

مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجة وانعكاسها على إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا

سناء محمد أحمد النجار فاطمه محمد أبو الفتوح عبد العاطي

أستاذ مساعد بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان

مقدمة البحث

تحل الأسرة مكانة كبيرة في المجتمع فهي نواة المجتمع والعنصر المتمم لكيانه تؤثر وتتأثر به، فبتوازنها يتوازن المجتمع ويتماسكها يتماسك المجتمع (صاحب الجنابي، ٢٠٢٠)، وتواجه الأسر في القرن الحادي والعشرين تحديات عديدة، الأمر الذي يجعل من بناء القدرة على التكيف من أولوياتها وأكثرها أهمية، ولعل من أبرز تلك التحديات ما شهده العالم من أزمة فيروس كورونا "كوفيد-١٩" والتي شكات ومازلت تشكل خطرا داهما على البشرية بأكملها، وتحتاج إلى جهود دولية وتكاتف جميع المؤسسات للحد من انتشار المرض وتقليل ضرره على البشر، فأضرار الأوبئة تتعدى المصابين بها وقد تصل إلى حدوث خوف وهلع واضطرابات وعبء نفسى ينتشر في المجتمع بأكمله (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠).

وتعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسية كرد فعل للتغيرات السريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة، وهي السبب الرئيسي وراء الإحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية التي تؤدي في النهاية إلى درجة من عدم التوافق وضعف في مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد (أماني عبد المقصود، تهناني عثمان، ٢٠٠٧).

ولقد زادت حدة هذه الضغوط بعد ظهور فيروس كورونا وأصبح الخوف والقلق من الإصابة بالمرض مسيطرا على جميع أفراد الأسرة وزادت الضغوط على ربة الأسرة نتيجة مكوث أفراد الأسرة بالمنزل، وعدم ممارسة مهام الحياة اليومية بالشكل المعتاد، وازدياد المهام الموكلة إليها لوقاية أفراد أسرتها من هذا المرض الفتاك (زينب يوسف، ٢٠٢٠)، هذا إلى جانب الضغوط الاجتماعية والاقتصادية والمهنية السريعة التي أحدثتها وسائل التكنولوجيا والتقدم العلمي ووسائل الاتصالات السريعة والتي جعلت الزوجة تتعرض للعديد من الأحداث والمواقف الضاغطة، التي تتشابك فيما بينها ويؤثر كل منها في الآخر حيث أكدت دراسة كلا من (Beth Ann (2005)، (Shanon & Collier (2012)، (2015) أن Sun jung أن الضغوط الاقتصادية تتسبب في التعرض للضغوط النفسية والاجتماعية لربات الأسر، والضغط الصحية لها مردود لظهور ضغوط نفسية واقتصادية واجتماعية وهذا من شأنه أدى إلى سوء العلاقة بين الزوجين. وزاد من تعقد الحياة وظهور الكثير من الصعوبات والمشاكل (إيمان عبد العال ومحمد فضل، ٢٠١٧).

ومع انتشار جائحة فيروس كورونا في شتى أنحاء العالم وما فرضته من تداعيات صحية واجتماعية واقتصادية، اتخذت الدول سياسات مختلفة للخروج من تلك الأزمة، والحد من تداعياتها

(Zhou.p, et al., 2020)، فقد تسببت الجائحة في خلق بيئة من عدم التأكد وازدياد التعقيد البيئي والاضطراب والديناميكية المتسارعة وشدة الضغوط وأظهرت العديد من التهديدات لكافة مؤسسات المجتمع ومنها الأسرة، حيث جعلت هذه المؤسسة في مواجهة العديد من التحديات وفرضت عليها التكيف والاستجابة السريعة لهذه المستجدات المتلاحقة في فترة زمنية قصيرة (عبد الرحمن الليلي وآخرون، ٢٠٢٠).

مما جعل الأسرة بحاجة ماسة إلى قدر مناسب من المرونة من أجل التهيؤ للرد على الضغوط الحياتية المحيطة على نحو سريع بما يضمن توفر القدرات التكيفية المتقدمة لمواجهة كافة المستجدات التي فرضتها الجائحة (عبد الرحمن الليلي وآخرون، ٢٠٢٠).

حيث تعتبر المرونة من المهارات الحياتية التي يحتاجها أفراد الأسرة و تشير إلى مدى قوة الأسرة في مواقف مختلفة خلال دورة حياتها وفي ظروف متباينة، فالوظيفة التي تقوم بها ربة الأسرة قد تتأثر بحالات مفاجئة أو مستمرة من الأزمات، لذا فهي بحاجة إلى تحديد الإمكانيات الإيجابية التي تعزز قوتها للتعامل مع الحالات السلبية والتعافي منها أو التغلب عليها، والمرونة الأسرية من أهم الإمكانيات الإيجابية التي تعزز ثبات الأسرة واستقرارها (أحمد زياده، ٢٠١٩).

وتتضمن المرونة صوراً وأشكالاً متنوعة، المرونة في التفكير، المرونة في التعامل، المرونة في تقبل النقد، المرونة الأسرية، فالمرونة من أهم أسباب نجاح أي إنسان على المستوى العاطفي، الأسري، المهني، والاجتماعي (محمد عمر، ٢٠١٣).

ووفقاً لنظرية المرونة الأسرية التي تتطلب أداء جيد للأسرة وتنظيماً مرناً لأدوارها وقواعدها من أجل الحفاظ على توازن ديناميكي بين التغيير والاستقرار، ومن أجل تحقيق هذا التوازن لابد من تقسيم الدور القيادي، ووضع القواعد المناسبة وفقاً للعمر وبدون عبء مفرط من جانب أحد أفراد الأسرة (Wright & Leahwy, 2019) ويعتبر الترابط والتواصل الأسري، وإعادة توزيع أو تعديل الأدوار الفردية، وتقاسم المهام والمسئوليات، والجهود الجماعية للأسرة للوصول إلى الأهداف، والبحث عن الموارد، وحل المشكلات من المقومات الخاصة بالمرونة (Oh , S.& Chang , S., 2014)، (Sixbey, M., 2019)

وأشارت دراسة (Zarbetto, et al., (2017 أن المرونة الأسرية ساعدت أفراد الأسرة على التغلب على التحديات السلبية، فالمرونة الأسرية تتيح القدرة على تحديد وتشجيع السلوكيات التي تمكنها من التعامل بشكل أكثر فعالية وأكثر صلابة في الخروج من الأزمة، والصدمات النفسية، أو الضغوطات المستمرة، والمرونة الأسرية هي من خصائص العلاقات داخل الأسرة والتي تسهل بقائها ونموها (Walsh, 2015).

وترى سناء سليمان (٢٠١٨) أن التواصل الإيجابي يقلل التوترات والصراعات من أجل إيجاد حلول وبناءة والتكيف مع أحداث الحياة بما يرضى جميع الأفراد، وتضيف نهال حسن (٢٠٢٠) أن ذلك من شأنه حل المشكلات وتسوية المنازعات ومن ثم الوصول للتوازن الأسري اللازم لتحقيق السعادة والرضا عن الحياة.

كما يعد التفاعل الاجتماعي عامل هام للتكيف مع أحداث الحياة الضاغطة وتحقيق الصحة النفسية والسعادة الأسرية من خلال البذل والعطاء والتعاون وتقبل الاقتراحات والتكيف بسهولة مع سلوكيات الآخرين لتحقيق الأهداف المنشودة (محمد حماد و سعيد بن نويوة، ٢٠١٨).

وتلعب المساندة والدعم الأسري بمختلف أشكالهم سواء الدعم العاطفي أو الدعم المعرفي المعلوماتي أو المالي دورا بارزا من شأنه تقوية وتأصيل مشاعر الترابط والتماسك مهما كانت الصدمات والإحباطات لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة وتخفي الأزمات والوصول إلى بر الأمان (إيناس بدير، ٢٠١٣)، (سعيد الأسمرى، ٢٠٢٠).

والزوجة هي أساس الأسرة، ويعد إدراكها وتكيفها الإيجابي خطوة هامة للتصدي للعديد من الضغوط لتقليل احتمالية حدوث نتائج سلبية، للحفاظ على أسرتها وسعادة أفرادها، من خلال إظهار أسلوبها في حل ما يواجهها من مشكلات، وما يعترضها من تحديات (سارة الأسود، ٢٠٢١)، وتظهر مهارة ربة الأسرة في توظيف المرونة الأسرية في التعامل مع الضغوط من خلال التواصل والترابط، والقدرة على مضاعفة مصادر القوة لديها، حيث أنها لا تؤثر على جميع أفراد الأسرة بدرجة واحدة، و يختلف تأثيرها وفقاً للعديد من المحددات منها السلبية والإيجابية والأحداث الخاضعة للتحكم وغير الخاضعة له (Seligman & Csiks Zentmihalyi, 2015)، (Scorgie & Sobsey, 2016)، حيث تظهر مهارتها في القدرة على الاستجابة لاحتياجات ومتطلبات أفراد أسرتها، والتغيير والتجديد لإعادة تشكيل حياتها اليومية بشكل منظم وإيجاد حلول مرنة وعصرية وذلك من خلال النظر للجوانب الإيجابية لتأثير الأزمة، والأمل في مستقبل أفضل.

وعندما لا تستطيع ربة الأسرة التحكم فيما يواجهها من مشكلات فإن استمرارية تأثير الضغوط يمكن أن يؤدي إلى تحطم نظام الأسرة (ابتسام شنات، ٢٠٠٨) (Higgins, 2020)، أما التنبؤ بالضغوط التي قد تسببها أزمة ما، ومحاولة الاستعداد لها من خلال تحديد الموارد المتاحة وتجميع الطاقات الكامنة في الأسرة للوقاية من حدوثها أمر هام، يمهد للأسرة سبل السعادة والشعور بالرضا عن الحياة. (Scoots, 2021)

وإذا كانت الإدارة هي تلك القوة المفكرة التي تحلل وتصف وتخطط وتحفز وتقيم وتراقب الاستخدام الأمثل للموارد البشرية والمادية اللازمة لتحقيق هدف محدد معروف (كوني ستيزلي، ٢٠٠٠)، فإن إدارة الضغوط تحتاج لعملية إدارية تستخدم فيها المهارات وتقوم على التنبؤ والاستعداد للضغوط المتوقعة والعمل على الوقاية من حدوثها إن أمكن وتهيئة المناخ المناسب للتعامل معها لتجنب سلبياتها والاستفادة من إيجابياتها (رشا راغب، ٢٠٠٦).

مشكلة البحث

أصبحت الحياة المعاصرة مليئة بالتغيرات السريعة والمتلاحقة، وأصبح واقع الحياة محفوف بالأحداث والخبرات الصادمة والإحباطات وكثرة المتطلبات المعقدة، وإنسان هذا العصر يعيش بالضغوط بأشكالها وأنواعها النفسية، الاجتماعية، الاقتصادية، الأسرية، المهنية، الدراسية، العاطفية وغيرها، لذا

سمى هذا العصر بعصر الضغوط (راوية زماري، ٢٠٠٨).

وتمثل الضغوط خطراً على صحة الفرد وتوازنه، كما تهدد كيانه النفسي وما ينشأ عنها من آثار سلبية كعدم القدرة على التكيف، وضعف مستوى الأداء والعجز عن ممارسة مهام الحياة اليومية، وانخفاض الدافعية للعمل والشعور بالإرهاك النفسي، لذلك فإن أساليب التعامل مع هذه الضغوط هي الحلول السحرية لإعادة التوافق عند الإنسان إذا ما استدلت على معرفة الأسلوب المناسب للشخصية، وهنا تكمن الصعوبة فحينما يتعامل الإنسان مع موقف فإنه يستجيب بطريقة التجنب أو الهروب أو تقليل الأزمة ومعالجة المشكلة (Taylor, 2017)، (Nicole et al, 2019).

وفي العصر الحديث تتعدد وتزايد مصادر الضغوط، كما أنها تختلف من فرد لآخر ومن أسرة لأخرى في مراحلها المعيشية المختلفة، حيث تمثل البيئة مصدراً هاماً للعديد من الضغوط التي تشتمل على ردود أفعال متعددة بعضها جسماً والبعض نفسياً أو اجتماعياً (صاحب الجناي، ٢٠٢٠)، ولكل منها أثر على الجو الأسرى وعلاقات أفراد الأسرة بصفة عامة والزوجين بصفة خاصة (Medhat, M., 2020)، (A., & El Kassas, M., 2020)، حيث أوضحت دراسة منى حافظ (٢٠١٠) أن أهم المشكلات بين الزوجين ترجع إلى العلاقات الاجتماعية غير السليمة، وعدم إدارة الشؤون الاقتصادية بطريقة صحيحة، وضعف المستوى الثقافي غير الواعي في الأسر حديثة التكوين (صفاء السيد، ٢٠٠٨).

وأظهرت نتائج كلاً من (Sun Jung (2015) & دراسة (Dail (2019) أنه بزيادة الضغوط الاقتصادية والاجتماعية يقل التوافق الأسرى والرضا عن الحياة، وقد يزداد العنف تجاه الأبناء أو تساء معاملتهم، وأشارت دراسة (Nicole et al., (2019) إلى أن الإجهاد والضغوط تؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب، وتختلف استجابة الأفراد للمواقف والمشاعر السلبية وكيفية إدارتهم للضغوط التي يتعرضون لها. ولقد زادت حدة تلك المشكلات واختلف تأثيرها على أفراد الأسرة بظهور جائحة كورونا ومانتج عنها من تهديد وعدم استقرار، وما شكلته من خطر داهم على البشرية بأكملها، واتضح ذلك جلياً من الضغوط على جميع الأسر في كل المجتمعات على مستوى العالم، فالتباعد الاجتماعي، والمكوث في المنزل لفترات طويلة، والخوف من إصابة أحد أفراد الأسرة بالفيروس، كان له آثار سلبية على جميع أفراد الأسرة في جميع الأعمار، ولقد زاد من حدة تلك الضغوط بعض المعلومات الخاطئة التي تم تداولها عبر وسائل التواصل الاجتماعي (Amin, S., 2020)، (رشا منصور، ٢٠٢١).

لذا توجهت الدراسات نحو الأسرة بجميع فئاتها باعتبارها نواه المجتمع، فأظهرت دراسة شذا العجلان ومنيره الجويعي (٢٠٢٠) انخفاض مستوى الأمن النفسي أثناء جائحة كورونا، وأوضح Lin CY. (2020) زيادة الضغوط الاجتماعية نتيجة التباعد وعدم التواصل المباشر، وقله الزيارات مع الأهل والأصدقاء، وأوضحت دراسة أمال الفقى ومحمد أبو الفتوح (٢٠٢٠) ظهور عدد من المشكلات النفسية لدى طلاب وطالبات الجامعة نتيجة متابعة الأحداث اليومية للإصابات والوفيات عبر الوسائل الإعلامية المختلفة، العزل المنزلي، والدراسة عن بعد، وأكدت دراسة زينب يوسف (٢٠٢٠) ارتفاع نسبة قلق الإصابة بفيروس كورونا بين ربات الأسر "عينة البحث" وأوضحت أن إدارة السلوكيات الوقائية سواء

الشخصية، الغذائية، الملابس، السكنية يساعد على تقليل حدة القلق من الإصابة بالفيروس، كما أوضحت دراسة ساره الأسود (٢٠٢١) أن ٨٠% من عينة دراستها من ربات الأسر ارتفعت لديهم المشكلات الأسرية، وقل التواصل بين أفراد أسرتها في ظل العزل المنزلي أثناء جائحة كورونا، وأضافت كذلك دراسة Prins, M., (2021) بعدا آخر تمثل في زيادة الضغوط السكنية مما يتطلب مرونة ربة الأسرة وقدرتها على توفير مكان معيشي هادئ لأفراد أسرتها، ومكان للعمل والتعليم عن بعد، وقام بحرى صابر (٢٠٢٠) بدراسة أساليب تعزيز الصحة النفسية خلال العزل المنزلي من خلال القدرة على إدارة الأزمة.

ونظراً لزيادة المواقف الضاغطة علي أفراد الأسرة خلال جائحة كورونا فقد زادت تبعاً لذلك الضغوط الحياتية، وأصبحت الحاجة ملحة للسيطرة عليها من خلال إدارتها، ومن خلال توظيف استراتيجيات للمواجهة، وبناءً على ما أكدته دراسة (Oh & Chang, 2014)، ودراسة Sixbey, M. (2019) أن المرونة من أهم مقومات نجاح الإدارة بصفة عامة وتزداد أهميتها وقت الضغوط، حيث أن القرارات الجامدة والصارمة ربما تكون لها نتائج عكسية في إدارة الضغوط.

ومن خلال نظره تحليلية للنتائج السابقة، وبناءً على رؤية الباحثين نحو الحاجة إلى مزيد من الأبحاث للنهوض بالأسرة والحرص على تماسكها في ظل جائحة كورونا، ومن خلال ظهور العديد من الضغوط والحاجة الماسة لمواجهتها لإعادة التوازن الأسري والحرص على تماسكها من أجل النهوض بالمجتمع فقد تبلورت مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤلات التالية :

- ما مستوى تعرض الزوجات عينة البحث للضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا؟
- ما مستوى مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجات عينة البحث في ظل جائحة كورونا؟
- ما مستوى إدارة الزوجات عينة البحث للضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا؟
- ما هي أكثر أنواع الضغوط الحياتية التي تعرضت لها عينة البحث في ظل جائحة كورونا؟
- ما الأهمية النسبية لمقومات المرونة الأسرية كما تدركها عينة البحث في ظل جائحة كورونا؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في مقومات المرونة الأسرية (الاحتواء العاطفي - الدعم الأسري - الترابط والتماسك - التفاعل الإيجابي - التواصل وحل المشكلات) ككل تبعاً لاختلاف كلا من متغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى الزوجات "عينة البحث" في إدارة الضغوط الحياتية (مرحلة الاستعداد للضغوط - مرحلة مواجهة الضغوط - مرحلة تقييم إدارة الضغوط) ككل وفقاً لمتغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا؟
- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مقومات المرونة الأسرية ومستوى إدارة الضغوط

الحياتية لدى الزوجات "عينة البحث"؟

- ماهي نسب مشاركة متغيرات الدراسة (سن الزوجة - عمل الزوجة - فرق السن بين الزوجين - مدة الزواج - حجم الأسرة - المستوى التعليمي للزوجين - الدخل الشهري للأسرة - مكان السكن) على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) لدى عينة البحث ؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة مقومات المرونة الأسرية كما تتركها الزوجة وانعكاسها على إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا من خلال:

- تحديد مستوى تعرض الزوجات عينة البحث للضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا.
- تحديد مستوى مقومات المرونة الأسرية كما تتركها الزوجات عينة البحث في ظل جائحة كورونا.
- تحديد مستوى إدارة الزوجات عينة البحث للضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا.
- الكشف عن أكثر أنواع الضغوط الحياتية التي تعرضت لها عينة البحث في ظل جائحة كورونا.
- الكشف عن الأهمية النسبية لمقومات المرونة الأسرية كما تتركها الزوجات عينة البحث في ظل جائحة كورونا.
- الكشف عن الفروق بين الزوجات "عينة البحث" في توافر مقومات المرونة الأسرية (الاحتواء العاطفي - الدعم الأسري - الترابط والتماسك - التفاعل الإيجابي - التواصل وحل المشكلات) ككل تبعاً لاختلاف كلا من متغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا.
- تحديد الفروق بين الزوجات "عينة البحث" في إدارة الضغوط الحياتية (مرحلة الاستعداد للضغوط - مرحلة مواجهة الضغوط - مرحلة تقييم إدارة الضغوط) ككل وفقاً لمتغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا.
- الكشف عن العلاقة بين مقومات المرونة الأسرية ومستوى إدارة الضغوط الحياتية لدى الزوجات "عينة البحث".
- تحديد نسب مشاركة متغيرات الدراسة (سن الزوجة - عمل الزوجة - فرق السن بين الزوجين - مدة الزواج - حجم الأسرة - المستوى التعليمي للزوجين - الدخل الشهري للأسرة - مكان السكن) على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار.

أهمية البحث :

تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلي:

- إبراز دور الباحثين بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة من خلال توظيف أبحاثهم لإيجاد مداخل حديثة لمواجهة مستجدات العصر وتخطي ما تسببه من ضغوط حياتية، ألا وهو مدخل

المرونة الأسرية من أجل جودة الحياة الأسرية ودفع عجلة التقدم والتنمية في المجتمع.

- مواكبة اهتمام الدولة والعالم بكيفية تخطى أزمة كورونا بأقل الأضرار والخروج من تلك المحنة بسلام من خلال تسليط الضوء على الزوجة باعتبارها نواة الأسرة ومحاولة تمكينها من توظيف مواردها وتغيير نظرتها لآثار الأحداث الصاعقة والنظر لها نظره إيجابيه.
- إلقاء الضوء على ظاهرة يتعرض لها كل فرد في حياته وسمة من سمات العصر ألا وهي الضغوط الحياتية، كمحاولة لاستنباط أساليب جديدة في تناولها ومعالجتها و والتوصل إلى حلول خلاقة لتعود بعدها الأسرة إلى أفضل مما كانت عليه قبل حدوث الضغط.
- الاستفادة من نتائج الدراسة بتصميم استراتيجية مقترحة لتعزيز المرونة الأسرية لدعم ومساندة الأسرة للتخفيف من وطأة الضغوط الحياتية التي تعاني منها خلال جائحة كورونا، ومحاولة تأصيل روح المرونة الأسرية بجميع أبعادها لتصبح أسلوب حياة لتتسنة أجيال تتمتع بالصحة النفسية، قادرة على مواجهة ما يستجد من تحديات.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في مقومات المرونة الأسرية (الاحتواء العاطفي - الدعم الأسري - الترابط والتماسك - التفاعل الإيجابي - التواصل وحل المشكلات) ككل تبعاً لاختلاف كلا من متغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا.
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في إدارة الضغوط الحياتية (مرحلة الاستعداد للضغوط - مرحلة مواجهة الضغوط - مرحلة تقييم إدارة الضغوط) ككل وفقاً لمتغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا.
- ٣- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مقومات المرونة الأسرية ومستوى إدارة الضغوط الحياتية بمحاورها لدى الزوجات "عينة البحث".
- ٤- تختلف نسب مشاركة متغيرات الدراسة (سن الزوجة - عمل الزوجة - فرق السن بين الزوجين - مدة الزواج - حجم الأسرة - المستوى التعليمي للزوجين - الدخل الشهري للأسرة - مكان السكن) على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار.

الأسلوب البحثي للدراسة :

أولاً : مصطلحات البحث :

المقومات: Fundamentals

"جمع مقوم، وهي ما يعطى قيمة لأي عمل أو شخص، وهي عناصره الأساسية التي تساهم في بروزه ونهوضه بفاعلية كبيرة" (المعجم الوسيط، ٢٠١١).

المرونة Flexibility :

عرفت وفاء شلبي وآخرون (٢٠٢١) المرونة بأنها "القدرة على إعطاء أكبر عدد ممكن من الأفكار المتنوعة مع سهولة تغيير اتجاه الفرد العقلي، وتنقسم إلى ثلاثة أنواع هي المرونة التلقائية والمرونة التكيفية والمرونة الشكلية".

المرونة الأسرية: Family flexibility

عرفها Friedel & Penetar, (2008) بأنها "القدرة على استدعاء واستغلال نقاط القوة الكامنة داخل الأسرة لمواجهة التحديات والأزمات والضغوطات والأحداث الحياتية الأليمة بشكل إيجابي، والصمود أمامها، ومواجهة التغيرات التي تحدثها بغية التكيف الإيجابي معها، وإعطائها معنى إيجابياً لاستعادة اللياقة الأسرية مرة أخرى واستكمال دورة الحياة بصورة أفضل".

كما عرفها Ali, M., et al., (2010) بأنها "قدرة الأسرة على إظهار التكيف الإيجابي عند مواجهتها للمحن والأزمات، والقدرة على الصمود في مواجهة المصاعب، والخروج من المحنة والأزمة أكثر قوة وصلابة".

وتعرف إجرائياً بأنها "قدرة الزوجة على تنمية نقاط القوة لمواجهة تحديات الحياة السلبية وتعزيزها بطريقة أكثر إيجابية، والتجاوب والتكيف والتأقلم الجيد في مواجهة الضغوط الحياتية والشدائد والصدمات ومصادر التوتر التي تواجه أفراد أسرتها".

وتعرف الباحثتان مقومات المرونة الأسرية كما تدرجها الزوجة في ظل جائحة كورونا إجرائياً بأنها "العمليات الديناميكية والإجراءات التي تؤمن الزوجة بأهميتها وقيمتها من أجل تمكينها من استدعاء واستغلال نقاط القوة الكامنة داخلها وداخل أفراد أسرتها، وتمكنها من إعادة تشكيل سياستها الأسرية، من أجل التكيف الناجح مع أزمة كورونا بشكل بناء والتصرف حيالها بإيجابية، والنجاح في التصدي لآثار الضغوط التي فرضتها على الأسرة، وإعادة بناء ما سببته من أضرار".

وتتمثل مقومات المرونة الأسرية في هذه الدراسة في:

الاحتواء العاطفي: Emotional containment

وتعرف الباحثتان الاحتواء العاطفي إجرائياً بأنه "الاهتمام والرفق والحنان والمودة الذي يوليه الزوجين لبعضهما البعض، أو الوالدين للأطفال كي يساعد بعضهما البعض على التنفيس عن المشاعر وضبط التصرفات، مع التغافل عن بعض العيوب، للوصول للتقارب العاطفي، من أجل تحمل مسؤوليات الحياة المعيشية، واستمرار جودة الحياة الأسرية، ومواجهة الضغوط عامة وضغوط جائحة كورونا خاصة".

الدعم الأسري: Familial support

وتعرف الباحثتان الدعم الأسري إجرائياً بأنه "تقوية العلاقات بين أفراد الأسرة سواء كان ذلك بإمداد بعضهم البعض بالمعلومات بما يناسب أعمار كل منهم، أو بتقوية الجوانب العاطفية، أو الجوانب المادية إذا لزم الأمر للوقوف معاً لمواجهة الأحداث الضاغطة، والحث على الاستعانة بالله سبحانه وتعالى، مع التحلي

بالصبر والإيمان بأن الإنسان معرض لمستجدات قد تكون صعبة أثناء حياته مما يتطلب التعامل معها بمهارة، وأن لكل حدث ضاغط بالرغم من سلبياته فهناك إيجابيات يجب النظر لها بنظرة تفاؤل، مع محاولة تعديل أي سلوكيات وأفكار خاطئة وتوجيهها نحو الطريق الصحيح".

- الترابط والتماسك: Cohesion

وتعرف الباحثتان الترابط والتماسك إجرائياً بأنه "عملية اجتماعية تؤدي إلى توحيد وتقوية الروابط بين أفراد الأسرة من خلال التضامن، والتعاون، والتكافل، ومشاركة الأفراد لبعضهم البعض في القرارات المنزلية، لتوفير الجو الملائم للتنشئة السليمة، وإشباع حاجاتهم الضرورية التي تكمل توازنهم النفسي والعقلي والشخصي، بما يحقق السكينة وجودة الحياة الأسرية".

- التفاعل الإيجابي: Positive interaction

وتعرف الباحثتان التفاعل الإيجابي إجرائياً بأنه "صورة من العلاقات بين أفراد الأسرة قائمة على الود والإخاء والصراحة و سيادة روح الديمقراطية والتعاون، فيؤثر كل فرد في الآخر بقصد تكوين خبرات جديدة لمواجهة الضغوط والتعامل معها بطريقة هادئة".

- التواصل وحل المشكلات: Communication and problem solving

وتعرف الباحثتان التواصل وحل المشكلات إجرائياً بأنه "عملية تفاعلية تتضمن تبادل الأفكار والمشاعر بين أفراد الأسرة بشتى الأساليب والوسائل اللفظية وغير اللفظية ومواجهة المشكلات التي تواجهها الأسرة أثناء جائحة كورونا وإيجاد حلول مبتكرة لها من أجل تماسك بنين الأسرة".

إدارة الضغوط الحياتية: Management of life stress

الإدارة: Management

عرفتها وفاء شلبي وآخرون (٢٠٢١) بأنها "القوى المحركة للعمل العقلي ويتم بها إنجاز مسئوليات الأسرة والتي تتعلق بجميع أوجه حياة الأسرة الاقتصادية والاجتماعية والنفسية والجسمانية والروحية والتكنولوجية، وفي سبيل ذلك تستخدم ربة الأسرة ما لديها من معرفة وخبرات ومهارات وقدرات لحل المشكلات الأسرية اليومية التي تواجهها".

وتعرف الباحثتان الإدارة إجرائياً بأنها "النشاط المسئول عن اتخاذ القرارات وصياغة الأهداف وتجميع الموارد المطلوبة، مع توظيف المعرفة والخبرات والمهارات والقدرات واستخدامها بكفاءة لتلبية احتياجات أفراد الأسرة، وتحقيق أهدافها ومواجهه ما يستجد من تحديات".

الضغوط: Stress

عرفتها مروة مهدي (٢٠١٩) بأنها "تلك الأحداث التي تفرض على الزوجة وتلزمها أو تتطلب منها تكييفاً فسيولوجياً أو معرفياً أو سلوكياً".

وتعرف الباحثتان الضغوط الحياتية إجرائياً بأنها "أعباء وأحداث تدركها الزوجة نتيجة تعرضها وتعرض أسرتها لأزمة كورونا بأنها مزعجه وغير مريحه، وأخلت بتوازنها وانعكست على حياتها، وتحتاج إلى نوع من التكيف أو إعادة التكيف، وأن استمرارها قد يؤدي إلى آثار سلبية كالمريض والاضطرابات

وسوء التوافق" وتتمثل الضغوط الحياتية في هذه الدراسة إلى الضغوط الاقتصادية والضغوط النفسية والضغوط الاجتماعية والضغوط الشخصية والضغوط السكنية.

- الضغوط الاقتصادية: Economic stress

"هي الضغوط الناشئة عن نقص الموارد المادية كقلة الدخل أو انعدامه، أو سوء التخطيط لميزانية الأسرة مع زيادة احتياجات الأسرة وارتفاع الأسعار وزيادة المصروفات، وقد تزداد حدتها مع ارتفاع تطلعات أفراد الأسرة، أو عدم القدرة على إحداث التوازن المالي عند حدوث أزمة ما وتغيير أولويات وبنود الإنفاق".

- الضغوط النفسية: Psychology stress

هي الأحداث والمثيرات والاضطرابات الانفعالية المتضمنة مشاعر القلق والخوف والتوتر والمفروضة على الأسرة خلال جائحة كورونا والمتسببة في فقدان الاتزان الانفعالي، وتغير من نمط سلوك الأسرة وتلزمها أو تتطلب منها التكيف مع آثارها".

- الضغوط الاجتماعية: Stress social

"هي الضغوط المرتبطة بالتفاعلات والعلاقات داخل الأسرة ومع البيئة المحيطة بها، وهي نوع من الاضطراب أو الخلل الذي حدث بين أفراد الأسرة مما أدى إلى خلل في النسق والتوازن الأسرى وقلل من الإشباع المادي والعاطفي بسبب جائحة كورونا مما أدى إلى إعاقته عن أداء أدوارهم الاجتماعية".

- الضغوط الشخصية: Personal stress

"هي القوى الداخلية والخارجية التي تؤثر على الزوجة خلال جائحة كورونا، وينتج عنها ردود أفعال متباينة، وتخفف من دافعيتها للعمل والإنجاز، وتؤثر على اهتمامها بذاتها نتيجة شعورها بعدم الرضا".

- الضغوط السكنية: Residential stress

"الضغوط الناتجة عن عدم شعور أفراد الأسرة بالراحة والأمان داخل المسكن خلال جائحة كورونا، نتيجة عدم توافر المعايير الصحية والتصميمية والتأثيثية لمثل هذه الأزمات، وعدم توافر الفراغات الداخلية الكافية للتباعد الاجتماعي، أو العزل عند إصابة أحد أفراد الأسرة، الحاجة لتوفير وتنظيم مكان لممارسه العمل أو الدراسة عن بعد، عدم القدرة على توفير مساحات لممارسة الأنشطة لقضاء وقت الفراغ خلال الحظر المفروض".

- إدارة الضغوط: Stress management

"هي تلك الممارسات الفكرية والذهنية والعقلية التي يتم من خلالها الوعي والإدراك بأنواع الضغوط ومسبباتها ورسم الخطوط والتصورات التنبؤية بطرق مواجهتها والتغلب عليها، والتحكم في أسبابها وبعض مثيراتها في البيئة الداخلية أو الخارجية، بما يقلل من التوتر والاضطراب والآثار النفسية للفرد، ويعيد له حالة التكيف والاتزان في سلوكه، بالإضافة لاتخاذ الإجراءات الوقائية لمواجهة نفس النوع من الضغوط عند تكراره" (حسن عبد المعطى، ٢٠٠٦).

وتعرف الباحثتان إدارة الضغوط الحياتية إجرائياً بأنها "الأساليب والإجراءات والاستراتيجيات العلمية التي تستخدمها ربة الأسرة لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة خلال جائحة كورونا، وذلك من خلال اتباع مراحل إدارة الضغوط والتمثلة في إدراك الحدث الضاغط والاستعداد والتخطيط له كجانب وقائي، ومواجهة الضغوط باستخدام بعض الاستراتيجيات الإيجابية، ثم استعادة التوازن وتقييم إدارة الضغوط للاستفادة من سلبيات وإيجابيات الحدث الضاغط والتعامل معه بصورة أكثر فاعلية وإيجابية".
وتتمثل تلك المراحل إجرائياً كالآتي:

الاستعداد للضغوط: Preparedness for stress

"استنباط الزوجة لمصادر وأسباب الضغوط التي قد تنشأ من فيروس كورونا، من خلال متابعتها للمعلومات والمستجدات المتوالية عن تطور الأحداث، ومن ثم تبدأ في الاستعداد لمواجهتها بهدوء وكفاءة، مستعينة بالله عز وجل أولاً لرفع المستوى الروحي لأفراد أسرتها، ومن ثم تنظيم أسلوب الحياة وتحديد الأهداف، وإدراكها للموارد البشرية والأسرية المتاحة، مع تطبيق الإجراءات الاحترازية والوقائية لتجنب العدوى بالفيروس وما يتبعه من ضغوط".

مواجهة الضغوط: Stress facing

"جهود سلوكية متواصلة تتخذها الزوجة بناء على معلومات متسقة ومرتبطة بتأثير أزمة كورونا، تهدف من خلالها السيطرة على الآثار الصحية، الاقتصادية، النفسية، الاجتماعية، السكنية والشخصية التي تسببها الأزمة للحد من أخطارها على أفراد الأسرة، وذلك من خلال تفويض المسؤوليات، وتحمل الأفراد للمسئولية، استخدام المرونة والتسامح، البحث عن التنوع والتجديد لإثارة حماس أفراد الأسرة".

تقييم إدارة الضغوط: Evaluation of stress management

"عملية متابعه وإصلاح إيجابي تقوم بها ربة الأسرة للتوافق مع ما هو مخطط له سابقاً، بناء على تقييمها وتقديرها لمدى قدرة أفراد أسرتها على التغلب على الضغوط التي سببتها الجائحة من أجل إعادة التوازن الأسرى".

جائحة كورونا Corona Pandemic:

الجائحة Pandemic

"وباء ينتشر بشكل واسع، ويجتاح عدة دول أو قارات، ويصيب عدد كبير من الناس" (المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم "الكسو"، ٢٠٢٠).

فيروس كورونا Corona virus

"فصيلة كبيرة من الفيروسات التي تسبب المرض لدى الإنسان، وتسبب عدوى الجهاز التنفسي التي تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (السارس)، ويسبب فيروس كورونا مرض فيروس كورونا كوفيد -١٩ (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠).

رابعاً : أدوات الدراسة: قامت الباحثتان بإعداد الأدوات التالية:

- ١- استمارة البيانات العامة للأسرة. (إعداد الباحثين)
- ٢- استبيان "أنواع الضغوط الحياتية" (إعداد الباحثين)
- ٣- استبيان "مقومات المرونة الأسرية" (إعداد الباحثين)
- ٤- استبيان "إدارة الضغوط الحياتية" (إعداد الباحثين)

أولاً : استمارة البيانات العامة للأسرة :

تم إعداد استمارة البيانات العامة للأسرة بهدف الحصول علي بعض المعلومات التي تفيد في إمكانية تحديد الخصائص الاجتماعية والاقتصادية لعينه البحث وقد تضمنت الاستمارة :

أ- بيانات أولية: تمثلت في (سن الزوجة - الفرق بين عمر الزوجين - مدة الزواج - عمل الزوجة "تعمل/ لا تعمل" - حجم الأسرة - مكان السكن - المستوى التعليمي للزوجين- وظيفة الزوج - متوسط الدخل الشهري للأسرة).

ب- بيانات خاصة بتأثير الجائحة " نسبة المنفق من الميزانية على بنود الإنفاق قبل وأثناء جائحة كورونا - مؤشرات الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا".

ثانياً : استبيان أنواع الضغوط الحياتية :

تم إعداد هذا الاستبيان وفقاً للتعريف الإجرائي بهدف التعرف على الضغوط التي واجهت الأسرة خلال جائحة كورونا، وتكون الاستبيان من (٦٢) عبارة خبرية موزعة على (٥) محاور، وتتحدد الاستجابة عليها وفق ثلاث خيارات (دائماً- أحياناً- لا) على مقياس متصل (٣-٢-١) للعبارة موجبة الصياغة، (١-٢-٣) للعبارة سالبة الصياغة. وبذلك تكون أعلى درجة للاستبيان (١٨٦) درجة، وأقل درجة (٦٢).

وتمثلت محاور الاستبيان كالتالي :

١- **الضغوط الاقتصادية:** تكون هذا المحور من (١٣) عبارة عن الآثار الاقتصادية لجائحة كورونا علي الأسرة مثل "انخفاض الدخل، وزيادة احتياجات الأسرة في بعض بنود الاستهلاك، وزيادة المصروفات على بعض البنود غير المعتادة "الأنترنت وزيادة قوته، الأدوية..."، انخفاض القوة الشرائية، تغيير النمط الاستهلاكي وفقدان الأسرة لبعض استثماراتها ومدخراتها بسبب الجائحة، ارتفاع معدلات البطالة، تعثر الأسرة في سداد الفواتير والأقساط، ارتفاع أسعار بعض السلع وبعض الأدوية الوقائية".

٢- **الضغوط النفسية :** تكون هذا المحور من (١٣) عبارة تقيس الآثار الناتجة من الضغوط النفسية التي تمر بها الأسرة خلال جائحة كورونا والمتمثلة في الشعور بالخوف والقلق على أفراد الأسرة من مخالطة الأفراد المصابين، والإحباط والاضطرابات والغضب والانفعال المحيط بالأسرة خلال جائحة كورونا. وسيطرة فكرة الإصابة بالفيروس على أفراد الأسرة، والشعور بالضيق عند سماع أخبار عن ارتفاع عدد المصابين وعدد الوفيات بالفيروس.

٣- **الضغوط الاجتماعية:** تكون هذا المحور من (١٢) عبارة تقيس الآثار الاجتماعية لجائحة كورونا علي الأسرة واشتملت العبارات على "طبيعة العلاقات الاجتماعية بين أفراد الأسرة والأهل والأصدقاء في ظل تلك الجائحة، ومدى تأثير الجائحة علي الجو الأسري، ووجود بعض الظواهر السلبية عن الجائحة مثل التوتر والخلافات خلال فترة الحظر المنزلي، تأثير مكوث الزوج بالمنزل على علاقته بالزوجة والأبناء، قلة فرص الحوار الأسري، زيادة المشاكل بين أفراد الأسرة نتيجة التواجد الزائد بالمنزل، التباعد الاجتماعي والعزلة الاجتماعية وقلة الزيارات العائلية خلال جائحة كورونا".

٤- **الضغوط الشخصية** "تكون هذا المحور من (١١) عبارة تقيس الضغوط الشخصية الناجمة عن أحداث جائحة كورونا واشتملت العبارات على "تأثير مكوث الزوج والأبناء على توافق ربة المنزل، الاهتمام بمظهرها، واهتماماتها وهواياتها، افتقاد المساندة الاجتماعية من الأهل، عدم توفر وقت كاف للاهتمام الشخصي خلال الجائحة، انخفاض الدافعية للإنجاز والعمل خلال جائحة كورونا، زيادة الوزن خلال جائحة كورونا".

٥- **الضغوط السكنية:** "تكون هذا المحور من (١٣) عبارة تقيس الضغوط السكنية التي فرضتها جائحة كورونا على الأسرة، واشتملت العبارات "مدى القدرة على إعادة التوزيع الجيد للأثاث داخل الحيز الداخلي للمسكن لتلبية ما طرأ من أحداث، تهويه المسكن، توفير بيئة جمالية ملائمة في ظل الحجر المنزلي، توافر أماكن مخصصة للعزل عند إصابة احد أفراد الأسرة، مراعاة التطهير والتنظيف المستمر للمسكن، تهيئة المنزل وإعادة ترتيبه لمناسبة العمل والتعليم أونلاين".

ثالثاً : استبيان "مقومات المرونة الأسرية"

أعدت الباحثتان استبيان مقومات المرونة الأسرية كما تدرکه الزوجة وفقاً للتعريف الإجرائي بهدف التعرف على مفهوم المرونة الأسرية وأبعادها وتكون الاستبيان من (٦٧) عبارة خبرية، وتم تقسيم الاستبيان إلى (٥) محاور، وتتحدد الاستجابة عليها وفق ثلاث خيارات (دائماً- أحياناً- نادراً) على مقياس متصل (٣-٢-١) للعبارة موجبة الصياغة، (١-٢-٣) للعبارة سالبة الصياغة. وبذلك تكون أعلى درجة للاستبيان (٢٠١)، وأقل درجة (٦٧) وتتمثل محاور الاستبيان فيما يلي:

١- المحور الأول: الاحتواء العاطفي

اشتمل هذا المحور على (١٤) عبارة تظهر الاحتواء العاطفي من جانب الزوج لزوجته خلال فترة جائحة كورونا و تضمنت معاملة الزوج بحب وحنان ومشاركته لزوجته في تحمل مسؤولية المعيشة خلال جائحة كورونا، سيادة حالة من التفاهم والمودة والاحترام بين أفراد الأسرة، الشعور بالسعادة مع الأسرة بالرغم من طول فترة الحظر، تبادل الاهتمام والرعاية بين الزوج وزوجته، زيادة التقارب العاطفي بين أفراد الأسرة خلال جائحة كورونا، إشباع احتياجات الأبناء وإظهار مشاعر الحب والتقبل والاهتمام.

ب- المحور الثاني: الدعم الأسري

تكون هذا المحور من (١٤) عبارة عن الدعم الأسري خلال فترة الجائحة وتضمن وجود علاقات جيدة بين أفراد الأسرة، مساعدة أفراد الأسرة بعضهم لبعض في معظم أمور حياتهم، تلقى الأسرة دعم اجتماعي خلال جائحة كورونا من الأهل والأصدقاء، مساعدة الأسرة لبعضها البعض في أوقات

الأزمات المالية خلال جائحة كورونا، وتقديم المشورة، وتعلم مهارات جديدة خلال فترة الجائحة، والاهتمام بميول واتجاهات أفراد الأسرة، توفير وتبادل المعلومات الصحيحة عن الفيروس والإجراءات الاحترازية لتحقيق الأمن والسلامة.

ج- المحور الثالث: الترابط والتماسك

تكون هذا المحور من (١٥) عبارة عن الترابط والتماسك الأسرى أثناء فترة الجائحة وتضمن القدرة على مواجهة الضغوط خلال جائحة كورونا، بث الطاقة الإيجابية مع الأسرة خلال الجائحة، التمسك بالقيم الدينية في تسيير أمور الحياة، الخوف من انهيار وتفكك الأسرة، التعاون مع الزوج لمصلحة الأبناء، احتواء الضغوط الحياتية، تمتع أفراد الأسرة بالاستقرار والترابط، اشتراك أفراد الأسرة في القرارات المصيرية.

د- المحور الرابع: التفاعل الإيجابي

تكون هذا المحور من (١١) عبارة عن التفاعل الإيجابي بين الزوج والزوجة والأبناء وتضمنت تبادل المشاعر الإيجابية مع أفراد الأسرة، سيادة روح الديمقراطية والتعاون بين أفراد الأسرة، التعامل مع الضغوط الناتجة من جائحة كورونا بطريقة علمية وواقعية، تبادل الآراء البناءة مع أفراد الأسرة، قضاء وقت ممتع مع أفراد الأسرة.

هـ- المحور الخامس: التواصل وحل المشكلات

تكون هذا المحور من (١٣) عبارة عن التواصل وحل المشكلات، واشتمل هذا المحور على بعض العبارات عن الشعور بالسعادة في مناقشة الموضوعات التي تخص الأبناء، مساعدة أفراد الأسرة في حل مشاكلهم، القدرة على الحوار والتواصل البناء مع أفراد الأسرة خلال جائحة كورونا، التكيف مع المواقف والمشكلات التي تواجه الأسرة، البحث عن حلول جديدة ومتنوعة عند مواجهة مشكلات الأسرة، تحديد مسؤوليات كل فرد في الأسرة.

رابعاً: استبيان "إدارة الضغوط الحياتية"

تم إعداد استبيان الضغوط الحياتية وفقاً للتعريف الإجرائي بهدف التعرف على قدرة الزوجة على إدارة الضغوط الحياتية التي تواجه الأسرة خلال جائحة كورونا وتكون الاستبيان من (٤٨) عبارة خبرية موزعة على ثلاثة محاور، وتتحدد الاستجابة عليها وفق ثلاث خيارات (دائماً - أحياناً - نادراً) على مقياس متصل (٣-٢-١) للعبارة موجبة الصياغة، (١-٢-٣) للعبارة سالبة الصياغة، وبذلك تكون أعلى درجة للاستبيان (١٤٤) وأقل درجة للاستبيان (٤٨) وتتمثل محاور الاستبيان فيما يلي:

١- مرحلة التنبؤ والاستعداد للضغوط (التخطيط كجانب وقائي)

تكون هذا المحور من (١٦) عبارة عن تنمية مهارات أفراد الأسرة للتعامل مع الأزمات خلال الجائحة، متابعة البرامج الصحية لمعرفة أحدث المستجدات عن فيروس كورونا، شراء الاحتياجات من الكمادات والمعقمات، الإقلال من المناسبات الاجتماعية بقدر الإمكان، مناقشة البدائل المتاحة لزيادة موارد الأسرة، وضع خطه لميزانية الأسرة، توزيع الأدوار على أفراد الأسرة، تطبيق الإجراءات الاحترازية

والوقائية الصادرة من وزارة الصحة لتجنب العدوى بالفيروس، توفير وسائل الترفيه للأبناء بدلاً من الخروج من المنزل، وكيفية تعويض أفراد الأسرة عن العلاقات الأسرية والاجتماعية في ظل الحجر المنزلي من خلال إيجاد سبل للتواصل.

ب-مرحلة مواجهة الضغوط (استراتيجيات التكيف للمواجهة)

تكون هذا المحور من (١٧) عبارة عن اتباع الزوجة لسياسات الترشيح في بنود الإنفاق مع عمل ميزانية حسب الأولويات، الاعتماد على مستشفيات التأمين الصحي في العلاج في حالة الإصابة بكورونا، اتباع إرشادات منظمة الصحة العالمية للحد من فيروس كورونا، الإقلال من المجاملات التي تؤثر على ميزانية الأسرة، متابعة التزام أفراد الأسرة بإجراءات الوقاية والسلامة، الاستفادة من خبرات المصابين والمتعافين من الفيروس، نشر السلوكيات الحسنة بجائحة كورونا، تطبيق الإجراءات الاحترازية بكل دقة، الإقلال من شراء الوجبات الجاهزة خوفاً من العدوى، مساهمة الزوجة في مصروف البيت لمواجهة غلاء الأسعار خلال الجائحة، إشراك كل فرد من أفراد الأسرة في مواجهة الأزمة حسب أعمار كل منهم، وتقييم الأداء أول بأول.

ج-مرحلة ما بعد الضغوط (استعادة التوازن وتقييم إدارة الضغوط)

وتكون هذا المحور من (١٥) عبارة تضمنت قدرة الزوجة على تعديل أي خلل أو قصور اكتشفته أثناء تعاملها مع الأزمة، التعزيز الإيجابي لنقاط القوة، الإصلاح البناء لنقاط الضعف بعد مقارنة ما تم بما خطط له لإعادة التوازن الأسري، الحرص على تهيئة الجو النفسي لأفراد الأسرة لتقليل ضغوط الحياة في المراحل التالية، وضع خطه مبدئية للمرحلة التالية تحسباً للظروف المستقبلية.

تقنين الأدوات:

يقصد بالتقنين حساب صدق وثبات الاستبيانات:

صدق الاستبيانات: يقصد بالصدق "قدرة الاستبيان على قياس ما وضع لقياسه، أو السمة المراد قياسها، كما يهدف إلى الحكم على مدى تمثيل الاستبيان للميدان الذي يقيسه" (ذوقان عبيدات وآخرون، ٢٠٢٠).

واعتمدت الباحثتان في ذلك على كل من:

أولاً: حساب صدق الاستبيانات:

اعتمد البحث الحالي في التحقق من صدق الاستبيان Validity على طريقتين

أ- **صدق المحتوى (المحكمين):** وذلك بعرض استبيان المرونة الأسرية، استبيان أنواع الضغوط الحياتية، واستبيان إدارة الضغوط الحياتية على مجموعة من الأساتذة المحكمين المتخصصين بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة، وقسم الاقتصاد المنزلي التربوي- كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان وجامعة المنوفية، لإبداء الرأي في مدى ملائمة عبارات الاستبيانات وصياغتهما لما تهدف إلى تجميعه من معلومات وبيانات، وقد أبدى السادة المحكمين بعض الملاحظات وطلبوا تعديل صياغة بعض العبارات، كما أبدوا موافقتهم على عبارات استبيان أنواع الضغوط الحياتية بنسبة ٩٣%، واستبيان إدارة الضغوط الحياتية بنسبة ٩١%، واستبيان مقومات المرونة الأسرية بنسبة

٩٠% مع تعديل وحذف بعض العبارات في بعض المحاور، وبذلك تكون الاستبيانات خضعت لصدق المحتوى.

ب- صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق الاتساق الداخلي وذلك عن طريق إيجاد معامل الارتباط "بيرسون" بين الدرجة الكلية لكل محور وبين الدرجة الكلية للاستبيان، وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) قيم معاملات الارتباط لمحاور كل من استبيان أنواع الضغوط الحياتية، استبيان مقومات المرونة الأسرية، استبيان إدارة الضغوط الحياتية

الدلالة	الارتباط	استبيان الضغوط الحياتية
٠,٠١	٠,٨٧١	المحور الأول : الضغوط الاقتصادية
٠,٠١	٠,٩٨٦	المحور الثاني : الضغوط النفسية
٠,٠١	٠,٨٣٦	المحور الثالث : الضغوط الاجتماعية
٠,٠١	٠,٨٩٦	المحور الرابع : الضغوط الشخصية
٠,٠١	٠,٨٨٦	المحور الخامس : الضغوط السكنية
٠,٠١	٠,٨٦١	استبيان أنواع الضغوط الحياتية ككل
الدلالة	الارتباط	استبيان مقومات المرونة الأسرية
٠,٠١	٠,٨٩١	المحور الأول : الاحتواء العاطفي
٠,٠١	٠,٨٥٣	المحور الثاني : الدعم الأسري
٠,٠١	٠,٨٦٧	المحور الثالث : الترابط والتماسك
٠,٠١	٠,٨٥٤	المحور الرابع : التفاعل الإيجابي
٠,٠١	٠,٨٩١	المحور الخامس : التواصل وحل المشكلات
٠,٠١	٠,٨٤٧	استبيان المرونة الأسرية ككل
الدلالة	الارتباط	استبيان إدارة الضغوط الحياتية
٠,٠١	٠,٧٥٤	مرحلة الاستعداد
٠,٠١	٠,٨٩٩	مرحلة المواجهة
٠,٠١	٠,٨٥٣	مرحلة التقييم
٠,٠١	٠,٨٣٦	استبيان إدارة الضغوط الحياتية ككل

يتضح من جدول (١) أن قيم معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠,٠١) في جميع محاور كل من استبيان أنواع الضغوط الحياتية، استبيان مقومات المرونة الأسرية، استبيان إدارة الضغوط الحياتية مما يدل على صدق وتجانس عبارات ومحاور الاستبيانات والدرجة الكلية لها.

ج- ثبات الاستبيانات :

يقصد بالثبات (Reliability) دقة الاختبار في القياس والملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه، واتساقه فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المفحوص (آمال صادق وفؤاد أبو حطب، ١٩٩١)، وقد تم التحقق من ثبات الاستبيانات باستخدام (معامل ألفا كرونباخ Alpha Cronbach)، (التجزئة النصفية Split-half) (اسبيرمان براون Spearman-Brown)، (جيوتمان Guttman). ويوضح جدول (٢) ذلك.

جدول (٢) قيم معاملات ثبات استبيانات أنواع الضغوط الحياتية، مقومات المرونة الأسرية،

إدارة الضغوط الحياتية

الضغوط الحياتية	معامل الفا	التجزئة النصفية	اسبيرمان براون	جيوتمان
المحور الأول: الضغوط الاقتصادية	٠,٨٩١	٠,٨٦١	٠,٨٩٩	٠,٨٣٢
المحور الثاني: الضغوط النفسية	٠,٧٣٨	٠,٧١٦	٠,٧٩٨	٠,٧٢١
المحور الثالث: الضغوط الاجتماعية	٠,٨١٤	٠,٧٩٦	٠,٨٤٤	٠,٨١١
المحور الرابع: الضغوط الشخصية	٠,٨٢٩	٠,٨٠٤	٠,٨٦٦	٠,٨١٤
المحور الخامس: الضغوط السكنية	٠,٨٥٤	٠,٨٢١	٠,٨٧١	٠,٨٢٢
ثبات استبيان أنواع الضغوط الحياتية ككل	٠,٨٤٩	٠,٨٢٧	٠,٨٩٢	٠,٨٣٥
مقومات المرونة الأسرية	معامل الفا	التجزئة النصفية	اسبيرمان براون	جيوتمان
المحور الأول: الاحتواء العاطفي	٠,٩١١	٠,٨٧٨	٠,٩٠٥	٠,٨٦١
المحور الثاني: الدعم الأسري	٠,٧٦٥	٠,٧٢٨	٠,٨١١	٠,٧٥٢
المحور الثالث: الترابط والتماسك	٠,٨١٩	٠,٨٠٩	٠,٨٦٧	٠,٨٤٨
المحور الرابع: التفاعل الإيجابي	٠,٨٥١	٠,٨٣٢	٠,٨٨٨	٠,٨٢٩
المحور الخامس: التواصل وحل المشكلات	٠,٩١٩	٠,٨٩١	٠,٨٩٤	٠,٨٣٨
ثبات استبيان المرونة الأسرية ككل	٠,٨٢٢	٠,٨١٢	٠,٨٥٤	٠,٨٤١
إدارة الضغوط الحياتية	معامل الفا	التجزئة النصفية	اسبيرمان براون	جيوتمان
المحور الأول: مرحلة الاستعداد	٠,٩٢٥	٠,٨٩٣	٠,٩٥٤	٠,٩١١
المحور الثاني: مرحلة المواجهة	٠,٨٧٤	٠,٨٤٣	٠,٩٠٣	٠,٨٦٥
المحور الثالث: مرحلة التقييم	٠,٧٤٨	٠,٧١٦	٠,٧٧٤	٠,٧٣٥
ثبات استبيان إدارة الضغوط الحياتية ككل	٠,٨٣٨	٠,٧٩٩	٠,٨٦٤	٠,٨١٧

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الثبات في استبيانات أنواع الضغوط الحياتية، مقومات المرونة الأسرية، إدارة الضغوط الحياتية بمحاورها المختلفة كانت مقبولة بالنسبة لهذا النوع من معاملات الثبات، وتعتبر هذه القيم عالية بالنسبة لهذا النوع، مما يدل على الاتساق الداخلي للاستبيانات وبالتالي صلاحيتها للتطبيق.

خامساً: المعاملات الإحصائية:

بعد جمع البيانات وتفرغها تمت المعالجة الإحصائية باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package for Social Sciences Program أو (S.P.S.S) وقد تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- ١- حساب التكرارات والنسب المئوية لمتغيرات الدراسة.
- ٢- حساب معاملات الثبات لاستبيانات الدراسة باستخدام (معامل ألفا كرونباخ "Alpha Cornbach" والتجزئة النصفية وجيوتمان Guttman اسبيرمان براون Spearman-Brown).
- ٣- تحليل التباين أحادي الاتجاه Anova One Way باستخدام F.Test لإيجاد دلالة الفروق بين

محاور الدراسة تبعاً لبعض المتغيرات المحددة.

٤- اختبار أقل فرق معنوي L.S.D لإيجاد دلالة الفروق تبعاً لبعض متغيرات الدراسة.

٥- اختبار "T.test" لدراسة الفروق بين بعض محاور الدراسة.

٦- معامل الارتباط بيرسون Person لتحديد درجة الارتباط بين متغيرات الدراسة.

النتائج تحليلها وتفسيرها ومناقشتها:

أولاً : النتائج الوصفية :

١- وصف الخصائص الديموجرافية للعينة: فيما يلي وصف شامل لعينة البحث موضحة في جدول

(٣)

جدول (٣) التوزيع النسبي لأفراد عينة البحث الأساسية وفقاً للخصائص الديموجرافية (ن=٢٨٧)

المتغير	الفئة	ك	%	المتغير	الفئة	ك	%
١-سن لزوجة	صغير (أقل من ٣٠ سنة)	٨٤	٢٩,٢	٦-الفرق السن بين الزوجين	٥ سنوات	١١١	٣٨,٧
	متوسط (من ٣٠:٥٠ سنة)	١٥١	٥٢,٦		١٠ سنوات	٩٥	٣٣,١
	كبير (٥٠ سنة فأكثر)	٥٢	١٨,٢		١٥ سنة فأكثر	٨١	٢٨,٢
٢-مدة لزواج	أقل من ١٠ سنوات	٤٩	١٧,١	٧-وظيفة لزواج	وظيفة حكومية	٦٢	٢١,٦
	من ١٠:٢٠ سنة	١٨٦	٦٤,٨		غير حكومية	١٩٦	٦٨,٣
	أكثر من ٢٠ سنة	٥٢	١٨,١		متقاعد	٢٩	١٠,١
٣-عمل لزوجة	عاملة	٢١٤	٧٤,٦	٨-مكان لسكن	حضر	١١٤	٣٩,٧
	غير عاملة	٧٣	٢٥,٤		ريف	١٧٣	٦٠,٣
٤-حجم الأسرة	صغيرة (أقل من ٤ أفراد)	١١١	٣٨,٧	٩-متوسط لدخل الشهري	منخفض > ٤٠٠٠	١٢٥	٤٣,٦
	متوسطة (٤ - ٥ أفراد)	٤٣	١٤,٩		متوسط > ٤٠٠ < ٦٠٠٠	١٠٠	٣٤,٨
	كبيرة (٦ أفراد فأكثر)	١٣٣	٤٦,٤		مرتفع < ٦٠٠٠	٦٢	٢١,٦
٥-مستوى تعليم الزوجة	منخفض (أقل من ثانوي)	٣٥	١٢,٢	١٠-مستوى تعليم الزوج	منخفض (أقل من ثانوي)	-	-
	متوسط (ثانوي > جامعي)	١١٨	٤١,١		متوسط (ثانوي > جامعي)	١٣٩	٤٨,٤
	مرتفع (جامعي فأعلى)	١٣٤	٤٦,٧		مرتفع (جامعي فأعلى)	١٤٨	٥١,٦
المجموع		٢٨٧	١٠٠	المجموع		٢٨٧	١٠٠

يتضح من جدول (٣) أن أعلى سن لزوجات عينة البحث كانت تقع في فئة السن من (٣٠ إلى ٥٠) سنة بنسبة ٥٢,٦%، بينما كانت أقل سن ٥٠ سنة فأكثر بنسبة ١٨,٢%، كما تبين من الجدول أن أعلى نسبة لزوجات عينة البحث كانت مدة الزواج تتراوح من ١٠:٢٠ سنة بنسبة ٦٤,٨%، بينما كانت أقل مدة الزواج لديهن أقل من ١٠ سنوات بنسبة ١٧,١%، وبالنسبة لعمل الزوجة فقد اتضح أن أكثر زوجات عينة البحث من العاملات بنسبة ٧٤,٦%، كما تبين أن غالبية أفراد العينة كان حجم الأسرة كبيرة (٦ أفراد فأكثر) بنسبة ٤٦,٤%، بينما كان أقل حجم للأسرة متوسطة من (٤-٥) أفراد بنسبة ١٤,٩%.

كما تبين من جدول (٣) أن أعلى نسبة لزوجات عينة البحث كن من الحاصلات على التعليم

المرتفع بنسبة ٤٦,٧%، يليها التعليم المتوسط بنسبة ٤١,١%، بينما كانت أقل نسبة منهن كن من الحاصلات على التعليم المنخفض بنسبة ١٢,٢%. أما بالنسبة لفرق السن بين الزوجين فكانت أعلى نسبة ٣٨,٧% لفرق السن (٥ سنوات)، وأقل نسبة ٢٨,٢% لفرق السن (١٥) سنة، أما بالنسبة لوظيفة الزوج فكانت أعلى نسبة ٦٨,٣% للوظيفة غير الحكومية، وأقل نسبة ١٠,١% للمتقاعدين، وبالنسبة لمكان السكن فكانت أعلى نسبة ٦٠,٣% لسكان الريف، وأقل نسبة ٣٩,٧% لسكان الحضر، أما بالنسبة لمتوسط الدخل الشهري للأسرة فكانت أعلى نسبة لمستوى الدخل المنخفض بنسبة ٤٣,٦%، يليها الدخل المتوسط بنسبة ٣٤,٨%، وأخيراً الدخل المرتفع بنسبة ٢١,٦%، كما اتضح من جدول (٣) أن أعلى نسبة للمستوى التعليمي للزوج كانت للمستوى التعليمي المرتفع بنسبة ٥١,٦%، وأقل نسبة كانت للتعليم المتوسط بنسبة ٤٨,٤%.

٢- بيانات خاصة بتأثير الجائحة :

أ- نسبة المنفق من الميزانية على بنود الإنفاق قبل وأثناء جائحة كورونا :

- نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المنخفض :

جدول (٤) نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المنخفض (ن=١٢٥)

م	بنود الإنفاق	نسبة المنفق من الميزانية قبل جائحة كورونا سنويا						نسبة المنفق من الميزانية أثناء جائحة كورونا خلال سنة					
		أقل من ٣٠%		من ٣٠% : ٦٠%		أكثر من ٦٠%		أقل من ٣٠%		من ٣٠% : ٦٠%		أكثر من ٦٠%	
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
١	الطعام والشراب	-	-	١٠٩	٨٧,٢	١٦	١٢,٨	-	-	١٠٥	٨٤	٢٠	١٦
٢	الملابس ومكملاتها	-	-	١٣	١٠,٤	١١٢	٨٩,٦	-	-	١٥	١٢	١١٠	٨٨
٣	المسكن ومستلزماته	-	-	٩٩	٧٩,٢	٢٦	٢٠,٨	-	-	٩٩	٧٩,٢	٢٦	٢٠,٨
٤	التعليم والثقافة	-	-	١٦	١٢,٨	١٠٩	٨٧,٢	-	-	-	-	١٢٥	١٠٠
٥	العلاج والصحة	٧٩	٦٣,٢	٤٦	٣٦,٨	-	-	-	-	١١١	٨٨,٨	١٤	١١,٢
٦	الترفيه	١٠٧	٨٥,٦	١٨	١٤,٤	-	-	١٢١	٩٦,٨	٤	٣,٢	-	-
٧	الادخار	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
٨	الطوارئ	١٢٥	١٠٠	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
٩	الاستثمار	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
١٠	المصروفات الشخصية	١٢٥	١٠٠	-	-	-	-	١٢٠	٩٦	٥	٤	-	-
١١	التبرعات	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
١٢	المواصلات	٨٩	٧١,٢	٣٦	٢٨,٨	-	-	١٢٥	١٠٠	-	-	-	-
١٣	الأثاث	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

تبين من خلال جدول (٤) أن بعض بنود الإنفاق لدى الأسرة ذات مستوى الدخل المنخفض قد تأثرت بجائحة كورونا فجدد أن أغلب الأسر بعينة الدراسة والتي بلغت نسبتهم ٨٧,٢% كانت تتفق من ٣٠: ٦٠% من الميزانية على بند الطعام والشراب قبل جائحة كورونا، بينما انخفضت هذه النسبة إلى

٨٤% للأسر بعد جائحة كورونا، وأيضاً نجد أن نسبة الأسر ذات الدخل المنخفض التي كانت تتفق أكثر من ٦٠% من ميزانيتها على بند الإنفاق على التعليم والثقافة كانت ٨٧,٢%، وبلغت ١٠٠% بعد جائحة كورونا، أما بند الإنفاق على العلاج والصحة والتي كانت اعلى نسبة من عينة الدراسة ذات الدخل المنخفض ٦٣,٢% تتفق أقل من ٢٠% من ميزانيتها قبل جائحة كورونا، بينما نجد أن ٨٨,٨% من الأسر انتقلت إلى شريحة أعلى في الإنفاق من ٣٠: ٦٠% من ميزانيتها على هذا البند، كما نجد أن نسبة الإنفاق على بند المواصلات قد انخفض، فكانت ٧١,٢% من الأسر تتفق أقل من ٣٠% على هذا البند قبل جائحة كورونا، وارتفعت النسبة إلى ١٠٠% من الأسر في هذه الشريحة بعد جائحة كورونا، كما تأثر بند الطوارئ بجائحة كورونا فكان ١٠٠% من أسر عينة الدراسة تخصص اقل من ٣٠% من ميزانيتها للطوارئ، وأصبحت غير قادرة على الاستمرار في عمل ذلك بعد جائحة كورونا. وأيضاً تبين من الجدول أن هناك بعض بنود الإنفاق لم تتأثر نسبياً بجائحة كورونا ومنها بنود الإنفاق على الملابس ومكملاتها، وبند المسكن ومستلزماته والأثاث، والادخار.

• نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المتوسط :

جدول (٥) نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المتوسط (ن = ١٠٠)

م	بنود الإنفاق	نسبة المنفق من الميزانية قبل جائحة كورونا سنويا						نسبة المنفق من الميزانية أثناء جائحة كورونا					
		أقل من ٣٠%		٣٠ : ٦٠%		أكثر من ٦٠%		أقل من ٣٠%		٣٠ : ٦٠%		أكثر من ٦٠%	
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
١	الطعام والشراب	٣٥	٣٥	٦٥	٦٥	-	-	١٢	١٢	٨٨	٨٨	-	-
٢	الملابس ومكملاتها	-	-	٨٩	٨٩	١١	١١	١٢	١٢	٧٧	٧٧	١١	١١
٣	المسكن ومستلزماته	-	-	٧٨	٧٨	٢٢	٢٢	-	-	٧٨	٧٨	٢٢	٢٢
٤	التعليم والثقافة	-	-	٦٧	٦٧	٣٣	٣٣	-	-	٣٤	٣٤	٦٦	٦٦
٥	العلاج والصحة	٢٢	٢٢	٤٥	٤٥	٣٣	٣٣	-	-	٤٣	٤٣	٥٧	٥٧
٦	الترفيه	-	-	٨٩	٨٩	١٩	١٩	٨٩	٨٩	١١	١١	-	-
٧	الادخار	٨٦	٨٦	١٤	١٤	-	-	٩٨	٩٨	٢	٢	-	-
٨	الطوارئ	٧٥	٧٥	٢٥	٢٥	-	-	٩١	٩١	٩	٩	-	-
٩	الاستثمار	٨٨	٨٨	١٢	١٢	-	-	-	-	-	-	-	-
١٠	المصروفات الشخصية	٩١	٩١	٩	٩	-	-	٩١	٩١	٩	٩	-	-
١١	التبرعات	٩١	٩١	٩	٩	-	-	٩٥	٩٥	٥	٥	-	-
١٢	المواصلات	٨٩	٨٩	١١	١١	-	-	١٠٠	١٠٠	-	-	-	-
١٣	الأثاث	١٠٠	١٠٠	-	-	-	-	١٠٠	١٠٠	-	-	-	-

أوضح جدول (٥) أن هناك بعض بنود الإنفاق قد زادت نسبة الإنفاق بها نتيجة لجائحة كورونا لدى الأسر ذات مستوى الدخل المتوسط، فيتضح أن بند الإنفاق على الطعام والشراب كانت النسبة الأعلى من عينة الدراسة والتي بلغت ٦٥% كانت تقع في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (من ٣٠: ٦٠%) قبل الجائحة بينما ارتفعت النسبة من عينة الدراسة إلى ٨٨% في نفس فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (من ٣٠: ٦٠%) بعد الجائحة، كما نجد في بند الإنفاق على التعليم والثقافة أن أعلى نسبة من عينة الدراسة ٦٧% كانت تقع في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (٦٠: ٣٠%) قبل

الجائحة، بينما انتقلت أعلى نسبة من عينة الدراسة ٦٦% في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (أعلى من ٦٠%) بعد الجائحة، أيضا بند الإنفاق على العلاج والصحة كانت أعلى نسبة من عينة الدراسة ٤٥% كانت تقع في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (٦٠:٣٠%) قبل الجائحة بينما انتقلت أعلى نسبة من عينة الدراسة ٥٧% في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (أعلى من ٦٠%) بعد الجائحة، كما نلاحظ أيضا ارتفاع نسبة أسر عينة الدراسة في الادخار والطوارئ بعد جائحة كورونا.

كما أوضح جدول (٥) أن هناك بعض بنود الإنفاق قد انخفضت نسبة الإنفاق بها نتيجة لجائحة كورونا فكانت كالاتي :

كانت أعلى نسبة لأسر عينة الدراسة والتي بلغت ٨٩% في بند الملابس والمكملات تقع في فئة نسبة المنفق من الميزانية (٣٠ : ٦٠%) قبل الجائحة، بينما انخفضت نسبة الأسر في هذه الفئة إلى ٧٧% بعد الجائحة، وبالمثل بند الإنفاق على الترفيه، والمواصلات، أما بند الاستثمار فقد لوحظ عدم اهتمام عينة الدراسة بهذا البند بعد جائحة كورونا.

وتبين من جدول (٥) أن بعض بنود الإنفاق لم تتأثر متأثراً ملحوظاً نسبياً منها بنود الإنفاق على كل من المسكن ومستلزماته، المصروفات الشخصية، الأثاث.

• نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المرتفع:

جدول (٦) نسبة المنفق للأسر ذات مستوى الدخل المرتفع (ن = ٦٢)

م	بنود الإنفاق	نسبة المنفق من الميزانية قبل جائحة كورونا سنويا						نسبة المنفق من الميزانية أثناء جائحة كورونا سنويا					
		أقل من ٣٠%		٣٠ : ٦٠%		أكثر من ٦٠%		أقل من ٣٠%		٣٠ : ٦٠%		أكثر من ٦٠%	
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%
١	الطعام والشراب	١٧	٢٧,٤	٤٥	٧٢,٦	-	-	١٧	٤٥	١٧	٢٧,٤	-	-
٢	الملابس ومكملاتها	٦	٩,٦	٥٦	٩٠,٣	-	-	٦	٩,٦	٥٦	٩٠,٣	-	-
٣	المسكن ومستلزماته	١٤	٢٢,٦	٤٨	٧٧,٤	-	-	١٤	٢٢,٦	٤٨	٧٧,٤	-	-
٤	التعليم والثقافة	٤	٦,٦	٥٨	٩٣,٥	-	-	-	-	٦٢	١٠٠	-	-
٥	العلاج والصحة	٥	٨,١	٥٧	٩١,٩	-	-	١	١,٦	٦١	٩٨,٤	-	-
٦	الترفيه	٣	٤,٨	٥٩	٩٥,٢	-	-	٣٣	٥٣,٢	٢٩	٤٦,٨	-	-
٧	الادخار	٦	٩,٦	٥٦	٩٠,٣	-	-	١٧	٢٧,٤	٤٥	٧٢,٦	-	-
٨	الطوارئ	٤٧	٧٥,٨	١٥	٢٤,٢	-	-	٤٤	٧٠,٩	١٨	٢٩,١	-	-
٩	الاستثمار	٢٤	٣٨,٧	٣٨	٦١,٣	-	-	٢٩	٤٦,٨	٣٣	٥٣,٢	-	-
١٠	المصروفات الشخصية	٣٩	٦٢,٩	٢٣	٣٧,١	-	-	٣٩	٦٢,٩	٢٢	٣٧,١	-	-
١١	التبرعات	٥٦	٩٠,٣	٦	٩,٦	-	-	٥٩	٩٥,٢	٣	٤,٨	-	-
١٢	المواصلات	٥٩	٩٥,٢	٣	٤,٨	-	-	٥٩	٩٥,٢	٣	٤,٨	-	-
١٣	الأثاث	-	-	٤٩	٧٩,١	١٣	٢٠,٩	-	-	٤٩	٧٩,١	١٣	٢٠,٩

أشار جدول (٦) أن بعض بنود الإنفاق لدى الأسر ذات الدخل المرتفع قد تأثرت بعد جائحة كورونا ومنها بند العلاج والصحة التي زادت نسبة الإنفاق به حيث كان ٩١,٩% من أسر عينة الدراسة تقع في فئة نسبة المنفق من الميزانية (٣٠ : ٦٠%) قبل جائحة كورونا ووصلت نسبة الأسر إلى

٩٨,٤% في نفس الفئة بعد جائحة كورونا، بينما انخفضت نسبة المنفق على بند الترفيه والادخار والاستثمار، فكانت اعلى نسب من عينة الدراسة تقع في فئة نسبة المنفق من ميزانية الأسرة (٣٠: ٦٠%) في بنود الترفيه والادخار والطوارئ قبل وبعد الجائحة على التوالي (٩٥,٢%، ٤٦,٨%)، (٩٠,٣%، ٧٢,٦%)، (٦١,٣%، ٥٣,٢%)، كما لم تتأثر بنود إنفاق أخرى متأثراً ملحوظاً بين اسر عينة الدراسة ومنها بنود الإنفاق على الطعام والشراب والملابس والمسكن والمصروفات الشخصية والمواصلات والأثاث.

ب- مؤشرات الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا :

جدول (٧) مؤشرات الضغوط الحياتية (ن = ٢٨٧)

م	المؤشر	الزوج		الزوجة		الأبناء	
		ك	%	ك	%	ك	%
١	صداع	٩٩	٣٤,٥	١٢٢	٤٢,٥	١٧٠	٥٩,٢
٢	إحباط	٥٤	١٨,٨	٧٨	٢٧,٢	٢٣٩	٨٣,٣
٣	تعب وإرهاق	٨٩	٣١,١	٢٥٣	٨٨,٢	١٨٩	٦٥,٩
٤	عدم القدرة على مواصلة العمل	١٩٨	٦٨,٩	٢٧٨	٩٦,٩	٢٦٧	٩٣,١
٥	إحساس بعدم تحقيق الأهداف	١٥٦	٥٤,٤	٢٦٩	٩٣,٩	٢٥٥	٨٨,٩
٦	دوار	٦٩	٢٤,١	١٦٥	٥٧,٥	٢٣	٨,١
٧	عصبية	٢٥٤	٨٨,٥	٢٧٧	٩٦,٥	١٨٣	٦٣,٨
٨	رفع الصوت	٢٣٣	٨١,٢	١٤٢	٤٩,٥	٩٧	٣٣,٨
٩	الغضب	٢٨١	٩٧,٩	١٨٤	٦٤,١	٢٢٧	٧٩,١
١٠	ارتفاع ضغط الدم	١٨٧	٦٥,٢	١٥٤	٥٣,٧	٥٦	١٩,٥
١١	عدم التركيز - توتر الأعصاب	١٣٥	٤٧,١	٧٨	٢٧,٢	٨٧	٣٠,٣
١٢	عدم تجاوب أفراد الأسرة	٢٧	٩,٤	٤٥	١٥,٧	١٢٣	٤٢,٩
١٣	نسيان	١١٧	٤٠,٨	٨٩	٣١,١	١٥٤	٥٣,٧
١٤	مزاج سيء	١٨٩	٦٥,٩	١٦٩	٥٨,٩	٢٤٩	٨٦,٨
١٥	سوء المعاملة	١٤٣	٤٩,٨	٢٠٩	٧٢,٢	٢١١	٧٣,٥

أوضح جدول (٧) أن أعلى مؤشرات للضغوط الحياتية ظهروا على الأزواج بعينة الدراسة كان الغضب بنسبة ٩٧,٩%، يليه العصبية بنسبة ٨٨,٥%، ثم رفع الصوت بنسبة ٨١,٢%، بينما نجد أن اعلى مؤشرات الضغوط الحياتية ظهروا على الزوجات بعينة الدراسة كانت عدم القدرة على مواصلة العمل بنسبة ٩٦,٩%، ثم العصبية بنسبة ٩٦,٥%، ثم الإحساس بعدم تحقيق الأهداف بنسبة ٩٣,٩%، يليه التعب والإرهاق بنسبة ٨٨,٢%، أما بالنسبة لمؤشرات الضغوط الحياتية عند الأبناء فقد اتفق ٩٣,١% من عينة الدراسة أن أولى مؤشرات الضغوط الحياتية لأبنائهم كانت عدم القدرة على مواصلة العمل، ثم الإحساس بعدم تحقيق الأهداف بنسبة ٨٨,٩%، يليه المزاج السيء بنسبة ٨٦,٨%، ثم الإحباط بنسبة ٨٣,٣%.

٣- مستوى الضغوط الحياتية، ومستوى مقومات المرونة الأسرية، ومستوى إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا لدى عينة البحث:

جدول (٨) يوضح قياس مستوى الضغوط الحياتية، مستوى مقومات المرونة الأسرية، مستوى إدارة الضغوط الحياتية (ن = ٢٨٧)

الاستبيانات	المدى	طول الفئة	المدى بالدرجات	مستوى الضغوط الحياتية	ك	%
الضغوط الحياتية	٦٩	٢٣	١٤١ - ٧٢	منخفض (أقل من ٩٥ درجة)	٤٣	١٤,٩
				متوسط (٩٦ : ١١٩) درجة	١٩٥	٦٧,٩
				مرتفع (١٢٠ درجة فأكثر)	٤٩	١٧,٢
	المجموع					
مقومات المرونة الأسرية	٨٤	٢٨	١٦٥ - ٨١	منخفض (أقل من ١٠٩) درجة	١٠٣	٣٥,٩
				متوسط (١١٠ : ١٣٨) درجة	١٢٣	٤٢,٩
				مرتفع (١٣٩ درجة فأكثر)	٦١	٢١,٢
	المجموع					
إدارة الضغوط الحياتية	٧٨	٢٦	٢٠٤ - ١٢٦	منخفض (أقل من ١٥٢) درجة	٩٨	٣٤,١
				متوسط (١٧٩ : ١٣٥) درجة	١٣٣	٤٦,٣
				مرتفع (١٨٠ درجة فأكثر)	٥٦	١٩,٦
	المجموع					

يتضح من جدول (٨) أن مستوى التعرض للضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا لدى عينة البحث كان مستوى متوسط حيث كانت نسبتهم ٦٧,٩%، كذلك كان مستوى المرونة الأسرية متوسط بنسبة ٤٢,٩%، كما كان مستوى إدارة الضغوط الحياتية متوسطاً أيضاً بنسبة ٤٦,٣%، وقد يرجع ذلك إلى ارتفاع المستوى التعليمي للزوج والزوجة كما هو موضح بجدول وصف العينة.

٤- الأهمية النسبية لأبعاد مقومات المرونة الأسرية:

جدول (٩) الأهمية النسبية لمقومات المرونة الأسرية

الترتيب	النسبة المئوية %	الوزن النسبي	مقومات المرونة الأسرية
الأول	٢١,١	٥٢٢	التواصل وحل المشكلات
الثاني	٢٠,٥	٥٠٩	الدعم الأسري
الثالث	١٩,٧	٤٨٩	الترابط والتماسك
الرابع	١٩,٤	٤٨١	التفاعل الإيجابي
الخامس	١٩,٣	٤٧٩	الاحتواء العاطفي
	١٠٠	٢٤٨٠	المجموع

يتضح من جدول (٩) أن أكثر مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجات عينة البحث كانت التواصل وحل المشكلات في الترتيب الأول بنسبة ٢١,١%، يليها الدعم الأسرى بنسبة ٢٠,٥%، ثم الترابط والتماسك بنسبة ١٩,٧%، يليها التفاعل الإيجابي بنسبة ١٩,٤%، وأخيراً الاحتواء العاطفي بنسبة ١٩,٣%.

٥- الأهمية النسبية لأنواع الضغوط الحياتية:

جدول (١٠) الأهمية النسبية لأنواع الضغوط الحياتية

الترتيب	النسبة المئوية %	الوزن النسبي	أنواع الضغوط الحياتية
الأول	٢١,٣	٤٤٧	الضغوط الاقتصادية
الثاني	٢٠,١	٤٢١	الضغوط الشخصية
الثالث	١٩,٩	٤١٩	الضغوط الاجتماعية
الرابع	١٩,٦	٤١٢	الضغوط النفسية
الخامس	١٩,١	٣٩٩	الضغوط السكنية
	١٠٠	٢٠٩٨	المجموع

يتضح من جدول (١٠) أن أكثر أنواع الضغوط الحياتية التي تعرضت لها أفراد عينة البحث خلال جائحة كورونا كانت الضغوط الاقتصادية في الترتيب الأول بنسبة ٢١,٣%، تليها الضغوط الشخصية بنسبة ٢٠,١%، ثم الضغوط الاجتماعية بنسبة ١٩,٩%، تليها الضغوط النفسية بنسبة ١٩,٦%، وأخيراً الضغوط السكنية بنسبة ١٩,١%. وتتفق هذه النتيجة مع أبحاثه دراسة مروة مهدى (٢٠١٩) التي أكدت على أن الضغوط الاقتصادية هي الأكثر انتشاراً وتواجداً في الأسرة المصرية، وتزداد الضغوط الاقتصادية لدى بعض الأسر عن مثيلاتها بسبب عدم وعيهم بإدارة مواردهم؛ مما يزيد من الأعباء المالية على الأسر في كل المستويات الاقتصادية والاجتماعية، كما تنشأ الضغوط الاقتصادية أيضاً نتيجة قصور وقلة الموارد المادية في سد احتياجات الأسرة مما يعرضها إلى مشكلات عديدة منها الاستدانة والعجز عن السداد. وتتفق كذلك مع دراسة آمال الفقى ومحمد أبو الفتوح (٢٠٢٠) في وجود العديد من المشكلات النفسية التي أثرت على الأسر بعد ظهور جائحة كورونا.

ثالثاً: النتائج في ضوء الفروض :

الفرض الأول : والذي ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في مقومات المرونة الأسرية (الاحتواء العاطفي - الدعم الأسرى - الترابط والتماسك - التفاعل الإيجابي - التواصل وحل المشكلات) ككل تبعاً لاختلاف كلا من متغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) T.Test للوقوف على دلالة الفروق للمتغيرات ثنائية الفئات (عمل الزوجة - مكان السكن) والموضحة بجدول (١١)، كما تم إجراء تحليل التباين أحادي الاتجاه "Anova One Way" لإيجاد قيمة (ف) F.test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات العينة للمتغيرات ثلاثية الفئات أو أكثر (سن الزوجة - مدة الزواج - مستوى تعليم الزوجة - عمل الزوجة - دخل الأسرة - حجم الأسرة) والموضحة بجدول (١٢)، وتطبيق اختبار "L.S.D" لبيان اتجاه دلالة الفروق إن وجدت والموضحة بجدول (١٣) كالآتي.

جدول (١١) الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث في المرونة الأسرية تبعاً لاختلاف (عمل الزوجة - مكان السكن) (ن=٢٨٧)

البيان المحاور	عمل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة
عمل الزوجة	لا تعمل	١٠٦,٥	٢٧,٣	٢,٠٣	٣,٣٧	دال عند ٠,٠٠١ لصالح العاملات
	تعمل	١٢٠,٠٤	٣٥,٧	٣,٥		
مكان السكن	حضر	١٣٠,٦	٣٢,٨	٢,٤	١١,٣	دال عند ٠,٠٠١ لصالح الحضر
	ريف	٩٦,٣	١٨,٣	١,٩		

وفقاً لعمل الزوجة

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات وغير العاملات "عينه البحث" في مدى توافر مقومات المرونة الأسرية لدى الزوجة في ظل جائحة كورونا (الاحتواء العاطفي، الدعم الأسري، الترابط والتماسك، التفاعل الإيجابي، التواصل وحل المشكلات) ككل "صالح الزوجة العاملة" بمستوى دلالة (٠,٠٠١)، وترجع الباحثتان ذلك إلى أن الزوجة العاملة اعتادت على تنظيم وقتها للمهام الأسرية المتعددة التي تقوم بها بالإضافة لعملها خارج المنزل، ومن خلال ذلك حاولت أن تتأقلم مع ما فرضته جائحة كورونا من مهام ومسئوليات إضافية، مما جعلها قادرة على احتواء الأبناء والزوج والتواصل معهم وحل مشاكلهم مع المسؤوليات الأسرية والمنزلية المعتادة، كذلك ما يكسبه العمل من مهارات للمرأة العاملة ومنها المرونة لتتمكن من إنجاز المهام، مقارنة بالزوجة غير العاملة التي فرضت عليها الجائحة التأقلم مع وجود أفراد الأسرة بالمنزل على مدار اليوم فعليها توفير جو مهيأ لعمل زوجها، ومتابعة أبنائها دراسياً بدرجة أكبر، فلقد تغير نمط حياتها اليومي مما قد يكون سبب لها عدم التوازن وضعف التركيز، وقد تأخذ وقت للتأقلم على تلك المستجدات، وأثر ذلك مجملاً على أسلوب تعاملها مع أفراد أسرتها وجعلها غير قادرة على تحقيق التوازن الذي يجعلها تعبر عن مشاعرها لاحتواء أبنائها، وتقوية الروابط بين أفراد أسرتها مقارنة بالزوجة العاملة.

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة (Zarbetto & Ruiz (2017) ، ودراسة نهال حسن (٢٠٢٠) التي أسفرت عن وجود فروق دالة إحصائية لصالح العاملات في قدرتهن على تحقيق التوازن الأسرى.

وفقاً لمكان السكن:

كما تبين من النتائج الموضحة بجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في "المرونة الأسرية" وفقاً لمكان السكن بمستوى دلالة (٠,٠٠١) لصالح الحضر، وترجع الباحثتان ذلك إلى الانفتاح الحضري قبل كورونا أصل فيهن المرونة والقدرة على مسابره المتغيرات المستمرة التي يتأثر بها المجتمع الحضري مقارنة بالريف، وانعكس ذلك على احتوائها ودعمها لأفراد أسرته، مما سهل التواصل وتقوية العلاقات بين جميع أفراد الأسرة، وذلك للتخفيف من وطأة الضغوط الحياتية خلال الجائحة.

وتختلف هذه النتيجة جزئياً مع دراسة سارة الأسود (٢٠٢١) والتي أثبتت دراستها عدم وجود فروق في التواصل الأسرى بين أسر الريف وأسر الحضر في ظل جائحة كورونا، وقد يرجع هذا الاختلاف لاختلاف العينة.

جدول (١٢) تحليل التباين في المرونة الأسرية

تبعاً لاختلاف (سن الزوجة - مدة الزواج - مستوى تعليم الزوجة - دخل الأسرة - حجم الأسرة) (ن=٢٨٧)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
سن الزوجة	بين المجموعات	٢٩٧٦٤,٨	١٤٨٨٢,٤	٢	١٨,٢٦	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	٢٣١٤٧٣,١٨	٨١٥,٠٤	٢٨٤		
	التباين الكلي	٢٦١٢٣٧,٩٩	٢٨٦			
مدة الزواج	بين المجموعات	١٢٢١٠٣,٣	٦١٠٥١,٧	٢	١٢٤,٦	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٣٩١٣٤,٦	٤٨٩,٩	٢٨٤		
	التباين الكلي	٢٦١٢٣٧,٩	٢٨٦			
مستوى تعليم الزوجة	بين المجموعات	٨٦٣٦٩,٦	٤٣١٨٤,٨	٢	٧٠,١	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٧٤٨٦٨,٤	٦١٥,٧	٢٨٤		
	التباين الكلي	٢٦١٢٣٧,٩	٢٨٦			
دخل الأسرة	بين المجموعات	٢١٨٥٧٢,٣	١٠٩٢٨٦,٢	٢	٧٢٧,٤	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	٤٢٦٦٥,٧	١٥٠,٢	٢٨٤		
	التباين الكلي	٢٦١٢٣٧,٩	٢٨٦			
حجم الأسرة	بين المجموعات	١٠٦٠٦,٩	٥٣٠٣١,٤	٢	٩٧,١	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٥٥١٧٥,١	٥٤٦,٤	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٦١٢٣٧,٩	٢٨٦			

جدول (١٣) دلالة الفروق في المرونة الأسرية تبعاً لبعض متغيرات الدراسة (ن=٢٨٧)

سن الزوجة	صغير م= ١٢٤,٢	متوسط م= ١٠٧,٢	كبير م= ٩٥
صغير	-	-	-
متوسط	١٦,٩	-	-
كبير	٢٩,١	*١٢,١	-
مدة الزواج	صغيرة م= ١٥٥	متوسطة م= ١٠٢,٢	كبيرة م= ٩٥
صغيرة	-	-	-
متوسطة	*٥٢,٧	-	-
كبيرة	*٦٠,٠	٧,٢	-
مستوى تعليم الزوجة	منخفض م= ٨١,٠	متوسط م= ٩٨,٥	مرتفع م= ١٢٧,٦
منخفض	-	-	-
متوسط	*١٧,٥	-	-
مرتفع	*٤٦,٦	*٢٩,١	-
متوسط الدخل الشهري للأسرة	منخفض م= ٨٨,٣	متوسط م= ١٠٥,٦	مرتفع م= ١٦٠,٥
منخفض	-	-	-
متوسط	*١٧,٣	-	-
مرتفع	*٧٢,١	*٥٤,٨	-
حجم الأسرة	صغير م= ١٣٤,١	متوسط م= ٩١,٩	كبير م= ٩٥,٦
صغيرة	-	-	-
متوسطة	٤٢,١	-	-
كبيرة	*٣٨,٥	٣,٧	-

*دال عند مستوى ٠,٠١

*دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٢) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) في المرونة الأسرية لدى "عينة البحث" وفقاً لاختلاف "سن الزوجة، مدة الزواج، مستوى تعليم الزوجة، دخل الأسرة، حجم الأسرة"، ولبيان اتجاه دلالة الفروق بين المتغيرات تم اختبار (L.S.D) والموضح بجدول (١٣) بالنسبة لسن الزوجة تبين أن هذه الفروق بين المجموعات كانت لصالح سن الزوجة الأصغر وقد يرجع ذلك إلى أن الزوجات الأصغر سناً يقمن باستشارة الأهل والأقارب والتواصل معهم للاستفادة من خبراتهم في الأمور الحياتية وطرق حل المشكلات، وقد يكون بصغر السن يكون لديهم طاقة كامنه وصبر أكثر لرعاية أسرهن ويقدمون لها الدعم العاطفي والأسرى، أما مع كبر السن تزداد مسؤوليات الزوجة ويكبر الأبناء وتحدث فجوه لاختلاف التفكير وتحتاج بذلك لمهارات ومرونة أكثر لتوطيد العلاقات بين أفراد الأسرة. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (Walsh,2015) التي أشارت إلى أنه كلما قل عمر الفرد زادت لدية المرونة الأسرية.

وبالنسبة لمدة الزواج كانت لصالح مدة الزواج الأصغر، وقد ويرجع ذلك إلى التقارب العاطفي والوجداني، واحتواء الزوجين بعضهم لبعض، واحتوائهم لأبنائهم، والقدرة على التواصل وحل المشكلات خاصة وقت ظهور تلك الجائحة، وتختلف هذه النتيجة جزئياً مع دراسة سارة الأسود (٢٠٢١) والتي أوضحت عدم وجود فروق في التواصل بين الزوجين يرجع إلى مدة الزواج، ولكن هناك فروق في التواصل بين الآباء والأبناء، وكذلك بين الأبناء وبعضهم البعض.

أما بالنسبة لمستوى تعليم الزوجة فكانت لصالح المستوى التعليمي المرتفع، وتفسر الباحثتان ذلك بأن المستوى التعليمي المرتفع للمرأة يزيد من إدراكها وقدراتها ويشعرها بذاتها وسط أسرتها، ومن ثم تظهر مقومات المرونة على سلوكياتها فتكون أكثر توافق مع زوجها وأبنائها وتمنحهم الحب والعطف والتماسك والاستقرار الأسري، وتوفر الأمان لأفراد أسرتها. ويتفق ذلك جزئياً مع دراسة (Pecitto, M. 2016) التي أكدت على أنه كلما ارتفع المستوى التعليمي للوالدين كلما تعمقت قيم الانتماء الأسري للأبناء، ومن ثم فإن تلك القيم تظهر مدى قدرة الزوجة على توظيف مقومات المرونة الأسرية في تنشئة الأبناء، وتتفق مع دراسة (Sixbey, M. 2019)، (Zarbetto & Ruiz, 2017)، في أهميه المستوى التعليمي للزوجين لتوظيف مقومات المرونة في الحياه الأسرية.

وبالنسبة لمتوسط الدخل الشهري للأسرة فكانت لصالح الدخل الشهري المرتفع أي أنه كلما زاد الدخل الشهري زادت القدرة على تقليل الضغوط المالية على ربة الأسرة فتستطيع الأسرة شراء مستلزمات إضافية كالمطهرات والأدوية، والشعور بالأطمئنان لتوافر المال اللازم للعلاج إذا لزم الأمر، كذلك شراء وسائل لتسليية وشغل وقت الأبناء، وتكون قادره على رفع مستوى شبكة الأنترنت لتتمكن من العمل والدراسة من المنزل، ويزداد التفاعل الإيجابي عن بعد مع أفراد العائلة والأصدقاء لسد الفجوة التي أحدثتها جائحة كورونا، ومن ثم ترتفع معنويات الزوجة وتظهر مقومات المرونة الأسرية في سلوكها فتمتع الأسرة بنوع من الاتزان والاستقرار المادي يعطى لها مساحة أكبر لتدعيم وتقوية العلاقات الأسرية، ومن ثم تحقيق أهداف ورغبات الأسرة وما يطمحون اليه من أهداف مستقبلية. وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة منيرة الضحيان (٢٠١٣) التي أكدت وجود فروق بين ربات الأسر في التماسك الأسري تبعاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة لصالح الدخل المرتفع. كما تتفق مع دراسة (أحمد زياده، ٢٠١٩) التي أظهرت تفوق ذوى المستوى الاقتصادي المرتفع في المرونة الأسرية، ودراسة نهال حسن (٢٠٢٠) التي أكدت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إعادة التوازن الأسري تبعاً لمتغير الدخل الشهري للأسرة لصالح الأسر ذات الدخل الشهري المرتفع.

وأخيراً حجم الأسرة كانت لصالح الأسرة الصغيرة وقد يرجع ذلك إلى أن صغر حجم الأسرة في ظل الجائحة لا يمثل عبئاً زائداً على طاقة الزوجة فيمكنها تحمل بعض الضغوط المستحدثة، وتتألم

معها بقدر من العقلانية، كما أن صغر حجم الأسرة يتيح للأفراد تنمية الذات وتطوير المهارات أثناء العزل المنزلي الذي فرضته الأزمة على الجميع، ومن ثم تكون قدره على توطيد العلاقات في حياتها الزوجية، ونشر مشاعر الحب والدفء والاحتواء والتعاطف الأسرى والدعم العاطفي والتفاني والإخلاص في المعاملة لإرضاء أسرتها، بعكس السن الأكبر يكون فيه الضغوط كثيرة والمسئوليات أكبر مما قد يقلل من قدره ربة الأسرة على تحمل الضغوط المستحدثة، ويقلل من قدرتها على إظهار مشاعرها تجاه أفراد الأسرة، ويقل وقت الجلسات العائلية للتواصل وحل المشكلات، وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة Oh (2014) & Chang التي أشارت إلى أنه كلما قل عدد أفراد الأسرة أدى ذلك إلى زيادة التوافق الأسرى وإحداث توازن بين مواردها المتاحة وأهدافها واحتياجاتها المتعددة، ودراسة (نهال حسن، ٢٠٢٠) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) في إعادة التوازن الأسرى لصالح الأسرة صغيرة الحجم، واختلفت جزئياً مع نتائج كلا من نيبال عطية ورشا منصور (٢٠٢١) اللتان أوضحتا عدم وجود فروق في الدعم الأسرى للأبناء وفقاً لحجم الأسرة، ودراسة سارة الأسود (٢٠٢١) التي أظهرت أيضاً عدم وجود تباين في التواصل الأسرى يرجع للمستوى الاجتماعي والاقتصادي في ظل جائحة كورونا.

وترى الباحثتان أنه لمواجهة الأسرة تحديات جائحة كورونا، ولكي تتجح في أداؤها لوظائفها يجب أن تمتلك الزوجة مهارات جديدة، وأن تتمتع بمرونة عالية في التفكير، وقدرة فائقة على التكيف مع المواقف الضاغطة واتخاذ القرار على أسس علمية على كافة المستويات الاجتماعية والاقتصادية. وبذلك يتحقق الفرض الأول.

الفرض الثاني: والذي ينص على "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينه البحث" في إدارة الضغوط الحياتية (مرحلة الاستعداد للضغوط - مرحلة مواجهة الضغوط - مرحلة تقييم إدارة الضغوط) ككل وفقاً لمتغيرات البحث (سن الزوجة - مدة الزواج - عمل الزوجة - مكان السكن - مستوى تعليم الزوجة - متوسط الدخل الشهري للأسرة - حجم الأسرة) في ظل جائحة كورونا.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء اختبار (ت) T.Test للوقوف على دلالة الفروق للمتغيرات ثنائية الفئات (عمل الزوجة - مكان السكن) والموضحة بالجدول (١٤)، كما تم إجراء تحليل التباين أحادي الاتجاه "Anova One Way" لإيجاد قيمة (ف) F.test للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات العينة للمتغيرات ثلاثية الفئات أو أكثر مثل (سن الزوجة - مدة الزواج - مستوى تعليم الزوجة - دخل الأسرة - حجم الأسرة) والموضحة بالجدول (١٥)، وتطبيق اختبار "L.S.D" لبيان اتجاه دلالة الفروق إن وجدت والموضحة بالجدول (١٦) كآتي.

جدول (١٤) الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث الأساسية في إدارة الضغوط الحياتية تبعاً لاختلاف (عمل الزوجة - مكان السكن) (ن=٢٨٧)

البيان المحاور	عمل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة (ت)	الدلالة
عمل الزوجة	لا تعمل	١٤٦,٤	٢٤,٢	١,٨	٣,٦٣	دال عند ٠,٠٠١ لصالح العاملات
	تعمل	١٥٩,٢	٣٠,٦	٣,٠٥		
مكان السكن	حضر	١٦٨,٥	٣١,٢	٢,٠٤	١١,٩	دال عند ٠,٠٠١ لصالح الحضر
	ريف	١٣٧,٣	١٢,٣	١,٧		

وفقاً لعمل الزوجة

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملات وغير العاملات "عينه البحث" في "إدارة الضغوط الحياتية بمحاورها (مرحلة الاستعداد، مرحلة المواجهة، مرحلة التقييم) ككل" لصالح المرأة العاملة" بمستوى دلالة (٠,٠٠١). وقد يرجع ذلك إلى أن الزوجة العاملة تكتسب الخبرة من تفاعلها واختلاطها بزملاء العمل، كما أنها تكون أكثر انفتاحاً على المستجدات والتحديات وطرق مواجهتها مقارنة بالزوجة غير العاملة، ومن ثم فهي أكثر قدرة على إدارة ما يواجهها من ضغوط أثناء جائحة كورونا، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) التي أوضحت أن المرأة العاملة ترتب أولوياتها وتنظم وقتها لممارسة علاقاتها وأعمالها داخل وخارج المنزل لإنجاز المهام المطلوبة منها بكفاءة، ومن ثم فإنها أكثر قدرة على إدارة ما يواجهها من ضغوط، كما تتفق جزئياً مع دراسة زينب يوسف (٢٠٢٠) التي أوضحت أن إدارة السلوكيات الوقائية سواء "الشخصية، الغذائية، الملابسية، السكنية" كانت لصالح العاملات، وتتفق كذلك جزئياً مع دراسة عبير عبد المنعم وحنان عزيز (٢٠٢١) التي أوضحت وجود فروق دالة إحصائية في استخدام أسلوب حل المشكلات لصالح الزوجات العاملات.

وفقاً لمكان السكن:

تبين من النتائج الموضحة بجدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في "إدارة الضغوط الحياتية" بمحاورها (مرحلة الاستعداد، مرحلة المواجهة، مرحلة التقييم) "وفقاً لمكان السكن بمستوى دلالة (٠,٠٠١) لصالح الحضر، وقد يرجع ذلك إلى ارتفاع المستوى التعليمي للزوجات في الحضر مقارنة بالريف، مما يؤهلهن لتوظيف معلوماتهن للوقاية من الأحداث الضاغطة، وذلك باتباع الإجراءات الاحترازية، ومحاولة التأقلم مع الوضع الحالي خوفاً من الإصابة بالمرض، وهذا يؤهلهن لإدارة الضغوط التي يتعرضوا لها أولاً بأول حتى لا تتراكم وتزداد، ولقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة عفاف رقلة (٢٠١٦)، أسماء عبد الفضيل (٢٠١٨)، عبير عبد المنعم وحنان عزيز (٢٠٢١) في قدرة الزوجة على إدارة الضغوط والأزمات لصالح الحضر، وكذلك دراسة زينب يوسف (٢٠٢٠) في قدرة زوجات الحضر على إدارة السلوكيات الوقائية سواء "الشخصية، الغذائية، الملابسية، السكنية" خلال الجائحة.

وتختلف مع دراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) التي أوضحت قدرة الزوجات في الريف على مواجهة الضغوط الحياتية مقارنة بالحضر وفسرت ذلك بتحمل سيدات الريف للمسئولية منذ الصغر مما يجعلهن أكثر خبرة في مواجهة الضغوط الحياتية عندما يكن مسئولات عن أزواج وأبناء.

جدول (١٥) تحليل التباين في إدارة الضغوط الحياتية

تبعاً لاختلاف (سن الزوجة - مدة الزواج - مستوى تعليم الزوجة - دخل الأسرة - حجم الأسرة) (ن=٢٨٧)

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
سن الزوجة	بين المجموعات	١٧٩٩٠,٥٥	٨٩٩٥,٣	٢	١٣,٩	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٨٤٢٢٩,٥	٦٤٨,٧	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٠٢٢٠,١	٢٨٦			
مدة الزواج	بين المجموعات	٦٣٤٦١,٩	٣١٧٣٠,٩	٢	٦٤,٩	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٣٨٧٥٨,٢	٤٨٨,٦	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٠٢٢٠,١٤	٢٨٦			
مستوى تعليم الزوجة	بين المجموعات	٨٧٨٩٩,٩	٤٣٩٤٩,٩	٢	١٠٩,٢	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١١٤٣٢٠,٢	٤٠٢,٥	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٠٢٢٠,١	٢٨٦			
دخل الأسرة	بين المجموعات	١٨٣٠٣٧,٧	٩١٥١٨,٨	٢	١٣٥,٩	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٩١٨٢,٥	٦٧,٥	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٠٢٢٠,١٤	٢٨٦			
حجم الأسرة	بين المجموعات	٧٣٩٢٥,٢	٣٦٩٦٢,٦	٢	٨١,٨	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	١٢٨٢٩٤,٩	٤٥١,٧	٢٤٨		
	التباين الكلي	٢٠٢٢٠,١	٢٨٦			

جدول (١٦) دلالة الفروق في إدارة الضغوط الحياتية تبعاً لمتغيرات الدراسة (ن=٢٨٧)

سن الزوجة	صغير م = ١٣٥	متوسط م = ١٤٩,٧	كبير م = ١٥٨,٧
صغير	-		
متوسط	*١٤,٧	-	
كبير	*٢٣,٦	*٩,٢	-
مدة الزواج	صغيرة م = ١٣٥,١	متوسطة م = ١٤٥,٥	كبيرة م = ١٨١,٣
صغيرة	-		
متوسطة	*١٠,٤	-	
كبيرة	*٤٦,٣	*٣٥,٨	-
مستوى تعليم الزوجة	منخفض م = ١٢٧,١	متوسط م = ١٣٥,٤	مرتفع م = ١٦٨,٢
منخفض	-		
متوسط	*٨,٣	-	
مرتفع	*٤١,١	*٣٢,٨	-

الدخل الشهري للأسرة	منخفض م = ١٣١,٢	متوسط م = ١٤٣,٦	مرتفع م = ١٩٦,٧
منخفض	-	-	-
متوسط	*١٢,٤	-	-
مرتفع	٦٥,٤	*٥٣,١	-
حجم الأسرة	صغير م = ١٦٩,٦	متوسط م = ١٣٢,١	كبير م = ١٣٨,٧
صغيرة	-	-	-
متوسطة	*٣٧,٨	-	-
كبيرة	*٣١,١	٦,٦	-

*دال عند مستوى ٠,٠١

*دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٥) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) في إدارة الضغوط الحياتية لدى "عينة البحث" وفقاً لاختلاف كل من (سن الزوجة، مدة الزواج، مستوى تعليم الزوجة، الدخل الشهري للأسرة، حجم الأسرة) وبالنظر لنتائج اختبار (L.S.D) والموضحة بجدول (١٦) تبين أن هذه الفروق بين المجموعات كانت لصالح سن الزوجة الأكبر وقد يرجع ذلك إلى أنه بزيادة سن الزوجة تكسبها مهارات تجعلها أكثر نضجاً وأكثر صلابة حيث تتوفر المعلومات التي تؤهلها للوقاية من الضغوط، أو مواجهتها إذا لزم الأمر، مع القدرة على تقييم أي خلل أولاً بأول والاستفادة من نقاط القوة وتجنب نقاط الضعف، ومن ثم الحفاظ على توازن الأسرة وتماسكها، فبكبر السن تكون أكثر عقلانية وقدره على مواجهة تلك الأزمة. وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة تغريد بركات ورشا منصور (٢٠١٦) التي أوضحت أن للعمر دور في تحديد الاستراتيجيات التي يميل الأفراد إلى استخدامها مع أحداث الحياة الصاعقة، ودراسة فاطمة جاد الله (٢٠٠٢)، ودراسة هند محمد (٢٠٠٧)، ودراسة مروة مهدى (٢٠١٩)، ودراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) التي أشارت إلى أن الزيادة في العمر تكسب الفرد مهارات وأساليب يستطيع بها التكيف مع الضغوط.

وبالنسبة لمدة الزواج كانت لصالح مدة الزواج الأكبر ويرجع ذلك إلى كثرة الخبرات الحياتية والقدرة على تحمل الأعباء والمسئوليات، وبالتالي توظيف تلك الخبرة عند التعرض لأي حدث صاعق قد يكون مشابه، فالمرحلة العمرية الأكبر تكون أكثر خبرة للحد من التعرض للضغوط وأكثر قدرة على مواجهتها. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أفنان يسرى (٢٠١٩)، ودراسة مروة مهدى (٢٠١٩)، ودراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) التي أوضحت أنه بزيادة مدة الزواج تزداد خبرة الزوجين في إدارة ضغوطهم الحياتية.

أما بالنسبة لمستوى تعليم الزوجة فكانت لصالح المستوى التعليمي المرتفع وتفسر الباحثتان ذلك أنه بارتفاع المستوى التعليمي للزوجة تكون أكثر إدراكاً وتكيفاً وتوافقاً مع الضغوط الحياتية التي تمر بها، وأكثر رقباً وتفتحاً على مجالات الحياة المختلفة، ومن ثم تتكيف نفسها ذاتياً، واستغلال شبكة الإنترنت في إيجاد

معلومات على أساس علمي لحل ما يواجهها من ضغوط، والأسلوب الإداري السليم للحل، ومن ثم توظيف تلك المعلومات والمهارات في إدارة أزمة جائحة كورونا. وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة أفنان يسرى (٢٠١٩)، ودراسة (مروة مهدي، ٢٠١٩) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ في إدارة الضغوط الأسرية تعزى إلى ارتفاع المستوى التعليمي للزوجين، ودراسة كلا من أسماء عبد الفضيل (٢٠١٨)، ودراسة آيات أحمد (٢٠١٨)، ودراسة دعاء المرسى (٢٠٢١) في أنه بارتفاع المستوى التعليمي تكون الزوجة أكثر إيجابية وقدره على مواجهة وإدارة الضغوط الحياتية.

وبالنسبة لمتوسط الدخل الشهري للأسرة فكانت لصالح الدخل الشهري المرتفع وتفسر الباحثان ذلك بأن الأسر ذوى المستوى الاقتصادي المرتفع يملكون مقومات الحياة الأسرية الجيدة، ومن ثم يتوافر المال اللازم لأخذ دورات تثقيفية يمكن من خلالها تنمية القدرة على إدارة الضغوط الحياتية، وكذلك بارتفاع الدخل نجد الحياة أكثر رفاهية وراحه مما يتوافر من أجهزه توفر الوقت للزوجة للتوجه لتطوير الذات، والرعاية للأبناء، ومن ثم يختلف نمط تفكيرها وتزداد القدرة على إدارة أحداث الحياة الضاغطة خاصة في ظل الأزمة المعاصرة. و تتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة آيات أحمد (٢٠١٨)، ودراسة مروة مهدي (٢٠١٩)، ودراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائية في ممارسات ربه الأسرة لمواجهة الضغوط الحياتية تبعاً لمستوى دخل الأسرة لصالح ربات الأسر ذوات الدخل المرتفع، كما تتفق مع دراسة زينب يوسف (٢٠٢٠) التي أشارت إلى أن ارتفاع الدخل الشهري للأسرة أدى إلى زيادة قدرة ربات الأسر على إدارة السلوكيات الوقائية من الفيروس بطريقة صحيحة.

وأخيراً حجم الأسرة كانت لصالح الأسرة صغيرة الحجم وترجع الباحثان ذلك إلى أنه كلما قل حجم الأسرة كلما تمكنت ربة الأسرة من توظيف كافة مواردها الأسرية لإدارة الضغوط الحياتية، كما أنها تكون قادرة على حماية ووقاية أفراد أسرتها من الفيروس وحل أي مشكله تواجهها أول بأول، ويكون لديها الوقت لرعاية كل أفراد أسرتها على الوجه الصحيح كما ينبغي. وتختلف تلك النتيجة مع دراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) والتي أوضحت أنه بزيادة حجم الأسرة تدرك الزوجة أهمية إدارة الضغوط الملقاة على كاهلها لتلبية رغبات جميع أفراد الأسرة. وبذلك يتحقق الفرض الثاني.

الفرض الثالث: والذي ينص على "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مقومات المرونة الأسرية ومستوى إدارة الضغوط الحياتية لدى الزوجات "عينة البحث" في ظل جائحة كورونا" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون والموضح بجدول (١٧)

جدول (١٧) معاملات الارتباط بين مقومات المرونة الأسرية وإدارة الضغوط الحياتية (ن = ٢٨٧)

المرونة الأسرية ككل	التواصل وحل المشكلات	التفاعل الإيجابي	الترابط والتماسك	الدعم الأسري	الاحتواء العاطفي	المرونة الأسرية إدارة الضغوط
*٠,٩٨١	*٠,٩٨٥	*٠,٩٨٨	*٠,٩٧٢	*٠,٩٦٣	*٠,٩٥٧	مرحلة الاستعداد
*٠,٨٩١	*٠,٨٧٤	*٠,٩٢٠	*٠,٩١٤	*٠,٨٤٩	*٠,٨٨١	مرحلة مواجهة الضغوط
*٠,٩٣٠	*٠,٨٨٩	*٠,٩١٧	*٠,٩٤٢	*٠,٩١٧	*٠,٩٤١	تقييم إدارة الضغوط
*٠,٩٦٢	*٠,٩٤٤	*٠,٩٧٠	*٠,٩٧٠	*٠,٩٣٨	*٠,٩٥٤	إدارة الضغوط الحياتية ككل

* دال عند مستوى ٠,٠٠١

أوضح جدول (١٧) وفقاً لمعاملات ارتباط بيرسون وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجات عينه البحث بمحاورها (الاحتواء العاطفي، الدعم الأسري، الترابط والتماسك، التفاعل الإيجابي، التواصل وحل المشكلات) وإدارة الضغوط الحياتية بأبعادها (مرحلة الاستعداد للضغوط، مرحلة مواجهة الضغوط، تقييم إدارة الضغوط) في ظل جائحة كورونا، وتفسر الباحثتان ذلك بأن المرونة الأسرية عاملاً هاماً في التعامل مع الأحداث الضاغطة وتقليل احتمالية حدوث نتائج سلبية، ففكرة ربة الأسرة على توصيل مشاعر الحب واحتواء أفراد أسرتها له دور إيجابي في مواجهة أزمة جائحة كورونا، كما أن دعمها المستمر لزوجها ومساندته حاله ممارسة عمله بالمنزل، أو حاله تقليل دخله، أو حتى تركه للعمل، ودعمها لأبنائها له أثر إيجابي في مواجهة تلك الضغوط المتشابهة التي أفرزتها الجائحة، ومن ثم توطد العلاقات وتقوى بالتفاعل والتواصل الإيجابي، وتحمل المسؤولية والعمل معاً لحل المشكلات كلا حسب قدراته ومهاراته، مما يشكل جو من المودة والصفاء الأسري يعمل على تقليل الانفعالات خلال جائحة كورونا، وتكون الأسرة قادرة على التكيف بنجاح مع التوتر الحاد والصدمة التي سببتها الجائحة وتكون الأسرة قوية أمام تيارات التحديات والأزمات المفاجئة. وهذا ما أكدته دراسة (Khordzanganeh, et al., 2014) أن المرونة لديها قدرة على التنبؤ بشكل أقوى بالصحة النفسية من السعادة والذكاء العاطفي، ودراسة تغريد بركات و رشا منصور (٢٠١٦) في وجود علاقة ارتباطية بين مواجهة الضغوط الحياتية التي تواجهها ربة الأسرة والاستقرار الأسري، كما تتفق جزئياً مع دراسة ساره الأسود (٢٠٢١) والتي أثبتت وجود علاقته ارتباطية سالبة بين التواصل و التعرض للمشكلات في ظل جائحة كورونا، فكلما زاد التواصل بين أفراد الأسرة قلت المشكلات وبالتالي نقل الضغوط، ويسهل اتخاذ القرارات وإيجاد طرق لإدارتها وحلها، كذلك تتفق جزئياً مع دراسة عبير إبراهيم، يثرب حبيب (٢٠٢١) في وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الأزمة في ظل جائحة كورونا، والعلاقات الأسرية.

وبذلك يتحقق الفرض الثالث.

الفرض الرابع: والذي ينص على "تختلف نسب مشاركة متغيرات الدراسة (سن الزوجة - عمل الزوجة - فرق السن بين الزوجين - مدة الزواج - حجم الأسرة - المستوى التعليمي للزوجين - الدخل الشهري للأسرة - مكان السكن) على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) في ظل جائحة كورونا طبقاً لأوزان معاملات الانحدار.

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام معامل الانحدار المتعدد Multi Regression Analysis باستخدام الخطوة المتدرجة للأمام Stepwise للتعرف على أكثر العوامل تأثيراً على كلا من مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية، ويوضح ذلك جدول (١٨)

جدول (١٨) معاملات الانحدار باستخدام طريقة الخطوة المتدرجة إلى الأمام (Step wise) (ن=٢٨٧)

المتغير التابع	المتغير المستقل	R معامل الارتباط	R ² نسبة المشاركة	B معامل الانحدار	قيمة ف	مستوى الدلالة
التعرض للضغوط الحياتية	الدخل الشهري للأسرة	٠,٩٠٤	٠,٨١٧	١٧,٥	١٢٧,٥	٠,٠٠١
	مكان السكن	٠,٩٣٨	٠,٨٨٠	٥٥,٥	١٤٩,١	٠,٠٠١
	مدة الزواج	٠,٩٥٠	٠,٩٠٣	٣٩,٥	٦٨,٣	٠,٠٠١
	فرق السن بين الزوجين	٠,٩٥٧	٠,٩١٧	٦٦,٥	٤٤,٧	٠,٠٠١
	سن الزوجة	٠,٩٦٢	٠,٩٢٧	٥٣,٥	٤٢,٠٥	٠,٠٠١
	حجم الأسرة	٠,٩٩٧	٠,٩٩٦	٤٨,١	٥٦,٢	٠,٠٠٥
مقومات المرونة الأسرية	الدخل الشهري للأسرة	٠,٨٦٧	٠,٧٥٢	٦٧,٠	٨٦٤,٩	٠,٠٠١
	مكان السكن	٠,٩١٥	٠,٨٣٨	٧٥,٠	١٥١,١	٠,٠٠١
	مدة الزواج	٠,٩٤١	٠,٨٨٦	٥٦,٠	١٢١,٢	٠,٠٠١
	عمل الزوجة	٠,٩٤٩	٠,٩٠١	٨٨,٠	٣٧,٩	٠,٠٠١
	سن الزوجة	٠,٩٥٦	٠,٩١٤	٧٦,١	٤٨,٧	٠,٠٠١
إدارة الضغوط الحياتية	الدخل الشهري للأسرة	٠,٨٨١	٠,٧٧٧	٣٧,٠	٩٩٦,١	٠,٠٠١
	سن الزوجة	٠,٩٤١	٠,٨٨٧	٧٧,٠	٢١٥,٥	٠,٠٠١
	عمل الزوجة	٠,٨٩٤	٠,٨٩٤	٩٩,٠	٨٣,٦	٠,٠٠١
	مستوى تعليم الزوجة	٠,٩٥٨	٠,٩١٩	٢٧,٠	٣٣,٢	٠,٠٠١
	حجم الأسرة	٠,٩٩٩	٠,٩٩٨	٢٤,٠	٢١,٢	٠,٠٠١

ينتضح من جدول (١٨) أن كلاً من (الدخل الشهري للأسرة، مكان السكن، مدة الزواج، فرق السن بين الزوجين، سن الزوجة، حجم الأسرة) متغيرات هامة أثرت على مستوى تعرض الأسرة للضغوط

الحياتية في ظل جائحة كورونا. حيث يتضح أن الدخل الشهري للأسرة كان أول المتغيرات التي أضيفت في تحليل الانحدار (الخطوة الأولى) إذ بلغت نسبة المشاركة R^2 (٠,٨١٧) بمستوى دلالة ٠,٠٠١، ويوضح ذلك دور الدخل في تجنب الضغوط بأنواعها، وهذا ما أوضحته دراسة مروة مهدى (٢٠١٩)، ودراسة (Nicole et al., 2019) أن حدة الضغوط الاقتصادية تنشأ عن النقصان الاقتصادي في الموارد أو الخسران الحاد لها.

ثم يأتي متغير مكان السكن (الخطوة الثانية) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٨٨٠) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) مما يدل على تأثير مكان السكن الجيد والهادئ على الراحة النفسية للإنسان وخاصة أثناء فترة الحظر المنزلي خلال جائحة كورونا، ويتفق ذلك مع دراسة أحمد رضوان ويسرا الحرابري (٢٠٢٠)، ثم يليه متغير مدة الزواج (الخطوة الثالثة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩٠٣) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، ثم يليه فرق السن بين الزوجين (الخطوة الرابعة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩١٧) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، يليه سن الزوجة (الخطوة الخامسة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩٢٧) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، وأخيراً في (الخطوة السادسة) حجم الأسرة بنسبة مشاركة (٠,٩٩٦) ومستوى دلالة (٠,٠٠٥).

أما بالنسبة لمقومات المرونة الأسرية يتضح من جدول (١٨) أن أول المتغيرات التي أضيفت في تحليل الانحدار (الخطوة الأولى) كانت لمتوسط الدخل الشهري، إذ بلغت نسبة المشاركة R^2 ٠,٧٥٢ بمستوى دلالة ٠,٠٠١، فبتوافر الدخل الشهري للأسرة يزداد الشعور بالأمان كلما كانت الأسرة لديها مقومات المرونة الأسرية، ثم يأتي متغير مكان السكن (الخطوة الثانية) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٨٣٨) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، و يليه متغير مدة الزواج (الخطوة الثالثة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٨٨٦) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، مما يدل على تأثير مدة الزواج على المرونة الأسرية، ثم يليه عمل الزوجة (الخطوة الرابعة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩٠١) وأخيراً سن الزوجة (الخطوة الخامسة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩١٤) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)،

وأخيراً بالنسبة لأكثر متغيرات الدراسة تأثيراً على إدارة الضغوط الحياتية اتضح من الجدول أن الدخل الشهري للأسرة كان أول المتغيرات التي أضيفت في تحليل الانحدار (الخطوة الأولى) إذ بلغت نسبة المشاركة R^2 ٠,٧٧٧ بمستوى دلالة ٠,٠٠١، ثم يأتي متغير سن الزوجة (الخطوة الثانية) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٨٨٧) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) مما يدل على تأثير سن الزوجة على إدارة الضغوط الحياتية، ثم يليه متغير عمل الزوجة (الخطوة الثالثة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٨٩٤) ومستوى دلالة (٠,٠٠١)، ثم يليه مستوى تعليم الزوجة (الخطوة الرابعة) بنسبة مشاركة R^2 (٠,٩١٩) ومستوى دلالة (٠,٠٠١) مما يدل على أن مستوى تعليم الزوجة له دور كبير في إدارة الضغوط الحياتية، وأخيراً حجم

الأسرة (الخطوة الخامسة) بنسبة مشاركة R2 (٠,٩٩٨) ومستوى دلالة (٠,٠١) مما يوضح أن حجم الأسرة له دور كبير في إدارة الضغوط الحياتية.

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة آية أبو سليم (٢٠٢٠) والتي أوضحت وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الزوجة العاملة للضغوط الحياتية وكلا من حجم الأسرة، عدد سنوات الزواج، سن الزوج والزوجة، تعليم الزوج والزوجة، والدخل الشهري للأسرة.

وتختلف جزئياً مع دراسة عيبر إبراهيم، يثرب حبيب (٢٠٢١) والتي أوضحت دراستهما أن أهم المتغيرات تأثيراً على إدارة أزمة كورونا كان المستوى التعليمي للزوج والزوجة، وقد يرجع ذلك لاختلاف العينة .

وبذلك يتحقق الفرض الرابع

ملخص النتائج: أوضحت النتائج:

١- اختلاف نسب إنفاق الأسر المصرية بمستوياتها الاقتصادية المختلفة قبل وأثناء جائحة كورونا على بنود الإنفاق المختلفة **فبالنسبة للأسر ذات الدخل المنخفض** انخفض نسبة المنفق على الطعام، المواصلات، وزادت على التعليم والصحة، ولم يتأثر نسبياً بند الملابس، المسكن والادخار. أما بالنسبة للأسر متوسطة الدخل فقد انخفضت نسبة المنفق على الملابس، الترفيه، المواصلات، وزيادة نسبة المنفق على الطعام والشراب، التعليم، الصحة، الادخار، الطوارئ، ولم يتأثر المسكن ومستلزماته، المصروفات الشخصية، الأثاث. أما الأسر ذات **الوضع الاقتصادي المرتفع** فزاد المنفق على العلاج والصحة، وانخفض الترفيه والادخار والاستثمار، ولم يتأثر كلا من الطعام، الملابس، المسكن، المصروف الشخصي، المواصلات، الأثاث تأثيراً ملحوظاً.

٢- أعلى مؤشرات للضغوط الحياتية ظهوراً على الأزواج بعينة الدراسة كان الغضب بنسبة ٩٧,٩ %، يليه العصبية بنسبة ٨٨,٥ %، ثم رفع الصوت بنسبة ٨١,٢ %، بينما نجد أن أعلى مؤشرات الضغوط الحياتية ظهوراً **للزوجات** بعينة الدراسة كانت عدم القدرة على مواصلة العمل بنسبة ٩٦,٩ %، ثم العصبية بنسبة ٩٦,٥ %، ثم الإحساس بعدم تحقيق الأهداف بنسبة ٩٣,٩ %، يليه التعب والإرهاق بنسبة ٨٨,٢ %، أما بالنسبة لمؤشرات الضغوط الحياتية **عند الأبناء** فقد اتفق ٩٣,١ % من أبناء عينة الدراسة أن أولى مؤشرات الضغوط الحياتية لديهم هي عدم القدرة على مواصلة العمل بنسبة ٩٣,١ %، ثم الإحساس بعدم تحقيق الأهداف بنسبة ٨٨,٩ %، يليه المزاج السيء بنسبة ٨٦,٨ %، ثم الإحباط بنسبة ٨٣,٣ %.

٣- مستوى تعرض أفراد العينة للضغوط أثناء جائحة كورونا كان متوسط بنسبة ٤٢,٩ %، مستوى توافر

مقومات المرونة لدى الزوجات كان متوسط أيضا بنسبة ٦٧,٩%، ومستوى إدارة الضغوط متوسط أيضا بنسبة ٤٦,٣%.

٤- أكثر أنواع الضغوط الحياتية التي تعرضت لها أفراد عينة البحث خلال جائحة كورونا كانت الضغوط الاقتصادية، تليها الضغوط الشخصية، ثم الضغوط الاجتماعية، تليها الضغوط النفسية، وأخيرا الضغوط السكنية بنسبة ٢١,٣%، ٢٠,١%، ١٩,٩%، ١٩,٦%، ١٩,١% على التوالي.

٥- أن أكثر مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجات عينة البحث كانت التواصل وحل المشكلات في الترتيب الأول، يليها الدعم الأسري، ثم الترابط والتماسك، يليها التفاعل الإيجابي، وأخيراً الاحتواء العاطفي.

٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في توافر مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجات لصالح الزوجة العاملة، وبالنسبة لمكان السكن لصالح الحضر، سن الزوجة الأصغر، مدة الزواج الأقل، مستوى تعليم الزوجة المرتفع، متوسط الدخل الشهري الأعلى، حجم الأسرة الأقل في ظل جائحة كورونا.

٧- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في إدارة الضغوط الحياتية لصالح الزوجة العاملة، وبالنسبة لمكان السكن لصالح الحضر، سن الزوجة الأكبر - مدة الزواج الأكبر، مستوى تعليم الزوجة المرتفع، متوسط الدخل الشهري الأعلى، حجم الأسرة الأقل في ظل جائحة كورونا.

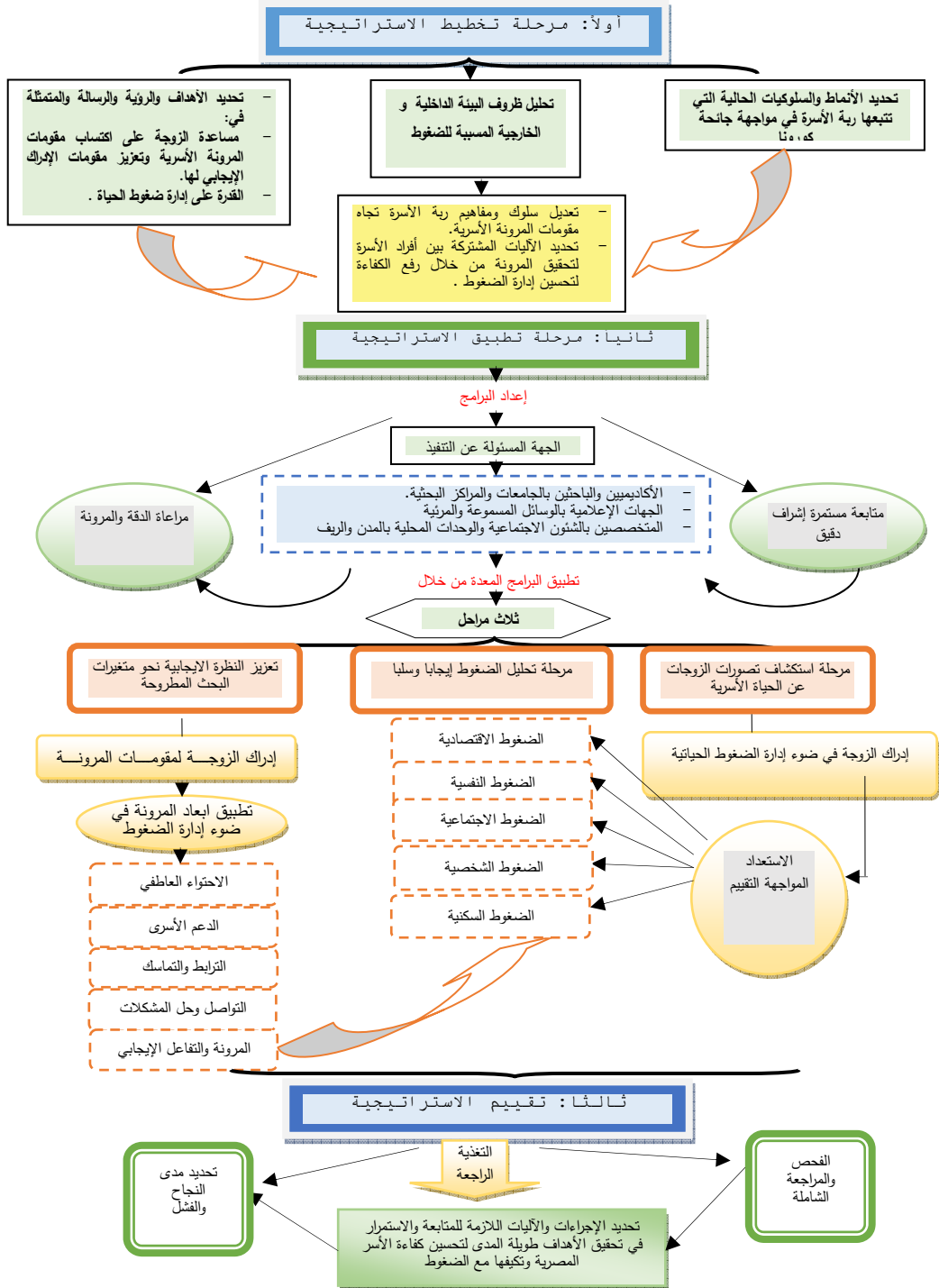
٨- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بمستوى دلالة (٠,٠٠١) بين مستوى توافر مقومات المرونة الأسرية وقدرة الزوجة على إدارة الضغوط الحياتية بمحاورها لدى الزوجات "عينة البحث".

٩- تختلف نسب مشاركة متغيرات الدراسة على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار، فكانت أكثر المتغيرات تأثيراً على التعرض للضغوط الحياتية متوسط الدخل الشهري، يليه مكان السكن، ثم مدة الزواج، يليه فرق السن بين الزوجين، ثم سن الزوجة، وأخيراً حجم الأسرة، أما بالنسبة لأكثر المتغيرات تأثيراً على مقومات المرونة الأسرية فكانت أيضاً الدخل الشهري، يليها مكان السكن، ثم مدة الزواج، ثم عمل الزوجة، ثم سن الزوجة، وبالنسبة لإدارة الضغوط الحياتية فكانت أكثر المتغيرات الدخل الشهري أيضاً، يليه سن الزوجة، ثم عمل الزوجة، مستوى تعليم الزوجة، وأخيراً حجم الأسرة.

في ضوء نتائج الدراسة قامت الباحثتان بتصميم استراتيجية مقترحة لتعزيز مقومات المرونة الأسرية للتخفيف من وطأة الضغوط الحياتية التي تعاني منها الأسر خلال جائحة كورونا. وتتضح تلك

الاستراتيجية كالاتي

استراتيجية مقترحة لتنمية إدراك الزوجة بمقومات المرونة الأسرية وانعكاسها على إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا



توصيات البحث : في ضوء نتائج الدراسة الحالية توصى الباحثتان بضرورة :

- ١- تفعيل برامج إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة عبر وسائل التواصل والتعلم عن بعد، من خلال تقديم البرامج التوعوية والدورات التدريبية لربات الأسر من قبل قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة لتنمية الوعي لديهن من خلال إكسابهن المعارف والمهارات للتقليل من حدة الضغوط الحياتية كجزء من الصحة النفسية في ظل جائحة كورونا.
- ٢- حث مكتب الاستشارات الأسرية التابع لكلية الاقتصاد المنزلي على التوسع في تقديم الخدمات لعدد أكبر من الفئات، وتنويع نشاطه، وذلك عن طريق تقديم خدمات إرشادية واستشارات نفسية أسرية، ليشمل علاج ورعاية حالات ضعف مستوى المرونة الأسرية ومساعدة أفرادها على التكيف والتأقلم مع جائحة كورونا.
- ٣- تفعيل دور طلاب قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة، في توجيه الأساتذة من خلال الجانب التطبيقي نحو القضايا والمشكلات المطروحة على الساحة وتدريبهم على نشر الوعي كل في محيط سكنه من أجل تنويع العائد منها في الريف والحضر، مما يدعم قدرات الخريجين وفتح سوق عمل حر لهم بعد التخرج.
- ٤- إنشاء وزارة التعليم العالي موقع إلكتروني يدعم الشراكة بين تخصصات مختلفة لمنحصرين اجتماعيين ونفسيين ومتخصصي الإدارة من المهتمين بالأسرة لعرض معلومات وإقامة دورات يعرض من خلاله جميع المشكلات والقضايا التي تواجه الأسرة في أزمة كورونا وطرق حلها ومواجهتها، ودعم الموقع ونشره عبر وسائل الإعلام المختلفة.
- ٥- صياغة استراتيجية إعلامية بناءه تدعم تأصيل مقومات المرونة الأسرية، كاستراتيجية إيجابية في حياة الفرد والمجتمع، وتوظيفها في مواجهة الضغوط التي سببتها جائحة كورونا وعرض رؤية لدورها فيما بعد الجائحة وذلك من خلال الجهات الإعلامية بالوسائل المسموعة والمرئية.

المراجع المستخدمة :

أولاً: المراجع العربية

١. ابتسام محمود على شتات (٢٠٠٨): العلاقة بين إدارة الوقت وأساليب مواجهة الضغوط ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية - رسالة دكتوراه غير منشورة - معهد الدراسات العليا للطفولة - جامعة عين شمس.
٢. أحمد كمال الدين رضوان، يسرا مصطفى الحرابري (٢٠٢٠): التصميم الداخلي ودوره في تحقيق المتطلبات المستجدة في المجتمع "في ظل جائحة كورونا" - مجلة العمارة والفنون والعلوم الإنسانية - عدد خاص - أكتوبر.
٣. أسماء أحمد عبد الفضيل (٢٠١٨): إدارة الضغوط الأسرية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لربة الأسرة - المجلة العلمية للتربية النوعية والفنون التطبيقية - كلية التربية النوعية والفنون التطبيقية كلية التربية النوعية - جامعة الفيوم - مجلد ١ - ع ١.
٤. أfnان محمد عمر يسرى (٢٠١٩): أثر الضغوط الحياتية على التوافق الزوجي - رسالة ماجستير غير منشورة - قسم السكن وإدارة المنزل - كلية الدراسات التطبيقية - جامعة الطائف - المملكة العربية السعودية.
٥. آمال إبراهيم الفقى، محمد كمال أبو الفتوح (٢٠٢٠): المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد Coved 19 بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر - المجلة التربوية - كلية التربية - جامعة سوهاج - ع ٧٤.
٦. آمال صادق، و فؤاد أبو حطب (١٩٩١): مناهج البحث و طرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية و الاجتماعية - مكتبة الأنجلو المصرية - القاهرة.
٧. أماني عبد المقصود وتهاني عثمان (٢٠٠٧): الضغوط الأسرية والنفسية "الأسباب والعلاج" - مكتبة الأنجلو المصرية - القاهرة.
٨. آيات عبد المنعم أحمد (٢٠١٨): نمط التفكير وعلاقته بأسلوب مواجهة الضغوط الحياتية لدى عينه من ربات الأسر - مجلة الاقتصاد المنزلي - مجلد ٢٨ - العدد الرابع.
٩. آية عبد الشافي على أبو سليم (٢٠٢٠): إدارة الضغوط الحياتية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى المرأة العاملة - المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي - مجلد ٣٦ - ع ١.
١٠. إيمان محمد عبد العال ومحمد رجب فضل الله (٢٠١٧): مهارات الحياة الأسرية - الطبعة الأولى - عالم الكتب للنشر والتوزيع - القاهرة.
١١. إيناس ماهر بدير (٢٠١٣): الدعم الأسرى وعلاقته بأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة للشباب الجامعي - مجلة العلوم والفنون - جامعة حلوان - ع ١.

١٢. بحرى صابر (٢٠٢٠): إدارة أزمة فيروس كورونا من خلال تعزيز الصحة النفسية في ظل الحجر المنزلي - مجلة العلوم الاجتماعية - المركز الديمقراطي العربي - بيرلين -ألمانيا - ع ١٣ .
١٣. تغريد سيد أحمد بركات، رشا رشاد محمود منصور (٢٠١٦) : الضغوط الحياتية لدى ربة الأسرة العاملة واستراتيجيات التعامل معها وعلاقتها بالاستقرار الأسرى - مجلة الإسكندرية للتبادل العلمي - مجلد ٣٧ .
١٤. حسن مصطفى عبد المعطي (٢٠٠٦): ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها، دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والإندونيسي - المجلة المصرية للدراسات النفسية - العدد ٤٧ / ٢٨ .
١٥. حمد رشيد زيادة (٢٠١٩) : مستوى المرونة الأسرية لدى عينة من طلبة المدارس الثانوية في مدينه اريد - مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية-عدد(٢٧) -الأردن .
١٦. دعاء عوضين إبراهيم المرسي (٢٠٢١): أساليب إدارة التوتر وعلاقتها بمواجهة الضغوط الأسرية لدى أمهات الأطفال ذوى اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا - مجلد ٧ - ع ٣٥ .
١٧. ذوقان عبيدات، عبد الرحمن عدس، كايد عبد الحق (٢٠٢٠): البحث العلمي، مفهومه وأدواته وأساليبه - دار أسامه للنشر والتوزيع - جده-٩٤ .
١٨. راوية زماري (٢٠٠٨): صراع الأدوار الأسرية والمهنية وعلاقتها بالاضطرابات النفسجدية والرضا عن الحياة لدى المعلمات المتزوجات في مديرية اريد الأولى - رسالة دكتوراه غير منشوره - جامعة اليرموك - اريد - بغداد - العراق .
١٩. رشا رشاد محمود منصور (٢٠٢١): أساليب إدارة الزوجة لشئون الأسرة أثناء أزمة جائحة كوفيد - ١٩ - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا - مجلد ٧ - ع ٣٣ .
٢٠. رشا عبد العاطي راغب (٢٠٠٦): فاعلية استخدام تكنولوجيات العولمة على إدراك الزوجة لمواردها الأسرية في إدارة الأزمات- رسالة دكتوراه غير منشورة- كلية الاقتصاد المنزلي- جامعة حلوان .
٢١. زينب صلاح محمود يوسف (٢٠٢٠): قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد (كوفيد - ١٩) وعلاقته بإدارة ربه الأسرة للسلوكيات الوقائية اليومية من الفيروس أثناء الجائحة - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا - مجلد ٦ - ع ٣١ .
٢٢. سارة على الأسود (٢٠٢١): المشكلات الأسرية في ظل جائحة كورونا وعلاقتها بالتواصل الأسرى كما تدركها ربات الأسر - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا - مجلد ٧ - ع ٣٦ .

٢٣. سعيد سالم بن محسن الأسمرى (٢٠٢٠): مهددات الصحة النفسية المرتبطة بالحجر المنزلي أثر فيروس كورونا المستجد (Covid-19) - المجلة العربية للدراسات الأمنية- مجلد ٣٦ - عدد ١.
٢٤. سناء محمد سليمان (٢٠١٨): سيكولوجية الاتصال الإنساني ومهاراته - عالم الكتب - القاهرة.
٢٥. شذا عبد العزيز العجلان ومنيره صالح الجويعى (٢٠٢٠): الأمن النفسي في ظل انتشار جائحة كورونا - المجلة العلمية لكلية التربية النوعية - جامعة المنوفية - ع ٢٣ - ج ١.
٢٦. صاحب عيد الجنابي (٢٠٢٠): الإرشاد الأسرى والزواجي - دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع - عمان الأردن.
٢٧. صفاء إسماعيل مرسى السيد (٢٠٠٨): الاختلالات الزوجية "الأسباب والعواقب -الوقاية والعلاج" - دار ايتراك للطباعة والنشر - القاهرة.
٢٨. طلال المصطفى وحسام السعد (٢٠٢٠): السوريين ووباء كورونا - بحث اجتماعي بمركز الحرمين للدراسات المعاصرة - الدوحة - قطر.
٢٩. عبد الرحمن الليلي، عبد الرحيم إسماعيل، فتحي أبو ناصر، رفدان القحطاني (٢٠٢٠): التعليم عن بعد كاستجابة للأزمات : حالة الكورونا في الدول العربية - المجلة العلمية للعلوم الإنسانية والإدارية -جامعة الملك فيصل - الإحساء - المملكة العربية السعودية.
٣٠. عبير محب عبد المنعم، حنان حنا عزيز (٢٠١٩): استراتيجيات المواجهة الإقدامية للضغوط لدى الزوجات وعلاقتها بجودة الحياة الأسرية - المؤتمر الدولي الثالث - (التعليم النوعي ودوره في تحقيق رؤية مصر ٢٠٣٠)، كلية التربية النوعية، جامعة الإسكندرية.
٣١. عبير ياسين أحمد إبراهيم، يثرب على محمد حبيب (٢٠٢١): إدارة رية الأسرة لأزمة فيروس كورونا وتأثيرها على العلاقات الأسرية في ظل الحجر المنزلي - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا - مجلد ٧ - ع ٣٦
٣٢. عفاف عزت رقله (٢٠١٦): إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالثقة بالنفس - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية النوعية - جامعة الفيوم.
٣٣. فاطمة جاد الله (٢٠٠٢): دراسة تحليلية لضغوط العمل لدى المرأة المصرية بالتطبيق على ديوان عام هيئة كهرباء مصر - المجلة العربية للإدارة- المجلد- ٢٢ العدد ١مصر .
٣٤. كوني ستيلى (٢٠٠٠): الإدارة والمرأة -ترجمه سماح إمام عمر- ط ١ - دار هلال للطبع والنشر والتوزيع.

٣٥. محمد حماد، سعيد بن نويوة (٢٠١٨): التوصل الأسرى وعلاقته بالأمن النفسي للأبناء - دراسة ميدانية على المتعلمين بالمدارس الابتدائية بمدينة المسيلة - مجلة الرواق - مجلد ٤ - ع ٥٧.

٣٦. محمد عبد القادر الجاسم (٢٠٠٤): علم النفس التربوي وتطبيقاته - زهراء الشرق - القاهرة.
 ٣٧. محمد كمال أبو الفتوح أحمد عمر (٢٠١٣): فاعلية برنامج إرشادي في تنمية المرونة الأسرية لدى أمهات أطفال الأوتيزم - بحث منشور في كلية التربية الخاصة - كلية التربية - مركز المعلومات التربوية - جامعة الزقازيق - جمهورية مصر العربية - عدد (٣) - شهر أبريل.
 ٣٨. مروة السيد محمد مهدى (٢٠١٩): فاعلية تطبيق منظومة الدعم الحكومي في إدارة الضغوط الأسرية وانعكاسها على الرضا عن الحياه - رسالة دكتوراه غير منشورة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان.

٣٩. المعجم الوسيط (٢٠١١): نسخو منقحة - مكتبة الشروق الدولية - ط٥.

٤٠. منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠) : المصطلحات الطبية المتعلقة بفيروس كورونا - متاح على

<http://www.emro.who.int/ar/cov.org>

٤١. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم "الكسو" (٢٠٢٠): معجم مصطلحات كوفيد-١٩- الرياض - المملكة

العربية السعودية- متاح على <http://www.alecso.org/nsite/images/pdf/6-5-2020>.

٤٢. منى حسن حافظ (٢٠١٠) : الحاجات التوافقية في أسر حديثة التكوين - جامعة حلوان.

٤٣. منيرة بنت صالح الضحيان (٢٠١٣) : أسلوب الأسرة في تأثيث وتجميل المسكن وعلاقته ببعض

أبعاد التماسك الأسرى - مجلة بحوث التربية النوعية - جامعة المنصورة - مجلد ٤ - ع ٦٤.

٤٤. نهال أكرم السيد على حسن (٢٠٢٠): استراتيجية مقترحة لإدارة التوازن الأسرى في ضوء آليات

حل المشكلات وتسوية المنازعات (دراسة مطبقة بمحاكم الأسرة) - رسالة ماجستير غير

منشورة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان.

٤٥. نيبال فيصل عبد الحميد عطية، رشا رشاد محمود منصور (٢٠٢١) : الدعم الأسرى وأثره على

الاختلالات السلوكية للمراهقين - مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية - جامعة المنيا

- مجلد ٧ - ع ٣٦.

٤٦. هند محمد إبراهيم محمد (٢٠٠٧) : تقويم برامج الأسر المنتجة لتنمية القدرات الإنتاجية للمرأة

لمواجهة الضغوط الأسرية - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة

حلوان.

٤٧. وفاء فؤاد شلبي، منار عبد الرحمن، إيناس ماهر بدير، نجلاء حسين (٢٠٢١): إدارة الموارد في ظل متغيرات العصر "المدخل لاستدامه الموارد" - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان.

ثانياً: المراجع الأجنبية

48. Ali, M. M., Dwyer, D.S. Vanner, E.A. & Lopez A. (2010) : **Adolescent propensity to engage in risky health behaviors** :The role of individual flexibility ,International Journal of Environmental Research and Public Health,7,2161-2176.doi: 103390/ijerph705 2161.
49. Amin, S. (2020): **The psychology of coronavirus fear: Are healthcare professionals suffering from corona-phobia** - International Journal of Healthcare Management 13 (3), 249-256. DOI: 10.1080/20479700.2020.1765119.
50. Belle,D. (2011): **Gender Differences in the social moderators of stress in coping and adaptation** - journal of work and family abstracts
51. Beth Ann: (2005): **Developmental Psychology; African Americans families and family life - personal relationships social psychology** - University of California.
52. Dail P. (2019): **Family stress among the unemployed: Strategies for support - a paper presented at annual meeting of the Eastern Symposium on building family strength-** Virginia, USA.
53. Friedel,K. E. & Penetar D. M. (2008): **Flexibility and survival in extreme environments, in bio behavioral flexibility to stress**, B.J.Lukey&V.Tepe (eds.) Taylor &Francis Group, Florida.
54. Higgins J. E.I. Endller, N.S (2020): **Coping with life stress and psychological stress** - European Journal Personality.
55. Khordzanganeh, F. , Heidarie, A. &Naderi, F.(2014): **The relationship between emotional intelligence- Happiness and flexibility with mental health in male and female high school student of Ramhormoz city** - Indian Journal of Fundamental and Applied Life Science.
56. Lin CY. (2020): **Social reaction toward the 2019 novel coronavirus (COVID19)** - Soc Health Behav 3:1-2. DOI: 10.4103/SHB.SHB_11_20.
57. Medhat, M. A., & El Kassas, M. (2020): **COVID-19 in Egypt: Uncovered figures or a different situation** - Journal of global health, 10(1), 010368. DOI: 10.7189/jogh.10.010368
58. Nicole E. Hobfols, Kerstin (2019): **Money does not talk - It swears how economic stress and resistance - Resources impact inner-city women's depressive mood-** American Journal of Community Psychology - Vol.28.

59. Oh, S.& Chang, S.(2014) : **Concept analysis : Family flexibility** - Open Journal of Nursing.
60. Pecitto, M. (2016): **The concept of flexibility in OSH management** - a review of approaches - Int J Occup Saf Ergon - 22(2).
61. Prins,M., (2021): **The Management of Building Flexibility in the design process: a design decision support model for optimization of building Flexibility in relation to life cycle cost** in : Nicholason , M.P., Architectural Management. 1 st Edition, E& FN spon , London.
62. Scoots, E. (2021):**Top 5 charger you can make for reused happiness and life satisfaction** - (online) [http://stress.about/od/lowstresslife/style/tp/happiness, htm](http://stress.about/od/lowstresslife/style/tp/happiness,htm)
63. Scorgie K. & Sobsey D. (2016): **Transformational outcomes associated with parenting children who have disabilities** - mental retardation, Vol.38, 195-2006.
64. Seligman M.and Csikszentmihalyi, M.(2015) :**Positive psychology in introduction** - American psychologist ,55,5-14.
65. Shanon L. Collier Tension (2012): **Economic factors, Education and Stress in intimate partner conflict and abuse** - Washington University, (p.138).
66. Sixbey, M. (2019): **Development of the family flexibility assessment scale to identify family flexibility constructs** - Doctor thesis. Univeristy of Florida. USA.
67. Sun Jung (2015): **The effects of maternal employment on parenting behavior of low income mothers: The parental economic stress - model and the “work to family spillover “model**, University of California Barkley.
68. Taylors (2017): **Psychology Health** -Mcgraw - New York: Hillice.
69. Walsh, F. (2015): **Normal family processes**. 4th.New York: Guilford press.
70. Wright, L. & Leahey, M. (2019): **Nurses and families: A guide to family assesment and intervention** – 6th ed , Philadelphia , Davis Company.
71. Zarbetto, S., Galera, S. & Ruiz, B. (2017): **Family flexibility and chemical dependency: perception of mental health professionals**. Rev Bras Enferm , 70 (6).
72. Zhou,P, Yang, Wang, G, Zhang, W (2020) : **A pneumonia Outbreak associated with a new coronavirus of probable bat origin Nature** ,<https://doi.org/10.1038/s41586-020-2012-7>.

ملخص البحث

مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجة وانعكاسها على إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا

يهدف البحث الحالي إلى دراسة مقومات المرونة الأسرية كما تدركها الزوجة والمتمثلة في "الاحتواء العاطفي - الدعم الأسري - الترابط والتماسك - التفاعل الإيجابي - التواصل وحل المشكلات" وانعكاسها على إدارتها للضغوط الحياتية التي واجهتها في ظل جائحة كورونا، وتكونت عينة الدراسة من (٢٨٧) ربة أسرة من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، واشتملت أدوات البحث على استمارة البيانات العامة للأسرة، استبيان أنواع الضغوط الحياتية، استبيان مقومات المرونة الأسرية، استبيان إدارة الضغوط الحياتية في ظل جائحة كورونا، واتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي.

ولقد أسفرت نتائج البحث عن:

- اختلاف نسب إنفاق الأسر المصرية بمستوياتها الاقتصادية المختلفة قبل وأثناء جائحة كورونا على بنود الإنفاق المختلفة، كما أسفرت عن وجود عددا من المؤشرات الدالة على تعرض أفراد الأسرة "الزوج - الزوجة - الأبناء" للضغوط في ظل جائحة كورونا.
- أكثر أنواع الضغوط الحياتية التي تعرضت لها أفراد عينة البحث خلال جائحة كورونا كانت الضغوط الاقتصادية، تليها الضغوط الشخصية، ثم الضغوط الاجتماعية، تليها الضغوط النفسية، وأخيرا الضغوط السكنية، وكانت أكثر مقومات المرونة الأسرية لأفراد عينة البحث التواصل وحل المشكلات في الترتيب الأول، يليها الدعم الأسري، ثم الترابط والتماسك، يليها التفاعل الإيجابي، وأخيراً الاحتواء العاطفي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في توافر مقومات المرونة الأسرية لصالح الزوجة العاملة، وبالنسبة لمكان السكن لصالح الحضر، سن الزوجة الأصغر، مدة الزواج الأقل، مستوى تعليم الزوجة المرتفع، متوسط الدخل الشهري الأعلى، حجم الأسرة الأقل في ظل جائحة كورونا.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات "عينة البحث" في القدرة على إدارة الضغوط الحياتية لصالح الزوجة العاملة، وبالنسبة لمكان السكن لصالح الحضر، سن الزوجة الأكبر - مدة الزواج

الأكبر، مستوى تعليم الزوجة المرتفع، متوسط الدخل الشهري الأعلى، حجم الأسرة الأقل في ظل جائحة كورونا.

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بمستوى دلالة (٠,٠٠١) بين مستوى توافر مقومات المرونة الأسرية وقدرة الزوجة على إدارة الضغوط الحياتية بمحاورها لدى الزوجات "عينة البحث".
- اختلاف نسب مشاركة متغيرات الدراسة على كل من (مستوى الضغوط الحياتية - مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية) تبعاً لأوزان معاملات الانحدار.

وأوصت الباحثتان بتطبيق استراتيجية مقترحة إعلامية بناءة تدعم تأصيل مقومات المرونة الأسرية، كاستراتيجية إيجابية في حياة الفرد والمجتمع، وتوظيفها في مواجهة الضغوط التي سببتها جائحة كورونا وعرض رؤية لدورها فيما بعد الجائحة وذلك من خلال الجهات الإعلامية بالوسائل المسموعة والمرئية

الكلمات المفتاحية : مقومات المرونة الأسرية - إدارة الضغوط الحياتية - فيروس كورونا المستجد.

Abstract

Fundamentals of family flexibility as recognized by wives and their reflection on life stress management in light of Corona virus pandemic

This research aims to study the fundamentals of family flexibility as recognized by wives represented in "emotional containment - family support - interdependence and cohesion - positive interaction - communication and problem solving" and their reflection on managing life stress in light of the Corona pandemic. The sample of the study consisted of (287) housewives belonging to different social and economic levels. The instruments of the research comprised; general family data form, a questionnaire of life stress indicators in light of the Coronavirus pandemic, a questionnaire of types of stress, a questionnaire of family flexibility, and a questionnaire of life stress management. The research applied the descriptive and analytical approach.

The research concluded the following results:

- The percentage difference in Egyptian family spending comprising its different economic levels before and after Corona Pandemic regarding the various spending items. There is a score of indicative indicators regarding family's exposure (husband-wife-children) to stress in light of Corona Pandemic. The most life stress experienced by the research sample during Corona Pandemic was the economic stress, personal stress social stress, psychological stress and eventually residence stress respectively. The most effective factors of family flexibility of the research sample was communication and problem solving which came in the first place, followed by family support , interdependence and cohesion, positive interaction and eventually emotional containment respectively. There are statistically significant differences between wives subject to the sample research regarding the presence of family flexibility fundamentals in favor of working wife, as for residence location , it was in favor of the urban one and younger wife ,shorter marriage period, wife's higher education level, higher average monthly income, smaller family size in light of Corona Pandemic. There are a statistically significant differences among wives sample of the research regarding their ability to manage their life stress in favor of working wife, as for residence location, it was in favor of the urban one, older wife, longer marriage period, wife's higher education level, higher average monthly income, and family's small size in light of Corona Pandemic. There is a statistically significant correlation at the level of significance (0.001) between the level of availability of the elements of family flexibility and wife's ability to manage life stress with their axes among wives subject to the research sample.
- There is a difference in the participation percentage of the study variables on each of (life stress level -family flexibility elements - life stress management) according to the weights of the regression coefficients.

The two researchers recommended applying a proposed media strategy supporting instilling the fundamentals of family flexibility, as a positive strategy in individual's and society's life and employing it in facing stress caused by Corona Pandemic and presenting a standpoint for its role in the aftermath of Corona via the audio and video media institutions.

Keywords: Family flexibility fundamentals, family stress management, Corona Virus