستوى ٠.٠٠٠
				الميل B ١.٥٢٨		
	التواصل الاجتماعي	٠.٥٥٤	٠.٣٠٧	الثابت A ٥٣.٧٤٣	١١.٨٠٨	دالة عند مستوى ٠.٠٠٠
				الميل B ١.٦٥٣		

يتضح من جدول (٢٨) ما يلي :

- تم ايجاد معامل الانحدار بين كل متغير مستقل ومتغير تابع وذلك لمعرفة أي المتغيرات المستقلة أكثر تأثيرا على المتغير التابع، ويوضح الجدول وجود علاقة خطية بين المتغيرات المستقلة (الاتزان الانفعالي – التفكير الايجابي – التواصل الاجتماعي) والمتغير التابع (جودة الحياة) لربات الأسر، ويظهر من الجدول (٢٨) أن العلاقة بين كل متغير مستقل وتابع دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠٠ ،كما يتضح أن أكثر المتغيرات تأثيراً "التفكير الايجابي " حيث بلغ معامل التحديد R2= ٠.٤٣٤، يليه متغير " الاتزان الانفعالي " حيث بلغ معامل التحديد R2= ٠، ٣٣٣ثم

يليهما في النهاية متغير " التواصل الاجتماعي " حيث بلغ معامل التحديد R2= ٠.٠٣٠٧.

مما سبق يتضح ما يلي : تختلف نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع، وبالتالي يتحقق الفرض السابع كليا.

ملخص لأهم نتائج الدراسة :

١. توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ بين المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة، وجودة الحياة لربات الأسر بأبعادها الثلاثة.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ربات الأسر(الريفيات والحضريات – العاملات وغير العاملات في كل من المرونة النفسية بمحاورها الثلاثة وجودة الحياة بأبعادها الثلاثة
٣. لا يوجد تباين دال احصائيا بين إجمالي كل من المرونة النفسية وإجمالي جودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لسن ربة الأسرة.
٤. يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي المرونة النفسية لربات الأسر عينة الدراسة والمستوى التعليمي لهن، لصالح المستوى التعليمي المرتفع.
٥. يوجد تباين دال احصائيا بين اجمالي كل من المرونة النفسية وجودة الحياة لربات الأسر عينة الدراسة وفقا لفئات الدخل الشهري لصالح الدخل المرتفع.
٦. تختلف نسبة المشاركة للمتغيرات المستقلة مع المتغير التابع طبقاً لأوزان معامل الانحدار ودرجة الارتباط مع المتغير التابع.

خامسا : توصيات الدراسة:

بُناءً على ما تقدم من عرض ومناقشة لنتائج الدراسة الحالية تقترح الباحثات بعض التوصيات التالية:

أولا : توصيات خاصة بالمؤسسات التعليمية.

* عقد دورات تدريبية وندوات تثقيفية يقدمها متخصصون في مجال ادراة مؤسسات الأسرة والطفولة لتنمية وعي ربات الأسر بالمرونة النفسية لما لها من تأثير على حياتهن .

* توجيه المزيد من الدراسات والبحوث التي تستهدف تنمية المرونة النفسية عند صغار السن والمراهقات لتنمية قدرتهن على ضبط النفس والتفكير بطريقة ايجابية، تمهيدا لتفعيل دورهن في بناء الأسرة والمجتمع في المستقبل .
* ضرورة الإهتمام بالقيام بالمزيد من الدراسات والبرامج التي تستهدف تنمية المرونة النفسية لدى المرأة والتدريب عليها في مراحل التعليم المختلفة لما لها من أثر فعال في زيادة قدرتها على التعامل مع المشكلات الحياتية وإقامة علاقات اجتماعية ايجابية وبالتالي تحسين جودة الحياة لديها.
* إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تتناول مفهومي المرونة وجودة الحياة لدى فئات عمرية مختلفة(أطفال –شباب و فتيات مقبلات على الزواج –كبار السن) وعلى عينات مختلفة (عاديين –ذوي احتياجات خاصة)

ثانيا : توصيات خاصة بالجهات المعنية بالمرأة

١- تفعيل دورالمؤسسات الإجتماعية الخاصة بالأسرة مثل مكاتب التوجيه والإستشارات الأسرية عبر وسائل التواصل المختلفة، حتى تتمكن ربة الأسرة من الحصول على الإستشارات التي قد تحتاجها للتعرف على كيفية تنمية المرونة النفسية وتحسين جودة الحياة لديها.
٢- عقد ندوات وورش عمل تهدف إلى توعية ربات الأسر بأهمية المرونة النفسية وكيفية تنميتها لديهم.
٣- توفير مختصين في الإرشاد النفسي لمساعدة ربات الأسر في التغلب على أزماتهن النفسية وتنمية مهارات التواصل الإجتماعي لهن .
٤- لإهتمام بتعزيز التفكير الإيجابي والإتزان الإنفعالي بوصفهم عناصر مهمة لتحقيق المرونة النفسية لربات الأسر
٥- تفعيل برامج إرشادية تعمل على تعزيز السمات الشخصية وإكتشاف مكامن القوة لدى ربات الأسر وتنميتها
٦- الإهتمام بالأنشطة التي تنمي المهارات الإجتماعية لربات الأسر .

ثالثا : توصيات خاصة بجهات الإعلام المختلفة.

*تسليط الضوء على مفهوم المرونة النفسية والعمل على نشره كون جهات الإعلام أحد العوامل المهمة التي تساهم في تشكيل وعي المرأة.

* تكثيف البرامج الإعلامية الموجهة لربة الأسرة وتقديم المزيد من البرامج التي تزيد من الإيجابية في التفكير وتنمي الإتزان الإنفعالي لربة الأسرة .

* توعية ربات الأسر بأهمية المرونة النفسية ودورها في تنمية الإتزان الإنفعالي واكتساب القدرة على التفكير بطريقة ايجابية.

المراجع العربية:

١. ابراهيم، نفين عبد الستار(٢٠١٩):" أبعاد التفكير الإيجابي المنبئة بالمرونة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية "، **مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية**، كلية التربية، جامعة الفيوم، المجلد (٢)، العدد (١١) .

٢. أبو القمصان،داليا محمد (٢٠١٧):"المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى المطلقات في محافظات غزة ". **رسالة ماجستير غير منشورة**.كلية التربية.الجامعة الإسلامية، غزة.

٣. أبو حلاوة، محمد سعيد (٢٠١٠):" جودة الحياة المفهوم والأبعاد" .بحث منشور، كلية التربية بدمنهور ،جامعة الاسكندرية، المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية ،جامعة كفر الشيخ، مصر.

٤. أبوحلاوة، محمد سعيد (٢٠١٣):"المرونة النفسية :ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية"، الطبعة الثانية، مؤسسة العلوم النفسية العربية.

٥. أبو عادزة، أسماء عودة (٢٠١٧): "المهارات الإجتماعية والتفكير الإيجابي وعلاقتهما بإدمان شبكات التواصل الإجتماعي لدى طلبة الأزهر بغزة ".**رسالة ماجستير غير منشورة**، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين .

٦. ابوغالي، عطاف محمود وأبو مصطفى، نظمي عودة (٢٠١٢):"التغيرات النفسية والجسمية المرتبطة بإنقطاع الطمث وعلاقته بجودة الحياة لدي عينة من النساء الفلسطينيات".بحث منشور، **مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والإجتماعية**، المجلد (٣)، العدد (٢٧).

٧. أحمد،آيات عبد المنعم الديسطي (٢٠١٨): "نمط التفكيروعلاقته بأسلوب مواجهة الضغوط الحياتية لدى عينة من ربات الأسر".بحث منشور .**مجلة الإقتصاد المنزلي**، المجلد (٢) العدد (١٥).

٨. ادريس، حنان درار سيد (٢٠١٩):"المرونة النفسية وعلاقتها بالإتزان الإنفعالي لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة جدة بالمملكة العربية السعودية".**رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية الآداب ،جامعة النيلين ،السودان.

٩. اسليم، يوسف فهمي (٢٠١٧):"التفكير الإيجابي وعلاقته بالتنظيم الإنفعالي لدى عينة من خريجي الجامعات الفلسطينية".**رسالة ماجستير غير منشورة** . كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين .

١٠. الأمين،حسين الشريف (٢٠١٦):"مهارات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بأساليب التفكير لدى المعاقين بصريا". بحث منشور، **مجلة آداب النيلين** المجلد(٣)، العدد (٢).

١١. البحيري، محمد رزق (٢٠١١):"تباين الصمود النفسي بتباين بعض المتغيرات لدى عينة من الأيتام بطيئ التعلم ".بحث منشور، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد (٢١)، العدد (٧٠) .

١٢. البراشدية،حفيظة سليمان أحمد(٢٠٢٢):"المرونة النفسية والتنظيم الإنفعالي وعلاقتهما بالوالدية الإيجابية لدى الوالدين العمانيين خلال فترة انتشار كورونا".بحث منشور، **دار نشر جامعة قطر** ،مجلة العلوم التربوية.العدد (١٩) .

١٣. التلاوي، أسماء أحمد (٢٠١٦): "الوعي بإدارة بعض الموارد وعلاقه بالرضا عن الحياة لدى زوجات الأسر الممتدة ".**رسالة ماجستير غير منشورة** . قسم إدراة المنزل والمؤسسات، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية .

١٤. التلاوي،أحمد سيد (٢٠١٩):"الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية والعنف ضد المرأة المطلقة".بحث منشور، **مجلة الآداب والعلوم الإنسانية**، المجلد (٨٩)، العدد (١).

١٥. الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء بجمهورية مصر العربية " https://www.shorouknews.com/mobile/news/view.aspx?cdate=080 32021&id=68adca2f-b1d0-4226-be64-bdb77c0ecca8"

١٦. الخمايسة، عمر سعود (٢٠٢٠):"مستويات الإتزان الإنفعالي لدى طلبة علم النفس التطبيقي بكلية الأميرة رحمة الجامعية في ضوء متغير متوسط الدخل الشهري لأسرهم".بحث منشور. **المجلة الأردنية للعلوم التطبيقية**، المجلد (١)، المجلد (٢٥).

١٧. الخولي، إيمان سعيد وإبراهيم، إيمان مصطفى (٢٠٢٢): "جهود التنمية الريفية في تحسين جودة حياة المرأة الريفية بقرى مركز أشمون بمحافظة المنوفية".**المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث –مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية** المجلد (١٢)، العدد (٦).

١٨. الزكي، شيماء مصطفى (٢٠١٤):"التغيرات السياسية والإجتماعية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى الشباب وقدرته على اتخاذ القرار".**رسالة دكتوراه غير منشورة** .قسم إدراة المنزل والمؤسسات، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية .

١٩. الزهراني ،خلود جعري (٢٠٢٠):"التفكير الإيجابي وعلاقته بالتوجه نحو المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المندق". بحث منشور، **مجلة كلية التربية جامعة المنصورة**، المجلد (٥٠)، العدد (١١٠).

٢٠. السلامين، أفنان أحمد (٢٠١٨):"جودة الحياة وعلاقتها بالطموح المستقبلي لدى طلبة عرب النقب الدارسين في كلية التربية في جامعة الخليل".**رسالة ماجستير غير منشورة** .قسم التوجيه والإرشاد، كلية الدراسات العليا، جامعة الخليل، فلسطين .

٢١. السليمي، إيناس أحمد(٢٠٠٨):"الدور الإقتصادي لربة الأسرة العاملة السعودية وعلاقته بالتوافق الزواجي ". **رسالة ماجستير غير منشورة**، تخصص السكن وإدارة المنزل، كلية الإقتصاد المنزلي جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية .

٢٢. الشافعي ،شيماء ذكي حامد (٢٠١٤):"المهارات القيادية لربة الأسرة وعلاقتها بجودة الحياة".**رسالة ماجستير غير منشورة** . قسم إدارة المنزل والمؤسسات ،كلية الاقتصاد المنزلي ،جامعة المنوفية، مصر.

٢٣. الضامن ،منذر عبد الحميد (٢٠٠٧):"**أساسيات البحث العلمي** ".الطابعة الأولى .دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الأردن

٢٤. العمري ،نادية محمد (٢٠١٧):"المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طالبات جامعة الأميرة نورة عبد الرحمن" . بحث منشور، **مجلة الإرشاد النفسي**، العدد (٥٠).

٢٥. العلوي، آسيا عياد عربيي(٢٠١٧):"المرونة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والإجتماعي لدى الطلبة في الأردن ".**رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة عمان العربية .

٢٦. القاضي، دلال و البياتي، محمود (٢٠٠٨):"**منهجية وأساليب البحث العلمي وتحليل البيانات بإستخدام البرنامج الإحصائي** spss".الطبعة الأولى، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .

٢٧. المالكي، حنان عبد الرحيم (٢٠١٢):"فاعلية برنامج ارشادي جمعي قائم علي استراتيجيات المرونة النفسية لزيادة المرونة لدى طالبات جامعة ام القري". بحث منشور، **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، العدد (٣١)، المجلد (٣) .

٢٨. النجار ،يحيى محمود و الطلاع ،عبد الرؤوف أحمد (٢٠١٥):"التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظات غزة". بحث منشور، **مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية**، المجلد (٢)، العدد (٢٩).

٢٩. الهريمي،غدير و الحلبية ،فدوى (٢٠٢٢):"المرونة النفسية والقلق الإجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس ".بحث منشور. **مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية**، المجلد (٥.)، العدد (٣). فلسطين

٣٠. بدوي ،ممدوح محمود (٢٠١٧):"جودة الحياة لدى مرتفعي ومنخفضي السلوك الإيثاري من المعلمين والمعلمات في الريف والحضر".بحث منشور، **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، المجلد (٢)، العدد(٩١).

٣١. بركبية ،آسيا (٢٠١٨): "مستوى الطموح والإتزان الإنفعالي كمنبئات بجودة الحياة لدى طلبة الإرشاد- دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة". **رسالة ماجيستير غير منشورة**،قسم علم نفس وعلوم التربية إرشاد وتوجيه، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية،جامعة قاصدي مرباح ورقلة،الجمهورية الجزائرية.

٣٢. بسيوني، نداءالشربيني(٢٠٢٢):"جودة الحياة وعلاقتها بالمناعة النفسية لدى الأيتام بدور الرعاية بمحافظة دمياط".بحث منشور، **المجلة التربوية**، كلية التربية دمياط، المجلد (٩٧)، العدد (١).

٣٣. بكار،سارة و شويخي،أمل(٢٠٢١):"جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأمهات-جامعة تلمسان".بحث منشور، **مجلة الحكمة للدراسات والبحوث**، المجلد (١)، العدد(١).

٣٤. بن عيشه،حياة وركزة، سميرة (٢٠٢٠):"التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدى التلاميذ مرتفعي ومنخفضي الدافعية للإنجاز- دراسة ميدانية على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي ".بحث منشور، **مجلة العلوم النفسية والتربوية**، المجلد (٤)، العدد (٦).

٣٥. جسام، سناء أحمد (٢٠٠٩):"فاعلية برنامج ارشادي عقلاني إنفعالي لتحسين جودة الحياة وبعض المتغيرات المرتبطه بها لدى عينة من المسنين" .**رسالة دكتوراه غير منشورة**، كلية التربية، الجامعة المستنصرية .

٣٦. حرناطي،أمينة(٢٠١٤): "جودة الحياة لدى الأمهات وعلاقتها بالمشكلات السلوكية لدى الأبناء(دراسة وصفية تحليلية في وجود بعض المتغيرات متغيرات:سن الأم وعمل الأم والمستوى التعليمي للأم)".**رسالة ماجستير غير منشورة** .قسم علم النفس وعلوم التربية، كلية العلوم الإجتماعية والأرطفونيا، جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا، الجزائر.

٣٧. حرناطي،أمينة و إزيدي، كريمة (٢٠١٦): "علاقة المشكلات السلوكية عند الأبناء بجودة الحياة لدى الأمهات(دراسة وصفية تحليلية في وجود متغيرات:سن الأم وعملها ومستواها التعليمي) ".بحث منشور .**مجلة العلوم النفسية والتربوية**، المجلد (٤)، العدد (٢٨).

٣٨. خضر، منار عبد الرحمن محمد ومبروك، أحلام عبد العظيم (٢٠١١):"جودة حياة الأسرة وتأثيرها علي قدرة الأم لإكتشاف وتنمية الذكاءات المتعددة لدى الأطفال في سن ما قبل المدرسة".بحث منشور، **مجلة بحوث التربية النوعية**، العدد (٢٣) جامعة المنصورة، كلية التربية، مصر.

٣٩. ربابعة،مهدي محمد سعيد (٢٠١٧):"علاقة جودة الحياة بالقبول الإجتماعي واستراتيجيات المواجهة لدى الإناث المعنفات". بحث منشور، **المجلة الدولية التربوية المتخصصة** المجلد (١٠)، العدد (٦).

٤٠. زغلول ،سلوى محمد (٢٠١٣):"الوعي بتخطيط الوقت والجهد وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من ربات الأسر".بحث منشور، . **of Agricultural Economics and Social Sciences. journal .**، المجلد (٤)، العدد (٦).

٤١. زغلول ،سلوى و عبدالستار،نهى (٢٠١٢):"التواصل الإجتماعي للأم وعلاقته بالأمن النفسي للأبناء". بحث منشور، **المؤتمر العلمي العربي** بعنوان آفاق التعاون العربي لتنمية المجتمع .قسم إدارة المنزل والمؤسسات ،كلية الاقتصاد المنزلي ،جامعة المنوفية.

٤٢. سعيد،إكرام بنت بكر والبرديسي، مرضية بنت محمد (٢٠١٩):"جودة الحياة الأسرية لدى المسنين في المجتمع السعودي وعلاقتها ببعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية" .بحث منشور، **مجلة أفاق جديدة في تعليم الكبار**، العدد(٢٥).

٤٣. شقير، زينب محمود(٢٠١٠):"جودة الحياة واضطرابات النوم لدى الشباب ". بحث منشور، **المؤتمر العربي الإقليمي الثاني لعلم النفس** –رابطة الأخصائيين النفسيين.

٤٤. صابرة، أحلام و حمادة، أمينة (٢٠٢٠):"جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالمشكلات السلوكية لدى الأبناء". **رسالة ماجستير غير منشورة**، قسم علم النفس والارطوفونيا، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة محمد الصديق بن يحيى – جيجل .

٤٥. ضبش، شيماء عبد الرحمن (٢٠١٥) :"اسلوب ربة الأسرة في التخلص من المخلفات المنزلية وعلاقته بالرضا عن الحياة ".رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم ادارة المنزل والمؤسسات، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.

٤٦. طه ،سلوى محمد ؛شعيب ،هبة الله علي و الشافعي ،شيماء ذكي (٢٠١٣):"المهارات القيادية لربة الأسرة وعلاقتها بجودة الحياة".بحث منشور، **مجلة الاقتصاد المنزلي** المجلد (٣٠)، العدد (٢٣).

٤٧. عبد الرحمن، رشا محمد والعزب، أشرف محمد(٢٠٢١):"إمكانية التنبؤ بالمرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية على عينة من طلبة جامعة عجمان –الإمارات العربية المتحدة".بحث منشور .**المجلة التربوية لكلية التربية بسوهاج**، المجلد (٨٤)، العدد (٨٤).

٤٨. عبد الستار، أحلام(٢٠١١):"فاعلية برنامج إرشادي تدريبي لمهارات التفكير الإيجابي وأثره في تنمية بعض الخصائص النفسية والعقلية لدى الطفل".**رسالة دكتوراه غير منشورة**، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة .

٤٩. عثمان، محمد سعد (٢٠١٠):"الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة الايجابية لدي الشباب الجامعي". **بحث منشور، مجلة كلية التربية**، عين شمس، مصر، العدد (٣٤).

٥٠. عثمان،حباب ؛ عثمان ،إيهاب ؛عبدالرحمن ،إقبال و نجمي ،علي حسين (٢٠٢١):"الاتزان الإنفعالي للمرأة في أسرالتعدد والتوجيهات القرآنية". بحث منشور، **مجلة كلية الدراسات الإسلامية والعربية للبنات بدمنهور، المجلد** (٢٠)، العدد (٦).

٥١. عربية، جودي(٢٠١٨):"المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى النساء المتزوجات المصابات باضطرابات الغدة الدرقية".**رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسلية، الجزائر.

٥٢. عزيز، حنان حنا (٢٠١٥):"التواصل الإجتماعي لربة الأسرة وعلاقته بالممارسات الإدارية الخاصة بإدارة الذات لأبنائها في مرحلة المراهقة". بحث منشور، **مجلة بحوث التربية النوعية، المجلد** (٤٠)، العدد (٣).

٥٣. علام، هناء محمد إسماعيل (٢٠٢٠): "التفكير الإيجابي وعلاقته بإدارة الضغوط الحياتية لدى عينة من ربات الأسر".**رسالة ماجستير غير منشورة** . قسم إدراة مؤسسات الأسرة والطفولة، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة الأزهر .

٥٤. غانم، محمد(٢٠١١):**مقدمة في سيكولوجية التفكير** . **الطبعة الأولي** .إيتراك للنشر والتوزيع.القاهرة.

٥٥. قنديل ،سميرة؛ نوفل،ربيع وفايد،هند (٢٠١٤):"أسلوب وسلطة اتخاذ القرارات الأسرية وعلاقته بجودة الحياة كما تدركها ربات الأسر".بحث منشور، **مجلة الاقتصاد المنزلي المجلد** (.٣)، العدد (٢٤).

٥٦. كاظم، علي مهدي والبهادلي، عبد الخالق نجم(٢٠٠٦):"جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين واليبين".بحث منشور، **المجلة العلمية للأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك**، العدد(٣).

٥٧. مبارك،بشري عناد(٢٠٠٩):"جودة الحياة وعلاقتها بالسلوك الاجتماعي لدى النساء المتأخرات عن الزواج". بحث منشور، **مجلة كلية الآداب** .العدد (٩٩) .

٥٨. مصطفى، آية خالد (٢٠١٨):"فن التعامل مع مشكلات الأطفال السلوكية بمرحلة الطفولة المبكرة وعلاقته بجودة الحياة الأسرية لدى الأمهات" .بحث منشور، **المجلة العلمية للتربية النوعية والعلوم التطبيقية**، المجلد (٢)، العدد (١) .

٥٩. مكرم الله، رشاحسن(٢٠٢١) :"الاتزان الإنفعالي كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والواقعية للإنجاز لدى عينة من الأطباء والممرضين بالمستشفي الجامعي بمحافظة أسيوط".بحث منشور، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، المجلد (١١٢)، العدد(٣١).

٦٠.نوفل، ربيع ؛ شعيب ،هبة الله و فؤاد ،شيماء (٢٠٢٢):"مهارات التواصل الإجتماعي بين الزوجين وعلاقته بقدرة الزوجة على اتخاذ القرار ودافعيتها للإنجاز".بحث منشور، **مجلة الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية**، المجلد (١)، العدد(٣٢).

٦١.وردة، واضح و صورية،بركات (٢٠٢١):"جودة الحياة وعلاقتها بالإتزان الإنفعالي لدى الممرضات – رسالة ميدانية بمستشفى مقرة ولاية المسيلة".**رسالة ماجستير غير منشورة** ،قسم علم نفس، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية،جامعة محمد بوضياف – المسيلة، الجمهورية الجزائرية.

٦٢.وفاء ،زدادقة (٢٠٢٠):"تأثير عمل المرأة على جودة الحياة الأسرية".**رسالة ماجستير غير منشورة**، قسم علم الإجتماع، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة ٨ ماي ١٩٤٥، الجمهوية الجزائرية.

٦٣.وهبة،سماح جودة و بلة ،وفاء عبد الستار (٢٠١٩): "المرونة الإيجابية لربة الأسرة وعلاقتها بإدارة الازمات الإقتصادية".بحث منشور. **مجلة بحوث في العلوم والفنون النوعية**، المجلد (١١)، العدد (٢).كلية تربية نوعية، جامعة الإسكندرية.

المراجع الأجنبية:

64. Verdugo ،M.A ،Schalock ،R .L ،Keith ،K.D ،Stancliffe ، R.J(2005):" Quality of life and its measurement: important principles and guidelines" **.Journal of Intellectual Disability Research** ،10(49).

65. Cheng ،C. ،Lau ،H. P. B & Chan ،M. P. S. (2014): "Coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes" **A meta- analytic review Psychological bulletin** ،140(6).

66. Grotberg ،E.H. (2003):"Resilience For Today". Gaining Strength From Adversity ،13 **Westport ،Greenwood publishing Group Inc**.

67. Hartley ،Michael T. (2011): "Examining the Relationships between Resilience ،Mental Health ،and Academic Persistence in Undergraduate College Students". **Journal of American College Health** ،59 (7).

68. Kashdan ،T.B. & Rottenberg ،J. (2010):"psychological Flexibility As A Fundamental Aspect Of Health. Clinical" psychology Review ،(30).

69. Van Galen ،M. ،De Puijter ،M. ،& Smeets ،C. (2006): "Citizens and resilience". **Amsterdam: Dutch knowledge & Advise center**.

"Psychological resilience and its relation to quality of life among a sample of housewives"

Abstract:

The objectives of the study were to identify the nature of the relationship between the psychological resilience of housewives and the quality of life it has ،through studying of the three axes of psychological resilience represented in each of the emotional balance ، positive thinking ،social communication ،and the study of quality of life in its three dimensions ،quality of personal life ،quality of family life ،quality of social life ،And also identify the nature of the differences between the housewives (rural and urban ،working and non-working) in both psychological resilience in its axes and quality of life in its dimensions ،and identify the nature of the differences between the housewives in the study sample in both psychological resilience and quality of life according to (age of housewife ،educational level of housewife and monthly income groups) ،Study the percentage of involvement of the independent variable with the dependent variable according to the weights of the regression coefficient and the degree of correlation with the dependent variable.

The current study followed the descriptive analytical approach ، in which the psychological resilience questionnaire and the quality of life questionnaire were elaborated and coded. It was applied to a sample of housewives selected through a shell method and consisted of 317 female housewives from Gharbia ،Beheira and Menoufia governorates from different social and economic levels.

The results showed that there is a positive correlation of statistical significance at the level of significance (0.01) between psychological resilience in its three axes ،and the quality of life for housewivesin its three dimensions ،there are no statistically significant differences housewives (rural and urban - working and non-working) in both psychological resilience and quality of life ،there is no statistically significant variation between the total psychological resilience and the total quality of life of the housewivesof the study sample according to the age of housewife ،There is a statistically significant variation between the total psychological resilience of the housewives of the study sample according to their educational level in favor of the high educational level ،while there is no statistically significant variation between the total quality of life of the housewives of the study sample according to their educational level ،There is a

statistically significant variation between the total psychological resilience and quality of life of the housewivesof the study sample according to the monthly income groups in favor of the high monthly income group ،the participation rate of the independent variables varies with the dependent variable according to the weights of the regression coefficient and the degree of correlation with the dependent variable.

The study presented a set of recommendations ،the most important of which was the holding of training courses and educational seminars provided by specialists in the field of management of family and childhood institutions to develop the awareness of heads of families of psychological resilience because of its impact on their lives ، directing more studies and research aimed at developing psychological resilience in young people and adolescent girls to develop their ability to self-control and think in a positive way ،in preparation for activating their role in building the family and society in the future. Intensifying media programs directed to housewives and providing more programs that increase positivity in thinking and develop the emotional balance of housewives.

Keywords: psychological resilience ،quality of life ،housewives.