أنشطة تربوية في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات في دور الرعاية

إعـــــداد

ا.م.د :أماني عبد الوهاب مختار منتصر

أستاذ المناهج وطرق تدريس الاقتصاد المنزلي المساعد

بكلية التربية جامعة حلوان

مستخلص البحث:

هدف هذا البحث إلى تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية من عمر(١٨-24) بدار المبرة التابعة لوزارة الشئون الاجتماعية من خلال تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي، وكان عدد الفتيات عينة البحث (٣٠) فتاة عينة تجريبية؛ حيث اعتمد البحث على التصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة.

كما اشتملت أدوات البحث على مقياس لقياس أبعاد الأمن الأسري لدى الفتيات عينة البحث (من إعداد الباحثة)، و واختبار مواقف لقياس مدى نمو مهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات عينة البحث (إعداد الباحثة).

وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى(٠.٠٥) بين التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، في كلا من مقياس الأمن الأسرى، واختبار مواقف مهارات مواجهة الضغوط لدى الفتيات عينة البحث، كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه بين الأمن الأسرى ومهارات مواجهة ضغوط الحياة.

الكلمات المفتاحية: التفكير التصميمي ؛ الأمن الأسري؛مهارات مواجهة ضغوط الحياة

Educational Activities in Home Economics Based on Design Thinking to Develop Dimensions of Family Security and Skills to Face Life Stress of Girls in Care Homes

Abstract:

The aim of this research is to develop the dimensions of family security and life stress skills for girls in care homes from the age of (18-2٤) in Al MABARAH HOUSE belonging to Ministry of Social Affairs through the implementation of activities in home economics based on design thinking, and the number of girls in the research sample was (30) girls Experimental sample; Where the research relied on the experimental design with one group.

The research tools also included a scale to measure the dimensions of family security among girls, the research sample (prepared by the researcher), and an attitude test to measure the extent of the growth of skills to face life pressures among girls, the research sample (researcher preparation).

The results of the research resulted in the existence of statistically significant differences at the level of (0.05) between the two applications, pre and post application, in favor of the post application, in both the measure of family security, and the test of stress management attitudes of girls in the research sample. The results also resulted in a correlation between family security and facing stress of life skills.

Educational activities in home economics based on design thinking to develop dimensions of family security and skills to face life Stress of girls in care homes.

Keywords: Design thinking; Family security; skills to face the pressures of life

.

مقدمة:

يعتمد تقدم الأمم والشعوب مهما اختلفت توجهاتها السياسية والاقتصادية على مواردها البشرية من مفكرين ومبدعين وعلماء؛ يأخذون على عاتقهم مسئولية النهوض بالمجتمع، وتوفير سبل الأمن والكفاية الإنتاجية لأبنائه، ولن يتم ذلك إلا من خلال بيئة سوية، وأشخاص أسوياء قادرين على العمل والعطاء.

ويمر الإنسان في حياته بمراحل النمو المختلفة، والتي تتفاعل مع بعضها البعض، ويؤثر بعضها في البعض الأخر بداية من مرحلة الطفولة مرورا بمرحلة المراهقة ومرحلة الشباب وحتى مرحلة الشيخوخة، ولكل مرحلة من هذه المراحل العمرية من السمات والخصائص التي تميزها عن المراحل الأخرى، والتي تؤثر بشكل كبير على شخصية الإنسان؛ إما بالسلب وإما بالإيجاب- في ضوء ما يتعرض له من مؤثرات أثناء عملية التنشئة الاجتماعية، والتي تتم في كل مرحلة من تلك المراحل العمرية التي يمر بها.

ولكن في بعض الأحيان قد يتعرض الفرد إلى ظروف اجتماعية خارجة عن إرادته؛ متمثلة في انفصال الأبوين أو فقدهما أو فقدان أحدهما؛ بما يؤثر على بناء شخصيته بشكل سلبي، ويؤدي إلى عدم إشباع احتياجاته المختلفة، وتعرضه للعديد من المشكلات، والتي تبدو جلية في السلوكيات الصادرة عنه وكذلك سوء علاقته بالبيئة المحيطة ، مما يدفعه للبحث الدائم للتعويض عن ذلك بشتى الصور، وإن تطلب الأمر الخروج عن القوانين واللوائح والقيم- المنظمة لأساليب الحياة المجتمعية للأفراد.(عزة عبدالله،٢٠١٠، ٥٩٩)

وتقوم المؤسسات الاجتماعية ودور الرعاية بدور مهم في التنشئة الاجتماعية للفتيات في سن المراهقة، فهي تمثل البيئة الاجتماعية المسئولة عن التنشئة الاجتماعية التفاعلية البديلة للأسرة، التي يجب أن تحقق التوافق والأمن الأسري. وعملية التنشئة الاجتماعية التفاعلية تتم من خلال الأساليب التي تتعامل بها البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد خلال المراحل العمرية المختلفة؛ حيث يبدأ الفرد في مرحلة الطفولة بتكوين ذاته، والتعرف على نفسه عن طريق عملية الأخذ والعطاء والتعامل بينه وبين أعضاء البيئة الاجتماعية، ثم الـتواصل بهذه البيئة الاجتماعية التفاعلية ومحاولة تحقيق التوافق الأسري، وبالتالي الشعور بالأمن الأسري.(فهد الطيار، ٢٠١٣، ٣٥٨)

وتعتبر أحداث الحياة الضاغطة أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وما هي إلا رد فعل للتغيرات التي تطرأ على كافة مجالات الحياة، وهي تعتبر سبب رئيسي للإصابة بالأمراض النفسية والفسيولوجية؛ حيث يواجه الفرد العديد من المواقف الضاغطة ،التي تتمثل في الخبرات غير المرغوبة، وأيضاً أحداث تسبب القلق والاضطراب، وعوامل الخطر والتهديد في كافة أمورِ الحياة(آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٨٨).

ويتيح علم التربية الأسرية فرصاً غنية لاكتساب مهارات الحياة الأسرية من خلال مجالاته المختلفة (الغذاء والتغذية، والملابس والنسيج، والعلاقات الأسرية والطفولة، والمسكن وتأثيثه، وإدارة المنزل وموارد الأسرة) فهو من أكثر العلوم ارتباطاً بالحياة الأسرية؛ حيث يهتم بمساعدة الأفراد على إدارة شئون حياتهم الأسرية على أسس علمية سليمة من خلال ما يقدمه من معارف ومهارات وسلوكيات تساهم في تحسين نوعية حياتهم ومساعدتهم على حل مشكلاتهم اليومية بأسلوب علمي، ويعتمد على مختلف العلوم العلمية والنفسية والاجتماعية والتكنولوجية والإدارية وغيرها؛ بحيث يقدمها للمتعلم في شكل يتكامل ويتناسب مع حاجات وأهداف الأفراد والأسر.

كما يتميز عن غيره من الميادين الدراسية الأخرى بأنه يجمع بين كل الخدمات التي تؤديها كل العلوم، لكن بصورة مبسطة، وعلى مستوى الحياة اليومية للفرد والأسرة، ولم يعد يقتصر على تعليم بعض المهارات اليدوية التي يقوم بها أي شخص دون أن يكون في حاجة إلي أن يستوعب المعرفة التي تستند إليها تلك المهارة ويستجيب علم التربية الأسرية باستمرار للمتغيرات، وتتطور أهدافه ومحتواه وأساليبه وفقاً لها، ولا تقتصر رسالته على الاحتياجات الأسرية فقط، بل تمتد لتحتوي العلاقات المتبادلة بين الأسرة والمجتمع الأكبر مع التركيز على مشكلات الحياة الفعلية . (إيمان لطفي،٢٠١٣، ١٤٩)

وتعتبر الأنشطة التربوية من الأساليب التي تزيد من استيعاب المفاهيم والمعلومات واكتساب الخبرات عن طريق الممارسة والتجريب، كما يستفاد منها في الحياة العملية.

فالتعلم الناتج عن النشاط، ينمي مهارات معرفية لدى المتعلم، ويربط بين النظرية والتطبيق، وهذا النوع من التعلم ذا قيمة أساسية؛ لأنه يسير بذلك إلى نمط التعلم الاستكشافي، الذي يتميز بانهماك المتعلم بالحدث التعلمي، وينغمس فيه، ويحدث تغييرا في

السلوك والاتجاهات، وربما في شخصية المتعلم؛ فالذي يتعلمه، هو ما يكتسبه نتيجة ما يقوم به من نشاط وجهد، ويطلق على هذا النوع من الجهد والنشاط "النشاط المولد للتعلم".(أحمد الحسين ،٢٠١٦ ، ٢٥٩)

و يعد دمج التفكير التصميمي في التعليم طريقاً ومنهجاً لحل المشكلات التي تحتاج إلى إيجاد حلول إبداعية، وقدرة على تجميع المعرفة من مجموعة متنوعة من المصادر؛ واستخدام النماذج الأولية والمحاكاة، وعمل المخططات والرسومات، بالإضافة إلى أن هذه الأدوات توفر مسارات بديلة للتعليم التجريبي، وغالباً ما تكون بمثابة أساس لتراكم المعرفة الضمنية، وبهذه الطريقة يمكن أن يساعد في إحداث اكتشاف معرفة جديدة أو نمط تفكير؛ فجوهر عملية التفكير التصميمي، تكمن في التحول من فكرة التصميم، وعملية الإنتاج إلى طريقة تقوم على التجربة، والملاحظة، والاستماع، والتطبيق العملي للتعرف على المشكلة ومن ثم حلها. (cahen,H,2008)

الإحساس بالمشكلة:

أولاً: المقابلات الشخصية:

أ- مقابلات مع القائمين على رعاية الفتيات:

قامت الباحثة بإجراء زيارات متكررة للدور التالية:(بيت السعد، محبي الجنة، دار الود،أحباب الله) بزهراء المعادي وصقر قريش، وقد أجرت مقابلات شخصية مع عدد(٨)مشرفات،(٤)أخصائيات اجتماعيات،(٦) متطوعات، بهدف التعرف على ما يلي:

- النظام اليومي الخاص بممارسة الفتيات للأنشطة الترفيهية والتربوية داخل الدار وخارجها.
- عدد المشرفات القائمات على خدمة الفتيات بالدار.
- مصدر الأمن الاقتصادي للفتيات.
- هل تمثل الأخصائية الاجتماعية مصدر الأمن النفسي للفتيات بالدار؟
- ما نوعية ضغوط الحياة التي تتعرض لها الفتيات داخل وخارج الدار؟
- ما مهارات التفكير التي تستخدمها الفتيات لمواجهة المشكلات التي تواجهها داخل وخارج الدار؟

وتوصلت الباحثة من خلال المقابلة الشخصية مع عدد(١٨) من القائمات على رعاية الفتيات داخل الدار (مشرفات، وأخصائيات اجتماعيات، متطوعات) إلى ما يلي:

- ٨٨% أكدن أن الأنشطة الفنية كانت تمارس قديما، ثم أصبحت لاتطبق نظرا لضعف الإمكانات وقلة عدد المشرفات ؛ ولكن يشترك عدد قليل جدا من الطالبات في الأنشطة الرياضية بمراكز التدريب القريبة من الدار.فالفتيات يشتقن لممارسة أنشطة تكسر روتين الحياة.
- – ١٠٠% أكدن أن متوسط عدد المشرفات بالدور اثنين فقط لعدد من ١٥–٣٠ فتاة من أعمار مختلفة؛ مما يسبب ضعف العلاقة بين الفتيات والمشرفات.
- ١٠٠% أكدن وجود أخصائية اجتماعية واحدة بكل دار؛ مما يؤثر على الأمن النفسي للفتيات.
- ٨٨ % اتفقن على اختلاف الأمن الاقتصادي من فتاة إلى أخرى، فمن تجد كفيل يلبي احتياجاتها هي الأكثر حظًا من زميلتها المهمشة التي لا يكفلها أحد.
- اتفق ١٠٠% أن الدار تمد الفتيات بمصروف أسبوعي بسيط للغاية للمساعدة على تلبية بعض احتياجاتهن.
- اتفق ٧٢ % أن عددا من الفتيات تبدو عليهن الاضطرابات السلوكية والوجدانية، ويعانين من المشكلات الاجتماعية التي تهدد مستقبلهن ، وتختلف شدتها حسب العمر، ووفاة أحد الوالدين أو كليهما، أو بسبب فقدان الهوية والنسب.

ب–المقابلات الشخصية مع الفتيات:

أجرت الباحثة مقابلات شخصية مفتوحة مع عدد (٢٠) فتاة من غير عينة البحث في المرحلة العمرية ١٨–٢٤ بالدور التالية:(بيت السعد، محبي الجنة، دار الود،أحباب الله)، ودارت المقابلات حول ضغوط ومشكلات الحياة التي تتعرض لها الفتيات داخل الدار وخارجها، وأهم احتياجاتهن، ومن الذي يلبي احتياجاتهن المادية، والنفسية، والعاطفية، وأهم الأنشطة المرتبطة بالاقتصاد المنزلي التي يرغبن في ممارستها، **وأسفرت النتائج عن اتفاق:**

- ١٠٠ % على أن من أكثر المشاكل والضغوط، مواجهة العالم الخارجي دون هوية، ورفض بعض أفراد المجتمع للتعامل معهن؛ مما يشعرهن بضعف الأمن الأسري.

- ٦٦%على فقدان من يحبهن ويستمع لهن.
- ٧٢% على الرغبة في ممارسة أنشطة خاصة بالتغذية، والتفصيل والحياكة والتطريز، والأنشطة التي يمكنهن من خلالها امتلاك مهارة تساعدهن على توفير فرص عمل، أو إدرار دخل مادي.

ثانياً :الاطلاع على نتائج وتوصيات الدراسات والبحوث التي تناولت: الأمن الأسري، ومنها :

دراسات كل من: (وفاء لعريط،اسماعيل قيرة،٢٠٢٠)، (آمال أباظة، وآخرون، ٢٠٢٠، ٣٥٣)،(حنان المسعود، وآخرون،٢٢٧،٢٠١٤)، (فهد الطيار،٢٠١٣، ص٣٥٣) ، (محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٤٨)، **التي كان من أهم نتائجها الخاصة بالأمن الأسري:**

- أن المراهقين في دور الرعاية من أهم احتياجاتهم وجود من يتفهم مشكلاتهم، ويشعر بأحاسيسهم، واحتياجهم لوجود علاقات تواصل جيدة، خاصة بالمجتمع المحيط، وعدم إحساسهم بالتوافق والراحة يجعلهم يشعرون بالرغبة في التمرد والهروب.
- وجود علاقة ارتباطية دالة بين التنشئة الاجتماعية والأمن الأسري لدى المراهقين.
- فقدان الفتيات بدور الرعاية الشعور بالحب والاحتواء.
- ميل الفتيات بدور الرعاية للعنف والعدوان والكذب.

نتائج وتوصيات الدراسات والبحوث التي تناولت: مهارات مواجهة ضغوط الحياة ومنها : دراسات كل من :(آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ٢٠٢)، ، (نادية شريف، ٢٠١٦، ٢٠٥)، (إيمان لطفي، ٢٠١٣)،(محمود ابراهيم فرج، ٢٠١٣)، (زينب بدوي، ٢٠٠٧، ٢١١).

- أن هناك علاقة طردية بين القدرة على التغلب على ضغوط الحياة والدعم الاجتماعي.
- أن الإناث أكثر شعورا وإدراكاً للضغوط من الذكور.
- أن الإناث أكثر استخداما لأسلوبي التقبل والاستسلام.
- تدريب الذات على الهدوء والاسترخاء في مواجهة الأزمات، والوعي بالمشاعر والانفعالات السلبية التي تمتلك الفرد أحيانا، ويساعد على مواجهة الضغوط والأزمات.

- السماح للفرد بالتعبير عن رأيه ومشاعره وأفكاره، يؤثر تأثيرا إيجابيًّا على مواجهة الفرد للضغوط، **وكان من أهم التوصيات الخاصة بالأمن الأسري:**
  - زيادة وعي الأسرة والأخصائيين النفسيين بأهمية العلاقة بين الأمن النفسي الأسري، و الأداء الوظيفي الأسري، والمرونة الأسرية.
  - أهمية إجراء البحوث والدراسات التي تهتم بهذه الفئة المهمشة بالمجتمع.

ومن أهم التوصيات الخاصة بمهارات مواجهة ضغوط الحياة:

- أهمية التركيز علي الأنشطة والوسائل التي تستخدم الأسلوب العلمي لحل المشكلات في مواجهة الضغوط، وكذلك العلاج ، والتصدي لها.
- ضرورة التدريب على التخلص من استخدام الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط، والتي يتبعها معظم المراهقين.

- استجابة لمبادرة رئيس الجمهورية بتطوير دور الأيتام، وقد طبقت بالفعل في بعض الدور ؛ مثل: دار الفتيات بالعجوزة.

مشكلة البحث:

مما سبق تتحدد مشكلة البحث في: ضعف أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدي الفتيات بدور الرعاية؛ مما قد يؤثر على تنشئتهن تنشئة اجتماعية سليمة تساعدهن على التعايش السوي داخل المجتمع، وتحميهن من الانحراف .

أسئلة البحث:

١) ما أبعاد الأمن الأسري اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية(عينة البحث)؟
٢) ما مهارات مواجهة ضغوط الحياة اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟
٣) ما التصور المقترح لأنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي
٤) لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟
٥) ما فاعلية تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية
٦) أبعاد الأمن الأسري، للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟
٧) ما فاعلية تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية

٨) مهارات مواجهة ضغوط الحياة للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟

٩) ما العلاقة الارتباطية بين أبعاد الأمن الأسري ومهارات مواجهة ضغوط الحياة للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟

فروض البحث:

الفرض الأول "يوجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري لصالح التطبيق البعدي، لأبعاد المقياس منفصلة، والمقياس ككل. **ويتفرع من هذا الفرض الفروض التالية:**

أ) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (البعد الفكري والعقائدي) لصالح التطبيق البعدي.

ب) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (البعد الاقتصادي) لصالح التطبيق البعدي.

ج) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (**البعد الصحي**) لصالح التطبيق البعدي.

د) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (البعد البيئي) لصالح التطبيق البعدي.

هـ) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (البعد النفسي) لصالح التطبيق البعدي.

و) توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري (**البعد العاطفي**) لصالح التطبيق البعدي.

الفرض الثاني "يوجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس مهارات مواجهة ضغوط الحياة لصالح التطبيق البعدي" ،للمهارات منفصلة وللاختبار ككل. **ويتفرع من هذا الفرض الفروض التالية:**

أ) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات الحوار و المناقشة) لصالح التطبيق البعدي.

ب) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الوقت) لصالح التطبيق البعدي.

ج) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة (للمهارات السلوكية) لصالح التطبيق البعدي.

د) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الأزمات) لصالح التطبيق البعدي.

هـ) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الغضب) لصالح التطبيق البعدي.

و) توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات **التجاهل والإنكار**) لصالح التطبيق البعدي.

الفرض الثالث " توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة احصائية بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي **لمقياس** أبعاد الأمن الأسري، **واختبار** مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة".

أهداف البحث: يهدف هذا البحث إلى:

١- تنمية أبعاد الأمن الأسري لدى الفتيات بدور الرعاية من خلال أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي.

٢- تنمية مهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية من خلال أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي.

٣- الكشف عن فاعلية أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية.

٤- الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين أبعاد الأمن الأسري ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية.

أهمية البحث: قد يفيد هذا البحث فيما يلي:

١- المساهمة في تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية من خلال استخدام أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي؛ بما يفيدهن في تحقيق أهدافهن والحفاظ على صحتهن النفسية.

٢- توجيه أنظار العاملين بدور الرعاية إلى أهمية استخدام الأنشطة التربوية لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدي الفتيات بدور الرعاية.

٣- تقديم إطار نظري مرجعي عن استخدام الأنشطة في الاقتصاد المنزلي، ومن ثم إعداد دليل للمشرفة يضم إجراءات يمكن تنفيذها بشكل عملي على الفتيات بدور الرعاية، ويمكن الاستفادة منه في تطوير مهارات وقدرات الفتيات هذه المرحلة.

٤- المساهمة في جهود الدولة ومبادرة رئيس الجمهورية فيما يتعلق بتطوير دور الرعاية والاهتمام بها، وتدعيم البناء القيمي والاجتماعي للمجتمع المصري.

حدود البحث:

١- اقتصر البحث على أبعاد الأمن الأسري التالية:(البعد الفكري العقائدي، البعد الاقتصادي، البعد الصحي،البعد البيئي، البعد النفسي، البعد العاطفي)، كما اقتصر البحث علي مهارات مواجهة ضغوط الحياة التالية:(الحوار والمناقشة، إدارة الوقت، مهارات سلوكية، إدارة الأزمات، إدارة الغضب، التجاهل والإنكار).

٢- فتيات دار المبرة بالملك الصالح من عمر ١٨-٢٤ سنة، وعددهن(٣٠) فتاة .

٣- تم تطبيق تجربة البحث في الفترة من السبت ٢٦-٩-٢٠٢٠، وانتهى التدريس يوم السبت الموافق ٢٨ -١١-٢٠٢٠.

منهج البحث:

١- اتبع البحث المنهج الوصفي في تحديد الأنشطة التربوية في الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي وإجراءاتها، وتحديد أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة اللازمة للفتيات في دور الرعاية، وبناء أدوات البحث وتقنينها.

٢- اتبع البحث المنهج شبه التجريبي في تطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية.

أدوات بحث

- مقياس أبعاد الأمن الأسري؛ لقياس مدى نمو أبعاد الأمن الأسري لدى الفتيات عينة البحث(إعداد الباحثة).
- اختبار مواقف في مهارات مواجهة ضغوط الحياة؛ لقياس مدى نمو مهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات عينة البحث (إعداد الباحثة).

إجراءات البحث:

١- مراجعة الدراسات والأدبيات والمراجع الخاصة بمحاور البحث التالية:الأنشطة التربوية، التفكير التصميمي، الأمن الأسري، مهارات مواجهة ضغوط الحياة، الاقتصاد المنزلي)؛ بهدف إعداد الإطار النظري للبحث وبناء أدواته.

٢- إعداد قائمة بأبعاد الأمن الأسري اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية، وعرضها علي مجموعة من المحكمين، ثم تعديل القائمة في ضوء آرائهم .

٣- إعداد قائمة بمهارات مواجهة ضغوط الحياة اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية، وعرضها علي مجموعة من المحكمين، ثم تعديل القائمة في ضوء آرائهم

٤- تصميم أنشطة تربوية في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي، يتم من خلالها تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة، لدى الفتيات بدور الرعاية، ثم عرضها علي المحكمين، ثم تعديلها في ضوء آرائهم .

٥- تصميم مقياس لقياس مدى تنمية أبعاد الأمن الأسري لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)، وعرضها على المحكمين، ثم تعديل المقياس في ضوء آرائهم .

٦- تصميم اختبار مواقف لقياس مدى تنمية مهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث). وعرضه على المحكمين، ثم تعديل الاختبار في ضوء آرائهم .

٧- تطبيق أدوات البحث (مقياس أبعاد الأمن الأسري – اختبار مهارات مواجهة ضغوط الحياة) قبلياً على الفتيات بدور الرعاية(عينة البحث).

٨- تطبيق الأنشطة التربوية في الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي للفتيات في دور الرعاية (عينة البحث).

٩- تطبيق أدوات البحث (مقياس أبعاد الأمن الأسري – اختبار مهارات مواجهة ضغوط الحياة) بعدياً على الفتيات بدور الرعاية(عينة البحث).

١٠- رصد البيانات ومعالجتها إحصائيا.

١١- استخلاص نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها.

١٢- وضع التوصيات والبحوث المقترحة.

مصطلحات البحث:

- **الأنشطة التربوية: Educational activities**

يعرفها سمير يونس، وآخرون (٢٠٠٧: ٩٤) بأنها: "كل ما يقوم به المتعلم بهدف التعليم، وذلك قبل الموقف التعليمي، أو في أثنائه، أو بعده.

ويعرفها زيتون (٢٠١٠: ١٠٥) بأنها: "مجموعة من الأداءات العقلية والحركية التي يقوم بها المتعلمين داخل الصف أو خارجه؛ بهدف تعلمهم محتوى المنهج، وصولاً لتحقيق الأهداف المرجوة".

وتعرف إجرائياً في هذا البحث بأنها: مجموعة الأداءات العقلية والحركية التي تؤديها الفتيات في دور الرعاية، قبل الموقف التعليمي، أو في أثنائه، أو بعده ؛ بهدف تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة.

● **التفكير التصميمي:Design Thinking**

التفكير التصميمي هو طريقة تفكير تستخدم حساسية المصمم، وأساليبه لتحليل المشكلات، وإيجاد الحلول المناسبة لها من خلال منتجات إبداعية ملموسة وذات قيمة تناسب المستفيد.(سالم مطر، ٢٠١٧، ٧٠)

كما يعرف بأنه"عملية آلية إبداعية لحل المشكلات، وإيجاد الفرص لفهم الأفراد، وتطوير حلول مبتكرة لتلبية احتياجاتهم. كما يشار إليه باعتباره منهجا تصميميا يتمحور حول الإنسان، ويتضمن مجموعة المراحل التي يمر بها المصممون، بدءا من تحديد المشكلة ومرورا بتفهم رؤى الآخرين وانتهاءا بالتنفيذ".(مروة الباز،٢٠١٨، ٢٤)

ويعرف إجرائياً في هذا البحث بأنه: مجموعة من المراحل التي تمر بها الفتيات في دور الرعاية؛ لتحليل المشكلات، وإيجاد الحلول المناسبة لها من خلال منتجات إبداعية ملموسة وذات قيمة.

● **الأمن الأسري:Family Security**

ويعني الأمن الأسري سعي جميع أفراد الأسرة إلى تحقيق استقرارها وتماسكها ومواجهة مشكلاتها، وأداء وظائفها، والتفاعل الإيجابي لتحقيق الشعور بالرضا والسعادة لأفرادها وتجنب الصراع. (فهد الطيار،٢٠١٣، ٣٧٦)

ويعرف إجرائياً في هذا البحث بأنه: تحقيق التفاعل الإيجابي والرضا والسعادة للفتيات بدور الرعاية، وتجنب الصراع والانحراف السلوكي.

● **مهارات ضغوط الحياة:Life Stress Skills**

وهي تعني القدرة على التعامل مع حالات الإجهاد والإنهاك، التي يتعرض لها الفرد نتيجة المرور بالأزمات والخبرات الصادمة؛ سواء في البيت أو العمل أو الشارع؛ مما يؤدي إلى إجبار الفرد على التعامل معها ومواجهتها؛ وبالتالي يشعر الفرد بعدم التوتر النفسي أو الجسمي أو المهني. (هالة شمبولية،٢٠٢٠، ٢٦٥)

وتعرف إجرائياً في هذا البحث بأنها: قدرة الفتيات بدور الرعاية على مواجهة الضغوط والمشكلات والأزمات، التي تواجههن سواء داخل دور الرعاية أو خارجها؛ مما يؤدي إلى شعورهن بالراحة النفسية والجسمية وانخفاض التوتر.

- **دور رعاية الفتيات:Girls care Homes**

ويقصد بها أية مؤسسة حكومية أو غير حكومية تعهد إليها وزارة الشئون الاجتماعية أو محكمة الأحداث، أمر العناية والرعاية الاجتماعية والصحية والمهنية والتعليمية للفتيات– ممن هن في سن الثامنة إلى الخامسة عشر من أعمارهن– بسبب حاجتهن لمثل هذه الخدمات.(فواز صالح وآخرون،٢٠٠٨، ١٧٨)

- **الفتيات بدور الرعاية :Girls in Foster Homes**

ويقصد بهن الفتيات الآتي يقمن بدار الرعاية الاجتماعية للفتيات –التي تهدف إلى إيواء الفتيات الأيتام ومجهولي الأبوين ومن في حكمهم– وتهيئة المناخ المناسب لتكون الدار بمثابة عائل مؤتمن بديل عن الأسرة الطبيعة، وتقدم الرعاية المتكاملة لهؤلاء الفتيات لنموهن نموا سليما، ومساعدتهن على التكيف مع أنفسهن ومع المجتمع.

الإطار النظري

المحور الأول:الأنشطة التربوية:

يعرفها الفراجي وأبوسل (٢٠٠٦: ١٨) بأنها: الأنشطة التي تهتم بالمتعلم، وتهتم بما يبذله من جهد عقلي أو بدني في ممارسة أنواع النشاط الذي يتناسب مع قدراته، وميوله، واهتماماته؛ بحيث تساعد على إثراء الخبرة، واكتساب مهارات متعددة؛ بما يخدم النمو البدني والذهني لدى المتعلمين.

وهي أيضاً الأنشطة التي تنظم وفق قدرات وميول ورغبات وإمكانيات المتعلمين وتشبع حاجاتهم؛ بحيث تحقق هدفاً تربويًّا واضحا داخل قاعات النشاط وخارجها . (مروة محمد أحمد عوف ٢٠١٦ ، ١١٣)

فالأنشطة التربوية لها دور فاعل في تحقيق التكامل في شخصية المتعلم، من خلال اكتساب المعلومات والمفاهيم، وتكوين الاتجاهات، وإشباع الميول والحاجات، وهذا ما أكدته بعض الدراسات التربوية؛ مثل: دراسات (جمعان الزهراني، ٢٠٠٠)، (عمر الداود، ٢٠٠٩)، (عبد الرحمن الجابر، ٢٠١٠)،(ماجد الغامدي، ٢٠١١).

وقد تعددت تعريفات الأنشطة التربوية تبعا لاختلاف وجهات نظر الباحثين والمهتمين بها، و من هذه التعريفات: تعرف بأنها: جميع المجهودات التي يقوم بها المتعلمون، ويبذلون فيها جزءا من نشاطهم وطاقتهم.(أحمد الحسين،٢٠١٦، ٢٦٠)

ومما سبق؛ نستخلص أن الأنشطة التربوية هي عبارة عن:

- أنشطة عقلية، أو حركية، وأنشطة الحصول على معلومات.
- أنشطة لتنمية بعض الاتجاهات والميول.
- أنشطة مخطط لها تؤدي إلى تحقيق أهداف تربوية محددة.
- أنشطة متعددة تنفذ على مراحل التعلم المختلفة (استهلالية- بنائية- ختامية).
- أنشطة تنفذ تحت إشراف وتوجيه من المعلمة والمشرفات.
- أنشطة تتم بصورة فردية، أو جماعية.
- أنشطة تتم داخل أو خارج المؤسسة التعليمية، أو مؤسسة الرعاية؛ فالأنشطة تنفذ تبعا للأهداف التعليمية.

- **أهمية الأنشطة التربوية:**

يعد النشاط التربوي إحدى الركائز الأساسية لعملية التعلم، باعتبار أن الاتجاه الحديث في التربية والتعليم يؤكد على الاعتماد على إيجابية المتعلم، ليتعلم بنفسه عن طريق الممارسة والتجريب، في حين تقوم المعلمة أو المشرفة بدور الملاحظة، والتوجيه، واكتشاف المهارات والاستعدادات، وتنمية الميول والاتجاهات، والتدريب على الأسلوب العلمي في التفكير.

ويرى كل من(محمد أحمد الدوماني،٢٠٠٧)،(حسن الخليفة،٢٠١٠)، (أحمد أبو الحمائل، ٢٠١٢) أن أهمية الأنشطة التربوية تكمن في إجابتها عن السؤال: كيف نعلم؟ الذي يحقق الآتي:

- بناء شخصية المتعلم بشكل متكامل، ربط المؤسسة التعليمية بالمجتمع.
- مراعاة ميول وقدرات المتعلمين، استثمار أوقات الفراغ، تسهيل استيعاب المادة العلمية، إثراء عملية التعلم.
- تحقيق الترابط بين المواد الدراسية، وتكامل الخبرات التعليمية، تقدير قيمة العمل اليدوي، والاستمتاع به، مما يؤدي إلى تكوين اتجاهات إيجابية؛ كاحترام العمل والعاملين.
- تربية المتعلمين على مهارات: الاعتماد على النفس، وتحمل المسؤولية، والقيادة، والإيجابية، وغيرها.

- معالجة المشكلات النفسية والاجتماعية لدى المتعلمين، والتقليل من أسباب التوتر بين المتعلمين والمعلمات؛ مما يعمل على نشر روح المودة والتعاون بينهن.

ولاشك أن ما سبق يؤثر تأثيرا كبيرا على صقل شخصية المتعلم في مرحلة التأسيس؛ مما يجعله قادرا على مواجهة مشاكل الحياة، وتوظيف ما اكتسبه في مواقف تعليمية جديدة.

- **أنواع الأنشطة التربوية:** وقد وضحها(أحمد أبو الحمائل، ٢٠١٢، ١٣٦) فيما يلي:

تنقسم الأنشطة التربوية على أساس وقت تأدية النشاط إلى ثلاثة أنواع؛ هي:

أنشطة استهلالية: وهي الأنشطة التي تنفذ في بداية العملية التعليمية، وتهدف إلى إثارة اهتمام المتعلمين، وزيادة دافعيتهم للتعلم.

أنشطة بنائية: وهي التي تنفَّذ أثناء العملية التعليمية، بهدف تحقيق الأهداف التي سبق تحديدها.

أنشطة ختامية: وهذا النوع ينفذ في نهاية العملية التعليمية التي تهدف إلى تلخيص الخبرات التي حصل عليها المتعلم نتيجة المرور بالخبرة الدراسية.

كما تنقسم الأنشطة التربوية إلى:نشاط يتعلق بالمادة الدراسية، ويؤدى أثناء التدريس ونشاط حر خارج عن مقرر الدراسة ويخدمها مباشرة، كما ينمي الميول والمهارات والاستعدادات عند المتعلمين، وينمي فيهم احترام العمل اليدوي وملكة الابتكار والاختراع، ويهتم بالنواحي العلمية والتطبيقية.

- **التصنيف وفقًا للأهداف التعليمية المراد تحقيقها كما يلي :**

بأنشطة الحصول علي المعلومات: قراءة الكتب و المجلات و الصحف و القصص

- الرجوع إلي المصادر و الوثائق الأصلية
- الاستماع إلي المحاضرات و الندوات
- مقابلات شخصية مع مصادر بشرية للمعلومات
- الحصول علي معلومات عن طريق الملاحظة او المشاهدة
- أنشطة لتنمية بعض الاتجاهات و الميول.

- **معايير اختيار الأنشطة التربوية:** تعددت الآراء حول المعايير التي لابد أن تتوافر عند اختيار الأنشطة التربوية وقد وضحها كل من(مروة عوف ٢٠١٦، ١١٦ ،١١٥)، (سمير يونس وآخرون، ٢٠٠٧) فيما يلي:
  - مراعاة تحقيق أهداف المنهج، ومدى مناسبتها لمستوى نضج المتعلمين.
  - التنوع، وإمكان التنفيذ في حدود الإمكانات البشرية والمادية حتى تحقق الأهداف المرجوة منها، التوازن، وارتباط الأنشطة بالحياة.
- **أهداف الأنشطة التربوية:** وقد حددها كل من(مروة عوف، ٢٠١٦)، (سمير يونس وآخرون، ٢٠٠٧)، (محمد أحمد الدوماني،٢٠٠٧)،

أهداف وجدانية: تتمثل في غرس القيم الدينية والروحية في نفس المتعلم، وتقوية إيمانه، و تعميق ، وارتباطه بوطنه.

أهداف مهارية: حيث تسهم الأنشطة في تحديد رؤية المتعلم، و توضيحه للأشياء، وبناء القدرة علي حل المشكلات، وبلورة تفكيره، وبالتالي زيادة نموه العقلي.

أهداف معرفية: تتمثل في زيادة الحصيلة اللغوية، وتوسيع الخبرات و المعلومات، و النمو المعرفي، و تعليم اللغة و القراءة و الكتابة و الحساب، و تنمية الذوق الفني عن طريق الرسم و الموسيقي وحب الطبيعة.

أهداف نفسية: فهي تكسب المتعلم السلوكيات السليمة المرغوب فيه، وتجعله يتقبل النظم والقيم الاجتماعية والتشريعات الدينية، و يتعلم ضبط النفس، و المشاعر و احترام الآخرين، و العمل الجماعي.

أهداف اجتماعية: من خلال تدريب المتعلمين علي تحمل المسؤولية العامة، والاندماج في المجتمع، و تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين .

المحور الثاني: التفكير التصميمي، Design Thinking:

هو نهج لابتداع بدائل خلاقة عبر اتباع تقنيات أنثروبولوجية قائمة على سلوكيات واحتياجات وتفضيلات الإنسان.(Brown,2008, 84)

وهو منهجية في التفكير تفيد في استيعاب ظروف المشكلات القائمة، والإبداع في تكوين حلول يتم تكيفيها تبعا لظروف المشكلة.(Kasem,R,2014,63)

كما ينظر إلى التفكير التصميمي باعتباره تحويل التنظير إلى الممارسة العملية ضمن بيئة أنشطة ومنافسة، والتخلي عن الأفكار الحالية مقابل أفكار أكثر جودة، وممارسة طرق مختلفة للتعامل مع الأفكار سواء أثناء توليد الأفكار أو تنفيذها.(نجلاء كاتب،٢٠١٤، ٦)

وقد ظهر مصطلح التفكير التصميمي أول مرة بشكل بارز كعنوان لدى الكاتب " بيتر رو" (Peter Rowe) عام ١٩٨٧ ، وهو بروفيسور في الهندسة والتخطيط العمراني إذ أنه كعلم كان موجها نحو التصميم الهندسي والعمراني، والذي لا يعكس معناه بصورته الحالية ، واستخدامه في مجال التعليم.(Koh,J,Chai,C,Wong,B,Hong,H,2015,23)

فهو عملية إبداعية تقوم على أساس بناء الأفكار، إذ لايمكن الحكم عليه في بداية الأمر الذي يقضي على الخوف من الإخفاق، ويحث على طرح عدد كبير من المداخلات والمشاركات في مرحلتي التخيل ووضع الأنموذج المبدئي(Prototype)؛ لذلك فالتفكير التصميمي عملية تشجع المتعلم على التفكير خارج الصندوق، وغالبا ما تقود إلى حلول إبداعية.(Visser,W,2006, 51)

وتقوم منهجية التفكير التصميمي على بناء المعرفة وتوليد الأفكار، ويسلط الضوء على الجوانب والمعايير الأخلاقية للمعرفة والابتكار التي ترتبط بشكل خاص بروح التعليم. وتبدأ عملية التفكير التصميمي بتحديد المشكلة، ثم جمع المعلومات وتوليد الحلول، ويوصف التفكير التصميمي بتفكير العمل.(Cross,2011,28)

ويرى براون (Brown,2008)أن التفكير التصميمي منهجية لحل المشكلات المعقدة بطريقة خلاقة ومبتكرة، إذ أنها منهجية للابتكار والتمكين، وتستند هذه المنهجية على أساسين؛ هما:

- **التفكير التشعبي (Divergent thinking):** وهو القدرة على عرض أفكار مختلفة وفريدة ومتنوعة ، متعلقة بموضوع واحد، بهدف إيجاد إمكانات وفرص لحلول وبدائل متنوعة و جديدة.
- **التفكير التقاربي (Convergent thinking):** وهو القدرة على إيجاد الحل الصحيح للمشكلة المطروحة، والقدرة على اختيار الحل الأمثل من بين مجموعة من البدائل الموجودة مسبقاً.

مما سبق نلاحظ أن التفكير التصميمي يشجع على نوعين من التفكير؛ هما: التفكير التشعبي والتفكير التقاربي، والناتج سيكون حلاً ذو قدرة تنافسية عالية وخلاقة وأكثر إقناعا. (Brown,T.2008 ,٩٢-٨٤)

وقد حدد (سالم مطر،٢٠١٧، ٧١) ،(نور الدين حاروش، ٢٠١٧، ١٢٤)، (Mootee,2011) **أهمية التفكير التصميمي فيما يلي:**

١- يؤكد على تطوير فكر الفتيات، ومساعدتهن للوصول إلى حل المشكلات المختلفة بأنفسهن.

٢- تنمية ثقة الفتيات بأنفسهن؛ حيث يتصورن أنفسهن مصممين.

٣- أنه وسيلة لتعليم أسلوب التعلم بالممارسة.

٤- تتسبب الطبيعة الاستثارية للتفكير التصميمي في تحديد الافتراضات القائمة؛ مما يجعلها مثالية للتعامل مع القضايا الغامضة، والمشكلات المعقدة.

٥- يساعد في توليد معرفة ضمنية جديدة مفيدة وإيجابية للمستفيدين(الفتيات في دور الرعاية).

٦- يركز بشكل كبير على احتياجات المستفيدين(الفتيات في دور الرعاية) النهائية؛ لكشف الفرص من أجل توليد قيمة لبعض الاحتياجات التي لم يتم تلبيتها بعد.

٧- يعتبر بمثابة الحافز من أجل الحصول على رضا المستفيدين(الفتيات في دور الرعاية).

٨- يستخدم كعملية تعلم مستمرة؛ لدعم التعلم المتعدد التخصصات، وبناء الخطط لحل المشكلات المعقدة ، وبالتالي إعداد المستفيدين(الفتيات في دور الرعاية) لحل المشكلات التي تواجههن.

٩- العمل الجماعي يشجع على التعاون مع الآخرين، والتعامل معهم على أنهم عدة عقول تعمل معا، ذلك أفضل من التعامل مع عقل واحد.

١٠- وتعد عملية التفكير التصميمي غير خطية وتفاعلية؛ حيث يوجد في كل فراغ سلسلة من الأنشطة يمكن للمتعلم أن يؤديها، وقد حدد كلا من:(رشا عبد العال،هبة سيد،٢٠١٩، ٢٩) (نور الدين حاروش،٢٠١٧)، (سالم مطر،٢٠١٧، ٧١).

- **مراحل التفكير التصميمي في خمس مراحل أساسية؛ وهي:**

المرحلة الأولى:الإحساس بوجود المشكلة(التعاطف):ويكون ذلك من خلال إحساس المتعلمات(الفتيات في دور الرعاية) بالمشكلة، وقد يتأثرن بعواقبها وآثارها.كما تعتبر هذه الخطوة هي الأساس في عملية التفكير التصميمي المتمحور حول الإنسان، فأسلوب التعاطف هو ما يقوم به الإنسان لفهم الأشخاص في نطاق المشكلة، وفهم سبب فعلهم للأشياء، واحتياجاتهم الجسدية والعاطفية وكيف يفكرون بالعالم، وما المفيد بالنسبة لهم.

المرحلة الثانية:تحديد المشكلة:ويعني ذلك فهمها فهم جيد وتحديدها تحديدا دقيقا، ووصفها بدقة هو الذي يقود إلى إمكانية حلها، ويتم تحديد المشكلة من خلال تحليلها إلى عناصرها الأساسية، ودراسة كل عنصر على حدى؛ مع الحفاظ على روابطه مع العناصر الأخرى المكونة للمشكلة.

المرحلة الثالثة:التوليد والتخيل:وهي مستمدة من العصف الذهني، إذ يجب تحفيز المتعلمات (الفتيات في دور الرعاية) على التصور والتركيز؛ لتوليد أكبر عدد من الحلول والبدائل للمشكلة، وعدم تقيمها وقبولها جميعا.

المرحلة الرابعة:البناء والنمذجة: وهي عملية تصميم نموذج أولي سريع لتجريب مدى قبول أفضل الأفكار المستنبطة سابقا استبعاد غير الممكن منها، والهدف من هذه المرحلة هو التجريب والتعلم من الخطأ.

المرحلة الخامسة:التنفيذ والاختبار: وفيها يتم تنفيذ الحل للمشكلة بالاعتماد على أفضل حل تم اختياره.

المحور الثالث:الأمن الأسري:

هو الشعور بالبيئة الاجتماعية على أنها بيئة صديقة، وشعور الفرد بأن الآخرين يحترمونه، ويتقبلونه داخل هذه البيئة.(رائد سليمان، ٢٠١٢، ٤٨)

ويعتبر التواصل الوالدي من العوامل المؤثرة في الأمن الأسري، داخل الأسرة ووقاية الأبناء من الإنحراف ؛ حيث يدرس كثير من علماء النفس العمليات المرضية من خلال المنظور التواصلي، ويقرون أن الطفل يقع فريسة الاضطراب والمرض النفسي عندما يقل التواصل بينه وبين المحيطين، ويتعرض للتشويه؛ مما يوضح أهمية استخدام أساليب التنشئة الاجتماعية والعلاقات، وأساليب التعامل القائمة على التسامح والاحترام والتقبل والديمقراطية،

دون إهمال أو رفض؛ حيث أن أساليب التعامل القائمة على الإهمال أو الرفض أو التسلط، تعد مصادر أساسية للقلق وعدم الشعور بالأمن النفسي الذي يشعر الفرد بالخوف والتوتر مما يقودهم إلى بعض أشكال السلوك الجانح وأنماط مختلفة من الاضطراب النفسي.

ولا تقتصر الحاجة للتواصل إلى مرحلة عمرية معينة؛ لأنها ترتبط بالوجود الإنساني نفسه، إلا أن هذه الحاجة تكتسب أهمية خاصة خلال مرحلة المراهقة؛ وذلك لحاجة المراهق إلى من يرشده ويهديه من خلال تواصل قوي لما يواجهه من مشكلات؛ فإذا تعرض لإحباط نتيجة عدم قدرة المحيطين على احتوائه، وإشباع حاجاته، وعجزه عن التكيف مع البيئة ا لمحيطة به، يكون الناتج الاتجاه للجماعات الجانحة التي قد تؤدي به إلى الانحراف.(فهد الطيار،٢٠١٣، ٣٥٢)

- **أهمية الأمن الأسري:** وضحه كل من(آمال أباظة، وآخرون،٢٠٢٠)،(عزيز الحسيني، ٢٠١٦) كما يلي:

يعتبر الأمن الأسري من أهم مقومات الحياة التي يتطلع إليها الإنسان فى كل مراحل حياته، فإذا وجد ما يهدده في نفسه وماله وعرضه ودينه هرع إلى مكان آخر أكثر أمان؛ فأمن الفرد يصير مهددا في مرحلة من مراحل العمر إذا ما تعرض لضغوط نفسية أو اجتماعية لا طاقة له بها؛ مما قد يؤدي إلى الاضطراب النفسي؛ لذلك يعتبر الأمن النفسي من الحاجات ذات المرتبة العليا للإنسان.

فتوافق الفرد في مراحل حياته المختلفة يتوقف على مدى شعور الفرد بالأمن في طفولته؛ فإذا تربى الفرد في جو أسري آمن يميل إلى تعميم هذا الشعور في بيئته الاجتماعية فيرى أنها مشبعة لحاجاته؛ مما يجعله يحظي باحترام وتقدير الآخرين وبالتالي تقبله لنفسه.

كما يؤثر الجو العاطفي بالبيئة الاجتماعية على شعور الأفراد بالأمن النفسي، فالبيئة الاجتماعية التي يسودها الوفاق والاحترام والتفاهم يعكس أثره على تكيف الأفراد، ونمو الاتجاهات الإيجابية لديهم.

كما يعد الأمن الأسري ضرورة اجتماعية، ومسؤولية مشتركة بين جميع الأفراد؛ من توزيع أدوار، واحترام متبادل بين أفراد البيئة الاجتماعية؛ مما يؤدي إلى تثبيت القيم المرغوبة بالمجتمع.

وتتمثل أهم خصائص التواصل الجيد التي يجب توافرها بين الفتيات والبيئة الاجتماعية في دور الرعاية فيما يلي:

- الفهم المتبادل بين الطرفين للمشكلات التي تواجههن، وإدراك كل طرف للآخر وتقديره.
- تحقيق التوازن بين الحاجات الاتصالية والانفعالية للفتيات بدور الرعاية؛ بما يوفر لهن القدر المناسب من الاستقلالية. (فهد الطيار،٢٠١٣، ص٣٦٢)

- **أهم احتياجات الفتيات في دور الرعاية:** تتلخص احتياجات الفتيات في دور الرعاية فيما يلي: الحب، الحنان، الانتماء، الشعور بتحقيق الذات، التقدير الاجتماعي ، المعرفة والفهم، الاستقلالية والسلطة والتفاعل الاجتماعي؛ حيث يتحقق الأمن الأسري من خلال إكساب الفتيات والشباب الثقافة الأسرية، وزيادة معلوماتهم وتنمية مهاراتهم، ورفع قدراتهم في مجالات التواصل الأسري، والتعامل مع المشكلات الحياتية وأساليب تنشئة الأبناء؛ مما يسهم في تحقيق الأمن الاجتماعي، وينعكس إيجابا على الأمن بمفهومه الشامل. (حنان المسعود، وآخرون، ٢٠١٤، ٢٢٧)

تعد الأسرة نواة المجتمع التي ينمو الأبناء في ظلها حتى النضج؛ فبفضل الرعاية الأسرية تكتمل ملكات وقدرات الفرد، كما تتأثر الأسرة بالظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية للمجتمع، وتؤثر في البناء الاجتماعي عن طريق ما تورثه للبناء من صفات حيوية ووراثية.

ويؤدي المناخ غير الأسري إلى خلق الشعور بالقلق والاضطراب لدى الأبناء، والشعور بعدم التوافق مع أنفسهم، ويكسبهم اتجاهات رافضة لذلك المجتمع وميولاً عدوانية تجاهه؛ مما يؤدي إلى فشلهم في الاندماج بالمجتمع، واتخاذهم مواقف مضادة له، وارتكابهم السلوكيات الجانحة بالفعل.(آمال أباظة، وآخرون،٢٠٢٠، ٣٥٣)

- **أبعاد الأمن الأسري:** وقد وضحها كل من: (آمال أباظة، وآخرون،٢٠٢٠) ، (وفاء لعريط،إسماعيل قيرة،٢٠٢٠)،(محمد خماد، سعيد نويوة،٢٠١٨) ، (حنان المسعود، وآخرون، ٢٠١٤).

- **البعد الفكري والعقائدي للأمن الأسري:** وهو بناء شخصية الفتيات بناءا صحيحا، يقوم على الفكر والحرية والحوار والقناعة الذاتية، وسلامة التنشيئة الاجتماعية، والتربية الصحيحة البعيدة كل البعد عن المؤثرات الخارجية التي تفقد الفتيات هويتهم وقيمهم.
- **البعد الاقتصادي:** ويهتم بتأمين الاحتياجات الأساسية للفتيات، والاهتمام باستثمار قدراتهن في إيجاد فرص الكسب، وتأمين الحياة الكريمة.
- **البعد الصحي:** ويهتم بالحرص على أهمية نشر الثقافة الصحية، والغذائية، لإيجاد أفراد أصحاء جسميا، وعقليا، لهم دور فعال في التنمية المجتمعية بعيدا عن العنف والجريمة.
- **البعد البيئي:** ويهتم بتربية السلوك الذي يحترم الآخرين، ويراعي مشاعرهم بعيدا عن الأنانية والعنف ضد البيئة؛ مما يسهم في تهيئة بيئة نظيفة تعزز الشعور بالأمن والطمأنينة والانتماء.
- **البعد النفسي :** يعني شعور الفرد بالسعادة والرضا والطمأنينة في حياته؛ بما يحقق له الشعور بالسلامة والإطمئنان، والقبول من الآخرين؛ بما يمكنه من تحقيق أكبر قدر من الانتماء للآخرين، مع إدراكه لاهتمامهم وتفهمهم له ؛ ليشعر بقدر كبير من الدفء، ويجعله في حالة من الهدوء والاستقرار، ويضمن له قدرا من الثبات الانفعالي، والتقبل الذاتي واحترام الذات، ومن ثم حدوث الأحسن في الحياة مع إمكانية تحقيق رغباته في المستقبل بعيدا عن أي خطر يهدد أمنه واستقراره في الحياة.
- **البعد العاطفي:** يتعلق الأمن العاطفي بعلاقة الفتيات بالبيئة الاجتماعية؛ من حيث التكيف مع المحيطين، وآلية التعامل معهم من حيث القبول والرفض، وأساليب التنشئة، فكلما زاد الاستقرار والإحساس بالقبول من المحيطين، كلما زاد الأمن والاستقرار العاطفي لدي الفتيات.

كما أن هناك اهتمام عالمي بموضوع الأمن الأسري فهناك توصيات المؤتمر الدولي الأول: الذي كان بعنوان "**الأمن الأسري الواقع والتحديات**"، والذي عقد بتاريخ، ١٣-١٤ أكتوبر،٢٠١٨، وبرعاية أربع جامعات حكومية (الجامعة العراقية، جامعة بابل، الجامعة الجزائرية، كلية الدراسات الإسلامية بصربيا) **والذي كان من أهم توصياته.**

- تشجيع إنشاء مراكز لبحوث الأسرة لنشر الوعي بدور الأسرة في تحقيق الأمن الأسري لكافة أعضائها.

- العزم على عقد ندوات ومحاضرات ولقاءات علمية تستهدف البحث العلمي في مجال التربية.
- توجيه مؤسسات التعليم المختلفة إلى ضرورة العناية والاهتمام ضمن مقرراتها بأصول وقضايا التربية الأسرية.
- تأهيل القائمين على شئون الإرشاد الأسري، وتمكينهم من المهارات المهنية، وتحملهم المسؤولية الأخلاقية.

المحور الرابع: مهارات التعامل مع ضغوط الحياة:

•ضغوط الحياة:

تعرف بأنها: المواقف والأحداث التي يتعرض لها الفرد خلال حياته، وتسبب له صراعا أو توترا وتهديدا، وإن استمرارها قد يؤدي إلى آثار سلبية كالمرض والاضطراب وسوء التوافق. وقد تكون هذه الأحداث داخلية أو خارجية.(آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٩٠)

وتعرف أيضا ضغوط الحياة بأنها: أي حدث أو مجموعة أحداث أو تغيرات داخلية أو خارجية يكون من شأنها أن تؤدي إلى إثارة التوتر النفسي الحاد أو المستمر أو كليهما معا، وهي أيضاً تشمل الأزمات المختلفة التي قد نتعرض لها على نحو متوقع أو غير متوقع.(محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٣٧)

وهي أي تغيير مفاجئ- إيجابي أم سلبي- في نمط حياة الفرد يفوق إمكاناته وقدراته على التعامل معه، ويتطلب منه المواجهة بكل ما يتاح له من إمكانيات شخصية واجتماعية ؛ بغرض التكيف والرجوع إلى حالته الطبيعية التي كان عليها من قبل هذا التغيير ؛ بما يحقق أكبر قدر من الصحة النفسية والجسمية. (محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٤٨)

وهناك تباين واختلافات شخصية كبيرة بين الناس من حيث استجاباتهم للتوتر والاضطراب لما يصيبهم من مشكلات صحية، فبعض الشخصيات تتسم بالمرونة والتسامح والتفهم وباتساع الرؤية، ومن ثم يسهل على هؤلاء الحد من آثار التعرض للضغط النفسي، وهناك بعض الشخصيات التي يتسم أصحابها بالنشاط، والميل إلى المنافسة والعنف والتزمت، وهؤلاء الأشخاص يسهل تعرضهم للأمراض الناجمة عن الضغوط؛ ولهذا تختلف قدرة الأفراد على تحمل الضغوط سواء كان ذلك إيجابيا أو سلبيا. (محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٤٨)

- **الأنواع الأساسية لضغوط الحياة:** حددها كل من(آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٩٢) ، (محمود فرج،٢٠١٣، ٣٤٩)، (زينب بدوي، ٢٠٠٧، ٨٤،٨٥)، فيما يلي:

- **الضغوط البيئية الأسرية:** أي الوضع البيئي الذي يعيشه الفرد، والحياة الاجتماعية، وأساليب المعاملة؛ مثل: القسوة، والإهمال، والصراعات التي يواجهها بداخله.
- **الضغوط الاجتماعية:** وتشمل العزلة، والعنف الجسدي، والإهمال.
- **ضغوط العمل:** وترتبط ببيئة العمل والعلاقة بالزملاء والرؤساء والمرؤسين، وروتين العمل، وافتقاد العدالة في توزيع أعباء العمل، وأوقات العمل، والخوف من الفشل...إلخ
- **الضغوط الأكاديمية:** وتتمثل في الظروف الدراسية ، والعلاقات داخل المدرسة، والمقررات، والامتحانات.
- **الضغوط الانفعالية:** كالقلق والإحباط، والمخاوف المرضية، والظروف المعيشية المختلفة، وتدني الثقة بالنفس، والمفاهيم السلبية عن الذات، وضعف مقاومة الفرد الداخلية لهذه الضغوط. ولا يكمن تأثير الضغوط على الفرد في حجمها ونوعيتها؛ ولكن يتوقف على إدراك الفرد لحجم التهديد واستجابته لهذه الضغوط.

والجدير بالذكر أن الأفراد يختلفون في مدى شعورهم بالضغوط وتأثرهم بها، ويعزى ذلك إلى أن بعض متغيرات الشخصية، ربما تعمل كمصادر شخصية في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة؛ حيث تؤثر سمات الشخصية على عمليات تحمل الفرد في مواجهة مصادر الضغوط، إما بطريقة مباشرة عن طريق ما يمتلكه الفرد من قدرات، أو بطريقة غير مباشرة عن طريق تقييم الفرد للموقف المهدد أو تكيفه معه، وقد يتفادى الفرد التأثير السلبي لضغوط الحياة، ويظل متمتعا بالصحة النفسية، وهناك من لايستطيع الصمود أمام تلك الأحداث الحياتية الضاغطة، فتضطرب حياته، وتضطرب صحته النفسية، والفاصل بين الحالتين هو أساليب المواجهة. (آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٩٣)

- **أساليب مواجهة الضغوط:**

هي مجموعة من الإستراتيجيات السلوكية و المعرفية يسعى من خلالها الفرد إلى تطويع المواقف الضاغطة، ومحاولة حل المشكلات الحياتية، أو تخفيف التوتر الانفعالي المترتب عليه؛ حتى يصل إلى مستوى التوافق. (آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٩٣)، (محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٤٩)، وتتمثل فيما يلي:

١- **المواجهة بالتمركز حول المشكلة:** وتتضمن المحاولات التي يبذلها الفرد للتعامل مع مصدر الضغط، لتشمل الأنشطة السلوكية والمعرفية التي من شأنها التخلص من المثير المهدد؛ مما يسمح للفرد بالتحرك تجاه تخفيف الحدث الضاغط أو التخلص منه.

٢- **المواجهة بالتمركز حول الانفعال:** وهومحاولات الفرد للتخلص من الضيق الانفعالي المرتبط بموقف الضغط أو تخفيضة، مما يسعاد على تخفيض الشعور بالضيق أوالتوتر.

٣- **العمل من خلال الحدث:** وهي الاستفادة من الحدث في الحاضر، وتصحيح مساره لتوقعات المستقبل من خلال التفكير المنطقي.

٤- **العلاقات الاجتماعية:** مع الآخرين والرفاق والأصدقاء والأهل حتى يتمكن الفرد من مواجهة الأحداث الصادمة.

٥- **تنمية الكفاءة الذاتية:** وتكريس الفرد جهده للعمل، ووضع خطط جديدة ترضي طموحاته؛ مما يشعر الفرد بالكفاءة والرضا عن الذات.

- **مصادر مواجهة الضغوط:**

وقد صنفتها (نادية شريف، ٢٠١٦، ٢٠٦)إلى ما يلي:

أولاً: المصادر الشخصية: وتعني بخصائص الفرد الثابتة نسبيا، والتي تؤثر على عملية اختيار طرق محددة لمواجهة المواقف الضاغطة التي قد تواجهه الفرد، وتتضمن، (تقدير الذات، والقدرة على التحكم، والذكاء، مهارات حل المشكلات الشخصية وغير الشخصية).

ثانياً:المصادر الاجتماعية:(كالمساندة الاجتماعية، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، والتماسك الأسري داخل البيئة الاجتماعية).وتعمل هذه المصادر بنوعيها على تسهيل عملية مواجهة الضغوط..

وتوجد ثلاث مراحل لمواجهة الضغوط : وقد حددها كل من (آمنة العكاشي وآخرين، ٢٠١٨، ١٩٤-١٩٥) ، (زينب بدوي، ٢٠٠٧، ٨٤،٨٥)، نادية شريف، ٢٠١٦، ٢٠٦) فيما يلي:

١. **التنبه أو الإنذار:** وتبدأ بإدراك الفرد لوجود مصدر ضغط بغض النظر عن سبب الضغط؛ حيث يظهر على الجسم استجابات عديدة، و يزداد إنتاج الجسم للطاقة المقاومة للضغوط.

٢. **المقاومة:** وفيها يفرز الجسم هرمونات تساعده على المقاومة، وتقل كفاءة أجهزة الجسم الحيوية، ويبدأ الإحساس بالتعب والتوتر، وصعوبة التركيز وتزايد الأخطاء.

٣. **الإنهاك:** مع استمرار الفرد للتعرض للحدث الضاغط، يحدث إنهاك وانهيار للجسم، و تقل مناعة الجسم، ويصبح أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، وفقد القدرة على اتخاذ القرارات والتعامل مع الآخرين، ويختلف ذلك من شخص لآخر.

- **إستراتيجيات مواجهة الضغوط:** وقد حددها كل من(آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨، ١٩٦) ، (محمود فرج، ٢٠١٣، ٣٤٨)كما يلي:

- **إستراتيجيات إيجابية:** وتوظف لاقتحام الأزمة وتجاوز آثارها، من خلال الإجراءات التالية:

١- التحليل المنطقي للموقف الضاغط بغية فهمه، والتهيؤ الذهني له.

٢- إعادة التقييم الإيجابي للموقف، وإعادة بنائه بطريقة إيجابية ومحاولة تقبل الواقع .

٣- البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف الضاغط، وطلب المساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطها بالموقف الضاغط.

٤- استخدام أسلوب حل المشكلات للتصدي للأزمة بصورة مباشرة .

٥- معالجة الضغوط أولًا بأول؛ حتي لا يتعذر حلها.الاسترخاء في فترات متقطعة يوميا.

٦- تعلم مهارات التفاوض لفض النزاعات.

٧- تحسين الحوارات الإيجابية مع النفس، وتوسيع مجال مصادر المتعة للفرد؛ كالأصدقاء، والرحلات، والحديث الإيجابي مع النفس .

٨- توزيع الأعباء على الآخرين، وتعلم قول لا للمهام غير المعقولة.

٩- الموازنة بين الاحتياجات الخاصة، والراحة ووقت الفراغ والترفيه، وتلبية مطالب الآخرين.

- **إستراتيجيات سلبية:** و يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير فيها، وذلك من خلال الأساليب التالية:

١- الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي والممكن في الأزمة.

٢- التقبل الاستسلامي للأزمة، وترويض النفس على تقبلها.

٣- البحث عن الإثابات أو المكافآت البديلة، عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها لتوليد مصادر جديدة للإشباع والتكيف بعيدا عن مواجهة الأزمة.

٤- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظيا عن المشاعر السلبية؛ لتخفيف التوتر.

- **مهارات التعامل مع الضغوط Stress Management Skills:**

أصبح الإنسان يعيش حالة من الضغوط، بسبب المواقف التي تهدد حياته ومستقبله وتزيد من قلقه وتوتره؛ لذا يجب التدريب على استخدام أفضل الأساليب لمواجهتها، وامتلاك مهارات مواجهتها، وهي مهارات التعامل مع الضغوط التي يقصد بها الجهود الصريحة التي يقوم بها الفرد؛ لكي يسيطر عليها، أو يديرها أو يتحمل مسببات الضغوط التي تفوق طاقته الشخصية.(هالة شمبولية، ٢٠٢٠، ٢٦٦)

وهي قدرة الفرد على إدارة الصراع الأسري، وإدارة وقت الأسرة، وإدارة الغضب الأسري، وإدارة الأزمات الأسرية، بشكل يمكنه من اتخاذ الإجراءات أو الوسائل التي تساعد في التعامل مع الضغوط والحد من آثارها السلبية لمواجهة متطلبات الحياة ولتحقيق الأهداف المنشودة.(إيمان لطفي،٢٠١٣، ١٥٤)

وقد وضحها كل من:(هالة شمبولية،٢٠٢٠)، (آمنة العكاشي وآخرين،٢٠١٨)، (نادية شريف، ٢٠١٦)، (محمود فرج، ٢٠١٣)، (إيمان لطفي،٢٠١٣)،(زينب بدوي، ٢٠٠٧) فيما يلي:

١. **مهارات الحوار والمناقشة:Dialogue and discussion** :القدرة على استخدام البراهين والأدلة–المصداقية والأمانة–مراعاة الألفاظ وصحة المعاني– القدرة على التعبير –ومراعاة آداب الحديث– احترام المشاعر–المرونة في التفكير–عدم إظهار الغضب.

٢. **مهارات إدارة الوقت: Time Management Skills** : وتعني قدرة الفرد على التخطيط القصير المدى والطويل المدى، وتنسيق الأولويات في أداء المهام، وتحديد الأنشطة المختلفة للوصول إلى أفضل استخدام للوقت المتاح، وتجنب إرجاء بعض المشكلات الصعبة إلى وقت لاحق، ومراقبة الفرد لسلوكه وانتباهه لتخطيطه وتنسيقه للوقت .

٣. **مهارات سلوكية:Behavioral skills** :وهي ترتبط بسمات الشخصية وقدرة الفردعلى مواجهة وتقبل الضغوط والسيطرة عليها دون قلق أو توتر؛ كالإقدام أوالإحجام عن مواجهة الموقف، وتجاوز آثارها السلبية الجسمية أو النفسية، والقدرة على التمكن من الأداء والعمل، والسعي للعمل والإبداع، والمبادرة والإنجاز ، والتعاون والتسامح عند حل مشكلات الحياة.

٤. **مهارات إدارة الأزمات: Crisis management skills**: وهي التي توظف لاقتحام الأزمة وتجاوز آثارها، من خلال (تقييم الأزمة الضاغطة من حيث قوتها وتأثيرها على الفرد، والبحث عن المعلومات والمواقف المشابهة الإيجابية التي تفيد في حل الأزمة، وتعلم مهارات التفاوض وفض النزاع، وتوسيع مصادر المتعة والترفيه، والاتصال بالمحيطين الموثوق بهم في حل مثل هذه الأزمات).

٥. **مهارات إدارة الغضب:Anger management skills** : وتشمل مهارات تحسين الحوارات الإيجابية،الاسترخاء في فترات متقطعة يومياً، تعلم قول لا للمهام غير المعقولة. الموازنة بين الاحتياجات الخاصة والراحة ووقت الفراغ والترفيه، وبين تلبية مطالب الآخرين.

٦. **مهارات التجاهل والإنكار: Ignore and denial skills** : وهي تلك التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير ، فيها وذلك من خلال (الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي والممكن في الأزمة،التقبل الاستسلامي للأزمة وترويض النفس

على تقبلها، البحث عن الإثابات أو المكافآت البديلة، عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة للإشباع والتكيف بعيداً عن مواجهة الأزمة، التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظيا عن المشاعر السلبية غير السارة، لتخفيف التوتر).

المحور الخامس: دور الرعاية الاجتماعية للفتيات:

- **مفهوم الفتيات اليتيمات:**

اليتيم: يشير مفهوم اليتيم إلى من فقد أحد والديه أو كلاهما، كما أن مصطلح اليتيم يستخدم ليشير إلى الأطفال مجهولي الوالدين، واسم اليتيم يطلق تجاوزا لكل من فقد أباه قبل البلوغ، فهو يتيم حتى يبلغ الحلم، ويقال للمرأة يتيمة ما لم تتزوج، فإذا تزوجت زال عنها الاسم (اليتيم)، واليتيم في الشرع: هو من فقد أباه وهو دون البلوغ، ويقصد **بالفتيات اليتيمات** كل فتاة فقدت والديها، ولم تتزوج بعد، ويتم رعايتها وحمايتها داخل دور الرعاية الاجتماعية. (عزة عبدالله،٢٠١٠، ٦٠٣)

- **مفهوم دور رعاية الفتيات اليتيمات:**

ويقصد بها دار الرعاية الاجتماعية للبنات والتي تهدف إلى إيواء الفتيات الأيتام ومجهولي الأبوين ومن في حكمهم، وتهيئة المناخ المناسب لتكون الدار بمثابة عائل مؤتمن بديل عن الأسرة الطبيعة وتقدم الرعاية المتكاملة لهؤلاء الفتيات لنموهم نموا سليما، ومساعدتهم على التكيف مع أنفسهم ومع المجتمع.

وتستقبل هذه الدور الفتيات الأيتام ومن في حكمهم الذين بلغوا سن السادسة من العمر، لإيوائهن ورعايتهن وتربيتهن؛ بحيث تكون أقرب ما يمكن إلى بيت الأسرة الطبيعي إلى أن يتم إعدادهن ليصبحن ربات بيوت قادرات على تهيئة حياة أسرية كريمة. وتعتمد الدار في تقديم برامج الرعاية على الرعاية المتكاملة التي تهدف إلى مساعدة الملتحقات بها على التكيف مع نظام الحياة بها وحل ما يعترضهن من مشكلات، ومن هذه البرامج المتكاملة برامج الرعاية الاجتماعية، برامج الرعاية التعليمية، البرامج النفسية، البرامج الرياضية، البرامج الترويحية. (عزة عبدالله،٢٠١٠، ٦٠٣)

- **أوجه الرعاية المقدمة بدار الرعاية الاجتماعية للفتيات:**التي حددتها وزارة التضامن الاجتماعي:تقدم دور الرعاية الاجتماعية للفتيات مجموعة خدمات مهمة وهي: (الرعاية الاجتماعية، الرعاية النفسية، الرعاية التعليمية، الرعاية الصحية، الرعاية الدينية).

وهناك **أيضاً عدة برامج وأنشطة تنفذ بالدور منها أنشطة خارجية ومنها أنشطة داخلية وهذه البرامج ترويحية وثقافية منها:**(اجتماعات الأسرة، النشاط الرياضي، النشاط الثقافي ، نشاط التربية الفنية، النشاط الترويحي، ويتضمن الرحلات الخارجية، والجولات الحرة، والأنشطة الداخلية المعدة من قبل الجهاز الفني العامل بكل دار).

- **أهداف الأنشطة المنفذة بدور الرعاية الاجتماعية:**

تهدف دور الرعاية الاجتماعية إلى مجموعة من الأهداف الأساسية منها:

١- ترك الأثر الطيب على الأبناء؛ حيث تساهم في استقرارهم بالدار، وشغل أوقات فراغهم بما هو مفيد لهم .

٢- تنفيذ سياسة الوزارة في توفير الرعاية الاجتماعية للحالات التي تحول ظروفها الاجتماعية والنفسية والبيئية والذاتية عن التكيف مع المجتمع ، وتعمل على توفير الأمن والطمأنينة والرعاية المناسبة لهم.

٣- بث الوعي فيهم وحثهم على حياة فعالة؛ ليتمكنوا من الاعتماد على أنفسهم ليستطيعوا العودة إلى المجتمع أفرادا أسوياء .

٤- تعديل سلوك الفتيات برعاية الأحداث المعرضات للانحراف والمنحرفات فعلا.وترى الباحثة من خلال عرض الأهداف السابقة أن هناك أهداف لاتقل أهمية عن الأهداف السابقة ولم يتم تضمينها؛ مثل:

١. مساعدة الفتيات في حل المشكلات الحياتية االتي تواجههن نتيجة التعرض لضغوط الحياة اليومية .

٢. تحقيق أبعاد الأمن الأسري للفتيات من خلال تدريبهن على بعض الأنشطة تربوية الناتجة عن تزايد الضغوط الحياتية، والتي تؤثر على توافق وتكيف الفتيات اليتيمات مع أنفسهن، ومع من يتعاملن معه داخل المجتمع.

- **المشكلات الاجتماعية التي تواجه الفتيات اليتيمات بدور الرعاية:**

هناك العديد من المشكلات الاجتماعية التي تواجهه الفتيات في دور الرعاية وضحها كل من (بدرية العتيبي،٢٠١٥، ١٨١)، (عزة عبدالله،٢٠١٠، ٦١٢) في:

١- كثرة التساؤلات المكبوتة التي لا تجد لها إجابات، وهو ما يؤدي بها إلى الانفراد بذاتها والانطواء عمن حولها في البيئة المحيطة.

٢- الشعور الدائم بالخجل إذا وجدت في جماعة، والعزلة التامة عن المجتمع.

٣- شعورها بأنها لا تجيد التصرف في كثير من المواقف، بالإضافة إلى سرعة الخجل إذا تعرضت لأي موقف غير معتادة عليه.

٤- كثرة الخلافات مع قريناتها بالدار ، وشعورها بعدم الوفاق معهن في أكثر الأوقات.

٥- خلو عيونهن من بريق الحب والحنان الذي حرمن منه رغما عنهن، ومعاناتهن من الحرمان الحسي.

٦- إصابتهن بالوصمة الاجتماعية دون ذنب اقترفنه، وصعوبة التكيف مع الآخرين.

٧- فقدهن النداءات المحببة(بابا ، ماما، أخي، أختي، ابنتي.....إلخ).

٨- ضعف التحصيل الدراسي، ونقص الدافعية للتعليم، والانطواء والشعور بالإحباط، وفقدان الثقة بالنفس.

٩- الميل للعدوان، بداية من كثرة المشاحنات مع الآخرين ومحاولة الاعتداء عليهن، وصولاً إلى إلحاق الأذى بالذات.

- **احتياجات الفتيات اليتيمات بدور الرعاية:** للفتيات بدور الرعاية احتياجات خاصة تختلف عن احتياجات الفتيات في نفس المرحلة العمرية داخل أسرهن حددتها كل من(بدرية العتيبي،٢٠١٥، ١٨٧)، (عزة عبدالله،٢٠١٠، ٦٠٣) فيمايلي:

١- الحاجة إلى كثرة توجيهات وإرشادات الآخرين، بسبب غياب الأب والأم .

٢- الحاجة إلى تعلم كيفية اتخاذ القرار.

٣- الحاجة إلى التكيف والتوافق مع البيئة المحيطة.

٤- الحاجة إلى المساعدة في حل المشكلات التي تواجهن.

٥- الحاجة إلى الأمن والأمان والانتماء.

٦- الحاجة إلى الغذاء الصحي، والعناية الصحية والجسمية، والنفسية.

٧- الحاجة إلى الثقة بالنفس وتقدير الذات، والشعور بالرضا و القبول من الآخرين.

٨- الحاجة إلى الشعور بالخصوصية في النوم والمأكل والملبس.

٩- الحاجة إلى وجود بيئة اجتماعية يسودها جو من الطمأنينة والمودة.

أوصى كلاً من (بدرية العتيبي،٢٠١٥، ٢١٥) ،(عزة عبدالله،٢٠١٠، ٦٠٣)،(مرضي سعود المطاوع،٢٠٠٩)، (Baronechrles,2004,9) بما يلي:

١- التأكيد على ممارسة أنشطة البرامج التي تهدف إلى تدريب الفتاة على أداء المهارات والسلوكيات الاجتماعية المرغوبة باستخدام تكنيك لعب الدور.

٢- التأكيد على ممارسة الأنشطة التي تهدف إلى شغل أوقات الفراغ لدى الفتاة بصورة إيجابية من خلال استخدام تكنيك المعسكرات.

٣- ضرورة الاهتمام بممارسة الأنشطة التي تهدف إلى مساعدة الفتاة على حل مشكلاتها بنفسها من خلال استخدام تكنيك النمذجة السلوكية.

٤- ضرورة الاهتمام بممارسة الأنشطة التي تهدف إلى إكساب الفتاة الخبرات والقدرة على تكوين الشخصية الاجتماعية والاتصال بالمجتمع المحيط من خلال تكنيك الزيارات، والرحلات.

٥- ضرورة التأكيد على ممارسة الأنشطة التي تهدف إلى تنمية روح التعاون، والمسئولية الجماعية لدى الفتاة، وتحويلها من الشخصية الفردية إلى الشخصية الاجتماعية من خلال استخدام تكنيك المشروعات الجماعية.

٦- وضع أنشطة البرامج وفقاً للحاجات المتجددة والمتنوعة للفتيات؛ بما يتناسب مع متطلبات العصر.

٧- التأكيد على ضرورة التنوع والتعدد في كافة أنشطة البرامج؛ لتفي بجميع احتياجات وميول ورغبات الفتيات.

٨- الرجوع إلى جميع الخبراء والمختصين (الأكاديميين والممارسين) المهتمين بمجال رعاية وحماية الأيتام للاستفادة من خبراتهم ومعارفهم وأفكارهم في وضع، وتصميم أنشطة البرامج الجماعية.

٩- ضرورة السعي لوضع توصيف علمي من أجل مواجهة المشكلات الاجتماعية للفتيات اليتيمات داخل دور الرعاية الاجتماعية ؛ للتخفيف من حدة المشكلات الاجتماعية لديهن التي تشكل ضغوطاً عليهن.

١٠- إعادة تحديد نطاق أنشطة التنمية الاجتماعية؛ لتأخذ في حسبانها احتياجاتها من الخدمة الاجتماعية فما يدعم الاتجاه المتزايد نحو التحضر.

١١- تكثيف البرامج والمشروعات والأنشطة التربوية التي تهتم بالجوانب النفسية والاجتماعية والتربوية لليتيمات.

وأظهرت نتائج كلاً من (بدرية العتيبي،٢٠١٥)، (سعد المشوح، هيفاء دحام،٢٠١٥)، (فواز صالح وآخرون،٢٠٠٨) مايلي:

- الفتيات اليتيمات أكثر ميلاً للمشكلات النفسية والاجتماعية؛ مثل: الكذب والتمرد والعناد، والمعاناة من الملل والضجر، والخوف من الفشل في الحياة.
- من أهم المشكلات الجسمية التي تعاني منها الفتيات بالدار، التعب بسرعة من أقل مجهود، وفقدان الرغبة في العمل، والصداع المستمر وفقدان الشهية.

الدراسة الميدانية

إجراءات البحث:

أولاً: إعداد قائمة بأبعاد الأمن الأسري:

تم مراجعة البحوث والدراسات والأدبيات السابقة، وتم استخلاص قائمة بأبعاد الأمن الأسري اللازم تنميتها لدي الفتيات بدور الرعاية؛ حيث تضمنت القائمة(ستة) أبعاد رئيسة؛ هي:(**البعد الفكري والعقائدي، والبعد الاقتصادي، والبعد الصحي، والبعد البيئي، والبعد النفسي، والبعد العاطفي**)، واشتمل كل بعد على مجموعة من البنود الفرعية؛ حيث اشتمل البعد الأول وهو(**البعد الفكري والعقائدي)** على سبعة بنود، واشتمل البعد الثاني وهو(**البعد الاقتصادي)** على أربعة بنود ، واشتمل البعد الثالث وهو **(البعد الصحي)** على خمسة بنود، والبعد الرابع وهو **(البعد البيئي)** على أربعة بنود، والبعد الخامس وهو **(البعد النفسي)** على خمسة بنود، واشتمل البعد السادس والأخير وهو(**البعد العاطفي)** على خمسة بنود ليصبح إجمالي عدد بنود القائمة ثلاثين بندا.

وللتحقق من صدق هذه القائمة تم وضعها في استبانة لعرضها على مجموعة من المحكمين (الخبراء والمتخصصين) وعددهم(١٠) ملحق(١) لإبداء الرأي في مدى شمول الأبعاد الأساسية للأمن الأسري، ومدى مناسبة البنود الفرعية للأبعاد الأساسية، ومدى

مناسبتها للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؛ حيث تم الأخذ بآراء المحكمين من إضافة وحذف واستبدال لبعض بنود القائمة، وإعادة صياغة بعض البنود، وتم تعديل قائمة أبعاد الأمن الأسري في ضوء آراء المحكمين لتصبح في صورتها النهائية بملحق(٢). وفيما يلي جدول يوضح عدد الأبعاد الرئيسية، والبنود الفرعية لكل بعد.

جدول(١) البنود الرئيسة، وعدد البنود الفرعية لأبعاد الأمن الأسري

الأبعاد الرئيسية	عدد البنود الفرعية
البعد الفكري والعقائدي	٧
البعد الاقتصادي	٤
البعد الصحي	٥
البعد البيئي	٤
البعد النفسي	٥
البعد العاطفي	٥
المجموع	٣٠

وبذلك تكون الباحثة قد أجابت عن السؤال الأول من أسئلة البحث والذي ينص على : ما أبعاد الأمن الأسري اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية(عينة البحث)؟

ثانياً: إعداد قائمة بمهارات مواجهة الضغوط:

تم مراجعة البحوث والدراسات والأدبيات لاستخلاص قائمة مبدئية بمهارات مواجهة الضغوط؛ حيث تكونت القائمة من (ستة) مهارات أساسية؛ هي: **(مهارات الحوار والمناقشة، ومهارات إدارة الوقت، ومهارات سلوكية، ومهارات إدارة الأزمات، ومهارات إدارة الغضب، ومهارات التجاهل والإنكار)**، واشتملت كل مهارة أساسية علي مجموعة من المهارات الفرعية؛ حيث اشتملت المهارة الأساسية الأولى معرفة مهارات الحوار والمناقشة على ست مهارات فرعية، واشتملت المهارة الأساسية الثانية مهارات إدارة الوقت على أربع مهارات فرعية، واشتملت المهارة الأساسية الثالثة مهارات سلوكية على خمس مهارات

فرعية، واشتملت المهارة الأساسية الرابعة مهارات إدارة الأزمات على ست مهارات فرعية، كما اشتملت المهارة الأساسية الخامسة مهارات إدارة الغضب على أربع مهارات فرعية، واشتملت المهارة السادسة الخاصة بمهارات التجاهل والإنكار على خمس مهارات فرعية؛ ليصبح عدد المهارات الفرعية لقائمة مهارات مواجهة ضغوط الحياة ثلاثين مهارة فرعية.

وللتحقق من صدق هذه القائمة تم وضعها في استبانة لعرضها على مجموعة من المحكمين وعددهم(١٠) لابداء الرأي في مدى مناسبة المهارات الفرعية للمهارات الأساسية، ومدى مناسبتها للفتيات في دور الرعاية (عينة البحث)؛ حيث تم الأخذ بآراء المحكمين من إضافة وحذف وتعديل صياغة لبعض بنود القائمة، وتم تعديل قائمة مهارات مواجهة ضغوط الحياة في ضوء آراء المحكمين لتصبح في صورتها النهائية ملحق(٣).وفيما يلي جدول يوضح عدد المهارات الأساسية والفرعية لقائمة مهارات مواجهة ضغوط الحياة.

جدول(٢) عدد المهارات الأساسية والفرعية لقائمة مهارات مواجهة ضغوط الحياة

المهارات الأساسية	المهارات الفرعية
مهارات الحوار والمناقشة	٦
مهارات إدارة الوقت	٤
مهارات سلوكية	٥
مهارات إدارة الأزمات	٦
مهارات إدارة الغضب	٤
مهارات التجاهل والإنكار	٥
المجموع	٣٠

وبذلك تكون الباحثة قد أجابت عن السؤال الثاني من أسئلة البحث الذي ينص على: ما مهارات مواجهة ضغوط الحياة اللازم تنميتها لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)؟

ثالثا: تصميم أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي:

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من قائمة أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة، قامت بتصميم ثمانية موضوعات متنوعة من موضوعات الاقتصاد المنزلي في ضوء مراحل التفكير التصميمي المحددة؛ حيث روعي مايلي:

- اختيار الموضوعات من علم الاقتصاد المنزلي بما يناسب الفتيات، وحرص الباحثة على تحقيق رغباتهن.
- تم وضع عنوان وأهداف ومقدمة وخطوات تنفيذ الأنشطة وفق مراحل التفكير التصميمي، ووسائل وأدوات وأسلوب تقويم لكل نشاط.
- تضمن كل نشاط بعض أبعاد الأمن الأسري، وبعض مهارات مواجهة ضغوط الحياة.من خلال توظيف موضوعات الاقتصاد المنزلي، تم عرض أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي على مجموعة من المحكمين وعددهم (١٠) لإبداء الرأي من حيث مدي مناسبتها للفتيات بدور الرعاية، وأيضاً مدى مناسبة الأنشطة للموضوعات المحددة، وأهدافها ومحتواها، ومدى السلامة اللغوية والأسلوب، واقترح المحكمون بعض التعديلات؛ منها:
  - حذف بعض الموضوعات الخاصة بتنفيذ أصناف.
  - إضافة موضوعات لها علاقة بتنمية البعد الاقتصادي. وبعد إجراء التعديلات التي اقترحها المحكمون أصبحت(أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي) في صورتها النهائية ملحق(٤).

وبذلك تكون الباحثة قد أجابت عن السؤال الثالث الذي ينص على"

ما التصور المقترح لأنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)"؟

رابعاً: أدوات البحث:

☒ **الأداة الأولى: مقياس أبعاد الأمن الأسري:**

- يهدف المقياس إلى قياس مدى نمو **أبعاد الأمن الأسري** لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث) بعد تطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي.
- صمم مقياس **أبعاد الأمن الأسري** بحيث تكون من ستة أبعاد رئيسة؛ هي:

البعد الفكري والعقائدي، والبعد الاقتصادي، والبعد الصحي، والبعد البيئي، والبعد النفسي، والبعد العاطفي.

- اشتمل كل بعد أساسي على مجموعة من العبارات الفرعية؛ حيث اشتمل البعد الأول وهو **البعد الفكري والعقائدي** على سبع عبارات فرعية: (منها٥ إيجابية ، و٢ سلبية) واشتمل البعد الثاني وهو **البعد الاقتصادي** على أربع عبارات فرعية: (منها ٣ إيجابية ، و١ سلبية)، واشتمل البعد الثالث وهو **البعد الصحي** على خمس عبارات فرعية إيجابية، ، والبعد الرابع وهو **البعد البيئي** على أربع عبارات فرعية (منها ٣ إيجابية ,١ سلبية)، والبعد الخامس وهو **البعد النفسي** على خمس عبارات فرعية (٤ إيجابية،١ سلبية) ، كما اشتمل البعد السادس وهو **البعد العاطفي** على خمس عبارات فرعية (٣ إيجابية، ٢ سلبية) ليصبح إجمالي عدد عبارات القائمة ثلاثين عبارة.
- أمام كل عبارة من العبارات مقياس متدرج من ١ إلى ٥ (دائما أفعل–غالبا أفعل–أحيانا أفعل، نادرا أفعل، لا أفعل أبدا). وأصبحت الدرجة النهائية للمقياس ١٥٠ .
- تم تحديد زمن المقياس (خلال التجربة الاستطلاعية) بحساب متوسط الزمن لأقل وأكبر زمن؛ حيث قدر زمن تطبيق المقياس ساعة واحدة.

صدق المقياس: قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (١٠) محكمين ملحق رقم (١). وذلك لتحكيم المقياس من حيث دقة وسلامة الصياغة وملاءمته للمرحلة العمرية للفتيات في دور الرعاية. واقترح المحكمون إعادة صياغة بعض العبارات فقط، ثم قامت الباحثة بالتعديل في ضوء آراء المحكمين .

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة الثبات بالإعادة (Test–Re–Test)؛ حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس مرتين على عينة من

الفتيات بدار محبي الجنة بصقر قريش، وعددهن ١٥ فتاة (من غير عينة البحث) بفارق زمنى أسبوعين، وقد تم اختيار هذه الدار؛ حيث إنها الأقرب من حيث أعمار الفتيات والأنظمة المطبقة. وقد بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق (٠.٨١) مما يدل علي ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق، وذلك بمساعدة متطوعة ومشرفة وإخصائية اجتماعية. ملحق رقم(٥).

☒ **الأداة الثانية:اختبار مواقف لقياس مدى تنمية** مهارات مواجهة الضغوط:

- تم تصميم الاختبار بهدف قياس مدى تنمية مهارات مواجهة الضغوط لدى الفتيات بدور الرعاية، بعد تدريس أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي؛ حيث تقيس المواقف في الاختبار مهارات مواجهة الضغوط. وقد اشتمل اختبار المواقف الخاص بمهارات مواجهة الضغوط على(٢٨) سؤالاً منها (٤) أسئلة تخص مهارات الحوار والمناقشة من السؤال رقم ١ إلى السؤال رقم ٤ ، و (٥) أسئلة تخص مهارات إدارة الوقت من السؤال رقم ٥ إلى السؤال رقم٩ ، و (٤) أسئلة تخص المهارات السلوكية من السؤال رقم ١٠ إلى السؤال رقم ١٣، و(٦) أسئلة تخص مهارات إدارة الأزمات من السؤال رقم ١٤ إلى السؤال رقم ١٩، و(٤) أسئلة تخص مهارات إدارة الغضب من السؤال رقم ٢٠ إلى السؤال رقم ٢٣، و(٥) أسئلة تخص مهارات التجاهل والإنكار من السؤال رقم ٢٤ إلى السؤال رقم ٢٨ .
- الاختبار موضوعي (اختيار من متعدد) ؛ بحيث يكون رأس السؤال عبارة عن موقف يتبعه أربع إجابات على الفتاة اختيار الإجابة الصحيحة .
- الاختبار مكون من ثمانية وعشرين موقفا ، لكل سؤال درجتان. و قدرت الدرجة النهائية للاختبار بـ ٥٦ درجة .
- تم تحديد زمن الاختبار (خلال التجربة الاستطلاعية) بحساب متوسط الزمن لأقل وأكبر زمن؛ حيث قدر زمن تطبيق الاختبار ساعة ونصف.

صدق الاختبار: قامت الباحثة بعرض الاختبار على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم(١٠) محكمين ملحق (١). وذلك لمراجعة الاختبار والحكم عليه من حيث دقة وسلامة الصياغة وملاءمته للمرحلة العمرية للفتيات (عينة البحث)، ومدى ارتباط

البنود بالأبعاد الرئيسة، وكفاية الأبعاد الأساسية للتعبير عن مهارات مواجهة الضغوط، واقترح المحكمون بعض التعديلات؛ منها:

- حذف بعض الأسئلة لعدم مناسبتها.
- تعديل صياغة بعض الأسئلة لتناسب طبيعة الفتيات في دور الرعاية، ثم قامت الباحثة بالتعديل في ضوء آراء المحكمين .

ثبات الاختبار: تم التحقق من ثبات الاختبار باستخدام طريقة الثبات بالإعادة (Test-Re-Test)؛ حيث قامت الباحثة بتطبيق الاختبار مرتين على عينة من الفتيات بدار محبي الجنة بصقر قريش، وعددهن ١٥ فتاة (من غير عينة البحث) بفارق زمنى أسبوعين. وقد تم اختيار هذه الدار؛ حيث أنها الأقرب من حيث أعمار الفتيات والأنظمة المطبقة. وقد بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق (٠.٩٣) ؛مما يدل علي ثبات الاختبار وصلاحيته للتطبيق، وذلك بمساعدة متطوعة ومشرفة وأخصائية اجتماعية.وقد أصبح الاختبار في صورته النهائية ملحق(٦).

خامساً: خطوات تنفيذ تجربة البحث:

استغرق تنفيذ تجربة البحث (١٠) لقاءات في الفترة من السبت ٢٦-٩-٢٠٢٠ إلي ٢٨-١١-٢٠٢٠، بواقع ساعتين للقاء من الساعة الرابعة حتى السادسة مساءا، فيماعدا لقاءات التطبيقين القبلي والبعدي لأدوات البحث؛ حيث استغرق كل لقاء ساعتين ونصف، من الساعة الرابعة إلى السادسة والنصف. وذلك وفقاً للخطة الزمنية التي أعددتها الباحثة؛ لتطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية ؛ حيث بدأت اللقاءات يوم السبت(٢٦-٩-٢٠٢٠)، وانتهت يوم السبت (٢٨-١١-٢٠٢٠)، ويوضح الجدول (٣) الخطة الزمنية لتنفيذ تجربة البحث.

١. عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من دار المبرة للفتيات بالملك الصالح، وتم التواصل معهن وتطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي، من خلال جمعية صحبة وعيلة بالمعادي، والتابعة للوزارة الشئون الاجتماعية، والمشهرة برقم ١١٠٧٩ لعام ٢٠٢٠م.

وعددهم(٣٠) فتاة، في المرحلة العمرية من ١٨-٢٤ ، ويمثلن المجموعة التجريبية؛ حيث اعتمدت الباحثة علي استخدام المجموعة التجريبية الواحدة ؛ وذلك لصعوبة الحصول علي عينة أخري تمثل العينة الضابطة، نظراً لاختلاف الأنظمة من دار إلى أخرى وطبيعة المشرفين وطبيعة التعامل مع الفتيات وإمكانية السماح بالتطبيق.

ملحوظة : تم السماح للباحثة بإجراء المقابلات الشخصية مع الفتيات والمشرفات والمتطوعات والأخصائيات الاجتماعيات، وتطبيق المقياس واختبار المواقف ، بالدور التالية (بيت السعد، محبي الجنة، دار الود،أحباب الله) ؛ ولكن لن يسمح لها بالتطبيق أو اختيار عينة ضابطة وفقا للنظم المطبقة بهذه الدور ، لذلك اعتمدت الباحثة على التصميم التجريبي ذي المجموعة الواحدة.

٢.التطبيق القبلي لأداتي البحث:

قامت الباحثة بتطبيق اختبار المواقف الخاص بمهارات ضغوط الحياة، ومقياس أبعاد الأمن الأسري، على الفتيات بدار المبرة من خلال جمعية صحبة وعيلة التابعة لوزارة الشئون الاجتماعية؛ للتعرف على مفاهيم ومهارات ومعلومات الفتيات عينة البحث عن أبعاد الأمن الأسري ومهارات مواجهة ضغوط الحياة، قبل تطبيق تجربة البحث؛ حيث تم التطبيق القبلي لأدوات البحث في يوم السبت الموافق (٢٦-٩-٢٠٢٠) بواقع ساعة لتطبيق المقياس، وساعة ونصف لتطبيق اختبار المواقف، وذلك بمساعدة أخصائية اجتماعية، ومشرفة، ومتطوعة. تم تصحيح الاختبار، وتقدير درجات المقياس للاستفادة منها واستخدامها في المعالجة الإحصائية بعد التطبيق البعدي للأدوات وإجراء المعالجة الإحصائية لاستخلاص النتائج.

٣.تطبيق الأنشطة التربوية القائمة على التفكير التصميمي :

تم مقابلة فتيات دار المبرة بالملك الصالح من خلال جمعية صحبة وعيلة التي وفرت مواعيد وأماكن تنفيذ الأنشطة، ومن خلال المقابلة مع الفتيات وبعد تطبيق أداتي البحث جلست الباحثة في مناقشة مفتوحة مع الفتيات وعرضت عليهن مجموعة من الأنشطة التي يمكن تنفيذها في الاقتصاد المنزلي، وذكرت أنه يفضل اختيار أنشطة تحل مشكلات

وضغوط لديهن؛ حيث تساعد هذه الأنشطة القائمة على التفكير التصميمي على حل مشكلاتهن باتباع أسلوب تفكير يمكن من خلاله مواجهة المشكلات والتخطيط لحلها.

- تم تخطيط موضوعات الاقتصاد المنزلي التي اختارتها الفتيات في صورة أنشطة قائمة على التفكير التصميمي.
- تم تطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي، بهدف تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة، وفقا للأنشطة المصممة ملحق(٤).وصور أثناء التطبيق ملحق(٧)
- قامت الباحثة بالتدريس للمجموعة التجريبية، وذلك لحرصهاعلى تطبيق تجربة البحث بدقة، وقد عاونها في التطبيق مشرفة ومتطوعة وأخصائية اجتماعية؛ حيث بدأ التدريس يوم السبت٢٦-٩-٢٠٢٠، وانتهى التدريس يوم السبت الموافق٢٨-١١-٢٠٢٠. كما هو موضح في الجدول التالي. وتوجد إفادة بمدة تطبيق البحث من جمعية صحبة وعيلة التابعة لوزارة الشئون الاجتماعية والمشهرة برقم(١١٠٧٩)لعام ٢٠٢٠م ملحق(٨).
- تم تطبيق بعض الموضوعات من خلال برنامج zoom meating نظراً لظروف جائحة كرونا.
- ملحوظة: جميع الموضوعات تم تحديدها من خلال الفتيات أنفسهن؛ حيث ذكرن أنهن في قمة الاحتياج إلى مثل هذه الموضوعات.

جدول(٣) الخطة الزمنية والموضوعات لتنفيذ تجربة البحث

م	التاريخ	عنوان موضوعات الاقتصاد المنزلي المشتملة على أنشطة قائمة على التفكير التصميمي	زمن التدريس
١	26-9-2020	التطبيق القبلي لأدوات البحث: -اختبار مواقف مهارات مواجهة الضغوط، للمجموعة التجريبية. -مقياس الأمن الأسري، للمجموعة التجريبية.	ساعة لتطبيق المقياس، وساعة ونصف لتطبيق اختبار المواقف.
٢	3-10-2020	اللقاء الأول – الموضوع الأول . التطريز بالخيوط للتغلب على ضرورة شراء قطعة جديدة	ساعتين من ٤-٦ مساء
٣	10-10-2020	اللقاء الثاني – الموضوع الثاني التطريز بالشرائط للتغلب على ضعف الجانب الاقتصادي	ساعتين من ٤-٦ مساء
٤	17-10-2-20	اللقاء الثالث– الموضوع الثالث وعي غذائي+عمل صنف كامل القيمة الغذائية يمكن بيعه والتربح من خلاله(مكرونة ألفريدوا)	ساعتين من ٤-٦ مساء
٥	24-10-2020	الرابع – الموضوع الرابع الجونلة للتغلب على الجانب الاقتصادي.	ساعتين من ٤-٦ مساء
٦	31-10-2020	الخامس – تابع الموضوع الرابع تنفيذ الجونلة للتغلب على الجانب الاقتصادي.	ساعتين من ٤-٦ مساء
٧	7-11-2020	اللقاء السادس – الموضوع الخامس وعي صحي+اتباع قواعد الأمن والسلامة داخل وخارج الدار.	ساعتين من ٤-٦ مساء
٨	14-12-2020	اللقاء السابع – الموضوع السادس أصول التصرف مع الأشخاص المحيطين داخل وخارج الدار.	ساعتين من ٤-٦ مساء
٩	21-12-2020	اللقاء الثامن – الموضوع السابع تذوق ووعي ملبسي	ساعتين من ٤-٦ مساء
١٠	28-12-2020	التطبيق البعدي لأدوات البحث: -اختبار مواقف مهارات مواجهة الضغوط، للمجموعة التجريبية. -مقياس الأمن الأسري، للمجموعة التجريبية.	ساعة لتطبيق المقياس، وساعة ونصف لتطبيق اختبار المواقف.

وقد لاحظت الباحثة أثناء تجربة البحث ما يلي:

- من أكثر الضغوط المؤثرة في الفتيات فاقدي الهوية من ١٨-٢٤ عند الخروج للمجتمع الخارجي، وشعورهن بأنهن عار علي المجتمع، واحتياجهن إلى المعلومات والمهارات التي تعينهن على مواجهة هذه الضغوط.
- شعورهن بفقدان الاحتواء؛ فقد تعيش خمس فتيات في غرفة واحدة: منهن من لها كفيل يلبي رغباتها واحتياجاتها، وأخري لاتشعر بالأمن الاقتصادي ولاتجد من يحقق لها الأمن الاقتصادي.
- في هذه المرحلة العمرية من ١٨-٢٤ تختلف أنشطة الفتيات في الدار الواحدة، فمنهن من تذهب للمعهد أو الكلية لتكمل دراستها، ومنهن من تخرج للعمل، ومنهن من تجلس مهمشة بالدار دون أي نشاط يذكر.
- تحمس الفتيات للقيام بالأنشطة، والمبادرة بالعمل، لمجرد شعورهن بوجود من يهتم بتنمية مهاراتهن ومعلوماتهن؛ حيث يشعرن بالتجاهل والتهميش؛ لأن أغلب الأنشطة بالدار تقدم للمرحلة العمرية الأصغر من ٨-١٥.
- تفتقد الفتيات إلى الشعور بوجود من يحبهن داخل الدار، وقد يبحثن عن هذا الحب خارج الدار؛ مما يعرضهن للخطر والاستغلال، ولكن تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة علي التفكير التصميمي، ونابعة من احتياجاتهن وتم اختيارها بناء على رغباتهن، يشعرهن بوجود من يحبهم ويحاول تلبية رغباتهن، مما كان له عظيم الأثر على حالتهن النفسية، خاصة بعد أن عرفن أن الباحثة تتطوع بجميع الأدوات والخامات المستخدمة من أجل شعورهن بالأمن والانتماء. - اهتمام جميع الفتيات بالمشاركة وإبداء الرأي، وخاصة أنهن شعرن أن رأيهن له قيمة ويأخذ به ؛ حيث تم تحديد أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي بناء على احتياجاتهن ورغباتهن.
- حرص جميع الفتيات على الحضور في كل مرة من دار المبرة بالملك الصالح إلى جمعية صحبة وعيلة بالمعادي- لن تتغيب فتاة طوال فترة التطبيق-؛ لشعورهن أنه قد يفوتهن الكثير من المعلومات والمهارات من خلال طبيعة التفاعل بينهن أثناء تطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي.

- لاحظت الباحثة إقبال الفتيات على التعلم من خلال أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي؛ لشعورهن أنهن يستخدمن لأول مرة أسلوب علمي قائم على إعمال العقل في مواجهة مشكلاتهن، ومواجهة ما يتعرضن له من ضغوط الحياة داخل وخارج الدار.
- اشتراك الفتيات بفاعلية وحماس زاد من شعورهن، بقدرتهن على حل المشكلات ومواجهة الضغوط بأسلوب علمي، وبالتالي شعورهن بالأمن الأسري في البيئة الاجتماعية التي تعيشن فيها.

٤.التطبيق البعدي لأداتي البحث:

بعد انتهاء الباحثة من تطبيق أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي للفتيات بدور الرعاية (عينة البحث) ، قامت بتطبيق اختبار المواقف الخاص بمهارات ضغوط الحياة ، ومقياس أبعاد الأمن الأسري بعديا على الفتيات عينة البحث؛ لبيان مدى فاعلية أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي في تنمية أبعاد الأمن الأسري، ومهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى الفتيات بدور الرعاية (عينة البحث)، بعد تطبيق تجربة البحث؛ حيث تم التطبيق البعدي لأداتي البحث يوم السبت الموافق(٢٨-١١-٢٠٢٠) بواقع سا عة لمقياس أبعاد الأمن الأسري، وساعة ونصف لاختبار المواقف الخاص بمهارات مواجهة ضغوط الحياة. ثم تم تصحيح الاختبار، وتقدير درجات المقياس، وتم رصد النتائج ومعالجتها إحصائيًا.

٥.رصد النتائج ومعالجتها كما سيتضح فيما يلي : الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: للإجابة عن أسئلة البحث واختبار صحة فروضه، قامت الباحثة بتحليل البيانات الخاصة بأدوات البحث، وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

أ- حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للدرجات الخام، وحساب معامل الارتباط لها.

ب- حساب قيمة "ت" لدلالات الفروق باختبار "ت"، وتم استخدام معادلة "ت" للمجموعة الواحدة.

٦.نتائج البحث، ومناقشتها، وتفسيرها :

للتاكد من نتائج البحث ، تم رصد البيانات والمعالجات الإحصائية في جداول خاصة، وفيما يلي عرض نتائج البحث التي تم التوصل إليها، والتحقق من صدق فروضه:

التحقق من صحة الفرض الأول للبحث الذي نص على: " "يوجد فروق دالة إحصائيًّا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري لصالح التطبيق البعدي، لأبعاد المقياس ككل، ومنفصلة. **ويتفرع من هذا الفرض الفروض التالية:**

أ- توجد فروق دالة إحصائياعند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد الفكري والعقائدي)** لصالح التطبيق البعدي.

ب-توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد الاقتصادي)** لصالح التطبيق البعدي.

ج- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد الصحي)** لصالح التطبيق البعدي.

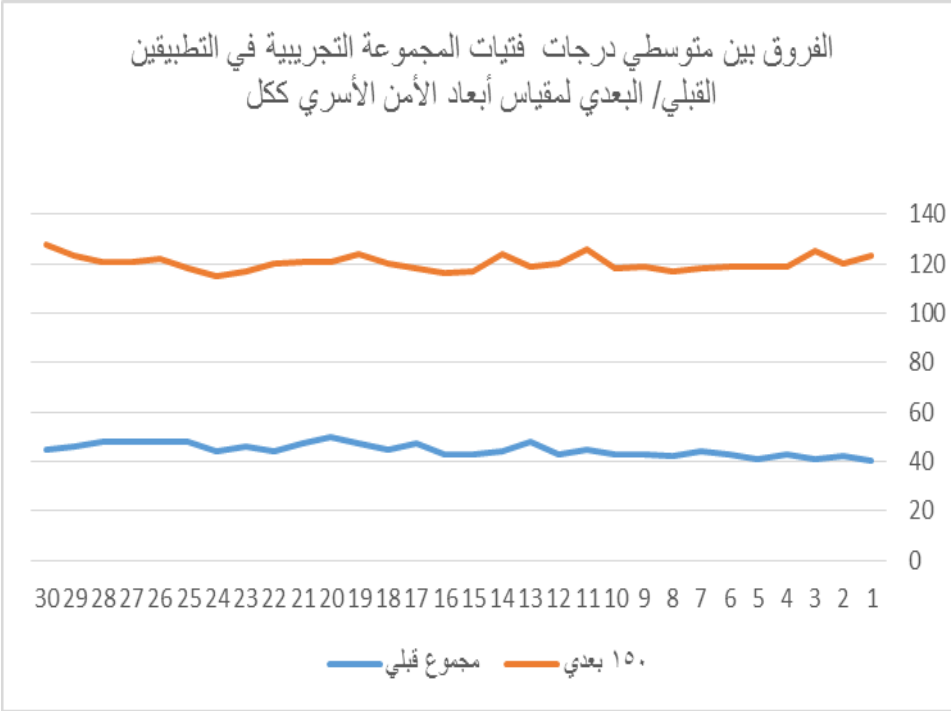
د- (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد البيئي)** لصالح التطبيق البعدي.

هـ- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد النفسي)** لصالح التطبيق البعدي.

و- توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري **(البعد العاطفي)** لصالح التطبيق البعدي.

الجدول (٤) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي/ البعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري

أبعاد المقياس	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسب المئوية	معدل الزيادة في نمو البعد ونسبته	متوسط الفروق	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة عند مستوى (٠.٠٥)
بعد فكري وعقائدي	القبلي	8.40	1.221	24%	60%	21.000	29	61.941	دالة مرتفع
	البعدي	29.40	1.276	84%					
بعد اقتصادي	القبلي	4.97	1.033	25%	61%	12.267	29	50.239	دالة مرتفع
	البعدي	17.23	.971	86%					
البعد الصحي	القبلي	6.30	.988	25%	45%	11.333	29	25.740	دالة مرتفع
	البعدي	17.63	2.173	71%					
البعد البيئي	القبلي	8.03	1.299	40%	36%	7.100	29	24.230	دالة مرتفع
	البعدي	15.13	.900	76%					
البعد النفسي	القبلي	6.87	1.306	27%	51%	12.700	29	32.086	دالة مرتفع
	البعدي	19.57	1.813	78%					
البعد العاطفي	القبلي	10.03	.890	40%	45%	11.267	29	55.489	دالة مرتفع
	البعدي	21.30	.750	85%					
المقياس ككل	القبلي	44.70	2.548	30%	50%	75.567	29	109.364	دالة مرتفع
	البعدي	120.27	3.051	80%					



شكل (١) الفروق بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي/ البعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري ككل

يتضح من الجدول(٤) والشكل(١) تفوق فتيات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي عن التطبيق القبلي لأبعاد المقياس الخاص بأبعاد الأمن الأسري ككل؛ حيث بلغت قيمة ت (١٠٩.٣٦٤) وهي قيمة دالة عند مستوى (٠.٠٥)، ومعدل زيادة في نمو المهارات بنسبة مئوية قدرها(٥٠%) بانحراف معياري(٣.٧٨٥)، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي؛ حيث ركزت الباحثة أثناء تطبيق الأنشطة على ضرورة اتباع مراحل التفكير التصميمي، كما أن موضوعات الاقتصاد المنزلى تعتبر معينة للفتيات (عينة البحث) على امتلاك مهارات ومعلومات مهمة وقيمة، قد تشعرهن بالأمن والأمان داخل الدار وخارجها، أيضاً قد يرجع ذلك أيضا إلى حرص الباحثة على اختيار الفتيات لموضوعات الاقتصاد المنزلي بأنفسهن، مما ساعد على رفع مستويات الأداء البعدي للفتيات في مقياس أبعاد الأمن الأسري ككل. واتضح أيضا تفوق فتيات المجموعة التجريبية في الأبعاد الستة منفصلة في التطبيق البعدي عنه في

التطبيق القبلي لمقياس أبعاد الأمن الأسرى؛ حيث بلغت أكبر نسبة الزيادة في نمو (البعد الاقتصادي) بنسبة مئوية قدرها (٦١%)، بقيمة (ت) الدالة عند مستوى (٠.٠٥) والتي كانت (٥٠.٢٣٩)، وترجع الباحثة تفوق الفتيات في هذا البعد الخاص بالجانب الاقتصادي؛ لأن هذا الجانب يمثل أهمية خاصة لديهن، وقد لاحظت الباحثة أثناء اختيار الموضوعات والتجريب حرص الفتيات على الاستفادة من موضوعات الاقتصاد المنزلي، التي تساعد في توفير أو إدرار دخل مادي، كما أن مرور الفتاة بمراحل الأنشطة المبنية على التفكير التصميمي، ولد لديها فكر خاص بكيفة إدارة مواردها المالية، والتغلب على المشكلات الاقتصادية التي تواجههن، ويلي البعد الاقتصادي مباشرة في النمو البعد(الفكري العقائدي)؛ حيث بلغت الزيادة في نمو هذا البعد بنسبة مئوية قدرها (٦٠%) بقيمة (ت) الدالة عند مستوى (٠.٠٥) والتي كانت (٦١.٩٤١)؛ حيث يختص هذا البعد بالقدرة على التفكير بحرية والإقناع، وامتلاك شخصية جيدة تستطيع التعامل مع الآخرين، وترجع الباحثة هذا النمو إلى تطبيق أنشطة في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي تساعد الفتاة على تطبيق هذه السلوكيات، وجاءت الزيادة في المستوى المتوسط في الأبعاد الثلاثة(البعد النفسي، البعد الصحي، البعد العاطفي) وقد ترتبط هذة الأبعاد بروتين تعامل الفتيات مع أخواتهن و المشرفات، والتي تحتاج إلى جهد في تغيرها؛ لأنها أصبحت تمارس بطريقة لاشعورية، وقد تحتاج إلي تغيير من المشرفات والأخوات أنفسهن، وهذا مايتفق مع نتائج البحوث التي أجريت في الأمن الأسري ومنها دراسة،(حنان المسعود، وآخرون، ٢٠١٤)،(عزيز الحسيني،٢٠١٦)، (محمد خماد، سعيد نويوة،٢٠١٨)،(آمال أباظة، وآخرون،٢٠٢٠)،(وفاء لعريط، إسماعيل قيرة،٢٠٢٠). حيث أثبت، أن أهم المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها المحرومون من الرعاية الأسرية هي سوء العلاقة مع الآخرين، والعدوان، وعدم الطاعة، كما أن لديهم شعور بالوحدة والانعزال، وافتقاد الأمن والشعور بالدونية، كما تتسم علاقاتهم بالآخرين بالفتور، وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول من فروض البحث.

للتحقق من الفرض الثاني الذي ينص على" توجد فروق دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية عينة البحث) في التطبيقين

القبلي والبعدي لمقياس مهارات مواجهة ضغوط الحياة لصالح التطبيق البعدي" ،للمهارات منفصلة وللاختبار ككل. **ويتفرع من هذا الفرض الفروض التالية:**

أ. توجد فروق دالة إحصائياًعند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات الحوار المناقشة) لصالح التطبيق البعدي.

ب. توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الوقت) لصالح التطبيق البعدي.

ج. توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(للمهارات السلوكية) لصالح التطبيق البعدي.

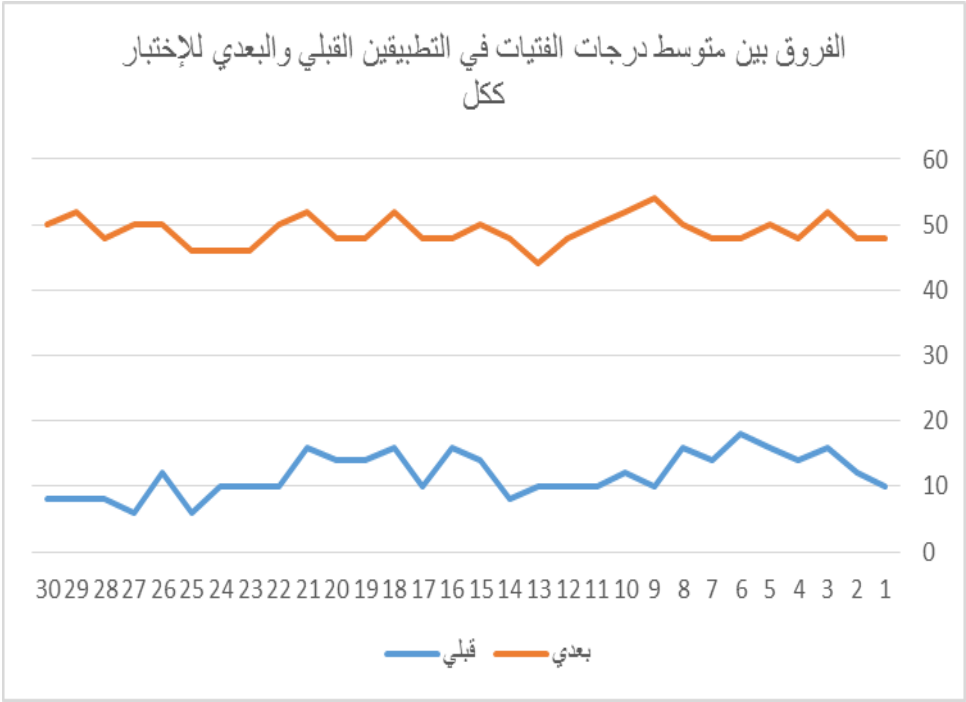
د. توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الأزمات) لصالح التطبيق البعدي.

هـ. توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات إدارة الغضب)لصالح التطبيق البعدي.

و. توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي درجات طالبات المجموعة التجريبية (عينة البحث) في التطبيقين القبلي والبعدي لاختبار مواقف مهارات ضغوط الحياة(لمهارات التجاهل والإنكار) لصالح التطبيق البعدي.

الجدول (٥) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبيةفي التطبيقين القبلي/ البعدي لاختبار مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة

مهارات الإختبار	التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسب المئوية	معدل الزيادة في نمو البعد ونسبته	متوسط الفروق	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة عند مستوى (٠.٠٥)
مهارات الحوار والمناقشة	القبلي	3.27	.980	41%	47%	3.733	29	15.004	دالة مرتفع
	البعدي	7.00	1.017	88%					
مهارات إدارة الوقت	القبلي	2.33	1.749	23%	61%	6.133	29	20.294	دالة مرتفع
	البعدي	8.47	.860	85%					
مهارات سلوكية	القبلي	1.00	1.017	13%	80%	6.400	29	26.382	دالة مرتفع
	البعدي	7.40	.932	93%					
مهارات إدارة الازمات	القبلي	2.13	1.479	10%	37%	7.867	29	20.552	دالة مرتفع
	البعدي	10.00	1.390	48%					
مهارات إدارة الغضب	القبلي	1.73	1.363	22%	69%	5.533	29	20.817	دالة مرتفع
	البعدي	7.27	.980	91%					
مهارات التجاهل والإنكار	القبلي	1.47	1.167	15%	74%	7.400	29	27.031	دالة مرتفع
	البعدي	8.87	1.008	89%					
الاختبار ككل	القبلي	11.80	3.336	21%	67%	37.267	29	57.002	دالة مرتفع
	البعدي	49.07	2.212	88%					



شكل (2) الفروق بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي/ البعدي لاختبار مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة ككل

يتضح من الجدول(٥)والشكل(٢) تفوق فتيات المجموعة التجريبية (عينة البحث) لمهارات مواجهة ضغوط الحياة باختبار المواقف ككل؛ حيث بلغت قيمة(ت)(٥٧.٠٠٢) وهي دالة مرتفعة عند مستوى(٠.٠٠٥)، ومعدل زيادة في نمو مهارات مواجهة ضغوط الحياة ككل بنسبة مئوية قدرها (٦٧%)، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن هذه الفئة من الفتيات أكثر احتياجا من أي فئة أخرى لمهارات مواجهة ضغوط الحياة حيث أنهن أيضاً من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط منذ الصغر، وعلم الاقتصاد المنزلي بما فيه من معلومات مرتبطة بالحياة ومشكلاتها ساعدت الفتاة على تطبيق ماتعلمته في حياتها الخاصة، بالإضافة إلي أن بناء الأنشطة على التفكير التصميمي، وحرص الباحثة على اتباع مراحل التفكير التصميمي أثناء تطبيق الأنشطة، وحرص الباحثة أيضا على اختيار الفتيات الموضوعات التي تناسبهن من موضوعات الاقتصاد المنزلي المعروضة عليهن، ساعد الفتاة على أن يكون لها منهجية خاصة في حل مشكلاتها ومواجهة الضغوط التي

تواجهها. كما بلغت أكبر نسبة زيادة في نمو المهارات السلوكية، ومهارات التجاهل والإنكار، فبلغت نسبة زيادة الأولى٨٠%،الثانية ٧٤%، وبلغت (ت) للمهارات السلوكية (٢٦.٣٨٢) وهي دالة مرتفعة عند مستوى ٠.٠٠٥، وبلغت قيمة (ت) لمهارات التجاهل والإنكار(٢٧.٠٣١) وهي دالة مرتفعة عند مستوى٠.٠٠٥. وترجع الباحثة النسبة المرتفعة في نمو المهارات لتنوع أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي؛ فمرة تواجه وأخرى تتجاهل؛ مما يجعلها تنوع في سلوكياتها المرتبطة بمواجهة ضغوط الحياة، كما أن هاتين المهارتين ترتبطان بسمات وقدرة الفتاة على مواجهة الضغوط، وهؤلاء الفتيات يتمتعن بشخصية قادرة على مواجهة الأزمات ، ولكن يحتجن إلى من يوجههن إلى أسلوب التفكير المناسب. وتأتي مهارتي إدارة الغضب، وإدارة الوقت، في المرتبة الثانية بنسبة زيادة في نمو مهارة إدارة الغضب(٦٩%)، وقيمة (ت) (٢٠.٨١٧) وهي دالة مرتفعة عند مستوى(٠.٠٠٥)، وبلغت نسبة الزيادة في مهارة إدارة الوقت (٦١%)، وقيمة (ت) (٢٠.٢٩٤) وهي دالة مرتفعة عند مستوى(٠.٠٠٥)، وقد يرجع ذلك إلى مناسبة أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي مناسبة لحاجات الفتيات، وأعمارهن. ويأتي في المرتبة الأخيرة مهارتي الحوار والمناقشة، وإدارة الأزمات؛ بلغت نسبة الزيادة في المهارة لمهارات الحوار والمناقشة (٤٧%)، قيمة (ت)(١٥.٠٠٤)، وهي دالة مرتفعة عند مستوى(٠.٠٠٥)، وبلغت نسبة الزيادة في مهارة إدارة الأزمات(٣٧%)، قيمة(ت) (٢٠.٥٥٢) وهي دالة مرتفعة عند مستوى(٠.٠٠٥).وقد ترجع هذه الزياة في نسبة المهارات إلى مناسبة وتنوع أنشطة الاقتصاد المنزلي القائمة على التفكير التصميمي للفتيات؛ ولكنها جاءت في المرتبة الأخيرة نظرا لارتباطها بمهارات وسلوكيات تحتاج إلى قدوة وتحتاج إلى وقت في تنميتها، كما أن هذه المهارات ترتبط بتقيم الأزمات الضاغطة والمرونة في التفكير، وآداب الحديث وهي مهارات تحتاج إلى وقت طويل لتنميتها.

وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني من فروض البحث.

الفرض الثالث " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الفتيات بالمجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري، واختبار مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة".

جدول(٦) العلاقة الارتباطية بين مقياس أبعاد الأمن الأسري، واختبار مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة

المقاييس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل إرتباط بيرسون	العينة	الدلالة
أبعاد مقياس امن اسري	١٢٠.٢٧	٣.٠٥١	٠.٢٩٤	٣٠	دال
مهارات مقياس ضغوط الحياة	٤٩.٠٧	٢.٢١٢			

يتضح من الجدول(٦) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات فتيات المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس أبعاد الأمن الأسري، واختبار مواقف مهارات مواجهة ضغوط الحياة. وهذه النتيجة تدل على أنه كلما زاد إحساس الفتيات بالأمن الأسري بأبعاده كلما زادت قدرتهن على مواجهة ضغوط الحياة، وامتلاك المهارات المناسبة لمواجهة المشكلات والأزمات المختلفة داخل الدار وخارجها(البيئة الاجتماعية للفتاة)، وقد ظهر ذلك أثناء التطبيق بعد أكثر من لقاء، و مرور الفتيات بخبرات ومعلومات وقيم عن أبعاد الأمن الأسري؛ حيث اتضحت رغبة الفتياتت في المشاركة والإقبال على حل المشكلات، واتخاذ القرارت الصحيحة بأسلوب تفكير ومنهجية علمية؛ حيث حرصن على حل المشكلات المعروضة عليهن من خلال أنشطة الاقتصاد المنزلي باتباع مراحل التفكير التصميمي؛ مما أدى إلى زيادة قدرتهن على حل المشكلات، ونمو مهارات مواجهة ضغوط الحياة، وهو مايحقق صحة الفرض الثالث من فروض البحث.

توصيات البحث: بناء على نتائج هذا البحث فإن الباحثة توصي بما يلي:

- توعية المعلمين بالمدارس، وأعضاء هيئة التدريس، بضرورة استخدام مراحل التفكير التصميمي في تدريس المواد المختلفة والمراحل التعليمية المختلفة.
- الاستفادة من أدوات البحث(اختبار مواقف أبعاد الأمن الأسري، ومقياس مهارات مواجهة ضغوط الحياة) وتطبيقها في بحوث أخرى مرتبطة بهذا البحث.
- توجيه الباحثين لأهمية دراسة كيفية توفير الأمن الأسري للمراهقين في الأسر وفي دور الرعاية.
- قيام المؤسسات والاجتماعية وشتى الجمعيات التى تهدف إلى العمل التوعوي والتربوي والإرشادي بدور فعال في نشر ثقافة مهارات مواجهة ضغوط الحياة خاصة بين فئات الشباب .
- ضرورة الاهتمام بفئة الفتيات في دور الرعاية، ومحاولة نشر ثقافة تشغيل ومساعدة هذه الفئة.
- زيادة وعي الأسرة والأخصائيين النفسيين بأهمية العلاقة بين الأمن النفسي الأسري، مهارات مواجهة ضغوط الحياة.
- أهمية إجراء البحوث والدراسات التي تهتم بالفئات المهمشة بالمجتمع.
- أهمية التركيز علي الأنشطة والوسائل التي تستخدم الأسلوب العلمي لحل المشكلات في مواجهة الضغوط، وكذلك العلاج ، والتصدي لها.
- ضرورة التدريب على التخلص من استخدام الأساليب السلبية في مواجهة الضغوط، والتي يتبعها معظم المراهقين.

بحوث مقترحة:

- تصميم برنامج قائم على التفكير التصميمي لتدريس الاقتصاد المنزلي لدى طالبات المرحلة الثانوية.
- تصميم مواقف تعليمية في الاقتصاد المنزلي قائمة على التفكير التصميمي لتنمية أبعاد الأمن الأسري لدي تلميذات المرحلة الابتدائية.
- فاعلية أنشطة تعليمية في الاقتصاد المنزلي لتنمية مهارات مواجهة ضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة.

قائمة المراجع

المراجع العربية:

آمال عبد السميع أباظة، وآخرون،٢٠٢٠ :الجنوح الكامن وعلاقته بالأمن النفسي الأسري لدى طلاب المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية –جامعة كفر الشيخ، مج٢٠,ع٣.

آمنة محمد العكاشي،آخرون،٢٠١٨:أساليب مواجهة ضغوط الحياة اليومية لدى طالبات كلية التربية، مجلة التربوي، كلية التربية بالخمس، جامعة المرقب، يناير،ع١٢.

أحمد عبد المجيد أبو الحمائل، ٢٠١٢: فعالية الأنشطة العلمية اللاصفية في تحقيق بعض أهداف تدريس العلوم لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة في محافظة جدة، المركز العربي للتعليم والتنمية، مستقبل التربية العربية، سبتمبر،مج١٩، ع٨٠.

أحمد محمد الحسين،٢٠١٦: معوقات تنفيذ الأنشطة التعليمية المتضمنة في مقررات العلوم للصفوف العليا من المرحلة الابتدائية من وجهة نظر المعلمات والمشرفات،وزارة التعليم – التعليم العام.

أميرة عبد الله حامد ٢٠١٩: الانشطة التربوية ودورها فى تعليم الأطفال المعاقين عقليا بالروضة : طريقة منتسورى نموذجا –مجلة كلية التربية–جامعة دمنهور

إيمان محمد عبد العال لطفي، ٢٠١٣: فعالية استخدام التدريس المتمايز في تنمية بعض مهارات الحياة الأسرية(الصحية والتعامل مع الضغوط الحياتية) لدى طلاب الجامعة، مجلة القراءة والمعرفة. كلية التربية– جامعة عين شمس،ع١٤١.

المؤتمر الدولي الأول:"الأمن الأسري الواقع والتحديات"، مجمع الفقه الإسلامي بالهند، ١٣–١٤أكتوبر،٢٠١٨.

بدرية محمد العتيبي،٢٠١٥: المشكلات الاجتماعية والنفسية الناجمة عن اليتم وفقدان الهوية لذوي الظروف الخاصة في دور التربية الاجتماعية بمدينة الرياض: دراسة تطبيقية على الفتيات والمشرفات، المجلة الاجتماعية، الجمعية السعودية

لعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية-جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية،مارس ع٩.

جمعان الزهراني، ٢٠٠٠: معوقات إجراء الأنشطة العملية في تدريس الفيزياء بالمرحلة الثانوية من وجهة نظر معلمي الفيزياء بمنطقة الباحة التعليمية. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

حسن الخليفة، ٢٠١٠: المنهج المدرسي المعاصر (مفهومه- أسسه- مكوناته- تنظيماته- تقويمه- تطويره)، الرياض، مكتبة الرشد.

حسن زيتون،٢٠١٠: مدخل إلى المنهج الدراسي رؤية عصرية، الرياض، دار الصولتية للنشر.

حنان عبيد المسعود، وآخرون، ٢٠١٤: برنامج تدريبي للأمن الأسري- تأهيل وتدريب الفتيات بالمهارات الحياتية المطلوبة، المجلة العربية للدراسات الأمنية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، مج٣٠،ع٦١.

رائد نمر سليمان،٢٠١٢ : أثر الفقر على الأمن الأسري في محافظات شمال الضفة الغربية بمحافظة قلقيلية أنموذجاً، مجلة القراءة والمعرفة، كلية التربية جامعة عين شمس،١٣.

رجاء محمود أبو علام،٢٠٠٦: حجم أثر المعالجات التجريبية ودلالة الدلالة الإحصائية، المجلة التربوية، ملحق مارس العدد٧٨، المجلد٢٠، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت.

رشا محمود عبد العال، هبة فؤاد سيد،٢٠١٩: منهج مقترح في العلوم قائم على التفكير التصميمي لتنمية الوعي الصحي والمهارات الحياتية لدى دارسي مابعد محو الأمية، مجلة كلية التربية- جامعة عين شمس، مج٤٣،ع١.

زينب عبد العليم بدوي، ٢٠٠٧:الذاكرة المستقبلية وضغوط الحياة النفسية المدركة وعلاقتهما بمهارات إدارة الوقت وبعض متغيرات الشخصية والعمر، مجلة كلية التربية، كلية التربية- جامعة بنها، يوليو، مج١٧، ع٧١.

سالم مزلوة مطر،٢٠١٧: فاعلية برنامج تدريبي قائم على التفكير التصميمي في تنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى الطلاب الموهوبين بمدينة تبوك، دار سمات للدراسات والأبحاث،مج٦،ع٤.

سعد عبدالله المشوح، هيفاء عبد الرحمن دحام، ٢٠١٥: فاعلية الذات وعلاقتها بوجهة الضبط لدى الفتيات المقيمات في دور الأيتام الإيوائية بمدينة الرياض في المملكة العربية السعودية، مجلة البحوث الأمنية، مركز البحوث والدراسات، كلية الملك فهد الأمنية، مج٢٤،ع٦١.

سمير يونس، سعد الرشيدي، يوسف والعنيزي، عبدالرحيم سلامة، ٢٠٠٧: المناهج الدراسية. الكويت، مكتبة الفلاح، ط٢.

صلاح الدين العمرية،٢٠٠٥ : طرق تدريس العلوم. عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر.

صلاح الدين محمود علام،٢٠٠٦:القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة، القاهرة، دار الفكر.

عبدالرحمن الجابر، ٢٠١٠ : تقويم الأنشطة المضمنة في كتاب الفقه للصف الأول الثانوي بالمملكة العربية السعودية في ضوء معايير النشاط. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

عزة عبد الجليل عبدالله، ٢٠١٠: تفعيل ممارسة البرامج للتخفيف من المشكلات الاجتماعية لدى الفتيات اليتيمات دراسة مطبقة على الأخصائيات بدور رعاية الفتيات اليتيمات، مجلة الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان،أكتوبر،ع٢٩، مج٢.

عزيز أحمد الحسيني،٢٠١٦:الأمن الأسري المفاهيم–المقومات–المعوقات:دراسة ميدانية في مدينة صنعاء، مجلة الأندلس للعلوم الإنسانية والاجتماعية– جامعة الأندلس للعلوم والتقنية، أكتوبر، مج١٥، ع١٢.

عمر الداود، ٢٠٠٩: مدى تفعيل النشاطات التعليمية المضمنة مقرر الحديث للصف الثاني المتوسط. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

فواز توفيق صالح، وآخرون،٢٠٠٨: أثر التحاق الفتيات في مؤسسات لارعاية الاجتماعية بالأردن في استدامة زواجهن، ومدي تعرضهن للعنف من أزواجهن، وأنماط تنشئتهن لأطفالهن والظروف المعيشية لأسرهن، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، ابريل، مج١٦،ع٢.

فهد علي الطيار، ٢٠١٣:العلاقة التفاعلية في التنشئة الاجتماعية بين الأباء والأبناء وعلاقتها بالأمن الأسري دراسة مسحية على الموقوفين في دار الملاحظة الاجتماعية بالرياض، المجلة العربية للدراسات الأمنية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، مج٢٩، ع٥٨.

ماجد الغامدي، ٢٠١١: فاعلية الأنشطة التعليمية في تنمية المهارات الحياتية في مقرر الحديث لطلاب الصف الثالث المتوسط بمدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.

محمد أحمد الدومانى، ٢٠٠٧: الانشطة التربوية و أثرها فى العملية التعليمية فى مؤسسات المجتمع، مجلة العلوم الأنسانية و التطبيقية–دمشق .

محمد حماد،سعيد نويوة، ٢٠١٨ :التواصل الأسري وعلاقته بالأمن النفسي لدى الأبناء: دراسة ميدانية على عينة من المتعلمين بالمدارس الابتدائية بمدينة المسيلة، مجلة الرواق ،المركز الجامعي للدراسات الاجتماعية والنفسية والانثروبولوجية، ديسمبر،مج٤،ع٢.

محمود ابراهيم فرج، ٢٠١٣:فاعلية العلاج النفسي الإيجابي في خفض ضغوط أحداث الحياة وتنمية المهارات الحياتية لدى طلاب الجامعة،المجلة المصرية للدراسات النفسية، إبريل،مج٢٣، ع٧٩.

مروة محمد أحمد عوف ٢٠١٦: الانشطة المدرسية وسبل تطويرها باستخدام وسائل الاعلام التربوي مجلة دراسات الطفولة–كلية التربية النوعية جامعة دمياط،مج١٩،ع٧٢ .

مرضي سعود المطاوع،٢٠٠٩:الرعاية الاجتماعية في المملكة العربية السعودية: دراسة تحليلية، مجلة كلية الآداب، جامعة الزقازيق، ع٥٠.

مروة محمد الباز،٢٠١٨: فعالية برنامج تدريبي في تعليم STEM لتنمية عمق المعرفة والممارسات التدريسية والتفكير التصميمي لدى معلمي العلوم أثناء الخدمة، مجلةةالتربية – جامعة أسيوط، ديسمبر، مج٣٤، ع١٢.

نادية محمود شريف، ٢٠١٦:برنامج تدريبي لبعض المهارات الحياتية وأثره في خفض الضغوط النفسية لدى تلاميذ المرحلة الأساسية الدنيا في الأردن، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، أكتوبر ،مج٢٤،ع٤.

نجلاء عمران كاتب،٢٠١٤: منهجية التفكير التصميمي المرتكز على التصميم الإنساني في القطاع الصحي غير الربحي.

نور الدين حاروش،٢٠١٧: الاهتمام الأكاديمي لعملية التنمية المحلية في الجزائر دراسة تحليلية للعملية من خلال بعض الرسائل الجامعية باستخدام أسلوب التفكير التصميمي، مجلة الاجتهاد للدراسات القانونية والاقتصادية،المركز الجامعي بمعهد الحقوق والعلوم السياسية،ع١٢.

هادي الفراجي ، موسى أبوسل، ٢٠٠٦: الأنشطة والمهارات التعليمية، عمان، دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع.

هالة محمد شمبولية،٢٠٢٠:فعالية برنامج إرشادي تكاملي لتنمية المهارات الحياتية وأثره في تحسين مهارات التعامل مع الضغوط لدى عينة من المعلمات المتأخرات زواجياً،مجلة كلية التربية–جامعة أسيوط، يناير ،مج٣٦،ع١.

وزارة التضامن الاجتماعي http://www.alreaia.com/Aqsam/Aaqsam-7/reaia%20Fatayat.htm

وفاء لعريط،اسماعيل قيرة،٢٠٢٠ :الأمن الأسري بين الثبات والضمور في النسق القيمي للمجتمع الجزائري: تحديات ورهانات، مجلة آفاق للعلوم– جامعة زيان عاشور الجلفة، مج٥،ع١.

ثانياً المراجع الأجنبية:

Brown,T.2008, Design Thinking, Harvard Business Review, Vo1.86 (6)

Barone Charles,2004:Social and Psychological Strees Between, University Students, Journal Human Strees Japanese.

Cahen,H,2008,Designing A Curriculum In Design Thinking For Creative.(published Master,sThesis). Creative Studies Graduate Student Master,s Projects, Buffalo State College, University of New York.

Cross, n, 2011:Design Thinking. England:Berg Publishers.

Kasem,R,2014:Management Tools And Business Improvement Mythodologies Saudi Arabia :Department of Thought Classification.

Koh,J,Chai,C,Wong,B,Hong,H,2015:Design Thinking For Education, Londan:Springer.

Mootee,I.2011:Teaching Note'Design Thinking For Creativity and Business Innovation Series',New York,NY:Idea Couture Inc.

Visser, W ,2006: The Cognitive Artifacts of Designing, United Stat:Lawrence Erlbaum Associates.