

## جودة الحياة وعلاقتها بالاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات

## The Quality of life of working wives

طايبى مريم \*

المركز الجامعي مرسلې عبد الله – taibi.meriem@cu-tipaza.dz

رقاد مريم

المركز الجامعي مرسلې عبد الله تيبازة meriemdissa81@gmail.com -

تاريخ القبول: 2024/09/08

تاريخ الإرسال: 2024/02/01

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات والتعرف على مستوى كل من الاغتراب الزوجي وجودة الحياة. وللإجابة عن تساؤلات البحث تم الاستعانة بالمنهج الوصفي الارتباطي لاختبار فرضيات البحث على عينة قوامها 50 زوجة عاملة، تم انتقاؤهم بالطريقة القصدية، بغرض جمع المعلومات، تم تطبيق مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية، والاغتراب الزوجي للحسن ابراهيم (2002)، حيث تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياسين معا. وقد كشف هذا البحث مجموعة من النتائج تم تفسيرها في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة وهي كالآتي:

- وجود مستوى مرتفع لجودة الحياة.
- يوجد مستوى منخفض للاغتراب الزوجي.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الاغتراب الزوجي وجودة الحياة.

-الكلمات المفتاحية:

جودة الحياة؛ الاغتراب الزوجي.

**Abstract :**

The current study aimed to explore the Relationship between quality of life and marital alienation among working wives, and to assess the levels of both marital alienation and quality of life. To answer the research questions, a descriptive-correlational methodology was employed to test the research hypotheses on a sample of 50 working wives selected purposively for data collection. The World Health Organization's Quality of Life Scale and

Hassan Ibrahim's Marital Estrangement Scale (2002) were utilized, and their psychometric properties were verified together.

The research revealed several results interpreted in light of theoretical frameworks and previous studies, including :

- The presence of a high level of quality of life.
- A low level of marital alienation.
- A statistically significant negative correlation between marital alienation and quality of life.

Keywords : Quality of life ; Marital alienation.

#### مقدمة:

إن شعور الزوجين بالراحة والسعادة والأمان في الحياة الزوجية التي تسودها الطمأنينة مع وجود تفاعل إيجابي بينهما مما يؤدي بدوره إلى نجاح الزواج ويساهم بدرجة كبيرة في تحفيز الفرد من أجل الإنجاز والإبداع لتحقيق النجاح في حياتهم الزوجية والرضا، وعندما يشبع الفرد كل توقعاته واحتياجاته ورغباته يشعر حينها بجودة الحياة (أيت حمودة، 2005)، أي قدرة الزوجين على التلاؤم مع الطرف الآخر ومع متطلبات الحياة من خلال تواصلهم وتفاعلهم البناء في التعبير عن انفعالاتهم ومشاعرهم تجاه ما يدور حولهم في مواجهة ظروف الحياة ومستلزماتها، مما يؤدي الشعور بالسعادة وإشباع الحاجات وضبط حل المشكلات وهذا ما يساعدهما على بناء علاقة التوائم والمحبة بين أفراد الأسرة والمجتمع والذي يعد مؤشرا على السعادة والإحساس بالأمن والطمأنينة وكل هذا من الناحية الإيجابية من خلال معرفة المرأة على كيفية تسير شؤونها وموازنتها بين عملها كأم داخل بيتها وأداء عملها كموظفة أو أستاذة.....إلخ. أشار براون (2003) إلى ثلاثة مستويات تحدد المدخل إلى جودة الحياة لدى الأشخاص وهي: الحصول على ضروريات الحياة والشعور بالرضا في حياة الشخص وكذلك تحقيق مستويات عالية من المتعة الشخصية والإنجازات في حياته المهنية (سهير، 2008، ص24).

ومن هنا نعتبر جودة الحياة المدخل للاهتمام بالتنمية الإنسانية المصحوبة بالاهتمام المتزايد بالنمو السليم المتكامل لجميع الجوانب النفسية، العقلية، الاجتماعية، الثقافية، الرياضية، الدينية والجسمية.

ومن المهم عند دراسة العلاقات الزوجية أخذ مفهوم جودة الحياة الزوجية بعين الاعتبار فهي من مواضيع السعادة والتفاؤل والتوجه نحو الحياة والأمل، و من عوامل الاستقرار الأسري و الاستمرار الزوجي، و هذا ما توصلت إليه دراسة بلعباس (2016) إلى وجود علاقة ارتباطية بين أنماط الاتصال وجودة الحياة الزوجية لدى الأزواج في الأسرة الجزائرية، غير أن غير أن الوصول إلى الشعور بجودة الحياة لدى الزوجين مرتبط بعدة عوامل أساسية تؤثر فيه منه طريقة تواصل الزوجين، وجود أبناء من عدمه، العلاقة مع أفراد عائلة الزوجين، عمل الزوج و الزوجة كذلك فهذا الأخير أي مجال العمل، جزء جوهري في حياة الإنسان مادام ذلك المظهر من الحياة الذي يعطيه المكانة ويؤدي إلى إشباع حاجاته ورغباته ويربطه بالمجتمع، فظروف العمل و نوعه و كمية العمل المبذولة و الجهد و المقابل المادي و

المعنوي الذي يتلقاه الموظف يحدد مدى تكيفه مع مهنته و يساعده على التطور و الارتقاء و بالتالي يصبح أكثر تكيفا في جميع مظاهر حياته الاجتماعية والنفسية والأسرية والاقتصادية.

فالنجاح في العمل تتخلله عدة تحديات خاصة بالنسبة للمرأة العاملة المتزوجة فيصبح عملها في بعض الأحيان يؤثر سلبا على جودة حياتها الشخصية والعملية فتصبح غير قادرة على إدارة شؤونها المنزلية والعملية نتيجة الضغوطات والإرهاك والتعب الجسدي والنفسي، وانخفاض في مستوى أدائها في المنزل وفقدان التوازن بين متطلبات حياتها الشخصية والعملية وعدم تكيفها مع مواقف الحياة سواء مع البيئة العامة أو مع ظروف عملها، و هذا ما أشار إليه sabmal (1992) في دراسته حول ظروف عمل المرأة وتوافقها في الأسر ذات الزوجين العاملين وتوصلت إلى أن ظروف عمل الزوجة تعيق جودة حياتها. فعدم التوازن والسيطرة على حياتها والتفكير السلبي في الحياة يتغلغل في نفسها فتصبح لها اضطرابات نفسية وأسرية واجتماعية، فالأفكار السلبية والخاطئة التي تنتاب الزوجة العاملة تؤثر في قيامها بعملها في المنزل وفي مهنتها وتزيد من المشاكل مع زوجها، وتصبح غير قادرة على تحمل مسؤولياتها الزوجية والتأقلم مع مطالب زوجها (عاطفيا وجنسيا).

كما توصلت نتائج دراسة غلاب (2002) إلى أن طبيعة العمل أو ظروف العمل التي تقابل الزوجة العاملة في أحد أدوارها ينتقل لباقي الأدوار المسؤولة عنها، مما يؤثر في النهاية على علاقات التفاعل الأسري، ويساعد على ظهور مشكلات بين الزوجين، بل إن الزوجة العاملة التي تتعرض لضغوط عمل غالبا ما تصاحبها هذه الضغوط حين العودة إلى منزلها و تجدها في حالة مزاجية سيئة مما ينعكس على علاقتها بالطرف الآخر إما زوجها أو أبنائها أو حتى عائلة زوجها، كما أجرى شارون كيورتيس (1983) دراسة بعنوان المرأة وضغوطات الأدوار المتعددة، حيث توصل فيها إلى أن تعدد أدوارها والصراع بينهما يترك أثره على الصحة الجسمية والنفسية ، ويدفعها للشعور بالتقصير في أدوارها المنزلية و المهنية. وهذا ما أكدته كذلك (الشرنوبي، 2001) في دراسته أن تراكم المشاكل وضغط العمل قد تجعل المرأة العاملة تصل إلى مرحلة نفسية صعبة، والذي وصفه الشرنوبي بأنه اضطراب استجابة لضغوط العمل التي تتعرض لها الزوجة العاملة، مما يؤثر سلبا على حياتها، كما قد تتجاوز إلى إصابتها ببعض الاضطرابات البدنية، وبالتالي يمتد أثره للمنزل فيكون سلبا في الأزمات الزوجية والصراعات الأسرية وتدهور العلاقات الاجتماعية مع الآخرين و هذا ما أكدته كذلك نتائج (شماله، 2016) أن أبرز العوامل التي تقود إلى الخلافات الزوجية تكون مرتبط بضغطات العملية والزواجية. (شماله، 2016، ص 22-24)

ولكن مدى شعور المرأة بالضغوط نتيجة أدوارها المتعددة إما في العمل أو في البيت، مرتبط ارتباطا وثيقا بمدى شعورها بالدعم من أسرتها وخاصة شريك حياتها وتفهم هذا الأخير لها ومساعدتها ومراعاة شعورها وحالتها النفسية والجسدية، وعدم لومها بالتقصير في مسؤولياتها الأسرية بسبب عملها، ومدى جودة العلاقة الزوجية وعدم الشعور بالاغتراب فو التباعد فيما بينهما وطريقة التواصل والاتصال فيما بينهما والدعم الذي يمنحه كلا منهما للشريك وتفهم كلاهما للآخر ورضاهما عن بعضهما.

وهذا ما بينه (Zimmermann, et. Al; 2006) في دراسته حول أهمية رضا الأزواج عن حياتهم الزوجية واستمرارها وذلك لدى مجموعتين من الأزواج حيث توصل إلى أن كلا المجموعتان تحظيان برضا زواجي في المستوى الطبيعي وأن

الأزواج الذين انتهت علاقتهم بالانفصال عانوا قبل انفصالهم من الاغتراب الزوجي ومستوى متدني من الرضا ما أن تزيد الخلافات والمشاكل الزوجية عن حدها وتتفاقم وتكون العلاقة الزوجية خالية من التفاهم والتقارب النفسي والعاطفي والتنافر والتباعد بين الزوجين. (شمالة، 2016، ص 17).

كما تناولت دراسة (صالح وجاد، 2000) أن مدى تنامي معدل النزاعات الزوجية وما يترتب عنها من مخاطر عديدة تسبب اضطرابات نفسية وشعور الزوجين بفقدان الأمان بينهما، فالشعور بالغربة بين الزوجين يعتبر من أكبر المؤشرات على سوء العلاقة بينهما. وعليه نضيف أيضا أن في هذه المرحلة تكثر الحواجز النفسية بين الزوجين وتأخذ صفة البرودة أو الحدة أو الجدية التي تقترب من التعامل الرسمي. (مجدي، 2006، ص 16).

فالاغتراب الزوجي مشكلة يترتب عليها مشكلات عديدة، نفسية مالية واجتماعية، كما تختلف حدة هذه المشكلات ودرجة المعاناة منها باختلاف طبيعة الزواج ونوعه، المستوى الثقافي للزوجين والاجتماعي، والاقتصادي، كما تمتد آثار الشعور بالاغتراب بين الرجل والمرأة، إلى الأبناء بحيث سوف يعيشون في بيئة اجتماعية غير سوية نفسيا، اجتماعيا، وعلاقيا، فالتربية والتنشئة الاجتماعية التي يتلقونها قد لا تكون سوية.

بحيث أجرى (Baker2006) دراسة على أطفال عانوا في طفولتهم من الاغتراب الزوجي لوالديهم وذلك بهدف معرفة أثر هذه الخبرات والاغتراب الزوجي على الأبناء وتوصلت الدراسة إلى وجود مجموعة من الآثار السلبية للاغتراب الزوجي على الأبناء كالتقدير المنخفض للذات الاكتئاب، والإدمان على المخدرات وفقدان الثقة والاغتراب والطلاق وغيرها.

وذكر أيضا محمد شحاته (2015) بأن الاغتراب الزوجي هو الحالة التي تسيطر على الزوج أو الزوجة سيطرة تامة تجعلهما يشعران أنهما غرباء عن بعضهما البعض في النواحي الأسرية وتتمثل هذه الغربة في العزلة الاجتماعية وعدم الرضا الزوجي وضعف القيم الأسرية، التي تعتبر من المشكلات الهامة التي تؤثر على الكيان الأسري فإن شعور الاغتراب داخل الأسرة يتأثر في الأداء الخاص بدور كل منهما ومن ثم لا تستطيع الأسرة القيام بوظيفتها الأساسية ألا وهي التنشئة الاجتماعية للأبناء (آيت حمودة، 2005).

وانطلاقا مما سبق ولأهمية الموضوع المتناول والعينة المستهدفة جاءت دراستنا الحالية لتبحث موضوع جودة الحياة وعلاقتها بالاغتراب الزوجي والكشف عن العلاقة بينهما وصياغة مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

-ما مستوى جودة الحياة لدى الزوجات العاملات؟

-ما مستوى الاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات؟

- هل هناك علاقة ارتباطية سالبة بين جودة الحياة والاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات؟

#### 1. فرضيات الدراسة:

- مستوى جودة الحياة لدى الزوجات العاملات مرتفع.

- مستوى لاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات منخفض.

- هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين جودة الحياة والاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات.

#### 2. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة العلمية والعملية التي قمنا بها في النقاط التالية:

-تكمّن أهمية البحث كذلك في أن الدراسة الحالية تركز على فئة مهمة وحساسة في المجتمع وهي الزوجة العاملة ودراسة متغير إيجابي وهو جودة الحياة والتطرق إلى العوامل السلبية المؤثرة في جودة حياتها التي تؤدي إلى ظاهرة خطيرة لديهم وهي الاغتراب الزوجي.

-كما يرجع الاهتمام بموضوع الاغتراب الزوجي للحد من حالات الطلاق وحل الخلافات الزوجية وضرورة المساهمة في دراسة مسببات الخلافات الأسرية والحد من انتشار الاغتراب الزوجي.

-التعرف على مفهوم جديد انتشر بصورة كبيرة في مجتمعاتنا والمتمثل في جودة الحياة فقد انشغل بها الكثير من علماء النفس وخاصة في مجال علم النفس الإيجابي.

### 3. أهداف الدراسة:

- يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى الزوجات العاملات وكذا معرفة الأسباب المؤدية للاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات.
- والكشف عن العلاقة بين جودة الحياة والاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات.
- تقديم بعض التوصيات والاقتراحات النفسية للزوجات العاملات فيما يخص طبيعة العمل وتفادي المشكلات والضغوطات النفسية والعملية والأسرية والاجتماعية.

### 4. منهجية البحث:

اعتمدنا في بحثنا هذا المنهج الوصفي كونه المنهج الملائم لموضوع البحث وتحقيق أهدافه ووصف الظاهرة وصفا دقيقا.

### 5. الإطار النظري للدراسة:

#### 1.5 تحديد المفاهيم:

#### • جودة الحياة:

يوجد تعاريف عديدة ومختلفة لمفهوم جودة الحياة ويمكن أن نعرض بعض التعاريف التي تناولت هذا المفهوم باعتباره من مفاهيم علم النفس الإيجابي، فهو ترجمة للمصطلح **Quality of life** الإنجليزي من المفاهيم الحديثة في العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية منها: علم البيئة والصحة والطب والاقتصاد والسياسة والجغرافيا وعلم النفس وعلم الاجتماع والتربية والإدارة ..... الخ.

وفي علم النفس تم تبني مفهوم جودة الحياة في مختلف التخصصات الدقيقة في علم النفس والنظرية منها والتطبيقية وخاصة علم النفس الصحة وعلم النفس الإيجابي. (مشري، 2014).

#### • تعريف منظمة الصحة العالمية لجودة الحياة:

هي إدراك الأفراد لوضعهم الاجتماعي في الحياة في سياق ثقافة المجتمع وقيمه وعلاقة ذلك بأهدافهم وتوقعاتهم ومعاييرهم واهتمامهم، بالإضافة إلى الصحة البدنية والنفسية ومستوى الاستقلالية والعلاقات الاجتماعية والمعتقدات الشخصية، وعلاقتهم بالملاح البيئة اللازمة. (خميس، 2014).

#### • تعريف الطب النفسي لجودة الحياة:

هي التعبير على الحالة الإيجابية من الصحة النفسية والبدنية والاستمتاع بالحياة وتستخدم المقاييس الكيفية لتحديد مواصفات الحالة النفسية بالمقارنة بالمقاييس الكمية التي تحدد درجة وشدة الحالة. (طلبية، 2017، ص24).

#### • التعريف الاجرائي لجودة الحياة:

هي الدرجة الكلية المتحصل عليها على مقياس جودة الحياة.

#### • نستخلص من خلال التعاريف:

أن جودة الحياة هي تلك الحالة من الصحة والسلامة والمعاافة البدنية والنفسية للفرد وتمتد لتشمل المشاعر الإيجابية المتمثلة في الإحساس بالسعادة والرضا عن ذات وعن الحياة والاستمتاع بها ولديه علاقات اجتماعية جيدة متبادلة مع الآخرين والاستقلالية في اتخاذ القرارات وتسيطر على الأهداف التي تشبع حاجاته وتحقق طموحاته بإضافة إلى قدرته على مواجهة صعوبات الحياة، ومن خلال التعريفات نستخرج محدداتها ومظاهرها وأبعادها.

#### • الاغتراب الزوجي:

هو انفصال الزوجات عن أزواجهن وشعورهن بالغيرة والعزلة واللامعنى واللامعيارية والعجز والكرهية والرفض والتمرد وعدم الرضا والانسحاب. (عبد الرازق، 2012، ص196)

#### • موسوعة علم النفس والتحليل النفسي:

هو خلل واغتراب عن النفس أو الذات الحقيقية، وهو يحد من قدرة الفرد على الانتماء للآخرين ومن قدرته على اكتشاف نفسه. (الصفقي، 2015، ص 316).

#### • التعريف الإجرائي للاغتراب الزوجي:

وهي الدرجة المتحصل عليها في مقياس الاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات.

ويشير إجمالاً من خلال ما سبق إلى أن الاغتراب الزوجي هو وضع غير صحي وغير سوى للفرد المغترَب يعبر عن حالة من الشعور بالانفصال عن الذات وعن الآخرين وعن المحيط الذي يعيش فيه الفرد.

#### 6. الإجراءات الميدانية للدراسة:

##### 1.6 منهج الدراسة:

قد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي وهو المنهج الأكثر استخداماً في الدراسات النفسية والاجتماعية والتربوية، كونه يسمح بدراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع والوصول إلى نتائج دقيقة والتمكن من تفسيرها وتأويلها. (زهران، 1995).

##### 2.6 عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من 50 زوجة عاملة في المركز البيداغوجي للمعاقين ذهنيًا ببوسماعيل، المؤسسة العمومية الاستشفائية بحجوط، وقد ساعدتنا العينة في الإجابة على المقياس المستعمل وللتحقق من فرضيات البحث والإجابة على تساؤلاته، ويشترط في خصائص العينة أن تكون:

- زوجات عاملات.

-أن تكن قادرات على فهم المقياس.

تم اختيارهن بالطريقة القصدية.

3.6 حدود الدراسة:

1.3.6 الحدود المكانية:

أجريت الدراسة في المركز البيداغوجي النفسي للمعاقين ذهنيًا ببوسماعيل وكذا المؤسسة الإستشفائية بحجوط.

2.3.6 الحدود الزمانية:

أجريت الدراسة ما بين أواخر أفريل حتى أوائل ماي.

4.6 أدوات الدراسة:

1.4.6 مقياس جدودة الحياة:

- وصف المقياس : تم تصميم هذا المقياس من طرف منظمة الصحة العالمية ( Who ) ليكون مقياس جودة الحياة من 100 بند في شكله الأصلي وآخر مختص تم إعداده وتكييفه في 15 دولة تحت إشراف منظمة الصحة العالمية، حيث يسمح في صورته المطولة ب تقدير 06 ميادين لجودة الحياة وهي:

- الصحة الجسمية، والصحة النفسية والاستقلالية والعلاقات الاجتماعية، والمحيط والجانب الروحي.

أما النسخة المختصرة فتتكون من 26 بند أو سؤال تقيس أربعة ميادين وهي:

- الصحة الجسمية والصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والمحيط وتتراوح درجات المقياس من 26 إلى 130 وتشير الدرجات المرتفعة إلى جودة الحياة المرتفعة وتتم الإجابة على بنود هذا المقياس باستخدام طريقة "ليكرت" وذلك على تدرج من خمسة نقاط لتقدير الشدة والتكرار أو لتقييم الصفات المختارة لجودة الحياة (عمروش، 2016، ص51).

أما النسخة العربية فكانت من تعريب بشرى إسماعيل أحمد (2008) حيث قامت بترجمته ثم عرضه على المختصين في علم النفس لتحكيمه بجامعة أم القرى بالسعودية ووصلت الصورة النهائية للمقياس على 26 عبارة وكان صدقه وثباته عاليًا حيث بلغ 85 (نفس المرجع السابق، ص 52).

-تعليمية المقياس:

إليك العبارات التالية يرجى قراءة كل عبارة والإجابة عليها بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة والتي تنطبق عليك، بهدف دراسة جودة الحياة لدى الزوجات العاملات، علماً أنه لا يوجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر عن رأيك بصدق.

#### -تصحيح المقياس:

تتراوح درجات المقياس من 1 درجة إلى 5 درجات حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى ارتفاع مستوى جودة الحياة.

حيث أن العبارات الموجبة يتم تصحيحها من 1 إلى 5:

سيئة جداً (1)، سيئة إلى حد ما (2) -جيدة إلى حد ما (3) لا سيئة ولا جيدة (4) جيدة جداً (5)

والعبارات السالبة عكس العبارات الموجبة من 5 إلى 1:

ليس دائماً (5) بدرجة قليلة (4) بدرجة متوسطة (3) كثيراً (2) بدرجة بالغة (1).

#### • الخصائص السيكومترية للمقياس:

- حساب الثبات: للتأكد من ثبات المقياس، تم حساب ألفا كرونباخ وكانت النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (01) حساب معامل ألفا كرونباخ لمقياس جودة الحياة

| المقياس     | معامل الفا كرونباخ |
|-------------|--------------------|
| جودة الحياة | 0.740              |

المصدر: من إعداد الباحثين

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن معامل الفا كرونباخ لمقياس ثبات مقياس جودة الحياة بلغ 0.740، ومنه نقول إن هذا المقياس ثابت.

#### • صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) لمقياس جودة الحياة:

لقد تم التأكد من صدق مقياس جودة الحياة في الدراسة الحالية بطريقة صدق المقارنة الطرفية أو الصدق التمييزي، من خلال مقارنة الدرجات المتطرفة (العليا والدنيا) لأفراد عينة الدراسة على المقياس، وذلك بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس، حيث قمنا بترتيب الدرجات تنازلياً وأخذت 27% من درجات الثلث الأعلى، و 27% من درجات الثلث الأدنى (وعدهم معاً 12)، ثم حساب اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج التالية:

جدول رقم (02) يمثل صدق مقياس جودة الحياة

| مقياس<br>جودة<br>الحياة     | المجموعة العليا<br>ن=6 | المجموعة الدنيا<br>ن=6 | قيمة<br>المحسوبة | قيمة<br>ت | درجات<br>الحرية | مستوى<br>الدلالة |
|-----------------------------|------------------------|------------------------|------------------|-----------|-----------------|------------------|
| الدرجة<br>الكلية<br>للمقياس | المتوسط<br>الحسابي     | الانحراف<br>المعياري   | 71.833           | 7.59      | 10              | 0.01             |
|                             | 103                    | 6.603                  | 7.57             |           |                 |                  |

المصدر: من إعداد الباحثين

يتضح من خلال الجدول رقم (02)، أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ 103 بانحراف المعياري قدره 6.603، في حين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا 71.83 بانحراف المعياري 7.57، أما فيما يخص قيمة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين غير متجانستين، فقد بلغت 7.59 وهي أكبر من قيمة اختبار (ت) المجدولة التي قدرت بـ: 2.23 عند درجة حرية 10 ومستوى الدلالة 0.01.

في ضوء ما سبق يمكننا القول أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية، بين درجات المجموعتين العليا والدنيا في مقياس جودة الحياة، بمعنى أن المقياس استطاع التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، ومنه المقياس صادق ويمكننا الاعتماد على نتائجه في الدراسة الحالية.

#### 2.4.6 مقياس الاغتراب الزوجي:

تم إعداد هذا المقياس من طرف د. إبراهيم الخضر الحسن (2002).

##### • وصف مقياس الاغتراب الزوجي.

يحتوي المقياس على أربعة أبعاد (العزلة، اللامعيارية، الكراهية، التشاؤم) ويرمز لكل بعد بحرف أبجدي وهي بالترتيب أ، ب، ج، د، وعبارته تحمل الأرقام من 1 إلى 94 بالترتيب غير منتظم.

وقسم الباحث مفردات المقياس إلى جزئين اثنين، الجزء الأول يضم 55 عبارة موجبة، و39 عبارة سالبة.

##### • تصحيح المقياس:

تختلف طريقة تصحيح كل جزء من أجزاء المقياس عن الآخر والدرجة الكلية للمقياس هي مجموع درجات عبارات الجزأين معا.

الجزء الأول: يشكل أغلب عبارات المقياس (50) عبارة أما الجزء الثاني فعباراته هي الأقل (35 عبارة) يجيب المفحوص عن كل عبارة من عبارات المقياس بصورة منفردة كل عبارة على حدى ويختار ما يناسب موقفه من الإجابات الموضوعية للسؤال ويضع علامة √ مشيرا إلى أحد الخيارات وكل خيار من هذه الخيارات له ثلاثة أوزان لفظية هي: دائما- أحيانا- إطلاقا، والدرجة الممنوحة لكل إجابة من الإجابات الجزء الأول تختلف عن الدرجات الممنوحة للإجابات في الجزء الثاني

والجدول التالي يوضح الوزن اللفظي للخيارات الإجابة والدرجات المخصصة لها الوزن الرقمي وذلك في جزأي المقياس الأول والثاني.

الجدول رقم (03): يمثل الوزن اللفظي لخيارات الإجابة والدرجات المخصصة لها:

| خيارات الإجابة لكل عبارة الأوزان اللفظية |   | درجات الإجابة لكل عبارة (الأوزان الرقمية) |                         |
|------------------------------------------|---|-------------------------------------------|-------------------------|
|                                          |   | الجزء الأول من المقياس                    | الجزء الثاني من المقياس |
| دائما                                    | 2 | 0                                         |                         |
| أحيانا                                   | 1 | 1                                         |                         |
| إطلاقا                                   | 0 | 2                                         |                         |

المصدر: من إعداد الباحثين

وعلى ذلك تصبح أدنى درجة الاغتراب في مقياس الاغتراب الزوجي: صفر وهي درجة تمثل عدم وجود اغتراب زوجي لدى المفحوص وتشير إلى تمتعه بالسكينة الزوجية في الرضا وحسن التوافق الزوجي بين الزوج وزوجته. وكلما زادت درجات المفحوص عن صفر ابتعد عن درجة التوافق الزوجي العام السكينة الزوجية حتى إذا حصل على درجة 85 على مقياس الاغتراب الزوجي يكون قد بلغ درجة المتوسط بين السكينة الزوجية والاغتراب الزوجي، وتزداد حدة الاغتراب الزوجي كلما زادت درجته على 85 درجة وقربت من درجات المقياس الكلية 170 درجة وهي أعلى اغتراب على مقياس الاغتراب الزوجي (MAS). (الحسن، 2002).

- الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

- حساب الثبات: للتأكد من ثبات المقياس، تم حساب ألفا كرونباخ وكانت النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (04): يمثل حساب معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب الزوجي

| المقياس         | معامل ألفا كرونباخ |
|-----------------|--------------------|
| الاغتراب الزوجي | 0.736              |

المصدر: من إعداد الباحثين

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) أن معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات لمقياس الاغتراب الزوجي بلغ 0.736، ومنه نقول إن المقياس يتمتع بثبات مقبول.

- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي) لمقياس الاغتراب الزوجي:

لقد تم التأكد من صدق مقياس الاغتراب الزوجي في الدراسة الحالية بطريقة صدق المقارنة الطرفية أو الصدق التمييزي، من خلال مقارنة الدرجات المتطرفة (العليا والدنيا) لأفراد عينة الدراسة على المقياس، وذلك بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس، حيث قمنا بترتيب الدرجات تنازليا وأخذت (27%) من درجات الثلث الأعلى، و (27%) من درجات الثلث الأدنى (وعدددهم معا 12)، ثم حساب اختبار (ت) لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج التالية:

جدول رقم (05) : يمثل صدق مقياس الاغتراب الزوجي

| مقياس<br>الاغتراب<br>الزوجي | المجموعة العليا<br>ن=6 | المجموعة الدنيا<br>ن=6 | قيمة<br>المحسوبة   | قيمة<br>المجدولة     | درجات<br>الحرية | مستوى<br>الدلالة |
|-----------------------------|------------------------|------------------------|--------------------|----------------------|-----------------|------------------|
| الدرجة<br>الكلية<br>للمقياس | المتوسط<br>الحسابي     | الانحراف<br>المعياري   | المتوسط<br>الحسابي | الانحراف<br>المعياري | 10              | 0.01             |
|                             | 101.66                 | 6.49                   | 136.33             | 6.59                 |                 |                  |

المصدر: من إعداد الباحثين

يتضح من خلال الجدول رقم (20)، أن المتوسط الحسابي للمجموعة العليا بلغ 136.33 بانحراف المعياري قدره 6.59، في حين بلغ المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا 101.66 بانحراف المعياري 6.49، أما فيما يخص قيمة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين غير متجانستين فقد بلغت 9.192 وهي أكبر من قيمة اختبار (ت) المجدولة التي قدرت بـ 2.23 عند درجة حرية 10 ومستوى الدلالة 0.01.

في ضوء ما سبق يمكننا القول إن هناك فروق ذات دلالة إحصائية، بين درجات المجموعتين العليا والدنيا في مقياس الاغتراب الزوجي، بمعنى أن المقياس استطاع التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الدرجات، ومنه المقياس صادق ويمكننا الاعتماد على نتائجه في الدراسة الحالية.

#### 7. الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة:

للتحقق من نتائج فرضية البحث، تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل "ألفا كرونباخ" لقياس ثبات أداة القياس، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لحساب صدق أداة المقياس.
- اختبار "ت" لعينة واحدة للتأكد من مستوى متغير البحث ومعامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين متغيرات البحث.

#### 8. عرض ومناقشة النتائج:

##### 1.8 عرض نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على: "مستوى جودة الحياة عال لدى الزوجات العاملات" للتأكد من صحة هذه الفرضية، تم استعمال اختبار (ت) لعينة واحدة، وجاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (06): نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لمقياس جودة الحياة.

| المتغير     | حجم العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الاختباري | قيمة اختبار (ت) | درجات الحرية | مستوى الدلالة الإحصائية |
|-------------|------------|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|--------------|-------------------------|
| جودة الحياة | 50         | 93.37           | 10.48             | 78                | 10.159          | 49           | 0.05                    |

المصدر: من إعداد الباحثين

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن عينة الدراسة قدرت بـ: 50 من أفراد العينة، وبلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم على مقياس جودة الحياة 93.37، بانحراف معياري قدر بـ: 10.48، بالمقارنة مع المتوسط الاختباري (78)، فالمتوسط الحسابي للعينة أكبر منه، مما يدل على أنه يوجد فرق بينهما لصالح المتوسط الحسابي للعينة، أما فيما يخص قيمة اختبار (ت) لعينة واحدة مساوية لـ: 10.159، وهي أكبر تماماً من قيمة اختبار (ت) المجدولة عند درجة حرية 49 ومستوى الدلالة 0.05، مما يؤكد على أنه متوسط العينة فوق المتوسط.

ومنه نقبل الفرضية التي تنص على أنه يوجد مستوى عال في جودة الحياة لدى أفراد العينة.

### 1.1.8 تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: التي تنص على: "وجود مستوى عال لجودة الحياة لدى الزوجات العاملات"

فذلك يعني أن الزوجات العاملات في العينة المدروسة يتمتعن بمستوى عال من الجودة في حياتهن.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى قدرة الزوجات العاملات على تحقيق التوازن بين الحياة العملية والشخصية بحيث تتمتع الزوجات العاملات بمهارات فعالة في تسيير متطلبات العمل واحتياجات الحياة الشخصية والأسرية.

وقد يكون لديهن كذلك القدرة على تحديد الأولويات وإدارة الوقت بشكل جيد، وهذا مما يساعدهن على الاستمتاع بجودة عالية في حياتهن كما نفسره أيضاً 'بشعور العاملات بالرضا الوظيفي، مما يساهم في زيادة جودة حياتهن بسبب عدم تعرضهن لضغوط العمل، إما لتوفر الظروف الملائمة للعمل أو راجع لهن وتمكنهن من المهنة حيث أن قيام المرأة بعمل تحبه و تتقنه يجعلها مرتاحة مهما كان نوع العمل الذي تقوم به، فهي من خلال عملها تحقق ذاتها و حلمها ، بحيث يكون العمل بالنسبة لهن ليس مصدر رزق فقط وإنما تحقيق لمكانتهن في المجتمع و تنويع لجهدهن في مشوارهن الدراسي ، و هذا ما يشعرهن بالرضا بحيث الوظائف توفر لهن تحديات مثيرة وفرصاً للنمو المهني والتقدم، فقد يترتب على ذلك تحسين جودة الحياة.

أيضاً هناك عامل مهم جداً لشعور المرأة بجودة حياتها ألا وهو مدى تمتعها بالدعم الاجتماعي والعاطفي فقد يكون للزوجات العاملات دعم اجتماعي وعاطفي قوي من الأسرة والأصدقاء وشريك الحياة. يعتبر هذا الدعم الاجتماعي عاملاً مهماً لزيادة جودة الحياة وتعزيز الرضا الشخصي والزواج حيث أن الدعم الذي تتلقاه المرأة العاملة من طرف الشريك بالدرجة الأولى ومدى تفهمه لها ومراعاة لحالتها وتقبله لظروفها إما في حالة الضعف أو القوة هذا يشعرها بالطمأنينة والسكون وينقص من احساسها بضغوط العمل أو المنزل وتربية الأبناء، فقيامها بدورين داخل و خارج المنزل يستنزف منها

طاقة جسدية وعقلية وعاطفية كبيرة لذلك فان تقاسم المسؤوليات والتعاون الزوجان فيما بينهما بكل مودة وتفاهم خاصة مسؤولية الأبناء والمنزل يعطيها دفعا إيجابيا نحو الأمام وراحة وطمأنينة واستقرار زواجي وأسري . بالإضافة الى دعم الشريك أو الزوج فان أي دعم مهما كان مصدره من العائلة أو الأصدقاء أو من مسؤول العمل أو المحيطين بها لا شك أن يكون له الأثر الإيجابي في حياة المرأة العاملة ويساهم بشكل كبير في التخفيف من ضغوط الحياة وتحسين جودة الحياة لديها، وهذا ما أكدته دراسة حسن ومحززي (2006)،

كما تتفق نتائج دراستنا الى ما توصلت اليه دراسة كل من محمد عبد اشتيوي (2014) حول علاقة جودة حياة العمل والشعور بالإحباط الوظيفي والتي توصلت لوجود جودة حياة عمل عالية لدى أفراد العينة. (الدسوقي، 2015، ص 7) بالإضافة الى اتفاقها مع نتائج دراسات أجنبية دراسة كل من ( Davis and. Cherns، 1975)، ودراسة

Mala Bhandari (2004)، Anand, Shuchita & Mahak, Sharma، (2017) Sauli, Mitra، (2018) Debjani Sarkar - (2020). التي توصلت الى تمتع الزوجات العاملات بجودة حياة عالية وفي مقارنة بين الزوجات العاملات الزوجات الماكثات في البيت توصلنا الى أن الزوجات الماكثات في البيت أقل تمتعا بجودة الحياة من الزوجات العاملات.

في حين تختلف نتائج الدراسة الحالية مع بعض الدراسات الأخرى منها دراسة نجلاء عبد السلام محمود دسوقي (2015) في تأثير جودة الحياة العمل على المهارات الإدارية لأعضاء هيئة التدريس حيث توصلت إلى انخفاض نسبة المبحوثين ذوي المستوى المرتفع في جودة حياة العمل. و نفس النتائج في ودراسة Priyanka (2023). & al.

## 2.8 تحليل نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية بأنه: "مستوى الاغتراب الزوجي لدى أفراد العينة منخفض "

للتأكد من صحة هذه الفرضية، تم استعمال اختبار (ت) لعينة واحدة، وجاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (07): نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لمقياس اغتراب الزوجي.

| المتغير         | حجم العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | المتوسط الاختباري | قيمة اختبار (ت) | درجات الحرية | مستوى الدلالة الإحصائية |
|-----------------|------------|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|--------------|-------------------------|
| الاغتراب الزوجي | 50         | 106.08          | 7.15              | 127               | 20.67           | 49           | 0.05                    |

المصدر: من إعداد الباحثين

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن عينة الدراسة قدرت بـ: 50 من أفراد العينة ، وبلغ المتوسط الحسابي لدرجاتهم على مقياس اغتراب الزوجي 106.08 ، بانحراف معياري قدر بـ: 7.15، بالمقارنة مع المتوسط الاختباري (127) ، فالمتوسط الحسابي للعينة أصغر منه، مما يدل على أنه يوجد فرق بينهما لصالح المتوسط الاختباري، أما فيما يخص قيمة اختبار (ت) لعينة واحدة مساوية لـ: 20.67، وهي أكبر تماما من قيمة اختبار (ت) المجدولة عند درجة حرية 49 ومستوى الدلالة 0.05، مما يؤكد على أنه متوسط العينة دون المتوسط.

ومنه نقبل الفرضية التي تنص على أنه يوجد مستوى منخفض للاغتراب الزوجي لدى أفراد العينة.

## 1.2.8 مناقشة نتائج الفرضية الثانية التي تنص على: "وجود مستوى منخفض للاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات:

يمكن تفسير هذه النتيجة أن الزوجات العاملات في عينة الدراسة تتمتعن بدعم اجتماعي و العاطفي من الاسرة و العائلة عامة و من الزوج خاصة، بحيث يكون الزوجات متفاهمان و موافقان فكريا و عاطفيا و علائقيا و يدعم كل واحد منهما الآخر و علائقتهما الزوجية تتسم باستقرار و التواصل الفعال فيما بينهما و تعاطف الإيجابي و التعاون الفعال فيما بينهما و التقارب الفكري و العاطفي و الحب و العشرة الطيبة تجعل حياتهما الزوجية، الاسرية و كذا المهنية متوافقة، بحيث أن التواصل الدائم بين الزوجان و فهم كل منهما لاحتياجات الآخر ، باختلاف نوع هاته الاحتياجات و أهميتها بالنسبة للشريك هو أساس استقرار وبناء الأسرة والحفاظ عليها ويزيد من التفاهم بين الزوجان و يقوي الرابطة الزوجية و يمتنها و يشعرهما بالراحة النفسية و السعادة ، و يخفف من شعور المرأة بالضغط الناتج عن مسؤولياتها المتعددة و الجهد البدني و الفكري الذي تبذله غما في عملها أو في منزلها كما أن فهم الزوج لاحتياجات زوجته النفسية والمادية والمعنوية يعزز فهم الشريكين لبعضهما ويقوي الروابط العاطفية فيما بينهما.

كما يمكن أن عدم إحساس الزوجات العاملات بالاغتراب الزوجي راجع كذلك لتعود الزوجان على التواصل فيما بينهما والاستماع ومناقشة المشكلات التي تواجههم، والبحث عن الحلول مع بعضهما وعدم ترك المشكلات تتفاقم هذا ما يخفف من الشعور بالضغط وبالتالي تحقيق الارتياح النفسي، وفهم كل واحد منهما للآخر.

كما يمكننا تفسير هذه النتيجة الى المستوى التعليمي لشريكي الزوجات أفراد العينة الذي قد يكون لعب دورا محوريا في هذه النتيجة فكلما زاد المستوى التعليمي للزوج ارتفعت تقديراته لمسيرة زوجته المهنية وهذا ما أكدته عبد الرزاق والراجح (2016) في دراستهما على عدم انتشار ظاهرة الاغتراب الزوجي لدى أفراد العينة المدروسة كما ولم تظهر أية فروق احصائية بين الزوجين وفقاً للفارق العمري بينهما ولا لسنوات الزواج ولا لمستوى التعليمي، على غرار دراسة العامر والكومي (2003) و دراسة الصوافي والبوسعيد (2021).

على عكس دراسة رشا محمود المنصور وآخرون (2021) التي أسفرت نتائجها بوجود اغتراب زواجي باعتباره المحطة الأخيرة قبل حدوث الانفصال بين الزوجين وهذا يعني أن الزوجات المتزوجات من أزواج مستواهم التعليمي ( ) (الابتدائي، المتوسط ، الثانوي ، الجامعي ) لديهم اغتراب زواجي أكثر من الزوجات الذين يرتبطون بأزواج مستواهم جامعي . (الصوافي والبور سعيدي، 2021، ص 19)

كما يمكن تفسيرها لتغير نظرة المجتمع لعمل المرأة و ارتفاع المستوى التعليمي و الثقافي للرجل العربي و الجزائري خاصة و دور العولمة في الانفتاح الفكري و تغير اتجاهات الرجال و المجتمع ككل نحو عمل المرأة و مساندة الرجل العصري للمرأة العاملة عامة و لزوجته العاملة خاصة، إضافة للدور الذي لعبته التكنولوجيا و العولمة و الانفتاح على العالم الخارجي و الثقافات الأجنبية، فان الرجل في وقتنا الحالي لم يصبح يرى أن عمل المرأة لا جدوى منه بل أصبح حاجة ملحة للوصول الى الاكتفاء المادي في بعض الأحيان نظرا للغلاء المعيشي فاصبح عمل الزوجان معا ضرورة حتمية

لتحقيق متطلبات العائلة و الأولاد و منه اصبح عمل المرأة ضرورة فاصبح الرجل يدعم زوجته في مشوارها العملي و العلمي و هذا ما يساهم في شعورها بالثقة.

### 3.8 تحليل نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية بأنه: " هناك علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الاغتراب الزوجي وجودة الحياة لدى أفراد العينة"، وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم استعمال معامل الارتباط بيرسون، وفيما يلي جدول يبين النتائج:

جدول رقم (08): الارتباط بين الاغتراب الزوجي وجودة الحياة

| المتغير         | حجم العينة | قيمة الارتباط | مستوى الدلالة |
|-----------------|------------|---------------|---------------|
| الاغتراب الزوجي | 50         | -0.419        | دال إحصائيا   |
| جودة الحياة     |            |               |               |

المصدر: من إعداد الباحثين

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن عينة الدراسة قدرت بـ : 50 فرد، بلغ معامل الارتباط بيرسون ب: -0.419- بين الاغتراب الزوجي وجودة الحياة وهو دال احصائيا عند مستوى الدلالة عند 0.01 مما يعني أنه توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة و الاغتراب الزوجي لدى أفراد العينة ، أي أنه ارتبط انخفاض الاغتراب الزوجي بارتفاع جودة الحياة، وبذلك تتحقق الفرضية.

### 1.3.8 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة التي تنص على: وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاغتراب الزوجي وجودة الحياة لدى الزوجات العاملات.

ويمكن تفسير نتائج هذه الفرضية بأن مظاهر جودة الحياة تتجلى في إشباع الحاجات والرضا عن الحياة والسعادة وإدراك الفرد لإحساسه بمعنى الحياة والوصول إلى الصحة والبناء النفسي والاجتماعي والمهني السليم، على عكس مفهوم الاغتراب الزوجي الذي يعرف بشعور الفرد بمشاعر سالبة ومتضاربة تتمثل في الشعور بالعجز، اللامعيارية، العزلة النفسية، الكراهية، الرفض، اللامعنى، التمرد، اللاهدف والانسحاب.

كما ترجع النتيجة المتوصل إليها إلى عدة تفسيرات محتملة لهذه العلاقة، فقد يقضي الزوجين مع بعضهم أوقات مشتركة طويلة للاستثمار في علاقتهما الزوجية و توطيد التزاماتهم لبعضهما البعض بحيث يكون لها تأثير على العلاقة الزوجية مما يؤدي إلى بناء الثقة بين هاذين الأخيرين و تعزيز التفاعلات التي بدورها تؤدي إلى تحسين جودة الحياة الزوجية، إضافة إلى أن التوازن بين الحياة العملية والشخصية للزوجان يعبر عن رضاهم العام بالحياة ، فالاغتراب الزوجي يرتبط بجودة الحياة بسبب طبيعة العلاقة السلبية بينهما التي أظهرتها نتائج الدراسة فالسعادة الزوجية والاستقرار النفسي والرضا الجنسي والعاطفي يرتبط بجودة الحياة الزوجية ، على عكس الاغتراب الزوجي الذي يتجلى في المظاهر السلبية التي قد يعيشها الزوجان في علاقتهما كالركود العاطفي و اللامبالاة من الطرفين و انعدام تقديرهما لأهمية العلاقة. الأسرية ، فليس هنالك شك في أن البيئة النفسية التي توفرها الأسرة ( الزوج والزوجة) لها أثر كبير في جودة حياتهم سواء في العمل أو في البيت فهي تؤثر على مستوى أداءهم وعلاقتهم بالآخرين وفي حدود اطلعنا لا توجد دراسات سابقة تناولت جودة الحياة وعلاقتها بالاغتراب الزوجي لكن هنالك بعض الدراسات التي تناولت بعض المتغيرات التي تتقارب في مفهومها مع متغيرات بحثنا كدراسة فرحات وعبد المنعم (2018) التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية

سالبة بين الاغتراب الزوجي وكل من إدارة المواقف الحياتية لدى الزوجات والأمن النفسي للأبناء وتشير أيضا نتائج دراسة عمرو وآخرون (2022) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاغتراب الزوجي ومهارات الاتصال الاجتماعي ، كما يمكن التنبؤ ببعدي للاغتراب الزوجي وتأثيره على التواصل الاجتماعي .(عمرو وآخرون، 2022، ص ص 28-30)

فشعور الزوجة بالدعم والمساندة من طرف زوجها والتواصل الفعال والمستمر بينهما يخفف من شعورها بالضغط المهنية والمسؤوليات العائلية حتى وإن ثقلت عليها، فتفهمه لها ومساعدته وتقبله لها وتثمين الجهود التي تبذلها والتغاضي عن الأمور المقصرة فيها، يحسسها بالحب والدعم ويقربها من شريك حياتها ويشعرها بالامتنان والسعادة والراحة النفسية، وبالتالي تحقيق توافق نفسي وزوجي واجتماعي وكذلك المهني.

ومنه يمكن القول إن شعور الزوجات العاملات بجودة الحياة مرتبط بالظروف المادية والاجتماعية والنفسية التي تعيشها وكذا بالدعم والمساندة التي تتلقاها من عائلتها ومحيطها وأصدقائها، وخاصة زوجها، فكلما توسعت شبكة الدعم لها، زاد إحساسها بالثقة بالنفس وخفت ضغوطاتها وزاد شعورها بالراحة والسعادة و جودة الحياة لديها، و خف شعورها بالاغتراب الزوجي مادامت تتمتع بالمساندة و المساعدة من طرف الزوج خاصة و العائلة عامة.

#### 9. استنتاج عام:

من خلال هذه الدراسة حاولنا الكشف عن مستوى كل من جودة الحياة والاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات و تحديد طبيعة العلاقة بينهما، وذلك بالاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي ، و تطبيق أداتي القياس و هما مقياس جودة الحياة والاغتراب الزوجي بعد التأكد من خصائصهما السيكومترية ، على عينة مكونة من 50 زوجة عاملة، تم اختيارهن بالطريقة القصدية ، وتم تفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا عن طريق الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وصولا إلى تفسيرها و مناقشتها على ضوء ما توفر من دراسات سابقة وتراث النظري، و أظهرت النتائج ما يلي:

-وجود مستوى مرتفع لجودة الحياة لدى الزوجات العاملات.

-وجود مستوى منخفض الاغتراب الزوجي لدى الزوجات العاملات.

- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين جودة الحياة والاغتراب الزوجي.

#### 10. الخاتمة:

وفي ختام الدراسة، وبناءً على النتائج المتاحة، من خلال المهج المتبع وهو المنهج الوصفي، وتطبيق أدوات البحث المتمثل في مقياس جودة الحياة، وجمع البيانات وتحليلها باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وتحليلها ومناقشتها في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة يمكن الاستنتاج أن الزوجات العاملات يتمتعن بمستوى جودة حياة عالية وقد يعود ذلك إلى عوامل متعددة، مثل امتلاك الزوجات العاملات لمهارات واستراتيجيات تمكنهن من التكيف وتحقيق التوازن بين متطلبات العمل والأسرة.

وعلى تحقيق التوازن بين الحياة العملية والشخصية، بالإضافة الى الدعم الاجتماعي والعاطفي القوي للمرأة المتزوجة العاملة من المحيطين بها كالزوج أو العائلة، والرضا الشخصي العالي لها. قد يكون للزوجات العاملات مهارات واستراتيجيات تمكنهن من التكيف مع الاغتراب الزوجي بشكل فعال. ومنه يمكن الخروج بمقترحات وتوصيات من خلال دراستنا.

## 11. مقترحات وتوصيات:

- توفير الدعم الاجتماعي والعاطفي: ينبغي تعزيز وتعميق الدعم الاجتماعي والعاطفي للزوجات العاملات. يمكن ذلك من خلال تعزيز الروابط العائلية والاجتماعية، وتوفير مجتمعات داعمة وشبكات دعم قوية.
- تشجيع التوازن بين الحياة العملية والشخصي: من خلال تحقيق المرونة في ساعات العمل،
- البحث المستقبلي: تشجيع إجراء المزيد من البحوث في هذا المجال لفهم أفضل للعلاقة بين متغيرات الدراسة.
- الرعاية الذاتية: ينبغي على الزوجات العاملات الاهتمام برعاية أنفسهن وتلبية احتياجاتهن الشخصية والصحية. يشمل ذلك العناية بالصحة البدنية والنفسية، وتخصيص وقت للراحة والاسترخاء، وممارسة النشاطات التي تمنحهن السعادة والراحة.
- دعم سياسات العمل المناسبة: يجب دعم وتعزيز سياسات العمل المتوافقة مع احتياجات الزوجات العاملات، مثل الإجازات العائلية المدفوعة الأجر وإمكانية العمل عن بُعد. يساهم ذلك في تحسين توازن الحياة العملية والشخصية وبالتالي جودة الحياة.
- مراجعة قوانين الوظيف العمومي المتعلقة بعطلة الأمومة المتاحة للام العاملة من خلال اقتراح تمديد هذه العطلة لمدة أكثر من أجل تخفيف الضغط على الزوجة والام العاملة لرعاية رضيعها، خاصة اللواتي يعملن بدوام كامل من أجل تحقيق صحة نفسية وجسمية جيدة للام والطفل، وهذا ما ينعكس إيجاباً على مردوديتها كعاملة وفرد فعال في المجتمع.
- التوعية الإعلامية للمجتمع عامة والأزواج خاصة بمدى أهمية الدعم العاطفي التي تتلقاه الزوجة العاملة والمرأة ككل من أجل نجاحها المهني والأسري وتحقيق التوافق بين حياتها الشخصية والمهنية.

## 12. قائمة المراجع:

- السويركي، شحدة سعيد رمزي. (2013). الأمن النفسي وعلاقته بالاستقلال الاعتمادية وجودة الحياة لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير، كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة.
- خميس، أحمد. (2014). جودة الحياة وعلاقتها بكل من الرضا الوظيفي وقلق المستقبل لدى معلمات رياض الأطفال المؤتمر الثالث، كلية العلوم التربوية، جامعة جرس. الخاصة، الأردن.
- شمالي، روان فوزي. (2010). الضغط النفسي وعلاقته بالاغتراب الزوجي لدى عينة من الزوجات العاملات في المؤسسات الحكومية في محافظات غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، فلسطين. غزة.
- عبد أشتيوي، محمد. (2015). اتجاهات العاملين نحو جودة حياة العمل في غزة، مجلة جامعة القدس المفتوح المجلد الأول، ع(3)، ص ص 17-57.
- عمروش، دليلة. (2016). مستوى الطموح وعلاقته بجودة الحياة لدى المرأة العاملة المتأخرة عن الزواج، مذكرة لنيل شهادة الماستر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة محمد بوضياف، المسيلة.
- مجدي، عبد الكريم حبيب. (2006). فعالية استخدام تقنيات المعلومات في تحقيق أبعاد جودة الحياة لدى عينة من الطلاب/العثمانيين، مقدم لندوة، علم النفس وجودة الحياة، مسقط جامعة السلطان.

- الراسبي، خمس سالم. (2006). *تجربة وزارة التربية والتعليم في تعزيز جودة حياة المتعلمين بمدارس السلطنة*. ندوة علم النفس وجودة الحياة، جامعة السلطان قابوس مسقط.
- الزهران، حامد عبد السلام. (1995). *مناهج البحث العلمي*، (ط1). جمهورية مصر العربية.
- السباعي، هنية. (2001). *ظروف العمل مستوياتها ومصادرها واستراتيجيات إدارتها لدى الإدارات والفتيات السعوديات العاملات في الجامعات السعودية، مجلة جامعة أم القرى، مجلد4، العدد الثاني*.
- الصفقي، ميرفت عبد الحميد. (2015). *الاغتراب اللغوي وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من الطالبات بقسم اللغات والترجمة، جامعة الأزهر، مجلة كلية الدراسات الإنسانية، المجلد 16، العدد 16*.
- الصوافي، خوجة، البوسعيدى هدى، سعاد الظفري. (2021). *الاغتراب الزوجي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من الأزواج في سلطنة عمان، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، مجلد03 العدد03*.
- آيت حمودة، حكيم. (2005). *دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة النفسية والجسدية*. رسالة دكتوراه في علم النفس العيادي جامعة الجزائر.
- بلعباس، نادية. (2017). *أنماط الاتصال وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وهران، الجزائر*.
- جبريل، عماد محمد. (2007). *جودة الحياة المتغيرات الشخصية لدى فئتين من الألم المزمن مقارنة بالأصحاء*. رسالة ماجستير مقدمة لعلم النفس، جامعة المنوفية.
- سهير، عبد الحافظ عمر. (2008). *استخدام المدخل الإسكندنافي في تحسين جودة حياة الأشخاص الصم المكفوفين، جمعية نداء في مصر، مقدم للمؤتمر الدولي السادس تأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة رصد الواقع واستشراف المستقبل، القاهرة*.
- طلبية، دليلة، وبن سالم، مريم. (2017). *جودة الحياة لدى المرضى السيلياك*. رسالة ماستر كلية العلوم الاجتماعية جامعة عمار ثلجي، الأغواط.
- عبد السلام، نجلاء محمود الدسوقي. (2015). *تأثير جودة حياة العمل على المهارات الإدارية لأعضاء هيئة التدريس، مجلة الإسكندرية للبحوث الزراعية، المجلد 60، العدد (02)، ص ص 317-331*.
- عبد المعطي، السعيد عبد الخالق. (2020). *جودة الحياة الزوجية وعلاقتها بالإفصاح عن الذات لدى المتزوجين في مدينة الرياض، رسالة ماجستير جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية كلية العلوم الاجتماعية، المملكة العربية السعودية*.
- عماد، علي عبد الرزاق. عبد الله الراجح، ندى. (2012). *الاغتراب الزوجي وعلاقته بالنظرة للحياة والكفاية الشخصية*.
- عمرو رفعت، عمر وآخرون، (2022)، *الاغتراب الزوجي كما يدركه الأبناء وأثره على مهارات التواصل الاجتماعي في المرحلة الجامعية، مجلة كلية التربية جامعة بورسعيد العدد 40*.

-محمود حنفي، هويدة وعبد الباقي فوزية. (2010). فعالية الذات المدركة ومدى تأثيرها على جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من المتفوقين والمتأخرين دراسيا. *مجلة أماريك الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا*. العدد الأول، ص ص 115-116.

-مشري، هنية. (2014). *جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي (دراسة تحليلية)*، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، العدد (02)، رقم 05، ص ص 215-237.

- Debjani, Sarkar. (2020). Quality of Life of Working Women, *Geographical review of India*, 71(2), pp190-197.

- Anand, Shuchita and Mahak, Sharma .(2017). A Comparative Study on the Quality of Life of Working and Non-Working Females, *International Journal of Health Sciences & Research*, Vol.7 ; Issue 7, pp256-259.

- Baker,a (2006). *The long-term effects of parent al alienation in adut Children qualitative research : journal of family the rapy*. (33).

- Bhandari, Mala. (2004). Women in Two Work Roles and the Quality of Their Life, *Sociological Bulletin journal*, Vol. 53, No. 1, pp 94-104.

- L. E. Davis and A. B. Cherns. (1975). The Quality of Women's Working Life, *The Free Press, New York*, Vol. 1, pp. 280-98.

- Priyanka, Panghal and al .(2023). A Comparative Study to Examine the Qualité of Life Among Married Working and Non-Working Women, *International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)*, Volume 5, Issue 3, pp 2582-2160.

- Sauli, Mitra. (2018). *Quality of Life among Working Women*, *The International Journal of Indian Psychology*, Volume 6, Issue 4, pp 2349-3429.