

## التشوه المعرفي وعلاقته بتبسيط الأعمال المنزلية لدى عينة من ربوات الأسر

فاطمة محمد بهاء الدين محمد بخيت

المدرس بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة

كلية الاقتصاد المنزلي \_ جامعة الأزهر

### المقدمة والمشكلة البحثية

ميز الله الإنسان بأن جعل له عقلاً يفكر به ويُدبر به شؤون حياته، وما توصل إليه في حياته وجوانبها المختلفة ما هو إلا نتاج لعمليات التفكير الذي يعد أعلى مراتب المعرفة وأرقاها . فتفكير الإنسان وإدراكه للمواقف المختلفة هو الذي يحدد طريقة الإستجابة بناءً على خبراته ومعرفته السابقة عنها، فإما أن يكون إدراكه للمواقف منطقياً فيكون لديه استجابات منطقية وإما أن يكون لديه تشويه معرفي يؤدي إلى استجابات غير منطقية.

والتشوهات المعرفية تعيق الإنسان في إدراكه ومن ثم الحكم الصحيح والقرار الملائم ، فالإنسان في هذه الحالة يحمل أحكاماً سلبية مسبقة عن الموقف ودوافع سلبية ذاتية دفيئة ومعلومات لا يحكمها المنطق (ابتسام السلطان، ٢٠٠٩، ١٨) وقد تبني المفكرون المسلمون فلسفة خاصة انبثقت من العقيدة الإسلامية في نظرهم للدور الذي يلعبه التفكير في توجيه سلوك الإنسان وفي سعادته وشقاؤه ، فقد قال ابن القيم: " النفس أشبه بالرحى الدائر ، و أن ما يُلقى إليها تطحنه وتُخرج مادته ، وما يُلقى إليها هي الخواطر التي إن صلحت كان الناتج عملاً صالحاً، وإن خُبثت كان الناتج عملاً خبيثاً". كما وأوضح ابن القيم قدرة الأفكار - إذا لم يتم تغييرها- على تحويل السلوك إلى عادات ، فقد قال "إن الخاطرات والوساوس تؤدي متعلقاتها إلى الفكر فيأخذها الفكر، فيؤديها إلى التذكر، فيأخذها التذكر فيؤديها إلى الإرادة ، فتأخذها الإرادة إلى الجوارح والعمل، فتستحكم فتصير عادة فردّها من مبادئها أسهل من قطعها بعد قوتها وتامها" (محمد ابن القيم ، ١٩٧٣ ، ٢٤٩-٢٥١).

و يرى كوري أن أصحاب النظرية المعرفية يركزون على أن شعور الفرد وسلوكه يتحددان من خلال نمط إدراكه، وطبيعة الخبرة الذاتية له، كما أن الافتراضات النظرية للعلاج المعرفي تشير إلى أن التواصل الذاتي بين الناس يتأثر إلى حد بعيد بما يحدث في داخل كل منهم، وأن معتقدات الفرد لها معنى خاص لديه، حيث يمكن اكتشافها والتعرف عليها بنفسه ، فالأفكار التلقائية التي تؤثر على عملية تفكيره، وتؤدي إلى تكوين افتراضات خاطئة أطلق عليها اصطلاح "التشويهات المعرفية" (Corey.2000: 303-304).

وتحتوي الأفكار السلبية والتي تسبب الاضطرابات دوماً تشوهات معرفية ضخمة، ورغم أن هذه الأفكار غريبة بعض الشيء، وخارجة عن المألوف فهي تبدو للشخص صحيحة، وغير ممكن إثباتها عموماً بالإجماع، لأنها تتسم بالخصوصية الفردية . كما أنها تظهر بشكل عفوي استجابة لحالة ما ولهذا

السبب تسمى بالأفكار التلقائية، أما التشوهات المعرفية فهي الأنماط المختلفة من الأخطاء في منطق التفكير التلقائي ويمكن الوصول إليه من خلال أساليب الاستقصاء المستخدمة في العلاج المعرفي السلوكي كما أن هناك عدة تشوهات أساسية تتكرر يقوم المعالج بتعديلها مع المتعالجين (صباح السقا ، ٢٠٠٨ ، ٧)

و بما أن المرأة هي نصف الطاقة البشرية للمجتمع ، والدور الحيوي الذي تقوم به لا يمكن إغفاله ، لذلك أصبح لزاماً إدماجها في كل عمليات التنمية الاجتماعية والاقتصادية ، وذلك بتوفير سبل التعليم والتدريب المستمر أمامها من أجل دعم قدراتها الفكرية والمهارية ومن ثم الرضا عن العمل المنزلي والذي يتضح مردوده الإيجابي على كفاءتها الإنتاجية من حيث الكم والكيف (نعمة رقيان ، ٢٠٠٨ ، ١٩٩) فربة الأسرة المعاصرة هي التي تتفاعل مع المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية بإيجابية من خلال الأخذ بمبدأ التخطيط كنهج أساسي لحياتها بواسطة سلوكها الذي تمارسه أثناء التعامل مع مواردها المحدودة لإنجاز المسؤوليات محققة بذلك أهدافها بأقصى درجة من الكفاءة ، فالبساطة في أداء الأعمال المنزلية المختلفة هو أحد العوامل التي تؤدي إلى تحسين كفاءة ربات الأسر في إدارة شئونهن المنزلية وتطوير قدراتهن الإدارية ، حيث أن أسس تبسيط الأعمال المنزلية تركز على الاقتصاد في الجهد المنصرف من خلال الاستخدام الصحيح لأجزاء الجسم ، والتدريب المستمر على العادات السليمة في أسلوب القيام بالعمل المنزلي ، وتوفير بيئة عمل مناسبة من حيث التصميم والتجهيز والتأثير كذلك اختيار طرق العمل البسيطة وغير المعقدة ،حتى لو أدى اتباعها إلى تغيير في شكل المنتج النهائي الذي تعود عليه الفرد والأسرة ،فاتباع طرق العمل المبسطة مع تجنب الحركات غير المجدية من خلال استخدام أدوات وأجهزة سهلة الأداء أثناء تجهيز وإعداد الطعام وإنجاز أعمال النظافة اليومية مع التخطيط الجيد للوقت والطاقة يعتبر من أهم الحلول لمواجهة مشكلة تعدد المسؤوليات والشعور بالتعب لدى ربات الأسر ، الأمر الذي يخفف من حدة الصراع الذي يتزايد بتعدد الأدوار وتعدد الحاجات والدوافع (زينب حقي ، نادية أبو سكينه ، ١٩٩٨ ، ١٨)

والعمل المنزلي من أقدم النشاطات التي عرفتها البشرية ، حيث مارس الإنسان أعماله داخل سكنه في مجالات عديدة خاصة بالنسبة للمرأة التي تتميز نشاطاتها بخصائص ذات طبيعة أنثوية متعلقة بالإعتناء بالعائلة (Mahiou Ahmed.2001.22) ، وبما أن تبسيط العمل المنزلي يعبر عن أداء أكبر كم من الأعمال بقدر محدود من الطاقة والوقت ، حيث أنه الطريقة التي تجعل إنجاز العمل أكثر بساطة وسهولة وسرعة ، كما أنه الوسيلة التي تمكن ربة الأسرة من أداء أكبر عدد من الأعمال بأقل قدر من الجهد والوقت والحصول على أفضل النتائج ، كما أنه يعبر عن قدرة ربة الأسرة على تطبيق المبادئ و الأسس العلمية التي تسهل عليها أداء المهمات المطلوبة منها بكفاءة عالية ، وذلك فيما يختص بطبيعة العمل الذي تقوم به والقائم بالعمل ، كذلك مواصفات ومكان العمل (منار خضر ، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣ ، ٢٩٤) و المرأة تقبل على العمل المنزلي من منطلق أنه عمل مقدس وواجب حتمي ، كما ارتأوا

أن نساء الريف لديهن اتجاهات إيجابية أكثر من نساء المدن نحو العمل المنزلي (كامل عمر، ٢٠٠٨، ٢)

وللنهوض بمستوى كفاءة الأسرة الإنتاجية فلا بد أن تتوفر لديها الرغبة أو الدافعية التي تتحكم في مستوى الأداء ودرجة استمراره، حيث أن الفرد الذي لا يشعر برغبة حقيقية في إنجاز الأعمال والمهام التي كُلف بها لا يمكن أن تتوقع منه الأداء الجيد، وعلى ذلك فإن كفاءة ربة الأسرة تتحدد عندما تصل إلى المستوى الذي يمكنها من التصرف ببساطة وبجهد أقل في كافة المسؤوليات المختلفة بطريقة سليمة. (نعمة رقيان، ٢٠٠٨، ١٩٩)

ومن خلال ما تقدم تتحدد مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل التالي:

ما طبيعة العلاقة بين التشوه المعرفي بمحاوره ( التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم والإيجابية - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) ؟

أهداف الدراسة:

هذه الدراسة تهدف إلى:

- ١- تحديد مستوى التشوهات المعرفية لدى ربات أسر عينة الدراسة.
- ٢- تحديد مستوى تبسيط الأعمال لدى ربات أسر عينة الدراسة.
- ٣- دراسة طبيعة العلاقة بين التشوه المعرفي بمحاوره ( التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم والإيجابية - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) . (هدف عام)
- ٤- الكشف عن الفروق بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره ، وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر).
- ٥- الكشف عن طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لعدد أفراد الأسرة.
- ٦- الكشف عن طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة.
- ٧- الكشف عن طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة.

- ٨- التعرف على الفروق بين متوسط درجات ربات الأسر في كلٍ من التشوه المعرفي بمحاوره و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لطبيعة عمل ربة الأسرة.
- ٩- الكشف عن طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للدخل المالي للأسرة.
- أهمية الدراسة:**

#### قد تفيد نتائج البحث الحالية في :

- \*\* إلقاء الضوء على التشوهات المعرفية المتوارثة والتي تعيق ربات الأسر عن الإستفادة من الطرق العلمية في تبسيط الأعمال المنزلية وهذا يعتبر من القضايا الهامة في وقتنا الراهن الملئ بالتقدم العلمي والتكنولوجي .
- \*\* الإستفادة من نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج ودورات تدريبية لربات الأسر هدفها القضاء على التشوهات المعرفية في مجالات تبسيط الأعمال المنزلية.
- \*\* قلة الدراسات الإجتماعية التي تناولت موضوع التشوهات المعرفية في مجال تبسيط الأعمال المنزلية حسب علم الباحثة ، فلعل هذه الدراسة تساعد على تزويد المكتبة العربية بما جد من الدراسات الميدانية الحديثة فيما يخص التشوهات المعرفية.
- فروض الدراسة:**

- ١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التشوه المعرفي بمحاوره ( التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر).
- ٣- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لعدد أفراد الأسرة.
- ٤- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة.
- ٥- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة.
- ٦- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ربات الأسر في كلٍ من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لطبيعة عمل ربة الأسرة.

٧- يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً للدخل المالي للأسرة.

### الأسلوب البحثي

أولاً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية للدراسة:-

#### ١- التشوه المعرفي: Cognitive Distortions

تشير ريمما الهويش (٢٠١٠، ١٣) إلى أنه تيار من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات ذاتية وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتحويل، ومنها: الاستنتاج التعسفي، التجريد الانتقائي، التعميم الزائد، التفكير الثنائي، وضع اللافتات، قراءة الأفكار، التحويل والتصغير.

كما عرفها كليمر (Clemmer 2009.09)، بأنها عبارة عن عمليات عقلية تمثل أخطاء في التفكير، أو "حديث النفس"، عن طريقة تفكير الفرد التلقائية عن أحداث الحياة في إطار سلبي وتؤدي إلى مشاعر سلبية مثل: الحزن، والغضب، والخجل، واليأس، والقلق.

وعرفتها رسلان (٢٠١١، ٣٠) بأنها أساليب تفكير غير منطقية و معارف مُحرفة تؤثر في إدراك الفرد وتفسيراته لأشياء إما بالدحض (التغاضي عنها) أو المبالغة.

كما عرفها إسلام العصار (٢٠١٥، ١٦) التشوهات المعرفية تعني التشوهات والأخطاء المعرفية في معالجة المعلومات التي يستخدمها الأفراد بصورة تلقائية عن أحداث الحياة بطريقة سلبية وتسبب لهم الشعور بالضيق والألم.

#### التعريف الإجرائي :

مجموعة المعارف المُحرفة والمتوارثة الغير منطقية وغير علمية لدى ربات الأسر والتي ينتج عنها إهدار في الوقت والجهد والتي تشمل التفكير الثنائي والاستنتاج الاعتباطي و المبالغة والتقليل والمنطق العاطفي ولوم الذات و الآخرين والتفكير المثالي والمقارنات المجحفة والإفراط في التعميم والإيجابية والأسئلة العميقة.

-التفكير الثنائي: حيث تدرك ربة الأسرة نفسها و الآخرين و المواقف والعالم وفقاً لفئات حادة متطرفة ، ويميل هذا النمط من التفكير إلى أن يكون مطلقاً ولا مجال فيه لبصيص أمل.

- الاستنتاج الاعتباطي: حيث ترسم ربة الأسرة نهاية حدث ما بناءً على إحساسها الداخلي متجاهلة أي دلائل لإمكانية حدوث عكس ذلك.

-المبالغة والتقليل: ربة الأسرة التي تتبنى هذا النوع من التفكير عندما تُدرك نفسها والآخرين أو المواقف ستميل إلى التحويل والمبالغة للمكونات السلبية وأيضاً تُقلل من الإيجابيات أو تُسقطها من حساباتها.

-**المنطق العاطفي:** توجه ربة الأسرة اهتماماً وانتباهاً خاصاً لأحد التفاصيل وتتشغل بها بشكل لانهائي متجاهلةً أي من التصورات الأخرى ، فهي لا ترى الصورة بشكل كلي ولكنها فقط تُركز على جانب واحد فيها.

-**لوم الذات والآخرين:** في هذا النوع من التفكير تُلقي ربة الأسرة اللوم على نفسها وعلى الآخرين في كل ما يحدث من أخطاء وترتيبها بالعجز وعدم الكفاءة وتجعل نفسها مسؤولةً بصفة شخصية عن حدث قد يكون بعيداً عن سيطرتها ، وقد يحدث أيضاً العكس وهو أن تُلقي باللوم على الآخرين نتيجة ما تعانيه من مشكلات وظروف.

-**التفكير المثالي:** تُلزم ربة الأسرة نفسها أن تكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة ، وأن تُنجز ما يمكن أن يعتبر ذا قيمة وأهمية دون أخطاء.

-**المقارنات المجحفة:** حيث تضع ربة الأسرة لنفسها وللآخرين معايير شخصية معينة وانتقائية من خلالها تستطيع تقييم نفسها والآخرين متغاضية الفروق الفردية التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض.

-**الإفراط في التعميم:** تُفكر ربة الأسرة على هذا النحو لأنها مرت بخبرة سيئة ، فتقوم بعمل تعميم شامل على كل المواقف من خلال موقف واحد.

-**الأسئلة العميقة:** تقوم ربة الأسرة ببناء تعميمات أو استنتاجات على عناصر معينه في الموقف على الرغم من عدم وجود أدله مدعمة أو وجود أدلة ضعيفة .

## ٢- تبسيط الأعمال المنزلية : Work Simplification

هو أداء أكبر كم من الأعمال المنزلية بقدر محدود من الطاقة والوقت ، وهو الطريقة التي تجعل إنجاز العمل أكثر بساطة وسهولة وسرعة ، كما أنه الوسيلة التي تمكن ربة الأسرة من أداء أكبر عدد من الأعمال بأقل قدر من الجهد والوقت. (منار خضر ، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣ ، ٢٩٤).

**التعريف الإجرائي:**

قيام ربة الأسرة بأداء العمل المنزلي بأقل قدر من الإجهاد والوقت وذلك من خلال مراعاة حذف الحركات الزائدة و دمج خطوات العمل و إعادة الترتيب لأماكن وأسطح العمل والتبسيط في أساليب الأداء المتبعة في أداء الأعمال ، مع مراعاة المقاييس الجيومترية واتباع الأساليب العلمية الحديثة .

### ثانياً: منهج الدراسة

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج الذي يقوم على وصف ظاهرة من الظواهر للوصول إلى أسباب هذه الظاهرة والعوامل التي تتحكم فيها واستخلاص النتائج لتعميمها. (ناصر المعيلي، ٢٠٠٩).

### ثالثاً: حدود الدراسة

تشمل حدود الدراسة ما يلي: .

- **الحدود البشرية:** اشتملت عينة الدراسة على ٢٣٠ ربة أسرة في كل من الحضر والريف و تنوعت العينة ما بين ربات أسر عاملات وغير عاملات ومن فئات عمرية مختلفة.

- الحدود الزمنية: تم التطبيق على العينة في الفترة الزمنية من يناير ٢٠١٧ حتى أبريل ٢٠١٧  
- الحدود المكانية: تم التطبيق على ربات الأسر ساكنات في الحضر والريف بمحافظة الغربية.  
رابعاً: أدوات الدراسة

اشتملت الدراسة الحالية على الأدوات التالية (من إعداد الباحثة):

- ١- استمارة البيانات الأولية.
- ٢- استبيان التشوه المعرفي.
- ٣- استبيان تبسيط الأعمال المنزلية.

خامساً: إعداد وبناء أدوات الدراسة

- ١- استمارة البيانات العامة

تم إعداد استمارة البيانات العامة الخاصة بأفراد العينة وذلك بهدف الحصول على معلومات تفيد في تحديد خصائص المبحوثين، وقد تمت صياغة عبارات الاستبيان بصيغة المخاطب واشتملت على العبارات التالية:

• مكان السكن (ريف - حضر).

• عدد أفراد الأسرة بما فيهم رب الأسرة ورب الأسرة

• المستوى التعليمي لرب الأسرة وربة الأسرة: (يقرأ و يكتب - ابتدائية - إعدادية - ثانوية أو ما يعادلها - فوق المتوسط - بكالوريوس - ماجستير - دكتوراه) وقد تم تقسيم الفئات التعليمية إلى ثلاث مستويات منخفضة (يقرأ و يكتب - الابتدائية / الإعدادية ) - متوسط (الثانوية أو ما يعادلها / فوق المتوسط ) - مرتفع (مؤهل جامعي - ماجستير - دكتوراه).

• طبيعة عمل ربة الأسرة تعمل / لا تعمل.

• فئات الدخل الشهري للأسرة: الدخل الشهري بالجنيه المصري وقد تم تقسيم الفئات إلى ثلاث مستويات (منخفض - متوسط - مرتفع). أقل من ٤٠٠٠ جنيه (مستوى منخفض)، من ٤٠٠٠ حتى أقل من ٦٠٠٠ جنيه (مستوى متوسط)، أكثر من ٦٠٠٠ جنيه (مستوى مرتفع).

٢- استبيان التشوه المعرفي:

كان الهدف من هذا الاستبيان قياس التشوهات المعرفية لدى ربات الأسر ، وقد اشتمل على مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث ، وتم إعداد الاستبيان في صورته الأولية وكان عبارة عن ٧٣ عبارة موزعة على تسعة محاور (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة).

\*\* محور التفكير الثنائي اشتمل على : ١٠ عبارات

\*\* محور الاستنتاج الاعتباطي اشتمل على : ١٠ عبارات

\*\* محور المبالغة والتقليل اشتمل على: ١١ عبارة

- \*\* محور المنطق العاطفي اشتمل على : ٧ عبارات
- \*\* محور لوم الذات والآخرين اشتمل على : ٨ عبارات
- \*\* محور التفكير المثالي اشتمل على: ٦ عبارات
- \*\* محور المقارنات المجحفة اشتمل على: ٥ عبارات
- \*\* محور الافراط في التعميم اشتمل على: ١٠ عبارات
- \*\* محور الأسئلة العميقة اشتمل على: ٦ عبارات

وقد تم تقسيم استجابات عينة الدراسة من ربات الأسر على عبارات الاستبيان باتباع الخطوات التالية:  
# حساب المدى للإستبيان ومحاوره المختلفة من المعادلة التالية:

المدى = أكبر درجة - أقل درجة

طول الفئة = المدى ÷ ٣

وبذلك تُصيح الدرجة الصغرى (٨) درجة، والدرجة العظمى (٧٥) درجة.

جدول (١) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لمحاور التشوه المعرفي

التشوه المعرفي	عدد	%	التشوه المعرفي	عدد	%
التفكير الثاني	٢٤	١٠.٤	مستوي منخفض (١١-١٧ درجة)	٢٧	١١.٧
	١١٥	٥٠	مستوي متوسط (١٨-٢٤ درجة)	١٤٦	٦٣.٥
	٩١	٣٩.٦	مستوي مرتفع (٢٥-٣٠ درجة)	٥٧	٢٤.٨
المبالغة والتقليل	٢٨	١٢.٢	مستوي منخفض (١٢-١٨ درجة)	٣٢	١٣.٩
	١٥٨	٦٨.٧	مستوي متوسط (١٩-٢٥ درجة)	١٨٢	٧٩.١
	٤٤	٤٤	مستوي مرتفع (٢٦-٣١ درجة)	١٦	٧
لوم الذات والآخرين	١٢	٥.٢	مستوي منخفض (٧-١٠ درجة)	٤٢	١٨.٣
	١٣٠	٥٦.٥	مستوي متوسط (١١-١٣ درجة)	١٥٠	٦٥.٢
	٨٨	٣٨.٣	مستوي مرتفع (١٤-١٦ درجة)	٣٨	١٦.٥
المقارنة المجحفة	٢٥	١٠.٩	مستوي منخفض (٥-٨ درجة)	٣٨	١٦.٥
	٩٨	٤٢.٦	مستوي متوسط (٩-١٢ درجة)	١٣٤	٥٨.٣
	١٠٧	٤٦.٥	مستوي مرتفع (١٣-١٥ درجة)	٥٨	٢٥.٢
الأسئلة العميقة	٧٥	٣٢.٦	مستوي منخفض (٦-١٠ درجة)	٣٤	١٤.٨
	١٣٦	٥٩.١	مستوي متوسط (١١-١٥ درجة)	١٢٨	٥٥.٦
	١٩	٨.٣	مستوي مرتفع (١٦-١٨ درجة)	٦٨	٢٩.٦

من جدول (١) يتضح أن النسبة الأعلى للتشوه المعرفي لعينة الدراسة كانت لصالح المستويات المتوسطة وذلك في جميع محاور الاستبيان حيث كانت النسب ( ٥٠% ، ٦٣.٥% ، ٦٨.٧% ، ٧٩.١% ، ٥٦.٥% ، ٦٤.٥% ، ٥٨.٣% ، ٥٩.١% ، ٥٥.٦%) لمحاور (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة - إجمالي التشوه المعرفي) على الترتيب ، وهذا يوضح أن ربات أسر عينة الدراسة من ذوي المستوى المتوسط بالنسبة للتشوهات المعرفية.

### ٣-استبيان تبسيط الأعمال المنزلية:

وكان الهدف من هذا الاستبيان قياس طرق ربات الأسر لتبسيط الأعمال المنزلية ، وقد اشتمل على مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع العربية والأجنبية التي تناولت موضوع البحث ، وتم إعداد الاستبيان في صورته الأولية وكان عبارة عن ٣٨ عبارة موزعة على أربعة أبعاد (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء)

\*\* بعد التفكير الثنائي اشتمل على : ١٠ عبارات

\*\* بعد حذف الحركات الزائدة اشتمل على : ١٠ عبارات

\*\* بعد دمج خطوات العمل اشتمل على: ١٠ عبارات

\*\* بعد إعادة الترتيب اشتمل على : ١٠ عبارات

\*\* بعد التبسيط في أساليب الأداء اشتمل على : ٨ عبارات

وقد تم تقسيم استجابات عينة الدراسة من ربات الأسر على عبارات الاستبيان باتباع الخطوات التالية:

# حساب المدى للإستبيان ومحاوره المختلفة من المعادلة التالية:

المدى = أكبر درجة - أقل درجة

طول الفئة = المدى ÷ ٣

وبذلك تُصبح الدرجة الصغرى (١٣) درجات ،والدرجة العظمى (٤٢) درجة

### جدول (٢) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لأبعاد تبسيط الأعمال المنزلية

تبسيط الأعمال المنزلية	عدد	%	تبسيط الأعمال المنزلية	عدد	%
حذف الحركات الزائدة	٥٠	٢١.٧	مستوي منخفض (١١-١٦ درجة)	٦	٢.٦
	١٦٤	٧١.٣	مستوي متوسط (١٧-٢٢ درجة)	١٦٨	٧٣.١
	١٦	٧	مستوي مرتفع (٢٣-٢٧ درجة)	٥٦	٢٤.٣
إعادة الترتيب	٣٩	١٧	مستوي منخفض (١٢-١٨ درجة)	٢٧	١١.٧
	١٥٩	٦٩.١	مستوي متوسط (١٩-٢٥ درجة)	١١٨	٥١.٣
	٣٢	١٣.٩	مستوي مرتفع (٢٦-٣٣ درجة)	٨٥	٣٧
إجمالي تبسيط الأعمال	مستوي منخفض (٦٦-٨٠ درجة)		٩٣	٤٠.٤	
	مستوي متوسط (٨١-٩٥ درجة)		١٢٤	٥٣.٩	
	مستوي مرتفع (٩٦-١٠٨ درجة)		١٣	٥.٧	

من جدول (٢) يتضح أن النسبة الأعلى في جميع أبعاد الاستبيان كانت للمستوى المتوسط حيث بلغت النسب ( ٠.٧١ ، % ، ٧٣.١ ، % ، ٦٩.١ ، % ، ٥١.٣ ، % ، ٥٣.٩ ) لأبعاد (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء، إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ) على الترتيب وهذا يوضح أن ربات أسر عينة الدراسة من ذوي المستويات المتوسطة في أسلوب تبسيط الأعمال المنزلية.

### تصحيح الاستبيان :

تم تصحيح استبيان التشوه المعرفي و تبسيط الأعمال المنزلية بأن تم اختيار واحد من متعدد دائماً ، أحياناً ، نادراً) في كل عبارة من عبارات الاستبيان وتم التصحيح على ميزان (٣،٢،١) للعبارة الإيجابية وميزان (١،٢،٣) للعبارة السلبية ، وبذلك تكون أقل درجة للتشوه المعرفي (٧٥) وأعلى درجة (٢١٧) بينما أقل درجة لتبسيط الأعمال المنزلية (٦٤) وأعلى درجة (٨٣).

وتم حساب الاتساق الداخلي لاستبيان التشوه المعرفي وتبسيط الأعمال المنزلية وذلك عن طريق إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل محور من محوري الاستبيان ، كذلك بين كل محور وإجمالي الاستبيان ، ويوضح جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى (٠.٠١) بين كلي التشوه المعرفي وكلي تبسيط الأعمال المنزلية ، مما يدل على صدق الاستبيان.

جدول رقم (٣): صدق الاتساق الداخلي لمحاور استبيان التشوه المعرفي و استبيان تبسيط الأعمال المنزلية مقاساً باستخدام معامل ارتباط بيرسون ومعنويته

معامل الارتباط	المحور	الاستبيان	معامل الارتباط	المحور	الاستبيان
0.719**	حذف الحركات الزائدة	تبسيط الأعمال المنزلية	0.779**	التفكير الثنائي	التشوه المعرفي
			0.783**	لاستنتاج الاعتيابي	
0.651**	دمج خطوات العمل		0.821**	المبالغة والتقليل	
			0.663**	المنطق العاطفي	
0.732**	إعادة الترتيب		0.722**	لوم الذات والآخرين	
			0.611**	التفكير المثالي	
0.776**	التبسيط في أساليب الأداء		0.743**	المقارنة المجحفة	
			0.675**	الإفراط في التعميم	
	** معنوية عند ٠.٠١	0.613**	الأسئلة العميقة		

### ثبات الاستبيان:

قامت الباحثة بحساب ثبات الاستبيان باستخدام معامل الثبات والاتساق الداخلي وذلك عن طريق معادلة ألفا كرونباخ وذلك من خلال رصد درجات العينة الاستطلاعية والتي بلغت ٣٠ ربة أسرة لكل عبارة ، ثم حساب قيمة ألفا حيث كانت مقبولة في كل العبارات وكانت قيمة ألفا للاستبيان الكلي

(0.855) لاستبيان التشوه المعرفي ، كما بلغت قيمة ألفا كرونباخ (0.664) لاستبيان تبسيط الأعمال المنزلية وهي قيم مرتفعة تؤكد اتساق الاستبيان وثباته كما يتبين من جدول (٤).

جدول (٤) الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمحاور استبياني التشوه المعرفي و تبسيط الأعمال المنزلي

الاستبيان	المحور	عدد العبارات	معامل ألفا
التشوه المعرفي	التفكير الثنائي	١٠	0.683
	الاستنتاج الاعتباطي	١٠	0.533
	المبالغة و التقليل	١١	0.776
	المنطق العاطفي	٧	0.621
	لوم الذات والآخرين	٨	0.731
	التفكير المثالي	٦	0.644
	المقارنات المجحفة	٥	0.677
	الإفراط في التعميم	١٠	0.711
	الأسئلة العميقة	٦	0.635
	<b>إجمالي التشوه المعرفي</b>	<b>٧٣</b>	<b>0.855</b>
تبسيط الأعمال المنزلية	حذف الحركات الزائدة	١٠	0.664
	دمج خطوات العمل	١٠	0.787
	إعادة الترتيب	١٠	0.649
	التبسيط في أساليب الأداء	٨	0.631
	<b>إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية</b>	<b>٣٨</b>	<b>0.846</b>

#### المعاملات الاحصائية المستخدمة في الدراسة:

قامت الباحثة بتحليل البيانات وإجراء المعالجات الاحصائية باستخدام برنامج SPSS لاستخراج النتائج، وقامت الباحثة بمراجعة النتائج لضمان صحة النتائج ودقتها وذلك من خلال استخدام بعض المعاملات والأساليب الإحصائية التي استخدمت لكشف العلاقة بين متغيرات الدراسة واختبار صحة الفروض منها (حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل متغيرات الدراسة - حساب معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الاستبيان واتساقه - حساب مصفوفة معاملات الارتباط Correlation - حساب قيمة T test - حساب قيمة (ف) تحليل التباين في اتجاه واحد One Way ANOVA واستخدام اختبار Tukey لحساب دلالة الاختلافات.

النتائج تحليلها وتفسيرها

أولاً: وصف عينة الدراسة: -

اشتمل هذا الجزء على وصف شامل لعينة الدراسة المكونة من ٢٣٠ ربة أسرة وفقاً لبعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية ، وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً لبعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية

البيان	ك	%	البيان	ك	%
مكان السكن			المستوى التعليمي لربة الأسرة		
ريف	١٨٨	81.7	منخفض	٣٨	16.5
حضر	٤٢	18.3	متوسط	٩٤	40.9
مجموع	٢٣٠	100%	مرتفع	٩٨	42.6
المستوى التعليمي لرب الأسرة			مجموع		
منخفض	٢١	9.1	مجموع	٢٣٠	100%
متوسط	٨٠	34.8	طبيعة عمل ربة الأسرة		
مرتفع	١٢٩	56.1	تعمل	٨٨	38.3
مجموع	٢٣٠	100%	لا تعمل	١٤٢	٦١.٧
عدد أفراد الأسرة			مجموع		
٣ أفراد	٢٩	12.6	مجموع	٢٣٠	100%
٤-٥ أفراد	١١٦	50.4	الدخل الشهري للأسرة		
أكثر من ٥	٨٥	37	أقل من ٤٠٠٠ ج	١١٤	49.7
مجموع	٢٣٠	100%	٤٠٠٠-٦٠٠٠	٨٧	37.8
			أكثر من ٦٠٠٠	٢٩	12.5
			مجموع	٢٣٠	100%

يوضح جدول (٥) الآتي:

- مكان السكن: يسكن معظم أفراد العينة في الريف حيث بلغت نسبة من يسكنون الريف ٨١.٧%.
- عدد أفراد الأسرة: أكثر من نصف العينة تتألف أسرته من ٤ أو ٥ أفراد مشتملين على الأب والأم ، حيث بلغت نسبتهم ٥٠.٤%
- المستوى التعليمي لرب الأسرة: أزواج أغلب أفراد العينة ينتمون للمستوى التعليمي المرتفع (بكالوريوس / ماجستير / دكتوراه) حيث بلغت نسبتهم ٥٦.١% من إجمالي العينة.
- المستوى التعليمي لربة الأسرة: تقاربت نسبة المستوى التعليمي المتوسط والمرتفع لربات الأسر عينة الدراسة حيث بلغت نسبة المستوى المتوسط (ثانوية أو مايعادلها / فوق المتوسط) ٤٠.٩% في حين بلغت نسبو المستوى المرتفع (بكالوريوس/ ماجستير/ دكتوراه) ٤٢.٦%

- طبيعة عمل ربة الأسرة: النسبة الأكبر من ربات الأسر أفراد العينة لا تعملن حيث بلغت نسبتهن ٦١.٧% من إجمالي أفراد العينة.
- الدخل الشهري للأسرة: ما يقارب من نصف العينة بلغ الدخل الشهري لأسرهن أقل من ٤٠٠٠ ج مصري حيث بلغت النسبة ٤٩.٧% من إجمالي العينة.

ثانياً: النتائج الوصفية لأدوات الدراسة: -

بناءً على نتائج الإستجابة على استبيان الدراسة قد تم تحديد أقل وأعلى درجة لحساب المدى و من ثم تحديد المستويات:

جدول (٦) التوزيع النسبي لربات أسر عينة الدراسة وفقاً لمستويات التشوه المعرفي بمحاوره والإجمالي

البيان	العدد	%	البيان	العدد	%
١- التفكير الثنائي			٢- الاستنتاج الاعتباضي		
مستوي منخفض (١١-١٧ درجة)	٢٤	١٠.٤	مستوي منخفض (١٣-١٨ درجة)	٢٧	١١.٧
مستوي متوسط (١٨-٢٤ درجة)	١١٥	٥٠	مستوي متوسط (١٩-٢٤ درجة)	١٤٦	٦٣.٥
مستوي مرتفع (٢٥-٣٠ درجة)	٩١	٣٩.٦	مستوي مرتفع (٢٥-٢٩ درجة)	٥٧	٢٤.٨
٣- المبالغة والتقليل			٤- المنطق العاطفي		
مستوي منخفض (١٣-١٨ درجة)	٢٨	١٢.٢	مستوي منخفض (٧-١٠ درجة)	٣٢	١٣.٩
مستوي متوسط (١٩-٢٤ درجة)	١٥٨	٦٨.٧	مستوي متوسط (١١-١٤ درجة)	١٨٢	٧٩.١
مستوي مرتفع (٢٥-٢٩ درجة)	٤٤	٤٤	مستوي مرتفع (١٥-١٦ درجة)	١٦	٧
٥- لوم الذات والآخرين			٦- التفكير المثالي		
مستوي منخفض (٨-١٣ درجة)	١٢	٥.٢	مستوي منخفض (٨-١٠ درجة)	٤٢	١٨.٣
مستوي متوسط (١٤-١٩ درجة)	١٣٠	٥٦.٥	مستوي متوسط (١١-١٣ درجة)	١٥٠	٦٥.٢
مستوي مرتفع (٢٠-٢٤ درجة)	٨٨	٣٨.٣	مستوي مرتفع (١٤-١٦ درجة)	٣٨	١٦.٥
٧- المقارنة المجحفة			٨- الإفراط في التعميم		
مستوي منخفض (٥-٨ درجة)	٢٥	١٠.٩	مستوي منخفض (١٤-١٨ درجة)	٣٨	١٦.٥
مستوي متوسط (٩-١٢ درجة)	٩٨	٤٢.٦	مستوي متوسط (١٩-٢٣ درجة)	١٣٤	٥٨.٣
مستوي مرتفع (١٣-١٥ درجة)	١٠٧	٤٦.٥	مستوي مرتفع (٢٤-٢٧ درجة)	٥٨	٢٥.٢
٩- الأسئلة العميقة			إجمالي التشوه المعرفي		
مستوي منخفض (٦-١٠ درجة)	٧٥	٣٢.٦	مستوي منخفض (١١٣-١٣٨ درجة)	٣٤	١٤.٨
مستوي متوسط (١١-١٥ درجة)	١٣٦	٥٩.١	مستوي متوسط (١٣٩-١٦٤ درجة)	١٢٨	٥٥.٦
مستوي مرتفع (١٦-١٨ درجة)	١٩	٨.٣	مستوي مرتفع (١٦٥-١٨٨ درجة)	٦٨	٢٩.٦

يتضح من جدول (٦) أن المستوى المتوسط هو السائد بين أفراد العينة في محاور استبيان التشوه المعرفي وكذلك إجمالي التشوه المعرفي ، حيث كان مستوى أفراد العينة متوسطاً في كلٍ من (التفكير الثنائي ، والاستنتاج الاعتباضي ، والمبالغة والتقليل ، والمنطق العاطفي ، ولوم الذات و الآخرين ،

والتفكير المثالي ، والأسئلة العميقة ، الإفراط و التعميم وإجمالي التشوه المعرفي ) حيث كانت نسب المستويات بالترتيب ( ٥٠ % ، ٦٣.٥ % ، ٦٨.٧ % ، ٧٩.١ % ، ٥٦.٥ % ، ٦٥.٢ % ، ٥٨.٣ % ، ٥٩.١ % ، ٥٥.٦ % ) ( بينما كان المستوى المنخفض هو السائد بين أفراد العينة في محور المقارنة المجحفة حيث بلغت النسبة ٤٦.٥ ) .

**جدول (٧) التوزيع النسبي لربات أسر عينة الدراسة وفقاً لمستويات تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده والإجمالي**

البيان			البيان		
العدد	%	البيان	العدد	%	البيان
<b>١- حذف الحركات الزائدة</b>			<b>٢- دمج خطوات العمل</b>		
٥٠	٢١.٧	مستوي منخفض (١١-١٦ درجة)	٦	٢.٦	مستوي منخفض (١٢-١٨ درجة)
١٦٤	٧١.٣	مستوي متوسط (١٧-٢٢ درجة)	١٦٨	٧٣.١	مستوي متوسط (١٩-٢٥ درجة)
١٦	٧	مستوي مرتفع (٢٣-٢٧ درجة)	٥٦	٢٤.٣	مستوي مرتفع (٢٦-٢٩ درجة)
<b>٣- إعادة الترتيب</b>			<b>٤- التبسيط في أساليب الأداء</b>		
٣٩	١٧	مستوي منخفض (١٢-١٨ درجة)	٢٧	١١.٧	مستوي منخفض (١٠-١٤ درجة)
١٥٩	٦٩.١	مستوي متوسط (١٩-٢٥ درجة)	١١٨	٥١.٣	مستوي متوسط (١٥-١٩ درجة)
٣٢	١٣.٩	مستوي مرتفع (٢٦-٣٣ درجة)	٨٥	٣٧	مستوي مرتفع (٢٠-٢٣ درجة)
<b>إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية</b>					
مستوي منخفض (٦٦-٨٠ درجة)			٩٣	٤٠.٤	
مستوي متوسط (٨١-٩٥ درجة)			١٢٤	٥٣.٩	
مستوي مرتفع (٩٦-١٠٨ درجة)			١٣	٥.٧	

يتضح من جدول (٧) أن المستوى المتوسط هو السائد أيضاً بين أفراد العينة في محاور استبيان تبسيط الأعمال المنزلية وكذلك إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية كما في المحور السابق ، حيث كان مستوى أفراد العينة متوسطاً في كل من (حذف الحركات الزائدة ، دمج خطوات العمل ، إعادة الترتيب ، التبسيط في أساليب الأداء ، وإجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ) حيث كانت النسب على الترتيب ( ٧٣.١ % ، ٦٩.١ % ، ٥١.٣ % ، ٥٣.٩ % ) .

ثالثاً: النتائج في ضوء فروض الدراسة: -

١- النتائج في ضوء الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه : "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التشوه المعرفي بمحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و

الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم والإيجابية - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) .

جدول رقم (٨): نتائج معاملات ارتباط بيرسون بين التشوه المعرفي بمحاوره، والإجمالي وبين تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها والإجمالي لدى عينة الدراسة (ن = ٢٣٠)

المتغيرات	حذف الحركات الزائدة	دمج خطوات العمل	إعادة الترتيب	التبسيط في أساليب الأداء	إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية
١- التفكير الثنائي	*٠.١٥٦	٠.٠٧٢	٠.٠٩٧	٠.١٠١	**٠.٣٢٦
٢- الاستنتاج الاعتبائي	**٠.٢٣٤	*٠.١٥٧	**٠.٣٢٦	**٠.١٧٣	**٠.٢٢٩
٣- المبالغة والتقليل	٠.٠٦٠	٠.٠٠٩	**٠.٢٨٢	٠.٠٤١-	*٠.١٣١
٤- المنطق العاطفي	*٠.١٦١	٠.٠١١-	**٠.١٧٥	٠.٠١٩-	**٠.١٨١
٥- نوم الذات والآخرين	**٠.١٨٠	**٠.١٨١	**٠.٤٣١	٠.١٢٦	*٠.١٥٢
٦- التفكير المثالي	**٠.٢٣٣-	٠.٠٥١-	*٠.١٥٧-	٠.٠٨٨-	*٠.١٦١-
٧- المقارنة المجحفة	٠.١٢٧	*٠.١٥٢	**٠.٣٥١	٠.١١٦	**٠.٢٣٣
٨- الإفراط في التعميم	٠.٠٢٥	٠.٠٩٧	**٠.٢٢٩	٠.٠٦٠-	**٠.١٧٥
٩- الأسئلة العميقة	٠.٠٨٧	*٠.١٣١-	**٠.٣١٤	٠.٠٧٨	**٠.٢٣٤
١٠- إجمالي التشوه المعرفي	**٠.١٨٠	**٠.٤٣١	*٠.١٥٧	**٠.٣٢٦	**٠.٢٨٦

\*\* دالة عند ٠.٠١ ، \* دالة عند ٠.٠٥

من جدول (٨) يتضح الآتي:

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين التفكير الثنائي وإجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عن مستوى ٠.٠٥% بين التفكير الثنائي وحذف الحركات الزائدة ، كما انضح عدم وجود علاقة ارتباطية بين التفكير الثنائي و (دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين الاستنتاج الاعتبائي وكل من (حذف الحركات الزائدة - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين الاستنتاج الاعتبائي ودمج خطوات العمل.

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين المبالغة والتقليل وبين إعادة الترتيب ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين

المبالغة والتقليل وبين إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين المبالغة والتقليل وبين ( حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين المنطق العاطفي و ( إعادة الترتيب - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين المنطق العاطفي وحذف الخطوات الزائدة ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين المنطق العاطفي و (دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين لوم الذات والآخرين و (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء) ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين لوم الذات و الآخرين و بين إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين لوم الذات والآخرين و التبسيط في أساليب الأداء.

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين التفكير المثالي وحذف الحركات الزائدة ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين التفكير المثالي و (إعادة الترتيب - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين التفكير المثالي و (دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين المقارنة المجحفة و بين (إعادة الترتيب - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين المقارنة المجحفة و دمج خطوات العمل ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين المقارنة المجحفة و(حذف خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين الإفراط في التعميم وبين (إعادة الترتيب - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين الإفراط في التعميم وبين (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين الأسئلة العميقة وبين (إعادة الترتيب - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين الأسئلة العميقة وإعادة الترتيب، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين الأسئلة العميقة وبين (حذف الحركات الزائدة - التبسيط في أساليب الأداء).

\*\* وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% بين إجمالي التشوه المعرفي وبين (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - التبسيط في أساليب الأداء - إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥% بين إجمالي التشوه المعرفي وإعادة الترتيب.

مما سبق يتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي التشوه المعرفي وبين تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده المختلفة ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية وبين محاور (التفكير الثنائي ، الاستنتاج الاعتباطي ، المبالغة والتقليل ، المنطق العاطفي ، لوم الذات و الآخرين ، التفكير المثالي ، المقارنة المجحفة ، الإفراط في التعميم ، الأسئلة العميقة) .

وبذلك يتحقق الفرض الأول.

## ٢- النتائج في ضوء الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه : "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات والآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة) وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر)".  
وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام حساب الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار ت (T-Test) تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر ) ويوضح ذلك جدولي (٩) ، (١٠).

جدول (٩) يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة في التشوه المعرفي تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر)

المحور	البيان	ريف ن= (١٨٨)		حضر ن= (٤٢)	
		المتوسط الحسابي	قيمة ت	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي
١- التفكير الثنائي		٢٢.٩٨	٠.١٣٨	٢٣.٠٧	غير دال
٢- الاستنتاج الاعتباطي		٢٢.٣٠	٠.٠١١	٢٢.٣١	غير دال
٣- المبالغة والتقليل		٢٢.٣٤	*٠.٢٨٧	٢٢.٥٠	غير دال
٤- المنطق العاطفي		١٢.٢١	٠.٠٧٦	١٢.١٩	غير دال
٥- لوم الذات والآخرين		١٨.٤٤	٠.٦١٧	١٨.١٢	غير دال
٦- التفكير المثالي		١١.٩٩	١.٣٥	١١.٦٢	غير دال
٧- المقارنة المجحفة		١١.٧٧	٠.٠٨٢	١١.٧٤	غير دال
٨- الإفراط في التعميم		٢١.٥١	٠.١٣٣	٢١.٥٧	غير دال
٩- الأسئلة العميقة		١١.٧٣	٠.٦٢٠	١٢.٠٢	غير دال
إجمالي التشوه المعرفي		١٥٥.١٤	٠.٠٥٢	١٥٥.٢٨	غير دال

من جدول (٩) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات أسر عينة الدراسة بالنسبة لمكان السكن (ريف - حضر ) وذلك بالنسبة لمحاور التشوه المعرفي و كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، وهذا

يتفق مع دراسة (ريم سالحة ، ٢٠١٨) والتي أثبتت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في مقياس التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير مكان السكن ، وترى الباحثة أن التشوهات المعرفية لم تفرق بين ساكنات الريف أو الحضر ، ويرجع ذلك إلى تأثير الثقافات المجتمعية والأسرية والتي تصبح جزءاً أصيلاً من حياة الأفراد والمجتمعات وبالتالي يصعب تغييرها.

### جدول (١٠) يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة في تبسيط الأعمال المنزلية

تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر)

المحور	البيان	ريف ن = (١٨٨)		حضر ن = (٤٢)	
		قيمة ت	مستوى الدلالة	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي
حذف الحركات الزائدة	١٨.٤٨	١٨.٩٥	١٠.٤٣	0.298	غير دال
دمج خطوات العمل	٢٣.٧٩	٢٤.٠١	٠.٤٨٧	0.627	غير دال
إعادة الترتيب	٢٢.٠٥	٢١.٤٥	١.٠٦٧	0.287	غير دال
التبسيط في أساليب الأداء	١٨.٢٨	١٨.٦٢	٠.٦٢٨	0.531	غير دال
إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	٨٣.٣٣	٨٢.٣٣	٠.٧٣٩	0.215	غير دال

من جدول (١٠) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات أسر عينة الدراسة بالنسبة لمكان السكن (ريف - حضر) وذلك بالنسبة لأبعاد تبسيط الأعمال المنزلية ، أي أن ساكنات الريف والحضر يتبعن نفس الطرق المتعارف عليها فيما يتعلق بتبسيط الأعمال المنزلية سواء حذف الحركات الزائدة أو دمج خطوات العمل أو إعادة الترتيب أو التبسيط في أساليب الأداء.

وترجع الباحثة ذلك إلى تأثير الإعلام وشبكات التواصل الإجتماعي التي جعلت من السهل الحصول على معارف جديدة خاصة فيما يتعلق بالأعمال المنزلية ، خاصة مع قلة استعانة ربات الأسر بالخدمات وتكسد المسؤوليات المنزلية والأسرية عليها.

وبذلك لا يتحقق الفرض الثاني.

### ٣-النتائج في ضوء الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه : " يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً لعدد أفراد الأسرة " .

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام حساب أوجه التباين باستخدام اختبار تحليل اتجاه التباين في

اتجاه واحد (ANOVA) فى التشوه المعرفي بمحاورة وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لعدد أفراد الأسرة ، والجدول (١١)، (١٢) توضح ذلك:

جدول (١١) تحليل التباين أحادي الاتجاه للتشوه المعرفي تبعاً لعدد أفراد الأسرة (ن=٢٣٠)

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
التفكير الثقاني	بين المجموعات	31.371	2	15.686	1.144	0.320 غير دال
	داخل المجموعات	3112.629	228	13.721		
	الكلية	3144	230			
الاستنتاج الاعتباطي	بين المجموعات	43.321	2	21.660	1.852	0.159 غير دال
	داخل المجموعات	2655.375	228	11.698		
	الكلية	2698.696	230			
المبالغة والتقليل	بين المجموعات	8.331	2	4.166	0.368	0.693 غير دال
	داخل المجموعات	2570.990	228	11.326		
	الكلية	2579.322	230			
المنطق العاطفي	بين المجموعات	1.76	2	0.882	0.295	0.745 غير دال
	داخل المجموعات	678.219	228	2.988		
	الكلية	679.983	230			
لوم الذات والآخرين	بين المجموعات	10.018	2	5.009	0.534	0.589 غير دال
	داخل المجموعات	2130.313	228	9.385		
	الكلية	2140.330	230			
التفكير المثالي	بين المجموعات	0.117	2	0.059	0.022	0.979 غير دال
	داخل المجموعات	615.626	228	2.712		
	الكلية	615.743	230			
المقارنة المجففة	بين المجموعات	13.616	2	6.808	1.208	0.301 غير دال
	داخل المجموعات	1279.706	228	5.637		
	الكلية	1293.322	230			
الإفراط في التعميم	بين المجموعات	3.723	2	1.861	0.219	0.813 غير دال
	داخل المجموعات	1927.708	228	8.492		
	الكلية	1931.430	230			
الأسئلة العميقة	بين المجموعات	7.302	2	3.651	0.486	0.616 غير دال
	داخل المجموعات	1705.259	228	7.512		
	الكلية	1712.561	230			
كلي التشوه المعرفي	بين المجموعات	126.870	2	63.435	0.258	0.773 غير دال
	داخل المجموعات	55816.995	228	245.890		
	الكلية	55943.856	230			

من جدول (١١) يتضح عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربوات الأسر (عينة الدراسة) فى التشوه المعرفي بمحاورة المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً لعدد أفراد الأسرة .

جدول (١٢) تحليل التباين أحادي الاتجاه لتبسيط الأعمال المنزلية تبعاً لعدد أفراد الأسرة (ن=٢٣٠)

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
حذف الحركات الزائدة	بين المجموعات	8.076	2	4.038	0.562	غير دال
	داخل المجموعات	1630.746	228	7.184		
	الكلية	1638.822	230			
دمج خطوات العمل	بين المجموعات	24.308	2	12.154	1.756	غير دال
	داخل المجموعات	1571.413	228	6.922		
	الكلية	1593.722	230			
إعادة الترتيب	بين المجموعات	18.667	2	9.334	0.857	غير دال
	داخل المجموعات	2473.598	228	10.897		
	الكلية	2492.265	230			
التبسيط في أساليب الأداء	بين المجموعات	12.192	2	6.096	0.778	غير دال
	داخل المجموعات	1777.651	228	7.831		
	الكلية	1789.843	230			
إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	بين المجموعات	147.227	2	73.614	1.182	غير دال
	داخل المجموعات	14135.747	228	62.276		
	الكلية	14282.974	230			

من جدول (١٢) يتضح عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محور تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده المختلفة ، كذلك إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، و ذلك تبعاً لعدد أفراد الأسرة ، وهذا يتفق مع دراسة (منار خضر، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣) والتي أثبتت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى وعي ربات الأسرة بأسس تبسيط الأعمال تبعاً لمتغير حجم الأسر ، ولكن تختلف مع نتائج دراسة كل من (كامل عمر و آخرون ، ٢٠١٥) ، (أسماء حسن ، ٢٠٠٩) والذين أثبتوا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لمتغير تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً لمتغير حجم الأسرة وكان ذلك لصالح حجم الأسرة الأقل. وبذلك لا يتحقق الفرض الإحصائي الثالث.

#### ٤-النتائج في ضوء الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه : " يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاورة (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة.

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام حساب أوجه التباين باستخدام اختبار تحليل اتجاه التباين في اتجاه واحد (ANOVA) في التشوه المعرفي بأبعاده وتبسيط الأعمال المنزلية بمحاورها تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة ، وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات والجداول (١٣)، (١٤) ، (١٥) ، (١٦) توضح ذلك:

جدول (١٣) تحليل التباين أحادي الاتجاه للتشوه المعرفي تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة (ن=٢٣٠)

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
التفكير الثنائي	بين المجموعات	54.435	2	27.218	2	غير دال 0.138
	داخل المجموعات	3089.565	228	13.610		
	الكلية	3144.060	230			
الاستنتاج الاعباطي	بين المجموعات	18.156	2	9.078	0.769	غير دال 0.465
	داخل المجموعات	2680.540	228	11.809		
	الكلية	2698.696	230			
المبالغة والتقليل	بين المجموعات	9.730	2	4.865	0.430	غير دال 0.651
	داخل المجموعات	2569.592	228	11.320		
	الكلية	2579.322	230			
المنطق العاطفي	بين المجموعات	7.543	2	3.771	1.273	غير دال 0.282
	داخل المجموعات	672.440	228	2.962		
	الكلية	679.983	230			
لوم الذات والآخرين	بين المجموعات	9.153	2	4.576	0.487	غير دال 0.615
	داخل المجموعات	2131.178	228	9.388		
	الكلية	2140.330	230			
التفكير المثالي	بين المجموعات	17.013	2	8.507	3.225	دال *0.04
	داخل المجموعات	598.730	228	2.638		
	الكلية	615.743	230			
المقارنة المجحفة	بين المجموعات	14.210	2	7.105	1.261	غير دال 0.285
	داخل المجموعات	1279.112	228	5.635		
	الكلية	1293.322	230			
الإفراط في التعميم	بين المجموعات	7.395	2	2.698	0.436	غير دال 0.647
	داخل المجموعات	1924.035	228	8.476		
	الكلية	1931.430	230			
الأسئلة العميقة	بين المجموعات	23.431	2	11.715	1.574	غير دال 0.209
	داخل المجموعات	1689.130	228	7.441		
	الكلية	1712.561	230			
كلي التشوه المعرفي	بين المجموعات	768.120	2	384.060	1.580	غير دال 0.208
	داخل المجموعات	55175.745	228	243.065		
	الكلية	55943.865	230			

جدول (١٤) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لاستبيان التشوه المعرفي

تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة

البيان	التفكير المثالي
منخفض (يقراً ويكتب / ابتدائية / إحصائية)	11.1
متوسط (ثانوية أو ما يعادلها / فوق المتوسط)	11.95
مرتفع (بكالوريوس / ماجستير / دكتوراه)	12.1

من جداول (١٣) ، (١٤) يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محور (التفكير المثالي) وذلك تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة عند مستوى حيث كانت قيمة ف (٣.٢٢٥) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٥% ، وبإجراء اختبار Tukey اتضح أن الفروق لصالح أرباب الأسر من أصحاب المستويات التعليمية المرتفعة ، وهذا يتفق مع دراسة (منار خضر ، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣) حيث أثبتنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥% بالنسبة لتبسيط الأعمال تبعاً للمستوى التعليمي للزوج لصالح المستوى التعليمي الأعلى ، وتُرجع الباحثتان ذلك إلى العلاقة بين ثقافة وتعليم الزوج وبين تطبيق ربة الأسرة لأسس تطبيق العمل المنزلي ، ولكن تختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (ريم صالحة ، ٢٠١٨) والتي أوضحت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الأفراد حول التشوهات المعرفية في جميع محاوره (التفكير الثنائي / التعميم الزائد / أخطاء التقييم / التفكير المثالي / الإستدلال الخاطئ / لوم الذات) وذلك تبعاً لمتغير المستوى التعليمي ، وترى الباحثة أن هذا أمر طبيعي نتيجة أن ارتفاع المستويات التعليمية تساعد الفرد في التطلع دائماً للمثالية في التفكير .

جدول (١٥) تحليل التباين أحادي الاتجاه لتبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة

(ن=٢٣٠)

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
حذف الحركات الزائدة	بين المجموعات	18.072	2	9.039	1.266	0.284 غير دال
	داخل المجموعات	1620.750	228	7.140		
	الكلي	1638.822	230			
دمج خطوات العمل	بين المجموعات	25.278	2	12.639	1.827	0.163 غير دال
	داخل المجموعات	1570.444	228	6.918		
	الكلي	1595.722	230			
إعادة الترتيب	بين المجموعات	18.378	2	9.189	0.843	0.432 غير دال
	داخل المجموعات	2473.887	228	10.898		
	الكلي	2493.265	230			
التبسيط في أساليب الأداء	بين المجموعات	58.416	2	29.208	3.829	0.123 دال
	داخل المجموعات	1731.423	228	7.627		
	الكلي	1789.843	230			
إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	بين المجموعات	399.289	2	199.644	3.264	0.04* دال
	داخل المجموعات	13883.685	228	61.162		
	الكلي	14282.974	230			

جدول (١٦) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لاستبيان تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة

إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	البيان
79.81	منخفض (بقرأ ويكتب / ابتدائية / إعدادية)
82.44	متوسط (ثانوية أو ما يعادلها / فوق المتوسط)
84.13	مرتفع (بكالوريوس / ماجستير / دكتوراه)

من جداول (١٥) ، (١٦) يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في (إعادة الترتيب و إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية) بالنسبة للمستوى التعليمي لرب الأسرة ، وبإجراء اختبار Tukey اتضح أن التباين لصالح أرباب الأسر من ذوي المستوى التعليمي المرتفع ، وهذا يتفق مع دراسة (منار خضر ، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣) والتي أثبتت وجود فروق دالة إحصائياً بين مستوى الوعي بتبسيط الأعمال تبعاً لمستوى تعليم الزوجة ، و تُرجع الباحثتان ذلك إلى أن ربات الأسر يجذبهن تجميل وترتيب المنزل وإن اختلفت مستوياتهن التعليمية ، و تُرجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن رب الأسرة ذو المستوى التعليمي العالي يكون من ذوي الأفق المرتفع الذي يتطلع دائماً للأحسن فيما يخص جميع أفراد الأسرة فيقوم بتشجيع ربة الأسرة على التحسين من أساليبها المتبعة في أداء الأعمال المنزلية .

وبذلك يتحقق الفرض الرابع جزئياً

#### ٥- النتائج في ضوء الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه : " يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة" وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام حساب أوجه التباين باستخدام اختبار تحليل اتجاه التباين في اتجاه واحد (ANOVA) في التشوه المعرفي بأبعاده وتبسيط الأعمال المنزلية بمحاورها تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة ، وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات والجدول (١٧) ، (١٨) ، (١٩) توضح ذلك:

جدول (١٧) تحليل التباين أحادي الاتجاه للتشوه المعرفي تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة (ن=٢٣٠)

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
التفكير الثنائي	بين المجموعات	50.460	2	25.236	1.851	0.159 غير دال
	داخل المجموعات	3093.540	228	13.628		
	الكلية	3144	230			
الاستنتاج الاعتباطي	بين المجموعات	45.235	2	22.618	1.935	0.147 غير دال
	داخل المجموعات	2653.460	228	11.689		
	الكلية	2698.696	230			
المبالغة والتقليل	بين المجموعات	13.317	2	6.659	0.589	0.556 غير دال
	داخل المجموعات	2560.004	228	11.304		
	الكلية	2579.322	230			
المنطق العاطفي	بين المجموعات	6.767	2	3.383	1.141	0.321 غير دال
	داخل المجموعات	673.216	228	2.966		
	الكلية	679.983	230			
لوم الذات والآخرين	بين المجموعات	8.219	2	4.11	0.438	0.646 غير دال
	داخل المجموعات	2132.111	228	9.393		
	الكلية	2140.33	230			
التفكير المثالي	بين المجموعات	5.742	2	2.871	1.068	0.345 غير دال
	داخل المجموعات	610.001	228	2.687		
	الكلية	615.743	230			
المقارنة المحجفة	بين المجموعات	5.799	2	2.889	0.511	0.600 غير دال
	داخل المجموعات	1287.523	228	5.672		
	الكلية	1293.322	230			
الإفراط في التعميم	بين المجموعات	5.820	2	2.910	0.343	0.710 غير دال
	داخل المجموعات	1925.611	228	8.483		
	الكلية	1931.430	230			
الأسئلة العميقة	بين المجموعات	16.856	2	8.428	1.128	0.325 غير دال
	داخل المجموعات	1695.705	228	7.470		
	الكلية	1712.561	230			
كلية التشوه المعرفي	بين المجموعات	643.002	2	321.501	1.320	0.269 غير دال
	داخل المجموعات	55300.863	228	243.616		
	الكلية	55943.865	230			

من جدول (١٧) يتضح عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربوات الأسر (عينة الدراسة) في التشوه المعرفي بمحاورة المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة .

جدول (١٨) تحليل التباين أحادي الاتجاه لتبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة (ن=٢٣٠)

مستوى الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	البعد
0.045 دال	0.798	5.719 7.169	2	11.438	بين المجموعات	حذف الحركات الزائدة
			228	1627.384	داخل المجموعات	
			230	1638.822	الكلي	
0.015 دال	1.901	13.141 6.914	2	26.283	بين المجموعات	دمج خطوات العمل
			228	1569.439	داخل المجموعات	
			230	1595.722	الكلي	
0.037 دال	2.642	20.355 7.705	2	9.289	بين المجموعات	إعادة الترتيب
			228	2482.976	داخل المجموعات	
			230	2492.265	الكلي	
0.036 دال	1.003	12.947 12.905	2	25.894	بين المجموعات	التبسيط في أساليب الأداء
			228	2929.328	داخل المجموعات	
			230	2955.222	الكلي	
0.001 دال	2.590	159.317 61.517	2	318.634	بين المجموعات	إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية
			228	13964.340	داخل المجموعات	
			230	14282.974	الكلي	

جدول (١٩) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لاستبيان تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة

إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	التبسيط في أساليب الأداء	إعادة الترتيب	دمج خطوات العمل	حذف الحركات الزائدة	البيان
80.89	17.58	21.58	23.34	18.39	منخفض (يقرأ ويكتب / ابتدائية / إعدادية)
82.9	18.28	21.14	23.87	18.87	متوسط (ثانوية أو ما يعادلها / فوق المتوسط)
84.26	18.78	21.88	24.30	19.04	مرتفع (بكالوريوس / ماجستير / دكتوراه)

من جداول (١٨) ، (١٩) يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محاور تبسيط الأعمال المنزلية ، و إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة ، حيث كانت قيمة ف على التوالي (0.798 / 1.901 / 2.642 / 1.003) لأبعاد (حذف الحركات الزائدة / دمج خطوات العمل / إعادة الترتيب / التبسيط في أساليب الأداء) وهي قيم دالة عند مستوى ٠.٠٠٥ % ، كما كانت قيمة ف (2.590) لإجمالي تبسيط الأعمال المنزلية وهي قيمة دالة عند ٠.٠٠١ % ، وبإجراء اختبار Tukey اتضح أن التباين لصالح ربات الأسر من ذوي المستوى التعليمي المرتفع في

جميع محاور الإستبيان. وهذا يتفق مع دراسة (ريم صالحة ، ٢٠١٨) والتي أوضحت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الأفراد حول التشوهات المعرفية وذلك تبعاً لمتغير المستوى التعليمي ، ولكن تختلف هذه الدراسة مع دراسة (كامل عارف وآخرون ، ٢٠١٥) حيث أثبت الباحثون وجود فروق في القيام بالأعمال المنزلية وفقاً لمتغير تعليم الزوجة ولكن لصالح المستوى التعليمي المنخفض وهذا يختلف مع الدراسة الحالية ، وترجع الباحثة ذلك لأن ربة الأسرة المتعلمة تحرص على تعلم كل ما هو جديد فيما يتعلق بالأعمال المنزلية ، كما أنها تعمل على تغيير ما لديها من عادات سيئة واكتساب عادات صحية جديدة تعاونها على التقدم وتقليل الوقت والجهد المبذولين في أداء الأعمال المنزلية المختلفة.

وبذلك يتحقق الفرض الخامس جزئياً.

٦- النتائج في ضوء الفرض السادس:

ينص الفرض السابع على أنه : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ربات الأسر (العاملات - غير العاملات) في كلٍ من التشوه المعرفي بمحاوره ( التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتبائي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً لطبيعة عمل ربة الأسرة."

وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام حساب الفروق بين المتوسطات باستخدام اختبار ت (T-Test) تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر ) ويوضح ذلك جدولي (٢٠) ، (٢١).

جدول (٢٠) يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة في التشوه المعرفي تبعاً للحالة الوظيفية لربة الأسرة

البيان	المحور	لا تعمل ن = (١٤٢)		تعمل ن = (٨٨)	
		المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي
التفكير الثنائي		22.89	23.17	0.144	0.705
الاستنتاج الاعتبائي		22.31	22.3	0.649	0.421
المبالغة والتقليل		22.66	22.18	0.042	0.837
المنطق العاطفي		12.13	12.26	2.783	0.097
لوم الذات والآخرين		18.58	18.26	0.302	0.583
التفكير المثالي		12.15	11.79	0.921	0.338
المقارنة المجحفة		11.89	11.69	2.154	0.144
الإفراط في التعميم		21.76	21.37	0.228	0.633
الأسئلة العميقة		12.26	11.49	0.125	0.724
إجمالي التشوه المعرفي		154.15	157.05	1.369	0.103

من جدول (٢٠) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات أسر عينة الدراسة بالنسبة لطبيعية عمل ربة الأسرة (تعمل - لا تعمل) وذلك بالنسبة لمحاور التشوه المعرفي (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتبائي - المبالغة والتقليل - المنطقي العاطفي - لوم الذات والآخرين - التفكير المثالي - المقارنة المحجفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) ، وترى الباحثة أن ذلك نتيجة اكتساب ربة الأسرة العاملة لخبرات ومهارات و معارف تيجة اختلاطها بأفراد من ثقافات مختلفة و الاحتكاك المباشر بتلك الثقافات مما أكسبها خبرات وتجارب جديدة ساعدتها في تغيير بعض الأفكار السلبية لديها.

### جدول (٢١) يوضح دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة في تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للحالة الوظيفية لربة الأسرة

الدلالة لصالح المحور	مستوى الدلالة	قيمة ت	البيان	
			تعمل ن = (٨٨)	لا تعمل ن = (١٤٢)
			المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي
حذف الحركات الزائدة	0.954	0.003	19.01	18.63
دمج خطوات العمل	0.067	3.381	23.86	24.14
إعادة الترتيب	0.261	1.271	21.87	22.06
التبسيط في أساليب الأداء	0.134	2.256	18.26	18.56
إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	<b>0.271</b>	<b>0.343</b>	<b>83.01</b>	<b>83.38</b>

من جدول (٢١) يتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات فيما يتعلق بمحور تبسيط الأعمال المنزلية وكذلك إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، وهذا يتفق مع دراسة كامل عمر (٢٠٠٨) والتي أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وقت المساعدات الأسبوعية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات ، ويُرجع ذلك إلى نمط الأعمال الأسبوعية المجهدة كالتنظيف الكلي للمنزل وتنظيف السجاجيد و تنظيف الشرفات والشبابيك ،،،، الخ.، ولكن تختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة كل من (كامل عارف وآخرون ، ٢٠١٥) و دراسة (نجوى عادل ، ٢٠٠٧) والذين أثبتوا وجود فروق دالة إحصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات في متغير تبسيط الأعمال المنزلية لصالح ربات الأسر الغير عاملات وأرجع (كامل عارف وآخرون ، ٢٠١٥) ذلك إلى أنه نتيجة عدم انشغال ربة الأسرة بعمل خارج المنزل أدى إلى زيادة انشغالها واهتمامها بالأعمال المنزلية وزيادة معززاتها في هذا الجانب.

### وبذلك يتحقق الفرض السادس جزئياً

#### ٧-النتائج في ضوء الفرض السابع:

ينص الفرض الثامن على أنه : " يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي ومحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتبائي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و

الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) تبعاً للدخل المالي للأسرة".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام حساب أوجه التباين باستخدام اختبار تحليل اتجاه التباين في اتجاه واحد (ANOVA) في التشوه المعرفي بأبعاده وتبسيط الأعمال المنزلية بمحاورها تبعاً للدخل المالي للأسرة ، وتم تطبيق اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات والجداول (٢٢) ، (٢٣) ، (٢٤) توضح ذلك:

جدول (٢٢) تحليل التباين أحادي الاتجاه للتشوه المعرفي تبعاً للدخل المالي للأسرة (ن=٢٣٠)

البعء	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
التفكير الثنائي	بين المجموعات	0.089	2	0.45	0.003	0.997 غير دال
	داخل المجموعات	3143.911	228	13.850		
	الكلية	3144	230			
الاستنتاج الاعباطي	بين المجموعات	3.870	2	1.935	0.163	0.850 غير دال
	داخل المجموعات	2694.825	228	11.871		
	الكلية	2698.696	230			
المبالغة والتقليل	بين المجموعات	21.004	2	10.502	0.932	0.395 غير دال
	داخل المجموعات	2558.317	228	11.270		
	الكلية	2579.322	230			
المنطق العاطفي	بين المجموعات	3.877	2	1.939	6.51	0.523 غير دال
	داخل المجموعات	676.106	228	2.978		
	الكلية	679.983	230			
لوم الذات والآخرين	بين المجموعات	11.297	2	5.648	0.602	0.54 غير دال
	داخل المجموعات	2129.034	228	9.379		
	الكلية	2140.33	230			
التفكير المثالي	بين المجموعات	2.864	2	10.269	0.530	0.589 غير دال
	داخل المجموعات	612.880	228	5.607		
	الكلية	615.743	230			
المقارنة المجحفة	بين المجموعات	20.537	2	10.269	1.831	0.163 غير دال
	داخل المجموعات	1272.784	228	5.607		
	الكلية	1293.322	230			
الإفراط في التعميم	بين المجموعات	19.502	2	9.751	1.158	0.316 غير دال
	داخل المجموعات	1911.929	228	8.423		
	الكلية	1931.430	230			
الأسئلة العميقة	بين المجموعات	22.337	2	11.168	1.5	0.226 غير دال
	داخل المجموعات	1690.224	228	7.446		
	الكلية	1712.561	230			
كلي التشوه المعرفي	بين المجموعات	389.944	2	194.972	0.797	0.452 غير دال
	داخل المجموعات	55553.921	228	244.73		
	الكلية	55943.865	230			

من جدول (٢٢) يتضح عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في التشوه المعرفي بمحاوره المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (ريم صالحة ، ٢٠١٨) والتي أثبتت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات الأسر في متغير التشوهات المعرفية تبعاً لمتغير المستوى الإقتصادي

جدول (٢٣) تحليل التباين أحادي الاتجاه لتبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للدخل المالي للأسرة

(ن=٢٣٠)

البعده	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوي الدلالة
حذف الحركات الزائدة	بين المجموعات	14.402	2	7.201	1.006	0.367
	داخل المجموعات	1624.420	228	7.156		
	الكلية	1638.822	230			
دمج خطوات العمل	بين المجموعات	58.527	2	29.264	4.321	0.014*
	داخل المجموعات	1537.194	228	6.772		
	الكلية	1595.722	230			
إعادة الترتيب	بين المجموعات	2.7	2	1.35	0.123	0.884
	داخل المجموعات	2489.565	228	10.967		
	الكلية	2492.265	230			
التبسيط في أساليب الأداء	بين المجموعات	49.106	2	24.553	3.202	0.043*
	داخل المجموعات	1740.737	228	7.668		
	الكلية	1789.843	230			
إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية	بين المجموعات	163.532	2	81.761	1.314	0.271
	داخل المجموعات	14119.451	228	62.200		
	الكلية	14282.974	230			

جدول (٢٤) اختبار Tukey لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات لاستبيان تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للدخل المالي للأسرة

البيان	دمج خطوات العمل	التبسيط في أساليب الأداء
مستوى دخل منخفض (أقل من ٤٠٠٠ جنيه)	23.48	17.97
مستوى دخل متوسط (من ٤٠٠٠ حتى ٦٠٠٠ جنيه)	24.04	18.57
مستوى دخل مرتفع (أكثر من ٦٠٠٠ جنيه)	25.10	19.34

من جداول (٢٣) ، (٢٤) يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في أبعاد (دمج خطوات العمل / التبسيط في أساليب الأداء) ، حيث كانت قيمة ف على التوالي (٤.٣٢١ / ٣.٢٠٢) وهي قيم دالة عند مستوى ٠.٠٥% ، و ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، و بإجراء اختبار Tukey اتضح أن الفروق كانت لصالح ربات الأسر اللاتي ينتمين لمستويات الدخل المرتفعة، هذا يتفق

مع دراسة منار خضر (٢٠١٣) والتي أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند تطبيق ربة الأسرة لأسس تبسيط العمل المنزلي تبعاً لدخل الأسرة ، كما يتفق مع دراسة (منار خضر ، رانية عبدالرحمن ، ٢٠١٣) والتي أثبتت وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١% لدى ربوات الأسر تبعاً لمتغير الدخل لصالح فئات الدخل المرتفع وتُعزى الباحثان ذلك لأن دخل الأسرة يؤثر على اهتمام ربة الأسرة لأنه يوفر لها النفقات التي تستطيع أن تشتري بها التقنيات اللازمة لها داخل المنزل ، ولكن تختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (كامل عارف و أخرون ، ٢٠١٥) حيث أثبت وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لاختلاف الدخل الشهري ولكن لصالح الأسر ذوي الدخل المنخفض و فسر الباحثون ذلك بأنه كلما انخفض الدخل كانت ربة الأسرة أكثر حرصاً على الحصول على المعلومات اللازمة لاصلاح وترتيب مسكنها ، و تُعزى الباحثة نتيجة البحث الحالي لأن ذلك يؤدي إلى أن زيادة مستوى الدخل تتيح لربة الأسرة الحصول على أدوات وأجهزة حديثة تساعدها في أداء اعمالها المنزلية بصورة أكثر سهولة كذلك دمج خطوات العمل ، على سبيل المثال ربة الأسرة التي تمتلك غسالة أتوماتيك تستطيع أن تقوم بالطهي أو تنظيف المنزل أثناء قيام الغسالة بعملها ، على عكس ربة الأسرة التي تمتلك غسالة عادية فإنها تنفق وقت الغسل كله في متابعة الغسل أو القيام بالشطف او العصر أثناء الغسيل ، وبذلك أتاح مستوى الدخل المرتفع حصول ربة الأسرة على جهاز حديث ساعدها على التبسيط في أسلوب الأداء، والقيام بدمج خطوات العمل.

وبذلك لا يتحقق الفرض السابع .

### ملخص النتائج:

- ١- توجد علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي التشوه المعرفي وبين تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده المختلفة ، كذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية وبين محاور (التفكير الثنائي ، الاستنتاج الاعتباطي ، المبالغة والتقليل ، المنطق العاطفي ، لوم الذات و الآخرين ، التفكير المثالي ، المقارنة المجحفة ، الإفراط في التعميم ، الأسئلة العميقة) وبذلك لا يتحقق الفرض الأول.
- ٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربوات أسر عينة الدراسة بالنسبة لمكان السكن (ريف - حضر ) وذلك بالنسبة لمحاور التشوه المعرفي و كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربوات أسر عينة الدراسة بالنسبة لمكان السكن (ريف - حضر) وذلك بالنسبة لأبعاد تبسيط الأعمال المنزلية ، وبذلك يتحقق الفرض الثاني.
- ٣- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربوات الأسر (عينة الدراسة) فى التشوه المعرفي بمحاوره المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي كما لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربوات الأسر

- (عينة الدراسة) في محور تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده المختلفة ، كذلك إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، و ذلك تبعاً لعدد أفراد الأسرة ، وبذلك يتحقق الفرض الثالث.
- ٤- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محور (التفكير المثالي) وذلك تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة لصالح أرباب الأسر من أصحاب المستويات التعليمية المرتفعة ، كذلك لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية بالنسبة للمستوى التعليمي لرب الأسرة لصالح أرباب الأسر من ذوي المستوى التعليمي المرتفع ، وبذلك يتحقق الفرض الرابع جزئياً.
- ٥- لا يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في التشوه المعرفي بمحاوره المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة ، ولكن يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محاور تبسيط الأعمال المنزلية ، و إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة لصالح ربات الأسر من ذوي المستوى التعليمي المرتفع ، وبذلك يتحقق الفرض الخامس جزئياً.
- ٦- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات أسر عينة الدراسة بالنسبة لطبيعة عمل ربة الأسرة (تعمل - لا تعمل) وذلك بالنسبة لمحاور التشوه المعرفي (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعتيادي - المبالغة والتقليل - المنطقي العاطفي - لوم الذات والآخرين - التفكير المثالي - المقارنة المجحفة - الإفراط في التعميم - الأسئلة العميقة ) و لكن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات أسر عينة الدراسة بالنسبة لطبيعة عمل ربة الأسرة بالنسبة لإجمالي التشوه المعرفي ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين ربات الأسر العاملات وغير العاملات فيما يتعلق بمحور تبسيط الأعمال المنزلية وكذلك إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية ، وبذلك يتحقق الفرض السادس جزئياً.
- ٧- عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في التشوه المعرفي بمحاوره المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، كما يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في أبعاد (دمج خطوات العمل / التبسيط في أساليب الأداء ) ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، و بإجراء اختبار Tukey اتضح أن الفروق كانت لصالح ربات الأسر اللاتي ينتمين لمستويات الدخل المرتفعة ، وبذلك لا يتحقق الفرض السابع.

**توصيات الدراسة:****أولاً: توصيات للوزارت و المؤسسات المعنية:**

- ١- يجب إدراج نتائج البحوث المتعلقة بتبسيط الأعمال المنزلية ضمن برامج ومخططات وزارة التربية والتعليم في مادة الاقتصاد المنزلي والإهتمام أكثر بتلك المادة.
- ٢- على الإذاعة و التلفزيون الاهتمام بنتائج الأبحاث المتعلقة بتبسيط الأعمال المنزلية وتدريب ربات الأسر على الطرق الحديثة في هذا الموضوع، كذلك العمل على تصحيح التشوهات المعرفية المتوارثة والمستلة من العادات و التقاليد القديمة واستبدالها بعادات مبنية على أسس علمية تساهم في رفع كفاءة ربات الأسر في أداء الأعمال المنزلية.
- ٣- نشر الوعي بين ربات الأسر العاملات بمبادئ تبسيط الأعمال المنزلية من خلال المؤسسات اللاتي يعملن بها فذلك له عظيم الأثر على صحتها وبالتالي على الأسرة والمجتمع.

**ثانياً: توصيات لربات الأسر:**

- ١- على ربات الأسر الإهتمام بتنمية مهارتهن وقدراتهن و الإطلاع على كل جديد في مجالات العمل المنزلي.
- ٢- على ربة الأسرة التحلي بأفق متنوع يساعد في تعلم كل ما هو جديد في أسس وأساليب تبسيط الأعمال المنزلية .

## المراجع

أولاً: كتب ودراسات عربية:

- ١- ابتسام السلطان (٢٠٠٩) : التطور الخلفي للمراهقين ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، الأردن.
- ٢- أحمد هارون محمد أحمد (٢٠١٤): فاعلية برنامج معرفي - سلوكي لتعديل التشوهات المعرفية المرتبطة بالوسواس القهري ، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة هين شمس.
- ٣- إسلام أسامة محمود العصار (٢٠١٥): التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحياة لدى المراهقين في قطاع غزة (دراسة مقارنة) - كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة.
- ٤- أسماء صفوت جمال حسن (٢٠٠٩): اتجاهات المرأة نحو صيانة وإصلاح المرافق والأجهزة المنزلية وعلاقتها بالتخطيط الاستراتيجي للدخل المالي للأسرة ، رسالة ماجستير ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة حلوان.
- ٥- ريما الهويش (٢٠١٠): الأحكام الثقافية عن الذات والعدوان والعائنية لدى عينة من السيدات المعنفات (نزيلات دار الحماية) وغير المعنفات بمحافظة جدة ، رسالة ماجستير ، جامعة أم القرى ، السعودية.
- ٦- ريم حسن ديب صالحة (٢٠١٨): التشوهات المعرفية وعلاقتها بسمات الشخصية المرضية لدى النزلاء الجنائين بمراكز التأهيل والإصلاح في محافظات جدة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأقصى .
- ٧- زينب محمد حقي ، نادية حسن أبو سكينه (١٩٩٨): علاقة إدارة موارد الأسرة بصعوبات التوافق النفسي الاجتماعي لدى المرأة العاملة ، مجلد بحوث الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية ، مجلد ٨ ، العدد (٣).
- ٨- سماح رسلان (٢٠١١): التشوهات المعرفية وعلاقتها ببعض أنماط التفكير لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير ، جامعة المنصورة ، مصر.
- ٩- سماء سمير ابراهيم (٢٠٠٥) : الملاءمة الوظيفية للمسكن وعلاقتها بالسلوك العدواني لشباب الجامعة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم إدارة المنزل والمؤسسات ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة المنوفية.
- ١٠- صباح السقا (٢٠٠٨): العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب ، مستشفى البشر للأمراض النفسية والعصبية ، بيروت.
- ١١- كامل عمر عارف (٢٠٠٨) : علاقة كل من اتخاذ القرارات ونفقة الوقت في إدارة أعمال المنزل بالتوافق النفسي للمرأة العاملة وانعكاسه على الطفل المصري ، مجلة دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ، كلية الدراسات العليا للطفولة ، مجلد ١١ ، عدد (٣٨).

- ١٢- كامل عمر عارف ، لمياء محمد الامباي ، رانيا محمد عبدالمنعم (٢٠١٥): فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الزوجة في أداء بعض أعمال الصيانة المنزلية ، مجلة علوم وفنون ، جامعة حلوان ، مجلد ٢٧ ، عدد (٢).
- ١٣- محمد ابن القيم (١٣٩٣هـ)، (١٩٧٣م) : الفوائد ، الكتب العلمية ، بيروت .
- ١٤- منار خضر محمد خضر (٢٠٠٣) : فاعلية برنامج بالكمبيوتر لتنمية الاتجاهات نحو تبسيط الأعمال المنزلية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاقتصاد المنزلي ، جامعة حلوان.
- ١٥- منار خضر محمد خضر ، رانية على أحمد عبدالرحمن (٢٠١٣) : الوعي بمتطلبات التصميم الداخلي للمطبخ وعلاقته بتطبيق أسس تبسيط العمل المنزلي ، مجلة علوم وفنون ، جامعة حلون ، مجلد ٢٥ ، عدد (٢٥).
- ١٦- ناصر عبدالله ناصر المعيلي (٢٠٠٩): طرق وأساليب وأصول البحث العلمي ، مجلة عالم الاقتصاد ، المملكة العربية السعودية.
- ١٧- نجوى عادل حسن (٢٠٠٧): تأثير كل من مهارة ربة الأسرة في أداء أعمال الصيانة وإصلاح المرافق المنزلية والدافع للإنجاز على حالة المسكن ، المؤتمر العربي الحادي عشر للإقتصاد المنزلي ، الاقتصاد المنزلي والتطور التكنولوجي ، ٦-١٧ أغسطس ، ٢٠٠٧.
- ١٨- نعمة مصطفى رقبان (٢٠٠٨): تأثير المسكن وتجميله ، دار الحسين للطباعة والنشر ، شبين الكوم ، مصر.
- ١٩- وفاء فؤاد شلبي ، منار خضر محمد خضر (٢٠٠٨): إدارة وتنمية الموارد البشرية ، دار الكتب ، مصر.

#### ثانياً: كتب ودراسات أجنبية:

- 20- **G. Corey (2000):** Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Thomson- Brooks/ Cole. Australia.
- 21- **Hiromi Taniguchi (2011):** The determinants of formal and informal volunteering. Evidence from the American Time use survey international society of third sector research. John's Hopkins University.
- 22- **Kate Clemmer (2009) :** Cognitive Distortions: Define. Discover & Disprove. (14- 7- 2009) The Center for Eating Disorders Blog.
- 23- **Mahiou Ahmed (2001):** Jean Robert Henry. KARTHALA IREMAM. Homeless.

## ملخص البحث

## التشوه المعرفي وعلاقته بتبسيط الأعمال المنزلية لدى عينة من ربات الأسر

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التشوه المعرفي بمحاوره (التفكير الثنائي - الاستنتاج الاعباطي - المبالغة والتقليل - المنطق العاطفي - لوم الذات و الآخرين - التفكير المثالي - المقارنات المجحفة - الإفراط في التعميم والإيجابية - الأسئلة العميقة ) و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها (حذف الحركات الزائدة - دمج خطوات العمل - إعادة الترتيب - التبسيط في أساليب الأداء) لدي ربات الأسر ، كما يهدف إلى الكشف عن الفروق بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لمكان السكن (ريف - حضر) ، كذلك يهدف إلى معرفة طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر في كل من التشوه المعرفي بمحاوره وتبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لعدد أفراد الأسرة ، و المستوى التعليمي لكل من رب وربة الأسرة ، كما تهدف إلى تحديد طبيعة الاختلاف تبعاً لوظيفة رب الأسرة، وتحديد ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ربات الأسر ( العاملات - غير العاملات) في كلٍ من التشوه المعرفي بمحاوره و تبسيط الأعمال المنزلية بأبعادها تبعاً لطبيعة عمل ربة الأسرة ، و أيضاً الكشف عن طبيعة الاختلاف بين ربات الأسر تبعاً للدخل المالي للأسرة.

وقد اشتملت عينة الدراسة على ٢٣٠ ربة أسرة في كل من الحضر والريف من فئات عمرية مختلفة و تنوعت العينة ما بين سيدات عاملات وغير عاملات بمحافظات الجمهورية المختلفة، و تم التطبيق على العينة في الفترة الزمنية من يناير ٢٠١٧ حتى أبريل ٢٠١٧ .

وقد تكونت أدوات الدراسة من استمارة البيانات العامة ، استبيان التشوه المعرفي ( إعداد الباحثة) ، استبيان تبسيط الأعمال المنزلية (إعداد الباحثة).

وقد كان من أهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي التشوه المعرفي وبين تبسيط الأعمال المنزلية بأبعاده المختلفة ، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة بين إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية وبين محاور (التفكير الثنائي ، الاستنتاج الاعباطي ، المبالغة والتقليل ، المنطق العاطفي ، لوم الذات و الآخرين ، التفكير المثالي ، المقارنة المجحفة ، الإفراط في التعميم ، الأسئلة العميقة) ، كذلك وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في محور (التفكير المثالي) و ذلك تبعاً للمستوى التعليمي لرب الأسرة عند مستوى حيث كانت قيمة ف (٣.٢٢٥) وهي قيمة دالة عند مستوى ٠.٠٥% ، و بإجراء اختبار Tukey اتضح أن الفروق لصالح أرباب الأسر من أصحاب المستويات التعليمية المرتفعة ، كذلك وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في إجمالي تبسيط الأعمال المنزلية بالنسبة للمستوى التعليمي لرب الأسرة لصالح الأزواج من ذوي المستوى

التعليمي المرتفع ، عدم وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في التشوه المعرفي بمحاورة المختلفة ، كذلك إجمالي التشوه المعرفي ، و ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، كما يتضح وجود تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر (عينة الدراسة) في أبعاد (دمج خطوات العمل / التبسيط في أساليب الأداء) ، حيث كانت قيمة ف على التوالي (٤.٣٢١ / ٣.٢٠٢) وهي قيم دالة عند مستوى ٠.٠٥% ، و ذلك تبعاً للدخل المالي للأسرة ، و بإجراء اختبار Tukey اتضح أن الفروق كانت لصالح ربات الأسر اللاتي ينتمين لمستويات الدخل المرتفعة، هذا يتفق مع دراسة منار خضر (٢٠١٣) والتي أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند تطبيق ربة الأسرة لأسس تبسيط العمل المنزلي تبعاً لدخل الأسرة

وكان من أهم توصيات الدراسة أنه يجب إدراج نتائج البحوث المتعلقة بتبسيط الأعمال المنزلية ضمن برامج ومخططات وزارة التربية والتعليم في مادة الاقتصاد المنزلي والإهتمام أكثر بتلك المادة ، كما على الإذاعة و التلفزيون الاهتمام بنتائج الأبحاث المتعلقة بتبسيط الأعمال المنزلية وتدريب ربات الأسر على الطرق الحديثة في هذا الموضوع، كذلك العمل على تصحيح التشوهات المعرفية المتوارثة والمستلة من العادات و التقاليد القديمة واستبدالها بعادات مبنية على أسس علمية تساهم في رفع كفاءة ربات الأسر في أداء الأعمال المنزلية ، كذلك نشر الوعي بين ربات الأسر العاملات بمبادئ تبسيط الأعمال المنزلية من خلال المؤسسات اللاتي يعملن بها فذلك له عظيم الأثر على صحتها وبالتالي على الأسرة والمجتمع.

**Abstract****The cognitive distortion and its relationship to streamlining of the housework for female heads of household**

This study aims to identify the nature of the relationship between cognitive distortions with its axes (dual thinking - arbitrary conclusion - exaggeration and belittling - emotional logic - blaming oneself and others - ideal thinking - unfair comparisons - excessive generalization and positivity - deep questions) and simplifying household chores with their dimensions (Eliminate extra movements - merging work steps - rearranging - simplifying performance methods) among female heads of household. as it aims to reveal the differences between female heads of household in each of the cognitive distortions with its axes and simplifying household chores with their dimensions according to the place of residence (rural - urban). as well as He aimed to know the nature of the difference between female heads of household in each of the cognitive distortions in his axes and simplify household tasks with their dimensions according to the number of family members. and the educational level of both the head and the head of the family. and also aims to determine the nature of the difference according to the function of the head of the family. and determine whether there are differences Statistical significance between the average degrees of female heads of household (female workers - non-workers) in both cognitive distortions in their axes and simplification of household chores with their dimensions according to the nature of the housewife's work. and also revealing the nature of the difference between female heads of household according to the financial income of the family.

The sample of the study included 230 heads of households in both urban and rural areas of different age groups. and the sample varied between working and non-working women in the different governorates of the Republic. and the sample was applied in the time period from January 2017 to April 2017.

The study tools consisted of a general data form. a cognitive distortion questionnaire (researcher preparation). and a simplification of household work questionnaire (researcher preparation).

Among the most important results of the study was the presence of a positive correlation between the total cognitive distortion and the simplification of household chores with its various dimensions. as well as the existence of a positive correlation between the total simplification of household chores and the axes of (dual thinking. arbitrary inference. exaggeration and belittling. emotional logic. blame of the self and others Ideal thinking. unfair comparison. excessive generalization. deep questions). as well as a statistically significant difference between female heads of household (study sample) in the (ideal thinking) axis. according to the educational level of the head of the

family at a level where the value of (3.225) was The value of da At the level of 0.05%. and by conducting the Tukey test. it became clear that the differences in favor of heads of families with high levels of education. as well as a statistically significant difference between female heads of households (study sample) in the total simplification of household chores in relation to the educational level of the head of the family for the benefit of spouses with an educational level The high. the absence of statistically significant difference between female heads of household (the study sample) in cognitive deformation in its various axes. as well as the total cognitive deformation. according to the financial income of the family. as it is evident that there is a statistically significant variation between female heads of household (study sample) in the dimensions (merging steps) Work / simplification in ask Performance Y). where the value of P. respectively. was (4.321 / 3.202). which are indicative values at the level of 0.05%. depending on the financial income of the family. and by conducting the Tukey test it became clear that the differences were in favor of female heads of households belonging to high income levels. this is consistent with Manar Khidr study (2013). which demonstrated the presence of statistically significant differences when applying the housewife to the principles of simplifying domestic work according to the family's income.

the most important recommendations of the study were that the results of research related to simplifying household chores should be included in the programs and plans of the Ministry of Education in the subject of home economics and paying more attention to that subject. Also. work to correct the cognitive distortions inherited from the old customs and traditions and replace them with habits based on scientific foundations that contribute to raising the efficiency of female heads of household in performing housework. as well as spreading awareness among female heads of working families Simplification of the principles of home business through the institutions who work out it is a great families on their health and therefore on the family and society.