مقومات إدارة التغيير وعلاقتها بقلق المستقبل لعينة من المطلقات حديثاً

إعداد

د/ ريهام إسماعيل الشربيني
أستاذ إدارة المنزل المساعد- شعبة الاقتصاد المنزلي الريفي- كلية الزراعة- جامعة الزقازيق

د/ حنان حنا عزيز
أستاذ إدارة المنزل المساعد- قسم الاقتصاد المنزلى كلية التربية النوعية- جامعة المنصورة

مجلة بحوث التربية النوعية ـ جامعة المنصورة
عدد (٧٠) ـ أكتوبر ٢٠٢٢

مقومات إدارة التغيير وعلاقتها بقلق المستقبل لعينة من المطلقات حديثاً

إعداد

د/ريهام إسماعيل الشربيني* - د/حنان حنا عزيز**

ملخص البحث:

تواجه الكثير من المطلقات بعد فشلهن في الزواج العديد من العراقيل والصعوبات في مواصلة الحياة بشكل طبيعي؛ فتحتاج بعدها للإفاقة والتعافي، وذلك من خلال تنمية وتعزيز نقاط قوتهن والمتمثلة فى مقومات إدارة التغيير للتكيف مع مستجدات الحياة الجديدة وإعادة ترتيب الأوراق؛ لتحقيق أهداف وقائية لمواجهة قلق المستقبل. **ولذلك يهدف البحث الحالي إلي** دراسة مقومات إدارة التغيير والمتمثلة في المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لعينة من ربات الأسر المطلقات حديثاً وعلاقتها بقلق المستقبل والمتمثل فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسري)، **حيث تم استيفاء البيانات من خلال** تطبيق أدوات البحث المتمثلة في (استمارة البيانات الأولية لعينة البحث، استبيان مقومات إدارة التغيير، استبيان قلق المستقبل) **وذلك على عينة عمدية غرضية** قوامها (٢١٨) ربة أسرة مطلقة حديثاً من مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة من ريف وحضر محافظتى الدقهلية والشرقية، من المترددات على محكمة الأسرة، الجمعيات الأهلية والخيرية، وكان من شروط إختيار العينة ألا يكون مر أكثر من ثلاث سنوات على الطلاق وأن يكون لديهن أبناء؛ لتتمكن الباحثتين من دراسة مقومات إدارة التغيير، وقلق المستقبل لديهن من بداية طلاقهن؛ لتحديد إحتياجاتهن للتغيير لمواجهة قلق المستقبل. **وقد اتبع في هذا البحث المنهج** الوصفي التحليلي، وتم تصنيف وتبويب وتحليل البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج (Spss)، ثم إجراء الإختبارات المناسبة. **وصولاً لأهم النتائج التالية**: أن غالبية السيدات المطلقات عينة البحث من ذوات المستوى المنخفض والمتوسط لإجمالي مقومات إدارة التغيير، وكان مستوى إجمالي قلق المستقبل للعينة مابين المرتفع والمتوسط، واحتلت المقومات الاقتصادية الترتيب الأول لمقومات إدارة التغيير، بينما جاء محور القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء في الترتيب الأول لأبعاد قلق المستقبل. وتبين وجود علاقة إرتباطية عكسية عند مستوى (٠,٠١،٠,٠٥) بين كل من مقومات إدارة التغيير بأبعادها والإجمالى للسيدات المطلقات عينة البحث وبين قلق المستقبل بأبعاده والإجمالى. كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السيدات المطلقات في إجمالي مقومات إدارة التغيير تبعاً (لمكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمي للسيدة المطلقة، مستوى الدخل الشهري للأسرة) لصالح قاطنى الحضر، وذوات المسكن المستقل، والعاملات، وذوات فئة العمر الصغير والمتوسط، وذوات المستوى التعليمي والدخل الشهري المرتفع. بينما اتضح عدم وجود

* أستاذ إدارة المنزل المساعد- شعبة الاقتصاد المنزلي الريفي- كلية الزراعة- جامعة الزقازيق

** أستاذ إدارة المنزل المساعد- قسم الإقتصاد المنزلى- كلية التربية النوعية- جامعة المنصورة

تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى إجمالى مقومات إدارة التغيير تبعاً لحجم الأسرة. كما لوحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السيدات المطلقات عينة البحث في إجمالي قلق المستقبل تبعاً (لمكان السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمي للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهري للأسرة) لصالح قاطنى الحضر، العاملات، وذوات فئة العمر الصغير، والمستوى التعليمي المنخفض والمتوسط، وذوات الأسر كبيرة الحجم، ومستوى الدخل الشهري المنخفض. بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السيدات المطلقات عينة البحث في قلق المستقبل بأبعاده والإجمالى تبعاً لطبيعة السكن. **وكان من أهم التوصيات:** حث وزارة التضامن الاجتماعى من قِبل الجهات المعنية بحقوق المرأة والطفل بإنشاء المزيد من مراكز التأهيل النفسي والاجتماعي والاقتصادي للمطلقات فى المدن والقرى والنجوع؛ لمساعدتهن على معرفة نقاط قوتهن وتقوية نقاط ضعفهن؛ لتحقيق التغيير الفعال والتكيف الإيجابي، وعدم الاستسلام لأى فشل؛ للاستمرارية والاستمتاع بالحياة والقضاء على حدة القلق المستقبلي لديهن.

الكلمات المفتاحية: مقومات إدارة التغيير، المطلقات، قلق المستقل.

مقدمة ومشكلة البحث:

تُعد مؤسسة الزواج من الظواهر الأساسية في الحياة الإنسانية (منار الطعاني، منار بني مصطفى، ٢٠٢١)، وعلى الرغم من أهميتها النفسية والصحية والمجتمعية للفرد والمجتمع، إلا إننا نلاحظ هذه الأيام انتشار ظاهرة الطلاق وبكثرة في ثائر المجتمعات (عثمان أمين وآخرون، ٢٠٢١). ويُعد الطلاق من أبرز المشكلات الاجتماعية فى المجتمع المصرى، وتزداد معدلاته من عامٍ لآخرٍ، فوفقاً لما جاء في تقرير الجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠٢٢) والذى تم الإشارة فيه إلى ارتفاع حالات الطلاق فى مصر فى شهر ديسمبر الماضى، حيث بلغت عدد حالات الطلاق نحو ٢٠,٧ ألف حالة، مقابل ١٩,١ ألف حالة طلاق فى شهر ديسمبر ٢٠٢٠م، أى بزيادة بلغت ١,٦ ألف حالة طلاق. كما ذكر تقرير الجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء (٢٠٢١) أن محافظة الدقهلية جاءت فى المركز الرابع حيث سجلت ١٦ ألف شهادة طلاق بنسبة ٢,٤٪ تلاها محافظة الشرقية فى المركز الخامس وقد سجلت ١٥ ألف و٤٧٩ شهادة طلاق بنسبة ٢٪ من العدد الإجمالى للحالات.

وقد شرع الله تعالى الطلاق كحل للمشكلات الأسرية التي أُستعصى حلها وباتت الحياة معها مستحيلة، إلا أن الطلاق يبقى خبرةً صعبةً، وقد يترتب عليها حدوث العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والاقتصادية (وداد الكفيري، ٢٠٢٢).

فالطلاق ليس مجرد حدث يحدث في نقطة معينة من الزمن، لكنه عملية مستمرة متعددة الأوجه نفسياً وإجتماعياً واقتصادياً (Sbarra & Whisman,2022)، ومصدر ضغط بالنسبة للمرأة المطلقة بصفةٍ خاصةٍ والأسرة والمجتمع بصفةٍ عامةٍ؛ باعتباره يُحدث تغيير في نظام الأسرة والمجتمع (سميحة برجوح، ٢٠٢٠).

وأشارت دراسة منال خواسك (٢٠١٠) أن المرأة المطلقة تحتاج تغييراً كاملاً في أسلوب ونمط حياتها؛ لتعتمد أكثر على ذاتها، وتتحمل المسئولية بشكلٍ أكبر. خاصةً وأن الحياة فى طبيعتها متجددةٍ ومتغيرةٍ؛ ومن ثم فإن المنطق يفرض علينا التغيير بإعتباره أحد مظاهر الحياة التى لا تسير على وتيرةٍ واحدةٍ، وبإعتباره عملية مستمرة ومتجددة لكى يتناسب مع طبيعة الأمور والأشياء المستحدثة (صلاح عبد الباقى، ٢٠٠٠).

ولابد للتغيير من قيادة لجعله ناجحاً وممكناً، وتتجلى القيادة هنا في إدارة التغيير؛ لاتباع نهج مُنظم للتعامل مع التحول في الأهداف، والمستجدات الحياتية. وأكد حسين حريم (٢٠٠٣) أن إدارة التغيير من أصعب المهام .. خاصةً إذا وُجهت بأفراد اتجاههم سلبى نحو التغيير، وأكد أن مقاومة التغيير أمراً طبيعياً كنوع من الاستجابة العاطفية السلوكية نحو الخطر الحقيقى أو المتوقع الذى يهدد أسلوب الحياة المعتاد، وبالتالى فمقاومة التغيير أمر حتمى، فالإنسان بطبيعته يميل إلى مقاومته؛ خوفاً من أن يسبب التغيير له الإرباك والإزعاج. وفى هذا الصدد أشار محمود العميان (٢٠٠٥) أن الإرتياح للمألوف، والخوف من المجهول من الأسباب الرئيسية لمقاومة التغيير.

وقد أوضح كلاً من سامح عامر، علاء قنديل (٢٠١٠) أن إدارة التغيير منهج شمولى، وعملى متدرج قائم على اتباع أساليب علمية؛ لتعزيز التغيير المرغوب احداثه، والتنقل من الحالة الراهنة إلى الحالة المأمولة.

وترى الباحثتان أن نجاح إدارة التغيير للمطلقات يستلزم وجود مقومات تُدعم ذلك التغيير؛ لتصبحن قادرات على المواجهة والتحكم، وتحديد الأهداف والاستراتيجيات؛ للتوجه نحو التغيير الإيجابي في حياتهن الجديدة. وقد تبنت الباحثتان مقومات لإدارة التغيير للمطلقات والمتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) كركائز أساسية لإدارة التغيير. وهذا ما أكد عليه Kawalek, J (2006) فى دراسته أن نجاح إدارة التغيير يعتمد على عدة مقومات منها المقومات الشخصية والمتمثلة فى المهارات العقلية كالقدرة على التفكير والتعلم، والمهارات التحويلية كالقدرة على تحويل البيئة من بيئة تتجنب المخاطر إلى بيئة تواجه المخاطر وذلك بمقدار ما يتوافر فى الأفراد من صلابة وتفاؤل، والمقومات الاجتماعية والمتمثلة فى المهارات الاتصالية كمهارات التعامل مع الآخرين، والمقومات الاقتصادية والمتمثلة فى مهارات إدارة الأزمات، وتبنى الأفكار الإبداعية.

وفي البحث الحالي تم تناول المقومات الشخصية لإدارة التغيير للمطلقات لتعبر عنها مدى صلابتهن النفسية، حيث تُعد الصلابة النفسية من أهم مقومات الوقاية الشخصية للآثار السلبية للأزمات والصدمات، فهى بمثابة مجموعة من الخصائص الشخصية التى تشمل الالتزام، ووضوح الأهداف، والتحكم، والتحدى، ومثل هذه الخصائص من شأنها المحافظة على الصحة النفسية، والجسمية، والأمن النفسى بالرغم من التعرض للصدمات والأحداث الضاغطة (ذيب الرواد، عمر العظامات، ٢٠٢١). بالإضافة إلى تنظيم الذات والذي يتمثل في الجهود المبذولة من الأفراد لتعديل أفكارهم ومشاعرهم ورغباتهم وسلوكهم في ضوء أهداف عُليا مستقبلاً (محمد عبد الرحمن، ٢٠١٧).

وقد أكدت نرمين أبو سبيتان (٢٠١٤) فى هذا الصدد على أن الصلابة النفسية أحد أهم العوامل التي تُسهم في الاستقرار النفسي للمطلقات، والقدرة على مواجهة ضغوط الحياة، وتعمل كواقٍ ضد العواقب النفسية التي تواجههن في مختلف جوانب حياتهن.

وتأتى المقومات الاجتماعية التى تساعد على النجاح الاجتماعى، والتكيف السليم مع ظروف الحياة، وتضم هذه المقومات القدرة على توظيف العلاقات الاجتماعية الداعمة، مشاركة الآخرين فى الأنشطة الاجتماعية، وإظهار الاهتمام بهم، وفهم منظور الشخص الآخر، كما أنها تُعبر عن الفاعلية فى العلاقات (Driks, et al., 2007) الأمر الذى يكون له عظيم الأثر على إدارة التغيير.

هذا وقد أشار كلٍ من هانى عياد، أيمن فرج (٢٠١٥)، أمانى مصطفى (٢٠١٩) إلى زيادة المعاناة المادية للمطلقات، وضعف قدراتهن على تلبية الكثير من احتياجاتهن الاقتصادية – لاسيما- إن كان لديهن أبناء. الأمر الذى يتطلب أن يكن على وعى وإدراك بمواردهن الأسرية، وأساليب تنميتها، وأن يتميزن بالاستعداد والرغبة فى قبول الخبرة والمفاهيم الجديدة، وأن ينتهجن أسلوب غير تقليدى فى التفكير، والتخطيط الجيد لإنجاز الأعمال والمسئوليات المتعددة؛ لتكن قادرات على الإدارة الحكيمة للأزمات المختلفة التى تعوقهن عن أداء أدوارهن المختلفة (نجوى عبد الجواد، ٢٠٠٣). مثل تلك المهارات والقدرات السابقة تكون بمثابة المقومات الاقتصادية لادارة التغيير التى تُعين ربات الأسر المطلقات على الوفاء بالتزاماتهن ومتطلباتهن الأسرية، والقدرة على التكيف الإيجابي عند التعامل مع ما يواجههن من أزمات اقتصادية وبالتالى الوصول إلى وضع أكثر استقراراً.

وقد أوضح محمود عبد الفتاح (٢٠١٧) أن قدرة المرأة وقوتها تتحقق من مدى توافر فرص اعتمادها على نفسها لتحسين أوضاعها المعيشية والمادية. وأكد طارق الشريعى (٢٠١٦) أن التمكين الاقتصادى للمطلقة ومساعدتها على القيام بمشروع أصبح مطلباً حتمياً يساعدها على تغيير وضعها الاقتصادى للأفضل؛ إذ يُمثل المظلة الآمنة والدرع الذى يدرء عنها العوز الاجتماعى، والخوض فى الانحرافات المختلفة نتيجة الرغبة فى تدبير المستلزمات المعيشية.

وقد توصلت دراسة كلٍ من فهد الفضالة (٢٠١٠)، (Hald, et al., (2020، إكرام الصالح (٢٠٢١) على أنه من أهم المشكلات التي تواجه المرأة بعد الطلاق: ازدواجية الأدوار، والضغوط الاجتماعية والمادية، الجهد البدني المضاعف، والعجز وعدم الاستمتاع بالحياة، والشعور بالتشويش واختلاط الأمور، والشك، وعدم الثقة في الآخرين. كما أظهرت نتائج دراسة Mokhtari, M. (2013) أن المطلقات يتخوفن من مسؤلية الأبناء وهاجس تربيتهم ورعايتهم وتوفير احتياجاتهم الأساسية - إذا كان لديهن أبناء - بالإضافة إلى قلقهن من المستقبل المجهول، ومن الوحدة والفراغ، وعدم الشعور بالاستقرار، وغيرها من المشاعر السلبية. فكل هذه المشاعر والأحاسيس تدفع المطلقات إلى عدم الإحساس بالراحة والأمان النفسي تجاه أنفسهن وتجاه أبنائهن وبالتالي يزداد شعورهن بالقلق نحو المستقبل. فمجرد تفكيرهن في المستقبل يعتبر عاملاً أساسياً في القلق منه.

هذا ويُعد قلق المستقبل أحد الملامح الرئيسية نتيجة للتغيرات الاجتماعية، والاقتصادية (Hammad, 2016)، فقلق المستقبل حالة انفعالية مؤلمة تحدث للفرد وتظهر على شكل شعور بالاضطراب تجاه موضوعات تتعلق بمستقبل حياته والتى تتجسد فى المجالات النفسية، الاجتماعية، الاقتصادية، الصحية، الأسرية، والدراسية (صفية ملوكه، ٢٠١٨). وقد أكدت إيمان عصفور (٢٠١٣) أن قلق المستقبل يُمثل أحد أشد أنواع القلق الذى يتسبب فى العديد من الاضطرابات المتمثلة فى نقص الدافعية، والشعور بالانهاك النفسى والبدنى، وعدم التكيف مع ظروف المعيشة الضاغطة.
وتتعدد مشاعر قلق المستقبل للمطلقات وقد تبنت الباحثتان معايير رئيسية لقلق المستقبل للمطلقات والمتمثلة فى: القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسري).

ويُعد الطلاق من العوامل التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية للمرأة، حتى لو كانت هي من اختارت إنهاء الزواج بكامل إرادتها. ووفى هذا الصدد أظهرت نتائج دراسة كلٍ من Zandiyeh &Youseif (2014)، Altwaijri, et al.(2020)، أمل بدر(٢٠٢١) انتشار بعض الاضطرابات النفسية للمطلقات كالإكتئاب والقلق والانعزال، وتُعد تلك الاضطرابات من المؤشرات التي تعبر عن الشعور بالوحدة النفسية.

وقد أوضح كلٍ من غريب مختار، عبدالله مصطفى (٢٠١٦) أن الوحدة النفسية خبرة أليمة يعاني منها العديد من الأفراد حينما يتعرضون لمواقف وأزمات ومشكلات في حياتهم، مثل تصدع الأسرة بحدوث الطلاق بين الزوجين أو فقدان شريك الحياة بالوفاة؛ فتشعر الزوجة بألمٍ شديدٍ وشعورٍ بالحزن مصحوب بألم مع الشعور بإنعدام القيمة، وفقدان التواصل والمساندة الاجتماعية من المحيطين (لولوة الرشيد، ٢٠١٩). بالإضافة إلى إغتراب الذات الذي يكمن في العجز وعدم التكيف والإخفاق في التلاؤم مع الأوضاع السائدة مع عدم الشعور بالإنتماء، بل وحتى إنعدام الشعور بمغزى الحياة. كما أكدت دراسة علاء كفافي وآخرون (٢٠١٨) أن حدث الطلاق يؤثر في الأبناء تأثيراً بالغاً ويمتد هذا الأثر لسنوات عديدة ولا يتوقف عند مرحلة معينة. واتفقت دراسة كلٍ من رياض الغاسمي وآخرون (٢٠١١)، Kim (2011) على بعض الآثار المترتبة على الأبناء بعد الطلاق وكان منها عدم التوافق الشخصي والاجتماعي، وجود صعوبات سلوكية وظهور السلوك العدواني، إنخفاض مستوى الثقة والتفاؤل، والشعور بالإكتئاب والضيق وتكوين المفهوم السلبي عن الذات، وتراجع العلاقات الاجتماعية لديهم. وأضاف Johnson (2011) أن أبناء المطلقات أعلى تردداً في المستقبل، ولديهم مخاوف عالية من الإتجاه نحو الزواج.

كما أكدت فاطمة الغزيري (٢٠١٦) أن افتقاد الأبناء للتواصل المستمر مع الأب نتيجة لوقوع الطلاق يعرضهم لمواجهة مشكلات سلوكية، أكاديمية، انفعالية، وإجتماعية؛ الأمر الذى يؤثر على سماتهم الشخصية. ويؤثر بشكلٍ غير مباشرٍ على الأمهات نتيجة لقلقهن على أبنائهن. وشعورهن بأنهن مكبلات بقيود العجز. كما أضافت سهير أحمد (٢٠٠١) عن قلقهن من وقوعهم فريسة فى أحضان المشردين، وقلقهن من عدم القدرة على استكمال تعليمهم.

هذا إلى جانب القلق من نظرة المجتمع للمطلقات من الناحية الاجتماعية، فهى نظرة تحمل في طياتها الريبة والشك في تصرفاتهن وسلوكهن؛ مما يؤدي بهن إلى الشعور بالذنب والفشل العاطفي وخيبة الأمل والإحباط؛ مما قد يزيدهن تعقيداً أو يؤخر تكيفهن مع واقعهن الحالي، إلى جانب القلق من التدخل الأسري في شئون حياتهن (وفاء خويطر،٢٠١٠)، فالمطلقات في أمس الحاجة إلى وجود دعم ومساندة من الأسرة والبيئة المحيطة؛ لتشعرن بالأمان النفسي والذي يُعد احتياج أساسي من الإحتياجات الإنسانية؛ لتزيد ثقتهن بأنفسهن وبقدراتهن على تحمل المسؤولية والاستمرارية.

خاصةً وقد أشار Kebele & Abebe (2015) إلى أن السيدة المطلقة تُستبعد من عائلتها ومجتمعها، بدلاً من احتوائها وتقديم الدعم لها؛ لأنها وحسب معتقداتهم قامت بأمرٍ مخالفٍ، وبالتالى غير مسموح لها بالبقاء معهم، وبالتالى يجب عزلها، الأمر الذى يؤثر على تكيفها الاجتماعى والأسرى ويسبب لها الكثير من المشاكل، والصراعات.

تأسيساً لما سبق يتضح مدى المعاناة ومدى شعور ربات الأسر المطلقات بقلق المستقبل؛ والذي ينتج من التوقع السلبى للأحداث المستقبلية نتيجة الضغوط والظروف الصعبة التى تعيشها فى الحاضر. مع انخفاض تقدير الذات الذى يؤدى إلى تقليل قدرة الفرد وفعاليته من مواجهة الأحداث المستقبلية (شيرين فرحات، ٢٠١٧). **الأمر الذى دفع الباحثتان إلى** دراسة مقومات إدارة التغيير لعينة من المطلقات حديثاً وعلاقتها بقلق المستقبل - خاصةً - وأن الطلاق بمثابة زلزال اجتماعى أسرى؛ لأنه من أصعب وأعقد المواقف الحياتية التي تمر بها المرأة، فنحن أمام حياة تُهدم بعد أن بُنيت قطعة قطعة؛ لذا تُعد مقومات إدارة التغيير بمثابة الدروع الهامة والمطلوبة بقوة لتحسين الوضع الراهن لهذه الفئة بآخرٍ أفضل منه، ولتحقيق أهداف وقائية لمواجهة التعرض لقلق المستقبل، وتعزيز إحساسهن بالجدارة الذاتية والثقة بالنفس؛ لتكن أكثر قدرةً على القيام بالمسؤليات، ومواجهة التحديات. وإدراكهن لمقومات إدارة التغيير يُعتبر عاملاً حاسماً فى السيطرة على مجريات الحياة، ومواجهة الصعوبات والأزمات بأسلوب إدارى سليم، وعدم الإنسياق وراء التوقع السلبى للأحداث المستقبلية. **والبحث الحالي ما هو إلا محاولة جادة للكشف عن ذلك من خلال الإجابة على السؤال الرئيسي التالي:** ما العلاقة بين مقومات إدارة التغيير وقلق المستقبل لعينة من المطلقات حديثاً؟ **والذى ينبثق منه مجموعة من الأسئلة الفرعية التالية:**

١. ما الأسباب الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية التى أدت إلى حدوث الطلاق من وجهة نظر عينة البحث من المطلقات حديثاً؟
٢. ما مستوى عينة البحث من المطلقات حديثاً فى كلٍ من مقومات إدارة التغيير بأبعادها المتمثلة فى (المقومات الشخصية لإدارة التغيير، المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير، المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير)، والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى (القلق من الشعور بالوحدة النفسية، القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء، القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى، وأوزان الأبعاد؟

٣. ما العلاقة بين مقومات إدارة التغيير لعينة البحث من المطلقات حديثاً بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى) والإجمالى.

٤. هل توجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير، والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة)؟

٥. هل توجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى قلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة)؟

أهداف البحث: يهدف البحث الحالى بصفة رئيسية إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين مقومات إدارة التغيير لعينة من المطلقات حديثاً بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)؛ لمساعدتهن على مواجهة تحديات الحياة المعاصرة، والتعايش فى أمان وسلام. **وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية**:

١. الكشف عن الأسباب الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية التى أدت إلى حدوث الطلاق من وجهة نظر عينة البحث من المطلقات حديثاً.

٢. تحديد مستوى عينة البحث من المطلقات حديثاً فى كلٍ من مقومات إدارة التغيير بأبعادها والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده والإجمالى وأوزان الأبعاد.

٣. تحديد العلاقة بين مقومات إدارة التغيير لعينة البحث من المطلقات حديثاً بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى) والإجمالى.

٤. توضيح الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة).

٥. توضيح الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى قلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة).

أهمية البحث: تظهر أهمية البحث من خلال:

أولاً: الأهمية النظرية:

١. المساهمة المتواضعة فى إثراء مكتبة التخصص بمعلومات عن مستوى مقومات إدارة التغيير للمطلقات حديثاً وعلاقة ذلك بقلقهن المستقبلى، فالأبحاث التى ربطت بين مقومات إدارة التغيير للمطلقات حديثاً وقلق المستقبل لم تلق بعد نصيبها من الدراسة والبحث، فقد كان هذا الجانب غائباً، وذلك فى حدود علم الباحثتين.

٢. إلقاء الضوء على مقومات إدارة التغيير التى تُعد بمثابة أحد الأذرع الهامة التى تُساهم فى تحقيق رؤية مصر ٢٠٣٠، والتى تُركز على أن العنصر البشرى هو المحرك الأساسى لجميع النشاطات، وجوهر التطوير، وفى هذا مسايرة لهذه الرؤية من الاهتمام بتنمية مقومات وقدرات تلك الفئة على التغيير حتى يُمكن تحقيق ما تضعه الدولة من خطط استراتيجية من شأنها النهوض بالمجتمع.

٣. يكتسب البحث أهميته كونه يُركز على فئة هامة، باتت تعانى كثيراً من الضغوط المادية، الاجتماعية، النفسية، ألا وهى فئة المطلقات، والتى أصبحت نسبتهن بالمجتمع صادمة (وليست بالهينة)؛ فهن المسئولات الرئيسيات عن أسرهن، والاهتمام بهن ومعرفة مستواهن فى مقومات إدارة التغيير يُعد اهتمام بالمجتمع بأسره؛ فكلما تمتعن بمقومات إدارة تغيير جيدة، كلما توافر المناخ الصحى المُحفز للراحة والهدوء والسلام النفسي، الأمر الذى يُساعد فى تعظيم الدور الإيجابى الذى يُمكن أن يقمن به للنهوض بأسرهن وبالتالى المجتمع.

٤. قد تكون نتائج هذا البحث نواة لأبحاث جديدة تتناول الجوانب التى لم يتطرق إليها هذا البحث العلمى.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

١. قد تُستخدم نتائج هذا البحث كدليل إرشادى للباحثين، والجهات المختصة المعنية بالأسرة لرسم استراتيجيات، وتصميم برامج ارشادية توعوية وقائية متعمقة تُنمى وعى المطلقات حديثاً بمقومات إدارة التغيير فى ظل ممارسات إدارية صائبة، فهى بمثابة طوق النجاة لتلك الفئة؛ لأهميتها فى مواجهة الضغوط والأزمات، وتبديل الوضع الراهن بآخرٍ أفضل منه، مما ينعكس على ارتياح الفكر وعدم انشغاله، والقدرة على التفكير الإيجابى تجاه المستقبل والحياة.

٢. لفت انتباه القائمين على بناء المناهج والبرامج الدراسية إلى أهمية الاهتمام بإدراج مفهوم إدارة التغيير فى المناهج الدراسية للمراحل التعليمية المختلفة على حد السواء واعتباره منهج حياة، والتركيز على المقومات التى تساعد على إدارة التغيير لما لها من أثرٍ عظيمٍ فى تنمية القدرات التى تساعد فى بناء الشخصية المتزنة المتطلعة دائماً نحو الأفضل؛ لحفظ المجتمع من الخلل والإنحرافات.

٣. يُمكن مساعدة مخططى البرامج الخاصة بالمرأة والأسرة فى وسائل الإعلام المختلفة لإلقاء الضوء على أضرار قلق المستقبل؛ وذلك من أجل الوصول لفهم أوضح لآثاره الكبيرة على صحة الفرد وانتاجيته، الأمر الذى يستدعى المواجهة والمعالجة معاً؛ للمساعدة على الحياة فى واقعٍ مشبعٍ للرغبات، محققاً للأهداف، مساعداً للإقبال على الحياة، وبالتالى النهوض بالمجتمع.

٤. قامت الباحثتان بإعداد دليل إرشادى للتعافى من آثار الطلاق، وتم رفعه على بعض مواقع التواصل الاجتماعى؛ لتوسيع نطاق الاستفادة منه.

- فروض البحث:

١. توجد علاقة ارتباطية بين مقومات إدارة التغيير لعينة البحث من المطلقات حديثاً بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى) والإجمالى.

٢. توجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة).

٣. يوجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى قلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة).

الأسلوب البحثي:

أولاً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية:

مقومات Ingredientals: جمع مقوم، وهى ما يعطى قيمة لأى عمل أو شخص، وهى عناصره الأساسية التى تساهم فى بروزه ونهوضه بفاعلية كبيرة (المعجم الوسيط، ٢٠١١).

إدارة التغييرChange management: هى الانتقال من مرحلة أو حالة غير مرغوبة إلى مرحلة أو حالة أخرى مرغوبة والتى يُفترض فيها أن تكون أكثر إيجابية، وتلقى قبولاً لدى أغلبية العاملين فى المؤسسة (زيد عبورى، ٢٠١٠).

المطلقة Divorcee : هى المرأة التى رُفع عنها قيد الزواج فى الحال بلفظ أو كتابة أو بما يقوم اللفظ من الكتابة أو الإشارة، ويكون طلاقاً بائناً وليس رجعيا؛ لأن المطلقة رجعياً تبقى صفة الزوجية قائمة عليها (مهتاب أبو زنط،٢٠١٦).

وتعرف الباحثتان إجرائياً المطلقات حديثاً بأنهن: السيدات اللاتى انفصلن عن أزواجهن وتم إنهاء عقد زواجهن الشرعى بموجب قرار مصدق عليه من إحدى المحاكم، ولا تقل مدة طلاقهن عن (٣) سنوات من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، ولديهن أبناء، وهن العائل الرئيسى لأسرهن.

وتعرف الباحثتان مقومات إدارة التغيير للمطلقات حديثاً إجرائياً بأنها: إمكانيات وقدرات ربات الأسر المطلقات لتنمية نقاط قوتهن لإحداث تعديلات تدريجية فى أهدافهن وسياساتهن وممارساتهن، وإعادة ترتيب أمورهن، من خلال حُسن استغلال تلك الإمكانيات والقدرات وما لديهن من موارد متاحة مبكراً وعدم الاستسلام للظروف الضاغطة؛ لتصلن إلى وضعٍ جديدٍ أكثر فعاليةً على الجانب الشخصي والاجتماعي والاقتصادي، وتصبحن مهيئات لمواجهة تحديات الحياة السلبية، وعلى استعداد لإدارة التغيير الحادث لهن ولأفراد أسرهن. وقد تناولت الباحثتان مقومات إدارة التغيير لدى ربات الأسر المطلقات فى هذا البحث وفقاً لثلاثة أبعاد:

المقومات الشخصية لإدارة التغيير Personal ingredientals of change management: تُعبر عن قدرة ربات الأسر المطلقات من مواجهة التحديات والصعوبات والضغوط التي فرضتها الحياة عليهن، من خلال ما تتمتعن به من حكمة واتزان وصلابة نفسية بجوانبها (الالتزام، التحكم، التحدي، التروي، والتنظيم الذاتي)، الأمر الذي يساعد في تنمية الاتجاه الإيجابي وحب الحياة لديهن، ويكون له عظيم الأثر على إدارة التغيير للأفضل.

المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير The social ingredientals of change management: تُعبر عن قدرة ربات الأسر المطلقات على تقوية وتوطيد العلاقات الاجتماعية والروابط بينهن وبين أبنائهن لتوفير جو أسرى ملائم ومشجع لأهداف التغيير، وتكوين خبرات جديدة لمواجهة المشاكل والأزمات، وتعديل الوضع الراهن بآخرٍ أفضل منه. إلى جانب قدرتهن على إدارة وتوظيف العلاقات الاجتماعية الأخرى الداعمة لهن والمتمثلة في باقي أفراد أسرهن، والأقارب، والأصدقاء، والتوجه للمؤسسات الاجتماعية التي تقدم لهن الدعم والرعاية وتساعدهن على مواجهة الضغوط والأزمات ومصادر التوتر.

المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير The economic ingredientals of change management: تُعبر عن قدرة ربات الأسر المطلقات نحو تصريف أمورهن المادية، والوفاء بالتزاماتهن ومتطلباتهن الأسرية، والقدرة على إظهار التكيف الإيجابي عند التعامل مع ما يواجههن

من أزمات اقتصادية، وإعادة بناء ما سببته من أضرار، وسعيهن لتحسين الدخل الأسرى؛ للانتقال من الوضع المعيشي الراهن إلى وضعٍ آخرٍ أكثر استقراراً؛ ليساعدهن على الاستقلالية المالية.

قلق المستقبل Future anxiety: هو معاناة الفرد من شعور يحمل تهديد بتوقع الأسوأ بالمستقبل، مما يجعله يقترن بالخوف والترقب وعدم الطمأنينة وفقدان الأمل (فاطمة زايد، ٢٠٢١).

تعرف الباحثتان قلق المستقبل إجرائياً بأنه: مشاعر التوتر والخوف وعدم الاطمئنان، والتفكير السلبي نحو المستقبل التي تنتاب ربات الأسر المطلقات مما يحمله الغد من صعوبات؛ نتيجة لما تتعرضن له من ضغوط ومواقف حياتيه صعبة، الأمر الذي يجعلهن فاقدين القدرة على التركيز، شاعرين بالتهديد والقلق من المجهول المنتظر في المستقبل، مما يدفعهن إلى تعميم الفشل، وتوقع المحن فى أمورهن المستقبلية. وقد تناولت الباحثتان قلق المستقبل فى هذا البحث وفقاً لثلاثة أبعاد:

القلق من الشعور بالوحدة النفسية Anxiety of feeling lonely: عبارة عن مشاعر التوتر والخوف وعدم الاطمئنان التي تنتاب ربات الأسر المطلقات والتى تتجسد بإحساسهن بإغتراب الذات والخواء النفسى؛ مما ينعكس عليهن بالإحباط، وتشويش الرؤية المستقبلية لمصيرهن ومصير أسرهن، إلى جانب العزلة فى العلاقات، وافتقاد الإنتماء والحب.

القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء Anxiety about the life disturbance of sons: عبارة عن مشاعر التوتر والخوف وعدم الاطمئنان التي تنتاب ربات الأسر المطلقات على أبنائهن من الجانب النفسي والاجتماعي والأخلاقي والتعليمي والمهني في المستقبل نتيجة لغياب الأب وفى ظل المستحدثات والمتغيرات المجتمعية، والثلوث الثقافى، وانشغالهن عنهم بعض الشيء نظراً لأنهن المسئول الأول والأخير عن الأعباء الحياتية.

القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى Anxiety about society's view and family interference: عبارة عن مشاعر التوتر والخوف وعدم الاطمئنان التي تنتاب ربات الأسر المطلقات نتيجة للنظرة المجتمعية السلبية تجاههن، وسوء الظن، إلى جانب التدخل الأسرى من قِبل الأهل (من الطرفين)، والزوج السابق.

ثانياً: منهج البحث: نظراً لطبيعة البحث الحالى وأهدافه اُستخدم المنهج الوصفى التحليلى الذى يهدف إلى وصف ظاهرة أو مشكلة الدراسة معتمداً على ماتم جمعه من معلومات نوعية أو كمية فى فترة زمنية معينة، ودراستها وتحليلها للوصول إلى استنتاجات تُساهم فى فهم هذا الواقع وتطويره، مع بيان العلاقة بين المتغيرات البحثية المختلفة (ضياء الدين مطاوع، حسن خليفة، ٢٠١٤).

- ثالثاً: حدود البحث: تمثلت حدود البحث فى الآتى:

- الحدود البشرية للبحث: تمثلت الحدود البشرية للبحث في الآتي:

أ- **عينة البحث الإستطلاعية**: بلغ عددهن (٣٠) سيدة مطلقة من نفس عينة البحث الأساسية، وتم اختيارهن بطريقة عمدية غرضية من السيدات العاملات وغير العاملات من ريف وحضر

محافظتى الدقهلية والشرقية، من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، وتم اختيارهن بنفس شروط عينة البحث الأساسية؛ وذلك لتقنين أدوات البحث عليهن.

ب- **عينة البحث الأساسية**: تكونت عينة البحث الأساسية من (٢١٨) سيدة مطلقة، تم اختيارهن بطريقة عمدية غرضية من السيدات العاملات وغير العاملات من ريف وحضر محافظتى الدقهلية والشرقية، ومن مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة. وكان من شروط اختيار العينة أن تكون العينة من المطلقات حديثاً (ألا يكون مر على طلاقهن أكثر من ثلاث سنوات)، ويكون لديهن أبناء، وهن العائل الرئيسي لأسرهن.

- **الحدود الجغرافية والمكانية للبحث للبحث:** يتحدد النطاق الجغرافى للبحث فى ريف وحضر محافظتى الدقهلية، والشرقية، حيث تم توزيع الاستبيان على المترددات على محكمة الأسرة بميت غمر، السنبلاوين، أجا، المنصورة، ومحكمة الأسرة بمنيا القمح، الزقازيق، الجمعيات الأهلية والخيرية، كجمعية تنمية المجتمع المحلى بقرية هلا، وجمعية تنمية مجتمع بقريتى سنتماى، سامبو مقام، (جمعية الأسرة والطفولة، وجمعية الرعاية الإسلامية) بميت غمر، (جمعية الصفوة الخيرية، وجمعية شباب الشرقية) بالزقازيق، كما تم التوزيع على معارف وأصدقاء وأقارب الباحثتين، طالبات كليتى التربية النوعية جامعة المنصورة، الزراعة جامعة الزقازيق ممن تعرض أحد معارفهم أو أقاربهم أو أصدقائهم للطلاق.

الحدود الزمنية للبحث: تم تطبيق أدوات البحث ميدانياً على السيدات المطلقات عينة البحث وذلك بملء البيانات عن طريق المقابلة. بدايةً من شهر فبراير٢٠٢٢م حتى نهاية شهر مارس٢٠٢٢م.

رابعاً: اعداد وبناء أدوات البحث وتقنينها:(من اعداد الباحثتين):

اشتملت الأدوات المستخدمة في ضوء الأهداف البحثية على ما يلي :-

أدوات البحث (من اعداد الباحثتين):

- **استمارة البيانات العامة**: أُعدت هذه الإستمارة بهدف الحصول على بعض المعلومات التى تفيد فى إمكانية تحديد بعض الخصائص الاجتماعية والاقتصادية (الديموغرافية) لعينة البحث واشتملت على بيانات خاصة بالسيدة المطلقة (مكان السكن، طبيعة السكن، العمل، العمر، المستوى التعليمى، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى).
- **استبيان مقومات إدارة التغيير**: أُعد هذا الإستبيان فى ضوء القراءات، والدراسات السابقة، والمفهوم الإجرائى لمقومات إدارة التغيير، بهدف التعرف على مستوى مقومات إدارة التغيير لدى المبحوثات، وقد اشتمل الإستبيان على ثلاثة أبعاد: (المقومات الشخصية لإدارة التغيير، المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير، المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير)، وقد تم الاطلاع علي عدد من الدراسات السابقة التي قد تساهم في اعداد الاستبيان كان منها دراسة كلٍ من إيمان المستكاوى (2018)، إيمان رزق (2018)، رباب مشعل، نهاد رصاص (2018)، أمل خطاب، يثرب حبيب (2022)، بالإضافة إلي عمل مقابلات شخصية مباشرة مع عدد من ربات الأسر المطلقات من معارف الباحثتين، وممن ينطبق عليهن نفس صفات عينة البحث،

والنقاش معهن حول رأيهن فى مقومات إدارة التغيير، وأهم هذه المقومات؛ مما ساهم فى المساعدة فى وضع عبارات الاستبيان بحيث تكون محاكيةً للواقع.

- **استبيان قلق المستقبل**: أُعد هذا الإستبيان فى ضوء القراءات، والدراسات السابقة، والمفهوم الإجرائى لقلق المستقبل، بهدف التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى المبحوثات، وقد اشتمل الإستبيان على ثلاثة أبعاد: القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الإضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، وقد تم الاطلاع علي عدد من الدراسات السابقة التي قد تساهم في اعداد الاستبيان كان منها دراسة كلٍ من شيرين فرحات (2017)، أمل بدر (2021)، وداد الكفيري (2022)، بالإضافة إلي عملٍ مقابلات شخصية مباشرة مع عدد من ربات الأسر المطلقات من معارف الباحثتين، وممن ينطبق عليهن نفس صفات عينة البحث، والنقاش معهن حول الأمور التى تقلقهن فى المستقبل؛ مما ساهم فى المساعدة فى وضع عبارات الاستبيان بحيث تكون محاكيةً للواقع.

تقنين الاستبيان:

أولاً: حساب صدق الاستبيان: اعتمد البحث الحالى فى التحقق من صدق الاستبيان على ثلاث طرق:

(أ) **صدق المحتوى (validity content)**: (صدق المحكمين): للتأكد من صدق محتوى الاستبيان تم عرضه فى صورته الأولية على عدد (١٣) من الأساتذة المحكمين أعضاء هيئة التدريس فى مجال (إدارة المنزل، علم النفس) بكلية الاقتصاد المنزلى جامعة المنوفية، وكلية التربية النوعية جامعة المنصورة، وكلية التربية (قسم علم النفس) جامعة الزقازيق، وقد طُلب من السادة المحكمين إبداء وجهة نظرهم إزاء وضوح كل عبارة، وقد أَبدى سيادتهم ملاحظات هامة وقيمة، أُجرى على ضوئها التعديلات اللازمة. كما طُلب من سيادتهم تحديد مدى صدق العبارات ومدى قياس ما وُضعت لأجله، وقد أُخذت العبارات التى اتفقت فيها نسبة المحكمين وبلغت نسبة إتفاقهم ما بين ٨٥٪ إلى ١٠٠٪، وقد تم إجراء بعض التعديلات لبعض العبارات، وظل المجموع الكلى للعبارات كما هو، وبذلك يكون قد خضع لصدق المحتوى وبناءً على ذلك أصبح عدد عبارات الاستبيان ككل (٧٢) عبارة.

(ب) **صدق الاتساق الداخلي**: وقد تم حساب ذلك بتطبيق استبيانى (مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل) على عينة استطلاعية من ربات الأسر المطلقات بلغ عددهن (٣٠) ربة أسرة تنطبق عليهن شروط اختيار العينة، تم إيجاد صدق الاتساق الداخلى بين أبعاد الاستبيان وذلك بإيجاد قيم معامل ارتباط بيرسون بين تلك الأبعاد والدرجة الكلية للاستبيان والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول (١) معاملات الإرتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية لإستبيانى مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل ن= (٣٠)

رقم العبارة	مقومات إدارة التغيير			قلق المستقبل		
	المقومات الشخصية لإدارة التغيير	المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير	المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير	القلق من الشعور بالوحدة النفسية	القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري
١	◆◆٠,٧٠٩	◆◆٠,٤٩٦	◆◆٠,٤٨٨	◆◆٠,٦٣١	◆◆٠,٦٧٥	◆◆٠,٥٦١
٢	◆◆٠,٧٨٥	◆◆٠,٥٦٧	◆◆ ٠,٥٨١	◆◆٠,٥٦٣	◆◆٠,٥٧٨	◆◆ ٠,٦٩٩
٣	◆◆٠,٨١٣	◆◆٠,٥٨٠	◆◆ ٠,٧٠٩	◆◆٠,٦٦٥	◆◆٠,٨٢٩	◆◆٠,٧٧٨
٤	◆◆٠,٥٦٤	◆◆٠,٦٤٢	◆ ٠,٤١٦	◆◆٠,٨٢٢	◆◆٠,٦١١	◆◆٠,٥٨٧
٥	◆◆٠,٥٥٧	◆◆٠,٥٢٤	◆◆٠,٨١١	◆◆٠,٦٠٨	◆◆٠,٧٨٠	◆◆٠,٦٣٣
٦	◆◆٠,٥٨٢	◆◆٠,٧٤٦	◆◆٠,٦٣٣	◆◆٠,٧٢٢	◆◆٠,٦٣٦	◆◆٠,٦٧٨
٧	◆◆٠,٧٤٤	◆◆٠,٧٦٥	◆◆٠,٧٣٠	◆◆٠,٧٨١	◆◆٠,٨٥٧	◆◆٠,٥٧٦
٨	◆ ٠,٤٢٤	◆◆٠,٦٢٦	◆◆٠,٦٩٥	◆◆٠,٥٦٦	◆◆٠,٨٢٩	◆◆٠,٥٩٢
٩	◆◆٠,٧٨٣	◆◆٠,٦٣٤	◆◆٠,٦٢٥	◆◆٠,٦٥٩	◆◆٠,٨٢١	◆٠,٤٢١
١٠	◆◆٠,٧٥٩	◆٠,٤٢٧	◆٠,٤١٩	◆◆٠,٥٧٩	◆◆٠,٨١٥	◆◆٠,٧٥٩
١١	◆◆٠,٨٢٤	◆٠,٣٨٧	◆◆٠,٦٨٥			
١٢	◆◆٠,٥٧٩	◆◆٠,٧٤٢	◆◆٠,٥٤٦			
١٣	◆◆٠,٦٩٣	◆◆٠,٧٥٧				
١٤	◆◆٠,٧٤١	◆◆٠,٥٩٨				
١٥	◆◆٠,٥٥٠					
١٦	◆◆٠,٦٧٤					

◆ دالة عند مستوي دلالة (٠,٠٥) ◆◆ دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١)

يتضح من نتائج جدول (١) أن قيم معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان مقومات إدارة التغيير والدرجة الكلية لكل محور كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥، ٠,٠١، وتراوحت قيم معاملات الإرتباط ما بين (٠,٤٢٤ : ٠,٨٢٤) للمقومات الشخصية لإدارة التغيير، وما بين (٠,٣٨٧ : ٠,٧٦٥) للمقومات الاجتماعية لإدارة التغيير، وما بين (٠,٤١٦ : ٠,٨١١) للمقومات الاقتصادية لإدارة التغيير. أما عن قيم معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان قلق المستقبل والدرجة الكلية لكل محور فكانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٥، ٠,٠١، وتراوحت ما بين (٠,٥٦٣ : ٠,٨٢٢) للقلق من الشعور بالوحدة النفسية، وما بين (٠,٥٧٨ : ٠,٨٥٧) للقلق من الاضطراب الحياتى للأبناء، وما بين (٠,٤٢١، ٠,٧٧٨) للقلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى، وجميعها قيم دالة إحصائياً. مما يدل على الإتساق الداخلى لعبارات الإستبيانين، مما يسمح باستخدامها فى البحث الحالى.

(ج) **الصدق البنائي:** يتم فيه التأكد من صدق أداة البحث باستخدام طريقة حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للاستبيان والأبعاد المكونة له.

جدول(٢) قيم معاملات الإرتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية لإستبيانى (مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل) ن= (٣٠)

محاور الإستبيان	الأبعاد	عدد العبارات	معامل الإرتباط	مستوى الدلالة
مقومات إدارة التغيير	المقومات الشخصية لإدارة التغيير	١٦	٠,٩٠٢❖❖	٠,٠١
	المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير	١٤	٠,٧٤١❖❖	٠,٠١
	المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير	١٢	٠,٨١٨❖❖	٠,٠١
قلق المستقبل	القلق من الشعوربالوحدة النفسية	١٠	٠,٨٦٦❖❖	٠,٠١
	القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١٠	٠,٩٢٢❖❖	٠,٠١
	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى	١٠	٠,٧٥٦❖❖	٠,٠١

❖❖ دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١)

يتضح من نتائج جدول (٢) أن معاملات الارتباط لأبعاد استبيان مقومات إدارة التغيير تراوحت بين (٠,٧٤١: ٠,٩٠٢) كما تراوحت معاملات الارتباط لأبعاد استبيان قلق المستقبل بين (٠,٧٥٦: ٠,٩٢٢)، وكانت معاملات الارتباط ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة ٠,٠١ مما يدل على تجانس أبعاد الاستبيان والدرجة الكلية له، ويسمح للباحثتان باستخدامهما فى بحثهما الحالى.

ثانياً: حساب ثبات الاستبيانReliability: تم استخدام معامل ألفا كرونباخ، ومعامل سبيرمان، وجتمان لحساب معامل الثبات؛ وذلك للتأكد من ثبات الاستبيان.

جدول (٣) قيم معامل الثبات لاستبيانى (مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل) ن= (٣٠)

محاور الاستبيان	الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا	معامل ارتباط التجزئة النصفية	
				معادلة سبيرمان- براون	معادلة جتمان
مقومات إدارة التغيير	المقومات الشخصية لإدارة التغيير	١٦	٠,٩١٩	٠,٩٢٧	٠,٩٢٣٣١
	المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير الاجتماعى	١٤	٠,٨٦٤	٠,٩٤٠	٠,٩٣٨
	المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير	١٢	٠,٨٥٠	٠,٨٧٦	٠,٨٦١
	الإجمالى	٤٢	٠,٩٣٢	٠,٩٦٣	٠,٩٦٢
قلق المستقبل	القلق من الشعور بالوحدة النفسية	١٠	٠,٨٥٦	٠,٨٨٧	٠,٨٨٥
	القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١٠	٠,٩١٢	٠,٩١٧	٠,٩١١
	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى	١٠	٠,٨٢٧	٠,٨٥٥	٠,٨٥٢
	الإجمالى	٣٠	٠,٩٣٢	٠,٩٣٦	٠,٩٣٥

يتضح من نتائج جدول (٣) أن قيم معاملات ثبات ألفا ومعاملات سبيرمان وجتمان للأبعاد وللإجمالي لاستبيانى مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل كانت مرتفعة؛ مما يؤكد ثبات الاستبيانين وصلاحيتهما للتطبيق فى البحث الحالي.

- **بناءً على ما سبق** اشتمل استبيان مقومات إدارة التغيير فى صورته النهائية على (٤٢) عبارة خبرية. **وقد تم تحديد عبارات استبيان مقومات إدارة التغيير فى ثلاثة أبعاد: البعد الأول:** المقومات الشخصية لإدارة التغيير(١٦) عبارة، **البعد الثانى:** المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير (١٤) عبارة، **البعد الثالث:** المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير (١٢) عبارة، وفقاً لمقياس ثلاثى متصل (دائماً، أحياناً، نادراً) بتقييم (٣، ٢، ١) للعبارات موجبة الاتجاه وبتقييم (١، ٢، ٣) للعبارات سالبة الاتجاه.
- **واشتمل استبيان قلق المستقبل** فى صورته النهائية على (٣٠) عبارة خبرية. **وتم تحديد عبارات استبيان قلق المستقبل فى ثلاثة أبعاد: البعد الأول:** القلق من الشعور بالوحدة النفسية (١٠) عبارات، **البعد الثانى:** القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء (١٠) عبارات، **البعد الثالث:** القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى (١٠) عبارات، وكانت الاستجابة على هذا الاستبيان على مقياس متصل (١ - ٢ - ٣) إذا كان اتجاه العبارة سالب (والذى يعنى ارتفاع قلق المستقبل لدى المبحوثات)، والعكس صحيح إذا كان إتجاه العبارة موجب؛ لكون قلق المستقبل لدى المبحوثات ظاهرة سلبية. وقد أمكن تقسيم الإستبيانين إلى ثلاثة مستويات (منخفض - متوسط - مرتفع)، كما يتضح فى نتائج جدول (٤)، وتم حساب المستويات عن طريق حساب المدى وطول الفئة.

جدول (٤) القيم الصغرى والكبرى والمدى وطول الفئة والمستويات لإستبيانى مقومات إدارة التغيير، قلق المستقبل للمطلقات حديثاً عينة البحث

الإستبيان	أبعاد الاستبيان	المشاهدة الصغرى	المشاهدة الكبرى	المدى	طول الفئة	المستوى المنخفض	المستوى المتوسط	المستوى المرتفع
مقومات إدارة التغيير	المقومات الشخصية	١٨	٤١	٢٣	٨	١٨ : ٢٥	٢٦ : ٣٣	٣٤ : ٤١
	المقومات الاجتماعية	٢١	٣٥	١٤	٥	٢١ : ٢٥	٢٦ : ٣٠	٣١ : ٣٥
	المقومات الاقتصادية	١٧	٣١	١٤	٥	١٧ : ٢١	٢٢ : ٢٦	٢٧ : ٣١
	إجمالى استبيان مقومات إدارة التغيير	٦٢	٩٧	٣٥	١٢	٦٢ : ٧٣	٧٤ : ٨٥	٨٦ : ٩٧
الإستبيان	أبعاد الاستبيان	المشاهدة الصغرى	المشاهدة الكبرى	المدى	طول الفئة	المستوى المرتفع	المستوى المتوسط	المستوى المنخفض
قلق المستقبل	القلق من الشعور بالوحدة النفسية	١١	٢٨	١٧	٦	١١ : ١٦	١٧ : ٢٢	٢٣ : ٢٨
	القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١١	٢٥	١٤	٥	١١ : ١٥	١٦ : ٢٠	٢١ : ٢٥
	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى	١٠	٢٧	١٧	٦	١٠ : ١٥	١٦ : ٢١	٢٢ : ٢٧
	إجمالى استبيان قلق المستقبل	٣٨	٧٣	٣٥	١٢	٣٨ : ٤٩	٥٠ : ٦١	٦٢ : ٧٣

يتضح من نتائج جدول (٤) أن أعلى درجة حصلت عليها السيدات المطلقات عينة البحث فى استبيان مقومات إدارة التغيير ككل كانت ٩٧ درجة وأقل درجة كانت ٦٢ والمدى ٣٥ وطول الفئة ١٢، وبذلك أمكن تقسيم الاستبيان إلى ثلاث مستويات (منخفض - متوسط - مرتفع)، وكانت أعلى درجة حصلن عليها فى استبيان قلق المستقبل ككل ٧٣ وأقل درجة ٣٨ والمدى ٣٥ وطول الفئة ١٢، وبذلك أمكن تقسيم الاستبيان إلى ثلاث مستويات (منخفض - متوسط - مرتفع).

- **الأساليب الإحصائية المستخدمة:** بعد جمع البيانات وتفريغها تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج (Spss) وفيما يلى بعض الأساليب الإحصائية المستحدمة لكشف العلاقة بين متغيرات البحث واختبار صحة الفروض: حساب العدد والنسب المئوية، ($كا^2$) مربع كاى، المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية، معامل إرتباط بيرسون ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية (لحساب الصدق والثبات)، الأوزان النسبية، اختبار T-test لحساب الفروق بين المتوسطات بالنسبة لمتغيرات البحث، وتحليل التباين أحادى الإتجاه One Way Anova، اختبار LSD للمقارنات المتعددة لتحديد اتجاه الدلالة.

نتائج البحث:

أولاً: نتائج خصائص العينة: وصف المتغيرات المتعلقة بخصائص عينة البحث:

جدول (٥) التوزيع النسبى لعينة البحث وفقاً للخصائص الاجتماعية والاقتصادية ن= (٢١٨)

البيان	الفئة	العدد	%	البيان	الفئة	العدد	%
مكان السكن	ريف	٨٢	٣٧.٦	طبيعة السكن	مستقل	١١٩	٥٤.٦
	حضر	١٣٦	٦٢.٤		مع الأهل	٩٩	٤٥.٤
	الإجمالى	٢١٨	١٠٠			٢١٨	١٠٠
البيان	الفئة	العدد	%	البيان	الفئة	العدد	%
عمل السيدة المطلقة	تعمل	١٠٢	٤٦.٨	عمر السيدة المطلقة	صغير (< ٤٠ سنة)	١٠٩	٥٠.٠
	لا تعمل	١١٦	٥٣.٢		متوسط (٤٠<٤٥ سنة)	٦٥	٢٩.٨
	الإجمالى	٢١٨	١٠٠		كبير (من ٤٥سنة فاكثر)	٤٤	٢٠.٢
					الإجمالى	٢١٨	١٠٠
البيان	الفئة	العدد	%	البيان	الفئة	العدد	%
حجم الأسرة	صغير (٣- ٤أفراد)	٦٤	٢٩.٤	المستوى التعليمى للسيدة المطلقة	مستوى تعليمى منخفض (يقرأ ويكتب- شهادة إبتدائية)	٦٧	٣٠.٧
	متوسط (٥- ٦ أفراد)	٨٦	٣٩.٤		مستوى تعليمى متوسط (شهادة إعدادية- شهادة ثانوية وما يعادلها)	٧٠	٣٢.١
	كبير (٧أفراد فاكثر)	٦٨	٣١.٢		مستوى تعليمى مرتفع (تعليم جامعى – فوق الجامعى)	٨١	٣٧.٢
	الإجمالى	٢١٨	١٠٠		الإجمالى	٢١٨	١٠٠
البيان	الفئة	العدد	%				
مستوى الدخل الشهرى	دخل شهرى منخفض<٢٠٠٠جنيه	٧٢	٣٣.٠				
	دخل شهرى متوسط من ٢٠٠٠< ٤٠٠٠جنيه	٧٧	٣٥.٣				
	دخل شهرى مرتفع ٤٠٠٠< جنيه	٦٩	٣١.٧				
	الإجمالى	٢١٨	١٠٠				

يتضح من نتائج جدول (٥) ارتفاع نسبة السيدات المطلقات عينة البحث قاطنى الحضر عن الريف بنسبة بلغت ٦٢,٤٪ مقابل٣٧,٦٪ من إجمالي العينة على التوالي، وتبين ارتفاع نسبة العينة ممن يقمن فى مسكن مستقل بعد الطلاق فجاءت بنسبة ٥٤,٦٪ فى مقابل ٤٥,٤٪ ممن يقمن مع الأهل بعد الطلاق، ولوحظ أن أكثر من نصف عينة البحث من غير العاملات حيث جاءت بنسبة ٥٣,٢٪ مقابل ٤٦,٨٪ من العاملات, وبالنسبة للعمر فبلغت النسبة الأعلى٥٠,٠٪ للسيدات ذوات الفئة العمرية الصغرى < ٤٠ سنة، تلاها الفئة العمرية الوسطى ٤٠< ٤٥ سنة بنسبة ٢٩,٨٪، ثم الفئة العمرية الكبرى من ٤٥ سنة فأكثر والتى بلغت نسبتهن نحو ٢٠,٢٪، وجاء حجم الأسرة المتوسط من (٥- ٦) أفراد فى المركز الأول بنسبة ٣٩,٤٪، تلاه حجم الأسرة الكبير (٧ أفراد فأكثر) بنسبة ٣١,٢٪، والمركز الثالث لحجم الأسرة الصغير (٣ - ٤ أفراد) بنسبة بلغت ٢٩,٤٪. وجاء المستوى التعليمى المرتفع لعينة البحث فى المركز الأول بنسبة ٣٧,٢٪، تلاه المستوى التعليمى المتوسط بنسبة ٣٢,١٪، ثم المستوى التعليمى المنخفض بنسبة ٣٠,٧٪، كما تراوح الدخل الشهري لأسر السيدات المطلقات عينة البحث مابين الدخل المنخفض (< ٢٠٠٠ جنيه) والذى احتل المركز الأول بنسبة بلغت ٣٣,٠٪، تلاه ذوات الدخل المتوسط (٢٠٠٠< ٤٠٠٠ جنيه) بنسبة ٣٥,٣٪، ثم الأسر ذوات الدخل الشهري المرتفع (> ٤٠٠٠ جنيه) بنسبة ٣١,٧٪.

ثانياً: البيانات الوصفية المتعلقة باستجابات السيدات المطلقات عينة البحث عن الأسباب التى أدت إلى الطلاق من منظورهن:

جدول (٦) التوزيع التكرارى لعينة البحث وفقاً للأسباب الشخصية والاجتماعية والاقتصادية التى أدت إلى حدوث الطلاق من منظورهن

الأسباب الشخصية	التكرار	٪	الترتيب
افشاء أسرار الحياة الزوجية	٩٨	١٤,٦	٣
تعدد العلاقات النسائية للزوج	٨١	١٢,١	٥
الغيرة الزائدة من أحد الزوجين	٦٨	١٠,١	٦
ضعف شخصية الزوج	١١٠	١٦,٤	٢
العقم عند أحد الزوجين	٥٧	٨,٥	٧
العنف من الزوج تجاه زوجته	١٢٤	١٨,٥	١
إدمان المخدرات	٤٥	٦,٧	٨
إدمان مواقع التواصل الاجتماعى	٨٨	١٣,١	٤
الأسباب الاجتماعية	**التكرار**	**٪**	**الترتيب**
عدم قيام الزواج على أسس سليمة واضحة	٨٧	١٩,٦	٣
وجود فارق كبير فى العمر بين الزوجين	٣٠	٦,٨	٦
عدم تكافؤ المستوى التعليمى بين الزوجين	٦٥	١٤,٦	٤
عدم تكافؤ المستوى الاجتماعى بين الزوجين	٤٣	٩,٧	٥
تدخل أهل الزوجين فى الشئون الأسرية بعد الزواج وافتعال المشاكل	١١٧	٢٦,٤	١
اختلاف الطباع والميول بين الزوجين	١٠٢	٢٣,٠	٢
الأسباب الاقتصادية	**التكرار**	**٪**	**الترتيب**
عدم كفاية الدخل الشهرى للأسرة	١٨٠	٢١,٥	١
عدم القدرة على توفير مسكن مستقل	١٣٢	١٥,٨	٣
كثرة المطالب المالية لأحد طرفى الزواج	٨٣	٩,٩	٦
بطالة الزوج	٩٤	١١,٢	٥
بخل الزوج فى الإنفاق على الأسرة	١٦١	١٩,٢	٢
كثرة الديون على أحد الزوجين	٧٨	٩,٣	٧
الاعتماد الكامل على راتب الزوجة	١١٠	١٣,١	٤

- عدد التكرارات أكبر من حجم عينة البحث نظراً لاختيار بعض المبحوثات أكثر من سبب شخصى أو اجتماعى أو اقتصادى أدى لحدوث الطلاق.

يتضح من نتائج جدول (٦) أن أبرز ثلاثة أسباب شخصية مؤدية لحدوث الطلاق من منظور عينة البحث كانت: **العنف من الزوج تجاه زوجته، ضعف شخصية الزوج، إفشاء أسرار الحياة الزوجية، بنسبة ١٨,٥٪، ١٦,٤٪، ١٤,٦٪ على الترتيب.** فى حين كانت أبرز ثلاثة أسباب اجتماعية كالتالى: **تدخل أهل الزوجين فى الشئون الأسرية بعد الزواج وافتعال المشاكل، اختلاف الطباع والميول بين الزوجين، عدم قيام الزواج على أسس سليمة واضحة، وقد جاءت بنسبة ٢٦,٤٪، ٢٣,٠٪، ١٩,٦٪ على الترتيب.** بينما كانت أبرز ثلاثة أسباب اقتصادية من منظورهن: **عدم كفاية الدخل الشهرى للأسرة، بخل الزوج فى الإنفاق على الأسرة، عدم القدرة على توفير مسكن مستقل، وقد جاءت بنسبة ٢١,٥٪، ١٩,٢٪، ١٥,٨٪ على الترتيب.** وتُفسر الباحثتان النتائج السابقة المتعلقة بالأسباب المؤدية للطلاق إلى **أن هناك العديد من الأسباب الشخصية والاجتماعية والاقتصادية التى تؤثر على رابطة الزواج وتدفع الزوجين للإنفصال عن بعضهما البعض، فالطلاق يحدث نتيجة لإنهيار التوافق الزواجى بين الزوجين، الأمر الذى يجعل الحياة بينهما شبه مستحيلة، ويكون فيها أحد الطرفين أو كلاهما شاعراً بالحرمان من التدعيم والثواب واشباع حاجته من الطرف الآخر، ويكون الطلاق وسيلة للتخلص من تلك العلاقة الزوجية. تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة عمر ربابعة، رفقة سالم (٢٠١٥) والتي أشارت إلى أن من الأسباب التي تقف وراء الطلاق سوء الاختيار، وعدم وجود قواسم حياتية مشتركة بين الزوجين، واختلاف المستوى الفكري والتعليمي بين الزوجين، وتعاطي المخدرات، كما أكدا على تدخل الأهل كأحد الأسباب المؤدية للطلاق، واتفقت معهما نتائج دراسة مهتاب أبو زنط (٢٠١٦) وأضافت بخل الزوج واعتبرته سبب من أسباب الطلاق وخاصةً إذا كان الزوج هو مصدر الإعالة الوحيد للأسرة. وأضافت دراسة رندا سلطان (٢٠١٧) أن ضعف الإمكانات المادية للزوج، وتراكم الديون عليه، وأخذ مال زوجته الخاص بها كانت من أهم الأسباب الاقتصادية المؤدية للطلاق. كما أشارت دراسة كلٍ من نجلاء الشيمي (٢٠١٨)، وعزة الطنبولي (٢٠٢١) أن إدمان الزوجين أو أحدهما لوسائل التواصل الاجتماعي والإنترنت من أهم الأسباب الحديثة المؤدية للطلاق .**

ثالثاً: نتائج وصف العينة فى ضوء الاستجابات على أدوات البحث:

وصف الاستجابات على استبيان مقومات إدارة التغيير:

جدول(٧) توزيع عينة البحث وفقاً للاستجابات على استبيان مقومات إدارة التغيير ن= (٢١٨)

م	العبارة		دائما	أحيانا	نادرا	كا٢
البعد الأول: المقومات الشخصية لإدارة التغيير						
١	أعانى من الإندفاع فى اختياراتى وقراراتى الحياتية. (-)	عدد	١٤٤	٤٢	٣٢	١٠٥,٧٣ ❖❖
		%	٦٦,١	١٩,٣	١٤,٧	
٢	أتبنى أساليب جديدة للقيام بأدواري المختلفة والتغيير للأفضل.	عدد	٣٩	١١١	٦٨	٣٦,١٢ ❖❖
		%	١٧,٩	٥٠,٩	٣١,٢	
٣	أقف على نقاط القوة التي لدى والتي تساعدني على التغيير للأفضل.	عدد	٣٨	٦٠	١٢٠	٤٩,٥٨ ❖❖
		%	١٧,٤	٢٧,٥	٥٥,٠	
٤	أسعى لتوسيع آفاقي الفكرية بالالتحاق بدورات التنمية البشرية؛ للمساعدة على إقبال مشرق نحو الحياة.	عدد	٣٢	٦٣	١٢٣	٥٨,٩١ ❖❖
		%	١٤,٧	٢٨,٩	٥٦,٤	
٥	أخطط لأمور حياتي ولا أتركها تحت رحمة الظروف.	عدد	٣٩	١٠٤	٧٥	٢٩,١٨ ❖❖
		%	١٧,٩	٤٧,٧	٣٤,٤	
٦	أتقبل ذاتي وأتجاهل مشاعري السلبية.	عدد	٣٤	٦٢	١٢٢	٥٥,٦٣ ❖❖
		%	١٥,٦	٢٨,٤	٥٦,٠	
٧	لدى استعداد لما قد يحدث في حياتي من أحداث وتغييرات.	عدد	٢٩	١٠٨	٨١	٤٤,٣٨ ❖❖
		%	١٣,٣	٤٩,٥	٣٧,٢	
٨	لدي مبادئ وقيم ألتزم بها وأحافظ عليها.	عدد	١٠١	٥٠	٦٧	١٨,٥٦ ❖❖
		%	٤٦,٣	٢٢,٩	٣٠,٧	
٩	لدى القدرة على التحدي والمثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة أوجهها	عدد	٤٤	٥٤	١٢٠	٤٦,٩٤ ❖❖
		%	٢٠,٢	٢٤,٨	٥٥,٠	
١٠	أتجنب مواجهة ما يقابلني من أزمات وأبحث عن الدعم والمساندة من الآخرين. (-)	عدد	٨٧	١٠٣	٢٨	٤٢,٩٥ ❖❖
		%	٣٩,٩	٤٧,٣	١٢,٨	
١١	لدى حب استطلاع ورغبة في معرفة الجديد وتجارب الاخرين	عدد	٤٨	١٠٠	٧٠	١٨,٧٥ ❖❖
		%	٢٢,٠	٤٥,٩	٣٢,١	
١٢	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تُملى على من أحد.	عدد	٢٨	١٠٨	٨٢	٤٥,٨٤ ❖❖
		%	١٢,٨	٤٩,٥	٣٧,٦	
١٣	أجد صعوبة فى التكيف مع ظروفى الطارئة. (-)	عدد	١٤٦	٤١	٣١	١١١,٧٠ ❖❖
		%	٦٧,٠	١٨,٨	١٤,٢	
١٤	أشعر بأهمية دوري في تغيير نظرة المجتمع لي كسيدة مطلقة.	عدد	٣٥	١١٧	٦٦	٤٧,١٨ ❖❖
		%	١٦,١	٥٣,٧	٣٠,٣	
١٥	أؤمن بأن الإنسان جوهر عملية التغيير والتطوير، وقادر على تحقيق ذلك من خلال تنمية مهاراته ومعارفه وقدراته.	عدد	١٠٢	٦٠	٥٦	١٧,٨٧ ❖❖
		%	٤٦,٨	٢٧,٥	٢٥,٧	
١٦	أثق فى قدرتى على تنفيذ خططى المستقبلية.	عدد	٤١	١٣٠	٤٧	٦٨,١٠ ❖❖
		%	١٨,٨	٥٩,٦	٢١,٦	
البعد الثاني: المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير						
١	أراعى أهداف أسرتي وأولوياتها عند اتخاذ القرارات المتعلقة بإحداث التغيير.	عدد	١٠٤	٨٦	٢٨	٤٣,٤١ ❖❖
		%	٤٧,٧	٣٩,٤	١٢,٨	
٢	أعمل على تحقيق روح التعاون بين أفراد أسرتي للتصدي لأي معوقات أو أزمات.	عدد	٣٢	١٤١	٤٥	٩٧,٥٥ ❖❖
		%	١٤,٧	٦٤,٧	٢٠,٦	
٣	أحث أفراد أسرتي على المرونة في العمل لمسايرة المواقف المختلفة.	عدد	٦٠	١٢٣	٣٥	٥٦,٥٦ ❖❖
		%	٢٧,٥	٥٦,٤	١٦,١	
٤	أحرص على توفير الأنشطة الاجتماعية وممارسة الهوايات داخل المنزل للمساعدة على التغيير للأفضل.	عدد	٣١	٧٧	١١٠	٤٣,٣٣ ❖❖
		%	١٤,٢	٣٥,٣	٥٠,٥	

تابع جدول(٧) توزيع عينة البحث وفقاً للاستجابات على استبيان مقومات إدارة التغيير ن= (٢١٨)

م	العبارة	عدد ٪	دائماً	أحياناً	نادراً	كا٢
٥	أسعى إلى توسيع قاعدة علاقاتي الاجتماعية ونطاق مشاركاتي الفعلية بما يسهم في حل ما يواجهني من مشاكل.	عدد	١١٢	٦١	٤٥	٣٣,٧٠ ❖❖
		%	٥١,٤	٢٨,٠	٢٠,٦	
٦	أوزع المسؤوليات الأسرية بين أفراد أسرتي لتصريف شئون الأسرة بطريقة أفضل.	عدد	٥٠	١٣٧	٣١	٨٧,٩٢ ❖❖
		%	٢٢,٩	٦٢,٨	١٤,٢	
٧	أشجع أبنائي على الاندماج الاجتماعي مع الآخرين.	عدد	١١٣	٦١	٤٤	٣٥,٥٧ ❖❖
		%	٥١,٨	٢٨,٠	٢٠,٢	
٨	أبادر بالمشاركة في الأنشطة التي تخدم المجتمع.	عدد	٤١	٦٨	١٠٩	٣٢,٢٧ ❖❖
		%	١٨,٨	٣١,٢	٥٠,٠	
٩	أرفض الدعم المادي والمعنوي من أفراد أسرتي حتى لا أشعر بالانهزام (-)	عدد	١٠٤	٦٠	٥٤	٢٠,٥١ ❖❖
		%	٤٧,٧	٢٧,٥	٢٤,٨	
١٠	ألجأ لأصدقائي عند التعرض لأي مشكلة أو أزمة.	عدد	٤٢	٧٠	١٠٦	٢٨,٣٣ ❖❖
		%	١٩,٣	٣٢,١	٤٨,٦	
١١	أسعى للتعرف على الخدمات المجتمعية المقدمة من قبل الدولة للمطلقات.	عدد	٤٥	٧١	١٠٢	٢٢,٤١ ❖❖
		%	٢٠,٦	٣٢,٦	٤٦,٨	
١٢	أبادر بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.	عدد	٥٦	١٠٩	٥٣	٢٧,٣١ ❖❖
		%	٢٥,٧	٥٠,٠	٢٤,٣	
١٣	أنمى اتجاهات أفراد أسرتي نحو أهمية التغيير والقبول به.	عدد	٤٣	٤٩	١٢٦	٥٨,٩٦ ❖❖
		%	١٩,٧	٢٢,٥	٥٧,٨	
١٤	أسعى للاتجاه نحو العمل الجماعي لمواجهة ما أمر به من أزمات.	عدد	٤١	٧٣	١٠٤	٢٧,٣١ ❖❖
		%	١٨,٨	٣٣,٥	٤٧,٧	
البعد الثالث: المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير						
١	لدى أفكار لمشاريع صغيرة يسهل تنفيذها وتسويقها.	عدد	٤٠	١١٤	٦٤	٣٩,٢٢٩ ❖❖
		%	١٨,٣	٥٢,٣	٢٩,٤	
٢	أعدل ممارساتي الإدارية وفق متطلبات التغيير.	عدد	٢٨	٦٩	١٢١	٥٩,٧٨٩ ❖❖
		%	١٢,٨	٣١,٧	٥٥,٥	
٣	أسعى لعمل مشروعات منتجة بالأسرة؛ لزيادة الدخل وتغيير الوضع الراهن لوضع أفضل.	عدد	١٠٣	٦٢	٥٣	١٩,٥٥٠ ❖❖
		%	٤٧,٣	٢٨,٤	٢٤,٣	
٤	أرى أن التخطيط للدخل المالي وحساب الطوارئ يُعد ضمان اقتصادي للمستقبل البعيد.	عدد	١٠٤	٦٤	٥٠	٢١,٦١٥ ❖❖
		%	٤٧,٧	٢٩,٤	٢٢,٩	
٥	أقدر قيمة المهارات اليدوية والعمل الإنتاجي المنزلي في تحسين الدخل المالي للأسرة.	عدد	٣٢	١٢٦	٦٠	٦٤,١١٠ ❖❖
		%	١٤,٧	٥٧,٨	٢٧,٥	
٦	أحاول توجيه موارد الأسرة وإمكانياتها نحو خدمة أهداف التغيير.	عدد	٩٩	٧٥	٤٤	٢٠,٩٢٧ ❖❖
		%	٤٥,٤	٣٤,٤	٢٠,٢	
٧	أعمل على تحديد أولويات الشراء بما يتناسب مع إمكانياتي المالية، ويلقى قبولا من أفراد أسرتي.	عدد	١٠٣	٦٠	٥٥	١٩,١٦٥ ❖❖
		%	٤٧,٣	٢٧,٥	٢٥,٢	
٨	أفقد القدرة على التكيف والاستجابة لعوامل التغيير أثناء الأزمات المالية التي أمر بها. (-)	عدد	٦٠	٦٥	٩٣	٨,٧٠٦ ❖❖
		%	٢٧,٥	٢٩,٨	٤٢,٧	
٩	أسعى إلى ضبط الموازنة بين احتياجاتي الشرائية وبين دخلي الحالي للحصول على أفضل تغيير.	عدد	١٠١	٥٩	٥٨	١٦,٥٧٨ ❖❖
		%	٤٦,٣	٢٧,١	٢٦,٦	
١٠	أجد صعوبة في تقدير النفقات المنزلية لفترة طويلة مما يحدث خلل في ميزانية الأسرة. (-)	عدد	٦٠	٦٧	٩١	٧,٢٧٥ ❖❖
		%	٢٧,٥	٣٠,٧	٤١,٧	
١١	أعدل في بنود احتياجات أسرتي حسب تقلبات السوق والأسعار.	عدد	٣٦	٧٧	١٠٥	٣٣,١٤٧ ❖❖
		%	١٦,٥	٣٥,٣	٤٨,٢	
١٢	أحرص على أن تكون جميع الاحتياجات الضرورية متوفرة في المنزل.	عدد	١٠٣	٥٧	٥٨	١٩,٠٠٠ ❖❖
		%	٤٧,٣	٢٦,١	٢٦,٦	

يتضح من نتائج جدول (٧) بالنسبة للبعد الأول (المقومات الشخصية لإدارة التغيير) أن جميع قيم كا٢ كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت معظم استجابات أكثر من نصف عينة البحث لصالح دائماً والممثل فى العبارة رقم (١٣) مشيرة إلى أن غالبية العينة دائماً ما تجدن صعوبة فى التكيف مع الظروف الطارئة. وقد ذكر كلٍ من أحمد عبد المعطى، دعاء مصطفى (٢٠٠٨) فى هذا الصدد أن التكيف مع الظروف الطارئة بمثابة السلاح للخروج من الأزمات؛ للتعايش الناجح، والتغيير نحو الأفضل، والقدرة على تحقيق التواصل مع الآخرين، ومواجهة التحديات والمتغيرات، وفى نفس الوقت أداء الأعمال المطلوبة على أكمل وجه. كما جاءت أكثر من نصف استجابات عينة البحث لصالح دائماً والممثلة فى العبارة رقم (١) مشيرة إلى أنهن دائماً ما (تعانين من الاندفاع فى اختياراتهن وقراراتهن)، بينما جاءت العبارات أرقام (١٦، ١٤، ٢) لصالح أحياناً لتوضح أن أكثر من نصف عينة البحث أحياناً ما (تثقن فى قدراتهن على تنفيذ خططهن المستقبلية، يشعرن بأهمية دورهن فى تغيير نظرة المجتمع لهن كسيدات مطلقات، تتبنين أساليب جديدة للقيام بأدوارهن) وقد أكد شداد العتيبى (٢٠١١) أن الأفراد القادرين على التغيير يتمتعون بالمرونة الذهنية، والثقة بالنفس، وتقبل الأفكار الجديدة، والقدرة على المبادرة، والحزم فى اتخاذ القرارات، وابتكار وسائل جديدة لمواجهة المواقف المتوقعة. **بالنسبة للبعد الثانى (المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير):** يتضح أن جميع قيم كا٢ كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت معظم استجابات عينة البحث لصالح أحياناً والممثلة فى العبارات رقم (٦، ٢) مشيرة إلى أن أكثر من نصف عينة البحث أحياناً ما (تعملن على تحقيق روح مع أفراد أسرهن للتصدى لأى معوقات، يوزعن المسئوليات الأسرية بين أفراد أسرهن لتصريف شئون الأسرة بطريقة أفضل) وفى هذا الصدد أوضح محسن الخضيرى (٢٠٠٣) أن إدارة التغيير لاتعمل فى الفراغ، بل تعمل فى إطار واقع اجتماعى معين، وفى ظل ظروف ومناخ وبيئة اجتماعية وإدارية معينة، تحكمها عادات وتسيطر عليها تقاليد، وتفرض على حركتها قيود وضوابط. كما أضاف إبراهيم الزعبير (٢٠١١) إلى معوقات إدارة التغيير داخل الأسرة وكان منها عدم وضوح الأهداف، سوء اتصال أفراد الأسرة بعضهم البعض، وعدم توزيع الأدوار على أفراد الأسرة حسب كفاءتهم وقدراتهم. بينما جاءت أكثر من نصف استجابات عينة البحث لصالح نادراً والممثلة فى العبارة رقم (١٣) مشيرة إلى أن غالبية عينة البحث نادراً ما (تنمين اتجاهات أفراد أسرهن نحو أهمية التغيير والقبول به) وفى هذا الصدد أكد سلطان العتيبى (٢٠١٤) فى دراسته أن إدارة التغيير تسير فى ثلاث مراحل، المرحلة الأولى منها (الإذابة) أى الحاجة للتغيير وتتمثل فى إنشاء الرغبة والدافع للتغيير عند الأفراد، وتنمية اتجاهاتهم نحو أهمية هذا التغيير. بينما جاءت أكثر من نصف استجابات عينة البحث لصالح دائماً والممثلة فى العبارة رقم (٥) مشيرة إلى أن أكثر من نصف العينة دائماً ما (تسعين إلى توسيع قاعدة علاقاتهن الاجتماعية بما يُسهم فى حل ما يواجههن من مشكلات) وقد أوضح كلٍ من الرشيد البيلى، أشرف على (٢٠١٤) أن ربة الأسرة إذا انفصلت عن الكيان الاجتماعى المحيط بها ولم تُعبر عن أفكارها بوضوح؛ فإن ذلك يُفقدها الطمأنينة مما ينعكس على ثقتها فى نفسها، وقدرتها على التطوير والتغيير للأفضل. **بالنسبة للبعد الثالث (المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير):** يتضح أن جميع قيم كا٢ كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت

معظم استجابات أكثر من نصف عينة البحث لصالح نادراً والممثل فى العبارة رقم (٢) مشيرة إلى أن غالبية العينة نادراً ماتعدلن ممارساتهن الإدارية وفق متطلبات التغيير، وقد أشار سعد رضوي (٢٠٢٢) أن المرونة أحد العناصر المهمة والضرورية في الإدارة لمسايرة ومواكبة التغيير، وتعزيز الابتكار والابداع والتشجيع على المخاطرة دون خوف وتردد. بينما جاءت غالبية استجابات عينة البحث لصالح أحياناً والممثل فى العبارة رقم (٥) مشيرة أن أكثر من نصف عينة البحث أحياناً ما تقدرن قيمة المهارات اليدوية الفردية والعمل الانتاجى المنزلى فى تحسين الدخل، كما جاءت استجابات غالبية العينة لصالح دائماً والممثلة فى العبارات أرقام (٤،٧،٩) مشيرة أنهن دائماً ما (تخططن للدخل المالى وتعملن حساب للطوارئ وهذا يُعد ضمان اقتصادى للمستقبل البعيد، تحددن أولويات الشراء بما يتناسب مع إمكانياتهن المالية ويلقى قبولاً من أفراد أسرهن، تسعين إلى ضبط الموازنة بين احتياجاتهن الشرائية ودخلهن الحالى للحصول على أفضل تغيير) وقد أشارت كلاً من رباب مشعل، نهاد رصاص (٢٠١٨) أن الوعى بإدارة التغيير وتنمية القدرة على ذلك يدفع الفرد لإدارة الموارد بشكل سليم وتقدير ذلك، وتحديد الأولويات الأهم فالمهم، ويكون أكثر جودة فيما يتخذه من قرارات بمراحلها المختلفة مع تحمل مسئولية تنفيذ هذه القرارات، ومن ثم إحداث التغيير الإيجابى لخدمة الأهداف المنشودة.

توزيع عينة البحث وفقاً لمستويات مقومات إدارة التغيير (بأبعادها، والإجمالى):

جدول (٨) التوزيع النسبي لأفراد عينة البحث وفقاً لمستويات مقومات إدارة التغيير لكل بعد والإجمالى ن=(٢١٨)

الأبعاد	المستوى	العدد	٪	الوزن النسبي	٪	الترتيب
المقومات الشخصية لإدارة التغيير	منخفض (١٨: ٢٥)	٩١	٤١,٧	٥٩	٣٠,٦	الثالث
	متوسط (٢٦: ٣٣)	٧٥	٣٤,٤			
	مرتفع (٣٤: ٤١)	٥٢	٢٣,٩			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير	منخفض (٢١: ٢٥)	٦٥	٢٩,٨	٦٤	٣٣,٢	الثانى
	متوسط (٢٦: ٣٠)	٩٨	٤٥,٠			
	مرتفع (٣١: ٣٥)	٥٥	٢٥,٢			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير	منخفض (١٧: ٢١)	٦٠	٢٧,٥	٦٩	٣٥,٩	الأول
	متوسط (٢٢: ٢٦)	٧٤	٣٣,٩			
	مرتفع (٢٧: ٣١)	٨٤	٣٨,٥			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
الإجمالى	منخفض (٦٢: ٧٣)	٨٤	٣٨,٥	١٩٢	١٠٠٪	
	متوسط (٧٤: ٨٥)	٨١	٣٧,٢			
	مرتفع (٨٦: ٩٧)	٥٣	٢٤,٣			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			

يتضح من نتائج جدول (٨) أن أكثر من ثلاثة أرباع عينة البحث مستوى مقوماتهن لإدارة التغيير ككل يقع في المستويين (المنخفض، المتوسط) حيث بلغت نسبتهن على التوالى ٣٨,٥٪، ٣٧,٢٪،

تلاهم فى المركز الأخير ذوات المستويات المرتفعة وبلغت نسبتهن ٢٤,٣٪، وقد احتلت المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير المركز الأول، يليها المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير، وفى المركز الأخير المقومات الشخصية لإدارة التغيير، حيث بلغت النسبة المئوية للوزن النسبى على التوالى (٣٥,٩٪، ٣٣,٣٪، ٣٠,٧٪). **وترى الباحثتان أنه ترتيب منطقى** فوفقاً لنظرية الحاجات الإنسانية لماسلو التى تم تنظيمها فى سلم هرمى بدايةً من الحاجات الفسيولوجية، ثم الحاجة للأمن، الانتماء، والحب والتقبل من الجماعة، ثم الحاجة للتقدير، وتحقيق الذات. ويُفترض أن الحاجات غير المشبعة تُمثل المحرك الرئيسى الذى يدفع الإنسان لاشباعها (أحمد متولى، ٢٠٠٠). **ومن هذا المنطلق** نجد أن تحقيق مقومات إدارة التغيير الاقتصادية مرهون بإشباع الحاجات الفسيولوجية، وتحقيق مقومات إدارة التغيير الاجتماعية مرتبط بإشباع الحاجة للأمن والإنتماء والحب والتقبل من الجماعة، وتحقيق مقومات إدارة التغيير الشخصية مرتبط بإشباع الحاجة للتقدير، وتحقيق الذات. **فاحتلال مقومات إدارة التغيير الاقتصادية للمركز الأول** يرجع إلى زيادة المعاناة المادية للمرأة المطلقة، لاسيما إذا لم تحصل على نفقتها من مطلقها، أو أنها لا تعمل، وبالتالى تعرضها للعوز وعدم القدرة على تلبية كثير من احتياجاتها واحتياجات أبنائها هانى عياد، أيمن فرج (٢٠١٥). الأمر الذى يجعلهن فى سعيٍ دائمٍ لإشباع حاجاتهن المعرفية والمهارية المادية من أجل الوصول للاستقرار المادى، وتوفير متطلباتهن الضرورية؛ لمحاولتهن تغيير وضعهن الحالى بآخرٍ أفضل منه (فضيلة نقايس، ٢٠١٣). **وقد احتلت المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير المركز الثانى** حيث أشارت سلوى الصديقى (٢٠١٢) أن الكثيرين يغفلون أن نجاح العلاقات الأسرية، والممارسات الاجتماعية الجيدة تُعد من المقومات الاجتماعية التى تلعب دوراً هاماً فى مواجهة المواقف الضاغطة، والتخفيف من القلق والتوتر. خاصةً وأن السيدات المطلقات كثيراً ما تتعرضن للمضايقات من المحيط الاجتماعى سواء بعدم التقبل، أو بالتهميش، أو بالنظرات المليئة باللوم والعتاب، الأمر الذى يُعيق تكيفهن فى المجتمع (محمد الغامدى، ٢٠٠٩)؛ لذلك هن فى أمس الحاجة لإدراك تلك المقومات والعمل على تنميتها. **فى حين احتلت مقومات إدارة التغيير الشخصية المركز الأخير** وقد يرجع ذلك إلى عدم إدراك العينة بمدى أهمية مقومات إدارة التغيير الشخصية فى مواجهة التحديات والصعوبات التى فرضتها الحياة عليهن، ودورها فى تنمية الاتجاه الإيجابى، وحب الحياة والإقبال عليها. يتفق ذلك مع ما أكدت عليه نتيجة دراسة أسماء إبراهيم (٢٠٠٧) من سيطرة الشعور بالإحباط، والإنكسار النفسى، والإكتئاب على المطلقات، مع لوم الذات الدائم، واستسلامهن لذلك. وفى هذا الصدد أكدت نتيجة دراسة كلٍ من محمد الغامدى (٢٠٠٩)، فضيلة نقايس (٢٠١٣) على أنه كلما استطاعت المطلقات تحقيق الاستقرار الاقتصادى، والتواصل الاجتماعى الجيد كان لذلك عظيم الأثر فى التخفيف من حدة الضغوط والاضطرابات النفسية، والعمل على زيادة الثقة بالنفس.

وصف الاستجابات على استبيان قلق المستقبل للسيدات المطلقات عينة البحث:

جدول(٩) توزيع عينة البحث وفقاً للاستجابات على استبيان قلق المستقبل ن= (٢١٨)

م	العبارة		دائماً	أحياناً	نادراً	كا٢
البعد الأول: القلق من الشعور بالوحدة النفسية						
١	أخشى من الشعور بالخجل من الآخرين لأني مطلقة.	عدد	١٣٣	٤٩	٣٦	٧٦,٣٠ ❖❖
		%	٦١,٠	٢٢,٥	١٦,٥	
٢	أشعر بالإحباط عند التفكير في المستقبل.	عدد	١٢٨	٥١	٣٩	٦٤,١٩ ❖❖
		%	٥٨,٧	٢٣,٤	١٧,٩	
٣	أخشى من تفضيلي للعزلة والانسحاب عن الآخرين.	عدد	١١٩	٥٩	٤٠	٤٦,٨٠ ❖❖
		%	٥٤,٦	٢٧,١	١٨,٣	
٤	أقلق من افتقاد الحب والود والمساندة من الآخرين.	عدد	١٠٩	٧٤	٣٥	٣٧,٧٢ ❖❖
		%	٥٠,٠	٣٣,٩	١٦,١	
٥	لدى أهداف مستقبلية لي ولأبنائي. (+)	عدد	٣١	١١٦	٧١	٤٩,٧٧ ❖❖
		%	١٤,٢	٥٣,٢	٣٢,٦	
٦	أخشى من عدم قدرتي على التحكم في غضبي نتيجة للضغوط.	عدد	١٢٩	٥٦	٣٣	٦٩,١٥ ❖❖
		%	٥٩,٢	٢٥,٧	١٥,١	
٧	أقدر ذاتي وأشعر أني استحق حياة سعيدة. (+)	عدد	٤٠	١٢٨	٥٠	٦٣,٨٩ ❖❖
		%	١٨,٣٪	٥٨,٧	٢٢,٩	
٨	أخشى من تعدد أدواري في المستقبل.	عدد	١٠٤	٦٣	٥١	٢١,٢٦ ❖❖
		%	٤٧,٧	٢٨,٩	٢٣,٤	
٩	أشعر بالرضا والسعادة بعلاقتي بأبنائي. (+)	عدد	٣٤	١٠٥	٧٩	٣٥,٥١ ❖❖
		%	١٥,٦٪	٤٨,٢	٣٦,٢	
١٠	أخشى أن ينتابني إحساس الاستسلام والانسحاب من الحياة.	عدد	١٢٤	٦١	٣٣	٥٩,٧٩ ❖❖
		%	٥٦,٩	٢٨,٠	١٥,١	
البعد الثاني: القلق من الإضطراب الحياتي للأبناء						
١	أخشى من تفكير أبنائي في الإيذاء الذاتي كنوع من لفت الانتباه لديهم.	عدد	١١٢	٥٤	٥٢	٣١,٩٦ ❖❖
		%	٥١,٤	٢٤,٨	٢٣,٩	
٢	ينتابني الشعور بالخوف والقلق كلما فكرت في مستقبل أبنائي.	عدد	١١٥	٧٠	٣٣	٤٦,٤١ ❖❖
		%	٥٢,٨	٣٢,١	١٥,١	
٣	أخشى من تعرض أبنائي للشعور بالقلق والاكتئاب نتيجة عدم وجود الأب.	عدد	١٢٢	٥٤	٤٢	٥١,٢٣ ❖❖
		%	٥٦,٠	٢٤,٨	١٩,٣	
٤	أخشى من تعرض أبنائي للانحراف والانحدار السلوكي والأخلاقي كالإدمان وغيره.	عدد	١٣٩	٤٩	٣٠	٩٣,٣١ ❖❖
		%	٦٣,٨	٢٢,٥	١٣,٨	
٥	أقلق من عدم استطاعتي توفير بيئة صحية وتعليمية وتربوية جيدة لأبنائي.	عدد	١٢٧	٣٥	٥٦	٦٣,٩٧ ❖❖
		%	٥٨,٣	١٦,١	٢٥,٧	
٦	أقلق من المستحدثات والتغييرات المجتمعية على أبنائي خاصة في ظل غياب الأب.	عدد	١٣٢	٦٠	٢٦	٨٠,٦٢ ❖❖
		%	٦٠,٦	٢٧,٥	١١,٩	
٧	أخشى من تبني أبنائي للأفكار السلبية عن الزواج في المستقبل.	عدد	١٥٢	٤٢	٢٤	١٣٢,١٥ ❖❖
		%	٦٩,٧	١٩,٣	١١,٠	

تابع جدول(٩) توزيع عينة البحث وفقاً للاستجابات على استبيان قلق المستقبل ن= (٢١٨)

م	العبارة	عدد ٪	دائماً	أحياناً	نادراً	كا٢
٨	أخشى من تعرض أبنائي للارتباك والتشويش مما يؤثر على علاقتهم بالآخرين.	عدد	١٣٠	٤٨	٤٠	٦٨,٢٩ ❖❖
		%	٥٩,٦	٢٢,٠	١٨,٣	
٩	أخشى من تعرض أبنائي للاضطرابات السلوكية كالخوف والعنف.	عدد	١٣٨	٥٣	٢٧	٩٢,٧٦ ❖❖
		%	٦٣,٣	٢٤,٣	١٢,٤	
١٠	أخاف من تدهور المستوى التعليمي لأبنائي بسبب طلاقي.	عدد	١٣١	٥٠	٣٧	٧١,٤٠ ❖❖
		%	٦٠,١	٢٢,٩	١٧,٠	
البعد الثالث: القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى						
١	أخشى من لوم أبنائي لي عن الانفصال عن والدهم.	عدد	١١٤	٥٥	٤٩	٣٥,٥١ ❖❖
		%	٥٢,٣	٢٥,٢	٢٢,٥	
٢	أخشى من تدخل أسرتي في شئون حياتي الخاصة.	عدد	١٢٧	٤٨	٤٣	٦١,١١ ❖❖
		%	٥٨,٣	٢٢,٠	١٩,٧	
٣	أقلق من انسحاب أصدقائي وأقاربي عني لأني مطلقة.	عدد	٥٦	٦٢	١٠٠	١٥,٦٧ ❖❖
		%	٢٥,٧	٢٨,٤	٤٥,٩	
٤	أخشى من أن تحملنى أسرتى وحدى مسئولية الطلاق.	عدد	٨٣	١٠٨	٢٧	٤٧,٣٥ ❖❖
		%	٣٨,١	٤٩,٥	١٢,٤	
٥	أخشى من الصدام بيني وبين زوجي السابق.	عدد	١٢٧	٥٤	٣٧	٦٢,٩٣ ❖❖
		%	٥٨,٣	٢٤,٨	١٧,٠	
٦	أخشى من تدخل أهل زوجي السابق في شئون أبنائي.	عدد	١١٥	٥٦	٤٧	٣٧,٥٥ ❖❖
		%	٥٢,٨	٢٥,٧	٢١,٦	
٧	أخشى من تقييد حريتي لنظرة المجتمع السلبية للمطلقة.	عدد	٧١	٩٩	٤٨	١٧,٩٥ ❖❖
		%	٣٢,٦	٤٥,٤	٢٢,٠	
٨	أخشى من احساسي بالشفقة من نظرات الآخرين.	عدد	٦٣	١١٢	٤٣	٣٤,٦٩ ❖❖
		%	٢٨,٩	٥١,٤	١٩,٧	
٩	أخشى من النظرة الدونية من الآخرين لأني مطلقة.	عدد	١٣٨	٤٦	٣٤	٨٩,١٠ ❖❖
		%	٦٣,٣	٢١,١	١٥,٦	
١٠	أخشى من التعرض للإشاعات نتيجة استقلالي بنفسي.	عدد	١٣١	٥٤	٣٣	٧٣,٢٨ ❖❖
		%	٦٠,١	٢٤,٨	١٥,١	

يتضح من نتائج جدول (٩) بالنسبة للبعد الأول (القلق من الشعور بالوحدة النفسية) أن جميع قيم كا٢ كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت معظم استجابات أكثر من نصف عينة البحث لصالح دائماً والممثل فى العبارات أرقام (١، ٦، ٢، ١٠، ٣) مشيرة إلى أن غالبية العينة دائماً ما (تخشين من الشعور بالخجل من الآخرين، تخشين من عدم القدرة على التحكم فى غضبهن نتيجة الضغوط، تشعرن بالإحباط عند التفكير فى المستقبل، تخشين من الاستسلام والانسحاب من الحياة، تخشين من تفضيل العزلة والإنسحاب عن الآخرين) هذا وقد ذكرت سميرة شند (٢٠٠٢) أن قلق المستقبل يعكس حالة من الترقب والحذر المشوب بتوجس الشر والتشاؤم تجاه المستقبل سواء على المستوى الأسرى أو الشخصى للفرد على المدى البعيد أو القريب. كما أكد مصطفى حجازى (٢٠١٥)

فى هذا الصدد أن الطلاق يؤدى إلى الشعور بالوحدة النفسية، الإكتئاب، والقلق من المستقبل لدى المطلقات؛ فتشعرن بالأسى، وسرعة الإنفعال، وفقدان الاستمتاع بمباهج الحياة. بينما جاءت أكثر من نصف استجابات عينة البحث لصالح أحياناً والممثلة فى العبارة رقم (٧) مشيرة إلى أن غالبية العينة أحياناً ما (تقدرن ذاتهن وتشعرن أنهن تستحقن حياة سعيدة) ويتفق ذلك مع نتيجة دراسة كل من أيمن الشبول (٢٠١٠)، وفاء خويطر (٢٠١٠) حيث أكدا أن المطلقات أكثر شعوراً بالوحدة النفسية، ولديهن عدم رغبة فى التوجه الحياتى. **بالنسبة للبعد الثانى (القلق من الإضطراب الحياتى للأبناء)** يتضح أن جميع قيم كا^{2} كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت معظم استجابات أكثر من نصف عينة البحث لصالح دائماً والممثل فى العبارات أرقام (٧،٤،١٠،٥،٢) مشيرة إلى أن غالبية العينة دائماً ما (تخشين من تبنى أبنائهن للأفكار السلبية عن الزواج فى المستقبل، تخشين من تعرض أبنائهن للإنحراف والإنحدار السلوكى والأخلاقى، ينتابهن الخوف كلما فكرن فى مستقبل أبنائهن، تخشين من تدهور المستوى التعليمى لأبنائهن بسبب طلاقهن، تقلقن من عدم استطاعاتهن توفير بيئة صحية وتعليمية وتربوية جيدة لأبنائهن، ينتابهن الشعور بالخوف كلما فكرن فى مستقبل أبنائهن) وقد أوضحت سهير أحمد (٢٠٠١) أن قلق المطلقات على أبنائهن يتمثل فى القلق من تأثير المشاكل العائلية عليهم، وقلقهن من وقوعهم فريسة فى أحضان المشردين، وقلقهن من عدم قدرتهم على استكمال تعليمهم. كما تتفق مع نتيجة دراسة إبراهيم الطخيس (٢٠١٤) فى أن قلق المستقبل على الأبناء هو شعور بالخوف والتوتر من عدم القدرة على تنشئة الأبناء بسبب التكلفة المتزايدة مستقبلاً، ومن عدم القدرة على زواجهم، ومن احتمال فشل علاقاتهم الزوجية مستقبلاً. **بالنسبة للبعد الثالث (القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)** يتضح أن جميع قيم كا^{2} كانت دالة عند مستوى (٠,٠١)، وقد جاءت معظم استجابات أكثر من نصف عينة البحث لصالح دائماً والممثل فى العبارات أرقام (٩، ١٠، ٢، ٥، ١) مشيرة إلى أن غالبية العينة دائماً ما (تخشين من النظرة الدونية من الآخرين كونها مطلقة، تخشين من تعرضهن للشائعات لاستقلالهن بأنفسهن، تخشين من تدخل أسرهن فى شئون حياتهن الخاصة، تخشين من الصدام بينهن وبين أزواجهن السابقيين، تخشين من لوم أبنائهن لهن عن الإنفصال عن والدهن). وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة وفاء خويطر (٢٠١٠) فى قلق المطلقات من التدخل الأسري في شئون حياتهن، ونتيجة Yohannes Abbe (2015) حيث أشار أن السيدة المطلقة تُستبعد من عائلتها ومجتمعها، بدلاً من احتوائها وتقديم الدعم لها. وقد أكد السيد عبد المجيد (٢٠٠٣) فى هذا الصدد على أن التوافق الاجتماعى بين الفرد والجماعة التى ينتمى إليها، يقى الفرد من القلق والضغوط الاجتماعية. كما أوضح حسين فايد (٢٠٠٦) أن إدراك الفرد بأنه يستطيع الركون إلى شخص ما (قريب أو صديق) للمساعدة، فإن هذا من شأنه أن يخفف من قلق الضغوط الواقعة عليه.

توزيع عينة البحث وفقاً لمستويات قلق المستقبل بأبعاده، والإجمالى:

جدول (١٠) التوزيع النسبي لأفراد عينة البحث وفقاً لمستويات قلق المستقبل لكل بعد والإجمالى ن=(٢١٨)

الأبعاد	المستوى	العدد	٪	الوزن النسبي	٪	الترتيب
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	مرتفع (١١: ١٦)	١٢٦	٥٧,٨	٥٦	٣٣,٧٣	الثاني
	متوسط (١٧: ٢٢)	٦١	٢٨,٠			
	منخفض (٢٣: ٢٨)	٣١	١٤,٢			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	مرتفع (١١: ١٥)	١٣١	٦٠,١	٥٢	٣١,٣٣	الأول
	متوسط (١٦: ٢٠)	٥٨	٢٦,٦			
	منخفض (٢١: ٢٥)	٢٩	١٣,٣			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	مرتفع (١٠: ١٥)	٨٤	٣٨,٥	٥٨	٣٤,٩٤	الثالث
	متوسط (١٦: ٢١)	٩٣	٤٢,٧			
	منخفض (٢٢: ٢٧)	٤١	١٨,٨			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			
الإجمالى	مرتفع (٣٨: ٤٩)	١٠٩	٥٠,٠	١٦٦	١٠٠	
	متوسط (٥٠: ٦١)	٨٤	٣٨,٥			
	منخفض (٦٢: ٧٣)	٢٥	١١,٥			
	المجموع	٢١٨	١٠٠			

يتضح من نتائج جدول (١٠) أن أكثر من ثلاثة أرباع عينة البحث إجمالى مستوى قلق المستقبل لديهن يقع في المستوى (المرتفع، والمتوسط) حيث بلغت نسبتهن ٥٠,٠٪، ٣٨,٥٪ على التوالى، تلاهم ذوات المستويات المنخفضة والتى بلغت نسبتهن ١١,٥٪، وقد احتل القلق من الإضطراب الحياتى للأبناء المركز الأول كأكثر أنواع القلق المستقبلى التى تُعانى منها السيدات المطلقات عينة البحث، تلاه القلق من الشعور بالوحدة النفسية، وفى المركز الأخير القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري، حيث بلغت الأوزان النسبية على التوالى (٣١,٣٣٪، ٣٣,٧٣٪، ٣٤,٩٤٪)، (وقد تم الترتيب تصاعدياً؛ كون ظاهرة قلق المستقبل ومحاورها سلبية، فكلما انخفضت النسبة دليل على انتشار وتفشى الظاهرة). تلك النتائج إنذار بدق ناقوس الخطر على فئة لا يُستهان بها والأجيال القادمة منها ومن ثم المجتمع، **وترى الباحثتان أن الترتيب السابق لمحاور قلق المستقبل منطقى قد يرجع إلى** أن أغلى ما تمتلكه المرأة هم أبنائها فلذة كبدها، فهم من تُكد وتتعب من أجلهم لتوفير كافة متطلباتهم بصفة عامة، فما بالنا بشعورها هذا فى تلك الظروف والتى أصبحت فيها القائم بدور الأب والأم معاً، الأمر الذى يُشعرها بالقلق على أبنائها خوفاً عليهم من عدم قدرتها على توفير بيئة صحية وتعليمية وتربوية جيدة لهم، وبالتالى تعرضهم للمرض، وللإرتباك والتشويش، والانحدار السلوكى. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة مهتاب أبو زنط (٢٠١٦) حيث أوضحت أن التسرب من التعليم والتشرد والانحراف من الآثار الناتجة عن الطلاق على الأبناء والتى تؤدى إلى قلق المطلقات

عليهم. **وقد احتل القلق من الشعور بالوحدة النفسية المركز الثانى** قد يرجع ذلك إلى عدم إدراك عينة البحث بأن مشاعر خوفهن وقلقهن من المجهول تفقدهن الثقة بالنفس وتجعلهن يشعرن باغتراب الذات وبأنهن غير قادرات على عقد صلات اجتماعية جيدة مع المحيطين بهن لاستسلامهن لتلك المشاعر التى تعصف قلوبهن وتشغل فكرهن، ولقطع بعض المتزوجات من حولهن علاقاتهن بهن أو إحجامها بشكل يجعلهن يقلقن من الوحدة والعزلة المستقبلية. وفى هذا الصدد أكدت نتيجة دراسة عديلة التونسى (٢٠٠٢) أن الطلاق وحده كافى لإحداث اضطرابات نفسية فى حياة المطلقات تتمثل فى قلق المستقبل والإكتئاب والشعور بالوحدة النفسية. الأمر الذى يتطلب سرعة التصالح مع النفس، والشعور بالسعادة معها، وعدم الاستسلام لليأس والقلق (أحمد متولى، ٢٠٠٠). **فى حين احتل القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري المركز الأخير** وقد يرجع ذلك إلى الموروثات والتقاليد التى فَرضت على المطلقة النظرة الدونية؛ لأنه بمجرد طلاقها تصبح عضواً غير مرغوب فيه فى ثقافة المجتمع، وبالتالى هذا التراجع فى المكانة حسب المعتقدات يُعد من العوامل المهمة فى وقوع المطلقة فى براثن الخوف والقلق الشديد فى المستقبل من نظرة المجتمع لها والمشاكل والصراعات العائلية التى ستترتب على تلك النظرة. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة صالح الرميح (٢٠١١) فى أن هناك مشاكل محورية ترتبط بطريقة نظرة المجتمع للمطلقة، والتى تتسم بالدونية، باعتبار الطلاق وصمة اجتماعية تعانى منها.

رابعاً: النتائج فى ضوء فروض البحث:

الفرض الأول: توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين مقومات إدارة التغيير لعينة البحث من المطلقات حديثاً بأبعادها المتمثلة فى (المقومات الشخصية لإدارة التغيير، المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير، المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير) والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى (القلق من الشعور بالوحدة النفسية، القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء، القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى) والإجمالى. وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Correlation Pearson بين المتغيرات الخاصة بالبحث. جدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) معاملات الإرتباط بين كلٍ من مقومات إدارة التغيير لعينة البحث بأبعادها، والإجمالى وقلق المستقبل بأبعاده والإجمالى ن= (٢١٨)

قلق المستقبل / مقومات إدارة التغيير	القلق من الشعور بالوحدة النفسية	القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى	الإجمالي
المقومات الشخصية لإدارة التغيير	-٠,١٩٣ ◆◆	-٠,٢٢٧ ◆◆	-٠,٢٢١ ◆◆	-٠,٢٨٩ ◆◆
المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير	-٠,٢٢٨ ◆◆	-٠,٢٩٩ ◆◆	-٠,١٨٨ ◆◆	-٠,٣٢٢ ◆◆
المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير	-٠,٢٠٥ ◆◆	-٠,١٩٢ ◆◆	-٠,١٥٣ ◆	-٠,٢٥٤ ◆◆
الإجمالي	-٠,٣٠٠ ◆◆	-٠,٣٣٩ ◆◆	-٠,٢٧٠ ◆◆	-٠,٤١٣ ◆◆

◆ دال عند مستوى دلالة٠,٠٥ ◆◆دال عند مستوى دلالة ٠,٠١

يتضح من نتائج جدول (١١) وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١، ٠,٠٥) بين درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها المتمثلة فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير، والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى) والإجمالى، **وذلك يعنى أنه** كلما تواجدت مقومات إدارة التغيير لدى عينة البحث كلما قل مستوى قلق المستقبل والعكس صحيح، فالسيدة المطلقة التى تتوافر لديها مقومات إدارة التغيير يكون لديها الاستعداد لتغيير وضعها الحالى لوضع أفضل منه، فتجد نفسها أكثر إدراكاً وتقبلاً للمسئوليات المنوطة بها تجاه نفسها وأبنائها، قادرة على بناء جسور من العلاقات الاجتماعية الطيبة التى تُجنبها قلق الشعور بالوحدة والعزلة، وتعطيها الصلابة النفسية والدعم النفسى لتنعم بالرضا ولا تَهاب أو تقلق من نظرة الإمتهان ممن حولها، كما تشعر بأنها كُفء، وبأنها قادرة على إدارة مواردها والوفاء بإلتزاماتها، الأمر الذى يساعدها على خوض غمار الحياة الجديدة والسيطرة على صعوباتها، والتعايش مع متغيراتها بشكلٍ إيجابى دون خوفٍ من القادم مما يساعد على النجاح فى الحياة والتغلب على قلق المستقبل؛ فمقومات إدارة التغيير هى السبيل للتطوير والتغيير ورسم المستقبل والتخطيط له دون قلقٍ. وفى هذا الصدد فقد تناولت دراسة طلعت غبريال وآخرون (٢٠٢١) الصلابة النفسية كأحد المقومات الشخصية والنفسية التي تساعد الفرد على التوافق الإيجابي ومقاومة الضغوط الحياتية، الأمر الذى يكون له أثره فى الحد من مستوى قلق المستقبل، واتفقت نتائج دراسة كل من هالة آدم، صديق يوسف (٢٠١٩)، سفيان الربدي (٢٠٢٠)، هشام الفقي وآخرون (٢٠٢١) على أن هناك علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل. كما تناولت دراسة منار الطعاني، منار بني مصطفى (٢٠٢١) أهمية توجه المطلقات لاستراتيجية إعادة البناء المعرفي والتي تضمنت إعادة تقييم علاقاتهن الاجتماعية مع أبنائهن وأسرهن، والاندماج المجتمعي؛ مما ينعكس على تقليل الشعور بقلق المستقبل. كما أكدت نتيجة دراسة كلٍ من شيرين فرحات (٢٠١٧)، وأمل النويصر (٢٠٢٠) على أن التخطيط للدخل المالى وحُسن إدارته (كأحد دعائم المقومات الاقتصادية) يقلل من مستوى قلق المستقبل. وأضافت دراسة كلاً من Karimli,et. al,(2021) ، Naseer, et. al, (2021) على أن توجه السيدات المطلقات لإقامة المشروعات الصغيرة يُعد مصدراً لتحقيق الأمان الذاتي والاقصادي لهن؛ مما ينعكس على التخفيف من حدة قلق المستقبل. وبناءً على ما سبق ترى الباحثتان مدى أهمية مقومات إدارة التغيير (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) للسيدات المطلقات فى الحد من قلق المستقبل والقدرة على مواجهته. **وبناءً على ما سبق يمكن قبول الفرض الأول كلياً.**

نستخلص مما سبق وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١، ٠,٠٥) بين السيدات المطلقات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها والإجمالى، وقلق المستقبل بأبعاده والإجمالى.

الفرض الثانى: توجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى مقومات إدارة التغيير بمحاورها والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى

الدخل الشهرى للأسرة). وللتحقق من صحة الفرض احصائياً تم استخدام اختبار (T test) للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها وفقاً (لمكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة) واستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) وتطبيق اختبار(LSD) لبيان دلالة اتجاه الفروق إن وجدت وفقاً لمتغيرات البحث (عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للأسرة). كما يتضح فى الجداول من (١٢: ١٨).

جدول (١٢) دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير تبعاً (لمكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة)

المتغيرات / مقومات إدارة التغيير	ريف (٨٦)		حضر (١٣٢)		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
المقومات الشخصية	٢٩.٠٥٨	٥.٤٢٨	٢٨.٠٦١	٥.٩٧٧	٠.٩٩٨	١.٢٤٨	غير دال
المقومات الاجتماعية	٢٥.٨٢٦	٣.٦٢٤	٢٧.٧٦٥	٣.٦٦٥	- ١.٩٤٠	- ٣.٨٣٦	دال عند ٠.٠١
المقومات الاقتصادية	٢٣.٣٤٩	٣.٨٦٥	٢٥.٥٢٣	٤.٣٣٤	- ٢.١٧٤	- ٣.٧٧٥	دال عند ٠.٠١
الإجمالى	٧٨.٢٣٣	٨.٩٢٣	٨١.٣٤٩	١٠.٦٣٣	- ٣.١١٦	- ٢.٢٥٠	دال عند ٠.٠٥
المتغيرات / مقومات إدارة التغيير	مستقل (١١٩)		مع الأهل (٩٩)		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
المقومات الشخصية	٣٠.٥١٣	٥.٢٨٠	٢٥.٩٨٠	٥.٣٧٩	٤.٥٣٣	٦.٢٥٧	دال عند ٠.٠١
المقومات الاجتماعية	٢٧.٨٢٤	٣.٨١٩	٢٦.٠١٠	٣.٤٦٠	١.٨١٣	٣.٦٤٢	دال عند ٠.٠١
المقومات الاقتصادية	٢٥.٩٦٦	٣.٦٧	٢٣.١٠١	٤.٤٥٣	٢.٨٦٥	٥.٢٠٨	دال عند ٠.٠١
الإجمالى	٨٤.٣٠٣	٨.٨١٩	٧٥.٠٩١	٩.٢١٥	٩.٢١٢	٧.٥٢٣	دال عند ٠.٠١
المتغيرات / مقومات إدارة التغيير	تعمل (١٠٢)		لا تعمل (١١٦)		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى			
المقومات الشخصية	٣٠.٨٠٤	٤.٩٤٩	٢٦.٣٨٨	٥.٦٧٥	٤.٤١٦	٦.٠٨٣	دال عند ٠.٠١
المقومات الاجتماعية	٢٧.٨٤٣	٣.٩٠٧	٢٦.٢٥٩	٣.٤٨٢	١.٥٨٥	٣.١٦٦	دال عند ٠.٠١
المقومات الاقتصادية	٢٥.٥١٠	٤.٠٣٦	٢٣.٩٢٢	٤.٣٦٨	١.٥٨٧	٢.٧٧٤	دال عند ٠.٠١
الإجمالى	٨٤.١٥٧	٨.٣٦٢	٧٦.٥٦٩	١٠.١٧٢	٧.٥٨٨	٥.٩٦٧	دال عند ٠.٠١

يتضح من نتائج جدول (١٢) بالنسبة لمكان السكن: عدم وجود فروق بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لمكان السكن فى المقومات الشخصية لإدارة التغيير حيث كانت قيمة ت (١.٢٤٨) وهى قيمة غير دالة إحصائياً. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أن ما تتمتع به المطلقات من التزام أو تحكم، أو تروى أو صلابة نفسية أو تنظيم ذاتى كمقومات إدارة تغيير شخصية تساعدهن على تحسين حياتهن للأفضل، تكون نابعة من خبرات ومواقف مررن بها وعملن على تنمية هذه السمات وثقلها بغض النظر عن مكان السكن. كما اتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لمكان

السكن عند مستوى دلالة (٠,٠١، ٠,٠٥) لصالح قاطنى الحضر فى كل من المقومات (الاجتماعية، الاقتصادية)، والإجمالى لإدارة التغيير، حيث كانت قيم ت على التوالى (- ٣,٨٣٦، - ٣,٧٧٥، - ٢,٢٥٠). **قد ترجع هذه النتيجة إلى** امتثال البيئة الحضرية لتحقيق توقعات واحتياجات وأهداف الأفراد، فطبيعة الحياة فى الحضر تسمح باكتساب خبرات ومهارات اجتماعية وإدارية أكثر من الحياة الريفية، تجعلها تتواصل بفاعلية ولباقة مع المحيطين(كممثل للمقومات الاجتماعية لإدارة التغيير)، عكس الريف الذى مازال يحتفظ بعاداته التى تُقيد المطلقات بشكل أكبر. كما أن الحضر يتميز باستقلال كل أسرة فى إدارة شئونها الداخلية خلافاً لما قد يكون موجوداً بصورة أو بأخرى فى الريف والمتمثل فى الحياة العائلية والأسر الممتدة. بالإضافة إلى توافر الفرص بدرجة أكبر للسيدة المطلقة لحضور ندوات وإقامة مشاريع صغيرة؛ فالحضر بيئة خصبة للتسويق واستيعاب العديد من المشاريع، مما يجعلهن أكثر حرصاً على اتباع أساليب علمية تساعدهن على إدارة شئون أسرهن(كممثل للمقومات الاقتصادية لإدارة التغيير). الأمر الذى يُسهم ويساعد فى مقومات إدارة التغيير الاجتماعية، والاقتصادية للمطلقات. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة تغريد بركات، دعاء حافظ (٢٠٢١) حيث أكدتا على وجود فروق لتمكين السيدات المطلقات لإقامة مشروعات صغيرة لصالح قاطنى الحضر، ويرجع ذلك لطبيعة الحياة الريفية التى مازالت تحتفظ بعاداتها التى تُقيد المطلقات بشكل أكبر من الحضر. تختلف هذه النتيجة جزئياً مع نتيجة دراسة عبيد السبيعى (٢٠٠٩) حيث أكد على عدم وجود فروق تبعاً لمكان الإقامة فى متطلبات إدارة التغيير. كما تختلف مع نتيجة دراسة إيمان المستكاوى (٢٠١٨) حيث أكدت على عدم وجود فروق فى إجمالى مقومات إدارة التغيير بين قاطنى الريف والحضر، ووجود فروق فى مقومات إدارة التغيير الشخصية لصالح قاطنى الريف. وقد يرجع ذلك الاختلاف لاختلاف العينة وطبيعتها. **بالنسبة لطبيعة السكن يتضح من نتائج جدول (١٢)** وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى (٠,٠١) فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالى لإدارة التغيير تبعاً لطبيعة السكن لصالح ذوات المسكن المستقل حيث كانت قيم ت (٦,٢٥٧، ٣,٦٤٢، ٥,٢٠٨، ٧,٥٢٣) وهى قيم دالة إحصائياً. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** اختلاف المؤثرات التى تتعرض لها المطلقات وفقاً لطبيعة المسكن؛ فالمسكن المستقل للمطلقات يجعلهن أكثر استقلالاً فى حياتهن الخاصة والعامة، مما يزيد من ثقتهن بأنفسهن، ويجعلهن أكثر صلابة، قادرات على الإرتقاء بحياتهن كما يتراءى لهن، وتكن أجدر على التواصل مع أبنائهن دون تدخل وتحكم من الآخرين، وأكثر قدرةً على الوفاء بإلتزاماتهن وإدارة شئون أسرهن باستقلالية. الأمر الذى يكون له عظيم الأثر على المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير. **بالنسبة لعمل السيدة المطلقة: يتضح من نتائج جدول (١٢)** وجود فروق

دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لعملهن عند مستوى (٠,٠١) لصالح العاملات فى كل من المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية)، والإجمالى لإدارة التغيير، حيث كانت قيم ت على التوالى (٦,٠٨٣، ٣,١٦٦، ٢,٧٧٤، ٥,٩٦٧). **قد ترجع هذه النتيجة إلى** أن العمل يجعل المطلقة أكثر استقلالية، وأكثر قدرة على تقرير مصيرها، فالعمل يُكسبها خصال شخصية كالإلتزام، التحكم، وتحمل المسؤلية، والقدرة على مواجهة الصعاب (كممثل للمقومات الشخصية لإدارة التغيير)، ويجعلها قادرة على التواصل بكفاءة مع العديد من الشخصيات، وهذا بدوره ينعكس على تعاملها مع الوسط المحيط بها (كممثل للمقومات الاجتماعية لإدارة التغيير)، بالإضافة إلى أن العمل يحفزها على البحث عن أساليب ووسائل إضافية معيشية تُعينها على سد احتياجاتها واحتياجات أبنائها؛ ليكون وضعها الحالى أكثر أماناً وإشباعاً للإحتياجات عن السابق (كممثل للمقومات الاقتصادية لإدارة التغيير). تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عزة الرفاعى (٢٠٠٣) حيث أكدت على وجود فروق فى الصلابة النفسية بين العينة تبعاً للعمل لصالح العاملات، حيث يكون لديهن الرغبة فى التجديد، والإرتقاء بمستوى حياتهن، ونتيجة دراسة سميرة العبدلى، خديجة الحارثى (٢٠١٦) حيث أكدتا على وجود فروق فى إدارة التغيير تبعاً للعمل لصالح العاملات؛ فالعاملات أكثر حرصاً على متابعة الأحداث الجارية بل والتطورات الحديثة فى مختلف المجالات التى تخص الفرد والأسرة، الأمر الذى ينعكس على إحداثهن التغييرات اللازمة لهن ولأفراد أسرهن. ونتيجة دراسة أسماء الكردى (٢٠٢١) حيث أكدت على وجود فروق فى المهارات الإدارية تبعاً للعمل لصالح العاملات؛ فالعمل يساعدهن على أن تكن أكثر قدرةً على التواصل بفاعلية، ويمنحهن مقومات إيجابية تساعدهن على إدارة شئون أسرهن بفاعلية، والتغيير للأفضل.

جدول (١٣) تحليل التباين أحادى الإتجاه للفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير تبعاً لكل من (العمر، المستوى التعليمى، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى) ن=٢١٨

العمر / الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المقومات الشخصية	بين المجموعات	٤٧٥.٢٢٣	٢	٢٣٧.٦١٢	٧.٥٥٦	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٦٧٦٠.٨١٨	٢١٥	٣١.٤٤٦		
	الكلى	٧٢٣٦.٠٤١	٢١٧			
المقومات الاجتماعية	بين المجموعات	١٧١.١٦٦	٢	٨٥.٥٨٣	٦.٣٤٣	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٩٠٠.٨٣٤	٢١٥	١٣.٤٩٢		
	الكلى	٣٠٧٢	٢١٧			
المقومات الاقتصادية	بين المجموعات	١٠٢.٢٩٣	٢	٥١.١٤٦	٢.٨٣٨	غير دالة
	داخل المجموعات	٣٨٧٤.٢٦٢	٢١٥	١٨.٠٢		
	الكلى	٣٩٧٦.٥٥٥	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٩٥٣.٣٢٧	٢	٩٧٦.٦٦٣	١٠.٤٣١	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٠١٣١.٥٧٢	٢١٥	٩٣.٦٣٥		
	الكلى	٢٢٠٨٤.٨٩٩	٢١٧			
المستوى التعليمى / الأبعاد	**مصادر التباين**	**مجموع المربعات**	**درجات الحرية**	**متوسط المربعات**	**قيمة ف**	**مستوى الدلالة**
المقومات الشخصية	بين المجموعات	٣٥٦.٦٩٩	٢	١٧٨.٣٥	٥.٥٧٤	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٦٨٧٩.٣٤٢	٢١٥	٣١.٩٩٧		
	الكلى	٧٢٣٦.٠٤١	٢١٧			
المقومات الاجتماعية	بين المجموعات	٩٨.٤١٢	٢	٤٩.٢٠٦	٣.٥٥٨	دال عند ٠.٠٥
	داخل المجموعات	٢٩٧٣.٥٨٨	٢١٥	١٣.٨٣١		
	الكلى	٣٠٧٢	٢١٧			
المقومات الاقتصادية	بين المجموعات	١٤٧.٣٩٢	٢	٧٣.٦٩٦	٤.١٣٨	دال عند ٠.٠٥
	داخل المجموعات	٣٨٢٩.١٦٣	٢١٥	١٧.٨١		
	الكلى	٣٩٧٦.٥٥٥	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٦٧٣.٩٣٦	٢	٨٣٦.٩٦٨	٨.٨١٦	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٢٠٤١٠.٩٦٣	٢١٥	٩٤.٩٣٥		
	الكلى	٢٢٠٨٤.٨٩٩	٢١٧			
حجم الأسرة / الأبعاد	**مصادر التباين**	**مجموع المربعات**	**درجات الحرية**	**متوسط المربعات**	**قيمة ف**	**مستوى الدلالة**
المقومات الشخصية	بين المجموعات	٥٣.٧٤٨	٢	٢٦.٨٧٤	٠.٨٠٤	غير دال
	داخل المجموعات	٧١٨٢.٢٩٣	٢١٥	٣٣.٤٠٦		
	الكلى	٧٢٣٦.٠٤١	٢١٧			
المقومات الاجتماعية	بين المجموعات	٢.٧٤٨	٢	١.٣٧٤	٠.٠٩٦	غير دال
	داخل المجموعات	٣٠٦٩.٢٥٢	٢١٥	١٤.٢٧٦		
	الكلى	٣٠٧٢	٢١٧			
المقومات الاقتصادية	بين المجموعات	١٦٥.٨٢٧	٢	٨٢.٩١٣	٤.٦٧٨	دال عند ٠.٠١
	داخل المجموعات	٣٨١٠.٧٢٨	٢١٥	١٧.٧٢٤		
	الكلى	٣٩٧٦.٥٥٥	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	٤٣٣.٤٨	٢	٢١٦.٧٤	٢.١٥٢	غير دال
	داخل المجموعات	٢١٦٥١.٤١٩	٢١٥	١٠٠.٧٠٤		
	الكلى	٢٢٠٨٤.٨٩٩	٢١٧			

تابع جدول (١٣) تحليل التباين أحادى الإتجاه للفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير تبعاً لكلٍ من (العمر، المستوى التعليمى، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى) ن=٢١٨

مستوى الدخل الشهرى / الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المقومات الشخصية	بين المجموعات	١٥٠,٩٧١	٢	٧٥,٤٨٦	٢,٢٩١	غير دالة
	داخل المجموعات	٧٠٨٥,٠٧	٢١٥	٣٢,٩٥٤		
	الكلى	٧٢٣٦,٠٤١	٢١٧			
المقومات الاجتماعية	بين المجموعات	١٣١,٦	٢	٦٥,٨	٤,٨١١	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٩٤٠,٤	٢١٥	١٣,٦٧٦		
	الكلى	٣٠٧٢	٢١٧			
المقومات الاقتصادية	بين المجموعات	٢٧٤,٦٥٤	٢	١٣٧,٣٢٧	٧,٩٧٦	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٧٠١,٩٠١	٢١٥	١٧,٢١٨		
	الكلى	٣٩٧٦,٥٥٥	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٥٩٦,٣٩٦	٢	٧٩٨,١٩٨	٨,٣٧٦	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٠٤٨٨,٥٠٣	٢١٥	٩٥,٢٩٥		
	الكلى	٢٢٠٨٤,٨٩٩	٢١٧			

يتضح من نتائج جدول (١٣) بالنسبة لعمر السيدة المطلقة: عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير تبعاً لعمر السيدة المطلقة حيث كانت قيمة ف (٢,٨٣٨) وهى قيمة غير دالة إحصائياً، تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة إيمان دراز (٢٠١٥) حيث أكدت على أن حداثة عمر ربة الأسرة تُخفض من إدارتها لأنشطة الحياة اليومية، الأمر الذى يؤثر على تحسين وضعها. ووجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة ٠,٠١ فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية) والإجمالى لإدارة التغيير تبعاً لعمر السيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٧,٥٥٦، ٦,٣٤٣، ١٠,٤٣١)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبارLSD ويوضحه جدول (١٤)

جدول (١٤) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى (المقومات الشخصية- الاجتماعية – والإجمالى) لإدارة التغيير تبعاً لعمر السيدة المطلقة ن=٢١٨

عمر السيدة المطلقة	ن	المقومات الشخصية – المتوسط الحسابى			المقومات الاجتماعية – المتوسط الحسابى		
		٢٩,٤٩٥	٢٨,٦٣١	٢٥,٦١٤	٢٧,٥٣٢	٢٧,٢٩٢	٢٥,٢٥٠
< ٤٠ سنة	١٠٩	–			–		
٤٠<٤٥سنة	٦٥	٠,٨٦٤٦			٠,٢٣٩٨		
من٤٥ سنة فأكثر	٤٤	❖٣,٨٨٢	❖٣,٠١٧	–	❖٢,٢٨٢	❖٢,٠٤٢١	–
عمر السيدة المطلقة	**ن**	**الإجمالى – المتوسط الحسابى**					
		٨٢,٣٢	٨٠,٢٨	٧٤,٤٣			
< ٤٠ سنة	١٠٩	–					
٤٠<٤٥سنة	٦٥	٢,٠٤٤٢					
من٤٥ سنة فأكثر	٤٤	❖٧,٨٨٩	❖٥,٨٤٥	–			

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (١٤) أن المقومات الاجتماعية لإدارة التغيير للسيدات المطلقات ذوات العمر < ٤٠ سنة كانت أفضل حيث المتوسط الحسابى الأعلى عن ذوات العمر من ٤٥ سنة فأكثر حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة، ولم تظهر فروق فى باقى المستويات، كما تبين أن ذوات العمر < ٤٠ سنة، ذوات العمر ٤٠< ٤٥ سنة حيث المتوسطات الحسابية الأعلى والذى لم تظهر فروق بينهما كن أفضل فى المقومات الشخصية، والإجمالى لإدارة التغيير عن ذوات العمر المرتفع من ٤٥ سنة فأكثر حيث المتوسط الحسابي المنخفض. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أنه كلما صغر عمر المطلقة كلما كانت أكثر مسايرةً لمتغيرات العصر، وأكثر إطلاعاً على كل ماهو حديث، حيث استخدام مواقع التواصل الاجتماعى ومتابعة المتخصصين فى مجالات العلاقات الأسرية، علم النفس وغيرها، مما يجعلهن أكثر تحملاً للمسئولية، وأكثر حرصاً على التطوير من أنفسهن، حتى تكون أكثر التزاماً وتحكماً فى انفعالاتها؛ لمسايرة متطلبات إدارة التغيير، كما أن صغر العمر للمطلقة مرتبط بمرحلة الشباب بما يؤطرها من آمال وطموحات وإقبال على الحياة بصفة عامة، الأمر الذى يكون بمثابة حافز لتغيير وضعها الراهن بآخر أفضل منه؛ وذلك بالبحث عن وسائل لتقوية وتوطيد العلاقات الاجتماعية السوية، وكيفية توفير جو أسرى ملائم ومشجع لأهداف التغيير. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نجوى عبد الجواد (٢٠١٩) حيث أشارت إلى وجود فروق فى الصلابة النفسية ومقياس الأمل لدى المطلقات عينة البحث لصالح الأصغر عمراً، حيث يتمتعن بالصمود والصلابة ومشاعر الأمل والتفاؤل عن الأكبر عمراً، الأمر الذى يساعدهن على تحمل المسئوليات والتطلع للأفضل دائماً. ونتيجة دراسة أمل خطاب، يثرب حبيب (٢٠٢٢) حيث أكدتا على وجود فروق بين المبحوثات عينة البحث فى إدارة التغيير تبعاً للعمر لصالح الأصغر عمراً، حيث تكن أكثر مسايرةً لمتغيرات العصر، وأكثر حرصاً على تطوير أنفسهن ومسايرة إدارة التغيير. وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نسيمة علالى (٢٠١٤) حيث أكدت على عدم وجود فروق فى التفاعل الاجتماعى، والقدرة على التواصل الجيد بين المطلقات تبعاً للعمر. بالنسبة للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة: **يتضح من نتائج جدول (١٣)** وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة (٠,٠١، ٠,٠٥) فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالي لإدارة التغيير تبعاً للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٥,٥٧٤، ٣,٥٥٨، ٤,١٣٨، ٨,٨١٦)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبارLSD ويوضحه جدول (١٥).

جدول (١٥) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى مقومات إدارة التغيير بأبعادها والإجمالى تبعاً للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة ن=٢١٨

المستوى التعليمى للسيدة المطلقة	ن	المقومات الشخصية			المقومات الاجتماعية		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		٢٦,٩٣	٢٨,٢٨	٣٠,٠٨	٢٦,٢٣	٢٦,٨٦	٢٧,٨٨
منخفض (يقرأ ويكتب - شهادة ابتدائية)	٦٩	-			-		
متوسط(شهادة إعدادية - شهادة ثانوية وما يعادلها	٧٦	- ١,٣٤٨٨	-		- ٠,٦٢٣٤	-	
مرتفع (جامعى، فوق الجامعى)	٧٣	- ❖٣,١٥٤٧	- ١,٨٠٥٩	-	- ❖١,٦٤٤٨	- ١,٠٢١٥	-
المستوى التعليمى للسيدة المطلقة	ن	المقومات الاقتصادية			الإجمالى		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		٢٣,٧٥	٢٥,٧٥	٢٥,٧٥	٧٦,٩١	٧٩,٥٨	٨٣,٧١
منخفض (يقرأ ويكتب- شهادة ابتدائية)	٦٩	-			-		
متوسط(شهادة إعدادية- شهادة ثانوية وما يعادلها	٧٦	- ٠,٦٩٣٨	-		- ٢,٦٦٥٩	-	
مرتفع (جامعى، فوق الجامعى)	٧٣	- ❖١,٩٩٩٩	- ١,٣٠٦١	-	- ❖٦,٧٩٩٣	- ❖٤,١٣٣٤	-

❖دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (١٥) أن السيدات المطلقات عينة البحث ذوات المستوى التعليمى المرتفع كن أفضل فى مقومات إدارة التغيير (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) حيث المتوسطات الحسابية الأعلى عن ذوات المستوى التعليمى المنخفض حيث المتوسطات الحسابية الأقل، ولم تظهر فروق فى باقى المستويات توضح أن ذوات التعليم المرتفع أفضل فى إجمالى المقومات عن كلٍ من ذوات التعليم المتوسط، والمنخفض حيث المتوسطات الحسابية الأقل، والتى لم تظهر فروق بينهما. **قد ترجع هذه النتيجة إلى** أن ارتفاع المستوى التعليمى للمطلقة يجعلها أكثر وعياً بأن الطلاق لا يُنقص من قدرها وشأنها، كما يُتيح لها فرصاً أكبر للإنفتاح الثقافى مما يُصقل شخصيتها ويجعلها أكثر التزاماً، أقدر على تحمل المسؤلية وإدارة الأمور بحكمةٍ، كما أن ارتفاع المستوى التعليمى يُساعدها على تبنى أساليب إيجابية فى التعامل والتربية، والإرتقاء بمستوى الحوار، والتعامل بكفاءة مع من حولها، بالإضافة إلى زيادة وعيها الإدارى بقيمة مالديها من موارد، والعمل على زيادتها مما يحقق النجاح والتميز؛ فالمستوى التعليمى المرتفع للمطلقة أحد أهم الأذرع الفاعلة فى حياتها. الأمر الذى يكون له مردوده وحصاده الإيجابى على المقومات (الشخصية، الاجتماعية، الاقتصادية) لإدارة التغيير، تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أمانى الشيراوى (٢٠١٢) حيث أكدت على أن ارتفاع المستوى التعليمى لربات الأسر كفيل بتسهيل أى مهام، واحتواء أى معوقات، مما يزيد من صلابتهن النفسية وإدارتهن للأمور بحكمة. ونتيجة دراسة Mirna Nel, et. al (2014) التى أوضحت تأثير المستوى

التعليمى المرتفع على توجيه حياة الفرد نحو التغيير للأفضل. ونتيجة دراسة رشا علوان (٢٠٠٧) حيث أكدت على وجود فروق فى أساليب التواصل بفاعلية لربات الأسر تبعاً للمستوى التعليمى لصالح المستوى التعليمى المرتفع. ونتيجة دراسة هبة الله لبن، محمد فاضل (٢٠٢٠) حيث أوضحا أنه بارتفاع المستوى التعليمى للمطلقة تكون أكثر ثقةً فى نفسها، وأكثر قدرةً على التحكم فى انفعالاتها، وأكثر قدرةً على التعامل مع الآخرين وتقبل اختلافاتهم، ونتيجة دراسة أمل خطاب، يثرب حبيب (٢٠٢٢) حيث أوضحت نتائجهما انعكاس مستوى تعليم المبحوثات إيجابياً على إدارة التغيير وكانت لصالح ذوات المستوى التعليمى الأعلى. **بالنسبة لحجم أسرة السيدة المطلقة: يتضح من نتائج جدول (١٣)** عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى المقومات (الشخصية، الاجتماعية) والإجمالى لإدارة التغيير تبعاً لحجم أسرة السيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٠,٨٠٤، ٠,٠٩٦، ٢,١٥٢)، وهى قيم غير دالة إحصائياً، تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من إيمان المستكاوى (٢٠١٨) حيث أكدت على عدم وجود تباين دال إحصائياً لامتلاك مقومات إدارة التغيير الشخصية، وإجمالى مستوى مقومات إدارة التغيير وفقاً لحجم الأسرة. ودراسة نجوى عبد الجواد (٢٠١٩) حيث أشارت إلى عدم وجود فروق بين المطلقات فى مقياسى الصلابة النفسية ومشاعر الأمل تبعاً لعدد أفراد الأسرة؛ فبغض النظر عن عددهم، فوجودهم فى حياتها هدفاً يجعلها أكثر صبراً وتحملاً للتغلب على مشاعر القلق والتوتر لصدمة الطلاق، ومحاولتهن تغيير وضعهن للأفضل. بينما اتضح من نتائج جدول (١٣) وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى المقومات (الاقتصادية) وفقاً لحجم الأسرة، حيث كانت قيمة ف (٤,٦٧٨) ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبارLSD ويوضحه جدول (١٦).

جدول (١٦) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير تبعاً لحجم أسرة السيدة المطلقة ن=٢١٨

حجم الأسرة	ن	المقومات الاقتصادية – المتوسط الحسابي		
		٢٥,٧٠	٢٤,٨٣	٢٣,٤٩
صغير (٣- ٤ أفراد)	٦٤	-		
متوسط(٥- ٦ أفراد)	٨٦	٠,٨٧٧٥		
كبير (٧ افراد فأكثر)	٦٨	٢,٢١٨◆	١,٣٤٠٣	-

◆ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (١٦) أن السيدات المطلقات عينة البحث ذوات حجم الأسر الصغير أفضل فى المقومات الاقتصادية لإدارة التغيير حيث المتوسطات الحسابية الأعلى عن ذوات حجم الأسر المتوسط، الكبير حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة، ولم تظهر فروق فى باقى المستويات. **قد ترجع هذه النتيجة إلى** أنه بصغر حجم الأسرة تزداد القدرة على الوفاء بالمسؤليات والالتزامات، بالإضافة إلى توافر الوقت والمجهود؛ للبحث عن وسائل إضافية لتنمية قدراتها ومهاراتها؛ لتُعينها على النفقات الحياتية، الأمر الى ينعكس أثره على المقومات (الاقتصادية) لإدارة التغيير وتساعدها على الإنتقال

من الوضع القائم بالفعل إلى الوضع المستهدف الذى يُحقق غايات محددة. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شيرين فرحات (٢٠١٧) حيث أكدت على وجود فروق دالة إحصائياً فى التخطيط المالي للزوجات المعيلات اللاتي ينتمين لأسر صغيرة الحجم. **بالنسبة لمستوى الدخل الشهرى للأسرة: يتضح من نتائج جدول (١٣)** عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى المقومات (الشخصية لإدارة التغيير) تبعاً لمستوى الدخل الشهرى لأسرة السيدة المطلقة حيث كانت قيمة ف (٢,٢٩١) وهى قيمة غير دالة إحصائياً، وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من عزة الرفاعى (٢٠٠٣) حيث أكدت على وجود فروق فى الصلابة النفسية تبعاً لمستوى الدخل الشهرى لصالح ذوات مستوى الدخل الشهرى المرتفع. وإيمان المستكاوى (٢٠١٨) حيث أكدت على وجود فروق دالة إحصائياً لامتلاك مقومات إدارة التغيير الشخصية تبعاً لمستوى الدخل الشهرى لصالح فئة الدخل الشهرى المتوسط. بينما اتضح من نتائج جدول (١٤) وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة ٠,٠١ فى المقومات (الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالي لإدارة التغيير وفقاً لمستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٤,٨١١، ٥,٨٢٥، ٦,٨٥٢)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبار LSD ويوضحه جدول (١٧).

جدول (١٧) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى المقومات (الاجتماعية - الاقتصادية - والإجمالى) لإدارة التغيير تبعاً لمستوى الدخل الشهرى للأسرة ن=٢١٨

مستوى الدخل الشهرى	ن	المقومات الاجتماعية			المقومات الاقتصادية		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		٢٦,٢٨	٢٦,٦٨	٢٨,١٢	٢٣,٥٧	٢٤,٠٥	٢٦,٣٠
منخفض< ٢٠٠٠ جنيه	٧٢	-			-		
متوسط من ٢٠٠٠< ٤٠٠٠ جنيه	٧٧	- ٠,٣٩٧٥٥			- ٠,٣٠١٩٥		
مرتفع >٤٠٠٠ جنيه	٦٩	- ❖١,٨٣٨٢	- ❖١,٤٤٠٦		- ❖٢,٥٥٤	- ❖٢,٢٥٢٤	-
مستوى الدخل الشهرى	**ن**	**الإجمالى**					
		المتوسط الحسابى					
		٧٨,٠٦	٧٨,٤٩	٨٤,٠٩			
منخفض< ٢٠٠٠ جنيه	٧٢						
متوسط من ٢٠٠٠< ٤٠٠٠ جنيه	٧٧	- ٠,٤٣٧٩٥					
مرتفع > ٤٠٠٠ جنيه	٦٩	- ❖٦,٠٣١٤	- ❖٥,٥٩٣٥				

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (١٧) أن السيدات المطلقات عينة البحث ذوات الدخل الشهرى المرتفع للأسرة كن أفضل فى المقومات (الاجتماعية، الاقتصادية) والإجمالى لإدارة التغيير حيث المتوسطات الحسابية الأعلى عن ذوات الدخل الشهرى المتوسط، والمنخفض حيث المتوسطات الحسابية الأقل، والتى لم تظهر بينهما فروق. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أنه بانخفاض الدخل الشهرى تصبح السيدة

المطلقة التى بمثابة العمود الفقرى لأسرتها مكبلة بالأعباء ومتطلبات الحياة الأسرية، الأمر الذى يكون سبباً ومدعاةً لضعف التفاعل والتواصل بينها وبين أبنائها والمحيطين بها، فضلاً عن عدم توافر الظروف والإمكانيات المادية المناسبة لتتمكن من توافر عدة مصادر للبحث عن المعلومات والأفكار الجديدة، وحضور ورش عمل؛ لتطوير أساليبها ومهاراتها فى إدارة شئونها، أو للمساعدة على إقبالٍ مشرقٍ نحو الحياة. الأمر الذى ينعكس أثره على مقومات إدارة التغيير (الاجتماعية، الاقتصادية). تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة هبة الله لبن، محمد فاضل (٢٠٢٠) حيث أكدا على وجود فروق بين المطلقات عينة البحث تبعاً لمستوى الدخل الشهرى فى القدرة على الوفاء بالتزاماتهن، وتصريف أمورهن المادية، التكيف الاجتماعى مع أسرهن والمحيطين بهن لصالح ذوات الدخل الشهرى المرتفع. ونتيجة دراسة نيبال عطية، رشا منصور (٢٠١٨) حيث أكدت نتائجهما على اسهام المستوى الاجتماعى والاقتصادى فى تشكيل مهارات وقدرات المبحوثات فى إدارة التغيير بفاعلية داخل الأسرة، والفروق كانت لأصحاب المستوى الاجتماعى والاقتصادى المرتفع. **وبناءً على ما سبق يمكن قبول الفرض الثانى جزئياً.**

نستخلص مما سبق وجود فروق دالة إحصائياً بين السيدات المطلقات عينة البحث في إجمالي مقومات إدارة التغيير تبعاً لكلٍ من (مكان السكن، طبيعة السكن، العمل، العمر، المستوى التعليمى، مستوى الدخل الشهرى للأسرة) لصالح (قاطنى الحضر، وذوات المسكن المستقل، والعاملات، وذوات فئة العمر الصغير(< ٤٠ سنة) والمتوسط (٤٠< ٤٥ سنة)، وذوات المستوى التعليمى والدخل الشهرى المرتفع). بينما اتضح عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث فى إجمالى مقومات إدارة التغيير تبعاً لحجم الأسرة.

الفرض الثالث: يوجد فروق بين متوسطات درجات عينة البحث من المطلقات حديثاً فى قلق المستقبل بأبعاده المتمثلة فى القلق من(الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى وفقاً لمتغيرات البحث (مكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة، عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للأسرة). وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم استخدام اختبار (T test) للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل بأبعاده وفقاً (لمكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة) واستخدام أسلوب تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) وتطبيق اختبار (LSD) لبيان دلالة اتجاه الفروق إن وجدت وفقاً لمتغيرات البحث (عمر السيدة المطلقة، المستوى التعليمى للسيدة المطلقة، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى للسيدة المطلقة). كما يتضح فى الجداول من (١٨: ٢٣).

جدول (١٨) دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل تبعاً (لمكان السكن، طبيعة السكن، عمل السيدة المطلقة)

مكان السكن / الأبعاد	ريف (٨٦)		حضر(١٣٢)		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	١٨,٠٤٧	٤,٧١٠	١٦,١٦٧	٣,٦٩١	١,٨٨٠	٣,٢٩١	دال عند ٠,٠١
القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١٦,٥٤٧	٤,٠٢٥	١٥,١٩٧	٣,١١٢	١,٣٥٠	٢,٧٨٢	دال عند ٠,٠١
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	١٨,٩٧٧	٤,٧١٨	١٦,٣٩٤	٤,٠٣٢	٢,٥٨٣	٤,٣٢	دال عند ٠,٠١
الإجمالي	٥٣,٥٧٠	٩,٢٨٦	٤٧,٧٥٨	٧,٠٧٧	٥,٨١٢	٥,٢٣	دال عند ٠,٠١
طبيعة السكن / الأبعاد	**مستقبل (١١٩)**		**مع الأسرة (٩٩)**		**الفروق بين المتوسطات**	**قيمة ت**	**مستوى الدلالة**
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	١٦,٦٧٢	٤,٠٦٧	١٧,١٩٢	٤,٣٨٨	- ٠,٥١٩	- ٠,٩٠٦	غير دالة
القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١٥,٤٨٧	٣,٥٩١	١٦,٠٢٠	٣,٥٠٥	- ٠,٥٣٣	- ١,١٠٣	غير دالة
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	١٧,٠٢٥	٤,٦٩٨	١٧,٨٧٩	٤,١٩٥	- ٠,٨٥٤	- ١,٤٠٢	غير دالة
الإجمالي	٤٩,١٨٥	٨,٣٧٢	٥١,٠٩١	٨,٥٦١	- ١,٩٠٦	- ١,٦٥٧	غير دالة
العمل / الأبعاد	**تعمل (١٠٢)**		**لا تعمل(١١٦)**		**الفروق بين المتوسطات**	**قيمة ت**	**مستوى الدلالة**
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	١٧,٨٣٣	٤,٦٠١	١٦,٠٩٥	٣,٦٧٤	١,٧٣٩	٣,٠٩٩	دال عند ٠,٠١
القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء	١٦,٤٨٠	٤,٠٩٧	١٥,٠٦٩	٢,٨٥٥	١,٤١١	٢,٩٧٨	دال عند ٠,٠١
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	١٨,٢٤٥	٤,٩٥٦	١٦,٦٨١	٣,٩٠٧	١,٥٦٤	٢,٦٠٢	دال عند ٠,٠١
الإجمالي	٥٢,٥٥٩	٩,٨٥٧	٤٧,٨٤٥	٦,٣٤٥	٤,٧١٤	٤,٢٤٧	دال عند ٠,٠١

يتضح من نتائج جدول (١٨) بالنسبة لمكان السكن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لمكان السكن عند مستوى دلالة (٠,٠١) لصالح قاطنى الحضر حيث

المتوسطات الحسابية الأقل فى قلق المستقبل بأبعاده: القلق من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى، حيث كانت قيمة ت على التوالى (٣,٢٩١، ٢,٧٨٢، ٤,٣٢، ٥,٢٣). **قد ترجع هذه النتيجة إلى** طبيعة ونمط الحياة فى المجتمع الريفى الذى يغرس فى أفراده منذ نعومة أظافرهم شدة البأس والقدرة على تحمل مسئوليات الحياة، بالإضافة إلى طبيعة التواصل الحميمية لقاطنى الريف عن الحضر، ومساندة بعضهم البعض فى الضراء قبل السراء، فإذا حدث مُصاب لسيدة كأنه مُصاب للجميع. أما الحضر يتسم بالقسوة، والتباعد المكانى بين الوحدات السكنية، ووجود عمائر منعزلة، وبالتالى العلاقات الاجتماعية أكثر انغلاقاً –خاصةً- إذا علموا بوجود مطلقة. الأمر الذى قد يكون سبباً فى القلق من الشعور بالوحدة النفسية والنظرة الدونية. كما أن الحياة فى الحضر أكثر تعقيداً من الحياة فى الريف؛ فمن يقطن الحضر حياتهن أكثر تعدداً فى المتطلبات والطموحات التى ترهق كاهلهن، والرغبة فى الحفاظ على مكانة اجتماعية معينة، والعيش فى مسكن عصرى أكثر من نظائرهن فى الريف، حتى الأبناء يكتسبوا عادات وممارسات وفق مستوى معين بقدر ما تم تنشئتهم عليه.. الأمر الذى قد يكون سبباً فى التوتر والقلق من الاضطراب الحياتى للأبناء وظهور صراعات ومشاكل وتدخلات عائلية. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلٍ من بشرى العكايشى (٢٠٠٠)، شيرين فرحات (٢٠١٧) حيث أكدوا على وجود فروق تبعاً لمكان السكن فى القلق المستقبلى لصالح قاطنى الحضر. واختلفت مع نتيجة دراسة إيهاب مصطفى (٢٠٢٢) حيث أكد على عدم وجود فروق ذات دالة إحصائياً بين مكان السكن وقلق المستقبل. **بالنسبة لطبيعة السكن يتضح من نتائج جدول (١٩)** عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لطبيعة السكن حيث كانت قيم ت على التوالى (- ٠,٩٠٦، - ١,١٠٣، - ١,٤٠٢، - ١,٦٥٧) وهى قيم غير دالة إحصائياً. **وقد يرجع ذلك إلى** مدى الدعم الأسرى الذى تتلقاه المطلقة بغض النظر عن طبيعة السكن سواء كانت فى مسكن مستقل أو مع الأهل. فمن المؤكد أن ما يتلقاه كلٍ منا من دعم ومساندة أسرية لأمر بالغ الأهمية فى نجاحنا بحياتنا عامةً، واعطاؤنا الثقة الكافية التى نذلل بها أى صعاب تواجهنا. وإذا كان ذلك للأفراد فى الظروف العادية، فما بالنا بالمطلقات اللاتى تحطمت آمالهن بنظرة المجتمع القاسية لهن، ومنهن من شعر بالوحدة النفسية والاغتراب، وعدم وجود من يُعين عند وجود مشاكل سواء وهن فى مسكن مع الأهل أو مسكن مستقل مما أدى بهن للعزلة والإنزواء، والوقوع فى براثن القلق. وهذا ما أكدته نتيجة دراسة منار الطعاني، منار بني مصطفى (٢٠٢١). **بالنسبة لعمل السيدة المطلقة يتضح من نتائج جدول (١٩)** وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث تبعاً لعمل السيدة المطلقة عند مستوى دلالة (٠,٠١) لصالح غير العاملات حيث المتوسطات الحسابية الأقل فى قلق المستقبل بأبعاده القلق من: (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى، حيث كانت قيم ت على التوالى (٣,٠٩٩، ٢,٩٧٨، ٢,٦٠٢، ٤,٢٤٧). **قد ترجع هذه النتيجة إلى** أن المطلقة غير العاملة تشعر بعدم الأمان، وعدم الاستقرار الشخصى أو الاقتصادى، لانخفاض الفرص أمامها للوفاء بالتزاماتها الأسرية؛ فينخفض التفاؤل نتيجة لعجزها عن مواجهة المطالب الحياتية المادية الحالية لها ولأبنائها، بالإضافة لما لديها من حيزٍ كبيرٍ من الفراغ يجعلها أكثر

استجابةً لإضطرابات القلق. على عكس المطلقة العاملة فهى تشعر بالأمان والإطمئنان نسبياً؛ للقدرة على الوفاء بالالتزامات دون الاحتياج للدعم المادى من قِبل الآخرين وبالتالى عدم تحكمهم فيها؛ فالعمل يُكسبها مهارات شخصية واجتماعية تجعلها تشعر بذاتها وبأهميتها فى المجتمع، ويجعلها تجد متنفساً من ضغوط الأسرة والمحيطين مما يعود على صحتها النفسية إيجابياً، كما يفتح لها مجالاً لإقامة علاقات اجتماعية متنوعة مع الآخرين. الأمر الذى يكون له أثره فى خفض قلقها المستقبلى من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، التدخل الأسرى ونظرة المجتمع). تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة Michael, J. Anderson (2005) حيث أشار إلى أن النساء العاملات أكثر اجتماعية وأكثر شعوراً بالأمان والتفاؤل فى الحياة عن أقرانهن غير العاملات. ونتيجة دراسة مهتاب أبو زنط (٢٠١٦) التى أكدت على أهمية العمل للمطلقة؛ فبه تستطيع أن تُعيل نفسها وأبنائها، ويخلصها من الآثار النفسية السيئة الناتجة عن الطلاق كقلق الشعور بالوحدة النفسية، والنظرة الدونية من المجتمع.

جدول (١٩) تحليل التباين أحادى الإتجاه للفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل تبعاً لكل من (العمر، المستوى التعليمى، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى) ن=٢١٨

العمر / الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	بين المجموعات	١٩٥,١٠٥	٢	٩٧,٥٥٣	٥,٧٣٢	دال عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٦٥٩,٠٦	٢١٥	١٧,٠١٩		
	الكلى	٣٨٥٤,١٦٥	٢١٧			
القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	بين المجموعات	١٠٢,٧٧١	٢	٥١,٣٨٦	٤,١٨٨	دال عند ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٢٦٣٨,٢٦١	٢١٥	١٢,٢٧١		
	الكلى	٢٧٤١,٠٣٢	٢١٧			
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	بين المجموعات	٣٠٨,٦٧٦	٢	١٥٤,٣٣٨	٨,١٧٣	دال عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٤٠٦٠,١٦٨	٢١٥	١٨,٨٨٥		
	الكلى	٤٣٦٨,٨٤٤	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٦٨٦,١٦٨	٢	٨٤٣,٠٨٤	١٢,٩٨٢	دال عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	١٣٩٦٢,٢٧٧	٢١٥	٦٤,٩٤١		
	الكلى	١٥٦٤٨,٤٤٥	٢١٧			
المستوى التعليمى / الأبعاد	**مصادر التباين**	**مجموع المربعات**	**درجات الحرية**	**متوسط المربعات**	**قيمة ف**	**مستوى الدلالة**
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	بين المجموعات	١٢٢,٥٧٣	٢	٦١,٢٨٦	٣,٥٣١	دال عند ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٣٧٣١,٥٩٢	٢١٥	١٧,٣٥٦		
	الكلى	٣٨٥٤,١٦٥	٢١٧			
القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	بين المجموعات	١١٥,١٨٣	٢	٥٧,٥٩١	٤,٧١٥	دال عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٦٢٥,٨٤٩	٢١٥	١٢,٢١٣		
	الكلى	٢٧٤١,٠٣٢	٢١٧			
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى	بين المجموعات	٢٠٠,١٧٧	٢	١٠٠,٠٨٩	٥,١٦٢	دال عند ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٤١٦٨,٦٦٧	٢١٥	١٩,٣٨٩		
	الكلى	٤٣٦٨,٨٤٤	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٢٨٢,٦٣٧	٢	٦٤١,٣١٩	٩,٥٩٨	دال عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	١٤٣٦٥,٨٠٨	٢١٥	٦٦,٨١٨		
	الكلى	١٥٦٤٨,٤٤٥	٢١٧			

تابع جدول (١٩) تحليل التباين أحادى الإتجاه للفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل تبعاً لكل من (العمر، المستوى التعليمى، حجم الأسرة، مستوى الدخل الشهرى) ن=٢١٨

حجم الأسرة / الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	بين المجموعات	٢٢١,٣٣٧	٢	١١٠,٦٦٨	٦,٥٥	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٦٣٢,٨٢٨	٢١٥	١٦,٨٩٧		
	الكلى	٣٨٥٤,١٦٥	٢١٧			
القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	بين المجموعات	١٣٧,٠٠٧	٢	٦٨,٥٠٤	٥,٦٥٦	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٢٦٠٤,٠٢٥	٢١٥	١٢,١١٢		
	الكلى	٢٧٤١,٠٣٢	٢١٧			
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	بين المجموعات	٨٨,٠٧٤	٢	٤٤,٠٣٧	٢,٢١٢	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٢٨٠,٧٧	٢١٥	١٩,٩١١		
	الكلى	٤٣٦٨,٨٤٤	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١١٧٧,٤٤٦	٢	٥٨٨,٧٢٣	٨,٧٤٧	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	١٤٤٧٠,٩٩٩	٢١٥	٦٧,٣٠٧		
	الكلى	١٥٦٤٨,٤٤٥	٢١٧			
مستوى الدخل الشهرى / الأبعاد	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
القلق من الشعور بالوحدة النفسية	بين المجموعات	٢٧٥,٥١٧	٢	١٣٧,٧٥٩	٨,٢٧٦	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	٣٥٧٨,٦٤٨	٢١٥	١٦,٦٤٥		
	الكلى	٣٨٥٤,١٦٥	٢١٧			
القلق من الاضطراب الحياتي للأبناء	بين المجموعات	٨٩,٦٢	٢	٤٤,٨١	٣,٦٣٤	دالة عند ٠,٠٥
	داخل المجموعات	٢٦٥١,٤١٢	٢١٥	١٢,٣٣٢		
	الكلى	٢٧٤١,٠٣٢	٢١٧			
القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري	بين المجموعات	٨٤,٩١٥	٢	٤٢,٤٥٨	٢,١٣١	غير دالة
	داخل المجموعات	٤٢٨٣,٩٢٩	٢١٥	١٩,٩٢٥		
	الكلى	٤٣٦٨,٨٤٤	٢١٧			
الإجمالى	بين المجموعات	١٢١٠,٩٨	٢	٦٠٥,٤٩	٩,٠١٧	دالة عند ٠,٠١
	داخل المجموعات	١٤٤٣٧,٤٦٥	٢١٥	٦٧,١٥١		
	الكلى	١٥٦٤٨,٤٤٥	٢١٧			

يتضح من نتائج جدول (١٩) بالنسبة لعمر السيدة المطلقة: وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة (٠,٠١، ٠,٠٥) فى قلق المستقبل بأبعاده (القلق من الشعور بالوحدة النفسية، القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء، القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى تبعاً لعمر السيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٥,٧٣٢، ٤,١٨٨، ٨,١٧٣، ١٢,٩٨٢)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبار LSD ويوضحه جدول (٢٠).

جدول (٢٠) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل بأبعاده والإجمالى تبعاً لعمر السيدة المطلقة ن=٢١٨

عمر السيدة المطلقة	ن	القلق من الشعور بالوحدة النفسية			القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		١٦,٢١١	١٦,٨٦٢	١٨,٧٠٥	١٥,٢٣٩	١٥,٦٦٢	١٧,٠٤٦
< ٤٠ سنة	١٠٩	–			–		
٤٠<٤٥ سنة	٦٥	٠,٦٥٠٥ –			٠,٤٢٣٠١ –		
٤٥سنة فأكثر	٤٤	٢,٤٩٤ ❖ –	١,٨٤٣ ❖ –	–	١,٨٠٦٩ ❖ –	١,٣٨٤ ❖ –	–
عمر السيدة المطلقة	ن	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري			الإجمالى		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		١٦,٣٢١	١٧,٩٥٤	١٩,٣١٨	٤٧,٧٧١	٥٠,٤٧٧	٥٥,٠٦٨
< ٤٠ سنة	١٠٩	–					
٤٠<٤٥ سنة	٦٥	١,٦٣٣ ❖ –			٢,٧٠٦٣ ❖ –		
٤٥سنة فأكثر	٤٤	٢,٩٩٧ ❖ –	١,٣٦٤ –	–	٧,٢٩٨ ❖ –	٤,٥٩١ ❖ –	

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (٢٠) أن السيدات المطلقات عينة البحث من ذوات فئة العمر الصغير< ٤٠، المتوسط (٤٠< ٤٥) والذى لم تظهر فروق بينهما كن أكثر قلقاً فى كلٍ من(الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء) حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة، عن ذوات فئة العمر الكبير٤٥سنة فأكثر ذوات (المتوسطات الأعلى)، كما تبين أن عينة البحث ذوات فئة العمر الصغير< ٤٠ سنة حيث المتوسطات المنخفضة كن أكثر قلقاً من (نظرة المجتمع والتدخل الأسري) عن ذوات فئة العمر المتوسط (٤٠< ٤٥) والكبير (٤٥ سنة فأكثر) حيث المتوسطات الحسابية الأعلى والتى لم تظهر فروق بينهما. كما تبين أن عينة البحث من ذوات فئة العمر الصغير < ٤٠ سنة كن أكثر قلقاً فى (إجمالى قلق المستقبل) حيث المتوسطات المنخفضة عن ذوات العمر المتوسط (٤٠< ٤٥)، والكبير (٤٥ سنة فأكثر) حيث المتوسطات الأعلى. كما اتضح أن عينة البحث من ذوات فئة العمر المتوسط (٤٠< ٤٥) (حيث المتوسطات المنخفضة) كن أكثر قلقاً فى (إجمالى قلق المستقبل) عن ذوات فئة العمر الكبير ٤٥ سنة فأكثر حيث (المتوسطات الأعلى). **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أنه كلما زاد عمر المطلقة كلما زاد نضجها الفكرى، وقدرتها على التعامل والتواصل السليم مع الأبناء والمحيطين بها، وكلما كانت أكثر وعياً بأساليب إدارة المشاكل والأزمات وفض المنازعات نتيجة لخبرتها فى الحياة؛ الأمر الذى قد يكون سبباً ومدعاةً فى الخفض من اضطراباتها وقلقها، بينما صغر عمر المطلقة وقلة خبرتها فى الحياة يجعلها تشعر بالظلم والإمتهان من نظرات من حولها، كما أن صغر عمرها وقلة خبرتها تُزيد من تدخلات الأهل فى شئون حياتها، ويجعل كاهلها مُثقلاً بالهموم؛ لكثرة خوفها وقلقها على مستقبل أبنائها الذين مازالوا صغاراً وما سيواجهونه من تحديات تحمل غموضاً بالنسبة لها فى المستقبل. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة عديلة التونسى (٢٠٠٢) حيث أظهرت أن صغر عمر المطلقة من العوامل المساعدة على ظهور الإكتئاب والقلق من الوحدة النفسية والقلق من

نظرة المجتمع. تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شيرين فرحات (٢٠١٧) حيث أكدت على وجود فروق بين عينة البحث فى قلق المستقبل تبعاً للعمر لصالح العمر الأكبر ؛ حيث أنه كلما زاد عمر ربة الأسرة كلما زاد عمر أبنائها ومتطلباتهم والحاجة لتأمين مستقبلهم، الأمر الذى يُزيد من قلقها المستقبلى. **يتضح من نتائج جدول (١٩) بالنسبة للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة:** وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة ٠,٠١ فى قلق المستقبل بأبعاده القلق من:(الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتى للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسرى)، والإجمالى تبعاً للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٣,٥٣١، ٤,٧١٥، ٥,١٦٢، ٩,٥٩٨)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبار LSD ويوضحه جدول (٢١).

جدول (٢١) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل بأبعاده والإجمالى تبعاً للمستوى التعليمى للسيدة المطلقة ن=٢١٨

المستوى التعليمى للسيدة المطلقة	ن	القلق من الشعور بالوحدة النفسية			القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء		
		المتوسط الحسابي			المتوسط الحسابي		
		١٦,٢٨	١٦,٤٧	١٧,٩٦	١٥,١٩	١٥,٢٤	١٦,٧٥
منخفض (يقرأ ويكتب- شهادة ابتدائية)	٦٩	-			-		
متوسط شهادة(إعدادية- ثانوية وما يعادلها)	٧٦	٠,١٩٨٣٢ -			٠,٠٤٨٤٤ -		
مرتفع(جامعى، فوق الجامعى)	٧٣	١,٦٨٣٥❖ -	١,٤٨٥٢❖ -		١,٥٦٥٠❖ -	١,٥١٦٩❖ -	-
المستوى التعليمى للسيدة المطلقة	ن	القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري			الإجمالى		
		المتوسط الحسابي			المتوسط الحسابي		
		١٦,٤٦	١٧,٠١	١٨,٧٣	٤٧,٩٣	٤٨,٧٢	٥٣,٤٤
منخفض (يقرأ ويكتب- شهادة ابتدائية)	٦٩	-					
متوسط شهادة(إعدادية- ثانوية وما يعادلها)	٧٦	٠,٥٤٩٣٩ -			٠,٧٩٦١٥ -		
مرتفع(جامعى، فوق الجامعى)	٧٣	٢,٢٦٢٣❖ -	١,٧١٢٩❖ -		٥,٥١٠٨❖ -	٤,٧١٤٧❖ -	

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (٢١) أن السيدات المطلقات عينة البحث ذوات المستوى التعليمى المنخفض، وذوات المستوى التعليمى المتوسط والذى لم تظهر فروق بينهما كن أكثر قلقاً فى كل من (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء، نظرة المجتمع والتدخل الأسري،

الإجمالى) حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة عن ذوات المستوى التعليمى المرتفع حيث (المتوسطات الحسابية الأعلى). **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أن ارتفاع المستوى التعليمى للمطلقة يُساعدها أن تكون أرفع فكراً، أكثر موضوعيةً وقدرةً على ضبط النفس وعدم الاستسلام لقلق الوحدة النفسية، كما تكون أجدر على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وتخطى الأزمات، وأن تكون رؤيتها الخاصة بالمستقبل لها ولأبنائها لها أهداف وأكثر وضوحاً، الأمر الذى يُساعدها على محاولة كسر الإطار الاجتماعى الذى يضعها فيه المجتمع، وتأبى أن تستسلم للقلق من نظرات الإمتهان والدونية. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلٍ من شيرين فرحات (٢٠١٧)، رشا علوان (٢٠١٩) حيث أكدا على أنه بارتفاع المستوى التعليمى ينخفض قلق المستقبل. **يتضح من نتائج جدول (١٩) بالنسبة لحجم الأسرة:** عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث فى محور (القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري) حيث كانت قيمة ف (٢,٢١٢)، وهى قيمة غير دالة احصائياً، بينما لوحظ وجود تباين دال إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل ببعديه القلق من(الوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء) والإجمالى تبعاً لحجم الأسرة حيث كانت قيم ف (٦,٥٥، ٥,٦٥٦، ٨,٧٤٧)، وهى قيم دالة إحصائياً عند مستوى(٠,٠١) ولمعرفة إتجاه الفروق تم تطبيق إختبارLSD ويوضحه جدول (٢٢)

جدول (٢٢) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل ببعديه القلق من(الشعور بالوحدة النفسية- الاضطراب الحياتى للأبناء) والإجمالى تبعاً لحجم الأسرة ن=٢١٨

حجم الأسرة	ن	القلق من الشعور بالوحدة النفسية			القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		١٧,٩١	١٧,٣١	١٥,٤٦	١٦,٦٦	١٥,٩٠	١٤,٦٥
صغير(٣- ٤ أفراد)	٦٤	–			–		
متوسط(٥- ٦ أفراد)	٨٦	٠,٥٩٢٣	–		٠,٥٩٢٣	–	
كبير(٧ أفراد فأكثر)	٦٨	٢,٤٥١❖	١,٨٥٨١❖	–	٢,٤٥١❖	١,٢٤٨❖	–
حجم الأسرة	**ن**	**الإجمالى**					
		المتوسط الحسابى					
		٥٢,٩٥	٥٠,٣٠	٤٧,٠٠			
صغير(٣- ٤ أفراد)	٦٤						
متوسط(٥- ٦ أفراد)	٨٦	٢,٦٥٠٨					
كبير(٧ أفراد فأكثر)	٦٨	٥,٩٥٣❖	٣,٣٠٢❖	–			

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (٢٢) أن السيدات المطلقات عينة البحث من ذوات حجم الأسرة الكبير كن أكثر قلقاً في (الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء، إجمالى قلق المستقبل) حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة، عن ذوات حجم الأسرة المتوسطة والصغيرة، حيث المتوسطات الحسابية الأعلى، والتي لم تظهر فروق بينهما. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أن السيدة

المطلقة تُعد العائل الرئيسي لأسرتها، وزيادة حجم الأسرة يمثل مصدر خوف وقلق لها؛ نتيجة لزيادة المسئوليات والأدوار وزيادة الاحتياجات والمتطلبات للأبناء بإختلاف أعمارهم، وتحمل المسئولية الكاملة لاتخاذ قرارات مهمة مصيرية تخصها، وتخص أفراد أسرتها؛ الأمر الذى قد يؤدى للتوتر والخوف والقلق من المستقبل. تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كل من عبير علي (٢٠١٦)، وشيرين فرحات (٢٠١٧) حيث أكدا على أن قلق المستقبل يزداد بزيادة حجم الأسرة. واختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة منار الطعاني، منار بني مصطفى (٢٠٢١) حيث أكدا على عدم وجود فروق بين شعور المطلقات بالقلق المستقبلى تبعاً لحجم الأسرة. **يتضح من نتائج جدول (١٩) بالنسبة للدخل الشهري للأسرة:** عدم وجود تباين دال إحصائياً بين متوسطات درجات عينة البحث فى محور (القلق من نظرة المجتمع والتدخل الأسري) تبعاً لمستوى الدخل الشهرى لأسرة السيدة المطلقة، حيث كانت قيمة ف (٢,١٣١) وهى قيمة غير دالة احصائياً. بينما لوحظ وجود تباين دال إحصائياً بين متوسط درجات عينة البحث عند مستوى دلالة(٠,٠١، ٠,٠٥) فى قلق المستقبل بمحوريه القلق من:(الشعور بالوحدة النفسية، الاضطراب الحياتي للأبناء)، والإجمالي تبعاً لمستوى الدخل الشهرى لأسرة السيدة المطلقة حيث كانت قيم ف على التوالى (٨,٢٧٦، ٣,٦٣٤، ٩,٠١٧)، ولمعرفة اتجاه الفروق تم تطبيق اختبار LSD ويوضحه جدول (٢٣).

جدول (٢٣) اختبار LSD لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث فى قلق المستقبل ببعديه القلق من (الشعور بالوحدة النفسية - الاضطراب الحياتى للأبناء) والإجمالى تبعاً لمستوى الدخل الشهري للأسرة ن=٢١٨

مستوى الدخل الشهرى	ن	القلق من الشعور بالوحدة النفسية			القلق من الاضطراب الحياتى للأبناء		
		المتوسط الحسابى			المتوسط الحسابى		
		١٥,٣٢	١٧,٥٣	١٧,٨٧	١٤,٨٢	١٦,١٢	١٦,٢٥٦
منخفض<٢٠٠٠ جنيه	٧٢	-			-		
متوسط من ٢٠٠٠< ٤٠٠٠جنيه	٧٧	- ٢,٢١٣٠❖			- ١,٢٩٧٤❖		
مرتفع >٤٠٠٠ جنيه	٦٩	- ٢,٥٥٠١❖	- ٠,٣٣٧١	-	- ١,٤٢٦٩❖	- ٠,١٢٩٤٩	-
مستوى الدخل الشهرى	ن	الإجمالى					
		المتوسط الحسابى					
		٤٦,٦٩	٥١,٦٨	٥١,٧٤			
منخفض<٢٠٠٠ جنيه	٧٢	-					
متوسط من ٢٠٠٠< ٤٠٠٠جنيه	٧٧	- ٤,٩٨٠٩❖					
مرتفع >٤٠٠٠ جنيه	٦٩	- ٥,٠٤٤٧❖	- ٠,٠٦٣٨١				

❖ دال عند مستوى دلالة ٠,٠٥

يتضح من نتائج جدول (٢٣) أن السيدات المطلقات عينة البحث من ذوات الأسر ذات الدخل الشهرى المنخفض كن أكثر قلقاً فى (الشعور بالوحدة النفسية، والاضطراب الحياتي للأبناء)

والإجمالى حيث المتوسطات الحسابية المنخفضة، مقارنةً بذوات الدخل الشهرى المتوسط والمرتفع حيث المتوسطات الحسابية الأعلى، والتي لم تظهر فروق بينهما. **وقد ترجع هذه النتيجة إلى** أن انخفاض الدخل الشهري يُثقل كاهل السيدات المطلقات؛ كونهن العائل الرئيسى لأسرهن، فتكن غير قادرات على إشباع حاجات ومتطلبات أسرهن المعيشية، ويجعلهن فى واقع تقل فيه فرص تحقيق الطموحات، أو تكوين بعض المدخرات للظروف الطارئة وللمستقبل؛ مما ينعكس على حالتهن النفسية ويشعرن بالوحدة والغربة النفسية لاستسلامهن لتلك المشاعر اليائسة التى تعصف قلوبهن وتشغل فكرهن، وتجعلهن فى قلق دائم على أبنائهن من الاضطراب الحياتي نتيجة عدم شعورهم بالأمان الاقتصادي مما قد يحدث لهم إختلالات سلوكية؛ لعدم قدرتهن على توفير البيئة الجيدة لهم. وهذا ما أكدته نتيجة دراسة شيرين فرحات (٢٠١٧) بأن الاستقرار الاقتصادي للأسرة يكون له بالغ الأثر في تقوية العلاقات الأسرية بين أفراد الأسرة وتحقيق احتياجاتهم وشعورهم بالطمأنينة. ونتيجة دراسة رشا علوان (٢٠١٩) حيث أكدت على أن المستوى المادى أحد المحددات الرئيسية للخفض من حدة القلق المستقبلى؛ فكلما زاد الدخل كلما كانت الحياة أكثر إطمئناناً. ونتيجة دراسة مها صديق، فاطمة السيد (٢٠٢١) والتى أكدت على أن الدخل المالي المرتفع يجعل السيدة المطلقة أكثر تفاؤلاً وتوجهاً للحياة، وأقل قلقاً من المستقبل. **وبناءً على ما سبق يمكن قبول الفرض الثالث جزئياً.**

نستخلص مما سبق: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السيدات المطلقات عينة البحث في إجمالي قلق المستقبل تبعاً لكل من (مكان السكن، العمل، العمر، المستوى التعليمى، مستوى الدخل الشهرى للأسرة) لصالح (قاطنى الحضر، العاملات، وذوات فئة العمر الصغير (<٤٠سنة)، وذوات المستوى التعليمى المنخفض والمتوسط، وذوات الأسر كبيرة الحجم، ومستوى الدخل الشهري المنخفض). بينما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات السيدات المطلقات عينة البحث في قلق المستقبل بأبعاده، والإجمالى تبعاً لطبيعة السكن.

التوصيات فى ضوء نتائج البحث:

تمثلت التوصيات فى ضوء نتائج البحث إلى: التوصيات الاجرائية التطبيقية (برنامج مقترح - دليل للتعافى من آثار الطلاق)، التوصيات النظرية التى تأمل الباحثتان فى تطبيقها.

أ- **التوصيات الاجرائية التطبيقية فى ضوء نتائج البحث: تحددت فى:**

اقترحت الباحثتان توصية إجرائية تطبيقية منبثقة من نتائج البحث الحالي:

- برنامج ارشادي مقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل كمدخل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب.

محتوى البرنامج: يتضمن البرنامج أبعاد مقومات إدارة التغيير موضع البحث، ويستغرق البرنامج في تطبيقه (١٠) جلسات، وزمن كل جلسة (ساعة ونصف) يتخللها (٢٠ق) راحة، ويتم توزيع الجلسات كما هو موضح بجدول (٢٤):

جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل كمدخل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

محتوى الجلسة	الأهداف التعليمية للجلسات: فى نهاية الجلسة تكون السيدة المطلقة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
الجلسة الأولى: تمهيدية للتعارف				
التعارف بين الباحثتان والسيدات المطلقات عينة البحث التجريبية. تطبيق الإختبار القبلى من خلال إجابة السيدات المطلقات على استبيان مواجهة قلق المستقبل التعريف بأهداف البرنامج وأهميته. التعريف بمحتوى جلسات البرنامج وآلية العمل	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تعدد الأهداف العامة للبرنامج. ٢- توضح أهمية البرنامج. ٣- تستعرض آلية العمل في جلسات البرنامج. ثانيا: الإهداف المهارية: تلاحظ الباحثة أثناء عرض خطوات البرنامج. ثالثا: الأهداف الوجدانية: ١- تبدي استعدادها لمتابعة جلسات البرنامج. ٢. تصغي باهتمام لمعرفة أهمية البرنامج. ٣. تتابع بشغف آستعراض جلسات البرنامج. ٤. تقدر دورها فى نجاح جلسات البرنامج.	أولاً: الوسائل: - الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط). - الداتا شو لعرض مخطط عن جلسات البرنامج الإرشادي المعد. ثانيا: الأنشطة: - التعارف. - التطبيق القبلى للإستبيان - يتم الاتفاق بين الباحثة وأفراد العينة التجريبية على نظام سير الجلسات وتحديد المواعيد المناسبة للجلسات القادمة. ثالثا: الاستراتيجيات: المحاضرة – المناقشة.	يتم التقييم عن طريق مناقشة حرة وحوار بين الباحثتين والسيدات المطلقات حول موضوع الجلسة التمهيدية، وما المتوقع تناوله بجلسات البرنامج التالية؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة
الجلسة الثانية: قلق المستقبل –وتداعياته السلبية				
مفهوم قلق المستقبل تداعيات قلق المستقبل (النفسية. الإقتصادية- الإجتماعية. الأسرية) مدخل إلى مقومات المواجهة الإيجابية لقلق المستقبل	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر مفهوم قلق المستقبل. ٢- تعدد التداعيات السلبية لقلق المستقبل. ٣- توضح التداعيات الإقتصادية والنفسية لقلق المستقبل. ٤- تستعرض التداعيات الإجتماعية والأسرية. ٥- تذكر مقومات المواجهة الإيجابية لقلق المستقبل. ثانيا: الأهداف المهارية: ١- تفرق بين التداعيات الإقتصادية والإجتماعية والنفسية والأسرية لقلق المستقبل. ٢- تجد حلاً لبعض الأفكار المقلقة لها. ٣- تستنبط خطورة القلق على جوانب حياتها المختلفة. ثالثا: الأهداف الوجدانية: ١- تظهر اهتماما لمعرفة تداعيات قلق المستقبل. ٢- تتابع بشغف استعراض جلسات البرنامج. ٣- تتواصل بفاعلية أثناء الجلسات. ٤- تتواصل بفاعلة لمعرفة تقدر أهمية معرفة المقومات الايجابية لمواجهة قلق المستقبل.	أولاً: الوسائل: ١- الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط). ٢- الداتا شو لعرض فيديوهات عن سيدات مطلقات تركن أنفسهن فريسة الأفكار المقلقة بشأن الأمور المالية والإجتماعية للأسرة. ثانيا: الأنشطة: ١- تقترح الباحثتان أن يتم بدء الجلسة بسؤال تشويقي عن ماهية الأمور التي تقلقك وتخشين منها مستقبلا؟. ثم تفتحان باب المناقشة مع أفراد العينة التجريبية، وتستمعان لهن ثم تقومان بعد ذلك بالتبادل بالشرح الوافي لمفهوم قلق المستقبل وتداعياته. ثالثا: الاستراتيجيات: المحاضرة - المناقشة - إثارة التساؤلات.	يتم التقييم عن طريق الملاحظة والمناقشة الحرة والحوار بين الباحثتين والسيدات المطلقات وتقييم مدى استفادتهن من خلال طرح عدة أسئلة: ما مفهوم قلق المستقبل؟ ما التداعيات المختلفة لقلق المستقبل؟ اذكري مقومات المواجهة الإيجابية لقلق المستقبل؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

تابع جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

محتوى الجلسة	الجلسة الثالثة والرابعة: المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل			
	الأهداف التعليمية للجلسات: فى نهاية الجلسة تكون السيدة المطلقة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
مفهوم المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل. الصلابة النفسية وأبعاد إكتسابها: الإلتزام. التحكم. التحدي. التنظيم الذاتى مفهومه وأهميته. مهارات التنظيم الذاتى مباديء التنظيم الذاتي	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر مفهوم المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل. ٢- تذكر مفهوم الصلابة النفسية. ٣- تعدد أبعاد الصلابة النفسية. ٤- تُعرف التنظيم الذاتي. ٥- تصنف مهارات التنظيم الذاتي ٦- تستعرض مباديء التنظيم الذاتي. ثانياً: الأهداف المهارية: ١- تطبق المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل. ٢- تفرق بين الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية. ٣- تتدرب على اكتساب الصلابة النفسية بالمواقف المختلفة الضاغطة. ٤- تستحسن اتباع التنظيم الذاتي لمواجهة قلق المستقبل. ٥- تطبق مهارات التنظيم الذاتي في حياتها الشخصية والمهنية. ٦- تربط بين المباديء المختلفة لتنظيم الذات. ثالثاً: الأهداف الوجدانية: ١- تتابع بشغف المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل. ٢- تعدل من ذاتها لمواجهة قلق المستقبل. ٣- تتقبل فكرة الصلابة النفسية. ٤- تبدي استعدادها لمعرفة مهارات ومباديء تنظيم الذات. ٥- تتواصل بفاعلية أثناء الجلسات مع المتدربات والباحثتان.	أولاً: الوسائل: - الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط). - الداتا شو لعرض المادة العلمية. ثانياً: الأنشطة: تقترح الباحثتان بأن يتم بالتناوب بدء الجلسة بعرض مثال لموقف حياتي عن امرأة مطلقة تحدت الظروف وتغلبت عليها وأصبحت أنجح مما كانت عليه، ومثال آخر لسيدة استسلمت لظروفها إلى أن تملك منها القلق والخوف على مستقبلها ومستقبل أولادها، وتطلبان من المتدربات أن يبدين رأيهن حول هاتين الحالتين. ثالثاً: الاستراتيجيات: المحاضرة المدعمة بالباوربوينت - العصف الذهني –المناقشة - إعطاء الأمثلة التوضيحية.	يتم التقييم عن طريق المناقشة الحرة والحوار بين الباحثتين والسيدات المطلقات وتقييم مدى استفادتهن من خلال طرح عدة أسئلة: ما هو مفهومك عن المقومات الشخصية لمواجهة قلق المستقبل؟ عرفي الصلابة النفسية؟ أكملى: تتمثل أبعاد الصلابة النفسية في...، ....، .... عرفي التنظيم الذاتي وأهميته؟ عددي مهارات التنظيم الذاتي؟ وضحي مباديء التنظيم الذاتي؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

تابع جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

محتوى الجلسة	الجلسة الخامسة والسادسة: المقومات الإجتماعية لمواجهة قلق المستقبل			
	الأهداف التعليمية للجلسات: فى نهاية الجلسة تكون السيدة المطلقة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
مفهوم المقومات الاجتماعية لمواجهة قلق المستقبل. التواصل الفعال في مواجهة قلق المستقبل: مفهوم التواصل الفعال. أنواع التواصل (لفظى- غير لفظى) مهارات التواصل الفعال للتغلب على قلق المستقبل (الثبات الإنفعالى- الثقة بالنفس – التفاوض والإقناع) التواصل الفعال مع الأبناء والمحيط العائلى والإجتماعى. دور التواصل الفعال في مواجهة قلق المستقبل	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر مفهوم المقومات الاجتماعية لمواجهة قلق المستقبل. ٢- تُعرف التواصل الفعال. ٣- تميز بين التواصل اللفظي وغير اللفظي. ٤- تعدد مهارات التواصل الفعال للتغلب على قلق المستقبل. ٥- توضح دور التواصل الفعال في مواجهة قلق المستقبل. ثانياً: الأهداف المهارية: ١- توظف أنواع التواصل بما يقتضيه الموقف. ٢- تطبق مهارات التواصل الفعال مع الأبناء والمحيط العائلي والإجتماعي. ٣- تعدل من أساليب التواصل الخاطئة لديها. ٤- توظف مهارة الثبات الانفعالي والثقة بالنفس في خفض قلق المستقبل. ثالثاً: الأهداف الوجدانية: ١- ترحب بمعرفة المعلومات والمعارف عن التواصل الفعال ومهاراته. ٢- تتواصل بفاعلية مع الباحثتين والمحيطين بها. ٣- تستحسن مهارات التواصل الفعال.	أولاً: الوسائل: - الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط). - الداتا شو لعرض باوربوينت المحتوى العلمي. ثانياً: الأنشطة: تقترح الباحثتان أن يتم عرض فيديو لنموذجين للتواصل، إحداهما عن التواصل الفعال والآخر عن التواصل غير الفعال وتبدآن بالتبادل في المناقشة والحوار حول هذين النموذجين، مع التعقيب والتدرج بالشرح لمحتوى الجلسة من عناصر. ثالثاً: الاستراتيجيات: العصف الذهنى - المحاضرة المدعمة بالباوربوينت - المناقشة.	يتم التقييم عن طريق المناقشة الحرة والحوار بين الباحثتين والسيدات المطلقات وتقييم مدى استفادتهن من خلال طرح عدة أسئلة: وضحي مفهوم المقومات الإجتماعية لمواجهة قلق المستقبل؟ عرفي التواصل الفعال؟ قارني بين التواصل اللفظي- غير اللفظي؟ اذكري مهارات التواصل الفعال للتغلب على قلق المستقبل ؟ وضحي بالأمثلة كيف يمكن توظيف التواصل الفعال مع الأبناء والمحيط العائلي والإجتماعي؟ ما هو دور التواصل الفعال في مواجهة قلق المستقبل؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

تابع جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

الجلسة السابعة: تابع المقومات الإجتماعية لمواجهة قلق المستقبل				
محتوى الجلسة	الأهداف التعليمية للجلسات: فى نهاية الجلسة تكون السيدة المطلقة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
العمل التطوعى ودوره في مواجهة قلق المستقبل. مفهوم العمل التطوعى- ومميزاته للسيدة المطلقة. موانع الإنخراط في العمل التطوعى للمطلقات. أشكال ومجالات العمل التطوعى. المهارات التى يجب أن يتحلى بها المتطوع. ارشادات للتوجه الآمن نحو العمل التطوعي.	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر مفهوم العمل التطوعي. ٢- تذكر دور العمل التطوعي في مواجهة قلق المستقبل. ٣- تعدد مميزات العمل التطوعي للسيدة المطلقة. ٤- تعرض موانع الإنخراط في العمل التطوعي للمطلقات. ٥- تفرق بين أشكال العمل التطوعي. ٦- تحدد المهارات التي يجب أن يتحلى بها المتطوع. ٧- تستخرج ارشادات معينة على التوجه الآمن نحو العمل التطوعي. ثانياً: الأهداف المهارية: ١- تختار من أشكار التطوع ما يناسب ظروفها وقدراتها. ٢- توظف مهارات العمل التطوعي في عملية تطوعية. ٣- تطبق الارشادات للتوجه الآمن نحو العمل التطوعي. ٤- تتطوع بالقيام بعمل ما يساعد زملائها أفراد العينة. ٥- تعزل موانع الإنخراط في العمل التطوعي من حياتها. ثالثاً: الأهداف الوجدانية: ١- ترحب بمعرفة المعلومات والمعارف عن العمل التطوعي وأشكاله. ٢- تتواصل بفاعلية مع الباحثتين والمحيطين بها. ٣- تشارك بحماس زميلاتها المتدربات والباحثتين. ٤- تتعاون مع الباحثتين وزميلاتها على اتمام الجلسة بكفاءة وفاعلية.	أولاً: الوسائل: - الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط) - الداتا شو لعرض باوربوينت المحتوى العلمي. ثانياً: الأنشطة: تقترح الباحثتان أن يتم عرض أمثلة واقعية عن نماذج لأشخاص متطوعين عانوا من ظروف صعبة وتحدوها وكانوا مساهمين بشكل فعال في مساعدة الآخرين وتحسين المجتمع المحيط. ثالثاً: الاستراتيجيات: العصف الذهنى - المحاضرة المدعمة بالباوربوينت - المناقشة – الأمثلة.	يتم التقييم عن طريق المناقشة الحرة والحوار بين الباحثتين والسيدات المطلقات وتقييم مدى استفادتهن من خلال طرح عدة أسئلة: أذكري دور العمل التطوعي في مواجهة قلق المستقبل؟ أذكري مفهوم العمل التطوعي؟ حددي مميزات العمل التطوعي للسيدة المطلقة على وجه الخصوص؟ وضحي موانع الإنخراط في العمل التطوعي للمطلقات؟ ما هي أشكال ومجالات العمل التطوعي؟ ما هي المهارات التي يجب أن يتحلى بها المتطوع؟ أذكري مجموعة من الارشادات المعينة على التوجه الآمن نحو العمل التطوعي؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

تابع جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

الجلسة الثامنة والتاسعة: المقومات الإقتصادية لمواجهة قلق المستقبل				
محتوى الجلسة	الأهداف التعليمية للجلسات: فى نهاية الجلسة تكون المتدربة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
مفهوم المقومات الإقتصادية لمواجهة قلق المستقبل. إدارة الدخل المالى للأسرة: مفهوم ميزانية الأسرة أهمية وضع ميزانية للدخل- وأسس وضعها. مراحل وضع ميزانية للدخل (تحديد الهدف- التخطيط- التنظيم- التنفيذ – التقييم) وسائل ضغط المصرفات الأسرية. التوجه لإقامة المشروعات الصغيرة كأحد المقومات الإقتصادية لمواجهة قلق المستقبل. مفهوم المشروعات الصغيرة وأهدافها. دور المشروعات الصغيرة في مواجهة قلق المستقبل الإقتصادي. الصعوبات التى تواجه السيدات المطلقات في إقامة المشروعات الصغيرة وآليات تفاديها. دراسات جدوى إقامة المشروع.	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر مفهوم المقومات الإقتصادية لمواجهة قلق المستقبل. ٢- تُعرف ميزانية الأسرة. ٣- توضح أسس وضع ميزانية للدخل وأهميتها. ٤- تحدد مراحل وضع ميزانية للدخل. ٥- تعدد وسائل ضغط المصرفات الأسرية. ٦- تُعرف المشروعات الصغيرة. ٧- توضح دور المشروعات الصغيرة في مواجهة قلق المستقبل الإقتصادي. ٨- تعدد الصعوبات التي تواجه السيدات المطلقات في إقامة المشروعات الصغيرة. ثانياً: الأهداف المهارية: ١- تصمم ميزانية اسرية في ضوء ظروفها المالية. ٢- تطبق أسس وضع الميزانية. ٣- تطبق وسائل ضغط المصرفات الأسرية. ٤- تقيم مشروعاً صغيراً في ظل إمكانياتها المادية. ٥- تتفادى الصعوبات التي تقابلها عند إقامة المشروعات الصغيرة. ٦- تطبق دراسات الجدوى بكفاءة للمشروع. ثالثاً: الأهداف الوجدانية: ١- تكون ميلاً إيجابياً نحو اتباع ميزانية للأسرة. ٢- تؤمن بالدور الإيجابي للمقومات الاقتصادية في مواجهة قلق المستقبل. ٣- تطمئن لقدرتها على مواجهة قلق المستقبل من خلال ما اكتسبته من مقومات إقتصادية. ٤- تحفز زميلاتها على إقامة المشروعات الصغيرة كآلية لمواجهة قلق المستقبل.	أولاً: الوسائل: - الحقيبة الإرشادية (مادة علمية + نشاط). - الداتا شو لعرض باوربوينت للمادة العلمية. ثانياً: الأنشطة: - تقترح الباحثتان أن يتم عرض نموذج لميزانية أسرة ذات عائل واحد وتبدأ الباحثتان بالتبادل تطبيق أسس وضعها ومراحلها، على أن تسمحا لكل متدربة بتنفيذ ميزانية خاصة بها في ضوء ظروفها المالية. - في الجلسة الثامنة تقترح الباحثتان أن يتم البدء بعرض فيديو تحفيزي لسيدات مطلقات تغلبن على ظروفهن من خلال إقامة المشروعات الصغيرة البسيطة وأنهن أصبحن رائدات للمشاريع، ثم فتح الباب للمناقشة حول ذلك. ثالثاً: الاستراتيجيات: المحاضرة المدعمة بالباوربوينت - المناقشة – العصف الذهني - الأمثلة.	يتم التقييم عن طريق المناقشة الحرة والحوار بين الباحثة والسيدات المطلقات وتقييم مدى استفادتهم من خلال طرح عدة أسئلة: ما مفهوم ميزانية الأسرة؟ وضحي أسس وضعها؟ اذكري مراحل وضع ميزانية للدخل. عددي وسائل ضغط المصرفات الأسرية؟ ما مفهوم المشروعات الصغيرة. اذكري دور المشروعات الصغيرة في مواجهة قلق المستقبل الإقتصادي؟ ما الصعوبات التي تواجه السيدات المطلقات في إقامة المشروعات الصغيرة؟ ما هي آليات تفادي صعوبات إقامة المشروعات؟ أذكري دراسات جدوى إقامة المشروع؟	٩٠ دقيقة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

تابع جدول (٢٤) توزيع جلسات البرنامج الارشادي المقترح لتنمية وعي السيدات المطلقات بمقومات إدارة التغيير للمواجهة الإيجابية لقلق المستقبل للاستمتاع بالحياة رغم المصاعب

محتوى الجلسة	الجلسة العاشرة : الختامية			
	الأهداف التعليمية للجلسات: بنهاية الجلسة تكون السيدة المطلقة قادرة على أن:	الوسائل والأنشطة والاستراتيجيات	التقييم المرحلي	المجال الزمني
مراجعة النقاط الهامة بالبرنامج تقييم البرنامج الإرشادي من خلال التطبيق البعدي للإستبيان. الشكر والثناء للسيدات المطلقات على تعاونهن مع الباحثتان في نجاح البرنامج وإتمامه.	أولاً: الأهداف المعرفية: ١- تذكر الفوائد التي عادت عليها من البرنامج. ٢- توضح مدى فاعلية البرنامج في تحقيق الهدف منه. ثانياً: الأهداف المهارية: تطبق مقومات المواجهة الإيجابية لقلق المستقبل. ثالثاً: الأهداف الوجدانية: ١- تشعر بأهمية البرنامج في تنمية وعيها بمقومات المواجهة الإيجابية لقلق المستقبل. ٢- تشارك بإيجابية في نشر المعارف التي اكتسبتها من البرنامج.	أولاً: الأنشطة: - الشكر والثناء. - التطبيق البعدى للاستبيان. ثانياً: الاستراتيجيات: المناقشة الجماعية.	يتم من خلال الملاحظة وذلك بملاحظة مدي استفادة أفراد العينة من البرنامج وما اكتسبوه من معلومات، إضافة إلى التقييم البعدي للبرنامج ككل بتطبيق الاستبيان.	٩٠ دقيقة للجلسة يتخللها ٢٠ دقيقة راحة

٢- دليل ارشادى للتعافى من آثار الطلاق:

عزيزتي السيدة:

- ✓ قد يكون الطلاق محيطاً ومؤلماً وينتبعه حتماً بعض الأبعاد السيئة.. لكن ينبغى أن تدركى أن التفكير السلبيّ يؤدى لعواطف سلبية تؤذي الصّحة؛ لذلك من المهم محاولة التفكير بإيجابية.
- ✓ تقبلي كونك مطلقة ولا تخجلي من ذلك ولا تخفيه، فإن لم تتقبليه فلن تتعافي من آثاره المدمرة نفسياً وجسدياً.
- ✓ ادركي جيداً أن أزمة الطلاق مثلها مثل أي أزمة أو محنة أخرى.. ستأخذ وقتها وتنتهي.
- ✓ من المهم عند وضع أهدافك المستقبلية تبني معتقد: "اليوم هو اليوم الأول من بقيّة حياتي". لكي يكون لديك أمل وطموح، وبالتالى تتحدي ظروفك وتتغلبي عليها.
- ✓ ضعي خطة زمنية قصيرة للتخلص من الآثار النفسية المترتبة على الانفصال؛ لبدء حياة جديدة يملؤها الأمل والتفاؤل.
- ✓ ادركي جيداً أن حريتك أصبحت كاملة، ولابد من دراسة قراراتك دراسة كاملة دون التأثر بتجاربك السابقة أو تجارب غيرك، فأنت وحدك من ستتحمل العواقب.
- ✓ عليك الاشتراك في المبادرات التي تقدم المشورة النفسية مثل مبادرة حياة، مع أخذ الاحتياطات الكاملة وعدم البوح بأية بيانات أو تفاصيل خاصة قد تؤذيكي في حالة إفشائها.

- ✓ عليك أن تدركي أنّ مشاعر الغضب، والحزن، والإرهاق العاطفي، والإحباط، والخوف من المستقبل ستقل بمرور الوقت، ويُعد الشعور بها أمراً طبيعياً، ولا تجعليها تُسيطر أو تتملك منك إلى الأبد.
- ✓ غيري أفكارك السلبية تجاه التجربة السيئة، وما ترتب عليها؛ لخوض حياة نفسية سوية.
- ✓ ابحثي عن أقرب دعم نفسي لك (الأصدقاء- العائلة)، وتحدثي معهم، فذلك يساعد على تفريغ مبداخلك من مشاعر وطاقة سلبية.
- ✓ اعتني بنفسك؛ فهي تستحق الحب والاحترام والتقدير، وابتعدي عن جلد وكراهية الذات، وأي تصرف قد يؤكد عُقد النقص.
- ✓ لا تسمحي لأحد أن يُحبطك بكلام لا داع له مثل الطلاق بيكسر، حظك سئ.... وغيره من الكلام السلبي.
- ✓ يجب أن تتدربي على استراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية؛ حتى تكتسبي صلابة تجاه المواقف الضاغطة.
- ✓ لا تدخلي في علاقة جديدة عقب الطلاق مباشرة؛ فمشاعرك لا تزال متذبذبة، ولكن ... تمهلي ولا تكوني في عجلة من أمرك.

- ✓ لا تنشغلي بالك بالتعليقات السخيفة التي تحدث من البعض، ولا تسمحي لأي مخلوق بأن يلومك على ما حدث.
- ✓ ضعي حدوداً لك، ولا تسمحي لأحد بالتطفل عليك، وإذا حاول أحد مضايقتك بأسئلته حول أسباب الطلاق أو الخوض في أمور شخصية، قولي له صراحة لا أحب الحديث في ذلك الموضوع، فإنها صفحة وطويت.
- ✓ حاولي أن تنمي أي موهبة لديك سواء كتابة أو موسيقى أو شعر ..... إلخ؛ من أجل رفع روحك المعنوية، وتفريغ طاقتك السلبية، وعدم الإستسلام لليأس.
- ✓ اعرفي نقاط قوتك ودعميها بنفسك، وابحثي في نقاط ضعفك وحاولي أن تقويها؛ حتى تكوني إنسانة أخري أقوى مما كانت عليه من قبل.
- ✓ ابحثي عن أنشطة ممتعة مثل التوجه للأعمال التطوعية الخيرية، ففيها مكاسب نفسية عديدة، كما أنها تشغل وقت فراغك وتزيد من تقديرك لذاتك.

- ✓ انجحي واثبتي ذلك بدرجة أكبر في كل ما تقومين به، حتى لو كان بسيطاً.
- ✓ لا تنتظري إعانة مالية من أحد، إذا كان دخلك غير كاف؛ ولكن ابدئي في إقامة مشروع صغير وحاولي أن تنجحي فيه.
- ✓ فكري في مستقبل الأبناء في حالة الطلاق وترتيب حياتهم بما فيه مصلحتهم.
- ✓ انتبهي ... لا تتحدثي عن شريكك السابق أبداً بكلام سيء مشين - وخاصةً - أمام الأبناء كمحاولة لجذبهم في صفك، الأمر الذي قد يعرضهم لخلل عاطفي لا يحمد عقباه.
- ✓ اجلسي مع أبنائك وتواصلي معهم بفاعلية واشرحي لهم الوضع جيداً وحاولي أن تساعديهم في عبور هذه الأزمة.
- ✓ ابعدي أبنائك عن مشاهد صراع مابعد الطلاق، أو تبادل الإهانات مع زوجك السابق؛ لتحقيق التكيف للأبناء مع المرحلة المقبلة مع والدهم.

- ✓ حثي أبنائك على التعبير عن مشاعرهم سواء السلبية أو الإيجابية، وشجعيهم على ذلك. مع إبعاد الأهل من الطرفين عن إبراز أو إظهار أو تلقين أي مشاعر أياً كانت للأبناء.
- ✓ امتنعي عن استخدام الأبناء كمرسال أو وسيط لنقل الرسائل بينك وبين زوجك السابق.
- ✓ واخيراً تقربي أكثر إلى الله عز وجل فهو المعوض عما لحق من أذى بالنفس وهو المدبر للأمور.

ب- **التوصيات النظرية في ضوء نتائج البحث:**

١- حث وزارة التضامن الاجتماعى من قِبل الجهات المعنية بحقوق المرأة والطفل بإنشاء المزيد من مراكز التأهيل النفسي والاجتماعي والاقتصادي للمطلقات، من قبل وزارة التضامن الاجتماعي؛ لتحقيق التغيير الفعال والتكيف الإيجابي للاستمرارية والاستمتاع بالحياة والقضاء على حدة القلق المستقبلي لديهن.

٢- إنشاء وحدات للخدمات الاستشارية بكليات وأقسام الاقتصاد المنزلي وإعداد برامج ارشادية وتوعوية من قِبل الجهات المعنية بالمرأة (كالمجلس القومى للمرأة، ومكاتب التوجيه والاستشارات الأسرية) بالإستعانة بالأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين، والباحثين في مجال إدارة المنزل لعمل برامج إرشادية ونفسية لتنمية الصلابة النفسية والثقة بالنفس، ومهارات التواصل الاجتماعي لدى المطلقات لتمكنهن من المشاركة والاندماج في الأنشطة الاجتماعية المختلفة في المجتمع.

٣- مساهمة صندوق التضامن الاجتماعي، والجمعيات الأهلية المهتمة بقضايا المرأة وحقوقها بالتعاون مع رجال الأعمال؛ لتوفير فرص عمل مناسبة للسيدات المطلقات اللاتى بدون عمل، أو مساعدتهن للقيام بمشاريع صغيرة؛ لتعزيز التمكين الاقتصادى لديهن، وتنمية موردهن المالي، وتحقيق الاستقرار والرضا الاقتصادي؛ لمواجهة قلقهن المستقبلى.

٤- اهتمام وزارة التربية والتعليم ممثلةً فى قامتها العالية بإدراج مصطلح إدارة التغيير فى المناهج الدراسية؛ لقدرته على بلورة الأفكار البناءة فى حياة الأفراد، حتى تُغرس فى نفوس ناشئة الغد مثل هذه الأفكار والقيم، وتُبنى شخصيات لديها مقومات التغيير قادرة على مواجهة الصعاب، وعدم الاستسلام لأى فشل؛ تماشياً مع رؤية مصر ٢٠٣٠ للتنمية المستدامة.

٥- حث مخططى البرامج الخاصة بالمرأة والأسرة فى وسائل الإعلام المختلفة بتبنى استراتيجية إعلامية بناءة تنادى بضرورة تدعيم وتأصيل مقومات إدارة التغيير وأهميتها فى مواجهة قلق المستقبل؛ كاستراتيجية إيجابية فى حياة الأفراد بصفة عامة، ومن يواجهون صعوبات بصفة خاصة وذلك من خلال إستضافة متخصصين(اجتماعيين، ونفسيين)، ومتخصصى الإدارة المهتمين بشئون الأسرة.

المراجع:

١- أحمد حسين عبد المعطى، دعاء محمد مصطفى (٢٠٠٨): المهارات الحياتية، دار السحاب للنشر والتوزيع، القاهرة.

٢- أحمد متولى (٢٠٠٠): عوامل تكيف المنتفعين بالأراضى المستصلحة بمنطقة غرب النوبارية، رسالة ماجستير، كلية الزراعة، جامعة الأزهر، مصر.

٣- أسماء بدرى إبراهيم (٢٠٠٧): الصحة النفسية لدى عينة من النساء الأردنيات المطلقات، مجلة أربد للبحوث والدراسات، ع (١)، مج (١١)، جامعة أربد الأهلية، أربد، الأردن.

٤- أسماء صفوت جمال الكردى (٢٠٢١): محددات التوازن الأسرى كما تدركها الزوجة وعلاقتها بالمهارات الادارية، ع (١)، مج (٣٧)، المجلة المصرية للاقتصاد المنزلى، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة حلوان، مصر.

٥- أمانى عبد الرحمن الشيراوى (٢٠١٢): أسلوب مواجهة الأرملة للضغوطات النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية، مج(١٣)، عدد يناير، مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية الآداب، جامعة البحرين، البحرين.

٦- أمانى كمال عبد الله مصطفى (٢٠١٩): العوامل المؤدية للطلاق المبكر ودور خدمة الجماعة فى مواجهتها، مجلة الخدمة الاجتماعية، ع (٦١)، مج (٤)، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، مصر.

٧- أمل السيد عبد السلام خطاب، يثرب على محمد حبيب (٢٠٢٢): السمات الابتكارية لدى الأمهات وعلاقتها بإدارة التغيير وتحقيق التوافق مع أبنائهن المراهقين بمرحلة المراهقة الوسطى (من ١٤- ١٧عام)، مجلة البحوث فى مجالات التربية النوعية، ع (٣٩)، مج (٨)، كلية التربية النوعية، جامعة المنيا، مصر.

٨- أمل عبد الرحمن حمود النويصر (٢٠٢٠): إدارة الدخل المالي لطلاب الجامعة وعلاقته بقلق المستقبل - دراسة ميدانية مطبقة على طلاب جامعة القصيم، مجلة بحوث التربية النوعية، ع (٥٨)، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.

٩- أمل محمد إبراهيم بدر (٢٠٢١): فاعلية برنامج إرشادي جماعي قائم على العلاج بالتقبل والالتزام في خفض أعراض الاكتئاب والقلق والشعور بالنقص لمجموعة من المطلقات السعوديات، المجلة العلمية لكلية التربية، ع (١٢)، مج (٣٧)، جامعة أسيوط، مصر.

١٠- أيمن محمد قاسم الشبول (٢٠١٠): المتغيرات الاجتماعية والثقافية لظاهرة الطلاق، مجلة جامعة دمشق للآداب والعلوم الإنسانية، ع (٣،٤)، مج (٢٦)، جامعة دمشق، سوريا.

١١- إبراهيم الزعبير (٢٠١١): إدارة التغيير"الأسس والمنطلقات الفكرية"، دار الجامعة الجديدة للنشر والتوزيع، الإسكندرية.

١٢- إبراهيم سعد الطخيس (٢٠١٤): فعالية برنامج إرشادى واقعى فى خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز، جدة، المملكة العربية السعودية.

١٣- إكرام بنت محمد الصالح (٢٠٢١): برنامج مقترح من منظور العلاج بالمعنى لتحسين معنى الحياة لدى اليتيمات المطلقات، مجلة أبحاث، ع (٢٤)، كلية التربية، جامعة الحديدة، اليمن.

١٤- إيمان السيد محمد دراز (٢٠١٥): الوعى بأداء المسؤليات الأسرية لدى عينة من أمهات الأطفال المصابين بالشلل الدماغى وعلاقته بالرضا عن الحياة، مجلة التبادل العلمى، كلية الزراعة، جامعة الإسكندرية، مصر.

١٥- إيمان حسنين محمد عصفور (٢٠١٣): تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابى وخفض قلق التدريس لدى طالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع، مجلة الدراسات العربية فى التربية وعلم النفس، ع (٣)، مج (٤٢)، رابطة التربويين العرب، مصر.

١٦- إيمان صلاح إبراهيم رزق (٢٠١٨): مقومات إدارة التغيير وعلاقتها بتحقيق الميزة التنافسية فى مؤسسات رياض الأطفال كما يدركها أولياء الأمور، المؤتمر الدولى السادس - العربى العشرون للاقتصاد المنزلى وجودة التعليم، فى الفترة ٢٣- ٢٤ ديسمبر، ع(٤)، مج(٢٨)، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة المنوفية، مصر.

١٧- إيمان عبده السيد المستكاوى (٢٠١٨): مقومات إدارة التغيير وعلاقتها بالتحصيل الأكاديمى لشباب الجامعة، المؤتمر الدولى السادس - العربى العشرون للاقتصاد المنزلى وجودة التعليم، فى الفترة (٢٣- ٢٤ ديسمبر)، ع (٤)، مج (٢٨)، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة المنوفية، مصر.

١٨- إيهاب سيد أحمد مصطفى (٢٠٢٢): أثر الاجترار الفكري على القلق الأكاديمي وقلق المستقبل لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة المنيا (دراسة تنبؤية)، مجلة الطفولة والتربية، ع (٢)، مج (٤٩)، جامعة الإسكندرية، مصر.

١٩- الجهاز المركزى للتعبئة العامة والاحصاء (٢٠٢١): ربع مليون حالة طلاق خلال عام. متاح على https://www.m.akhbarelyom.comlnewslnewdetailsl3750656l1l

٢٠- الجهاز المركزى للتعبئة العامة والاحصاء (٢٠٢٢): الاحصاء يرصد ارتفاع عدد حالات الطلاق إلى ٢٠ ألف حالة. متاح علىhttps://www.youm7.comlstoryl2022l3l13l5689358l

٢١- الحسين محمد عبد المنعم (٢٠٠٩): الآثار النفسية والجسمية ومشكلات التفاعل الاجتماعى المترتبة على الطلاق: دراسة مقارنة بين مجموعتين من المطلقات المصريات والكويتيات، مجلة دراسات عربية، ع (٢)، مج (٨)، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، مصر.

٢٢- الرشيد إسماعيل الطاهر البيلى، أشرف محمد أحمد على (٢٠١٤): الثقة بالنفس وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى المطلقات، مجلة آداب النيلين، ع (١)، مج (٢)، كلية الآداب، جامعة النيلين، السودان.

٢٣- السيد محمد عبد المجيد (٢٠٠٣): فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من معلمى ومعلمات رياض الأطفال والمرحلة الإبتدائية، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، مج (١٣)، كلية الآداب، جامعة المنيا، مصر.

٢٤- المعجم الوسيط (٢٠١١): نسخة منقحة، ط (٥)، مكتبة الشرق الدولية.

٢٥- بشرى أحمد جاسم العكايشى (٢٠٠٠): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، الجامعة المستنصرية، الجزائر.

٢٦- تغريد سيد أحمد بركات، دعاء محمد ذكى حافظ (٢٠٢١): فاعلية برنامج إرشادى لتكين ذوات الطلاق المبكر من إقامة المشروعات الصغيرة وعلاقته بالقدرة التنافسية لديهن، المجلة المصرية للاقتصاد المنزلى، ع (٢)، مج (٣٧)، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة حلوان، مصر.

٢٧- حسين حريم (٢٠٠٣): السلوك التنظيمى سلوك الأفراد والجماعات فى منظمات الأعمال، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٢٨- حسين على فايد (٢٠٠٦): دراسات فى الصحة النفسية، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، القاهرة.

٢٩- ذيب محمد الرواد، عمر عطاالله العظامات (٢٠٢١): أساليب إدارة الأزمات وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى القيادات الأكاديمية فى جامعة الحسن بن طلال فى ضوء جائحة كورونا، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ع (٣)، مج (٩)، مركز رفاد للدراسات والأبحاث، الأردن.

٣٠- رباب السيد مشعل، نهاد على بدوى رصاص (٢٠١٨): الوعى بإدارة التغيير وعلاقته بإتخاذ القرار وإدارة بعض الموارد كما يدركه الشباب الجامعى، المؤتمر العلمى السنوى العربى الثالث عشر، الدولى العاشر (التعليم العالى النوعى فى مصر والوطن العربى فى ضوء استراتيجيات التنمية المستدامة)، ١١- ١٢ إبريل، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.

٣١- رشا عبدالله علوان (٢٠٠٧): أثر استخدام الأسرة للتقنيات الحديثة على أساليب التواصل الزواجى وعلاقتها بالكفاءة الإدارية للزوجة، رسالة دكتوراه، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة حلوان، مصر.

٣٢- ـــــــــ (٢٠١٩): استراتيجيات إدارة الصراع الزواجى وانعكاساتها على القلق المستقبلى الأسرى، المؤتمر السنوى الرابع عشر- الدولى الحادى عشر: التعليم النوعى وتطوير القدرة التنافسية والمعلوماتية للبحث العلمى فى مصر والوطن العربى- رؤى مستقبلية، مج (٢)، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.

٣٣- رندا يوسف سلطان (٢٠١٧): دراسة ظاهرة الطلاق المبكر فى ريف محافظة أسيوط، مجلة أسيوط للعلوم الزراعية، ع (٣)، مج (٤٨)، كلية الزراعة، جامعة أسيوط، مصر.

٣٤- رياض نايل الغاسمي، حمد بليه العجم، راشد مانع (٢٠١١): السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي: دراسة مقارنة بين أطفال الطلاق والعاديين بدولة الكويت، مجلة كلية الآداب، ع (٢٥)، مج (١)، جامعة طنطا، مصر.

٣٥- زيد منير عبورى (٢٠١٠): دور القيادة التربوية فى اتخاذ القرارات الادارية، دار الشروق للنشر والتوزيع، ط (١)، عمان، الأردن.
٣٦- سامح عبد المطلب عامر، علاء محمد قنديل (٢٠١٠): التطوير التنظيمى، دار الفكر، الأردن.
٣٧- سعد نعيم رضوي (٢٠٢٢): درجة ممارسة المرونة الإدارية وعلاقتها بإدارة التميز لدى مديري المدارس الإعدادية من وجهة نظر المدرسين في مدارس محافظة واسط، مجلة جيل للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ع (٨٣)، مركز جيل البحث العلمي، الجزائر.
٣٨- سفيان بن إبراهيم الربدي (٢٠٢٠): قلق المستقبل وتقدير الذات كمنبئات بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة التربية، مج (٣)، ع (١٨٧)، كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر.
٣٩- سلطان عامر العتيبى (٢٠١٤): أنماط القيادة الادارية وعلاقتها بإدارة التغيير التنظيمى من وجهة نظر العاملين فى إدارة شئون المرضى بمدينة الأمير سلطان الطبية العسكرية بالرياض، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والادارية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
٤٠- سلوى عثمان الصديقى (٢٠١٢): الأسرة والسكان من منظور اجتماعى ودينى، المكتب الجامعى الحديث للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
٤١- سميحة برجوح (٢٠٢٠): استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية لدى المرأة المطلقة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكره، الجزائر.
٤٢- سميرة إبراهيم الدسوقى حسن (٢٠٠٨): تقويم جهود المنظمات غير الحكومية فى محو أمية المرأة المعيلة لتمكينها من المشاركة فى تنمية المجتمع المحلى، المؤتمر العلمى الحادى والعشرون للخدمة الاجتماعية، مج (٥)، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، مصر.
٤٣- سميرة بنت أحمد حسن العبدلى، خديجة بنت حامد بن محمد الحارثى (٢٠١٦): إدارة التغيير فى الأسرة السعودية وعلاقتها بالذكاء الوجدانى لدى الزوجين، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة، ع (١٧٨)، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.
٤٤- سميرة محمد شند (٢٠٠٢): دراسة قلق المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغيرى الجنس والتخصص، مجلة كلية التربية، ع (٣)، مج (٨)، جامعة عين شمس، مصر.
٤٥- سهير كامل أحمد (٢٠٠١): الصحة النفسية للأطفال، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، مصر.
٤٦- شداد عبد الهادى العتيبى (٢٠١١): دور المهارات القيادية فى الحد من أسباب مقاومة التغيير التنظيمى بالمديرية العامة للدفاع المدنى بالرياض، رسالة ماجستير، جامعة نايف للعلوم الأمنية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
٤٧- شيرين عبد الباقى فرحات (٢٠١٧): التخطيط المالى المبكر لمرحلة التقاعد وعلاقته بالقلق المستقبلى، مجلة بحوث التربية النوعية، ع (٤٨) أكتوبر، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.

٤٨- صالح بن رميح محمد الرميح (٢٠١١): النظرة الاجتماعية إلى المطلقة: رؤية اجتماعية، مجلة جامعة الملك سعود، ع (٢)، مج (٢١)، كلية الآداب، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

٤٩- صفية ملوكه (٢٠١٨): أثر الكفاءة الذاتية على قلق المستقبل المهنى لدى الطالب الجامعى المقبل على التخرج، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الجيلانى بونعامه، الجزائر.

٥٠- صلاح عبد الباقى (٢٠٠٠): السلوك الإنسانى فى المنظمات، الدار الجامعية للطبع والنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر.

٥١- ضياء الدين مطاوع، حسن خليفة (٢٠١٤): مبادئ البحث العلمى ومهاراته فى العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، مكتبة المتنبئ، الرياض، المملكة العربية السعودية.

٥٢- طارق عبد الفتاح الشريعى (٢٠١٦): دور التدريب فى رفع الروح المعنوية للعاملين بالفنادق أثناء فترات الركود، المجلة الدولية للتراث والسياحة والضيافة، ع (١)، مج (١٠)، كلية السياحة والفنادق، جامعة الفيوم، مصر.

٥٣- طلعت منصور غبريال، إيمان فوزي شاهين، كريستين سامي نجيب (٢٠٢١): الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية لدى عينة من الطالبات الجامعيات، مجلة الارشاد النفسي، ع (٦٦)، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر.

٥٤- عبيد بن عبد الله السبيعى (٢٠٠٩): الأدوار القيادية لمديرى التربية والتعليم فى ضوء متطلبات إدارة التغيير، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

٥٥- عبير عبده محمد علي (٢٠١٦): بعض الاختلالات السلوكية الاستهلاكية لشباب الجامعة وعلاقتها بالقلق المستقبلي لديهم، مجلة بحوث التربية النوعية، ع (٤٢)، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.

٥٦- عثمان علي أمين، مباركة بلقاسم الذئب، سليمة رمضان الكوت (٢٠٢١): العوامل المؤدية للطلاق وآثاره النفسية والاجتماعية على المرأة المطلقة (دراسة حالة)، مجلة جامعة صبراته العلمية، ع (١)، مج (٥)، جامعة صبراته، ليبيا.

٥٧- عديلة حسن طاهر التونسى (٢٠٠٢): القلق والإكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات فى مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

٥٨- عزة محمد الرفاعى (٢٠٠٣): الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك الحياة الضاغطة وأساليب المواجهة، رسالة دكتوراه، كلية الاقتصاد المنزلى، جامعة حلوان، مصر.

٥٩- عزة محمد محمود الطنبولي (٢٠٢١): العلاقة بين إدمان الأزواج للإنترنت والإغتراب الزواجي لديهم من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية، مجلة الخدمة الاجتماعية، ع (٥)، مج (٦٩)، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، مصر.

٦٠- علاء الدين أحمد كفافي، نفيسة فوزي عمر، سمير علي جعفر أبو غزالة (٢٠١٨): نحو طلاق آمن في ضوء عوامل الخطر وعوامل الحماية الخاصة بأبناء المطلقين، مجلة العلوم التربوية، ع (٣)، مج (٢٦)، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، مصر.

٦١- عمر عبد الرحيم ربابعة، رفقة خليف سالم (٢٠١٥): أسباب الطلاق والحلول المقترحة لمعالجتها من وجهة نظر المطلقين والمطلقات والقضاة الشرعين في الأردن، مجلة التربية، ع (١٦٢)، مج (٤)، كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر.

٦٢- غريب مختار، عبد الله مصطفى (٢٠١٦): الإغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المرأة المطلقة "دراسة ميدانية بولاية الجلفة"، مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، ع (١)، جامعة الجلفة، الجزائر.

٦٣- فاطمة الزهراء محمد الغزيري (٢٠١٦): مشكلات أبناء الطلاق – رؤية تحليلية، حوليات آداب عين شمس، مج (٤٤)، كلية الآداب، جامعة عين شمس، مصر.

٦٤- فاطمة عبد الله محمد زايد (٢٠٢١): قلق المستقبل لدى الشباب بالمرحلة الجامعية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة العلوم والدراسات الإنسانية، ع (٦٨)، كلية الآداب والعلوم، جامعة بنغازي، العراق.

٦٥- فضيلة نقايس (٢٠١٣): الحاجات الارشادية للنساء المطلقات "دراسة ميدانية على عينة من المطلقات ببلدية ورقلة"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدى مرباح، ورقلة، الجزائر.

٦٦- فهد يوسف الفضالة (٢٠١٠): المتطلبات الحياتية والتربوية للأبناء القصر- المشمولين برعاية الدولة "دراسة ميدانية"، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، ع (١٣٩)، مج (٣٦)، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، الكويت.

٦٧- لولوة صالح الرشيد (٢٠١٩): فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الأرامل، المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، ع (١١)، عمان.

٦٨- محسن أحمد الخضيرى (٢٠٠٣): إدارة التغيير (مدخل اقتصادى للسيكولوجيا الادارية للتعامل مع متغيرات الحاضر لتحقيق التفوق والامتياز الباهر فى المستقبل للمشروعات)، دار الرضا للنشر والتوزيع، دمشق، سوريا.

٦٩- محمد بن سعيد محمد الغامدى (٢٠٠٩): التكيف الاجتماعى والاقتصادى والنفسى للمرأة السعودية المطلقة فى محافظة جدة، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، ع (٢)، مج (١)، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.

٧٠- محمد عبد العزيز محمد عبد الرحمن (٢٠١٧): فاعلية برنامج إرشادي لتنمية مهارات التنظيم الذاتي وأثره على تحسين الاستمتاع بالحياة لذوي صعوبات التعلم، مجلة كلية التربية، ع (١٧٤)، الجزء الأول، جامعة الأزهر، مصر.

٧١- محمود سليمان العميان (٢٠٠٥): السلوك التنظيمى فى منظمات الأعمال، دار وائل للنشر والتوزيع، ط(٣)، عمان، الأردن.

٧٢- محمود محمد منير عبد الفتاح (٢٠١٧): برنامج تدريبى لتمكين المرأة كقيادة مجتمعية من منظور طريقة خدمة الجماعة، مجلة الخدمة الاجتماعية، ع (٥٧)، مج (٩)، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، مصر.

٧٣- مصطفى حجازى (٢٠١٥): الأسرة وصحتها النفسية، ط (١)، المركز الثقافى العربى، بيروت.

٧٤- منار طلال الطعاني، منار سعيد بني مصطفى (٢٠٢١): القدرة التنبؤية لاستراتيجيات التكيف بقلق المستقبل لدى النساء الأردنيات في مرحلة ماقبل الطلاق القانوني، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ع (١)، مج (٢٩)، عمادة البحث العلمي والدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

٧٥- منال خواسك (٢٠١٠): المرأة المطلقة بين اليأس والتحدي، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، مصر.

٧٦- مها عبد القادر محمد بن صديق، فاطمة خليفة السيد (٢٠٢١): قلق المستقبل وعلاقته بجودة الحياة لدى عينة من الشباب السعودي في منطقة مكة المكرمة، مجلة البحوث التربوية والنوعية، ع (٨)، مج (٨)، مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل التربوي، مصر.

٧٧- مهتاب أحمد إسماعيل أبو زنط (٢٠١٦): الطلاق، أسبابه ونتائجه من وجهة نظر المطلقات "دراسة ميدانية فلى محافظة نابلس"، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

٧٨- نجلاء فتحي عبد الرحمن الشيمي (٢٠١٨): إدمان الإنترنت وعلاقته بمعدل إنتشار الطلاق بين الأزواج، مجلة الثقافة والتنمية، ع (١٣٠)، الجزء الثاني، جمعية الثقافة من أجل التنمية، كلية التربية، جامعة سوهاج، مصر.

٧٩- نجوى سيد عبد الجواد (٢٠٠٣): مهارات السلوك الادارى لدى الأبناء الشباب وعلاقتها باستقلالهم النفسى عن الوالدين، مجلة الدراسات الاجتماعية والإعلامية الطبية، ع (١٨)، مج (٦)، معهد دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، مصر.

٨٠- ـــــــــ (٢٠١٩): الصلابة النفسية ومشاعر الأمل لدى عينة من الأمهات المطلقات حديثاً وعلاقتها بمستوى الرعاية الأسرية لأطفالهن، مجلة الطفولة، ع (٢)، مج (٣١)، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة، مصر.

٨١- نرمين محمد سليمان أبو سبيتان (٢٠١٤): الدعم الاجتماعي والوصمة وعلاقتها بالصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى المطلقات في محافظات غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

٨٢- نسيمة علالى (٢٠١٤): ظروف مابعد الطلاق وتأثيرها على التفاعل الاجتماعى للمرأة الجزائرية المطلقة "دراسة ميدانية لعينة من المطلقات بولاية ورقلة"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدى مرباح، ورقلة، الجزائر.

٨٣- نيبال فيصل عبد الحميد عطية، رشا رشاد محمود منصور (٢٠١٨): إدارة الموارد البشرية وعلاقتها ببعض مهارات ربة الأسرة العاملة، مجلة جامعة شقراء، ع (١٠) أكتوبر، جامعة شقراء، المملكة العربية السعودية.

٨٤- هالة كمال آدم، صديق محمد أحمد يوسف (٢٠١٩): الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المعاقين بصرياً باتحاد المكفوفين بولاية الخرطوم، مجلة آداب النيلين، مج (٤)، ع (١)، كلية الآداب، جامعة النيلين، السودان.

٨٥- هاني جرجس عياد، أيمن أحمد فرج (٢٠١٥): التكيف الاجتماعي للمراة المطلقة في المجتمع المصري: دراسة ميدانية في محافظة الغربية، مجاة الخدمة الاجتماعية، ع (٥٤)، الجمعية المصرية للاخصائيين الاجتماعيين، القاهرة، مصر.

٨٦- هبة الله أنور لبن، محمد عبد الهادى رمضان فاضل (٢٠٢٠): التكيف الاجتماعى للمطلقات الريفيات فى محافظتى الشرقية والدقهلية، مج (١١)، مجلة الاقتصاد الزراعى والعلوم الاجتماعية، كلية الزراعة، جامعة المنصورة، مصر.

٨٧- هشام على القطب الفقي، رضا رزق حبيب، فتحي السيد لطفي (٢٠٢١): الصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة التربية، ع (١٩١)، مج (٤)، كلية التربية، جامعة الأزهر، مصر.

٨٨- وداد محمد صالح الكفيري (٢٠٢٢): فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى المتمركز حول العميل في خفض مستوى الوحدة النفسية وتنمية حب الحياة لدى المطلقات، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية، ع (٢)، مج (٣٠)، جامعة بابل، العراق.

٨٩- وفاء على حسن خويطر (٢٠١٠): الأمن النفسى والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية (المطلقة والأرملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

90- Altwaijri, Y. A., Al-Subaie, A. S., Al-Habeeb, A., Bilal, L., Al-Desouki, M., Aradati, M., ... & Kessler, R. C. (2020): Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the Saudi National Mental Health Survey. International Journal of Methods in Psychiatric Research, 29(3), e1836.

91- Driks, M. A., Treat, T. A., & Weersing, V. R. (2007): Integrating theoretical, measurement, and intervention models of youth social competence. Clinical Psychology Review, 27, 327-347.

92- Hald, G. M., Ciprić, A., Sander, S., & Strizzi, J. M. (2020): Anxiety, depression and associated factors among recently divorced individuals. Journal of Mental Health, 1-9.

93- Hammad, M. A. (2016): Future anxiety and its relationship to students' attitude toward academic specialization. Journal of Education and Practice, 7(15), 54-65.

94- Karimli, L., Lecoutere, E., Wells, C. R., & Ismayilova, L. (2021): More assets, more decision-making power? Mediation model in a cluster-randomized controlled trial evaluating the effect of the graduation program on women's empowerment in Burkina Faso. World Development, 137, 105159.

95- Kawalek, J., (2006): Organizational change through management development: A case study of GW Power Utilities, International Journal of Information Management, 26:339-348.

96- Kebele, A. Z., & Abebe, Y. M. (2015): Lived Experiences of Divorced Women in Rural Ethiopia. A Special Focus in Hulet Ejju Enessie Woreda. Int J Politic Sci Dev, 3(6), 268-81.

97- Kim, H. S. (2011): Consequences of parental divorce for child development. American sociological review, 76(3), 487-511.

98- Michael, J. Anderson (2005): Conflict management and the prospective principal. Academic Exchange Quarterly. 22 June, Texas, USA.

99- Mirna Nel, Andrew Abdool, Johan Botha & Petro Du Preez (2014): Life orientation for South African teacher, Published by Van Schaik publishers, Hatfield, Pretoria, North West University South Africa, P.32.

100- Mokhtari, M. (2013): Effects of divorce on women mental health: An epidemiological survey, Pakistan journal of public health, published by the Health Services Academy, Government of Pakistan, 3(3).

101- Naseer, Z., Hu, H., Yaseen, M., & Tariq, M. (2021): Rural women empowerment through social protection programs: A case of Benazir income support programme in Punjab, Pakistan. Journal of the Saudi Society of Agricultural Sciences, 20(2), 67-74.

102- Sbarra, D. A., & Whisman, M. A. (2022): Divorce, health, and socioeconomic status: An agenda for psychological science. Current opinion in psychology, 43, 75-78.

103- Yohannes Mekronnen Abbe (2015): Lived experiences of divorced women in rural Ethiopia, International journal of political science and development, Vol 3 (6), 268-281.

104- Zandiyeh, Z., & Youseif, H. (2014): Woman's experiences of applying for a divorce. Iranian journal of nursing and midwifery research, 19(2), 168.

The ingredientals of change management and its relationship to future anxiety for a sample of newly divorced women

Dr. Reham Ismail El-Sherbiny
Assistant Professor of Home Administration, Rural Home Economics Division, Faculty of Agriculture - Zagazig University

Dr. Hanan Hanna Aziz
Assistant Professor of Home Administration - Department of Home Economics - Faculty of Specific Education - Mansoura University

Research Summary:

Many divorced women, after failing to marry, face many obstacles and difficulties in continuing their lives normally. Then they need to awaken and recover, by developing and strengthening their strengths represented in the ingredientals of change management to adapt to the developments of new life and rearrange papers; To achieve preventive goals to face future anxiety. Therefore, **the current research aims to** study the ingredientals of change management represented in the (personal, social, economic) ingredientals of a sample of newly divorced of housewives and its relationship to future anxiety represented by anxiety (feeling lonely, life disturbance for sons, society's view and family interference), **Where the data was completed through** the application of the research tools represented in (the initial data form for the research sample, the ingredientals of change management questionnaire, the future anxiety questionnaire) **on a purposeful sample** of (218) newly divorced of housewives from different economic and social levels from the rural and urban areas of Dakahlia governorates. Al-Sharqiya, among those who frequent the family court, are civil and charitable associations**, and one of the conditions for selecting the sample was** that no more than three years had passed since the divorce and that they had sons; To enable the two researchers to study the the ingredientals of change management, and their future anxiety from the beginning of their divorce; To determine their needs for change to address future anxiety. In this research, **the descriptive analytical method** was followed, and the data were classified, tabulated and analyzed, and the appropriate statistical treatments were performed using the (Spss) program, then the appropriate tests were performed. **To reach the following most important results:** The majority of divorced women in the research sample have low and medium levels of the total components of change management, and the total level of future anxiety for the sample was between high and medium, and the economic components occupied the first order of the ingredientals of change management, while

the focus of concern about the life disturbance of the children came in the first order of the dimensions of future anxiety . It was found that there is an inverse correlation at the (0.01, 0.05) level between each of the the ingredientals of change management for divorced women in the research sample and the future concern with its dimensions. It was also found that there were statistically significant differences between the average scores of divorced women in the total components of change management according to (place of residence, nature of housing, work of the divorced woman, age of the divorced woman, educational level of the divorced woman, level of monthly income of the family) in favor of urban dwellers and women with independent housing. , female workers, women in the young and middle age group, and those with educational level and high monthly income. While it was found that there was no statistically significant difference between the average scores of the research sample in the total components of change management according to the size of the family. It was also noted that there were statistically significant differences between the average scores of divorced women in the research sample in the total future anxiety according to (place of residence, work of the divorced woman, age of the divorced woman, educational level of the divorced woman, family size, level of monthly income of the family) in favor of urban residents, female workers, Women with a young age group, low and middle educational level, large families, and low monthly income. While it was found that there were no statistically significant differences between the average scores of divorced women in the research sample in future anxiety with its dimensions and the total depending on the nature of housing.

Among the most important recommendations were: Urging the Ministry of Social Solidarity, by the authorities concerned with women's and children's rights, to establish more psychological, social and economic rehabilitation centers for divorced women in cities, villages and hamlets; To help them know their strengths and strengthen their weaknesses; To achieve effective change and positive adaptation, and not give in to any failure; For continuity and enjoyment of life and to eliminate the severity of their future anxiety.

Keywords: ingredientals of change management, divorced women, facing future anxiety.