الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي في دولة الكويت

إعـــــداد

د/ سميرة أحمد اسحق

كبير اختصاصي نفسي – وزارة التربية– دولة الكويت

الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي
لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي في دولة الكويت

د/ سميرة أحمد اسحق

مقدمة:

يعد الضغط المهني من المواضيع ذات الأهمية الكبيرة في الحياة المعاصرة، خاصة في مجتمعاتنا العربية، نظرا لتعقد الحياة الاجتماعية واختلاف أشكالها، وأنماط التفاعل الاجتماعي والتسارع الحضاري بها، الذي يوجب على الإنسان المعاصر اللحاق بها ومواكبتها، ورصد التغيرات الهائلة التي مست كل مناحي الحياة، فهي عوامل تسببت في إفراز ظواهر متنوعة تستوجب جهودا أكبر للتكيف مع متطلباتها المتجددة.

وبما أن المرأة العاملة عنصر فعال في المجتمع ولها أكثر من دور في المجتمع، فمن الطبيعي أن يتزايد عليها الضغوط، وقد لاحظت الباحثة ذلك في العديد من الأبحاث التي قامت بها وتكون من ضمن العينة إناث في مختلف المهن والأعمال.

من هنا جاءت الفكرة للباحثة في عمل بحث تكون فكرته في دراسة الضغوط المهنية كنوع من أنواع الضغوط المتعددة التي تواجه المرأة العاملة وعلاقتها بالتوافق الزواجي وما يصاحب هذه الضغوط المهنية من مشكلات أخرى أيضا، ومدى قدرة المرأة العاملة على المواجهة الفعالة لمثل هذه الضغوط، وذلك في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية التي تميز كل عاملة عن الأخرى.

مشكلة الدراسة:

هذه الدراسة تسعى إلى تعرف العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى العاملات بدولة الكويت، حيث تكونت عينة الدراسة من ٢٥٠ امرأة عاملة، اختيروا بطريقة عشوائية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لأغراض الدراسة وتأتي هذه الدراسة للإجابة على التساؤل الرئيسي:

- هل توجد علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى العاملات في القطاع الحكومي بدولة الكويت؟

وتتفرع منه مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد علاقة بين طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت؟
- هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت؟
- هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت؟

ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة ببناء وتطبيق مقياسي الضغوط المهنية والتوافق الزواجي، وإستخدمت الباحثة نظام SPSS كأسلوب إحصائي لمعالجة البيانات، وتم إختيار الأساليب الإحصائية التالية (التكرار، النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، إختبار ت ومعامل الارتباط بيرسون).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

- معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي للعاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.
- معرفة العلاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي للعاملات بالقطاعات الحكومية المختلفة.
- معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي للعاملات بالقطاعات المختلفة.
- معرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القطاعات المختلفة للدراسة في الضغوط المهنية.
- معرفة ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين القطاعات المختلفة للدراسة في التوافق الزواجي.

مفاهيم الدراسة:

١- الضغوط المهنية:

هي مجموعة من الظروف أو العوامل المتعلقة بطبيعة العمل تنشأ عنها حالة تعتبر ردة الفعل لتأثيرات قوية تخلق إجهادًا إنفعاليًا وشعورًا بالتهديد وهي

ناتجة عن ثلاث عوامل أساسية: (الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل – الضغوط الناتجة عن بيئة العمل – الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار).

٢- التوافق الزواجي:

وهي حالة نفسية واجتماعية من الرضا والإنسجام والتماسك التي يعيشها الزوجان في كنف الأسرة، ضمن علاقات يسودها الحب والتفاهم والاستقرار والتعاون والثقة والتواد والقدرة على مواجهة الأزمات والمشاكل.

الدراسات السابقة:

أولاً- الدراسات العربية:

- دراسة مشيرة محمد شعراوي محمود (٢٠٠٨): استهدفت هذه الدراسة التوصل الى برنامج إرشادي لمشكلات سوء التوافق الزواجي المترتبة على عمل المرأة وهي دراسة وصفية طبقت على العاملات وكانت العينة من المدرسات وكان عددهن (١٨٠) مدرسة ومشرفة، وتوصلت الدراسة إلى وجود العديد من المشكلات التي تؤدي الى عدم التوافق الاسري الناتج عن عمل المرأة، ومن أهمها (المشاكل المادية، عدم التكافؤ في المستوى الديني والثقافي، مشكلات الإشباع العاطفي، مشكلات الغيرة والثقة الزوجية، مشكلات الايصال والحرص على إستمرارية العلاقة الزوجية) ومن خلال البرنامج المعد في هذه الدراسة استطاعت الباحثة الحد من هذه المشكلات لدى العاملات.
- دراسة موهوبي فوزي (٢٠١٠): هدفت الدراسة إلي تشخيص مستوى الإحتراق النفسي لدى الممرضين بالمؤسسات الصحية بالجزائر تبنت الدراسة المنهج الوصفي واستخدمت مقياس للضغط النفسي وطبق على عينة قوامها (٢٧١) منها (١٣٨) ذكور، (١٣٣) إناث حيث تمت الدراسة بـ (١١) مؤسسة صحية على مستوى الجزائر وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن الممرضين يعانون من مستوى مرتفع ودال للإحتراق النفسي، وإستنادا على المقابلات مع الممرضات والملاحظة بالمشاركة الميدانية والتي دامت سنة في مجموعة المستشفيات في الجزائر العاصمة والمشاركة في المنتديات والملتقيات الخاصة بجانب التمريض والصحة بصفة عامة، وتوصلت أيضا إلى استراتيجيات التكفل والوقاية من الضغط النفسي لدى الممرضات.
- دراسة يمينة مقابل هديبل (٢٠١١): هدفت الدراسة لاكتشاف العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي الذي تعاني منه المرأة العاملة بالتدريس الجامعي وتوافقها

الزواجي، وقد أقيمت الدراسة على عينة من العاملات وعددهن (٤٢) عاملة، وتمت هذه الدراسة باستخدام مقياس للتوافق الزواجي ومقياس للضغط النفسي كما حاولت الدراسة فحص إمكانية تدخل المتغيرات المتمثلة في الفارق العمري بين الزوجين، مدة الزواج، اختيار الشريك في تحديد التوافق الزواجي لدى عينة البحث، كما بحثت الدراسة إمكانية تدخل متغير عدد الأولاد اللذين لم يجتازوا سن الطفولة في تحديد درجة الضغط وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الضغط النفسي والتوافق الزواجي، كما أسفرت عن وجود فروق بين الضغط النفسي حسب متغير الأولاد، لا توجد فروق بين التوافق الزواجي للمرأة تعزي إلى متغير الفارق العمري بين الزوجين ووجود فروق في التوافق الزواجي لدى المدرسات بالتعليم العالي حسب متغير مدة الزواج، ووجود فروق في التوافق الزواجي للمرأة المدرسة بالتعليم العالي حسب متغير اختيار الشريك لصالح الأستاذات اللوائي تم زواجهن بعد فترة تعارف.

- دراسة سامر رضوان، دلال أسعد (٢٠١٤): هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين خروج المرأة للعمل وبين توافقها الزواجي لدى عينة من النساء المتزوجات من محافظة اللاذقية، من العاملات وغير العاملات في القطاع الحكومي والخاص، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) امرأة، (١٠٦) امرأة عاملة، (٩٤) من غير العاملات واستخدم الباحثين مقياس للتوافق الزواجي من إعدادهما وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات النساء العاملات ومتوسط درجات النساء غير العاملات في توافقهن الزواجي الكلي، كذلك وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط النساء العاملات في القطاع الحكومي وبين متوسط النساء العاملات في القطاع الخاص في توافقهن الزواجي، لصالح العاملات في القطاع الحكومي.
- أسماء ابراهيمي (٢٠١٥): هدفت الدراسة إلى تعرف عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طولقة ولاية بسكرة وقد تكونت عينة الدراسة من (١٣٠) امرأة عاملة، ٦٥ ممرضة، ٦٥ معلمة اختيروا واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لأغراض الدراسة ولتحقيق أهدافها حيث قامت الباحثة ببناء وتطبيق مقياس للضغوط المهنية وللتوافق الزواجي وقد خلصت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي بين

الممرضات والمعلمات كما توجد علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي للمرضات والمعلمات، كما توجد علاقة إرتباطية بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزواجي للمرضات والمعلمات، كما توجد علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي للمرضات والمعلمات، كما توجد فروق بين الممرضات والمعلمات في الضغوط تعزي إلى المهنة، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزواجي.

- دراسة نجية تواتي (٢٠١٧): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مختلف الاستراتيجيات المستعملة من طرف الممرضين العاملين بمصالح معالجة السرطان لمواجهة المشكلات الناجمة عن الضغط المهني في بعض المؤسسات الاستشفائية في الجزائر وبناء مقياس استراتيجيات مواجهة الضغط المهني لدى الممرضين يتماشى مع طبيعة المجتمع الجزائري والكشف عن مختلف مصادر الضغط المهني لدى الممرضين العاملين بمصالح معالجة السرطان واستخدمت الباحثة مقياسين جديدين قامت بإعدادهما خصيصا للدراسة الأول يقيس الضغوط والثاني يقيس الاستراتيجيات المستخدمة للحد من الضغوط المهنية وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الضغط المهني متفاوت الدرجات لدى المبحوثين فكانت بدرجة ٧٤.٨% بنسبة مرتفع، ٢٥.٢% بنسبة متوسطة ونسبة ٠% ضعيف وكشفت نتائج الدراسة إلى أن أفراد العينة يعانون من مصادر مهنية مختلفة منها ظروف العمل بنسة ٩٠.١%، العلاقة مع المرضى وذويهم بنسبة ٩٠.١% والعلاقة مع الزملاء بنسبة ٨٤.٨% المسار المهني ٧٨.٦% العلاقة مع الإدارة ٧٦.٤% عبء العمل ٧١% غموض الدور ٤٩.٦% كما أشارت النتائج أن الاستراتيجيات المواجهة للضغوط التي يستخدمها الممرضين هي الإنابة إلى الله، التفكير الإيجابي، التخطيط، استراتيجية تجميع الطاقة، البحث عن الدعم الاجتماعي استراتيجية تجنب المشاكل.

ثانيًا– الدراسات الأجنبية:

- دراسة بيانشي (Bianchi: 2004) هدفت هذه الدراسة إلى تحديد مصادر الضغوط وطرائق التعامل معها لدي ٧٦ ممرضة. وقد استخدم لهذا الغرض استبانة تقويم الضغوط النفسية في العمل، واستبانة المواجهة، وأشارت النتائج

إلى وجود أربعة مصادر رئيسية لضغوط العمل لدى الممرضات، وهي :مصادر متعلقة بضغوط العمل، والمشاركة في اتخاذ القرارات، ومصادر متعلقة بالتعامل مع الإدارة، ومصادر متعلقة بالتعامل مع المريض وعائلته. كما أشارت إلى أن أكثر الاستراتيجيات استخداماً من قبل العينة كان في المرتبة الأولى التقويم الإيجابي، يليه طلب الدعم والمساعدة الاجتماعية، ومن ثم الضبط الذاتي، وحلٌ المشكلات، واخيرا إستراتيجية التجنب والهروب.

- دراسة أيور (EUR: 2004) تستهدف معرفة تأثير العوامل الاقتصادية على التوافق الزواجي وشملت عينة الدراسة ٦٠٨ من الأزواج الفلنديين (٣٠٤) من الأزواج، (304) من الزوجات وتوصلت الدراسة إلى أن الظروف الاقتصادية السيئة تزيد من المعاناة النفسية، التي تؤثر سلبا على مستوى التوافق الزواجي، كما توصلت الدراسة إلى أن الزوجات يبدين عدم التوافق الزواجي مع الأزواج الفقراء والغير العاملين.
- دراسة سينج وساشما (sing and sashma, 2006) حيث قام الباحث بدراسة هدفت إلى تعرف الفروق في درجات التوافق الزواجي بين الأزواج والزوجات باختلاف المركز الوظيفي والمستوى التعليمي للزوجة، وقد طبقت الدراسة على (٣٠٠) امرأة هندية كان من بينهن (١٥٠) امرأة عاملة و(١٥٠) امرأة غير عاملة وقد قسمت عينة الدراسة إلى ثلاث فئات حسب المستوى التعليمي فئة التعليم العالي فوق الجامعي، فئة التعليم الجامعي، وفئة غير المتعلمات (الأميات) وكان العدد في كل فئة (٥٠) امرأة، وقد دلت نتائج الدراسة أن البعد الجنسي في التوافق الزواجي لا يتأثر بالمستوى التعليمي، كما أبدى أزواج صاحبات المراكز الوظيفية المرموقة ومن يصنف في المستوى الجامعي، ومستوى فوق الجامعي، ومستوى فوق الجامعي مستويات مرتفعة من التوافق الزواجي مقارنة بأزواج الأميات والعاطلات عن العمل.

(عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٦، ص ٨٩)

- دراسة مانتريو كريشنسوامي -krishwami mantrand: 2006 وهدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين بعض المتغيرات الاجتماعية والتوافق الزواجي لدى النساء العاملات، وأجريت الدراسة على (١٧٠) امرأة متزوجة عاملة، واستخدم فيها مقياس التوافق الزواجي ومقياس التوافق مع والدي الزوج، ومقياس التكوين

الذاتي وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين التوافق الزواجي وكل من التوافق مع والدي الزوج والاتفاق على أوجه إنفاق دخل الزوجة. (عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٦، ص ٧٦)

منهجية البحث:

١- **مجتمع البحث:**عينة عشوائية من النساء العاملات بالقطاعات الحكومية بدولة الكويت

٢- **عينة البحث:** عينة عشوائية مؤلفة من ٣٠٠ سيدة من العاملات في القطاعات الحكومية وقد تم توزيع الإستمارات على أفراد العينة البالغ عددهم (٣٠٠)، وكان عدد الإستمارات المعادة والصالحة للدراسة (٢٥٠).

٣- **حدود البحث:**

- **الحدود الزمانية:** النصف الأول من عام ٢٠١٧.
- **الحدود المكانية:** تم إجراء هذه الدراسة في مدينة الكويت.
- **الحدود البشرية:** النساء العاملات بالقطاعات الحكومية، خلال النصف الأول من عام ٢٠١٧.

٤-**منهج الدراسة:** نظرا لطبيعة البحث الحالي، ستعتمد الباحثة على المنهج الوصفي، الذي يدرس الظاهرة كما هي في الواقع ويصفها وصفا تحليليا علميا، ويستخدم المنهج الوصفي ليشير إلى مجموعة واسعة الفعاليات التي تشترك في أنها تهدف إلى وصف المواقف والظواهر.

(غربي صبرينة – ٢٠٠٣)

٥-أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة مقياسين للدراسة:

المقياس الأول: مقياس للضغوط المهنية وهو من إعداد أسماء ابراهيمي (٢٠١٤) ويتكون من (٤٦) عبارة موزعة على ثلاث محاور (الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل– ضغوط ناتجة عن بيئة العمل– ضغوط ناتجة عن تعدد الأدوار) وكانت نتيجة معامل الثبات لهذ المقياس (٠,٧٠) وهو معامل ارتباط ثبات دال مما يدل على فعاليته أما في هذه الدراسة كانت الباحثة الحالية قامت بقياس الصدق والثبات للمقياس مطبقا على البيئة الكويتية وكانت معاملاته كما يلي حيث كانت نسبة ثبات للمقياس والذي قدر بطريقة الفا كرونباخ بـ (٠,٨٢٦) يطبق المقياس فرديا وجماعيا.

المقياس الثاني: مقياس التوافق الزواجي وهو من إعداد الباحثة ويحتوي على (٤٤) عبارة ويحتوي علي مجموعة من المحاور التي يحاول قياسها مثل (التعبير عن المشاركة الوجدانية، التجانس الفكري والقيمي، التشابه في العادات، العلاقات الجنسية، السلام الاسري، الثقة المتبادلة، الأمور المالية، أساليب تربية الأبناء، الحرص على استمرار العلاقة، صورة الطرف الآخر، العلاقات مع أهل الطرف الآخر، الرضا عن العلاقة) وأكدت قيم معاملات "الثبات لبعد المتغير التابع" التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت "بالارتفاع حيث بلغ معامل الثبات (٠,٨٧٩) وهو أكبر من (٠,٧) مما يعني القدرة على الإعتماد على تلك المقاييس.

فروض الدراسة:

الفرضية العامة:

توجد علاقة بين الضغط المهني والتوافق الزواجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.
- توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.
- توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى عينة من العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.

- **عرض وتحليل النتائج:**

للإجابة على التساؤل المتعلق بوجود علاقة عكسية بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي التي تعاني منه المرأة العاملة، لجأت الباحثة إلى حساب معامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (١)

اختبار العلاقة بين "أبعاد "الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت" باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation

العلاقة	معامل الارتباط(r)	مستوى المعنوية	النتيجة (الدلالة)
الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.	-٠.٧٣٦	**٠.٠٠١	دالة

** دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠١).

*دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠٥).

من الجدول السابق يتضح:

١- توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين " الضغوط المهنية و التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت "، حيث بلغ معامل الارتباط (-٠.٧٣٦) بمستوى معنوية أقل من (٠.٠١).

٢- فكلما زادت وارتفعت الضغوط المهنية بأبعاده كلما انعكس ذلك بالسلب على التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت ذلك لأن هناك علاقة سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي، أي كلما زادت الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل قل التوافق الزواجي.

اثبات الفروض الفرعية كما يلي:

١-١- الفرضية الفرعية الأولى:

- توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية في بعد طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

متغيرات الفرض:

- بعد طبيعة العمل لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.
- بعد التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

- معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation.

جدول (٢)

اختبار العلاقة بين "بعد طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت" باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation

العلاقة	معامل الارتباط(ر)	مستوى المعنوية	النتيجة (الدلالة)
بعد طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.	-٠.١٦١	*٠.٠٥	دالة

**دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠١).

*دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠٥).

من الجدول السابق يتضح:

١- توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين "بعد طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدي المرأة العاملة في دولة الكويت"، حيث بلغ معامل الارتباط (-٠.١٦١) بمستوى معنوية اقل من (٠.٠٥).

الفرضية الفرعية الثانية:

- توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بعد عن بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

متغيرات الفرض:

- بعد بيئة العمل لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.
- بعد التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation.

جدول (٣)

اختبار العلاقة بين "بعد بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت " باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation

العلاقة	معامل الارتباط(ر)	مستوى المعنوية	النتيجة (الدلالة)
بعد بيئة العمل و التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت	-٠.٥٩٦	**٠.٠١	دالة

**دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠١).
*دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠٥).
من الجدول السابق يتضح:
١- توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين "بعد بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت"، حيث بلغ معامل الارتباط (-٠.٥٩٦) بمستوى معنوية أقل من (٠.٠١).

الفرضية الفرعية الثالثة:

- توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين بعد تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

متغيرات الفرض:

- بعد تعدد الأدوار لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.
- بعد التوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت.

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation.

جدول (٤)

اختبار العلاقة بين "بعد تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت" باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation

العلاقة	معامل الارتباط(r)	مستوى المعنوية	النتيجة (الدلالة)
بعد تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت	-٠.٦٨٢	٠.٠١**	دالة

**دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠١).
*دالة عند مستوى معنوية أقل من (٠.٠٥).
من الجدول السابق يتضح:
توجد علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين "بعد تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة في دولة الكويت"، حيث بلغ معامل الارتباط (-٠.٦٨٢) بمستوى معنوية اقل من (٠.٠١).

مناقشة وتحليل نتائج فروض الدراسة:

يتضح من خلال نتائج الفرض الأول الخاص بوجود علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة بالقطاع الحكومي بدولة الكويت أنها علاقة ارتباطية سالبة عكسية أي أنه كلما زاد الضغط المهني قل التوافق الزواجي وهذه نتيجة منطقية مقبولة وتتفق مع العديد من الدراسات التي تمت في هذا المجال مثل نوال العمري (٢٠٠٨) ودراسة حسام محمود زكي (٢٠٠٨) وكذلك دراسة أيور (Eur,2004) ودراسة يمينة مقبال (٢٠١١) وهذا راجع إلى أن الإنسان قد تواجهه عوائق تفوق قدرته على التكيف والتعامل معها وبالتالي يكون تأثيرها سلبي على كل الجوانب الحياتية، كما أن عمل المرأة نفسه يتطلب منها مجهودا جبارا حتى تقوم بجميع الأدوار التي تقوم بها سواء داخل العمل نفسه او داخل أسرتها ومنزلها وكأن المرأة تدفع ثمن خروجها للعمل، ولعل عصرنا الحديث يتميز بضغوط حياتية متنوعة نظرا لمتطلبات الحداثة والتسارع الحضاري الذي جعل الإنسان يبحث عن المادة ليلبي متطلباته الأساسية، كما أن أغلب أزمات الحياة الزوجية سببها: ضغوط إما من داخل الأسرة أو من خارجها وأن استجابة الزوجين لهذه الضغوط إما يجعلها تتعقد ويصعب تجاوزها، أو يجعلها عادية يمكن التغلب عليها (كمال إبراهيم ١٩٩٥) كما أن في هذا الصدد أشار فيشر (Fisher) أن (٧٥%) من المشاكل التي تعامل معها في ممارسته الإكلينيكية هي عبارة عن مشاكل مرتبطة بالضغوط، وأن أغلبها يتسبب في إضطراب المزاج (Olsong de Fraij 1994).

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولي:

توجد علاقة بين الضغوط المهنية الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة بالقطاع الحكومي بدولة الكويت.

من خلال نتائج الدراسة وضح للباحثة أن هناك علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي، أي كلما زادت الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل قل التوافق الزواجي. حيث تولد ضغوط العمل حالات عدم اتزان نفسي وجسمي، وتتولد هذه الضغوط عادة من عوامل خاصة بطبيعة العمل إلى قيمة العمل ذاته وأثره في حياتها وانعكاس ذلك الأثر على علاقتها في المجتمع بصفة عامة، فمتطلبات العمل الزائدة التي تؤدي إلى تراكم

التعب الجسماني تجعل من المرأة غير قادرة على القيام بأعباء العمل أو المتطلبات المتضاربة والتوجهات المحيرة، التي يكون مصدرها صراع الدور وغموضه، أو ضآلة استخدام قدرات الفرد لافتقار الوظيفة إلى الثراء الوظيفي وعناصر التشويق والتنوع في العمل، التي تستثير همم الفرد وتجدد نشاطه ولقد أوضحت دراسة برايس وأخرون (١٩٨٨) العوامل المهنية المختلفة التي تساهم في إحساس العاملة بالقطاع الحكومي بالإنهاك النفسي ومن بينها الممارسات الإدارية السلبية، وعدم المشاركة في اتخاذ القرارات، نقص المساندة الاجتماعية. إضافة إلى العوامل الشخصية المتمثلة في نقص الكفاءة والخبرة، وفي نفس المضمار أشارت دراسة نعمة رمضان (١٩٩١) أن من بين أسباب عدم الرضا الوظيفي تتمثل في الراتب، الترقية في الوظيفة، وظروف العمل، وسياسة الإدارة، كما أوضحت دراسة محمد دسوقي أن الضغوط المهنية تختلف من من مهنة إلى أخرى (شارف خوجة مليكة، ٢٠١٠)، وتختلف مستويات الضغط النفسي تبعا لتنوع العمل وطبيعته وعليه يشير لانفورد (langfored, 1987) بهذا المفهوم إلى أن أكثر مجالات العمل إثارة للضغوط تلك التي تمتاز بمواجهة مباشرة مع الناس والتي يكرس فيها الأفراد أنفسهم لخدمة الآخرين حيث اختار هؤلاء العاملات مهنتهن ولديهن الرغبة القوية لمساعدة الآخرين ولكنهم سرعان ما يدركون حجم المشاكل فيعملون بأقصى جهدهم ليجدوا أن المشاكل تستمر، عندها يصيبهم الإنهاك النفسي، ويشعرون بالاحتراق لشعورهم أنهم عديمي الفائدة. (ندى يحي: ١٩٩٨)

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

"توجد علاقة بين الضغوط الناتجة بين بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى العاملات بالقطاع الحكومي"، يتضح من الجدول الخاص بهذه الفرضية أن هناط علاقة موجبة ليس سالبة أو عكسية وذلك يرجع إلى عينة البحث لا تعاني ضغوطا مرتبطة بالبيئة سواء كانت فيزيقية أي (نظافة، ضوضاء، الضوء وغيرها) أو بالنسبة للبيئة الاجتماعية أو العلاقات الإنسانية في بيئة العمل أو العلاقة مع الزملاء والمدراء وغيرها، وبالتالي عندما تنخفض المشاكل المرتبطة ببيئة العمل على العاملة، يكون هنا الضغط إيجابي أي أثره ملطف لجو العمل بالنسبة للمرأة، فتوفر بيئة آمنة نظيفة مريحة فيها تخلو فيها مشاكل نقص أو سوء المعدات الخاصة بالعمل، وكذا الجو العائلي الذي يخلو من الصراع والمنافسة الشديدة، كل هذا يجعل من المرأة مرتاحة في بيئة العمل، بالتالي منسجمة أكثر، وبالتالي عامل

ضغط بيئة العمل لا يؤثر سلبا على توافقها الزواجي، أما بالنسبة للخلاقات الاجتماعية فإن لها دورا كبيرا ليس في خفض درجة الضغوط وتلطيفها فحسب بل تجعل العاملة تشعر بمستوى عال من الرضا الوظيفي، فمنذ ظهور دراسات التون مايو، أصبحت العلاقات الاجتماعية تحتل مكانة بارزة ضمن محددات الرضا الوظيفي، وهذا الأثر يتوقف على حجم هذه الجماعة وكثافة التعامل معها والأهم من ذلك درجة التماثل أو التكامل في خصائص هذه الجماعة، وقوة حاجة الانتماء لدى الفرد وكذلك قدرة هذه الجماعة على أن تكون مصدر للمنفعة أو مصدر توتر الفرد. (شعبان على حسين: ٢٠٠٢)

مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى العاملات بالقطاع الحكومي بدولة الكويت "يتضح من خلال النتائج أن توجد علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي للمرأة، ذلك أن تعدد الأدوار من أكبر المشاكل والصعوبات التي تعاني منها المرأة العاملة، وأن عمل المرأة له أثره الواضح على الزوج والأبناء وحتى الأهل والجيران، أما عن علاقتها بالزوج فتغير من علاقة الزوجة المشتغلة إلى مستوى الزمالة والمشاركة فمشاركة المرأة في ميزانية الأسرة أو تساويها في التعليم مع الرجل قد يؤدي بها إلى أن تنظر إلى زوجها نظرة زمالة ومشاركة ورفقة، لا نظرة سيد مهيمن (سناء الخولي: ١٩٩٣) وفي هذا الصدد تقول أندري ميشال على دور المرأة المعاصرة دور معقد جدا، إذ عليها أن تعمل بكل قواها من أجل التوفيق بين أشغال البيت والعمل خارج البيت (محمد عاطف غيث: بدون سنة)، إن ضغط تعدد الأدوار يؤثر على المرأة إلى حد أنها تصاب بأمراض عديدة جسمية وحتى نفسية وعقلية، ففي الولايات المتحدة الأمريكية ذكر وولترجوف، جنبث تودور في تقريريهما أن معدلات الإصابات بالأمراض العقلية أعلى عند النساء منهم عند الرجال، وقد إقترحا بأن النفسية الموجودة لدى المرأة العاملة في البيت ربما تكون نتيجة أن البيت والعائلة ليست مصدر إرضاء وانشغال، كثيرا من النساء يشعرن بالإحباط لقيامهن بالعمل وتربية الأبناء معا، لأن العمل متكرر وغير مطلوب بالإضافة إلى ذلك أن دور ربة المنزل غير محدد وغير واضح.
(أحمد محمد مبارك: ١٩٩٢)

الاستنتاجات والتوصيات اللازمة للتخفيف من حدة الضغوط لدى العاملات:

توصي الدراسة الحالية بما يلي:

١- توجيه المؤسسات الاجتماعية المهتمة بشؤون المرأة لتنظيم برامج إرشادية وتوجيهية للنساء العاملات في القطاعين الخاص والحكومي، بالتعاون مع أصحاب العمل، تسهم في رفع مستوى توافقهن الزواجي.

٢- توجيه أصحاب العمل وبخاصة في القطاع الخاص، لتحسين شروط العمل للنساء العاملات بما يخفف من ضغوط العمل لديهن، ومن ثم الإسهام في رفع درجة التوافق الزواجي لديهن.

٣- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث حول موضوع التوافق الزواجي تبعاً للمتغيرات المختلفة، وكذلك حول موضوع عمل المرأة لما له من أهمية في حياة الأسرة والمجتمع.

ويمكن استخدام أساليب أو استراتيجيات مختلفة لمواجهة الضغوط منها:

أولاً- الاستراتيجيات الإيجابية: وهي تلك التي يوظفها الفرد في اقتحام الأزمة وتجاوز آثارها، وذلك من خلال الأساليب الإيجابية التالية:

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

٢- إعادة التقييم الإيجابي للموقف حيث يحاول الفرد معرفياً استجلاء الموقف وإعادة بنائه بطريقة إيجابية مع محاولة تقبل الواقع كما هو.

٣- البحث عن المعلومات المتعلقة بالموقف الضاغط والمساعدة من الآخرين أو مؤسسات المجتمع المتوقع ارتباطهما بالموقف الضاغط .

٤- استخدام أسلوب حل المشكلة للتصدي للأزمة بصورة مباشرة.

ثانيًا- الاستراتيجيات السلبية: وهي تلك التي يوظفها الفرد في تجنب الأزمة والإحجام عن التفكير، فيها وذلك من خلال الأساليب السلبية التالية:

١-الإحجام المعرفي لتجنب التفكير الواقعي والممكن في الأزمة.

٢-التقبل الاستسلامي للأزمة وترويض النفس على تقبلها.

٣-البحث عن الإثبات أو المكافئات البديلة، عن طريق الاشتراك في أنشطة بديلة ومحاولة الاندماج فيها بهدف توليد مصادر جديدة للإشباع والتكيف بعيداً عن مواجهة الأزمة.

٤- التنفيس والتفريغ الانفعالي بالتعبير لفظياً عن المشاعر السلبية غير السارة، وفعلياً عن طريق المجهودات الفردية المباشرة لتخفيف التوتر.
(Moss and Schafer- 1986:28)

وبشكل أكثر وضوحاً إن أساليب أو استراتيجيات المواجهة الإقدامية تتضمن النزعة للاستجابة بشكل فعال نحو الأحداث الضاغطة، والسعي للحصول على معلومات بشأن هذه الأحداث الضاغطة، وحلِّ الموقف أو المشكلة، وذلك من خلال استخدام أساليب سلوكية ومعرفية محددة، وفي المقابل تتضمن استراتيجيات المواجهة الإحجامية النزعة نحو تشتيت وصرف ذهن الفرد عن الحدث الضاغط، وتجنب الحصول على معلومات بشأن الحدث الضاغط، واستخدام أساليب سلوكية ومعرفية للهروب من الموقف الضاغط. (طه عبد العظيم :2006 :95)

مجموعة من الاستراتيجيات المعرفية لمواجهة الضغوط شملت Cohen وقدم كوهن التالي:

1- التفكير العقلاني Rational Thiking:

إستراتيجية يلجأ خلالها الفرد إلى التفكير المنطقي بحثاً عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.

2- **التخيل** Imagining:

إستراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى التفكير في المستقبل، كما أن لديهم قدرة كبيرة على تخيل ما قد يحدث.عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى إنكار الضغوط

3-**الإنكار** Denial:

ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق وكأنها لم تحدث على الإطلاق. نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام.

4-حلُّ المشكلة Problem Solving:

- أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط وهو ما يعرف باسم القدح الذهني.
- أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات" دراسة ميدانية على عينة 682 استراتيجية تتضمن التعامل مع الضغوط والأمور.

5-**(الفكاهة) (الدعابة)**Humor:

الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة، وبالتالي قهرها والتغلب عليها، كما أنَّها تؤكد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة.

6- Turning to Religion: الرجوع إلى الدين وتشير هذه العملية إلى رجوع الأفراد إلى الدين والإخلاص الديني عن طريق الإكثار من العبادات كمصدر للدعم الروحي والانفعالي، وذلك لمواجهة المواقف الضاغطة والتغلب عليها. (Cohen, 1988, p.. (285).

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

طه عبد العظيم سلامة (٢٠٠٦): إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية، والنفسية، الطبعة الاولى، دار الفكر، عمان

مشيرة محمد شعراوي محمود (2008) "إعداد برنامج إرشادي للحد من مشكلات سوء التوافق المترتبة على عمل المرأة" مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، العدد الرابع- المجلد الثالث.

محمود فتحي محمد (٢٠٠٩): "التدخل المهني للخدمة الاجتماعية لتنمية وعي الفتيات بأساليب التوافق الزواجي، رسالة دكتوراه في علم النفس، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم.

موهوبي فوزي (2010) بعنوان: إستراتجيات التكفل والوقاية من الضغط النفسي لدى الممرضين" رسالة ماجستير في علم النفس – الاجتماعي جامعة الجزائر.

يمينة مقبال هديبل، (2011): الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي، مجلة دراسات نفسية، مخبر الممارسة النفسية والتربوية، العدد07 ، ديسمبر، الجزائر

سامر رضوان، دلال أسعد رضوان (٢٠١٤): "عمل المرأة وعلاقتها بتوافقها الزواجي في محافظة اللاذقية" مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية – سلسلة الآداب والعلوم الانسانية المجلد (٣٦) العدد (٤).

نجية تواتي (٢٠١٧): "إستراتيجيات مواجهة الضغط المهني لدى الممرضين العاملين في مصالح معالجة السرطان–الأكاديمية العربية للدراسات الاجتماعية والانسانية ج|قسم العلوم الاجتماعية، العدد ١٨، جوان٢٠١٧، ص ٧٦ – ٨٣.

أسماء إبراهيمي (٢٠١٥) "الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة دراسة ميدانية على عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طولقة ولاية بسكرة" أطروحة دكتوراه كلية العلوم الانسانية والاجتماعية – قسم العلوم الاجتماعية – جامعة محمد خضير – بسكرة

عبد الله جاد محمود، (2006): التوافق الزواجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي، كلية التربية، جامعة المنصورة

كمال إبراهيم مرسي، (١٩٩٥)، العلاقات الزوجية والصحة النفسية في الاسلام وعلم النفس، ط ٢، دار القلم للنشر، الكويت

أسماء إبراهيمي (٢٠١٥): "الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة دراسة ميدانية على عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طولقة ولاية بسكرة " اطروحة دكتوراه كلية العلوم الانسانية والاجتماعية – قسم العلوم الاجتماعية – جامعة محمد خضير – بسكرة

نوال عبد الله اليوسفي، مشكلات التوافق الزواجي لدى الاسرة السعودية خلال السنوات الخمس الاولى في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية – جامعة الملك سعود

كمال إبراهيم مرسي (١٩٩٥): "العلاقات الزوجية والصحة النفسية في الاسلام وعلم النفس، ط ٢، دار القلم للنشر، الكويت

غربي صبرينة (٢٠٠٣): مستويات الضغط المهني وعلاقتها بمستويات الاكتئاب لدى الممرضين، رسالة ماجستير، تخصص علم نفس العمل والتنظيم، جامعة الجزائر.

شارف خوجة مليكة (٢٠١٠): مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين دراسة مقارنة في المراحل التعليمية (ابتدائي، متوسط، ثانوي) رسالة ماجستير علم النفس المدرسي، جامعة تيزي وزو.

ندي يحيى (١٩٩٨): مصادر ومستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالروح المعنوية كما يراها معلموا وكالة الغيث، رسالة ماجستير، جامعة النجاح، فلسطين.

شعبان على حسين (٢٠٠٢): علم النفس أسس السلوك الانساني بين النظرية والتطبيق، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.

سناء الخزلي (١٩٩٣): التغير الاجتماعي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

محمد عاطف غيث، (بدون سنة)، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

احمد محمد مبارك (١٩٩٢)، علم النفس الاسري، ط٢، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

ثانيًا– المراجع الاجنبية:

Moss, R. Tsehacfer (1986): j life transitions and crises: Aconceptu loverie W. inr. H. Moos (Ed), coping with lifcrises: an integeate Approach New York.

Cohen ,S , (1988): psychosocial models of social support in the etiology of physical disease. Health psychology ,7 ,269 -297.

Bianchi ,E. (2004): stress and coping Among Cardiovascular Nurses: ASurvey in Brazil. Issues in Mental Health Nursing ,Vol (25), No (7)p.p:737-745.

Olsonj & Defraig, (1994), mariage and the Family diversity and Strenga, this May Fuds publishing company, usa California

Bianchi ,E. (2004): stress and coping Among Cardiovascular Nurses: ASurvey in Brazil. Issues in Mental Health Nursing ,Vol (25), No (7)p.p:737-745.

Ryan, N, (1989): "stress-coping strategies identified from school age childrens pcrspective "Research in Nursing and Health ,vot ,12 ,N.(2).

Moss, R. Tsehacfer (1986): j life transitions and crises: Aconceptu loverie W. inr. H. Moos (Ed), coping with lifcrises: an integeate Approach New York.

Cohen ,S, (1988): psychosocial models of social support in the etiology of physical disease. Health psychology ,7 ,269 -297.