

## فاعلية برنامج إرشادي أسري في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين

أ. جلييلة اسماعيل علي حسين الخباز  
مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري  
مملكة البحرين  
jjalihussain@gmail.com

أ.د. محمد مقداد  
قسم علم النفس  
جامعة البحرين - مملكة البحرين  
mokdad@hotmail.com

## فاعلية برنامج إرشادي أسري في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين

أ. جلييلة اسماعيل علي حسين الخباز

مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري  
مملكة البحرين

أ.د. محمد مقداد

قسم علم النفس  
جامعة البحرين - مملكة البحرين

### الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من أثر برنامج إرشادي أسري في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين، وقد استخدم الباحثان المنهج شبه التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين، التجريبية والضابطة. تكونت عينة الدراسة من (22) فرداً من النساء المعيلات، وتم تقسيمهن إلى مجموعتين متكافئتين: مجموعة تجريبية (11) ومجموعة ضابطة (11). واشتمل البرنامج على (10) جلسات إرشادية. وقد استخدم الباحثان مقياس جودة الحياة الأسرية. كما تم تطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية (وكلاهما من إعداد الباحثين). وبعد انتهاء البرنامج تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الرزم الإحصائية (SPSS). تم اختبار الفرضيات بحساب مان وتني Man-Whitney، واختبار ويلكسون (Wilcoxon). وقد بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية في القياس البعدي. كما كشفت وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي والتبعي لدى المجموعة التجريبية، وهذا ما يشير إلى أثر البرنامج الإرشادي لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة بمملكة البحرين.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي أسري، جودة الحياة الأسرية، المرأة المعيلة.

## The Effectiveness of a Family Counselling Program in Improving the Family Quality of Life (FQL) Among Women Headed Household in the Kingdom of Bahrain

**Prof. Mohamed Mokdad**

Department of Psychology  
University of Bahrain - Kingdom of Bahrain

**Jalila I. A. Hussain**

Aisha Yateem Family Counseling Center  
Kingdom of Bahrain

### Abstract

The present study aimed to study the effectiveness of a family counseling program in improving the family quality of life for women headed household in the kingdom of Bahrain. The researchers used the quasi-experimental approach of the two groups, experimental and control, to determine the effectiveness of the program in the improving the family quality of life for the women headed household (WHH). The sample of the study consisted of (22) WHH who were divided into equal groups: experimental and control groups. The program consisted of (10) sessions. The tools of the study included a measure of family quality of life prepared by the researchers to measure family quality of life among WHH, in addition to the family counseling program. The study used several statistical tests: the average grades, the Mann-Whitney test to calculate the differences between two independent groups, and the Wilcoxon test to calculate the differences between two related groups. The results of the study revealed that there were statistically significant differences between the experimental and control groups in favor of the experimental group. It also revealed the existence of statistically significant differences between the pre and post and trace measurements in the experimental group, indicating the success of the program used to improve the family quality of life for the WHH in the kingdom of Bahrain.

**Keywords:** family counseling program, family quality of life, women headed household.

## فاعلية برنامج إرشادي أسري في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين

أ. جلييلة اسماعيل علي حسين الخباز

مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري  
مملكة البحرين

أ.د. محمد مقداد

قسم علم النفس  
جامعة البحرين - مملكة البحرين

### المقدمة

يُعد أول ظهور لفكرة جودة الحياة، في المناقشات التاريخية لفلاسفة اليونان مثل أرسطو وسقراط وأفلاطون. وبعدها في النصف الثاني للقرن العشرين، دخل مفهوم جودة الحياة إلى مجال الأسرة وبدأ الحديث عن جودة الحياة الأسرية أو المناخ الأسري الجيد. وإن الحاجة إلى مثل هذا التناول خاصة في الميدان الأسري يزداد عليها الطلب في عصرنا الحالي الذي غالباً ما وصف بعصر الضغوط والقلق والافتراق (بن قودير وكركوش، 2019).

غير أن العالم العربي بات يشهد تحولات عميقة في الحياة المعاصرة على جميع الأصعدة، جرت معها العديد من المشاكل كالتفكك الأسري، وتعدد نماذج التنشئة الاجتماعية وبروز أنماط سلوكية جديدة، وهذا ما جعل الأسرة أمام تحديات كبيرة في مواكبة التحولات من أجل تحقيق جودة الحياة الأسرية والحفاظ على بنيتها والقيام بوظائفها على أحسن وجه (نورة، 2016). إضافة إلى ما يواجهه العالم في هذه الفترة الزمنية من تطورات صحية خلفتها انتشار وتفشي وباء كورونا الجديد (COVID-19) وما فرضه من إجراءات صحية أهمها فرض التباعد الجسدي، والذي أثر بدوره على النواحي الاجتماعية، والنفسية، والاقتصادية.

كما أن الانتشار الكبير لوسائل الاتصال، ساهم بدرجة كبيرة في إحداث التغير الأسري من خلال فرض نماذج معينة لبعض الأسر ومحاولة تلقينها، وإلزام بقية الأسر بتقبلها نظراً لتأثيرها القوي على أفكار ومعتقدات الجمهور، إذ تعد وسائل الاتصال واحدة من العوامل الهامة التي تؤثر في بيئة التفاعل داخل الأسرة كما أشارت العديد من الدراسات فهي من ناحية تساهم بشكل لا يمكن إغفاله في تشكيل بعض أفكار ومعتقدات أفراد الأسرة (جولوي، 2016).  
تعتبر جودة الحياة الأسرية عن الممارسات الإيجابية التي يتبعها الوالدان في تنشئة الأبناء، وما تتسم به من دفاء وتقبل ومشاركة وتشجيع واستحسان في المواقف الحياتية المختلفة، وإدراك الأبناء ذلك وردود أفعالهم تجاه هذه الممارسات والعلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة،

وما تتسم به هذه العلاقات من أساليب سوية في التعامل لتحقيق الأهداف، وإنجاز الأعمال والمهام ودعم أفراد الأسرة في المواقف المختلفة، وتقاس من خلال أبعادها الفرعية: التفاعل الأسري، الوالدية، السعادة الانفعالية، المقدرة المالية (عبد المقصود وشند، 2010).

وفي التراث النظري الذي فسر جودة الحياة الأسرية، نجد أن هناك محاولات علمية لربط جودة الحياة الأسرية بالتراث النظري لعلم النفس الأسري، استناداً للدراسات والأبحاث في جميع أنحاء العالم التي أكدت أن الأسر تشكل هيكلًا أساسيًا للبناء واستقرار المجتمعات وكون الأسرة هي مؤسسة اجتماعية عالمية وهي الوحدة الأساسية للمجتمعات البشرية (Samuel, Rillotta & Brown, 2012).

ومن النظريات التي فسرت جودة الحياة الأسرية نظرية الاتجاه المتمركز حول الأسرة (The family-centered approach) وقد استخدم هذا الاتجاه في الدراسات التجريبية، مثل دراسة (Vanderkerken, Heyvaert, Onghena & Maes, 2018) حول العلاقة بين جودة الحياة الأسرية والاتجاه المتمركز حول الأسرة لأسر الأطفال ذوي الإعاقات الذهنية وتبين الأثر الإيجابي له (FCA) على جودة الحياة الأسرية (FQOL) للعائلات التي لديها أطفال (0-18 عامًا) مع إعاقة ذهنية. ونظرية النظم البيئية (Bronfenbrenner's Ecological Systems Theory) ونظرية الموارد (Resource theory) ونظرية النظم (Family System Theory). (Balcelsa, Ginéa, Olmosb, Summersc, Ma, 2018) (Rettig & Leichtentritt, 1999). (Bonomi, Boudreau, Fishman, Meenan, Revicki, 2005).

بدأ النقاش العالمي حول الأسر التي ترأسها النساء بشكل مبكر جداً، مقارنة بتقديم الأفكار حول التخطيط ومجابهة الفقر، وذلك استجابة لطبيعة عمليات التنمية، ولأن الأسر التي تعيلها امرأة تحتل مكانة خاصة في الأدبيات حول النوع الاجتماعي والتنمية والتخطيط، فأصبحت الحاجة إلى الاهتمام باحتياجاتهن أحد المبادئ الأساسية للتخطيط القائم على النوع (جاد، 1999).

وينقل خليل ورفلة (2013) عن (قدري) الذي أشار إلى أن هناك زيادة في أعداد المرأة المعيلة خلال السنوات العشر الأخيرة من 25-45% من إجمالي النساء العاملات، وذلك لأسباب ترجع إلى التفكك الأسري وتدني الحالة الاقتصادية وارتفاع الأسعار. وأن هناك الكثير من الرجال ممن تخلوا عن دورهم كأزواج وفضلوا البطالة أو هجر الأسرة، ولا تجد المرأة حلاً سوى الخروج للعمل (أي عمل) وبأي أجر، وأن نسبة النساء المعيلات ارتفعت منذ منتصف القرن الماضي بسبب الأزمات الاقتصادية وارتفاع الأسعار، وأنه كلما زادت نسبة

الفقر زادت معها أعداد النساء المعيلات اللواتي تعملن بلا تأمينات أو تعويضات أو رعاية صحية، مما يعود بآثاره السلبية على الأبناء لغياب الأم "المعيلة" ومن قبلها الأب عن المنزل. إن الاهتمام بجودة الحياة الأسرية لدى النساء المعيلات للأسر حديث نسبياً على مستوى مملكة البحرين. حيث تتزايد أعداد النساء المعيلات، بالتزامن مع التطورات والتغيرات الاقتصادية والاجتماعية المتسارعة في المجتمع والتي أدت إلى خروج المرأة لسوق العمل حيث تلجأ الكثير من النسوة إلى ممارسة مهن شديدة البساطة زهيدة الأجر بلا دخل ثابت ولا تأمينات اجتماعية. فيما تلجأ بعض النساء إلى وزارة العمل والتنمية الاجتماعية للاستفادة من خدمات إدارة تنمية الأسرة والطفولة التي تقدم برامج التدريب والتأهيل لمزاولة المهن من خلال مشروع الأسر المنتجة.

تشير الإحصاءات الرسمية، إلى ارتفاع نسبة النساء المستفيدات من الضمان الاجتماعي إلى (5324) امرأة، وبلغ عدد النساء المطلقات الحاضنات (النساء المعيلات) المستفيدات من علاوة غلاء المعيشة (4277) امرأة حتى العام 2018 (وزارة العمل والتنمية الاجتماعية، 2018). وقد أشار تقرير المرأة البحرينية في أرقام، إلى أن نسبة الأسر البحرينية التي ترأسها امرأة تبلغ (9.8%) (المجلس الأعلى للمرأة، 2015).

والمرأة المعيلة؛ هي كل امرأة تتولى بصورة دائمة مهمة الإنفاق على أعضاء أسرتها ورعايتهم اجتماعياً واقتصادياً. ويندرج تحت هذا التعريف شرائح من الأرامل والمهجورات والمطلقات واللاتي لم يتزوجن، ولكنهن يتحملن مسؤولية رعاية أخوة أو والدين أو مسنين. كما يشمل زوجات المرضى أو المعاقين أو المجندين أو المسجونين أو العاطلين عن العمل أو من يرفضون الإنفاق على أسرهم (نادية، وفاء ومرقص، 2002).

وعليه فالمرأة المعيلة للأسرة أكثر عرضة للضغوط التي تؤثر عليها وعلى أدوارها المختلفة. أما فقدان الزوج بسبب الطلاق أو الترمل، أو غير ذلك، فيعتبر من العوامل التي تهدد الصحة النفسية وتؤثر على التماسك الاجتماعي ويؤدي إلى الشعور بالإحباط والعزلة والحرمان واختلال التوازن النفسي، بما في ذلك الآثار السلبية على النواحي النفسية والاجتماعية بالأخص إذا كانت المرأة لا تمتلك مصدراً للرزق ومعيلًا غير الزوج، وبالتالي تجد نفسها في مواجهة صعوبات وظروف الحياة ومشاقها بمفردها (نبيلة، 2017).

من هذا المنطلق يبرز دور الإرشاد النفسي الأسري، كعامل رئيس في مساعدة الأسر على تحديد المشكلات الأسرية وأسلوب التفاعل معها ومواجهتها. يساعد هذا الإرشاد الأسرة في تفعيل علاقات أفرادها الإيجابية، إضافة إلى اكتساب المهارات الأسرية الضرورية للتكيف مع

الضغوط الأسرية التي تواجهها الأسرة كوحدة دينامية متكاملة (الشيراوي، 2017).  
وبمعرفة ما تواجهه الأسرة العربية من تحديات في تحول القيم المجتمعية والأسرية نحو الفردية والمادية والنزعات الاستهلاكية، حيث تضعف العلاقات الأسرية وتؤثر على قيم التعاون والتضامن، وتؤدي إلى تنامي ظاهرة المرأة المعيلة للأسرة بسبب الترميل وتفكك الأسرة والطلاق والموت وغيرها، مما يضاعف من الأعباء الملقاة على عاتق المرأة الأم، وخاصة غياب أليات مؤسسة وبرامج معاونة لها (الأمم المتحدة الجمعية العامة، 2006).

لهذا جاء هذا البحث لتسليط الضوء على دور الإرشاد الأسري في تحقيق جودة حياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين، من خلال برنامج إرشادي قائم على استراتيجيات ومدارس الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية.

وقد أجرى عدد من الباحثين منهم (خلفه، 2011، وجاد الله 2012، و خليل ورفلة 2013، Eskandari, et al. (2016)، وجمعية نهضة فتاة البحرين (2017)، ونصر 2017، وإبراهيم وصيام وزيدان وعبد الحفيظ (2017)، وحسانين (2020)، دراسات تجريبية مختلفة لتحسين جودة الحياة الأسرية مستخدمين برامج إرشادية توصلت كلها إلى فاعلية البرامج التي استخدمت، وقد حققت الأهداف المرجوة منها.

ومن بين هذه الدراسات التي اهتمت بجودة الحياة الأسرية، دراسة أبو جمزة وعيد جلال (2019) استهدفت (12) امرأة من أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وأظهرت النتائج فاعلية البرنامج في تحسين جودة حياة أسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ودراسة عبدالعال (2017) التي بينت فاعلية برنامج إرشادي ترويجي لتحسين جودة الحياة الأسرية لأمهات ذوات الاحتياجات الخاصة، في أبعاد (الصحة الجسمية- العلاقات الأسرية-الشعور بالسعادة-الرضا عن الحياة-الصحة النفسية).

وأشارت رفيقة (2017) إلى متطلبات جودة تكوين الحياة الأسرية والتي تساعد على تماسك الأسرة وحمايتها من الجريمة والانحراف والتفكك، اتباع ما يلي: أساليب التنشئة الأسرية السليمة. حل المشكلة والصراعات الأسرية. العلاقات الزوجية السليمة.

دراسة العتيبي (2008) بعنوان نموذج تصوري لمواجهة مشكلات المرأة المعيلة من منظور الخدمة الاجتماعية، وهدفت الدراسة إلى صياغة نموذج تصوري لمواجهة مشكلات المرأة المعيلة من منظور الخدمة الاجتماعية في المجتمع السعودي، مستخدمة منهج المسح الاجتماعي الشامل لجميع مفردات العينة وعددهن (31) سيدة وهن السيدات اللاتي يعلن أسرهن. واستخدمت الباحثة المقابلة مع السيدات ومقابلة الخبراء المتخصصين في دراسة

ظاهرة الفقر، وقامت الباحثة بتصميم استبانة لقياس الأبعاد الأسرية والاقتصادية للمرأة المعيلة، كما قامت الباحثة بزيارات منزلية للأسر التي تعولها امرأة للوقوف على الظروف السكنية والتعرف على مدى ارتباط مستوى الدخل بالأوضاع النفسية والاجتماعية والصحية. وأوضحت النتائج الآثار المترتبة على المشكلات الاقتصادية التي تعاني منها المرأة المعيلة، حيث إن 41.9% من عينة البحث لديها الحاجة المادية وعدم التمكن من إشباع الاحتياجات المعيشية المختلفة مما يساعد على انتشار الانحرافات في المجتمع لا سيما أن غياب الأم فترات لتوفير احتياجات الأبناء يوفر البيئة المناسبة للانحرافات.

أما دراسة جمعية نهضة فتاة البحرين (2017) فقد هدفت إلى التعرف على أهم المشكلات التي تواجهها المرأة المعيلة وأبنائها، وتكونت عينة الدراسة من (370) امرأة معيلة شملت كافة محافظات مملكة البحرين الخمس، اعتمدت على المقابلة والاستبانة، وأوضحت النتائج أن المرأة المعيلة البحرينية تعاني من مشكلات عديدة، جاءت مشكلة الطلاق وحرمان الأبناء من النفقة كأول المشكلات تكراراً لدى المرأة البحرينية المعيلة، لتحملها مسؤولية الحضانه، كما بينت النتائج حرمان النساء المعيلات المتزوجات بزوج غير بحريني وهن مطلقات ومهجورات من حصول أبنائهن على الجنسية البحرينية. ومن أهم التوصيات التي خلصت لها الدراسة تغيير النظرة لدور المرأة المعيلة بتكريس مفاهيم وقيم جديدة في المجتمع وذلك بالتنسيق مع الجهات الرئيسية الرسمية الفاعلة في التأثير منها: وزارة التربية والتعليم، الجهاز المركزي للمعلومات، وزارة الإعلام.

وتناولت دراسة نصر (2017) المشكلات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفس اجتماعية لدى المرأة المصرية المعيلة، وهدفت إلى تقصي المشكلات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفس- اجتماعية، التمكين النفسي والذكاء الانفعالي وفعالية الذات وجودة الحياة لدى المرأة المعيلة. وتشكلت عينة الدراسة من (100) سيدة معيلة ممن تراوحت أعمارهن ما بين (20) إلى (45) عاماً، وتراوح حجم أسرهن من (3) إلى (7) أفراد، وهن غير متعلمات. ولجمع البيانات، تم استخدام مقياس المشكلات للمرأة المعيلة، ومقياس التمكين النفسي للمرأة المعيلة، ومقياس الذكاء الانفعالي للمرأة المعيلة، ومقياس فعالية الذات العامة للمرأة المعيلة، ومقياس جودة الحياة العامة للمرأة المعيلة، وجميعها من إعداد الباحثة. وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مشكلات المرأة المعيلة السكنية والاقتصادية والتمكين النفسي، إلى جانب ارتباط مشكلات المرأة المعيلة السكنية والنفسية وتربية الأبناء بالذكاء الانفعالي، كما وجد ارتباط دال بين المشكلات الاجتماعية والاقتصادية وتربية الأبناء بفعالية الذات،

وارتبطت المشكلات السكنية والأسرية والنفسية بالدرجة الكلية لجودة الحياة على نحو دال إحصائياً. وأمكن التنبؤ بمشكلات المرأة المعيلة في ضوء المتغيرات التالية: الوعي الانفعالي، وإدارة الانفعالات على مقياس الذكاء الانفعالي، وعامل الكفاءة على مقياس التمكين النفسي، والدرجة الكلية للتمكين النفسي وفعالية الذات.

كما هدفت دراسة إبراهيم وصيام وزيدان وعبدالحفيظ (2017) إلى التحقق من فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأساليب الإيجابية في مواجهة الضغوط البيئية لدى الأم المعيلة، والتعرف على أثر البرنامج الإرشادي في انخفاض مستوي الضغوط لدي الأم المعيلة، التعرف على أثر البرنامج الإرشادي على رفع مستوي الرضا عن الحياة لدى الأم المعيلة. تكونت عينة الدراسة (71) أمًا معيلة، قسمت إلى 10 أمهات معيلات للمجموعة التجريبية و 10 أمهات معيلات للمجموعة الضابطة، وذلك من عينة أساسية قوامها (50)، تراوحت أعمارهن بين (30-53) ومستوى تعليمي واقتصادي منخفض من محافظة القاهرة. استخدم الباحثون المنهج التجريبي، واستمارة البيانات الأولية من إعداد الباحثين، واستمارة المستوي الاقتصادي والاجتماعي من إعداد عبد العزيز الشخص، ومقياس الضغوط البيئية من إعداد الباحثين، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، إعداد كارفر شاير، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد مجدي دسوقي، والبرنامج الإرشادي لتنمية الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط إعداد الباحثين. توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على مقياس الضغوط البيئية في كل الأبعاد ماعدا الضغوط الاقتصادية. كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج على الرضا عن الحياة ماعدا بعد (السعادة).

واستهدفت دراسة حسانين (2020) اختبار العلاقة بين استخدام أسلوب العصف الذهني القائم على القبعات الست للتفكير في خدمة الجماعة وتنمية مهارة حل المشكلة لدى المرأة المعيلة، حيث تنتمي هذه الدراسة إلى الدراسات شبه التجريبية، وقد اعتمدت على المنهج التجريبي مستخدمة في ذلك القياس القبلي والبعدي باستخدام جماعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل جماعة (10) أعضاء، واعتمدت الدراسة على مقياس مهارات حل المشكلة لدى المرأة المعيلة كأداة رئيسية، ولقد أثبتت نتائج الدراسة صحة الفرض الرئيس للدراسة وهو فعالية برنامج التدخل المهني باستخدام العصف الذهني القائم على القبعات الست للتفكير في خدمة الجماعة لتنمية مهارات حل المشكلة لدى المرأة المعيلة؛ والفروض الفرعية المرتبطة به.

## مشكلة الدراسة

غالباً ما تؤثر التغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي تطرأ على المجتمعات في الأسرة، وهو الأمر الذي يدعو الباحثين لدراساتها. وقد أجمعت البيانات والمعلومات الواردة في الدراسات المتعلقة بالأسرة على أن الأسرة العربية تعرضت ولا تزال إلى العوامل والمتغيرات التي أثرت وتؤثر في تكوينها وبنيتها ووظائفها وأدوارها وفي استقرارها وفي منظومة القيم وأنماط السلوك وأساليب الحياة التي أثرت في العلاقات بين أفرادها وأجيالها (الأمم المتحدة الجمعية العامة، 2006).

تتوجه أنظار العديد من الباحثين إلى دراسة المشكلات والقضايا والضعف الحياتية التي تثقل كاهل المرأة المعيلة. فانشغالها بإعالة أسرتها يؤثر على انخفاض الإنجاز التعليمي للأبناء، كما أن المرأة المعيلة تقتصر إلى المهارات اللازمة للدخول إلى سوق العمل. وتعاني من ضعف القدرة على اتخاذ القرار وسوء العلاقات الاجتماعية مع الأبناء وضعف القدرة على تحقيق الذات. هذا بالإضافة إلى المعاناة من بعض الصراعات النفسية والشعور بالإحباط والقلق والوصمة الاجتماعية، الأمر الذي يشكل تهديداً للتوازن النفسي والاجتماعي لهن (العتيبي، 2008)، و(كاظم، 2011)، و(نصر، 2017) و(حسانين، 2020).

ومن أنواع الأسر التي يسلط عليها الضوء في هذا البحث، الأسرة التي تتحمل فيها المرأة المسؤولية الكاملة في إدارة شؤون الأسرة. هذه المرأة هي ما اصطلح عليه المرأة المعيلة (Breadwinner Woman). ومن الجدير بالذكر أن المرأة المعيلة تعاني مشكلات مختلفة أسرية واقتصادية واجتماعية وسكنية ونفسية داخل الأسرة وخارجها. ومن جهة أخرى، فهي تقتصر إلى المهارات اللازمة للدخول إلى سوق العمل والتنافس فيه (العتيبي، 2008)، و(كاظم، 2011)، و(نصر، 2017) و(حسانين، 2020). وبالتالي، فهي تحتاج إلى درجة عالية من الصحة النفسية حتى تستطيع أن تواجه هذه المشكلات مجتمعة وتحقق مستوى مقبولاً من جودة الحياة (سعد الله، 2011).

وقد كانت نتيجة هذا تزايد نسبة المشكلات الأسرية خاصة في الأسر ذات المرأة المعيلة. فقد بينت الإحصاءات الصادرة من مكاتب الإرشاد الأسري التابعة لوزارة العمل والتنمية الاجتماعية في مملكة البحرين في العام 2018، أن أعداد النساء المطلقات والأرامل والمهجورات واللاتي لم يسبق لهن الزواج، ونساء المساجين قد تزايدت في المدة الأخيرة. فقد وصلت إلى (3454) حالة للمطلقات، و(788) حالة للأرامل، و(124) حالة للمهجورات، و(732) حالة للواتي لم يسبق لهن الزواج، و(226) حالة لنساء المساجين (وزارة العمل والتنمية الاجتماعية، 2018).

وتحاول هذه الدراسة اختبار فاعلية الإرشاد الأسري في تحقيق جودة حياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين.

### أهداف الدراسة

هدف الدراسة الرئيس هو اختبار مدى فاعلية برنامج إرشادي أسري مقترح في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين. ومنه تتفرع الأهداف التالية:

1. التعرف على الفروق بين درجات أفراد المجموعة على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة.
2. التعرف على الفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي لتطبيق برنامج إرشادي أسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة.
3. التعرف على الفروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة التتبعي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري.

### أسئلة الدراسة

تجيب هذه الدراسة عن الأسئلة الآتية (السؤال الرئيس والأسئلة الفرعية):

1. ما أثر برنامج إرشادي أسري مقترح في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين؟  
وتتفرع منه الأسئلة التالية:
1. هل توجد فروق بين درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة؟
2. هل توجد فروق في درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على أبعاد مقياس جودة الحياة البعدي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري؟
3. هل توجد فروق في القياس التتبعي لدى المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري للمرأة المعيلة؟

## مصطلحات الدراسة

**الإرشاد الأسري (Family Therapy):** يعرف الإرشاد الأسري بأنه الأسلوب الإرشادي القائم على مبادئ واستراتيجيات الإرشاد الأسري العلمية، والذي سيتم تطبيقه مع المرأة المعيلة لتعزيز جودة الحياة الأسرية، ويهدف إلى تعزيز وبناء المناخ السوي والصحي والسليم للأسرة من الناحية الاجتماعية والنفسية. وتعرف الباحثة الإرشاد الأسري بأنه العملية المهنية التي يقوم بها مرشد أسري يعتمد على نظريات الإرشاد الأسري وفنائه لمساعدة المسترشد وأفراد أسرته ليساعدوا أنفسهم وصولاً لتحقيق جودة الحياة الأسرية.

**جودة الحياة الأسرية (Family Quality of Life):** وتعرف جودة الحياة الأسرية، بأنها الدرجة التي تحصل عليها المرأة المعيلة على مقياس جودة الحياة الأسرية. وتعرف الباحثة جودة الحياة الأسرية بأنها مقدار الرضا وتقبل المرأة المعيلة عن أدائها لدورها مع أفراد أسرتها ويمكن التعرف عليه من خلال اتباع الأساليب السوية والمرنة في تربية الأبناء وإدارة الأسرة.

**المرأة المعيلة (Female Headed Household):** وتعرف المرأة المعيلة بأنها المرأة التي تتولى إعالة نفسها وأفراد أسرتها لوحدها، بسبب الظروف الاجتماعية المختلفة التي تمر فيها، وقد تكون أرملة، أو مطلقة، أو مهجورة، أو متزوجة لكن زوجها عاجز عن العمل بسبب ظروف صحية أو نتيجة التعطل بسبب السجن، أو قد تكون غير متزوجة تعيل نفسها بعد فقدها معيلاً الوحيد الأب أو الأخ.

## فرضيات الدراسة

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على أبعاد مقياس جودة الحياة البعدي لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياس التبعي لدى المجموعة التجريبية لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري للمرأة المعيلة.

## الطريقة والإجراءات

### أولاً: منهج الدراسة

اعتمد في هذه الدراسة المنهج الشبه تجريبي، ذو تصميم المجموعتين المتكافئتين لكونه أكثر مناهج البحث ملاءمة لتحقيق هدف الدراسة وذلك لعدم القدرة على ضبط المتغيرات الدخيلة لدى المرأة المعيلة.

### ثانياً: مجتمع الدراسة

اقتصرت تطبيق هذا البرنامج على النساء المعيلات اللواتي يتحملن المسؤولية الكاملة في إدارة شؤون الأسرة، في مملكة البحرين وهن المرأة المطلقة والأرملة والمهجورة والمتزوجة التي يعجز زوجها عن العمل والمرأة التي لم يسبق لها الزواج، واللواتي يعملن بمهن بسيطة لإدارة شؤون حياتهن المادية، وقد تم التوصل إلى مجتمع الدراسة من خلال النساء المعيلات المسجلات بمكتب دعم المرأة المعيلة ومركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري التابع لجمعية نهضة فتاة البحرين، وجمعية عالي الخيرية وجمعية إسكان عالي الخيرية واللواتي تتراوح أعمارهن من 25 عاماً إلى 40 عاماً فأكثر، والبالغ عددهن (116).

### ثالثاً: عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية وتكونت من (22) امرأة معيلة، من الحالات المسجلة بمركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري ومكتب دعم المرأة المعيلة. تم تقسيمهن بصورة عشوائية إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة، تتكون كل مجموعة من (11) امرأة معيلة تراوحت أعمارهن بين (25 - 45 سنة فأكثر). تتسم المجموعتان بالتجانس من حيث الجنس إذ إن جميع أفراد العينة من النساء ومن حيث شروط الإعالة إذ أن جميع أفراد العينة من النساء المعيلات اللواتي يتحملن إعالة أسرتهن لوحدن.

### خامساً: أدوات الدراسة

تم استخدام الأدوات التالية:

**مقياس جودة الحياة الأسرية:** يهدف مقياس جودة الحياة الأسرية التعرف على جودة حياة المرأة المعيلة وأسرتها، وقد تم تطوير المقياس بعد الاطلاع على كل من مقياس جودة الحياة الأسرية للتلاميذ المراهقين لعلي، رانيا محمد يوسف (2017) ومقياس جودة الحياة الأسرية

لأماني عبد المقصود (2015) ومقياس جودة الحياة الأسرية لآمال إبراهيم الفقي (2006)، ومقياس جودة الحياة لمنسي وكاظم (2010) ومقياس تمكين المرأة المعيلة لسعد الله (2011) ومقياس عزب وآخرين (2017)، ويستند المقياس على نظرية ماسلو الإنسانية (Maslow, 1945). يتكون المقياس من خمسة أبعاد هي بعد التفاعل الأسري، وبعد التنشئة الوالدية، وبعد التوافق الأسري، وبعد الصحة النفسية وبعد المقدرة المادية.

بعد التفاعل الأسري وهو الروابط الأسرية التي تربط أفراد الأسرة بعضهم ببعض من خلال الحوار وتتسم بوجود مشاعر المودة والمحبة، وهو مغطى بسبع فقرات (1. 2. 3. 4. 5. 6. 7).

بعد التنشئة الأسرية وهو الأساليب المستخدمة في تنشئة الأبناء وهي أساليب التربية الإيجابية والسلبية وهو مغطى بسبع فقرات (8. 9. 10. 11. 12. 13. 14).

بعد التوافق الأسري وهو قدرة المرأة المعيلة على الاستقرار والطمأنينة داخل أسرتها وشعورها بأنها جزء من الأسرة ومعرفة كل فرد بحقوقه وواجباته وأدواره داخل الأسرة والتزامه بها. وهو مغطى بثمان فقرات (15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22).

بعد الصحة النفسية وهو صورة الجسم والمظهر العام - المشاعر السلبية - المشاعر الإيجابية - تقدير الذات. وهو مغطى بثماني فقرات (23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30).

بعد القدرة المادية وهو الامكانيات المادية المتاحة للفرد. وهو مغطى بثماني فقرات (31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38).

**تصحيح المقياس:** تختار المفحوصة إجابة واحدة من خمس استجابات وهي (بدرجة كبيرة جدا) وتعطي 5 درجات. (بدرجة كبيرة) وتعطي 4 درجات. (بدرجة متوسطة) وتعطي 3 درجات. (بدرجة قليلة) وتعطي درجتان. (بدرجة قليلة جدا) وتعطي درجة واحدة. وذلك للعبارة الإيجابية.

وتعكس الدرجة إذا كانت العبارة سلبية. أما العبارات السلبية فهي العبارات (1. 2. 8. 23. 33).

### الخصائص السيكومترية للمقياس:

**أولاً: صدق المقياس:** وقد تم تقييمه بواسطة نوعين من الصدق، وهما صدق المحكمين وصدق البناء:

**صدق المحكمين:** تم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والتربية، للاستعانة بخبراتهم ورايهم في عبارات المقياس من حيث وضوح العبارة وملاءمتها للمحور الذي تنتمي إليه. وفي ضوء توجيهات المحكمين تم إجراء التعديلات التي أوصى بها المحكمون، والإبقاء على العبارات التي اتفق عليها 80% من المحكمين مع

مراعاة اتفاقها مع التعريف الاجرائي الموضوع لكل بعد من أبعاد المقياس.  
**صدق البناء:** تم حساب صدق البناء، من خلال حساب معامل الارتباط الداخلي بين أبعاد المقياس مع درجته الكلية من خلال حساب معاملات ارتباط بيرسون والجدول رقم (1) يوضح ذلك:

**جدول (1)**  
**صدق البناء لمقياس جودة الحياة الأسرية**

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	الابعاد
** 0.524	التفاعل الأسري
** 0.607	التنشئة الأسرية
** 0.944	التوافق الأسري
** 0.944	الصحة النفسية
** 0.753	المقدرة المالية

\*\* دال احصائياً عند مستوى (0.01).

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من الأبعاد الرئيسية الخمسة لمقياس جودة الحياة الأسرية والدرجة الكلية للمقياس تراوحت بين (0.524 و0.944). وهي دالة عند (0.01) وهذه نتيجة تشير إلى صدق المقياس وتعطي الثقة لاستخدامه.

**ثانياً: حساب معامل الثبات:** لحساب ثبات الاختبار، تمت الاستعانة بمعامل ثبات ألفا كرونباخ وثبات إعادة التطبيق.

**ثبات ألفا لكرونباخ (Alpha Cronbach):** تم قياس معامل الثبات باستخدام معامل الثبات الداخلي ألفا لكرونباخ، لقياس مدى تجانس واتساق بنود الاختبار مع بعضها البعض كما في جدول (2).

**جدول رقم (2)**  
**الثبات الداخلي لأبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية بطريقة ألفا لكرونباخ**

معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات	الابعاد
0.818	7	التفاعل الأسري
0.810	7	التنشئة الأسرية
0.725	8	التوافق الأسري
0.725	8	الصحة النفسية
0.759	8	المقدرة المالية
** 0.836	38	المقياس ككل

**ثبات إعادة التطبيق (Test-retest reliability):** هنا طبق الاختبار مرتين يفصل بينهما فاصل زمني. حيث يتم تطبيق الاختبار، ثم يعاد تطبيقه على نفس المجموعة مرة أخرى بعد فترة (15 يوم) وفي نفس الظروف. وقد تم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين كما في جدول (3).

### جدول رقم (3)

#### Test re-Test ثبات إعادة التطبيق (بعد ١٥ يوماً)

الدلالة	معامل الثبات	عدد أفراد العينة	إعادة تطبيق مقياس جودة الحياة الأسرية
0.0000	0.9520	22	

دال احصائياً عند مستوى الدلالة 0.01

**البرنامج الإرشادي الأسري:** اعتمدت الدراسة برنامجاً إرشادياً أسرياً لتحقيق جودة الحياة الأسرية، موجهاً لعينة من النساء المصابات بمملكة البحرين، ويهدف إلى تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة وأسرتها، ويقوم على أساس أن الإرشاد الأسري المستند على النظرية التكاملية يؤدي إلى تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة وأسرتها. تم عرض البرنامج الإرشادي على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والتربية، للاستعانة بخبراتهم ورأيهم في الموضوعات وعناوين الجلسات وعددها ومحتواها. وفي ضوء توجيهات المحكمين تم إجراء التعديلات واعتماد البرنامج بصورته النهائية. ويتكون البرنامج من مجموعة من الجلسات الإرشادية الجماعية وعددها (10) جلسات شاملة لجلستي القياس القبلي والبعدي، بواقع جلستين إلى ثلاث جلسات أسبوعياً، تتضمن كل جلسة مجموعة من الأنشطة والواجبات المنزلية المتعلقة بتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة وأسرتها. يركز البرنامج على النظرية الأسرية التكاملية لصاحبها جاي لوبو (Jay Lebow, 1948). والتي يمكن من خلالها توظيف كافة الأساليب الإرشادية والفنيات التي تحقق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة بمملكة البحرين.

#### مصادر بناء البرنامج الإرشادي:

الدراسة الاستطلاعية الميدانية للتأكد من وجود المشكلة لدى مجتمع العينة. ومن خلال الاطلاع على الدراسات السابقة ومنها دراسة أبو حمزة ويونس (2019) حول فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لأسر أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ودراسة بدر (2019) بعنوان البرنامج الإرشادي وأثره على مهارات جودة الحياة لأسر الأطفال التوحيدين بدولة قطر.

**الهدف العام للبرنامج:** تمكين المرأة المعيلة بمملكة البحرين من تحقيق جودة الحياة الأسرية. منصة تطبيق البرنامج: تم اعتماد المنصة الإلكترونية "Zoom" لتطبيق البرنامج. وقد تم اختيار هذه المنصة الإلكترونية بعد التأكد من سهولة التعامل معها والقدرة على الوصول إليها من قبل أفراد العينة، إضافة إلى المميزات الأخرى مثل سهولة استخدامها على كافة الأجهزة (الهاتف- حاسوب محمول) وسهولة التحكم بالصوت والصورة لأفراد العينة.

**مدة البرنامج:** استغرق تطبيق البرنامج شهرا واحدا بواقع 2 - 3 جلسات خلال الأسبوع، وذلك لأسباب ترجع إلى ظروف المرأة المعيلة الأسرية والاجتماعية والاقتصادية إلى جانب الوضع الصحي الراهن (جائحة كوفيد- 19) والذي فرض التباعد الاجتماعي وبالتالي استدعى تطبيق البرنامج (الالكترونياً) عبر المنصة الالكترونية (Zoom).

**عدد جلسات البرنامج:** بلغ عدد جلسات البرنامج (10) جلسات، من بينها الجلسة التمهيدية وجلسة الإنهاء والتقييم. وقد تراوحت مدة الجلسة بين 60-75 دقيقة.

**أساليب التنفيذ:** وقد تضمن البرنامج اساليب التنفيذ الآتية:

1. جلسات الإرشاد الجماعي عبر المنصة الالكترونية (Zoom).
2. عرض مرئي باستخدام برنامج (PowerPoint).
3. واجبات منزلية ترسل عبر برنامج (Google Forms) أو عبر ارسال الواجب كصورة من برنامج (PowerPoint).
4. برنامج (Google Forms) للإجابة على المقياس القبلي والبعدي والتتبعي.
5. تطبيق (WhatsApp) للتواصل مع أفراد المجموعة الإرشادية والتنسيق للجلسات الإرشادية الالكترونية (الافتراضية).

**العقد الإرشادي:** وقد تم اعتماده باعتباره يتضمن الاتفاق على الأمور التنظيمية المتعلقة بالباحثين وأفراد المجموعة المرأة المعيلة والتأكيد على الالتزام بها، حيث يتم إرسال العقد الإرشادي بصيغة (Google Form)، متضمنا مسؤوليات وأدوار الباحثين والمجموعة الإرشادية والتأكيد على السرية التامة لكل ما يدور في الجلسة والمحافظة على مواعيد الجلسات والواجبات المنزلية.

**الأساليب الإرشادية المستخدمة:** وقد تم الاعتماد على كل من الإرشاد الجماعي (وهو الأسلوب المعتمد في البرنامج الإرشادي بشكل أساسي وذلك لتيسير فهم الذات لإحداث التغيير المأمول في سلوك الأعضاء وتحقيق النمو والتفاعل المطلوب وصولاً إلى تحقيق الأهداف العامة والخاصة للبرنامج) والإرشاد الفردي (حيث تم تطبيقه مع بعض أفراد المجموعة،

وذلك مراعاة للفروق بين أفراد المجموعة وأيضا حاجة بعض أفراد المجموعة الإرشادية الذين يرغبون بإجراء جلسات إرشادية للتعامل مع بعض المشكلات الخاصة).

**الفنيات الإرشادية المستخدمة:** تنقسم الفنيات الإرشادية إلى:

1. **فنيات معرفية** تستهدف الأفكار اللاعقلانية وطريقة التفكير، ومنها الأسئلة المفتوحة والمغلقة، والعصف الذهني، والمحاضرة، والمناقشة الجماعية، وإعطاء المعلومة.

2. **فنيات وجدانية** تستهدف مشاعر المجموعة الإرشادية وردود أفعالهم، ومنها التعزيز، والنمذجة، والتقبل، وتوكيد الذات، والاسترخاء.

3. **فنيات سلوكية** وتهدف التخلص من السلوكيات غير المرغوبة واكسابهم السلوكيات التوافقية، إلى جانب تعزيز السلوكيات الإيجابية.

**العوامل المساعدة في إنجاز البرنامج:** تمكن الباحثان من تنفيذ البرنامج الإرشادي بسلاسة. ومن أهم العوامل التي أدت إلى هذه السلاسة في الإنجاز الآتي:

1. تجاوب أعضاء المجموعة الإرشادية بتطبيق الأنشطة أثناء الجلسات الإرشادية وبعدها.

2. التفاعل وانتظار فرصة المشاركة والحديث عن تجاربهن أثناء الجلسات الإرشادية.

3. الرغبة في مواصلة البرنامج.

4. التفاعل الإيجابي لأعضاء المجموعة الإرشادية ومتابعة الجلسات الفردية لبعض أفراد المجموعة الإرشادية، بعد الانتهاء من الجلسات الجماعية.

**التحديات التي واجهت الباحثين أثناء تطبيق البرنامج:** واجهت الباحثين تحديات عديدة وخاصة أثناء تنفيذ البرنامج، كالآتي:

1. تحديات في مكان تنفيذ البرنامج: نتيجة للظروف الاستثنائية والصحية الراهنة التي يمر

بها العالم (جائحة كورونا، COVID-19)، وجد الباحثان صعوبة في تحديد مكان تنفيذ

البرنامج الإرشادي، وذلك مراعاةً للتعليمات الصحية وما تفرضه من التزام بإجراءات

التباعد الاجتماعي، فكان اختيار تطبيق البرنامج باستخدام أحد المنصات الالكترونية

مثل منصة "Zoom"

2. تحديات في مكان تنفيذ البرنامج "المنصة الالكترونية": من الصعوبات التي واجهت

الباحثين، كان التحكم في مشغل البرنامج (الإنترنت) الذي يمنع أفراد العينة من المشاركة

في الجلسات سواء بسبب سوء شبكة الانترنت أو تكرار انقطاع الشبكة، وهذا ما أثر على

حضور أفراد المجموعة الإرشادية بعض الجلسات، والذي أثر بدوره على تقويم الجلسات،

وتحقيق الهدف منها.

3. تحديات في الحصول على العينة: الحصول على العينة بالعدد المتوقع لتنفيذ البرنامج الإرشادي من أكبر الصعوبات التي واجهت الباحثين. ويعود ذلك ربما الى المسئولية الكبيرة التي تقع على عاتق المرأة المعيلة وتسببت في عدم قدرة المرأة المعيلة على الالتزام بالمشاركة في البرنامج، إلى جانب ما فرضته الظروف الصحية (COVID-19) واهتمام الباحثين باختيار المرأة المعيلة القادرة على التعامل مع الأجهزة الذكية والوصول إلى الإنترنت لاستخدام المنصة الإلكترونية المخصصة للبرنامج، كأحد الاشتراطات الرئيسية للانضمام للبرنامج.

**تقويم البرنامج:** لقياس مدى فاعلية البرنامج الإرشادي، تم تطبيق مقياس جودة الحياة الأسرية: القبلي والبعدي والتتبعي. هذا إلى جانب استخدام الملاحظة المباشرة، بالإضافة إلى الواجبات المنزلية التي تم تكليف أعضاء العينة بها، وتقويم كل الجلسات بإرسال استبانة التقويم بصيغة (Google Form). عبر تطبيق (WhatsApp)، وقد أشارت نتائج التقويم المرحلي والختامي إلى تحقيق معظم الأهداف المطلوبة للبرنامج بنسبة مرتفعة. كما اعتمد الباحثان على الملاحظة والمراقبة المستمرة للتغيرات على مستوى المعارف والمعلومات لدى أفراد المرأة المعيلة خلال فترة تطبيق البرنامج، وأسندت الملاحظة بتطبيق التقويم البعدي لكل جلسة من جلسات البرنامج.

**الأساليب الإحصائية المستخدمة:** تم تقويم النتائج تقويماً كمياً باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). للإجابة على فروض الدراسة تم استخدام اختبار مان-وتني (Mann-Whitney) واختبار ويلكسون (Wilcoxon) والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

### نتائج الدراسة ومناقشتها

#### أولاً: نتائج الفرضية الأولى:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة.

للتحقق من صحة الفرضية الثانية استخدم الأسلوب الإحصائي اللابارامترى ويلكسون (Wilcoxon) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات مجموعتين مرتبطتين. ويستخدم هذا النوع من الاختبارات في معرفة دلالة الفروق بين متوسطات درجات مجموعة معينة من الأفراد ودرجاتهم في نفس الاختبار، وذلك للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات

المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة الأسرية، والذي يتضح في الجدولين (4) و(5):

#### جدول (4)

يوضح نتائج اختبار ويلكسون (Wilcoxon) دلالة الفروق في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي

البعده	نوع القياس	نوع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
التفاعل الأسري	قبلي	سليبي	0.00	0.00	b -2.807	0.005
	بعدي	إيجابي	5.50	55.00		
التشئة الأسرية	قبلي	سليبي	0.00	0.00	b -2.947	0.003
	بعدي	إيجابي	6.00	66.00		
التوافق الأسري	قبلي	سليبي	0.00	0.00	b -2.814	0.005
	بعدي	إيجابي	5.50	55.00		
الصحة النفسية	قبلي	سليبي	0.00	0.00	b -2.940	0.003
	بعدي	إيجابي	6.00	66.00		
المقدرة المادية	قبلي	سليبي	0.00	0.00	b -2.944	0.003
	بعدي	إيجابي	6.00	66.00		

#### جدول (5)

يوضح نتائج اختبار ويلكسون (Wilcoxon) دلالة الفروق في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية للمجموع الكلي لدرجات مقياس جودة الحياة الأسرية القبلي والبعدي

المقياس	نوع القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نوع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جودة الحياة الأسرية	قبلي	121.7273	20.40143	السلبية	0.00	0.00	-2.934b	0.003
	بعدي	147.5455	11.88582	الإيجابية	6.00	66.00		

#### مناقشة نتائج الفرضية الأولى

يتضح من الجدول رقم (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية). كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) على جميع أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية (التفاعل الأسري، التشئة الأسرية، التوافق الأسري، الصحة النفسية، المقدرة المادية) عند مستوى الدلالة (0.05) لصالح القياس البعدي، وبالتالي نرفض الفرضية الثانية التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية

بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية لصالح القياس البعدي تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة، ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي لأفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية لصالح القياس البعدي تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة. حيث إن المتوسط الحسابي للقياس البعدي في مقياس جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية) وأبعاده الفرعية أكثر من المتوسط الحسابي للقياس البعدي، وهذا يعني أن مستوى جودة الحياة الأسرية ارتفع لدى المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي باستخدام الإرشاد الأسري.

تفسر هذه النتيجة فاعلية البرنامج الإرشادي الأسري في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة على أبعاد المقياس الخمسة، وتحديدًا بعد التفاعل الأسري والتوافق الأسري، ثم التنشئة الأسرية والصحة النفسية والمقدرة المادية. ومن مؤشرات ذلك التحسن، تمكّن المرأة المعيلة من مهارة حل المشكلات ومهارة ترتيب الأولويات ومهارة التواصل الإيجابي مع الأبناء وأفراد الأسرة. وقد ساعد في ذلك الفنيات الإرشادية التي استخدمت في البرنامج ومنها النمذجة والمناقشة الجماعية والتعزيز، والواجبات البيتية المختلفة والتي اتسمت بالتنوع والتفاعل. ويمكن تفسير الفروق بين نتائج كل من بُعد التنشئة الأسرية والصحة النفسية والمقدرة المادية مقارنة ببعد (التوافق الأسري، التفاعل الأسري) إلا أن بعض أفراد العينة ما زلن يواجهن مشاكل قانونية وإسكانية ومادية متمثلة في قضايا النفقة والطلاق ومشاكل الديون المالية. وتعد المشكلات سالفه الذكر من معوقات تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة على مقياس جودة الحياة الأسرية، غير أنها تعتبر ضمن الحاجات الأساسية وفقاً لمبدأ إشباع الحاجات في النظرية الإنسانية لماسلو (Maslow, 1954). إن انضمام المشاركات لمجموعة البرنامج التدريبي عبر تطبيق ال (WhatsApp) دعم التواصل المستمر معهن ومتابعتهن متابعة حثيثة للتعرف على جوانب القصور في حياتهن الأسرية للتركيز عليها من خلال جلسات البرنامج الإرشادي. كما ساهم في كسر الجمود والحواجز بين المشاركات، وخلق التواصل الفعال القائم على التقبل والاحترام، وهذا ما عبرت عنه المشاركات اللواتي عبرن عن الشعور بالدعم والمساندة والتشجيع، وسعادتهن بوجودهن في المجموعة والانضمام للبرنامج الإرشادي. يشير كل ذلك إلى نجاح البرنامج في تحقيق الهدف المخطط له، والمتمثل في بناء برنامج إرشادي أسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة في مملكة البحرين. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة أبو جمزة وعيد جلال (2019) ودراسة خليل

ورفلة (2013). وتتفق هذا النتيجة مع دراسة كل من حسانين (2020) التي بينت نتائجها أهمية تنمية مهارة حل المشكلات للمرأة المعيلة، لكونها تواجه العديد من المشكلات الاجتماعية والأسرية والنفسية والصحية والاقتصادية مما يفقدها علاقتها بأفراد اسرتها. ودراسة (خلفه، 2011) التي توصلت إلى حاجة المرأة المعيلة إلى تعلم مهارات عقلية واجتماعية للتغلب على المشكلات التي تواجهها، مما يزيد من ثقته بالنفس والقدرة على تحمل المسؤولية، مثل مهارة حل المشكلات.

### ثانياً: نتيجة الفرضية الثانية :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة. وللتحقق من صحة الفرضية الثالثة تم استخدام الأسلوب الاحصائي اللابارامتري مان-وتني (Mann-Whitney) وذلك للكشف عن دلالة الفروق بين القياس البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة والذي يتضح في الجدولين (6) و(7).

### جدول (6)

يوضح نتائج اختبار مان وتني (Man-Whitney) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي

البعدي	المجموعة	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (u)	قيمة (W)	قيمة Z	مستوى الدلالة
التفاعل الأسري	التجريبية	16.05	176.50	10.500	76.500	-3.309	b 0.000
	الضابطة	76.50	6.95				
التنشئة الأسرية	التجريبية	16.23	178.50	8.500	74.500	-3.434	b 0.000
	الضابطة	6.77	74.50				
التوافق الأسري	التجريبية	15.45	170.00	17.000	83.000	-2.860	b 0.003
	الضابطة	7.55	83.00				
الصحة النفسية	التجريبية	15.77	173.50	13.500	79.500	-3.096	b 0.001
	الضابطة	7.23	79.50				
القدرة المادية	التجريبية	14.09	155.00	32.000	98.000	-1.884	b 0.65
	الضابطة	8.91	98.00				
الدرجة الكلية	لتجريبية	15.73	173.00	14.000	80.000	-3.054	b 0.001
	الضابطة	7.27	80.00				

## جدول (7)

يوضح نتائج اختبار مان وتني (Man-Whitney) لدلالة الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة للمجموع الكلي لدرجات مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي

المجموعة	نوع القياس	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	مان وتني U	قيمة Z	الدلالة
التجريبية	البعدي	11	15.73	173.00	14.000	-3.054	0.001b
الضابطة	البعدي	11	7.27	80.00			

## مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي (الدرجة الكلية). كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية (التنشئة الأسرية، التوافق الأسري، الصحة النفسية، المقدرة المادية) عند مستوى الدلالة (0.01) لصالح القياس البعدي، عدا ما بعد التفاعل الأسري، وبالتالي نرفض الفرضية الثالثة التي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة، ونقبل الفرضية البديلة التي تقول بأنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي لصالح المجموعة التجريبية تعزى لتطبيق برنامج الإرشاد الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة. حيث إن متوسط درجات أفراد كل من المجموعة التجريبية أعلى من متوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة، وهذا يعني زيادة درجات أفراد المجموعة التجريبية في جودة الحياة الأسرية وتحسنهم بعد تعرضهم للبرنامج الإرشادي بعد مقارنتهم بالمجموعة الضابطة، مما يؤكد الأثر الإيجابي للبرنامج.

وبعد المقارنة بين أداء المجموعتين على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي، تبين تحسن أداء المجموعة التجريبية بدرجة كبيرة في متوسطات رتب الأبعاد (التنشئة الأسرية، التوافق الأسري، الصحة النفسية والقدرة المادية) مقارنة بالمجموعة الضابطة. ولم يلحظ تغير كبير على درجات بعد (التفاعل الأسري). وعليه يمكننا القول بفاعلية البرنامج الإرشادي في تحقيق جودة الحياة الأسرية على كافة أبعاده، باستثناء بعد التفاعل الأسري. ويمكن تفسير هذه النتائج من خلال ما تعرضت له المجموعة التجريبية من معالجة، تمثلت في

جلسات البرنامج الإرشادي التي ركزت على البعد الفردي لجودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة (موضوعات السعادة العاطفية والسعادة الاجتماعية والتدريب على أساليب المواجهة)، من خلال التدريب على مهارة حل المشكلات ومهارة إدارة الوقت، والصحة النفسية وتقدير الذات. كما يمكن تفسير النتائج السابقة، بالتركيز على تدريب النساء المعيلات على مهارات التواصل الأسري الإيجابية وتناول موضوعات التوافق الأسري، وأهمية التفاعل والتواصل بين المرأة المعيلة وأبنائها وأسرتها. إلى جانب اهتمام الباحثين بالواجبات البيئية، وذلك بتكليف أعضاء المجموعة الإرشادية بواجبات تحمل صيغتها الإجرائية التواصل مع الأبناء وأفراد الأسرة من أجل تحقيق التواصل والتفاعل الإيجابي مثل واجب "مخطط العائلة" الذي يتكون من مجموعة أسئلة مرفقة بإجابات متعددة. تطرح المرأة المعيلة السؤال على أفراد الأسرة ويختار كل منهم من الإجابات ما يناسبه.

هذا ويمكن عزو انخفاض أثر البرنامج الإرشادي على بُعد (التفاعل الأسري)، لكون المشكلات الاقتصادية التي تعاني منها المرأة المعيلة تزيد من أعبائها ومسئولياتها والتي تؤثر على تربية الأبناء وهذا ما أكدته دراسة (العتيبي، 2008). إن الدافع الأساسي الذي يدفع المرأة المعيلة للعمل هو ضغط الحاجة المادية فعندما لا تجد المرأة المعيلة رجلاً تتكل عليه فإنها سوف تجد نفسها مرغمة للخروج إلى العمل، فمن البديهي تخصيص جزء من وقت المرأة المعيلة للعمل، من شأنه أن ينعكس على حياة الأسرة، ويعيد توزيع الأدوار ومواقع السلطة داخل الأسرة (كاظم، 2011). وتشير يخلف (2018) إلى معوقات جودة الحياة الأسرية في استخدام بعض الأسر لطرق وأساليب خاطئة في عملية التنشئة الاجتماعية، يمكن أن تؤثر على الأطفال إلى بتكوين اتجاهات سلبية، واكتساب الأنماط السلوكية غير المقبولة منها الانحراف، والعنف واللامبالاة، والذي يخلق التضارب بين الوالدين في نمط وأسلوب معاملة الأطفال وكذلك الاختلاف في التعامل مع الطفل تجاه بعض المواقف المحددة، تحديداً مع وضع المرأة المعيلة المطلقة أو المهجورة، كذلك تناقض سلوك الوالدين واختلافهم ما بين الأقوال والأفعال تجاه بعض القضايا مما يؤدي بهم - الأطفال - إلى ازدواجية في أنماط سلوكهم وفي ملامح شخصياتهم، بالإضافة إلى مطالبة الأطفال بضرورة تحقيق النجاح في الدراسة والوصول إلى مستويات عالية من الانجاز ما يفوق طاقاتهم وقدراتهم.

ويتبين من نتائج الفرضية الثالثة، أهمية التوافق الأسري لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة وأبنائها. إن إكساب المرأة المعيلة الوعي بأهمية التواصل الإيجابي الفعّال مع الطرف الآخر "الطلاق" أو عائلته، والتحرر من الأفكار السلبية غير العقلانية حول العلاقة

مع والد الأبناء أو الأسرة بعد الطلاق، من شأنه المحافظة على سلامة الصحة النفسية للمرأة المعيلة وأبنائها. وتتفق نتائج هذه الفرضية مع ما أشار إليه (مصطفى، 2018) من أن التوافق الأسري يتضمن السعادة الأسرية التي تتمثل في الاستقرار والتماسك الأسري والقدرة على تحقيق مطالب الأسرة وسلامة العلاقات بين الوالدين كليهما، وبينهما وبين الأبناء وسلامة العلاقة بين الأبناء مع بعضهم البعض الآخر، حيث تسود المحبة والثقة والاحترام المتبادل بين الجميع.

تشير النتائج إلى أن أفراد المجموعة التجريبية ارتفعت لديهم درجة جودة الحياة الأسرية، بينما لم تتغير عند المجموعة الضابطة، وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة مثل: دراسة بدر، (2019). ودراسة أبو حمزة و عيد جلال، (2019)، ودراسة (Solhi, 2016) وHamedan & Salehi، كما تماثلت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة كل من إبراهيم وصيام وزيدان (2017).

### ثالثاً: نتيجة الفرضية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي ودرجات المجموعة على مقياس جودة الحياة الأسرية التبعي.

وللتحقق من صحة الفرضية الرابعة استخدم الباحثان الأسلوب الاحصائي اللابارمترى ويلكسون (Wilcoxon) وذلك للكشف عن دلالة الفروق بين القياس البعدي والتبعي للمجموعة التجريبية والذي يتضح في الجدولين (8) و(9).

### جدول (8)

يوضح نتائج اختبار ويلكسون (Wilcoxon) دلالة الفروق في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي والتبعي

البعدي	نوع القياس	نوع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	العلاقة	مستوى الدلالة
التفاعل الأسري	بعدي	سلبي	0.00	0.00	0.000b	11	1.000
	تبعي	إيجابي	0.00	0.00			
التنشئة الأسرية	بعدي	سلبي	0.00	0.00	0.000b	11	1.000
	تبعي	إيجابي	0.00	0.00			
التوافق الأسري	بعدي	سلبي	4.00	20.00	-1.161c	0	0.246
	تبعي	إيجابي	7.67	46.00			

تابع جدول (8)

البعء	نوع القياس	نوع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	العلاقة	مستوى الدلالة
الصحة النفسية	بعدي	سلبى	0.00	0.00	0.000b	11	1.000
	تتبعى	إيجابى	0.00	0.00			
المقدرة المادية	بعدي	سلبى	0.00	0.00	0.000b	11	1.000
	تتبعى	إيجابى	0.00	0.00			

جدول (9)

يوضح نتائج اختبار ويلكسون (Wilcoxon) دلالة الفروق في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية للمجموع الكلي لدرجات مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي والتتبعي

المقياس	نوع القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نوع الرتب	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
جودة الحياة الأسرية	بعدي	152.9091	11.97042	سلبى	0.00	0.00	0.000b	1.000
	تتبعى	152.9091	11.97042	إيجابى	0.00	0.00		

يتضح من الجدول رقم (9) عدم جود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) بين متوسطات رتب المجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على مقياس جودة الحياة الأسرية (الدرجة الكلية). كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01) على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية (التنشئة الأسرية، التفاعل الأسري، الصحة النفسية، المقدرة المادية) عند مستوى الدلالة (0.01)، ماعدا بعد التوافق الأسري، وبالتالي نقبل الفرضية التي تقول بأنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية على أبعاد مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي ودرجات المجموعة على مقياس جودة الحياة الأسرية التتبعي.

وتعني نتائج الدراسة أن أثر البرنامج الإرشادي لتحقيق جودة الحياة الأسرية ظل قائماً بعد شهر من تطبيق البرنامج، ويعزو الباحثان ذلك لتلقي أفراد المجموعة الإرشادية جلسات الإرشاد الأسري الفردي وذلك بهدف تحسين بعض أبعاد الحياة الأسرية المتمثلة في بعد التفاعل الأسري والتنشئة الاجتماعية وتحقيق التوافق حول أساليب تربية الأبناء بين المرأة المعيلة وبين الأب الذي هو في الغالب "الطليق".

ويمكن تفسير نتيجة بعد التوافق الأسري، التي بينت وجود فروق بين مقياس جودة الحياة الأسرية البعدي والتتبعي، إلى أن "الطلاق أو الوفاة" علاوة على انشغال المرأة المعيلة في العمل

لتأمين متطلبات الحياة، يُوجد آثاراً سلبية على بناء شخصية الأبناء، كما يؤثر على نفسية الأم، أيضاً غياب الأب أو المعيل يؤدي إلى إرباك الأسرة بكاملها، وقد يولد الشعور بالانكسار، ويساهم في ضعف وانخفاض الصلابة النفسية لديها (عماشة، 2013).

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع العديد من الدراسات التي بينت فاعلية البرامج الإرشادية المرتكزة على الإرشاد الأسري مع العينات المختلفة المستهدفة في البحوث العلمية، مثل نتائج دراسة (سليمان، 2017)، ودراسة (Motahareh, Sara & bahar, 2017)، ودراسة دعاء (2011).

وعليه يمكن القول بأن الإرشاد الأسري يكون مفيداً في أوقات الأزمات ومع المشكلات طويلة الأمد خاصة عندما يقدمه مختصون ومدربون في المجال. وتتبين أهميته للمرأة المعيلة في تبصيرها بالتغيرات التي تطرأ على نمط الحياة والصعوبات التي تواجهها. ومساعدتها على فهم ضغوطات الحياة وأسباب سوء التوافق الأسري لتجاوزها (اليوسف، 2017).

يتضح من الدراسات السابقة بأن المرأة المعيلة تواجه بصفة خاصة مزيداً من الضغوط النفسية نظراً للأدوار المتعددة التي عليها القيام بها، فالمرأة هي المسئول الأول عن شؤون منزلها، و دورها في عملية التنشئة الاجتماعية ورعاية الأسرة وإعالتها، يتسبب كل ذلك بكثير من الضغوط النفسية والأسرية، والذي يعيق بالضرورة هذه المرأة من الوصول إلى جودة الحياة الأسرية، إلا أن البرنامج الإرشادي الأسري أثبت فاعليته في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة البحرينية، والذي يمكن إرجاعه إلى فاعلية فنيات الإرشاد الأسري ونظرياته، حيث ترى النظرية الإنسانية أن البشر لديهم حاجات وقيماً إيجابية وعالمية يستطيعون أن يوجهوا أنفسهم من خلالها، وأن تقديم كل البيانات الضرورية المطلوبة للأفراد، لمحاولة الوفاء بحاجاتهم، يمكن من خلالها تحقيق ذواتهم وهي الحاجة الأسمى على سلم الحاجات لماسلو (الزغول، دبابي، عبدالرحمن، 2019).

من خلال العرض السابق لنتائج الدراسة الحالية ومناقشتها يمكن استخلاص ما يلي:  
تؤدي العلوم الاجتماعية والإنسانية بصفة عامة الدور الأساسي في بناء قدرات ووعي الإنسان وتهيئة المجتمعات للسير في الاتجاه الصحيح للتطوير حاضراً ومستقبلاً، كما يؤدي علم النفس (بصفة خاصة علم النفس الإيجابي) الدور نفسه، لكونه يركز على كل ما هو إيجابي فإنه يمثل أفضل الطرق لمساعدة الأفراد في أوقات الشدة (Seligman, 2002).

وفي هذا الإطار يذكر سليجمان (Seligman, 2002) أن علم النفس الإيجابي يمكن أن يضطلع بأدوار مهمة في كل من البحوث والتطبيقات كالتقوية والعلاج، ويقع في مجال البحوث

موضوعات شتى من مثل: السعادة، والرضا عن الحياة، التفاؤل... ويندرج في مجال العلاج جوانب على درجة كبيرة من الأهمية يتعين على المعالج تحقيقها، من مثل: المهارات الاجتماعية، العقلانية، الاستبصار، التوجه نحو المستقبل... إلخ

وعليه فإن على المرشدين النفسيين والمرشدين الأسريين وفق أهداف علم النفس الإيجابي، أن يغيروا اتجاهاتهم لدراسة السلوك الإنساني، فيقدموا معلومات كثيرة حول الجوانب الإيجابية والفضائل والقدرات، وكيف يجعل الناس حياتهم طيبة وممتعة وقوية وناجحة، أكثر مما يقدمون من تعريفات للاضطرابات النفسية والمشاعر السيئة وكيف يتم علاجها. تعتبر جودة الحياة الأسرية جزءاً من جودة الحياة العامة التي تعبر عن مدى إشباع الفرد لحاجاته الأساسية ومدى رضاه عن ذلك، والذي بالضرورة تحققه يحقق التوافق النفسي للفرد، كما تبين من تعريف جودة الحياة لمنظمة اليونسكو. وبناء عليه فإن جودة الحياة الأسرية لدى المرأة المعيلة البحرينية ورغم الصعوبات والمشكلات التي تواجهها، يمكن أن تتحقق وتتم بشكل مستمر لما تتمتع به من الدافعية للحياة والتطلع للمستقبل بنظرة تحدي لتحقيق الذات والانجاز.

ومما تقدم، وتأسيساً على نتائج الدراسة الحالية، يمكن القول بفاعلية البرنامج الإرشادي في تحسين جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة، ويرجع ذلك، لتركيز الباحثين في البرنامج الإرشادي على الأساليب والفنيات الإرشادية الأسرية وعلى الواجبات البيتية التي كانت تهدف في مجملها إلى تحقيق التواصل الأسري الإيجابي وخلق أجواء إيجابية مساعدة لإجراء الحوار الأسري أثناء حل الواجبات المنزلية، وإلى البرنامج الإرشادي الذي اتسم بالتنوع في الطرح وتنوع المحاضرين الذي أثروا البرنامج بخبراتهم، وأثروا بشكل إيجابي في إحداث تغييرات على مستوى المعرفة وفي النظر للحياة بشكل واقعي يحقق الرضا والقناعة، وعلى مستوى السلوك، حيث ساهم تنوع أساليب العرض واستخدام الأساليب التفاعلية بشكل أساسي إلى زيادة مهارات النساء المعيلات في التواصل واكتساب القدرة على رسم الحدود ووضع القواعد الأسرية بشكل واضح ومرن، ومن الأساليب التفاعلية نذكر: الأسئلة والحوار، الأمثلة العملية من واقع المشاركات، التمارين الكتابية، والعروض المرئية والأفلام القصيرة، ومهارة الاسترخاء التنفسي؛ كما يساهم البرنامج في تبصيرهن بالأبعاد المختلفة للحياة الأسرية وأهميتها، مما زاد في وعيهم وغير مجرى أهدافهن وخططهن للمستقبل القريب.

وعليه يمكن القول إن الهدف الرئيسي للدراسة المتمثل في تحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة بمملكة البحرين قد تحقق. إلا أنه يجدر الإشارة إلى القيود أو الحدود المفروضة

على الدراسة المتمثلة في عدد أفراد العينة التي حصل عليها الباحثان، وربما يكون من الصعب ضمان توزيع تمثيلي للسكان وحصر هذه الفئة، وبالتالي اعتبار النتائج ممثلة لمجموعات من الأشخاص فقط، في حال تعميم النتائج أو نقلها. بالإضافة إلى قلة الدراسات البحثية السابقة حول هذا الموضوع والتي تناولت المنهج شبه التجريبي، إلى جانب طريقة جمع البيانات للمقياس المحتمل احتوائها على الانحياز من قبل المبحوثين.

### ثالثاً: التوصيات

- تبعاً لما أسفرت عنه نتائج الدراسة يمكن التوصية بما يلي:
1. إعداد وتدريب المرشدين الأسريين أو النفسيين في المراكز الإرشادية لتقديم البرنامج التدريبي المقترح في الدراسة الحالية، الذي تم تقديمه بطريقة " الإرشاد السيبراني-الإلكتروني" لتنمية وتعزيز جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة.
  2. الحاجة إلى دعم الجهات الحكومية والخاصة للمشروعات التي تساهم في تحسين جودة حياة المرأة المعيلة وأبنائها، مثل تسهيل الحصول على الخدمات الإسكانية، ودعم التعليم العالي لأبناء المرأة المعيلة.
  3. الحاجة إلى تكثيف برامج الدعم والمساندة (جماعات دعم المرأة المعيلة) لتحقيق جودة الحياة الأسرية للمرأة البحرينية المعيلة، والتي تحقق مهارات التكيف والتأقلم مع الوضع الاجتماعي والنفسي الجديد.
  4. تكثيف الدراسات التجريبية والبحوث الميدانية في مجال الإرشاد الأسري خاصة حول آليات وضع ركائز أساسية في تكوين أسر مستقرة وناجحة وذات جودة وكفاءة في أداء أدوارها ووظائفها.
  5. إدراج البرنامج الإرشادي المطبق في الدراسة الحالية في كتيب إرشادي، يحمل مسمى مهارات أسرية لتنمية جودة الحياة الأسرية للمرأة المعيلة وأبنائها، ونشره بالصيغة الإلكترونية، ليصل للمرأة المعيلة بمملكة البحرين.

### رابعاً: الدراسات المقترحة

- برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة الأسرية للأسر حالات الفقد " الترميل والطلاق".
- برنامج إرشادي افتراضي لتحسين جودة الحياة الأسرية لأبناء المرأة المعيلة للمراحل العمرية " المراهقة والشباب"

- إعداد برامج إرشادية مستندة على نظريات الإرشاد الأسري لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المعيلة.
- إعداد برامج إرشادية مستندة على الإرشاد الأسري لتحسن مهارات التواصل الأسري للمرأة المعيلة وبنائها.
- إعداد برامج إرشادية لتنمية قيم التسامح لدى المرأة المعيلة "المطلقة".
- إعداد وتقنين مقياس لقياس جودة الحياة الأسرية للأسرة البحرينية.
- إعداد مزيد من الدراسات والبحوث حول جودة الحياة الأسرية للأسرة الخليجية.

### المراجع

- إبراهيم، أسماء عبد المنعم؛ صيام، عزة أحمد؛ زيدان، حنان السيد؛ عبدالحفيظ، نادية محمد (2017). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط البيئية لدى الأم المعيلة: مجلة العلوم البيئية. 39(3)، (241-191).
- أبو حمزة، عيد جلال (2019). فاعلية برنامج إرشادي لتحسين جودة الحياة لأسر الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. بحث مجلة التربية الخاصة والتأهيل. 8(30)، 61-32.
- الأمم المتحدة، الجمعية العامة (2006). رسالة مؤرخة ٢ تشرين الأول/أكتوبر 2006 موجهة من المراقب الدائم لفلسطين لدى الأمم المتحدة إلى الأمين العام، الاستراتيجية العربية للأسرة.
- الشيراوي، أماني (2017). دور برامج الإرشاد الأسري في إعداد وتأهيل المرشد الأسري: تجربة برنامج دبلوم الإرشاد الأسري في جامعة البحرين. ورقة عمل مقدمة للملتقى الإرشاد الأسري بين المهنية والمسئولية في دول مجلس مملكة البحرين.
- العتيبي، نوف (2008). نموذج تصوري لمواجهة مشكلات المرأة المعيلة من منظور الخدمة الاجتماعية. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية. جامعة حلوان، ٢٤(1)، 331-358.
- المجلس الأعلى للمرأة (2015). تقرير المرأة البحرينية في أرقام. المجلس الأعلى للمرأة. البحرين: المنامة.
- الزغول، رافع عقيل؛ الدبابي، خلدون إبراهيم؛ عبد الرحمن؛ عبد السلام، هاني (2019). نظريات الشخصية. ط (1) الأردن: عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- اليوسف، هيفاء علي (2017). ورقة عمل بعنوان الإرشاد الأسري وواقعية التطبيق: عرض نموذج من دولة الكويت. الإرشاد الأسري بين المهنية والمسئولية في دول مجلس التعاون، مركز عائشة يتيم للإرشاد الأسري التابع لجمعية نهضة فتاة البحرين، فندق الخليج مملكة البحرين. 26-25 أكتوبر (94)، 233-231.

بدر، عبد المنصف عبد المؤمن حمد (2019). البرنامج الإرشادي وأثره على مهارات جودة الحياة لأسر الأطفال التوحديين بدولة قطر. المجلة العربية للنشر العلمي، (11)، 84-116.

جاد، إصلاح (1999). الأسر التي ترأسها نساء: النقاش العالمي والواقع الفلسطيني. منتدى أبحاث السياسات الاجتماعية والاقتصادية في فلسطين. معهد أبحاث السياسات الاقتصادية الفلسطينية (ماس)، 4(305)، 1-9.

جمعية نهضة فتاة البحرين (2017). دراسة واقع المرأة المعيلة العاملة في ملكة البحرين: دراسة ميدانية صادرة عن جمعية نهضة فتاة البحرين. مكتب دعم المرأة المعيلة. المنامة. مملكة البحرين.

جلولي، مختار (2016) الاتصال الأسري كآلية لتحقيق جودة الحياة الأسرية. ورقة مقدمة الى مؤتمر جودة الحياة الأسرية ورواسب الموروث الثقافي. مختبر المجتمع والأسرة. 1-2 مارس، جامعة باتنة- الجزائر.

حسانين، خالد محمد السيد (2020). استخدام أسلوب العصف الذهني القائم على القبعات الست للتفكير في خدمة الجماعة لتنمية مهارات حل المشكلة لدى المرأة المعيلة. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، 3(51)، 845-882.

خلفه، دعاء فؤاد عبد الغني (2011). فعالية برنامج إرشادي للتدخل المهني في خدمة الفرد لتنمية مهارة حل المشكلة لدى المرأة المعيلة. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، 31(12) 5753-5824.

خليل، وفاء محمد؛ رفلة، عفاف عزت (2013). فاعلية برنامج إرشادي للتنمية وعي المرأة المعيلة بتقدير الذات وعلاقته بالمشكلات التي تواجهها. كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة الفيوم 1-22.

يخلف، رفيقة (2018). معوقات ومتطلبات جودة الحياة الأسرية. مجلة مقدمة للدراسات الإنسانية. جامعة الشلف، الجزائر (5)، 1-18.

سعد الله، يسري شعبان (2011). مقياس تمكين المرأة المعيلة. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، 30(2)، 828-864.

سليمان، خالد رمضان عبد الفتاح (2017). برنامج قائم على الإرشاد الأسري في التعرف على مقومات الاستقرار الزوجي لدى عينة من الشباب السعوديين المقبلين على الزواج. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، (5)، 67-142.

عبد الوهاب، أماني عبد المقصود (2017). فاعلية برنامج لتحسين مستوى جودة الحياة الأسرية للوالدين وتحسين التوافق النفسي لأبنائهم المعاقين عقليا القابلين للتعلم. مجلة كلية التربية جامعة المنوفية - كلية التربية، 23(1)، 119-172.

علي، رانيا محمد يوسف (2017). الخصائص السيكمترية لمقياس جودة الحياة الأسرية لدى عينة من التلاميذ المراهقين. مجلة الإرشاد النفسي، 51، 333-356.

عزب، حسام الدين محمود؛ محمد، سارة محمد عبد الفتاح؛ عبد الحليم، أشرف محمد (2017). الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة. مجلة الإرشاد النفسي. (465)، 50-485.

عماشة، سناء حسن حسين (2013). إسهامات المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالصلابة النفسية لدى المعيلات والمتزوجات وغير المتزوجات من طالبات الجامعة: دراسة ارتباطية مقارنة، مجلة كلية التربية، (51)، 685-740.

كاظم، وديان ياسين (2011). مشكلات النساء المعيلات. (دراسة ميدانية في مدينة بغداد) مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية. (44)، 1-36.

مصطفى، الزهراء مصطفى محمد (2018). جودة الحياة وعلاقتها بتقدير الذات والتوافق الأسري لدى الطفل ما قبل المدرسة، مجلة البحث العلمي في التربية، (19)، 160-182.

منسي، محمود عبد الحليم؛ كاظم، علي مهدي (2010). تطوير وتقنين مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة في سلطنة عمان. مجلة أما رباك. تصدر عن الأكاديمية الأمريكية للعلوم والتكنولوجيا، (41)، 1-60.

نصر، ناهد السيد أحمد (2017). المشكلات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفس اجتماعية لدى المرأة المصرية المعيلة. مجلة كلية التربية. (2)، 173-224.

نورة، هارون (2016). أثر البعد الاجتماعي على جودة الحياة الأسرية. ورقة علمية مقدمة للملتقى جودة الحياة ورواسب الموروث الثقافي، مخبر المجتمع والأسرة، 1-2 مارس، جامعة باتنة: الجزائر.

هبري، منال ويحيى؛ هبري، بشلاغم (2018). جودة الحياة الأسرية لدى الطالب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الدولية التربوية المتخصصة. (11)، 123-133.

وزارة العمل والتنمية الاجتماعية (2018). التقارير الإحصائية لوزارة العمل والتنمية الاجتماعية. المنامة. تم الاسترجاع [https://www.mlsd.gov.bh/mlsd\\_library/statisticsreports](https://www.mlsd.gov.bh/mlsd_library/statisticsreports)

Balcells A. B., Ginéa, C., Olmosb J. G., Summersc J. A., Ma J. M. (2018). Impact of supports and partnership on family quality of life. *Research in Developmental Disabilities*, (85), 50-60.

Bonomi, A. E., Boudreau, D. M., Fishman, P. A., Meenan, R. T., Revicki, D. A. (2005). Is a family equal to the sum of its parts? Estimating family-level well-being for cost effectiveness analysis. *Quality of Life Research*, 14, 1127-1133.

Eskandari, M., Bahmani, B., Saghayian, A., Asgari, A. (2016). Effectiveness of reality therapy group on psychological well-being of female headed households. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 5(2), 5-15.

- Motahareh, M., Sara M., Bahar M.Z., (2017). The effect of group integrative reminiscence therapy on mental health among older women living in Iranian nursing homes, *Nursing Open published by John Wiley & Sons Ltd.*, 4(4), 303-309.
- Rettig, K. D., Leichtentritt, R. D. A (1999). General theory for perceptual indicators of family life quality. *Social Indicators Research* 47, 307–342
- Solhi, M., Hamedan, M.S. and Salehi, M. (2016). Relationship between quality of life of women-headed household and in Iran. *Global Journal of Health Science*, Canadian Center of Science and Education. (8)10, 250-256.
- Solhi M, Shabani H. M, Salehi M. A (2016). Precede-Proceed based educational Intervention in quality of life of women-headed households in Iran. *Med J Islam Repub Iran*, 30- 417.
- Samuel, P. S., F. Rillotta and. Brown (2012). The development of family quality of life concepts and measures, *Journal of Intellectual Disability Research*, 56, (1)1–16.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (p. 3–9). Oxford University Press.
- Vanderkerken, L., Heyvaert, M., Onghena, P., & Maes, B. (2018). The relation between family quality of life and the family-centred approach in families with children with an intellectual disability. *Journal of Policy and Practice in Intellectual Disabilities*, (4), 108-143.
-