

جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني -دراسة ميدانية على

عينة من الاستاذات لطوري المتوسط والثانوي بمدينة سطيف-

Family Quality of Life and Its Relationship to Psychological and Professional Adjustment – A Field Study on a Sample of Middle and Secondary School Female Teachers in the City of Setif–

حمار سامية

بوزويقة عبد الكريم*

جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر) جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2 (الجزائر)

s.hamar@univ-setif2.dz

a.bouzouika@univ-setif2.dz

تاريخ الإرسال: 2025-09-25	تاريخ التقييم: 2025-11-02	تاريخ القبول: 2025-12-10
---------------------------	---------------------------	--------------------------

الملخص:

تطرق الباحثان في هذه الدراسة إلى جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني - دراسة ميدانية على عينة من الاستاذات لطوري المتوسط والثانوي بمدينة سطيف-ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، بالاعتماد على أدوات الدراسة التي تمثلت أولاً في استبيان جودة الحياة الأسرية، ثانياً استبيان التوافق النفسي والمهني، أما عينة الدراسة اشتملت على استاذات طوري المتوسط والثانوي بمدينة سطيف حيث بلغ حجمها 42 استاذة، وأظهرت الدراسة النتيجة التالية:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والالتزام الانفعالي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز لدى الاستاذات.

كلمات مفتاحية:

جودة الحياة المدرسية ؛ التوافق النفسي ؛ التوافق المهني.

Abstract:

The researchers in this study addressed Family Quality of Life and its Relationship to Psychological and Professional Adjustment – A Field Study on a Sample of Middle and Secondary School Female Teachers in the City of Setif. To achieve the objectives of the study, the researchers used the descriptive correlational method, relying on two main tools: first, the Family Quality of Life Questionnaire; and second, the Psychological and Professional Adjustment Questionnaire. The study sample consisted of 42 female teachers from middle and secondary schools in the city of Setif. The study revealed the following results:

- A statistically significant correlation between family quality of life and psychological stability among female teachers.
- A statistically significant correlation between family quality of life and emotional balance among female teachers.
- A statistically significant correlation between family quality of life and job satisfaction among female teachers.
- A statistically significant correlation between family quality of life and achievement motivation among female teachers.

Keywords: Family Quality of Life; Psychological Adjustment; Professional Adjustment.

1. مقدمة:

تُعتبر الأسرة الركيزة الأساسية في حياة الإنسان، فهي الحاضنة الأولى لنموه النفسي والاجتماعي، والمجال الذي تتشكل فيه شخصيته وقيمه واتجاهاته. فكلما كانت الأسرة قادرة على توفير جو يسوده التفاهم، التواصل الإيجابي، والدعم المتبادل، كلما انعكس ذلك إيجاباً على جودة حياة أفرادها. ويُقصد بجودة الحياة الأسرية ذلك الشعور العام بالرضا والسعادة داخل محيط الأسرة، من خلال توافر مقومات الاستقرار العاطفي، الأمن النفسي، والقدرة على مواجهة تحديات الحياة بروح من التماسك والتعاون. في ظل التغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي يشهدها العالم المعاصر، أصبحت جودة الحياة الأسرية موضوعاً محورياً للباحثين، لما لها من تأثير مباشر على الصحة النفسية للفرد وعلى توازنه في مختلف المجالات. فالأسرة التي تضمن تلبية احتياجات أفرادها النفسية والاجتماعية تسهم في بناء شخصية متزنة قادرة على التوافق مع متطلبات العمل، وتحمل الضغوط المهنية، وتحقيق الرضا الوظيفي. أما التوافق النفسي والمهني، فهو من أهم مؤشرات الصحة النفسية والنجاح العملي، حيث يُعبّر عن قدرة الفرد على التكيف مع ذاته ومع محيطه الأسري والمهني، وعلى إيجاد التوازن بين متطلبات حياته الخاصة وواجباته المهنية. إن الفرد الذي يعيش في بيئة أسرية داعمة ومستقرة، يتمتع عادةً بقدرة أكبر على مواجهة التوترات المهنية، ويُبدي مرونة في التعامل مع ضغوط العمل، مما يرفع من مستوى إنجازه وإبداعه. وتشير الأدبيات الحديثة إلى أن العلاقة بين جودة الحياة الأسرية والتوافق النفسي والمهني علاقة تفاعلية، إذ أن استقرار الفرد داخل أسرته ينعكس إيجاباً على حالته الانفعالية وعلى جودة أدائه في عمله، كما أن النجاح في المجال المهني يعزز بدوره من شعوره بالرضا داخل الأسرة. ومن هذا المنطلق، يغدو الاهتمام بجودة الحياة الأسرية مدخلاً أساسياً لفهم آليات تحقيق التوافق النفسي والمهني، وبالتالي بناء مجتمع متوازن قادر على مواجهة تحديات العصر.

وانطلاقاً من هذه المتغيرات التي تم تناولها، جاءت هذه الدراسة الميدانية لتبحث في علاقة جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني -دراسة ميدانية على عينة من الاستاذات لطوري المتوسط والثانوي بمدينة سطيف. فهي محاولة لفهم أعمق للدوافع الكامنة وراء انتشار هذه الممارسة، وتقديم مقاربة علمية تسهم في اقتراح حلول عملية لمواجهتها.

2. الاشكالية:

تعتبر الأسرة المؤسسة الاجتماعية الأولى التي يتشكل فيها وعي الفرد، ويكتسب من خلالها خبراته الأولى في التكيف والتواصل. فهي التي تمنحه الإشباع العاطفي والشعور بالأمان، وتزوّده بالقيم والمعايير التي تساعد على مواجهة متغيرات الحياة. ومع تسارع وتيرة الحياة العصرية، وما يرافقها من تحديات اقتصادية وضغوط مهنية متزايدة، أصبحت مسألة التوازن بين الحياة الأسرية والمهنية إحدى القضايا الجوهرية التي تستأثر باهتمام الباحثين. إنّ جودة الحياة الأسرية لا تقتصر على الجانب المادي فقط، بل تشمل كذلك مستوى التواصل الأسري، نوعية العلاقات بين أفراد الأسرة، مدى تلبية الاحتياجات العاطفية والاجتماعية، والشعور العام بالرضا داخل المحيط الأسري. هذه الجوانب إذا ما توافرت فإنها توفر للفرد دعماً نفسياً ومعنوياً يجعله أكثر قدرة على التوافق مع متطلبات الحياة اليومية. في المقابل، يُعتبر التوافق النفسي والمهني مطلباً أساسياً لتحقيق النجاح والاستقرار في الحياة العملية. فهو يعكس مدى قدرة الفرد على ضبط مشاعره، التعامل مع ضغوط العمل، تحقيق الانسجام بين طموحاته الشخصية ومطالبه المهنية، والقدرة على الحفاظ على توازن صحي بين المجالين الشخصي والمهني.

غير أنّ التغيرات الاجتماعية والثقافية التي طالت بنية الأسرة، إلى جانب تعاظم متطلبات سوق العمل، قد تسببت في بروز إشكالية حقيقية تتمثل في: هل ما زالت الأسرة قادرة على أداء دورها كاملاً في دعم الفرد نفسياً ومهنياً؟ وهل أن جودة الحياة داخل الأسرة كافية للتقليل من حدة الضغوط المهنية وتحقيق التوافق النفسي المطلوب؟ أم أن التوترات المهنية بدورها قد تؤثر سلباً في جودة الحياة الأسرية؟

بناءً على ما سبق، تطرح هذه الدراسة الإشكالية الرئيسة التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي لدى الاستاذات.
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والالتزان الانفعالي لدى الاستاذات.
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى الاستاذات.
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز لدى الاستاذات.

3. فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي لدى الاستاذات.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والالتزان الانفعالي لدى الاستاذات.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى الاستاذات.
- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز لدى الاستاذات.

4. أهمية الدراسة:

يساعد هذا الموضوع على توضيح طبيعة العلاقة التفاعلية بين الحياة الأسرية والمجال المهني، وما يترتب عنها من نتائج على الصحة النفسية والرضا الوظيفي، كما يبرز دور الأسرة كعامل أساسي في دعم التوازن النفسي للفرد وقدرته على مواجهة الضغوط المهنية.

1.4 الأهمية العلمية:

- يقدم معطيات يمكن أن تُستثمر في وضع استراتيجيات إرشادية ونفسية تساعد الأفراد على التوفيق بين أدوارهم الأسرية والمهنية.
- يوجه صانعي القرار والمهتمين بالموارد البشرية نحو تعزيز برامج الدعم النفسي والاجتماعي في بيئة العمل، استناداً إلى ارتباطها الوثيق بجودة الحياة الأسرية.
- يفيد الأسرة ذاتها من خلال نشر الوعي بأهمية بناء علاقات أسرية صحية تعزز من كفاءة الأفراد في حياتهم العملية.

2.4 الأهمية العملية:

- يسهم في بناء مجتمع متوازن قادر على مواجهة تحديات العصر من خلال أفراد يتمتعون بالاستقرار النفسي والنجاح المهني.

5. أهداف الدراسة:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين جوده الحياة الأسرية والاستقرار النفسي لدى الاستاذات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين جوده الحياة الأسرية والاتزان الانفعالي لدى الاستاذات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى الاستاذات.
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين جوده الحياة الأسرية ودافعية الانجاز لدى الاستاذات.

6. مصطلحات الدراسة:

- جودة الحياة الاسرية: تقاس جودة الحياة الأسرية من خلال الدرجة التي تحصل عليها الاستاذات على الاستبيان المخصص لقياس مستوى الرضا عن العلاقات الأسرية، والدعم افراد الأسرة ومدى التوازن بين العمل والحياه الشخصية وذلك باستخدام مقياس يتضمن عدده ابعاد .
- التوافق النفسي : يتم قياس التوافق النفسي من خلال مجموعه الدرجات التي تحصل عليها الاستاذات على بعدي الاستقرار النفسي والاتزان الانفعالي في استبيان التوافق النفسي

حيث تعكس هذه الدرجات مدى شعورها بالراحة النفسية والقدرة على التكيف مع مختلف المواقف الحياتية.

- التوافق المهني: يتم تحديد التوافق المهني من خلال مجموعه درجات التي تحصل عليها الاستاذة على الرضا الوظيفي ودافعيه الانجاز ضمن مقياس التوافق المهني والذي يقيس مدى انسجامها مع بيئة العمل وشعورها بالكفاءة والراحة في اداء مهامها المهنية.

7.مجالات الدراسة:

تُحدد مجالات الدراسة بوضوح من حيث البيئة التي ستم فيها، الوقت الذي ستستغرقه، والأشخاص الذين سيتم دراسة سلوكهم. في هذا السياق، سيتم تقسيم مجالات الدراسة إلى ثلاثة أبعاد رئيسية: الجغرافي، الزمني، والبشري.

1.7 المجال الجغرافي:

جاء اختيار المجال المكاني لموضوع "جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني - دراسة ميدانية على النساء العاملات بقطاع التربية لولاية سطيف" في وسط مدينة سطيف، حيث تم التركيز على مؤسسات تربوية من التعليم المتوسط والثانوي، وهي: متوسطة عبد الحميد لغوق، متوسطة محمد صفي الدين، ثانوية عمار مرناش، وثانوية مالك بن نبي. ويعكس هذا الاختيار تموضع هذه المؤسسات في قلب النسيج الحضري للمدينة، بما يتيح من بيئة اجتماعية وثقافية متقاربة تسهم في إبراز أبعاد الموضوع المدروس.

2.7 المجال الزمني:

أنجزت دراسة بعنوان "جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني - دراسة ميدانية على النساء العاملات بقطاع التربية لولاية سطيف" خلال الفترة الممتدة من 22 مارس إلى 5 جوان من السنة الدراسية 2024/2025، حيث تم في هذه المدة تنفيذ الإجراءات الميدانية وجمع البيانات ومعالجتها وتحليلها بما ينسجم مع أهداف البحث

3.7 المجال البشري:

المجال البشري للدراسة تمثل في 103 أستاذة من الطورين المتوسط والثانوي بمدينة سطيف، وهن يزاولن مهامهن التربوية بكل من متوسطي عبد الحميد لغوق ومحمد صفي الدين، وثانويتي عمار مرناش ومالك بن نبي. ويعكس هذا المجال البشري فئة من النساء العاملات في قطاع التربية، بما يسمح بالكشف عن مستوى جودة حياتهن الأسرية وعلاقته بالتوافق النفسي والمهني.

8. عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية من بين استاذات من متوسطي عبد الحميد لغوق ومحمد صفي الدين، وثانويتي عمار مرناش ومالك بن نبي. وقد اقتصر البحث على الاستاذات الاناث فقط، وفقاً لمتطلبات الدراسة الميدانية. واستجاب للاستبيان 42 أستاذة، بينما 13 أستاذة لم يقدمن إجاباتهم، مما يوضح أن العينة الفعلية تمثل الشريحة المشاركة من الاستاذات المستهدفين. وتعتبر هذه العينة كافية لإجراء التحليلات الإحصائية المتعلقة بمتغيرات جودة الحياة الأسرية والتوافق النفسي والمهني لدى افراد عينة الدراسة.

الجدول 1 : يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب المؤسسة.

عدد الاستاذات	المؤسسة
12	متوسطة محمد صفي الدين
11	متوسطة عبد الحميد لغوق
08	ثانوية عمار مرناش
13	ثانوية مالك بن نبي
42	المجموع

9. منهج الدراسة:

يُعد المنهج العلمي مجموعة من الإجراءات والخطوات التي يعتمد عليها الباحث من أجل تحقيق أهدافه البحثية، إذ يُمثل المنهج أداة أساسية تساهم في توجيه مسار البحث وضبط أبعاده وتساؤلاته وفرضياته. وفي هذا السياق، يرى رشيد زرواني (2002، ص 199) أن المنهج يُنير الطريق للباحث، ويساعده على إحكام ضبط أدواته البحثية.

ورغم ما تتسم به الظواهر الاجتماعية من تشابك وتداخل، إلا أن لكل ظاهرة طابعها الخاص، وهو ما يستوجب اختيار المنهج الأنسب لدراستها؛ فطبيعة الموضوع هي التي تحدد طبيعة المنهج المستخدم. وبناءً على ذلك، تم اعتماد المنهج الوصفي الارتباطي في هذه الدراسة، نظرًا لملاءمته لطبيعة الظاهرة المدروسة.

فالمنهج الوصفي الارتباطي يُعنى الهدف من المنهج الارتباطي هو الكشف عن طبيعة وقوة العلاقات بين المتغيرات المدروسة.

10. الأدوات جمع البيانات :

اعتمدت هذه الدراسة على مجموعة من الأدوات التي تُسهم في جمع المعلومات وتحقيق أهداف البحث بشكل دقيق وفعال. وتتنوع الوسائل بحسب طبيعة المشكلة المدروسة، حيث تم اختيار الاستمارة كأداة أساسية لجمع المعطيات المتعلقة بموضوع الدراسة، مع الاستعانة بالملاحظة كأداة مساعدة أثناء طرح الأسئلة، بهدف الحصول على معلومات دقيقة حول آراء المبحوثين واتجاهاتهم والدوافع والعوامل المؤثرة في سلوكهم .

11. وصف أدوات جمع البيانات:

صُممت الاستمارة لتشمل أسئلة مفتوحة تتيح للمبحوثين التعبير بحرية عن آرائهم، وأسئلة مغلقة لتسهيل التحليل الكمي للبيانات. وانسجامًا مع إشكالية البحث، تضمن استبيانين لجمع الأدوات:

1.11 استبيان يتعلق بجودة الحياة الاسرية: يقيس هذا الاستبيان ادراك الأستاذة

الرضا العام لحياتها الاسرية ويتضمن 15 بند

2.11 استبيان يتعلق بالتوافق النفسي والمهني: تم تقسيم الاستبيان إلى أربعة

محاور رئيسية

المحور الأول: يتضمن بنود تتعلق بالاستقرار النفسي .

المحور الثاني: يتضمن بنود تتعلق بالاتزان الانفعالي.

المحور الثالث: يتضمن بنود تتعلق بالرضا الوظيفي.

المحور الثالث: يتضمن بنود تتعلق بدافعية الانجاز.

12. عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1.12 عرض نتائج الفرض الأول:

الجدول 2 : يمثل نتائج معامل الارتباط سيبرمان بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي

المتغيرات	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	حجم العينة	اتخاذ القرار
جودة الحياة الأسرية	0.01	0.325	42	دال عند 0.01
الاستقرار النفسي				

يوضح الجدول السابق العلاقة بين جودة الحياة الأسرية و الاستقرار النفسي لعينة مكونة من (42) مفحوصًا قد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.325)، وهي قيمة موجبة متوسطة الدلالة، مما يشير إلى أن تحسن جودة الحياة الأسرية يرتبط بارتفاع مستوى الاستقرار النفسي لدى الأفراد. كما أن مستوى الدلالة (0.01) يؤكد أن هذه العلاقة ذات دلالة إحصائية عالية، أي أن احتمال ظهور هذه النتيجة بالصدفة ضعيف جدًا (أقل من 1%). وبذلك يمكن رفض الفرضية العدمية (H_0) التي تنفي وجود علاقة بين المتغيرين، والقبول بالفرضية البديلة (H_1) التي تقول بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا.

2.12 عرض نتائج الفرض الثاني:

الجدول 3 : يمثل نتائج معامل الارتباط سيبرمان بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي .

المتغيرات	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	حجم العينة	اتخاذ القرار
جودة الحياة الأسرية	0.01	0.381	42	دال عند 0.01
الرضا الوظيفي				

يوضح الجدول أن العلاقة بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى عينة الدراسة المكونة من (42) مفحوصًا بلغت قيمة معامل الارتباط (0.381)، وهي قيمة موجبة متوسطة

تميل إلى القوة، مما يدل على أنه كلما ارتفع مستوى جودة الحياة الأسرية زاد مستوى الاتزان الانفعالي عند الأفراد. كما أن مستوى الدلالة (0.01) يؤكد أن العلاقة ذات دلالة إحصائية عالية، ما يعني أن النتيجة ليست عشوائية وإنما تعكس وجود علاقة حقيقية بين المتغيرين في المجتمع الأصلي. وعليه، يمكن رفض الفرضية العدمية (H_0) التي تفترض عدم وجود علاقة ارتباطية، والقبول بالفرضية البديلة (H_1) التي تفترض وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائية.

3.12 عرض نتائج الفرض الثالث:

الجدول 4: يمثل نتائج معامل الارتباط سبيرمان بين جودة الحياة الأسرية والاتزان الانفعالي .

المتغيرات	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	حجم العينة	اتخاذ القرار
جودة الحياة الأسرية	0.01	0.239	42	دال عند 0.01
الاتزان الانفعالي				

تشير نتائج الجدول إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياة الأسرية والاتزان الانفعالي لدى عينة البحث البالغ عددها (42) مفحوصًا، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.239). ورغم أن هذه القيمة تعكس علاقة ضعيفة نسبيًا مقارنة بالقيم السابقة، إلا أن دلالتها الإحصائية عند مستوى (0.01) تثبت أن العلاقة حقيقية وغير ناتجة عن الصدفة. وبالتالي يتم رفض الفرضية العدمية (H_0) والقبول بالفرضية البديلة (H_1).

4.12 عرض نتائج الفرض الرابع:

الجدول 5 : يمثل نتائج معامل الارتباط سبيرمان بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز .

المتغيرات	مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	حجم العينة	اتخاذ القرار
جودة الحياة الأسرية	0.05	0.146	42	دال عند 0.05
دافعية الإنجاز				

يبين الجدول أن العلاقة بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز لدى عينة الدراسة (42 مفحوصًا) بلغت قيمة معامل ارتباط قدرها (0.146)، وهي قيمة موجبة لكنها ضعيفة

جدًا، ما يشير إلى أن تأثير جودة الحياة الأسرية على دافعية الإنجاز محدود. ومع ذلك، فإن مستوى الدلالة (0.05) يؤكد أن هذه العلاقة ذات دلالة إحصائية، أي أنها ليست وليدة الصدفة، وبذلك يتم رفض الفرضية العدمية (H_0) والقبول بالفرضية البديلة (H_1).

13. مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

1.13 مناقشة وتفسير نتائج الفرض الأول :

تشير النتيجة المتحصل عليها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة متوسطة القوة بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.325) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) لدى عينة قوامها (42) مفردة. وتدلل هذه النتيجة على أنّ ارتفاع جودة الحياة الأسرية بما تحمله من انسجام أسري، تواصل إيجابي، وتوزيع متوازن للأدوار داخل الأسرة، ينعكس بشكل مباشر على زيادة مستوى الاستقرار النفسي لدى الأفراد. وتنسجم هذه النتيجة مع ما ذهبت إليه الأدبيات النفسية التي تؤكد أن الأسرة تُعدّ المصدر الأول للأمن العاطفي والدعم الاجتماعي، ما يسهم في تعزيز الصحة النفسية وتقليل مستويات القلق والتوتر. كما أنّ العلاقة متوسطة القوة توضح أن جودة الحياة الأسرية تمثل عاملاً مهماً في الاستقرار النفسي، لكنها ليست العامل الوحيد، إذ يمكن لعوامل أخرى مثل الظروف الاقتصادية، الضغوط المهنية، أو السمات الشخصية أن يكون لها دور موازٍ.

2.13 مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثاني :

تشير النتيجة المتحصل عليها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة متوسطة القوة بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.381) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.01) لدى عينة من (42) فردًا. وتدلل هذه النتيجة على أن

ارتفاع مستوى جودة الحياة الأسرية بما يوفره من دعم عاطفي وتوازن داخلي، يسهم في تعزيز رضا الأفراد عن وظائفهم ويجعلهم أكثر قدرة على التكيف مع متطلبات العمل. وتنسجم هذه النتيجة مع الأدبيات التي تؤكد أن الأسرة تمثل مصدرًا أساسيًا للأمان النفسي والاجتماعي، مما ينعكس على بيئة العمل من خلال زيادة الشعور بالرضا الوظيفي وتحسين الأداء. كما أن العلاقة متوسطة القوة توضح أن جودة الحياة الأسرية ليست العامل الوحيد المؤثر، إذ يمكن لعوامل مهنية وتنظيمية (مثل طبيعة المهام، علاقات الزملاء، مستوى الأجر) أن تلعب دورًا موازيًا.

3.13 مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثالث :

هذه النتيجة منطقية، إذ أن جودة الحياة الأسرية توفر بيئة آمنة وداعمة تساعد الفرد على التحكم في انفعالاته والتعبير عنها بشكل متزن. إلا أن ضعف قوة العلاقة (0.239) يكشف أن جودة الحياة الأسرية عامل مساعد لكنه ليس المحدد الوحيد للاتزان الانفعالي؛ إذ يمكن أن تؤثر فيه عوامل أخرى مثل السمات الشخصية، الخبرات الحياتية، الضغوط المهنية والاجتماعية. كما أن هذه النتيجة تتماشى مع الأدبيات النفسية التي ترى أن الاتزان الانفعالي ليس نتاجًا لعامل واحد، بل هو حصيلة لتفاعل بين الدعم الأسري، الشخصية الفردية، والظروف الاجتماعية. النتيجة أيضًا توضح أن بعض الأفراد قد يتمتعون باتزان انفعالي حتى في ظل ظروف أسرية متوسطة، اعتمادًا على قدراتهم الذاتية في ضبط الانفعالات والتكيف.

4.13 مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثاني :

تشير النتيجة المتوصل إليها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.146)، وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (0.05) لدى عينة قوامها (42) فردًا. وتدل هذه النتيجة على أن جودة الحياة الأسرية تسهم بدرجة محدودة في رفع دافعية الإنجاز، إذ أن تأثيرها يبقى

ضعيفاً مقارنة بعوامل أخرى أكثر ارتباطاً بموضوع الإنجاز مثل الطموح الشخصي، الدعم التربوي والمهني، وتوافر الحوافز. ويُفهم من هذه النتيجة أن الأسرة قد تلعب دوراً غير مباشر في تشكيل دافعية الإنجاز من خلال توفير الاستقرار والدعم النفسي، لكنها لا تمثل العامل الحاسم في هذا الجانب. وهذا ما يتفق مع الطروحات النظرية التي تعتبر الدافعية ذات طبيعة داخلية بالأساس، تتأثر بالبيئة الأسرية والاجتماعية لكنها تبقى رهينة بخصائص الفرد الذاتية وظروفه المهنية والتعليمية.

وعليه، تبرز أهمية اعتماد مقاربة شمولية في دراسة وتعزيز دافعية الإنجاز، تأخذ في الاعتبار التكامل بين الدعم الأسري والعوامل التعليمية والتنظيمية، لضمان تنمية دافعية أقوى وأكثر استدامة لدى الأفراد.

14. استنتاج عام :

قد يكون من الضروري أن نؤكد على أهمية أي دراسة في مجال البحث العلمي لا تكمن في الإجابة عن التساؤلات فقط، بقدر ماثيره أيضاً من تساؤلات تكون نواة مشروعات بحثية مستقبلاً فيما يتعلق باتجاه ومنحى هذه الدراسة. وعلى الرغم من أن النتائج التي انتهت إليها هذه الدراسة فيما يتعلق بموضوعنا الحالي، ويمكن أن نلخص الجوانب الأساسية التي خلصت إليها هذه الدراسة في الآتي:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والاستقرار النفسي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والاتزان الانفعالي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية والرضا الوظيفي لدى الاستاذات.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جودة الحياة الأسرية ودافعية الإنجاز لدى الاستاذات.

وعلى هذا الأساس يمكننا القول "جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهني - دراسة ميدانية على عينة من الاستاذات لطوري المتوسط والثانوي بمدينة سطيف -"

خاتمة:

في ضوء ما توصلت إليه هذه الدراسة من نتائج، يمكن القول إن جودة الحياة الأسرية تمثل عاملاً جوهرياً في دعم وتعزيز جوانب متعددة من شخصية الفرد، إذ أظهرت النتائج وجود ارتباطات دالة إحصائياً بينها وبين كل من التوافق النفسي والمهني، وإن اختلفت قوة هذه العلاقات من متغير إلى آخر. فهذا يوضح أن الأسرة، بما توفره من استقرار، تماسك، ودعم اجتماعي وعاطفي، تعدّ أحد المرتكزات الأساسية التي تساعد الفرد على بلوغ حالة من التوازن النفسي والقدرة على التكيف مع متطلبات الحياة المهنية. كما بينت النتائج أن تأثير جودة الحياة الأسرية ليس مطلقاً أو وحيداً، وإنما يتداخل مع عوامل أخرى شخصية واجتماعية ومهنية تسهم مجتمعة في تشكيل التوافق النفسي والمهني. وهذا ما ينسجم مع الطروحات النظرية التي تؤكد أن التوافق النفسي والمهني عملية ديناميكية متعددة الأبعاد، لا يمكن تفسيرها بعامل واحد فقط. وعليه، يمكن القول إن تعزيز جودة الحياة الأسرية لا يقتصر أثره على المجال الشخصي للفرد فحسب، بل يمتد ليشمل أدائه المهني، درجة تكيفه مع ضغوط العمل، ورضاه عن بيئته الاجتماعية. وتفتح هذه النتائج المجال أمام الباحثين والممارسين لتصميم برامج إرشادية وتربوية وأسرية تهدف إلى تحسين نوعية الحياة الأسرية باعتبارها مدخلاً أساسياً لتحقيق الصحة النفسية والتوافق المهني بشكل متكامل.

وفي الأخير، فإن هذه الدراسة، على الرغم من محدودياتها المرتبطة بحجم العينة والمجال المكاني، تسهم في إثراء الأدبيات النفسية والاجتماعية حول دور الأسرة في حياة الفرد، وتشجع على المزيد من الأبحاث المستقبلية التي تتناول هذا الموضوع في سياقات أوسع ومتنوعة.

قائمة المراجع :

— زرواتي، رشيد. (2008). *تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية* (الطبعة 3). الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.