جامعة القدس المفتوحة

كلية الدراسات العليا

أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات

Midlife Crises among Sample of Working Women at palestinain Northern Governorates According to Some Variables

إعداد

محمد يوسف عمر محمد (سمارة)

رسالة ماجستير

جامعة القدس المفتوحة – فلسطين

2018م

جامعة القدس المفتوحة

كلية الدراسات العليا

أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات

Midlife Crises among Sample of Working Women at palestinain Northern Governorates According to Some Variables

إعداد

محمد يوسف عمر محمد (سمارة)

بإشراف

أ.د. يوسف ذياب عواد

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات درجة ماجستير في تخصص

الإرشاد النفسي والتربوي من جامعة القدس المفتوحة (فلسطين)

2018/2017

قرار لجنة المناقشة

أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية

في ضوء بعض المتغيرات

Midlife Crises among Sample of Working Women
at palestinain Northern Governorates According to Some Variables

إعداد:

محمد يوسف عمر محمد (سمارة)

إشراف:

أ.د. يوسف ذياب عواد

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت في 13 /2018/1م

أعضاء لجنة المناقشة

الأستاذ الدكتور يوسف ذياب عواد	جامعة القدس المفتوحة	مشرفاً ورئيساً
الدكتور نبيل المغربي	جامعة القدس المفتوحة	عضواً
الدكتورة رحاب السعدي	جامعة الإستقلال	عضواً

التفويض

أنا الموقع أدناه محمد يوسف عمر محمد (سمارة)، أفوض جامعة القدس المفتوحة بتزويد نسخ من رسالتي للمكتبات أو المؤسسات أو الهيئات أو الأشخاص عند طلبهم بحسب التعليمات النافذة في الجامعة.

الإسم: **محمد يوسف عمر محمد (سمارة)**

التوقيع:

التاريخ: **2018 /1/13**م

الإهـــــداء

إلى الروح الساكنة في ثنايا الروح (الخالدة في الجنة والدتي)...

إلى ربيع العمر وأريج رياحينه (أطفالي)...

إلى ذلك الرجل البسيط الصامد في وجه الحياة به أفخر وله انحني (والدي)...

إلى من علمني كيف يكون العمل المقترن بالنجاح (والدي في العمل سعادة سعادة)...

إلى من علمني أين أكون في العلم والمعرفة (والدي في العلم أ.د محمد شاهين)...

إلى الأستاذ الغالي ومربي الأجيال الراقي (الأستاذ محمود حسون)...

إلى العون والسند ونبض القلب (أخوتي عمر و أحمد) وأبنائهم...

إلى أخواتي وأبنائهن ولهم أقول أنني دوماً عند حسن ظنكم بالنجاح والتميز ...

إلى ذلك الضوء القادم من غياهب الظلمة الحالكة حتماً سيبزغ وينير...

إلى الكل وما أكثرهم وأغلاهم على القلب فأنا منهم وهم منّي...

لهم انحني وبهم أسمو وأتقدم (أصدقائي).

الباحث

محمد يوسف سمارة

شكر وتقدير

"وفوق كل ذي علم عليم" ... لله الأمر من قبل ومن بعد له الشكر على نعمه وله الحمد على فضله له الأسماء الحسنى هو مولاي وهو نعم النصير... إلى النبي الأمّي قدوة للعالمين عليه أفضل الصلاة وأتمّ التسليم.

إلـــــــــــــــــى العـــــــــــــــــدو والصـــــــــــــــــديق....

فالعدو علمني أن أكون دوما أفضل منه.... والصديق أمدّني دوماً بالأمل لأكون الأفضل إلـــى كـــل مـــن كـــان لـــي عونـــاً ومعيقـــاً لأصـــل إلـــى هـــذه النتـــائج فمن كان العون ساعدني لأتخطّى المصاعب.... والمعيق أمدّني بالطاقة لكي أتخطّاه للكـــــــــــل شـــــــــكر بقـــــــــدر مـــــــــا أعطـــــــــى

كما أتقدم بعظيم الشكر والعرفان إلى أستاذي الفاضل أ.د. يوسف ذياب عواد الذي أعطاني من وقته الكثير، وسعدت بصحبته، وشرفت بالعمل معه، وأفدت من علمه، داعياً الله أن يمد في عمره، ويمنحه الصحة والعافية، وأن يجعل ما بذله من جهود في خدمة الباحثين في ميزان حسناته، فلك مني يا أستاذي تحية إجلال وإكبار.

وأتقدم بوافر الاحترام والتقدير لأعضاء لجنة المناقشة الدكتورة رحاب السعدي ، والدكتور نبيل المغربي، على ما قدموه من جهود طيبة في قراءة هذه الرسالة، وإثرائها بملاحظاتهم القيمة فجزاهم الله عني خير الجزاء.

بكل تواضع

الباحث

محمد يوسف سمارة

قائمة المحتويات

قرار لجنة المناقشة	ب
التفويض	ج
الإهداء	د
شكر وتقدير	هـ
قائمة المحتويات	و
قائمة الجداول	ح
قائمة الملاحق	ك
ملخص اللغة العربية	ل
ملخص اللغة الانجليزية	ن
الفصل الأول: مشكلة الدراسة وخلفيتها	**1**
– مقدمة الدراسة	2
– مشكلة الدراسة وأسئلتها	4
– فرضيات الدراسة	6
– أهداف الدراسة	7
– أهمية الدراسة	8
– حدود الدراسة	9
– مصطلحات الدراسة	9
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	**11**
– المقدمة	12
– أسباب أزمة منتصف العمر	13
– أسباب حدوث أعراض أزمة منتصف العمر عند المرأة	15
– جوانب أزمة منتصف العمر	16
– النظريات التي حاولت تفسير أزمة منتصف العمر	18
– أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة	24
– خصائص أزمة منتصف العمر	27
– اختلاف أبعاد الأزمة بين الرجل والمرأة	28
– المشكلات التي تعاني منها المرأة في منتصف العمر	28
– الدراسات السابقة	31
– أولاً :الدراسات العربية	31
– ثانيًا :الدراسات الأجنبية	36
الفصل الثالث: طريقة الدراسة وإجراءاتها	**43**

- المقدمة 44
- منهج الدراسة 44
- مجتمع الدراسة 44
- عينة الدراسة 45
- أداة الدراسة 46
- صدق الأداة 48
- ثبات الأداة 50
- إجراءات الدراسة 51
- متغيرات الدراسة 52
- المعالجات الإحصائية 53

الفصل الرابع: نتائج الدراسة 54

- أولاً: النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة 55
- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول 55
- النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني 61
- ثانياً: النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة 61
- نتائج فرضيات الدراسة التي تتعلق بمتغيرات الدراسة المستقلة 61

الفصل الخامس: مناقشة النتائج وأهم التوصيات 94

- النتائج 95
- مناقشة النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة 95
- مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة 97
- التوصيات 102

قائمة المصادر والمراجع 104

أولاً: المراجع العربية 104

ثانياً: المراجع الأجنبية 107

الملاحق 110

قائمة الجداول

الجدول	موضوع الجدول	الصفحة
(1)	توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمحافظة التي تقيم بها النساء العاملات	45
(2)	توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة	45
(3)	توزيع الفقرات على مقياس أزمة منتصف العمر واتجاه تصحيح كل فقرة	47
(4)	مصفوفة بيرسون(Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين مجالات الدراسة والدرجة الكلية	49
(5)	معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها	50
(6)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجالات مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية	56
(7)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر	61
(8)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحوأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر	63
(9)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة	65
(10)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	66
(11)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية	68

(12)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة	70
(13)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري	72
(14)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحوأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري	74
(15)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة	76
(16)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي	78
(17)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحوأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي	80
(18)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة	81
(19)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن	84
(20)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحوأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن	86

(21)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة	87
(22)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة	89
(23)	نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحوأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة	90
(24)	نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظه في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة	92

قائمة الملاحق

الرقم	عنوان الملحق	الصفحة
أ	أسماء محكمي الإستبانة	111
ب	الإستبانة في صورتها الأولية والنهائية	112
ت	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة	121
ث	مصفوفة بيرسون لقياس الصدق الارتباطي	122
ج	عدد ونسبة الإناث من (35-50) العاملات في الضفة الغربية حسب احصائيات جهاز الإحصاء المركزي الفلسطيني لعام 2016	131
ح	كتاب تسهيل مهمة	134

" أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية

في ضوء بعض المتغيرات "

إعداد: محمد يوسف سمارة

إشراف: أ.د. يوسف ذياب عواد

2018

الملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى "أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات، كما هدفت إلى التعرف على أثر بعض متغيرات الدراسة مثل العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة على أزمة منتصف العمر لديهن.

ومن أجل تحقيق هدف الدراسة قام الباحث بتطوير استبانه مكونة من (71) فقرة موزعة على ثمانية مجالات هي الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به، والضغوط الصحية التي تعاني منها النساء العاملات تم توزيعها على عينة مقدارها (480) امرأة عاملة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقية، وبعد تجميعها تم ترميزها وإدخالها إلى الحاسوب ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتم قياس صدقها وثباتها.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ما يأتي:

1. وجود مستوى استجابة متوسطة في الدرجة الكلية لأزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، وفي جميع مجالات الدراسة.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، ومستوى الدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة، ولمستوى العمر لصالح الأعمار الأكبر (45-50)، والحالة الاجتماعية لمستوى حالة (مطلّقة)، ومستويات الدخل لصالح الدخل المتدني (أقل من 2000 شيكل)، والمستوى التعليمي لصالح المستويات التعليمية المنخفضة (توجيهي فأقل)، ومستوى السكن لصالح مستويات (قرية، ومخيم)، ومستوى المحافظة لصالح محافظة (نابلس).

في ضوء نتائج الدراسة، أوصى الباحث بعدد من التوصيات تتضمن تفعيل البرامج الإرشادية للنساء عن طريق المؤسسات والوزارات التي تعنى بشؤون المرأة في مثل هذا العمر، وذلك من أجل تحسين قدراتهنّ النفسية والاجتماعية على مواجهة متغيرات تلك المرحلة العمرية والتعايش معها. بالإضافة إلى ضرورة القيام بدراسات حول أزمة منتصف العمر لدى عينات أخرى مختلفة، من أجل الكشف عن وجود مؤشرات لتلك الأزمة ومستوى هذه المشرات، كذلك العمل على تنمية الثقافة النفسية والاجتماعية لدى النساء العاملات، وذلك إما من خلال مؤسسات العمل أو من خلال المؤسسات الاجتماعية العاملة في المناطق المختلفة، أو من خلال وسائل الإعلام المختلفة وذلك من أجل التقليل من حدة أعراض الأزمة لدى الفئة المستهدفة من النساء.

" Midlife Crises among Sample of Working Women

at palestinain Northern Governorates According to Some Variables"

Prepared By: Mohamed Yousef Samarah

Supervised By: Prof. Yousef Diab Awad

2018

Abstract

This study aims to find out midlife crises among sample of working women at palestinain northern governorates according to some variables. Also, it aims to identify some study variables like (age, marital status, monthly income, educational level, place of residence and governorate).

For achieving the study purpose, a questionnaire consists of (71) items included in eight domains of (life with satisfaction, self-no confidence dark future image, death anxiety, sense of low vital strength of health and body, feeling old and time passing, gap between ambition and performance, satisfaction about living atmosphere and hygienic stresses) has been developed, distributed among 480 individuals who have been chosen randomly , gathered, codified, entered the computer and statically processed by using the Statistical Package of the Social Science (SPSS). Also, the study tool has been measured for reliability and credibility.

The study results showed the following results:

1. A moderate response on the total degree and all the study tool domains.

2. Significant differences at ($\alpha \leq 0.05$) level among the responses means about attributed to the variables of age, marital status, monthly income, educational level, place of residence and governorate in favor of old levels(45-50), divorcee women level, low income levels(less than2000nis), low educational levels(high school or less), levels of villages and refugee camp places and Nablus governorate.

Based on the search results, several recommendations have been suggested about decreasing midlife crises symptoms such as activating counseling programs for women in midlife through institutions and ministries that deal with women's affairs in this age,

in order to improve their psycho-social abilities to encounter midlife changes, conducting further studies about the same topic in another samples in order to reveal midlife crises indicators and developing physic- social culture among middle age women throughout either work or social institutions or media in order to decrease midlife crisis symptoms among the targeted women group.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وخلفيتها

- مقدمة الدراسة
- مشكلة الدراسة وأسئلتها
- فرضيات الدراسة
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول: مشكلة الدراسة وخلفيتها

مقدمة الدراسة:

عند الإطلاع على المشكلات النفسية المختلفة، وخصوصاً تلك التي يعاني منها الأفراد والجماعات في مراحل العمر المختلفة، نجد أن العلماء والباحثين النفسيين والاجتماعيين قد اهتموا كثيراً في مرحلتي الطفولة والمراهقة، فنجد مثلاً فرويد(freud) يركز على مرحلة ما قبل الولادة، والسنوات الخمس الأولى من عمر الطفل، حيث يرى أنها تؤثر على مجمل حياة الفرد المستقبلية، إضافةً إلى كثير من العلماء الذين ركزوا على المراحل العمرية المختلفة، ومن خلال قراءة الجوانب النفسية في هذه المراحل للنمو الإنساني بيد أن من مظاهره في بعض المراحل الزيادة، فإنه يعكس في بعضها الآخر النقصان، فدورة الحياة لا تسير على وتيرة واحدة، وبعض المراحل قد تتسبب في تغيرات وتحولات مؤثرة فيما تبقى من الحياة، أما بقية المراحل ورغم أهميتها فإننا نجد التركيز عليها قليلاً.

ويهتم الباحثون بمشكلات الطفولة لما لها من تأثير على باقي المراحل اللاحقة، كما يهتمون بالمراهقين والشباب لإعدادهم لاستلام دورهم القيادي مستقبلاً، ولم تأخذ مرحلة منتصف العمر الاهتمام البحثي الكافي، فالأفراد في أواسط العمر هم القادة الحاليّن للمجتمع حيث تؤثر قراراتهم على من يحيطون بهم أفراداً وجماعات، وهم من يوثق في قدرتهم على إدارة الأمور بتدعيم الصحيح منها وتصويب الخاطئ، فهم رجال ونساء اليوم. ويتوسّط الأشخاص في منتصف العمر مرحلة الشباب وما قبله، ومرحلة الشيخوخة إلى نهاية العمر، وتقع على عاتقهم مسؤولية تربية

وكفاية الأجيال الصغيرة والعناية بالأجيال الأكبر سناً، وهي مرحلة فاصلة بين فترة الشباب ووهن الشيخوخة وضعفها (رسلان، 2013).

إن مرحلة منتصف العمر هي مرحلة لها خصائصها وأعراضها المميزة لها، لدى النساء والرجال على حد سواء، ففي هذه المرحلة يبدأ المرء في مراجعة حياته الماضية، وكيف سارت به الأيام، وكيف يمكن أن يكون عليه الحال في المستقبل، كما تمثل هذه المرحلة الانتقال من سن الخصوبة إلى مرحلة عدم القدرة على الإنجاب لدى النساء (العازمي، 2014).

وتمثل مرحلة الرشد حياة الإنسان الراشدة والمثمرة فهي فترة زمنية مهمة، إلا أنها لم تحظَ بالاهتمام الكافي الذي نالته المراحل العمرية الأخرى إلا حينما تناولت كتابات (Jaques, 1965) مايعرف بمصطلح "أزمة منتصف العمر"، حيث أشار إلى أنها تماثل أزمة البلوغ والمراهقة، ومن بعدها كتابات أريك أريكسون (Erickson) ونظريته حول المراحل الثماني التي يمر بها الفرد منذ الميلاد وحتى الشيخوخة، ومن ثم ظهور آراء دانيال ليفنسون (Levinson) ونظريته عن فترات ومراحل حياة الإنسان (Season's of Man 's Life)، وتركيزه على الفترة العمرية الممتدة بين (35-42) عاماً واعتبارها مرحلة حرجة في حياة الإنسان قد يتعرض فيها إلى ما يعرف بأزمة منتصف العمر، وقد كان لهذه الكتابات والنظريات دور في إعادة النظر في مرحلة الرشد، على أنها مرحلة قد تعتريها تغيرات شخصية وانفعالية، وإن كانت هذه التغيرات تتباين وتختلف في حدتها من شخص إلى آخر (النيال، 2008).

ويرى العلماء أن فترة الرشد الأولى تبدأ في العشرين من العمر وتمتد حتى الأربعين، في حين تبدأ مرحلة الرشد الوسطى في الأربعين أو قبل ذلك بقليل، أو الخامسة والأربعين وتمتد حتى الستين، ثم تبدأ مرحلة الشيخوخة (حلمي، 2008).

ويشير ويفر (weaver,2009) إلى أزمة منتصف العمر على أنها حالة نفسية يغلب عليها الشك والقلق، ويشعر من خلالها الفرد بعدم الراحة عند إدراك أن نصف العمر قد انتهى، وهي فترة مليئة بالضغوط، سيما أنها تشتمل عادة على التأمل وإعادة تقييم الإنجازات.

ويرتبط بمصطلح منتصف العمر عند الرجال والنساء النظر للجسم بصورة سلبية مع تقدم السن، وعدم الشعور بالمتعة من أحداث الحياة التي كانت تسبب السعادة في وقت سابق، وفقدان الهدف، والنظر للوقت المتبقي على أنه لا يكفي لتحقيق أهداف الشباب والشعور بضرورة إعادة التقييم، ووضع أولويات يمكن تحقيقها في ضوء القدرات المتوفرة والوقت المتاح، وقد يتم إيعاز الأزمة إلى أحداث مؤثرة تفرض تهديداً وتتطلب تحدياً، وقد تكون الأزمة في وقت يمرّ به الفرد بصدمة داخلية مؤلمة أو صراع مع العالم الخارجي(رسلان، 2013).

وفي ضوء ما سبق، تسعى هذه الدراسة إلى تناول أزمة منتصف العمر للنساء العاملات على أمل تشخيص هذه الأزمة، وإيجاد إطار عام للتدخل مستقبلاً، يعمل على تخفيف الأعراض وتعزيز الذات الإيجابية للنساء العاملات.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تتسبب أزمة منتصف العمر في إحداث الكثير من المشكلات والصعوبات والتداعيات، أهمها الانفصال بين الزوجين في مرحلة متقدمة من الزواج نتيجة وعيهم بأن اختيارهم كان خاطئاً، وهنا تكمن خطورة الموضوع على التكوين الأسري والعلاقات داخل الأسرة الواحدة.

ومن خلال استعراض الباحث للأبحاث التي تناولت موضوع أزمة منتصف العمر ضمن متغيرات كثيرة في الوطن العربي والدراسات الأجنبية التي جميعها أكدت على أهمية هذه المشكلة، تبيّن مدى أهمية إجراء هذا البحث في البيئة الفلسطينية.

وحسب علم الباحث لا تتوفر أي دراسة تتناول أزمة منتصف العمر في البيئة الفلسطينية، وأن أزمة منتصف العمر هي مرحلة لها أعراضها وسلبياتها التي غالباً ما تصاحب الإنسان ذكراً أو أنثى كلما تقدم به العمر، وهي مرحلة تقييميه أكثر منها تقويمية إلى حدٍّ ما، بمعنى أن الفرد يرى أن هناك أموراً انتهت من حياته ولن تعود وهو إحساس قد يتسبب بأعراض نفسيه تشعر الفرد بالضيق والتوتر والحسرة.

ويرى الباحث بحكم اهتماماته العلمية والبحثية والمهنية وطبيعة عمله، أنه لا يوجد دراسات تناولت هذه الأزمة في المجتمع الفلسطيني، الأمر الذي يجعل من دراسة النساء العاملات في منتصف العمر حاجة ملحة لأهمية دور النساء في المجتمع، إذ أصبحت النساء هنّ الطبيبات والمعلمات والمهندسات والقائدات، إضافة إلى دورهنّ الأساسي في رعاية أسرهنّ.

وتتناول هذه الدراسة مستوى هذه الظاهرة في المجتمع الفلسطيني لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية، والأسباب الكامنة خلفها، وعلاقتها ببعض المتغيرات من خلال الإجابة على سؤالها الرئيس:

ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات؟

وينبثق عن السؤال الأول الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

السؤال الأول:

ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية ؟

السؤال الثاني:

هل تختلف متوسطات الاستجابات لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر باختلاف المتغيرات الديمغرافية: العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة؟

فرضيات الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى فحص الفرضيات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير العمر.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الدخل الشهري.

4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير مكان السكن.

6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المحافظة.

أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. معرفة مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات.
2. معرفة ترتيب المجالات المتعلقة بأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات.
3. معرفة أثر بعض المتغيرات الديمغرافية المتعلقة بأزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات.

أهمية الدراسة:

الأهمية النظرية:

تكمن الأهمية النظرية للدراسة الراهنة في أنها أول الدراسات – حسب علم الباحث– التي تتناول أزمة منتصف العمر التي تعاني منها النساء، حيث أن المجتمع الفلسطيني لم يهتم بأيٍّ جانب من جوانب هذه الأزمة بشكلها العام، وخصوصاً ما يخص النساء منها، بالرغم من أنها قد تؤثر على مستقبل الكثير من العائلات، وقد ينتج عنها العديد من الاضطرابات النفسية، والتي قد تؤثر على السلوكيات العامة للمجتمع، ومن هنا فإن الباحث سعى في هذه الدراسة إلى التعرف على واقع أزمة منتصف العمر للنساء العاملات حول هذا الموضوع، وبذلك يكون الباحث قد تناول موضوع أزمة منتصف العمر من زوايا جديدة، من أجل اثراء الأدب التربوي بموضوع أزمة منتصف العمر.

الأهمية التطبيقية

يمكن أن تؤدي نتائج هذه الدراسة إلى مقترحات ودراسات مستقبلية، تعطي اهتمامات وأبعاداً أخرى لمرحلة منتصف العمر لدى النساء العاملات وكيفية التعامل معها بسلام، بالإضافة إلى كون نتائج هذه الدراسة من المراجع التي قد يعتمد عليها المعنيُّون بإعداد البرامج الإرشادية أو العلاجية لتعزيز ايجابيات الذات لدى النساء في هذه المرحلة، ومن هنا يمكن وضع حجر الأساس لبناء نظام إرشادي واجتماعي وصحّي ومهني سليم لتجاوز هذه الأزمة مستقبلاً كإجراء وقائي، وآخر بنائي، وأخيراً علاجي، كما قد تسهم هذه الدراسة بإثارة انتباه المسؤولين وأصحاب القرار، لوضع البرامج الإرشادية التي تعنى بالنساء ومشكلاتها النفسية والإجتماعية.

حدود الدراسة:

تقتصر هذه الدراسة على المحددات الآتية:

- **الحدود البشرية:** أُجريت هذه الدراسة على جميع النساء العاملات ممن تتراوح أعمارهنّ ما بين (35- 50) عاماً في المحافظات الشمالية الفلسطينية.
- **الحدود الزمنية:** أجريت هذه الدراسة في العام 2016-2017.
- **الحدود المكانية:** تتحدد هذه الدراسة في المحافظات (نابلس ورام الله والخليل).
- **محددات خاصة بأداة الدراسة:** تتحدد بالخصائص السيكومترية بأداة الدراسة التي استخدمها الباحث لدراسته متشكلة بصدقها وثباتها ومعالجتها واعتبرت مناسبة لأغراض الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

أزمة منتصف العمر:

يعرفها ويفر (Weaver, 2009) على أنها حالة نفسية يغلب عليها الشك والقلق، ويشعر خلالها الفرد بعدم الراحة عند إدراك أن نصف العمر قد انتهى، وهي فترة مليئة بالضغوط حيث أنها تشتمل عادة على التأمل وإعادة تقييم الإنجازات.

ويعرفها الباحث إجرائياً على أنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في ضوء المقياس المستخدم.

منتصف العمر: تطلق سليمان (2006) على مرحلة منتصف العمر العديد من المسميات فهي مرحلة الرشد الأوسط أو وسط العمر، وتسمى أيضاً مرحلة هضبة العمر، ومرحلة النضوج وهي

عند الرجل (طور بلوغ الأشد)، وقد وردت هذه التسمية في القرآن الكريم، ووردت مقيدة بسن الأربعين مرة واحدة بقوله تعالى (**حتى إذا بلغ أشده وبلغ أربعين سنة**) (الأحقاف:15).

النساء العاملات: ويعرفُهنّ الباحث أنهن النساء اللواتي يتبوأن مركزاً في سوق العمل بغض النظر عن طبيعة هذا العمل أو المركز أو مستوى الدخل الذي يحصلنَ عليه.

المحافظات الشمالية: وهي المحافظات التي تقع شمال الضفة الغربية والتي تضم (القدس، بيت لحم، الخليل، رام الله والبيرة، ونابلس، وسلفيت، وجنين، وقلقيلية، وطولكرم، وطوباس، وجنين، وأريحا والأغوار) (عثمان، 2010).

الفصل الثاني:

الإطار النظري والدراسات السابقة

- المقدمة
- أسباب أزمة منتصف العمر
- أسباب حدوث أعراض أزمة منتصف العمر عند المرأة:
- جوانب أزمة منتصف العمر
- النظريات التي حاولت تفسير أزمة منتصف العمر
- أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة
- خصائص أزمة منتصف العمر
- اختلاف أبعاد الأزمة بين الرجل والمرأة
- المشكلات التي تعاني منها المرأة في منتصف العمر
- الدراسات السابقة
- أولاً :الدراسات العربية
- ثانيًا :الدراسات الأجنبية
- التعقيب على الدراسات السابقة

الفصل الثاني:الإطار النظري والدراسات السابقة

المقدمة:

ظهر مفهوم أزمة منتصف العمر في الستينيات والسبعينيات نتيجة للمغالاة في أهمية العوامل البيولوجية من جهة، ونتيجة لزيادة شعبية مدرسة التحليل النفسي من جهة أخرى، وبناء على ذلك تأرجحت ظاهرة وجود ما يسمّى بأزمة منتصف العمر ما بين المؤيدين والمعارضين منذ ذلك الوقت وحتى الآن، فمن جهة أكد العديد من الباحثين على أن هناك لحظات حرجة تمرّ بالأفراد من خلال مراحل حياتهم، ومن بينها أزمة منتصف العمر التي قد تستمر لعدة سنوات، أكد باحثون آخرون في دراساتهم على أن غالبية الأفراد يمرون بمرحلة انتقالية في منتصف العمر (MidlifeTransition) والتي تظهر ما بين سن الأربعين والخامسة والأربعين، والتي قد تستمر ما بين أربع وخمس سنوات، وأكد غيرهم على أن الأفراد قد يمرّون بأزمة منتصف العمر، منذ سن الخامسة والثلاثين وحتى الخامسة والأربعين، والذي يظهر في شعورهم بضيق الوقت المتبقي لهم في الحياة، وقرب انتهائه من غير تحقيق أهدافهم (Wahl & Kruse, 2005)، ويتفق مع من سبق (Franzoi, 2011) بتأكيده على أن أزمة منتصف العمر ليست خرافة، فعلى الأقل واحد من عشرة أفراد يعانون من أزمة تتعلق بالعمر، والتي تستمر في الذكور من ثلاثة و حتى عشر سنوات، أما الإناث فمن سنتين وحتى خمس سنوات.

ومن جهة أخرى يرى وايتن وآخرون (Weiten et al, 2009) أنه ومنذ بداية الدراسات حول موضوع أزمة منتصف العمر، فشلت الكثير من الأبحاث في رصد أي تغيرات نفسية أو انفعالية للأفراد في منتصف العمر، وأن ما اعتمد عليه باحثون سابقون كان معتمداً على الخرافات والأساطير. ويؤكد برنامج الأبحاث التابع لمؤسسة ماك آرثر (MacArthur) والخاص بالنمو الناجح

لمرحلة منتصف العمر (MIDMAC) على أن مرحلة منتصف العمر فترة حميدة قد تنتهي بالعديد من الاحتمالات (Anderson et al.,2012).

وبالرغم من كل الاهتمام الذي لقيته ظاهرة أزمة منتصف العمر في بحوث ودراسات أجنبية، إلّا أن الأبحاث التي تدعمها ما تزال ضعيفة إلى حد ما، وأن مفهوم منتصف العمر ما هو إلا أسطورة ظهرت نتيجة المبالغة في تبسيط الأنماط المختلفة لغالبية الأفراد الذين لا يعانون من اضطرابات حقيقية (Gaudette & Courter, 2011).

أسباب أزمة منتصف العمر

يرجع الفضل لمحمود (2008) في تقسيم أسباب أزمة منتصف العمر وتفنيدها في ستة أبعاد رئيسية في مقياسها والتي أطلقت عليه مسمى "محدثات أزمة منتصف العمر"، وهي:

1. أسباب مهنية: وتشمل جميع الضغوط الخاصة بالعمل من ضغوط وأعباء وفقدان الوظيفة، أو الانتقال منها، والتقاعد، وتدني الأداء الوظيفي، وغياب الثناء والتقدير.
2. أسباب أسرية: وتشمل استقلال الأبناء، والخيانة الزوجية، وممارسة أدوار الآخرين، والشعور الزائد بالمسؤولية، والخلافات الأسرية، وعقوق الأبناء.
3. أسباب فسيولوجية: وتشمل انقطاع الحيض للإناث، والضعف الجنسي، وتدهور الصحة العامة، وفقدان الخصوبة، وعدم القدرة على الإنجاب، وكذلك تشمل الأسباب الفسيولوجية من ترهلات وتجاعيد وسُمْنة، وظهور الشيب، وفقدان الهمة والنشاط.
4. أسباب اجتماعية: وتشمل خيانة أحد الأصدقاء، واليأس من الآخرين، وتغير مجرى الحياة، والشعور بمرارة الواقع، وفقدان المساندة الاجتماعية، والعزوبة، والعنوسة.

5. أسباب نفسية: وتشمل التوتر الدائم، وفقدان معنى الحياة، والفشل في تحقيق الأهداف، وانعدام الطموح، والفراغ العاطفي، والفتور الجنسي، والخوف من الشيخوخة، والتقدم في العمر، والإحساس بالعجز، والخوف من الموت، وصراع القيم والمبادئ.
6. أسباب صدمية: وتشمل الإصابة بمرض مزمن، أو استئصال أحد الأعضاء، أو الطلاق، أو الترمّل، أو وفاة أحد الأبناء، أو الوالدين أو أحد الأصدقاء.

أما النيال (2008) فترى أن مرحلة الطفولة سبب رئيس لأزمة منتصف العمر، وأن سبب الأزمة يرجع إلى الحرمان في هذه المرحلة، وأن الإنجازات التي حققها الأفراد في منتصف عمرهم، ما هي إلا حيلة دفاعية لتعويض هذه المشاعر، إلا أنّ هذه الحيلة ما تلبث أن تتبعثر عند مواجهة واقع التقدم في العمر، وأن أزمة منتصف العمر ليست إلا انعكاساً للبحث عن الشباب الضائع، بل إنها صرخة يائسة لطفولة منبوذة، أما الحسيني (2002) فتؤكد أن السبب في أزمة منتصف العمر يكمن بفشل الفرد في تكوين هويته في مرحلة المراهقة، والذي يعمل عاملاً مرسباً في تكوين الأزمة، بسبب ما يقع فيه من تشتت للدور أو تميعه والذي عزته إلى وجهة نظر مارشا (Marsha) في فشل المراهق الذي يأخذ أربعة أوجه يشكل تميع الدور (Role Confusion).

وتؤكد الحسيني (2002) أيضاً أن سبب أزمة منتصف العمر يرجع إلى أسطورة النضج (MaturityMyth)، فمنذ الصغر يقود الآباء والمعلمون أبناءهم إلى الاعتقاد بأن الخيارات الصحيحة تضمن لهم حياة مريحة مما يقودهم بالتأكيد إلى النضج، ووفقاً لهذه الأسطورة فإنّ حياة الفرد الناضج ستكون مستقرة بسبب الخيارات الصحيحة والجيدة كافة، والتي اتخذت باستحسان من الأسرة والمجتمع، ومن هنا تنبثق العديد من الأزمات والضغوط بسبب مجموعة الآمال والتطلعات التي قد لا تكون حقيقية، فقد تختلف جوانب هذه المرحلة عما كان متوقعاً لها في فترة العشرينات.

أسباب حدوث أعراض أزمة منتصف العمر عند المرأة:

تنشأ جميع أعراض مرحلة منتصف العمر تقريباً نتيجة لاضطراب إفراز الهرمونات، خصوصاً نقص إفراز الهرمون الأنثوي (الأستروجين)، وترجع التغيرات الجسدية والنفسية في مرحلة منتصف العمر إلى تغيير في إفراز الهرمونات من غدد الجسم الصمّاء، والغدد النخامية (غدة صغيرة في حجم حبة الفول تقع أسفل المخ عند قاع الجمجمة) هي المسئولة عن تنشيط المبايض لإنتاج البويضات ويحتوي المبيض على قناة ثابتة للبويضات غير الناضجة تتكون في الشهر الرابع للأنثى داخل رحم أمها، وتصل أعداد هذه البويضات إلى عدة ملايين في الشهر الخامس للجنين قبل أن تبدأ الأعداد في التراجع، وقبل الولادة يكون هذا العدد قد تراجع ويستمر بالتراجع بلا توقف، ويصل عدد البويضات إلى نحو خمسة وعشرين ألفا عندما يكون عمر المرأة سبعة وثلاثين عاماً تقريباً، وبعد ذلك تبدأ سرعة انخفاض الأعداد في الزيادة، وعندما تقترب المرأة من سن توقف الطمث تصل أعداد هذه البويضات إلى ألف بويضة، وهو عدد قليل جدا لتكوين بويضة ناضجة يمكن تخصيبها، كما تتناقص مستويات (الأستروجين) مع تناقص أعداد الحويصلات السليمة في المبيضيْن، وبالتالي يحدث اضطراب الطمث، وبسبب تناقص إنتاج أكياس البويضات في المبيض وتناقص هرمون (البروجسترون) تقصر فترة تكاثف بطانة الرحم، وتكون النتيجة النهائية توقف المبيض عن عملية التبويض(إنتاج البويضات الذي يتم بصورة منتظمة خلال الدورة الشهرية) وبالتالي تصل المرأة إلى سن توقف الطمث (حلمي، 2008).

جوانب أزمة منتصف العمر

يشير هارجف (Hargive ,2008) إلى رأي ليفنسون (levinson) وهو أن هناك سمات تتلازم مع الانتقال لمنتصف العمر، وهي:

1. التقييم الذاتي: فعلى الرغم من أن تقييم ذات الإنسان وعيوبه وقيمه عملية مؤلمة إلا أن الاستبصار المكتسب يمهّد الطريق لمزيد من التطور.
2. إعادة تقييم الماضي: فقد تنشأ أسئلة مثل ماذا فعلت بحياتي؟ ما هي قيمي وأولوياتي؟ وقد يدرك الشخص أن كثيراً من حياته قد بني على فروض زائفة.
3. الاعتراف بنهاية الحياة: فيبدأ الشخص في مواجهة قوته، وهذا الاعتراف قد يجعل الوقت ثميناً، ويؤدي إلى تطورات جديدة بشأن الأولويات والقيم.

وتناول بيتر (Peter) جوانب أزمة منتصف العمر عند فرويد (freud) وذكر في دراسته عدد من المعطيات، من أهمها:

1. أن المرحلة الانتقالية لمنتصف العمر مرحلة طبيعية من النمو والارتقاء ترتبط بترتيب عمري لدورة حياة الإنسان، وأن الأزمة تحدث أثناء الانتقال.
2. إعاقة النمو والارتقاء، ويؤدي العجز عن التقدم إلى هجوم الأنا الأعلى ونكوص الأنا وحدوث الأزمة.
3. إن المهمة الإنمائية الحيوية لانتقال منتصف العمر هي ابتكار نسخة جديدة لحلم الشباب بشكل يتلاءم مع منتصف العمر.

4. أنه أثناء فترة الانتقال لمنتصف العمر تتسارع عمليات تفرّد الشخصية، وتيسر العمل الإنمائي اللازم للمرحلة القادمة. واستدل بعض الباحثين على وجود الأزمة وجوانبها، من خلال بحثه في التغير النوعي أو التحول في الشكل الإبداعي لأداء بعض الشخصيات المشهورة، فقد عبّروا عن معاناتهم أثناء تخطيهم للأزمة من خلال إبداعاتهم الأدبية وإنجازاتهم العلمية(رسلان، 2013).

وتوصل ماثيو (Mathew, 2011) في دراسته عن استخدام (Hess Herman) للرومانسية الألمانية، والروحية الهندية في حل أزمته في منتصف العمر والتي دامت لأكثر من عشر سنوات، فمن خلال قصة (Demian) حدد بداية الأزمة بعرض تطور أحد الشخصيات من شخص عادي إلى بطل، ثم في قصة (Siddhartha) التي تعرض تحول هذا البطل إلى بطل ساخر في العصور الوسطى، وقصة (Steppen Wolf) والتي تحكي نضال البطل لتحقيق توازنه وخروجه من الأزمة.

وقام ماثيو (Mathew, 2011) أيضاً بفحص قصة تشارلز ديكنز (Charles Dickens) قصة مدينتين (A Tale of Two Cities) وتوصّل إلى أن ديكنز دمج فيها العناصر الخارجية، مثل معايشة الثورة الفرنسية، والعناصر الداخلية التي تكشف الكثير عن الحالة النفسية الداخلية للمؤلف ومروره بهذه الأزمة من خلال أسلوبها وشخصياتها، وموضوعاتها، وطريقة معالجته لها.

ومن الطبيعي أن يختلف الأفراد فيما بينهم في قدرتهم على إدارة أبعاد الأزمة، ولكنّها في الأغلب قد تأخذ عدة مراحل:

1. التقييم الذاتي: حيث يقارن الناس صورتهم الذاتية الواقعية بصورتهم المثالية في ضوء التوقعات الاجتماعية لمن يمرّون بهذه المرحلة.

2. تقييم مدى تحقيقهم للأهداف الموضوعة مسبقاً فالبعض يقيم ما توصل إليه في ضوء ما يعكسه من إشباع عاطفي يطابق أمنياته، ومن المحتمل أنهم حقّقوا ما هدفوا إليه ثم اكتشفوا أنه لم يصل بهم للإشباع المطلوب.
3. وضع أهداف جديدة: ولكنها الآن توضع في ضوء الإمكانيات الجسدية والعقلية المحدودة وبهذا يتوفر له حافز جديد للحياة.

وقد يرى البعض أنهم عاشوا كما سبق للآخرين، فيضعون أهدافاً لا يروْنَ فيها إلا أنفسهم، فما تبقى من العمر لا يكفي إلا لتحقيق ما يرغبونه فقط، ويلجأون لتغيير المهنة التي لا تستوعب كل طموحاتهم أو التي لا يستطيعون إضافة الجديد إليها، أو اضطروا للعمل فيها لعدم وجود بدائل وقتها، أو يقيمون علاقة عاطفية للشعور بالمرغوبية من جديد، أو السفر والبحث عن بداية جديدة أو غيرها، فيسعى للاستمتاع بما تبقى من عمره بعيداً عن التقاليد والأعراف الاجتماعية التي كبّلته ومنعته من أن يعيش كما يريد فيما مضى (رسلان، 2013).

النظريات التي حاولت تفسير أزمة منتصف العمر

ظهرت نظريات عديدة حاولت تفسير العمليات التي تتضمنها مرحلة الرشد والتحولات والتغيرات التي تعتري الفرد والتي يمكن أن تكون مسؤولة عن ظهور الأزمة وفيما يلي استعراض لعدد منها بإيجاز:

1. مدخل مخطوطة الحياة بيرن (BerneLife Script Approach)

تقوم هذه النظرية على السيناريو الذي يستخدمه الفرد في أدائه لأدواره، وممارسته لتفاعلاته الشخصية مع الآخرين خلال الحياة. ومن ثمّ فإن هذه النظرية ترتكز على التوجه الذي انتهجته

نظرية التحليل النفسي وهو الإحساس بالهوية، والذي يتأسس في مرحلة الطفولة ويظهر بعد ذلك بشكل متسق في السلوك.

وتفترض نظرية الحياة أن الأفراد ينمّون استراتيجيات حتمية للعلاقات الشخصية في مرحلة الطفولة، وهذه العلاقات تؤثر عليهم حتى يمكن التنبؤ من خلالها بطبيعة تفاعلاتهم مع الآخرين في حياتهم التالية. ويرى بيرن (Berne) أن كل واحد منّا يكافح ويناضل من أجل أن تظهر المخطوطة في أفضل صورها، ويتمنى أن لا تتضمن أحداثاً غير سارة تعبر عن المعاناة الشخصية (Wrightsman,1981)، وتتلخص الفكرة الرئيسية التي تدور حولها هذه النظرية في أن الخبرات التي يمر بها الفرد في مرحلة الطفولة تؤثر عليه في مرحلة الرشد، وربما أن الأزمات التي تعتريه في سن الرشد هي نتاج صراعاته في طفولته.

وعلى كل حال، فقد وجّه نقد لنظرية مخطوطة الحياة نظراً لأن هذه النظرية لا تراعي بدرجة كافية الموضوعية، ولأنها تثير تساؤلات عدة منها ما يتعلق بما إذا كان النص يتضمن– فعلاً – الخبرات الحقيقية التي تمر بالإنسان، وإذا ما كانت هناك فجوة بين النمط الخاص بحياة الفرد في مرحلة الرشد وبين خبراته الجوهرية التي مرّ بها في مرحلة الطفولة ولا سيما تلك التي تتعلق بتفاعله مع والديه (Elmas, 1981. Gadino, 1983).

2. نظريات مراحل النمو الراشد (Stage Theories of Adult Development)

نظرية أريكسون (Erikson)

تعدّ هذه النظرية تعديلاً للنظرية النفسية، حيث تدخل الاعتبارات الاجتماعية في معادلة النمو النفسي، حيث قدمت ثماني مراحل لحياة الإنسان تقع الثلاث الأخيرة منها في طور الرشد، أما

الخمس الأولى من مرحلتي الطفولة والمراهقة فقد لقيت اهتماماً بالغاً أكثر مما لقيته المراحل الثلاث الأخرى من مراحل الرشد. وقد يكون الاهتمام الخاص راجعاً إلى انبهار أريكسون (Erikson) بهذه الفترة وبأهميتها الاستراتيجية للجهود المعاصرة في العالم الغربي في تربية الطفل (Wrightsman, 1981).

والمراحل الخمس الأولى لدى أريكسون (Erikson) هي في الأساس إعادة تشكيل وامتداد لمراحل النمو الجنسي عند فرويد (freud)، غير أن هذه المراحل بالنسبة لأريكسون مراحل دائبة الحركة، فالفرد من وجهة نظره لا يملك شخصيته أبداً، ولكنه يدأب على إعادة تنمية الشخصية (Wrightsman,1981).

وينظر أريكسون (Erikson) إلى كل مرحلة عمرية جديدة على أنها مستوى جديد من التكامل البنائي (Structural Integration). ومن وجهة نظره فإن نضج الشخصية يحدث عن طريق ما أسماه الخطوات الحرجة (Critical Steps)، أو بعبارة أخرى فإن النضج هو تمايز أجزاء سبق تخطيطها في فترات حرجة أو حاسمة ذات تتابع محدد، وقد تبدو هذه الفترات الحاسمة الحرجة في القدرة على اتخاذ القرار بين التقدم والانهيار، والتكامل والتخلف (Wrightsman, 1981).

وتنشأ الأزمة -حسب رأي أريكسون (Erikson)- في المرحلة السابقة من مراحل النمو الثماني (40-50عاماً) نتيجة الصراع بين الانطواء على الذات (Self-absorption) من ناحية والأبوة أو الإحساس الوالدي (Generativity) من ناحية أخرى، ويقصد بالانطواء على الذات التركيز الضيق على الاهتمامات الشخصية للفرد خصوصاً في أمور التقدم في الحياة، والتمتع بوسائل الراحة المادية، في حين يقصد بالإحساس الوالي الاهتمام بالآخرين جزئياً من أجل الرخاء النفسي للأسرة. ويرى أريكسون (Erikson) أن الأفراد الذين ينعدم لديهم الإحساس برعاية الآخرين

والانفتاح بمختلف الصور عليهم، يعانون من مشاكل الركود الشخصي (Personal stagnation) وهي المرحلة السابقة من مراحل تطور الإنسان ونموه، وهي تسمى أيضاً الانتاجية مقابل الركود، وهي قد تدفع البعض في اتجاه إيجابي جديد أو قد تدفع البعض الآخر إلى التخبط، ولا تحمل الأزمة عند أريكسون (Erikson) صورة قاتمة، بل يرى أن كل أزمة شخصية أو اجتماعية تولد عوامل تؤدي إلى النضج، إذا ما أولى اهتماماً خاصاً للآثار النفسية والاجتماعية المرتبطة بتطور الإنسان، وقد حاول أن يركز على ايجاد حلول حاسمة لأزمات النمو (Colarusso & Nemiroff, 1981).

يتبين من خلال العرض السابق أن هناك فروقاً جوهرية بين نظرية المراحل ونظرية مخطوطة الحياة أو – نص الحياة – وتكمن هذه الفروق في أن نظرية المراحل امتدت فيما وراء العوامل البيولوجية والأسرية لتشمل المجتمع ومؤسساته، والتي يتصور تداخله في مراحل النمو النفسي الاجتماعي، وأن نظرية المراحل لم تركز على مرحلة الطفولة فحسب، بل أولت اهتماماً لمرحلتي البلوغ والرشد فضلاً عن تأكيدها على أن الأزمة قد تظهر في أي مرحلة ارتقائية يمر بها الفرد، وليس كما هو الحال في نظرية المراحل التي تربط الأزمة بمرحلة الحياة(النيال، 2008).

نظرية ليفنسون (Levinson):

لم يركز ليفنسون وزملاؤه (Levinson et al) على التغيرات التي تعتري الفرد، ولكنهم وجهوا اهتمامهم نحو الحدود المشتركة بين الذات وعالم العلاقات الشخصية. وتقدم نظرية ليفنسون (Levinson) دورة حياة عالمية مكونة من نقاط ومراحل زمنية محددة في ترتيب يبدأ من الميلاد وحتى سن الشيخوخة، ويعد العصر(Era) كوحدة زمنية هو الوحدة الأساسية في دورة الفرد، والتي تستمر عشرين عاماً، وهي على النحو التالي: ما قبل الرشد (صفر–20)، والرشد (40-60)، والرشد

المتأخر (60-80)، ومن ثم الرشد المتأخر تماماً (80 فما فوق)، وكل فترة زمنية لها خصائصها التي تميزها (Levinson, 1976).

وقد عد ليفنسون (Levinson) الفترة بين (16–24) سنة هي فترة ترك الأسرة والاستقلال عنها، أما الفترة بين (28–33) سنة فإن الفرد يدخل عالم الرشد ويمارس دور الراشد، وهذه المرحلة تقابل مرحلة الألفة مقابل الوحدة أوالعزلة عند أريكسون (Erikson)، وتنقسم هذه المرحلة– في رأي ليفنسون– إلى وجهتين هما: الوجهة الخارجية، وفيها يمارس الفرد الأدوار الاجتماعية والاهتمامات ويخطط للأهداف بعيدة المدى، أما الوجهة الداخلية لبنية الحياة فتتضمن المعنى الشخصي الذي يحمله الفرد نحو الآخرين، والقيم، والأحلام، والخصال السيكودينامية التي تؤثر في تفاعلات الفرد مع بيئته المحيطة (Levinson, 1976).

ويشير (Levinson, 1976) إلى أن الفرد في الفترة بين (28–33) سنة يشعر بحاجة ملحّة إلى بناء حياة أكثر استقراراً وثباتاً، وفي الفترة ما بين (36–37) سنة قد يتعرض الفرد إلى بوادر الأزمة.

فمن وجهة نظر ليفنسون (Levinson) أن تفوق الفرد ونجاحه وتقدمه وحصوله على الإثابة يجعله أكثر عرضة للضغوط والمسؤوليات، وذلك لمحاولاته المتعددة الحفاظ على هذا التفوق، مما قد يعرضه للوقوع بأزمة. وتأتي المرحلة العمرية (40–45) سنة– وهي مرحلة الأزمة عند ليفنسون (Levinson)– وفيها يسأل الفرد نفسه: ماذا فعلت في حياتي؟ ماذا أقدم لذاتي وللآخرين؟ وماذا أريد إنجازه؟ ما هي قيمي واتجاهاتي؟ هل ما أؤمن به من قيم أمارسه في حياتي الفعلية؟ هل حقاً أسلك مسلكاً سليماً في حياتي؟(Levinson, 1976)

ويرى ليفنسون (Levinson) أنه من الصعب تجاوز الفرد لهذه الاتجاهات المتناقضة في مرحلة منتصف العمر، فيشعر الفرد أنه شابٌ في كثير من المواقف وفي ذاته يشعر بتقدم العمر، كما يشعر الفرد وبشكل متعاقب بالصغر، ثم الكبر ثم ما بينهما (In between)، ويحاول أن يجعل من هذه الفترة البينية (ما بين الإحساس بالصغر والإحساس بالكبر) معنى، وربما يتفاعل بطرق مختلفة مع هذه الفترة البينية تفاعلاً يختلف عن أساليب تفاعله في مرحلة الرشد المبكر (Levinson, 1976).

ويرى ليفنسون (Levinson) أن الفرد سوف يتعرض للتحول (الأزمة) سواء أكان ناجحاً أم فاشلاً، فإذا فشل فسوف يلوم نفسه، وإذا كان ناجحاً فسوف يرى أن ما وضعه من أهداف أقل مما لديه من إمكانيات. كما يرى ليفنسون (Levinson) أن ما سبق ذكره لا يعد أزمة بقدر ما هو وقت عصيب يمر به الفرد، ولكن القضية تكمن في خبرة اليأس (Experience of Disparity) التي تقود الفرد إلى معاناة جديدة وصراع بين ما كسبه من تعايشه وبقائه في بناء معين، وبين ما يريد فعلاً تحقيقه لذاته (Levinson, 1976).

3. نظرية التصور الجدلي (Dialectic Conception)

للتصور الجدلي تاريخ طويل في تفسير السلوك الإنساني في مجالي الفلسفة وعلم الاجتماع، إلا أن إسهاماته قد دخلت مجال علم النفس منذ فترة قصيرة. وربما كان أفضل انعكاس للتصور الجدلي ما ظهر في أعمال فرويد (freud) حينما حاول تفسير الصراع بين (الهي والأنا الأعلى). وفي عام (1979) قدّم أروين ألتمان (I.Altman) تحليلاً جدلياً عن العلاقات الشخصية للراشد. وتصور أن الشخصية للراشد تتكون من أبعاد تتضمن أقطاباً متباينة أو مختلفة. ويكمن الصراع حينما يكون هناك اختلاف تام بين القطبين، الاندماج (Affiliation) والخصوصية (Privacy)،

ويشير ألتمان (Altman) إلى أن هذه الخصائص المتمايزة دائماً وأبداً في حالة توتر، وأن العلاقة القائمة بينهما علاقة دورية متغيرة وليست ثابتة مستقرة، وقد يظهر أحد القطبين بقوة على القطب الآخر، وهو أمر لا يهمُّ كثيراً، لأن القطب الآخر سوف يكون له تأثير وربما بدرجة أقل في مرحلة تالية، والحقيقة هي التي حاول المدخل الجدلي إيضاحها (Wrightsman, 1981).

أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة

تتجلّى أعراض أزمة منتصف العمر في انعدام الهدف، وفقدان المتعة في الحياة، والإحساس بالفراغ والريبة، وانعدام التركيز، والحزن، والاكتئاب المستمر، والأرق، وشدة الانفعال، والبحث عن المتعة والمرح طوال الوقت (Arterburn & Shore, 2008) وانعدام المسؤولية التي غالباً ما يظهر في سلوك البذخ (Adler, 2007).

وتعاني بعض النساء في هذا السن من أعراض شديدة متباينة، سواء كانت أعراض جسمية أو نفسية، بينما نساء أخريات من أعراض متوسطة أو خفيفة ونادرة، ولكن نادراً ما تمر هذه الفترة من عمر المرأة بدون أعراض وتغيرات مصاحبة لها (كردي، 2012).

ويرى جعفر(2007) أنّ من هذه الأعراض والاضطرابات النفسية ما يلي:

1. اضطراب الطباع: كعدم الاستقرار، والاستثارة، وفرط النشاط، أو على العكس الخمول والهدوء.
2. الاضطرابات الجسمية النفسية : كالوهن، والصداع والدوخة، والرجفة، وفقد الانتباه والتركيز والأرق.
3. القلق، وسرعة الانفعال والعدائية.

4. الشعور السريع بالتعب والإرهاق والإجهاد.
5. التوتر العصبي واضطرابات النوم.
6. فقدان الشهية وعدم الرغبة في القيام بأي عمل حتى لو كانت أعمال روتينية.
7. زيادة الشكوك والوساوس.
8. الاكتئاب النفسي.
9. الشعور بالوحدة.

أما هارجرف (Hargrve, 2008) يرى أن هناك سمات تتلازم مع الانتقال لمنتصف العمر تتمثل في ما يلي:

1. التقييم الذاتي: فعلى الرغم من أن تقييم ذات الإنسان وعيوبه وقيمه عملية مؤلمة إلا أن التبصر المكتسب يمهّد الطريق لمزيد من التطور.
2. إعادة تقييم الماضي: فقد تنشأ أسئلة مثل ماذا فعلت بحياتي؟ ما هي قيمتي وأولوياتي؟ وقد يدرك الشخص أن كثيراً من حياته قد بُني على فروض زائفة.
3. الاعتراف بنهاية الحياة: فيبدأ الشخص في مواجهة موته، وهذا الاعتراف قد يجعل الوقت ثميناً، ويؤدي إلى منظورات جديدة بشأن الأولويات والقيم.

أما سامبسل وآخرون (Sampselle, et al., 2002) فيرون أربع تحولات في فترة منتصف العمر تتمثل فيما يلي:

1. الوصول لمفاهيم الفناء البشري.
2. التوافق مع التغيرات في الحياة الأسرية.

3. تنمية الموثوقية المتزايدة (أي السلوك المتوافق مع معتقدات الفرد).
4. إعادة تقييم التجارب الحياتية.

وترى رسلان (2013) أن من الطبيعي أن يختلف الأفراد فيما بينهم في قدرتهم على إدارة أبعاد الأزمة، ولكنها في الأغلب قد تأخذ عدة مراحل:

1. التقييم الذاتي: حيث يقارن الناس صورتهم الذاتية الواقعية بصورتهم المثالية في ضوء التوقعات الاجتماعية لمن يمرّون بهذه المرحلة.
2. تقييم مدى تحقيق الأهداف الموضوعة مسبقاً: فالبعض يقيم ما توصل إليه في ضوء ما يعكسه من إشباع عاطفي يطابق أمنياته، ومن المحتمل أنهم حققوا ما هدفوا إليه ثم اكتشفوا أنه لم يصل بهم للإشباع المطلوب.
3. وضع أهداف جديدة: ولكنها الآن توضع في ضوء الإمكانيات الجسدية والعقلية المحدودة وبهذا يتوفر له حافز جديد للحياة.

وتضيف رسلان (2013) أن البعض قد يرونَ أنهم عاشوا ما سبق من أجل الآخرين، فيضعون أهدافاً لا يروْنَ فيها إلا أنفسهم، فما تبقّى من العمر لا يكفي إلا لتحقيق ما يرغبون فقط، ويلجأون لتغيير المهنة التي لا تستوعب كل طموحاتهم أو التي لا يستطيعون إضافة الجديد إليها، أو اضطروا للعمل فيها لعدم وجود بدائل وقتها، أو يقيمون علاقة عاطفية للشعور بالمرغوبية من جديد، أو السفر والبحث عن بداية جديدة أو غيرها، فيسعونَ للاستمتاع بما تبقّى من عمرهم بعيداً عن التقاليد والأعراف الاجتماعية التي كبّلتهم ومنعتهم أن يعيشوا كما يريدون فيما مضى.

خصائص أزمة منتصف العمر

تذكر الدريع (2008) أن الأفراد الذين يمرّون بفترة منتصف العمر لديهم بعض من هذه المشاعر الآتية:

1. البحث عن حلم أو هدف غير محدد المعالم .
2. مشاعر الندم العميقة لعدم تحقيق الأهداف(تأنيب الضمير).
3. الرغبة في إعادة مشاعر الشباب الماضية.
4. الحاجة لقضاء مزيد من الوقت وحيداً أو مع شخص وفي.
5. الاستياء من الحياة.
6. الشعور بالملل من الأشياء.
7. مشاعر الاتجاه نحو المغامرة والرغبة في عمل أشياء مختلفة(غريبة).
8. التساؤل عن جدوى الحياة ومدى صحة القرارات التي تم اتخاذها قبل سنوات.
9. الحيرة حول من يكون وإلى أين تتجه الحياة؟

ويسمي الخليوي (2008) أزمة منتصف العمر بعض الأحيان أزمة الهوية الثانية (Second identity crisis) بشكل يشبه ما يعانيه المراهقون في الأزمة الأولى، قد يعاني فيها الأفراد من الشك والحيرة والمرض ولا يمكن تجنب هذه المشاعر وقد يقومون ببعض السلوكيات الآتية:

1. الإفراط في الكحول(للرجال).
2. العزلة والإحباط (الكآبة).
3. الاهتمام الزائد بالمظهر الخارجي.

4. الاستهلاك المنافي للذوق كالحصول على أشياء ثمينة والغريبة كالملابس الفاخرة، السيارات، الجواهر، الأجهزة الإلكترونية الحديثة.

اختلاف أبعاد الأزمة بين الرجل والمرأة

مع إمكانية مرور كل من الرجل والمرأة بأزمة منتصف العمر، فهناك ملامح مميزة للأزمة عند كل منهما: فعند المرأة قد يختزل البعض ملامح هذه الأزمة فيما تعانيه المرأة من تغيرات بيولوجية ترتبط بانقطاع الطمث، وقد تتأقلم المرأة بفطرتها مع ذلك، حيث أن المرأة تشعر بحدة الأزمة من خلال الاضطرابات النفسية والإجتماعية التي تمر بها، ومع تفاعل هذه المتغيرات وتضافرها يصعب تحمل وطأتها.

أما بالنسبة للرجل فهو يعطي الوزن الأكبر للمهنة والخوف من عدم توفر الإمكانيات اللازمة لاستمرار النجاح، أو لشعوره بالفشل في تحقيق ما كان يرجوه في عمله، ولم يتبقَّ من الوقت والجهد ما يلزم لتبدل الحال من الفشل للنجاح (رسلان، 2013).

ويرى فروند وروتر (Freund & Ritter, 2009) في أن هذه هي المرة الأولى في حياة الرجل التي يتأمل فيها نفسه ويحسب إنجازاته طبقاً لمعاييره التي وضعها في صغره (الحلم)، وهي تجربة صعبة للرجل، فعادة ما يصاحب إعادة تقييم الفرد الإحباط والقلق والهوس.

المشكلات التي تعاني منها المرأة في منتصف العمر

تذكر الدريع (2008) أن هناك مجموعة من الاضطرابات والأمراض التي يواجهها بعض الأفراد خلال المرحلة المتوسطة من العمر، والتي تسبب تعرضهم لضغوط وتوترات نفسية تؤثر

على قدراتهم بشكل كبير، وبالتالي على السلوك وأنماطه وتختلف التأثيرات الصحية على الرجال مقارنة بالنساء ونوضحها بالآتي:

1. مرحلة سن اليأس: يستخدم مصطلح سن اليأس تعبيراً سلبياً عن الحالة الفسيولوجية التي تمر بها النساء في الفترة المتوسطة من العمر. والمعنى العلمي للمينابوز (Menopause) هو مرور فترة عام على المرأة بدون حدوث الدورة الشهرية، ونتيجة للنقص الشديد في المعلومات وعدم وضوح (المينابوز) فإن هناك ضرورة لشرح التغيرات التي تبدأ وتنتهي بهذا الموقف، وما يرتبط به من تأثيرات، فليس من السهل الاعتقاد بأن النساء يكنَّ عاجزات تماماً بسبب ارتفاع وانخفاض الهرمونات المسببة لفترة الطمث، ويصبحنَ غير قادرات على التفكير السوي والسلوك المنطقي العقلاني ويكنَّ ميّالات إلى العزلة والانكماش.

ويعتقد أطباء الغرب أن هذه الحالة الفسيولوجية بأنها حالةٌ مرضِية يتم كتابة الأدوية والعلاجات لمواجهة أعراضها، ويعد علاج الهرمون والمهدئات من الوسائل المتبعة لعلاج التأثيرات الناتجة عن حالة (المينابوز).

2. مرحلة ظهور الأمراض المزمنة: وقد تظهر مشكلات أخرى لدى المرأة في هذه المرحلة، مثل سرطان الثدي، فهناك تأثيرات بيئية وجينية عند أجناس معينة أو عند أفراد دون آخرين، فقد أوضحت الإحصائيات أن معدل الإصابة بسرطان الثدي عند السيدات في الولايات المتحدة ضعف نسبة الإصابة لدى السيدات اليابانيات ومعظم حالات الإصابة تتركز ما بين (الثلاثين والخمسين) من العمر الذي يسبب التوتر وعدم الثقة في فرص الشفاء التام، علماً بأن نسبة الإصابة بسرطان الثدي بدأت تتزايد في الوقت الحاضر، وإن

الاكتشاف المبكّر هو أفضل وسيلة لمواجهة وعلاج المرض في مراحله الأولى، والتوعية الصحية والكشف الدوري هو أفضل طريق لتلافي هذا المرض.

ويذكر جعفر (2007) أن هناك مجموعة من الأعراض والاضطرابات النفسية التي تظهر على المرأة في مرحلة منتصف العمر، منها:

1. اضطراب الطباع كعدم الاستقرار، والاستثارة، وفرط النشاط، أو على العكس الخمول والهدوء.
2. الاضطرابات الجسمية النفسية كالوهن، والصداع والدوخة، والرجفة، وفقد الانتباه والتركيز والأرق.
3. القلق، وسرعة الانفعال والعدائية.
4. الشعور السريع بالتعب والإرهاق والإجهاد.
5. التوتر العصبي واضطرابات النوم
6. فقدان الشهية وعدم الرغبة في القيام بأي عمل حى لو كان أعمال روتينية.
7. زيادة الشكوك والوساوس.
8. الاكتئاب النفسي.

ويتضح مما سبق أن مرحلة منتصف العمر تمثل منعطفاً هاماً في حياة المرأة، وذلك نتيجة لظهور جملة من الأعراض المصاحبة لتلك المرحلة، بالإضافة إلى بعض التغيرات المصاحبة لهذه الفترة الحياتية، والتي تؤثر على المرأة، حيث تعدّ هذه المرحلة سنوات عمرية تشهد تغيرات وظيفية هامة، وهي مرحلة تشهد فيها المرأة عوارض صحية ونفسية وتغير في المزاج وتحتاج إلى إدراك ووعي وتفهم.

الدراسات السابقة

هناك العديد من الدراسات والبحوث العربية و الأجنبية التي تناولت أزمة منتصف العمر يمكن عرضها حسب الآتي:

أولاً :الدراسات العربية

استعرض الباحث عدد من الدراسات العربية التي بحثت في أزمة منتصف العمر ، لكن يمكن أن نتعرض لبعضها بإيجاز :

أجرى الحربي والحريقي (2013) دراسة بعنوان :"أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات في المدينة المنورة". حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى انتشار أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى (436) من معلمي ومعلمات المدارس في المدينة المنورة، من خلال استخدام عدة مقاييس هي: مقياس أزمة منتصف العمر، ومقياس أسباب أزمة منتصف العمر، ومقياس السعادة الزوجية، ومقياس سمات الشخصية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود أزمة منتصف العمر لدى العينة من المبحوثات، كذلك أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين أزمة منتصف العمر والسعادة الزوجية، ووجود فروق دالّة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري ولصالح ذوي الدخل المنخفض، ووجود فروق تعزى لمتغير عدد الأبناء ولصالح عدد (1-2) ومتغير الحالة الاجتماعية تبعاً لمستوى (أرمل/ أرملة) مع عدم وجود مثل تلك الفروق تعزى لمتغيري النوع الاجتماعي والعمر.

وقامت رسلان (2013) بإجراء دراسة بعنوان "المتغيرات المنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات". هدفت لبحث المتغيرات المتنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من

المعلمين والمعلمات، منهم (242) من المعلمين و(267) من المعلمات في المملكة العربية السعودية، من خلال استخدام استمارة لجمع المعلومات عن خمسة عشر متغيراً، يمكن لها أن تسهم في التنبؤ بأزمة منتصف العمر لدى الرجال، بالإضافة لمتغيرين عند النساء، مكونة من خمسة أبعاد هي البعد المهني، والجسمي، والجنسي، والأسري، والاجتماعي، وقد كشفت نتائج الدراسة على أن أهم المتغيرات المنبئة بالأزمة عند الرجال هي الشعور بالأمن الاقتصادي، وعدم الشعور بالحاجة للأولاد، ووجود أمراض مزمنة، والافتقار للمساندة الاجتماعية، وانخفاض مستوى التوافق الزواجي، في المقابل كشفت نتائج الدراسة أن أهم المتغيرات المتنبئة بأزمة منتصف العمر عند المرأة ، هي انخفاض مستوى التوافق الزواجي، و قلة رغبة الزوج الجنسية، و ضعف المستوى الاقتصادي، وعدم الشعور بالحاجة للأولاد، وافتقار المساندة الاجتماعية، ووجود أمراض مزمنة، كذلك كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الرجال والنساء ولصالح النساء.

وأجرت كردي (2012) دراسة بعنوان "زملة أعراض منتصف العمر وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من السيدات المنجبات وغير المنجبات بمدينة الطائف– دراسة وصفية مقارنة " هدفت إلى التعرف إلى أعراض أزمة منتصف العمر، وعلاقتها بتقدير الذات لدى السيدات المنجبات وغير المنجبات بمدينة الطائف في المملكة العربية السعودية من خلال أداة للدراسة (مقياس زملة منتصف العمر) تم توزيعها على عينة تتكون من (50) امرأة منجبة و(50) امرأة غير منجبة في مرحلة منتصف العمر (45-55 عاماً)، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين وجود زملة منتصف العمر والاكتئاب، ووجود علاقة دالّة إحصائياً سالبة بين زملة منتصف العمر وتقدير الذات، كذلك كشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين النساء المنجبات وغير المنجبات، وقد أوصت الباحثة بضرورة إدراج مراحل النمو الإنساني في

مقررات علم نفس النمو، والاهتمام بإعداد مراكز الإشراف الأسري والزواجي في جميع مؤسسات الدولة وتدعيمها بالأخصائيين.

وأجرت الداغستاني (2010) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر لدى موظفي الدولة وعلاقتها ببعض المتغيرات" حيث قام بتطبيق مقياس أزمة منتصف العمر على عينة مقدارها (200) موظفاً من الذكور والإناث من موظفي الدولة العراقية من أعمار ما بين (40–55) عاماً. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود درجة أزمة كبيرة لدى عينة الدراسة، عند مقارنتها بالمتوسط الفرضي للمقياس، كما أشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائياً حسب متغير الجنس والحالة الاجتماعية، ولصالح الإناث وغير المتزوجين، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائياً حسب متغير المستوى التعليمي، وقد خرجت الباحثة بجملة من التوصيات تتعلق بالتقليل من مستويات الأزمة لدى عينة الدراسة من الإناث وغير المتزوجين.

وأجرت الشهري (2009) دراسة عن زملة أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب والمساندة الاجتماعية في ضوء متغيري التعليم والعمل، على عينة تتكون من (196) إمراه تتراوح أعمارهنَّ ما بين (45–55) عاماً عاملة وغير عاملة في مدينة الرياض في المملكة العربية السعودية، ويتراوح مستوى تعليمهنَّ من متوسط إلى عالٍ من خلال استخدام الباحثة مقياس لتقدير الذات، ومقياس للاكتئاب، وآخر للمساندة الاجتماعية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين زملة أعراض هذه المرحلة وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين زملة أعراض هذه المرحلة والاكتئاب، كما أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات أفراد العينة تعزى لمتغيري التعليم والعمل ولصالح التعليم المتوسط وغير العاملات.

أجرت النيال (2008) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر في مرحلة الرشد" حيث هدفت إلى التعرف على التغيرات النفسية والاجتماعية التي تكون مسؤولة عن مرحلة الأزمة، وقد أجريت على ثلاث مراحل عمرية تمثل مرحلة الرشد المبكر (30–39)، ومرحلة أواسط العمر (40–49) ومرحلة الرشد المتأخر (50–59). وقد تكوّنت عينة الدراسة من (551) فرداً من المجتمع المصري تم فحص استجاباتهم على استبانة تتكون من (45) فقرة موزعة على ستة مجالات. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة دالّة بين أزمة منتصف العمر والمهنة ولصالح (مهنة هيئة التدريس) والعمر ولصالح العمر المتوسط.

وأجرت محمود (2008) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر (المحدثات، الأعراض المصاحبة، عمليات التحمل والمواجهة) على عينة من الموظفين العاملين عددها (400) فرداً من الجنسين ممن هم في مرحلة منتصف العمر ومن أعمار (41–60) عاماً، استخدمت الباحثة قائمة مراجعة الأعراض ومقياس عمليات تحمل الضغوط. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث لصالح الإناث، كما جاءت معاملات الارتباط موجبة بين متغيرات قائمة محدثات أزمة منتصف العمر وعمليات تحمل الضغوط ومراجعة الأعراض.

كما أجرت شند (2001) دراسة بعنوان "تقدير الذات والمساندة الأسرية للمرأة في سن انقطاع الطمث" هدفت للتعرف على ما تمرّ به المرأة في مرحلة منتصف العمر من تغيرات نفسية من حيث تقديرها لذاتها وعلاقة هذا التقدير بالمساندة النفسية من الأسرة من خلال تطبيق مقياسي التغيرات النفسية وتقدير الذات على (464) امرأة مصريّة تتراوح أعمارهنّ ما بين (35–55) عاماً، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك ارتباطاً بين تقدير الذات والمساندة الأسرية للمرأة، وارتباط حدة الأعراض بتقدير الذات والمساندة الأسرية.

أجرت النيال (1998) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر: دراسة مقارنة في الشخصية المصرية" حيث هدفت إلى التعرف إذا ما كانت هناك فروق جوهرية بين ثلاث عينات تقع في مرحلة الرشد المبكر، وأواسط العمر، والرشد المتأخر وذلك في أزمة منتصف العمر، كما هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين أزمة منتصف العمر وكل من التوكيدية، والتوجه نحو الإنجاز، والشعور بالأمان وعدم الأمان، من خلال تطبيق مقياس الدراسة على عينة من الذكور الراشدين بلغ مقدارها (551) فرداً من قطاعات تعليمية مختلفة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة بين أزمة منتصف العمر وكل من التوجه نحو الإنجاز، وعدم الشعور بالأمان.

وأجرى المفدى (1995) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر، مقارنة عمرية على عينات من المجتمع السعودي" هدفت للكشف عن أزمة منتصف العمر على عينة من الراشدين في المجتمع السعودي، وقد تكونت عينة الدراسة من (203) فرد تم تصنيفهم إلى فئات هي الرشد المبكر، ووسط العمر والرشد المتأخر، تم تطبيقها من خلال استبانة تكونت من أربعة أبعاد هي (البعد الجسمي، والأسري، والعمل، والحياة). وخلص الباحث إلى أن أزمة منتصف العمر ما هي إلا ظاهرة ثقافية تتعلق بالمجتمع الغربي الذي ترتبط المادة بنمط حياته وبتعويله على القوة والنشاط.

ثانيًا :الدراسات الأجنبية

أجرى نيما (Nema,2013) دراسة بعنوان: "العلاقة بين أزمة منتصف العمر والتوافق الزواجي" هدفت إلى الكشف عن التوافق النفسي والزواجي عند عينة من (124) من الأزواج الهنود في منتصف العمر، منهم (62) من الذكور و(62) من الإناث تتراوح أعمارهم ما بين (50– 65) عاماً، من خلال استخدام مقياس للتوافق الزواجي ومقياس لأزمة منتصف العمر، وأشارت نتائج الدراسة بعد تحليل بياناتها إلى وجود علاقة بين أزمة منتصف العمر والتوافق الزواجي بالإضافة إلى وجود فروق دالّة إحصائياً تُعزى لمتغير الجنس.

هدف كل من ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan,2012) في دراستهما بعنوان "النساء في منتصف العمر: انتقال أم أزمة: Women in Midlife Crisis Transition or Crisis) إلى التحقق من صحة الأعراض والتغيّرات المصاحبة لأزمة منتصف العمر، عن طريق مراجعة الأدبيات والبحوث التي تناولتها، وقد توصل الباحثان في هذه الدراسة إلى أن النشاط الاجتماعي للمرأة في منتصف العمر يقل، فيما عدا علاقتهما بوالديهما، كما أسفرت الدراسة عن وجود أثر دال إحصائياً للأصدقاء دون الأقرباء على سعادة المرأة في منتصف العمر، كما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الإناث، بالإضافة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدخل، والتعليم، والحالة الاجتماعية، والتدين من جهة والسعادة في منتصف العمر من جهة أخرى.

وفي دراسة للكشف عن العلاقة بين أزمة منتصف العمر وأوقات الفراغ، أجرى لو (Lu,2010) دراسة بعنوان: "أوقات الفراغ والاكتئاب في منتصف العمر". هدفت للكشف عن أوقات الفراغ وعلاقتها بالاكتئاب عند عينة من (1143) من المواطنين في تايوان تتراوح أعمارهم ما بين

(45–65 عاماً)، حيث كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري، كما كشفت أيضاً عن وجود علاقة دالة بين أزمة منتصف العمر وأعراض الاكتئاب عند عينة الدراسة من المبحوثين.

وفي محاولة للحد من التعارض القائم حول أزمة منتصف العمر، هدف كل من فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009) في دراستهما بعنوان "أزمة منتصف العمر– المناظرة (Midlife Crisis: A Debate) إلى محاولة التوفيق بين المؤيدين والمعارضين، لوجود أزمة منتصف العمر عن طريق مراجعة الدراسات التي تناولتها إما بالتنظير أو التجريب، وقد كشفت دراستهما عن استحالة دحض مفهوم أزمة منتصف العمر بشكل كلي، وقد أوصى الباحثان بضرورة تبني مفهوم أكثر تساهلاً ومرونة لازمة منتصف العمر، فعلى الصعيد النظري سيتوافق مفهوم الأزمة مع القواعد المسلمة للنمو التي تؤكد على أهمية التفاعل بين التوقعات المجتمعية والأهداف الشخصية للفرد، أما على الصعيد التجريبي فالتعريف المتساهل سيعمل على تحفيز الباحثين، لإتباع توجّهات جديدة تجسد عمليات التفاعل بين المجتمع والفرد بدلاً من عزلهما.

وهدفت ويفر (Weaver,2009) في دراستها بعنوان "منتصف العمر: وقت أزمة أم إمكانيات جديدة " إلى مقارنة أفكار كل من فرويد (freud) نحو منتصف العمر، ويونج (jung) للفردية، واعتقادات فرانكل (frankl) حول الإرادة والمعنى، ومبادئ روجرز (rogers) في النمو الشخصي، ومنظور أريكسون (erickson) وبيك (beck) حول منتصف العمر كمرحلة في دورة حياة النمو، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن انعكاسات الفرد وإعادة تقييمه لحياته لا تعكس بالضرورة وجود أزمة أو خبرات سابقة، وعلى الرغم من أن تشكيك الفرد بنفسه لا يعدّ سهلاً، لأن الفرد يقارن واقع ما

أصبح عليه بما يجب أن يكون، إلا أنه قد يفتح آفاقاً جديدة حيث أن الفرد في منتصف العمر يجب أن يبحث عن معنى لحياته من خلال الإبداع في العمل وتقبّل الذات.

وهدفت دراسة إنتراكامهاند وآخرون (Intarakamhang, et al , 2008) بعنوان "مؤشرات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات المتزوجات" والتي هدفت إلى تحديد العلاقة السببية ومؤشرات الأزمة لنساء تايلاند العاملات المتزوجات، من خلال تطبيق مقياس أزمة منتصف العمر على (2062) امرأة عاملة متزوجة شكلت عينة الدراسة، وقد أشارت نتائج الدراسة، إلى أن أهم العوامل ذات العلاقة المؤثرة لأزمة منتصف العمر لدى عينة الدراسة من المبحوثات كانت (العلاقات الأسرية، وأزمات الحياة الضاغطة، وضغوط العمل، والعصابية، والدين) وكل هذه النتائج وغيرها من تصور المفحوصات وإدراكهنّ لها.

كما اهتم بيكر وآخرون (Becker et al, 2007) في دراسه بعنوان: "المزاج المكتئب للمرأة وأزمة منتصف العمر" بالتعرف على المزاج المكتئب للمرأة في أثناء مراحل مختلفة من دورتها التناسلية (وقت الطمث الشهري، وفي أثناء فترة الحمل، ومرحلة ما بعد الولادة، ومرحلة انقطاع الطمث)، من خلال استخدام أسلوب المقابلة الشخصية كأداة للدراسة على (110) امرأة في الولايات المتحدة الأمريكية، بلغ متوسط أعمارهن (52) عاماً، وقد أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية دالة بين المزاج المكتئب للنساء في مرحلة انقطاع الطمث والمزاج في وقت الطمث الشهري، وهذا التشابه يعزى إلى العوامل النفسية والهرمونية.

وربط دالي وآخرون (Daley, et al, 2007) في دراسة بعنوان "ممارسة التمارين الرياضية ومؤشر الوزن ومؤشرات نوعية الحياة للنساء في مرحلة الطمث والتنبؤ بأزمة منتصف العمر"، والتي أجراها على عينة من النساء البريطانيات من سن (46–55) بين مشاكل انقطاع الطمث وزيادة

الوزن وممارسة العادات الرياضية والتنبؤ بأزمة منتصف العمر، وقد توصّلت الدراسة إلى أن النساء البدينات تعاني بصورة دالة من سخونة ما بعد الطمث والعرق الليلي أكثر من النساء اللاتي يتمتعن بوزن طبيعي، وعلى ذلك قد يكون الشعور بالبدانة لدى الرجال والنساء أحد المتغيرات المهمة للتنبؤ بأزمة منتصف العمر.

وفي هذا الصدد أجرت كوي وآخرون (Choi et al.2005) دراسة بعنوان "العلاقة بين أزمة منتصف العمر والقلق واضطرابات النوم عند النساء الكوريات" حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى شيوع الأرق لدى(3817)امرأة كورية في مرحلة منتصف العمر، وقد طبق عليهن قائمة بالأعراض التي قد تعاني منها المرأة في مرحلة منتصف العمر ومقياس القلق، ومقياس اضطرابات النوم، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية دالّة بين مرحلة منتصف العمر والقلق، حيث اتضح أن (14.3%) من النساء الكوريات في مرحلة منتصف العمر يُعانينَ من صعوبة المحافظة على النوم، (17 %) يُعانينَ من صعوبة بدء النوم و (71%) يُعانينَ من الاستيقاظ مبكراً جداً.

وهدف ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004) في دراستهما بعنوان "هل الحياة اليومية أكثر إجهاداً وضغوطاً خلال منتصف العمر" إلى الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط اليومية التي يتعرض لها الفرد في منتصف عمره مقارنة بمرحلتي الشباب والشيخوخةن من خلال استخدام اختبار للضغوط اليومية على عينة مقدارها (1031) منهم (562) من الذكور و (469) من الإناث، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود درجة مرتفعة من الضغوط اليومية التي يعاني منها الأفراد في مرحلة منتصف العمر، كذلك أسفرت الدراسة عن وجود فروق دالّة إحصائياً في متغير العمر لصالح الأكبر سناً مقارنةً بالشباب من عينة الدراسة.

وأجرت لاكمان (Lachman, 2004) دراسة بعنوان "النمو في منتصف العمر" هدفت من خلالها إلى إبراز أهم المواضيع الأساسية والقضايا البارزة في مرحلة منتصف العمر، كالتعامل مع الأسرة والتغيرات الجسدية والنفسية المرتبطة بالتقدم بالعمر، وعرض الآراء المتضاربة حول مرحلة منتصف العمر وهل هي أزمة أم ذروة الأداء الوظيفي ، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن (26%) من الراشدين يعانون من أزمة منتصف العمر، والذي يرجع إلى وجود خوف من الموت، أو الأحداث الحرجة في الحياة كالطلاق أو المرض، كذلك أشارت الدراسة إلى أن بعض سمات الشخصية تلعب دوراً بارزاً في تهيئة الفرد للإصابة بالأزمات وخاصة العصابية منها، وأشارت نتائج الدراسة أيضاً أن الإناث تميل للإصابة بأزمة منتصف العمر في الثلاثينات، بينما يميل الذكور للإصابة بها في الأربعينات.

وأجرى كلوس (Kloss, et al, 2004) دراسة بعنوان "الكشف عن العوامل النفسية المسببة لإضطرابات النوم بين النساء في مرحلة منتصف العمر (مرحلة إنقطاع الطمث) من خلال تطبيق استبانة كمقياس لأعراض انقطاع الطمث، ومقياس اضطرابات النوم كأداة للدراسة على (168) امرأة شكلت عينة الدراسة، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية دالّة بين نوبات الحرارة والتعرق المفاجئ في الوجه والرقبة، التي تتعرض لها المرأة في هذه المرحلة من العمر وبين اضطرابات النوم، كذلك كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالّة بين الاكتئاب واضطرابات النوم لدى المرأة في مرحلة منتصف العمر.

التعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من عرض الدراسات السابقة وجود تشابه في أغراضها من حيث الهدف حيث أنها أجريت للتعرف على أزمة منتصف العمر، وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل دراسة (الحربي والحريقي، 2013)، و(رسلان، 2013)، و(كردي، 2012)، و(الشهري،2009)، و(الداغستاني، 2010) ودراسة (النيال،2008)، و(محمود ،2008)، و(المفدى، 1995)، و(شند،2001)، و(النيال، 1998).

أمّا الدراسات الأجنبية فقد تشابهت في الهدف الرئيس وهو التعرف على أزمة منتصف العمر عند النساء مثل دراسة ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012)، ودراسة فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009) التي هدفت للحد من التعارض القائم حول أزمة منتصف العمر، ودراسة ويفر (Weaver,2009)، ودراسة إنتراكامهاند وآخرون (Intrakamhang, et al , 2008)، ودراسة بيكر (Becker et al,. 2007)، ودراسة دالي وآخرون (Daley, et al, 2007) ودراسة كول وآخرون (Chol et al.2005)، ودراسة ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004)، ودراسة لاكمان (Lachman, 2004)، ودراسة كلوس (Kloss, et ,2004)، ودراسة كوي (Choi et al, 2005).

وتتشابه هذه الدراسة من حيث عينة الدراسة من المبحوثين مع دراسة (كردي،2012)، ودراسة (الشهري ،2009)، ودراسة (شند ،2001) وماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012)، وإنتراكامهاند وآخرون (Intrakamhang, et al , 2008)، وبيكر وآخرون (Becker etal,. 2007)، وكوي وآخرون(Choi etal,2005) ، ودراسة دالي وآخرون (Daley, et al, 2007) والتي أجريت جميعها على النساء. في المقابل أجريت باقي الدراسات السابقة على مبحوثين

من الجنسين (الذكور والإناث) مثل (الحربي والحريقي،2013)، و(رسلان،2013) (والداغستاني، 2010) ودراسة (النيال، 2008)، و(محمود،2008) ، و(المفدى، 1995)، و(النيال،1998)، ونيما(Nema, 2013) ودراسة لو (Lu, 2010) ودراسة فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009) التي هدفت للحد من التعارض القائم حول أزمة منتصف العمر، ودراسة ويفر (Weaver, 2009)، ودراسة ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004)، ودراسة لاكمان (Lachman, 2004)، ودراسة كلوس (Kloss, et ,2004) ، ودراسة كوي (Choi et al, 2005).

إضافة إلى ذلك، تتشابه الدراسة الحالية مع جميع الدراسات السابقة من حيث المنهج وهو المنهج الوصفي واستخدام أداة للدراسة على المبحوثين تتمثل في مقياس لأزمة منتصف العمر.

وتختلف الدراسة الحالية عن باقي الدراسات السابقة، في كونها ستغطي فجوة بحثية زمنية في البيئة العربية تمتد من (2013) إلى (2017)م، بالإضافة إلى أنها الدراسة الأولى –بحدود علم الباحث– التي تجري في البيئة الفلسطينية.

وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة في تكوين إطار نظري وإعداد بعض التوصيات الخاصة بنتائج الدراسة.

الفصل الثالث

طريقة الدراسة وإجراءاتها

- المقدمة
- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- أداة الدراسة
- صدق الأداة
- ثبات الأداة
- إجراءات الدراسة
- متغيرات الدراسة
- المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث: طريقة الدراسة وإجراءاتها

المقدمة:

يتضمن هذا الفصل وصفًا للطريقة والإجراءات التي اتبعها الباحث في تحديد مجتمع الدراسة وعيّنتها، وتحديد أداة الدراسة التي استخدمت على عينة الدراسة، وكذلك خطوات التحقق من صدق الأداة وثباتها، إضافة إلى وصف متغيرات الدراسة والطرق الإحصائية المتبعة في تحليل البيانات.

منهج الدراسة

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي، وذلك لمناسبته طبيعة هذه الدراسة وأهدافها. ذلك أنّ المنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها بشكل دقيق، ويعبر عنها تعبيرا كيفياً أو كميّاً, فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى.

مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية (نابلس، ورام الله والبيرة، والخليل)، والبالغ عددهنّ (24400) امرأة موزعات كما في الجدول(1) الذي يبيّن توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمحافظة التي تقيم بها النساء العاملات.

الجدول (1)

توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمحافظة التي تقيم بها النساء العاملات

المحافظة	العدد
نابلس	6500
رام الله والبيرة	6100
الخليل	11800
المجموع	24400

يبين الجدول (1) أعداد النساء العاملات في المحافظات الشمالية وفقاً لمصادر الإحصاء الفلسطيني لعام (2016).

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (480) امرأة عاملة في المحافظات الشمالية الفلسطينية أي تمثل مانسبته(5%) من مجتمع الدراسة، وتم إختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية، والجدول (2) يبين توزيع عيّنة الدراسة تبعاً للمتغيرات المستقلة:

الجدول (2)

توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية %
العمر	من 35 وأقل من 40 سنة	229	47.7
	40 وأقل من 45 سنة	178	37.1
	من 45 إلى 50 سنة	73	15.2
المجموع		480	100.00
الحالة الاجتماعية	عزباء	104	21.7
	متزوجة	317	66.0
	مطلقة	34	7.1
	أرملة	25	5.2
المجموع		480	100.00
مستوى الدخل الشهري	أقل من 2000 شيكل	85	17.7
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	39.8

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية %
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	30.0
	أكثر من 4000 شيكل	60	12.5
المجموع		480	100.00
المستوى التعليمي	توجيهي فأقل	49	10.2
	دبلوم	113	23.5
	بكالوريوس	273	56.9
	ماجستير فأعلى	45	9.4
المجموع		480	100.00
مكان السكن	مدينة	231	48.1
	قرية	185	38.5
	مخيم	64	13.3
المجموع		480	100.00
المحافظة	رام الله والبيرة	160	33.3
	الخليل	160	33.3
	نابلس	160	33.3
المجموع		480	100.00

يتضح من الجدول (2) توزيع عيّنة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة، حيث يبيّن الجدول المستويات الخاصة بكل متغير من متغيرات الدراسة، وتكرار كل مستوى ونسبته المئوية من النسبة الكلية للعينة.

أداة الدراسة

استخدم الباحث الاستبانة أداة للدراسة على النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، وتضمن (71) فقرة موزعة على ثمانية مجالات هي: الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به، والضغوط الصحية التي تعاني منها النساء العاملات.

وقد قام الباحث بإعداد أداة الدراسة لغرض جمع المعلومات وتطويرها، وذلك وفقاً للخطوات الآتية:

1. مراجعة الأدب النظري المتعلق بموضوع أزمة منتصف العمر .
2. مراجعة الأبحاث والدراسات والكتب التي بحثت في أزمة منتصف العمر.

وقد تكوّنت أداة الدراسة من جزأين:

الجزء الأول: ويشمل المعلومات الأولية عن المرأة التي قامت بتعبئة الاستبانة.

الجزء الثاني: واشتمل على (71) فقرة موزعة على ثمانية مجالات، يتم الاستجابة عن هذه الفقرات من خلال مقياس(ليكرت) الخماسي، ويبدأ بالدرجة (موافق بشدة) وتُعطى (5) درجات، ثم (موافق) وتعطى (4) درجات، ثم (محايد) وتعطى (3) درجات، ثم (معارض) وتعطى درجتيْن، وينتهي ب (معارض بشدة) وتعطى درجة واحدة فقط. والجداول الآتية توضح ذلك:

مفتاح تصحيح الفقرات لمقياس أزمة منتصف العمر

اتجاه صياغة الفقرة	موافق بشدة	موافق	غير متأكد	معارض	معارض بشدة
موجبة	5	4	3	2	1
سالبة	1	2	3	4	5

الجدول (3)

توزيع الفقرات على مقياس أزمة منتصف العمر واتجاه تصحيح كل فقرة

المجال	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
الشعور بالرضا عن الحياة	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8	
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 24	23
قلق الموت	25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32	

المجال	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40	
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	41، 42، 43، 44	
الفجوة بين الطموح والإنجاز	45،48، 49، 50، 51	46، 47
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	52 ، 58	53، 54، 55، 56، 57
الضغوط الصحية	59، 60، 61، 62، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71	

صدق الأداة:

اعتمد الباحث في دراسته على نوعين من أنواع الصدق للتاكد من صلاحية الأداة، هما:

صدق المحكّمين: لجأ الباحث لاستخدام صِدق المحكّمين، وهو ما يُعرف بالصّدق المنطقي أوالصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على (12) محكّماً من ذوى الاختصاص في جامعات المحافظات الشمالية من فلسطين في تخصّصَيْ الإرشاد النفسي والتربوي (ملحق أ)، وذلك بهدف التّأكد من مناسبة المقياس لما أُعدَّ من أجله، وسلامة صياغة الفقرات، وأجمع المحكّمون على صلاحية الفقرات مع إجراء بعض التعديلات اللغوية، وهذا يُشير إلى أن المقياس يتمتّع بصدق منطقي مقبول(ملحق ب).

صدق البناء: ويعبّر عنه بقدرة كل فقرة في المقياس، على الإسهام في الدَّرجة الكليَّة لذلك المقياس، ويعبّر عن ذلك إحصائياً بمعامل ارتباط الفقرة بمجالها، كما أجرى الباحث حساباً لارتباط كل فقرة في المقياس بالمجال الذي تنتمي إليه.

ويشار في هذا المجال إلى ضرورة النظر إلى مستوى دلالة معامل ارتباط، للفصل بين الفقرات التّي ستبقى في الأداة، وتلك التّي يجب أن تحذف، واستقر مقياس أزمة منتصف العمر على جميع فقراته بسب ارتباط كل فقرة بمجالها من ناحية، وبالدرجة الكلية من ناحية أخرى، وبشكلٍ دالٍ إحصائياً عند ($\alpha \leq 0.05$)، (ملحق ث)، والجدول (4) يوضّح معاملات ارتباط الفقرات بالدَّرجة الكليَّة ومجالاتها لمقياس أزمة منتصف العمر.

الجدول (4)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين مجالات الدراسة والدرجة الكلية

الرقم	المجال	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	الشعور بالرضا عن الحياة	0.852**	0.000*
2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	0.923**	0.000*
3	قلق الموت	0.875**	0.000*
4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	0.885**	0.000*
5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	0.874**	0.000*
6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	0.844**	0.000*
7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	0.242**	0.000*
8	الضغوط الصحية	0.696**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

تشير نتائج الجدول السابق إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين فقرات المجالات والدرجة الكلية لأداة الدراسة تراوحت ما بين (0.242**- 0.923**) للمجال السابع الرضا (عن الوسط الذي أعيش به) والمجال الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل).

وتشير نتائج الجداول في ملحق رقم (ث) إلى أن جميع الفقرات ترتبط ارتباطاً موجباً مع الدرجات الكلية للمجالات التي تنتمي إليها، حيث كانت جميع معاملات الارتباط دالّة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) حيث تشير هذه النتائج إلى توفر الاتساق الداخلي لفقرات المجالات والدرجة الكلية والدرجة الكلية لنفس المجال، وبالتالي يمكن الحكم بصدق عبارات أداة الدراسة والاطمئنان على تطبيقها.

ثبات الأداة

تم استخراج معامل ثبات الأداة باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا،Cronbach's Alpha)

والجدول (5) يبين معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها.

الجدول (5)

معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها

الرقم	المجال	عدد الفقرات	معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا
1	الشعور بالرضا عن الحياة	8	0.901
2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	16	0.945
3	قلق الموت	8	0.924
4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	8	0.904
5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	4	0.888
6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	7	0.624
7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	7	0.657
8	الضغوط الصحية	13	0.904
الدرجة الكلية		71	0.98

يتضح من الجدول (5) أن معاملات الثبات لمجالات الاستبانة تراوحت بين (0.624–973%) للمجالات: السادس (الفجوة بين الطموح والإنجاز) والثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل)، في حين بلغ الثبات الكلي للأداة (980%)، وهي معاملات ثبات عالية تفي بأغراض البحث العلمي.

إجراءات الدراسة

تم إجراء هذه الدراسة وفق الخطوات الآتية:

- إعداد أداة الدراسة بصورتها النهائية.
- تحديد أفراد عينة الدراسة.
- قام الباحث بتوزيع الأداة على عينة الدراسة، ثم استرجاعها، إذ تَمّ توزيع (480) استبانة، وتَمّ استرجاع (480) منها وهي استبانات صالحة للتحليل، وهي التي شكلت عيّنة الدراسة.
- إدخال البيانات إلى الحاسوب ومعالجتها إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)
- استخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها، ومقارنتها مع الدراسات السابقة، واقتراح التوصيات المناسبة.

متغيرات الدراسة

تضمن تصميم الدراسة المتغيرات الآتية:

أ – المتغيرات المستقلة:

- العمر: وله ثلاث فئات: (من 35 وأقل من 40 سنة، ومن 40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة)
- الحالة الاجتماعية: ولها أربع فئات (عزباء، ومتزوجة، ومطلّقة، وأرملة).
- الدخل الشهري: وله أربع فئات: (أقل من 2000 شيكل، ومن2000–3000 شيكل، ومن3001 – وأقل من4000 شيكل، وأكثر 4000 شيكل).
- المستوى التعليمي: وله أربع فئات: (توجيهي فأقل، ودبلوم، و بكالوريوس، وماجستير فأعلى).
- مكان السكن: وله ثلاث فئات (مدينة، وقرية، ومخيم)
- المحافظة: ولها ثلاث فئات (رام الله والبيرة، والخليل، ونابلس)

ب – المتغير التابع:

ويتمثل في استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية اللواتي يشملهنّ البحث على فقرات أداة الدراسة الخاصة بأزمة منتصف العمر.

المعالجات الإحصائية

بعد تفريغ إجابات أفراد العيّنة جرى ترميزها وإدخال البيانات باستخدام الحاسوب ، ثم عُولِجتْ البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ومن المعالجات الإحصائية المستخدمة:

1. التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لتقدير الوزن النسبي لفقرات الاستبانة ومجالاتها.
2. تحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، لفحص الأسئلة المتعلّقة بمتغيرات الدراسة المستقلة ذات الثلاث فئات فأكثر.
3. معادلة كرونباخ – ألفا (Alpha-Cronbach).
4. اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، للتعرف على مصدر الفروق في المجالات التي يتم رفض فرضياتها بعد استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي.
5. مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات الأداة ومجالاتها و مجالات الدراسة والدرجة الكلية.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

- أولاً: النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة
- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول
- النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني
- ثانياً: النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة
- نتائج فرضيات الدراسة التي تتعلق بمتغيرات الدراسة المستقلة

الفصل الرابع: نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل نتائج الدراسة وفقاً لترتيب أسئلتها وفرضياتها، وقد جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي:

أولا: النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

من أجل الإجابة عن أسئلة الدراسة قام الباحث باستخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لفقرات ومجالات أداة الدراسة، ومن ثم ترتيبها تنازلياً وفق النسبة المئوية، وذلك للإجابة على أسئلة الدراسة.

1. النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الأول:

والذي ينص على (**ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية؟**)

وللإجابة عن هذا السُّؤال، تمَّ استخراج المتوسِّطات الحسابيَّة، والانحرافات المعياريَّة، لفقرات ومجالات الأداة الثمانية والمتمثلة بأزمة منتصف العمر، ومن ثم ترتيبها تنازلياً وفقاً للمتوسطات الحسابية، وقام الباحث بتحديد خمس فترات للفصل بين الدرجات المرتفعة والمنخفضة؛ إذ حسبت طول المدى وهو (5−1 = 4) وقُسِّمَ على 5 فترات (5/4 = 0.8) وعليه فإن طول الفترة هو (0.8) وعليه اعتمد الباحث التقدير التَّالي، للفصل ما بين الدَّرجات، وبيان ذلك فيما يلي:

- المتوسط الحسابي (4.21 فأكثر ويعادل 84.2% فأعلى) درجة كبيرة جداً.
- المتوسط الحسابي (3.41− 4.20 ويعادل 68.2%− 84.0) درجة كبيرة.

- المتوسط الحسابي (2.61-3.40 ويعادل 52.2%- 68.0%) درجة متوسطة.
- المتوسط الحسابي (1.81-2.60 ويعادل 36.2%- 52.0%) درجة قليلة.
- المتوسط الحسابي (أقل من 1.81) درجة قليلة جداً.

أما الأساس الذي تم الاعتماد عليه في توزيع هذه الفئات فهو الوصف الإحصائي القائم على توزيع المتوسطات بين فئات التدريج على مقياس (ليكرت) الخماسي، الذي يبدأ بالدرجة (موافق بدرجة كبيرة جداً) وتُعطى (5) درجات، ثم (كبيرة) وتعطى (4) درجات، ثم (محايد) وتعطى (3) درجات، ثم (معارض) وتعطى درجتين، وينتهي ب (معارض بدرجة كبيرة) وتعطى درجة واحدة فقط. ويبين الجدول (6) هذه النتائج.

الجدول (6):

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجالات مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية

الرقم	الرقم بالاستبانة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	مستوى الأزمة	المجال
1	23	أرى أن القدر يحمل لي أخبار سارة عن المستقبل	3.66	1.08	73.2	كبيرة	2
2	6	أتمنى أن أتمتع بالشباب والحيوية	3.62	1.19	72.4	كبيرة	1
3	51	أحاول أن أبحث عن ذاتي أكثر من أي وقت مضى	3.57	1.01	71.4	كبيرة	6
4	33	لم أعد أتمتع بالنشاط والحيوية اللذين كنت أتمتع بهما من قبل	3.32	1.13	66.2	متوسطة	4
5	34	أترقب كل تغير يحدث لي في جسمي	3.32	1.10	66.2	متوسطة	4
6	31	تراودني في الفترة الأخيرة أفكار حول موت المقربين إلي	3.29	1.21	65.8	متوسطة	3
7	35	أشعر بالخوف من أن أصاب بأي مرض في هذه المرحلة من العمر	3.27	1.15	65.4	متوسطة	4
8	36	أقلق على صحتي منذ فترة من الزمن	3.24	1.13	64.8	متوسطة	4
9	45	أشعر بالأسى عندما أدرك الفجوة بين طموحاتي وقدرتي على الإنجاز	3.20	1.16	64.0	متوسطة	6

الرقم	الرقم بالاستبانة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	مستوى الأزمة	المجال
10	52	أواجه ضغوطات عديدة في التفاعل مع الآخرين	3.18	1.15	63.6	متوسطة	7
11	50	أصبحت أرى أن الحياة مملة ورتيبة	3.17	1.12	63.4	متوسطة	6
12	25	تضطرب أعصابي عندما أسمع أحاديث الآخرين عن الموت أكثر مما كان يحدث سابقاً	3.13	1.27	62.6	متوسطة	3
13	20	انخفاض الدخل لأسرتي يقلقني على مستقبلي	3.11	1.27	62.2	متوسطة	2
14	13	أشعر أن المستقبل يحمل لي أشياء مخيفة	3.09	1.22	61.8	متوسطة	2
15	22	أتخوف من إصابتي بمرض خطير أو مزمن	3.09	1.28	61.8	متوسطة	2
16	16	يغلب على تقيمي للأحداث السابقة مسحة من الندم والحزن	3.08	1.23	61.6	متوسطة	2
17	14	أشعر بالأسى والحزن لأنني لم أحقق طموحاتي التي كنت أصبو إليها	3.05	1.30	61.0	متوسطة	2
18	63	أصاب بالخمول والكسل	3.04	1.24	60.8	متوسطة	8
19	27	بدأت بالشعور بالخوف من أن يختطفني الموت من المقربين إلي	3.04	1.26	60.8	متوسطة	3
20	26	أخشى أن أموت موتاً مفزعاً في حادث ما	3.04	1.24	60.8	متوسطة	3
21	40	بدأت أنزعج من مظهر جسمي الذي أظن أنه تغير عن ذي قبل	3.03	1.21	60.6	متوسطة	4
22	8	وضعي الاجتماعي الحالي يدفعني إلى البحث عن بداية جديدة في مختلف مجالات حياتي العائلية والاجتماعية	3.02	1.30	460.	متوسطة	1
23	19	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري تجعلني أخاف من المستقبل	3.01	1.27	60.2	متوسطة	2
24	30	تسيطر عليّ الآن فكرة تعرضي للموت المفاجئ	3.00	1.22	60.0	متوسطة	3
25	28	لاحظت أنني أخاف عندما تخطر لي فكرة الموت في الفترة الأخيرة	2.99	1.20	59.8	متوسطة	3
26	32	أفضل في الفترة الأخيرة البقاء بمفردي	2.97	1.19	59.4	متوسطة	3
27	39	بدأت أشعر بنوبات اكتئاب عندما أشعر بألم في جسمي	2.97	1.18	59.4	متوسطة	4
28	38	بدأت أفقد الشعور بالرضا عن صورة جسمي	2.97	1.17	59.4	متوسطة	4
29	29	بدأت أشعر أن عمري قصير ولم يبقى لي أكثر مما مضى في هذه الحياة	2.96	1.20	59.2	متوسطة	3
30	44	أفتقد الإحساس بالسعادة في الفترة الأخيرة	2.96	1.23	59.2	متوسطة	5
31	37	أهتم بزيارة دورية للطبيب في الفترة الأخيرة	2.95	1.13	59.0	متوسطة	4
32	1	أسرتي لم تعد تفهمني بالدرجة الكافية	2.94	1.35	858.	متوسطة	1

الرقم	الرقم بالاستبانة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	مستوى الأزمة	المجال
33	3	أنا غير راضية عن حياتي هذه الأيام	2.94	1.31	58.8	متوسطة	1
34	60	أعاني من اضطرابات في النوم	2.93	1.22	58.6	متوسطة	8
35	48	أدركت مؤخراً أنني غير راضية عن مكانتي في الحياة	2.92	1.15	58.4	متوسطة	6
36	12	في هذه الأيام تخطر لي فكرة أن الحياة غير مجدية	2.91	1.25	58.2	متوسطة	2
37	17	أشعر بأن حياتي الحالية تتحكم فيها قوى خارجية	2.90	1.26	58.0	متوسطة	2
38	65	أعاني من صداع بالرأس	2.88	1.21	57.6	متوسطة	8
39	5	أصبحت علاقتي بأفراد أسرتي يسودها التوتر دون سبب واضح على عكس السابق	2.88	1.30	57.6	متوسطة	1
40	49	أتأثر بالحكم الاجتماعي وتقييم الناس السلبي لتقدمي في العمر	2.88	1.16	57.6	متوسطة	6
41	21	أشعر بأن الحياة بلا معنى	2.87	1.32	57.4	متوسطة	2
42	70	أشعر بآلام في مفاصلي عند القيام بأي مجهود	2.83	1.23	56.6	متوسطة	8
43	11	بدأ لدي شعور متزايد بعدم قدرتي على تحقيق أهدافي لأنني أتوقع الموت في أية لحظة	2.80	1.31	56.0	متوسطة	2
44	61	أشعر بألم في أسناني	2.80	1.22	56.0	متوسطة	8
45	7	أشعر بأنني في حالة من الضياع والأسى	2.80	1.33	56.0	متوسطة	1
46	18	تراودني فكرة أن أفراد عائلتي سيتركونني وحيدة في يوم من الأيام	2.79	1.29	55.8	متوسطة	2
47	41	لم يبق لي من العمر بقية لتحقيق أهدافي التي خططت لها في سنوات عمري المبكرة	2.79	1.21	55.8	متوسطة	5
48	66	أشعر بسرعات دقات القلب من وقت لآخر	2.78	1.17	55.6	متوسطة	8
49	43	أعتقد أنني في مرحلة من العمر لن تمكنني من إنجاز كثير من الأهداف التي كنت أرمي إلى تحقيقها	2.77	1.18	55.4	متوسطة	5
50	15	أشعر باليأس والقنوط	2.77	1.33	55.4	متوسطة	2
51	10	ينتابني إحساس بالضعف وقلة الحيلة	2.77	1.18	455.	متوسطة	2
52	24	ليس عندي طموح وأهداف واضحة في الحياة	2.74	1.23	54.8	متوسطة	2
53	67	أعاني من مشكلات في المعدة، رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك	2.72	1.20	54.4	متوسطة	8
54	9	لن أكون قادرة على مواجهة المشكلات في المستقبل	2.68	1.32	53.6	متوسطة	2
55	59	أشعر بالإحباط من وضعي الصحي	2.67	1.16	53.4	متوسطة	8
56	4	أشعر أن أسرتي تهتم بغيري أكثر مني على غير السابق	2.67	1.30	53.4	متوسطة	1
57	42	توحي ملامح وجهي بتقدم عمري مما جعل الآخرين	2.64	1.20	52.8	متوسطة	5

الرقم	الرقم بالاستبانة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	مستوى الأزمة	المجال
		يعاملونني بطريقة سلبية عن السابق					
58	2	أظن أن قراراتي الأسرية لم تعد حكيمة	2.61	1.24	52.2	متوسطة	1
59	71	تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة	2.59	1.21	51.8	قليلة	8
60	64	أعاني من فقدان الشهية وعدم الرغبة في الأكل	2.55	1.20	51.0	قليلة	8
61	68	أرى أن صحتي تسوء	2.48	1.08	49.6	قليلة	8
62	62	أنا لم أعد قادرة على الحصول على العلاج اللازم	2.46	1.13	49.2	قليلة	8
63	69	أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر	2.45	1.10	49.0	قليلة	8
64	46	أشعر بقوة داخلية تدفعني إلى تعديل مسار حياتي	2.30	1.04	46.0	قليلة	6
65	54	أنا راضية عن حياتي في هذا العمر	2.15	0.91	43.0	قليلة	7
66	58	ينشغل تفكيري كثيراً بعلاقتي الأسرية	2.14	1.01	42.8	قليلة	7
67	47	أرى أنني قد نجحت في حياتي الماضية	2.13	0.86	42.6	قليلة	6
68	56	أنا مطمئنة عن أحوالي الصحية الحالية	2.09	0.88	41.8	قليلة	7
69	53	أنا مقتنعة بعلاقتي مع أقربائي	2.07	0.93	41.4	قليلة	7
70	55	لدي قدرة على القيام بعملي سواء داخل المنزل ام خارجه	1.96	0.84	39.2	قليلة	7
71	57	يحترمني من هم أصغر مني سناً	1.90	0.80	38.0	قليلة	7
		الدرجة الكلية لفقرات مجالات أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية	2.82	0.68	56.4	متوسطة	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (6) أن مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية قد بلغت بمتوسط حسابي (2.82) ونسبة مئوية (56.4) وبانحراف معياري بلغ (0.68) على الدرجة الكلية للمجالات، وهذا يدل على أن أزمة منتصف العمر متوفرة بدرجة متوسطة لدى عينة الدراسة من المشاركات في البحث، في حين تراوحت النسب المئوية للفقرات (38.0) و (73.2) وهي للفقرات (يحترمني من هم أصغر مني سناً) من المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به) و(أرى أن القدر يحمل لي أخبار سارة عن المستقبل) من المجال الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل).

ويتضح أيضاً من نتائج نفس الجدول أن ما نسبته (4.0%) من فقرات مقياس أزمة منتصف العمر قد حصلت على درجة استجابة كبيرة وهي موزعة على المجالات الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل)، والأول (الشعور بالرضا عن الحياة)، والسادس(الفجوة بين الطموح والإنجاز)، وأن ما نسبته (77.7%) من فقرات مقياس أزمة منتصف العمر قد حصلت على درجة استجابة متوسطة وهي فقرات موزعة على مجالات الدراسة الثمانية، في حين أن ما نسبته (18.3%) من فقرات الدراسة قد حصلت على درجة استجابة قليلة وهي فقرات موزعة على المجال الثامن (الضغوط الصحية)، والسادس (الفجوة بين الطموح والإنجاز)، والسابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به).

وفيما يتعلق بترتيب المجالات حسب ما يشير الملحق (ت) ، فقد حصل مجال (الفجوة بين الطموح والإنجاز) على المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي (3.88)، وانحراف معياري (0.59)، بينما حصل مجال (الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم) على المرتبة الثانية، وبمتوسط حسابي (3.14) وانحراف معياري(0.89)، وحصل مجال (قلق الموت) على المرتبة الثالثة وبمتوسط حسابي (3.05) وانحراف معياري (0.99)، ومجال (الشعور بالرضا عن الحياة) على المرتبة الرابعة بمتوسط حسابي (2.93) وانحراف معياري (0.99)، ومجال (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل) على المرتبة الخامسة بمتوسط حسابي (2.87) وانحراف معياري (0.93)، ومجال (الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن) على المرتبة السادسة بمتوسط حسابي (2.78) وانحراف معياري (1.04)، ومجال (الضغوط الصحية) على المرتبة السابعة بمتوسط حسابي (2.70) وانحراف معياري (0.80)، ومجال (الرضا عن الوسط الذي أعيش به) على المرتبة الثامنة بمتوسط حسابي (2.21) وانحراف معياري (0.53).

2. النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الثاني

والذي ينص على (**هل تختلف متوسطات الاستجابات لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر باختلاف المتغيرات الديمغرافية: العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة؟**)

من أجل الإجابة عن هذا السؤال، تم اختبار فرضيات الدراسة الآتية:

ثانياً : النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

نتائج فرضيات الدراسة التي تتعلق بمتغيرات الدراسة المستقلة

1. النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

والتي تنص على أنه (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير العمر**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (7) و(8) و (9) تبين ذلك.

الجدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.84	0.97

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الحياة	40 وأقل من 45 سنة	178	3.04	0.95
	من 45 إلى 50 سنة	73	2.96	1.14
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.69	0.87
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.11	0.93
	من 45 إلى 50 سنة	73	2.86	0.98
	المجموع	480	2.87	0.93
قلق الموت	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.87	0.94
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.21	0.98
	من 45 إلى 50 سنة	73	3.21	1.07
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.94	0.85
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.33	0.85
	من 45 إلى 50 سنة	73	3.33	0.95
	المجموع	480	3.148	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.54	1.00
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.01	1.02
	من 45 إلى 50 سنة	73	3.00	1.07
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	من 35 وأقل من 40 سنة	229	3.00	0.70
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.16	0.70
	من 45 إلى 50 سنة	73	3.14	0.72
	المجموع	480	3.08	0.71
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.49	0.41
	40 وأقل من 45 سنة	178	2.52	0.39
	من 45 إلى 50 سنة	73	2.51	0.40
	المجموع	480	2.50	0.40
الضغوط الصحية	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.60	0.80
	40 وأقل من 45 سنة	178	2.77	0.79
	من 45 إلى 50 سنة	73	2.82	0.84
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	من 35 وأقل من 40 سنة	229	2.75	0.66
	40 وأقل من 45 سنة	178	3.02	0.67

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	من 45 إلى 50 سنة	73	2.98	0.76
	المجموع	480	2.82	0.69

يتضح من الجدول (7) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية حسب متغير العمر، كذلك وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير العمر.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (8) و(9).

الجدول (8):

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	3.903	2	1.952	1.977	0.140
	خلال المجموعات	470.875	477	0.987		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	18.409	2	9.205	10.701	*0.000
	خلال المجموعات	410.307	477	0.860		
	المجموع	428.717	479			
قلق الموت	بين المجموعات	13.505	2	6.752	7.028	*0.001
	خلال المجموعات	458.276	477	0.961		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	بين المجموعات	18.277	2	9.138	11.975	*0.000
	خلال المجموعات	364.004	477	0.763		
	المجموع	382.281	479			

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	26.018	2	13.009	12.461	*0.000
	خلال المجموعات	497.980	477	1.044		
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	1.992	2	0.996	2.795	0.062
	خلال المجموعات	169.980	477	0.356		
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	.8670	2	.433	1.492	0.226
	خلال المجموعات	138.520	477	.290		
	المجموع	139.386	479			
الضغوط الصحية	بين المجموعات	4.131	2	.4330	3.179	*0.043
	خلال المجموعات	309.928	477	.2900		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	8.323	2	4.162	9.195	*0.000
	خلال المجموعات	215.895	477	.4530		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة الثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والثامن (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والضغوط الصحية). في حين لا يوجد فروق في المجال الأول والمجال السابع (الشعور بالرضا عن الحياة، الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، يوضح الجدول (9) نتائج المقارنة البعدية

الجدول (9)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	35 إلى أقل من 40 سنة	40 إلى أقل من 45 سنة	-0.41	*0.00
		من 45 إلى 50 سنة	-0.17	0.16
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	0.24	0.06
قلق الموت	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.33	*0.001
		من 45 إلى 50 سنة	-0.33	*0.011
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	-0.0015	0.99
الاحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.39	*0.000
		من 45 إلى 50 سنة	-0.38	*0.001
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	0.00098	0.99
الاحساس بكبر السن وإدراك الزمن	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.47	*0.000
		من 45 إلى 50 سنة	-0.46	*0.001
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	0.007	0.96
الضغوط الصحية	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.16	*0.03
		من 45 إلى 50 سنة	-0.21	*0.04
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	-0.04	0.67
الدرجة الكلية	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.27	*0.000
		من 45 إلى 50 سنة	-0.24	*0.008
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	0.03	0.73

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (35 وأقل من 40 سنة) ومستويات (40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة) في الدرجة الكلية وفي المجالات الثاني بين مستوى(35 وأقل من 40 سنة) ومستويات(40 وأقل من 45 سنة)، والثالث والرابع والخامس والثامن(عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والضغوط الصحية) بين مستويات(35 وأقل من40 سنة)

ومستويات(40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة).

2. النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (10) و(11) و(12) تبين ذلك.

الجدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن الحياة	عزباء	104	3.03	0.87
	متزوجة	317	2.79	0.98
	مطلقة	34	3.72	0.90
	أرملة	25	3.19	1.19
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	عزباء	104	2.86	0.86
	متزوجة	317	2.751	0.90
	مطلقة	34	3.74	0.84
	أرملة	25	3.27	1.04
	المجموع	480	2.87	0.93
قلق الموت	عزباء	104	3.00	0.95

	متزوجة	317	2.96	0.96
	مطلقة	34	3.86	0.87
	أرملة	25	3.29	1.12
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	عزباء	104	3.07	0.85
	متزوجة	317	3.07	0.87
	مطلقة	34	3.74	0.79
	أرملة	25	3.48	1.01
	المجموع	480	3.14	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	عزباء	104	2.61	0.98
	متزوجة	317	2.71	1.01
	مطلقة	34	3.62	0.93
	أرملة	25	3.3700	1.10
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	عزباء	104	2.90	0.61
	متزوجة	317	2.82	0.58
	مطلقة	34	3.23	0.52
	أرملة	25	3.05	0.65
	المجموع	480	2.88	0.59
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	عزباء	104	2.22	0.48
	متزوجة	317	2.17	0.53
	مطلقة	34	2.34	0.42
	أرملة	25	2.47	0.79
	المجموع	480	2.21	0.53
الضغوط الصحية	عزباء	104	2.67	0.77
	متزوجة	317	2.65	0.79
	مطلقة	34	3.16	0.77
	أرملة	25	2.90	0.95
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	عزباء	104	2.80	0.63
	متزوجة	317	2.74	0.66
	مطلقة	34	3.43	0.60
	أرملة	25	3.12	0.77
	المجموع	480	2.82	0.68

يتضح من الجدول (10) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية حسب متغير الحالة الاجتماعية، كذلك وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير الحالة الاجتماعية.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (11) و(12).

الجدول (11)

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	29.916	3	9.972	10.670	*0.000
	خلال المجموعات	444.863	476	0.935		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	34.459	3	11.486	14.196	0*.000
	خلال المجموعات	385.154	476	0.809		
	المجموع	419.613	479			
قلق الموت	بين المجموعات	26.240	3	8.747	9.345	0*.000
	خلال المجموعات	445.541	476	0.936		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	بين المجموعات	17.188	3	5.729	7.470	0*.000
	خلال المجموعات	365.092	476	0.767		
	المجموع	382.281	479			
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	37.247	3	12.416	12.141	0*.000
	خلال المجموعات	486.751	476	1.023		
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	6.173	3	2.058	5.907	*0.001
	خلال المجموعات	165.799	476	0.348		

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	2.763	3	0.921	3.209	*0.023
	خلال المجموعات	136.623	476	0.287		
	المجموع	139.386	479			
الضغوط الصحية	بين المجموعات	9.042	3	3.014	4.704	*0.003
	خلال المجموعات	305.017	476	0.641		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	16.937	3	5.646	12.964	*0.000
	خلال المجموعات	207.282	476	0.4350		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (11) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة الأول، والثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس، والسابع، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به، والضغوط الصحية).

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (12) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (12)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	عزباء	متزوجة	0.23	*0.03
		مطلقة	-0.68	*0.000
		أرملة	-0.16	0.45
	متزوجة	مطلقة	-0.92	*0.000
		أرملة	-0.39	*0.04
	مطلقة	أرملة	0.52	*0.03
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	عزباء	متزوجة	0.11	0.26
		مطلقة	-0.88	*0.000
		أرملة	-0.40	*0.45
	متزوجة	مطلقة	-0.99	*0.000
		أرملة	-0.51	*0.006
	مطلقة	أرملة	-0.47	*0.44
قلق الموت	عزباء	متزوجة	0.42	0.69
		مطلقة	-0.85	*0.000
		أرملة	-0.28	0.19
	متزوجة	مطلقة	-0.89	*0.000
		أرملة	-0.32	0.10
	مطلقة	أرملة	0.57	*0.02
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	عزباء	متزوجة	0.0028	0.977
		مطلقة	-0.66	*0.000
		أرملة	-0.40	*0.03
	متزوجة	مطلقة	-0.67	*0.000
		أرملة	-0.40	*0.02
	مطلقة	أرملة	0.26	0.25
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	عزباء	متزوجة	-0.09	0.40
		مطلقة	-1.00	*0.000
		أرملة	-0.75	*0.001
	متزوجة	مطلقة	-0.91	*0.000

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
		أرملة	-0.65	*0.002
	مطلقة	أرملة	0.25	0.33
الفجـــوة بـــين الطمـــوح والإنجاز	عزباء	متزوجة	0.08	0.19
		مطلقة	-0.32	*0.005
		أرملة	0.14	0.27
	متزوجة	مطلقة	-0.41	*0.000
		أرملة	-0.22	0.06
	مطلقة	أرملة	0.18	0.23
الرضـا عـن الوسـط الـذي أعيش به	عزباء	متزوجة	0.04	0.44
		مطلقة	-0.12	0.24
		أرملة	-0.25	*0.03
	متزوجة	مطلقة	-0.16	0.08
		أرملة	-0.29	*0.007
	مطلقة	أرملة	-0.12	0.35
الضغوط الصحية	عزباء	متزوجة	0.02	0.78
		مطلقة	-0.48	*0.002
		أرملة	-0.22	0.20
	متزوجة	مطلقة	-0.50	*0.000
		أرملة	-0.25	0.13
	مطلقة	أرملة	0.25	0.22
الدرجة الكلية	عزباء	متزوجة	0.05	0.44
		مطلقة	-0.62	*0.000
		أرملة	-0.32	*0.02
	متزوجة	مطلقة	-0.68	*0.000
		أرملة	-0.38	*0.005
	مطلقة	أرملة	0.30	0.08

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (عزباء، ومتزوجة) ومستوى(مطلقة، وأرملة) في الدرجة الكلية ولصالح مستوى (مطلقة، وأرملة)، ووجود فروق في المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع والخامس، والسادس والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة

للمستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية) بين مستوى (مطلقة) ومستويات (عزباء، ومتزوجة، وأرملة) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستوى (مطلقة). ووجود فروق في المجال السابع بين مستوى (متزوجة) ومستوى (أرملة) ولصالح (أرملة).

3. النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الدخل الشهري**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (13) و(14) و(15) تبين ذلك.

الجدول (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن الحياة	أقل من 2000 شيكل	85	3.22	1.01
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	3.07	0.99
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.81	0.97
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.36	0.72
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	أقل من 2000 شيكل	85	3.11	0.91
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.97	0.98
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.79	0.87
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.42	0.80

	المجموع	480	2.87	0.93
قلق الموت	أقل من 2000 شيكل	85	3.13	0.97
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	3.10	1.02
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	3.12	.96
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.62	.86
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	أقل من 2000 شيكل	85	3.22	0.91
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	3.18	0.90
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	3.16	0.89
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.84	0.78
	المجموع	480	3.14	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	أقل من 2000 شيكل	85	2.80	1.05
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.88	1.11
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.84	0.95
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.32	0.91
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	أقل من 2000 شيكل	85	3.00	0.65
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.93	0.58
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.90	0.52
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.50	0.60
	المجموع	480	2.88	0.59
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	أقل من 2000 شيكل	85	2.18	0.58
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.20	0.51
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.23	0.50
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.22	0.62
	المجموع	480	2.21	0.53
الضغوط الصحية	أقل من 2000 شيكل	85	2.89	0.91
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.78	0.77
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.60	0.79
	أكثر من 4000 شيكل	60	2.43	0.67
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	أقل من 2000 شيكل	85	2.94	0.70
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	2.89	0.69
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	2.80	0.65

	أكثر من 4000 شيكل	60	2.46	0.56
	المجموع	480	2.82	0.68

يتضح من الجدول (13) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية، حسب متغير الدخل الشهري، كذلك وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير الدخل الشهري.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (14) و(15).

الجدول (14)

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	32.777	3	10.926	11.766	*0.000
	خلال المجموعات	442.001	476	0.929		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	19.988	3	6.663	7.936	*0.000
	خلال المجموعات	399.625	476	0.840		
	المجموع	419.613	479			
قلق الموت	بين المجموعات	12.718	3	4.239	4.396	*0.005
	خلال المجموعات	459.063	476	0.964		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	بين المجموعات	6.413	3	2.138	2.707	*0.045
	خلال المجموعات	375.867	476	0.790		
	المجموع	382.281	479			
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	15.489	3	5.163	4.833	*0.003
	خلال المجموعات	508.509	476	1.068		

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	10.482	3	3.494	10.299	*0.000
	خلال المجموعات	161.491	476	.339		
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	0.119	3	0.040	0.136	.939
	خلال المجموعات	139.267	476	.293		
	المجموع	139.386	479			
الضغوط الصحية	بين المجموعات	10.259	3	3.420	5.358	*0.001
	خلال المجموعات	303.800	476	0.638		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	10.003	3	3.334	7.409	*0. .000
	خلال المجموعات	214.215	476	0.450		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، تعزى لمتغير الدخل الشهري في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة الأول، والثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية). في حين لا يوجد فروق في المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (15) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (15)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.14	0.24
		من3001-4000 شيكل	0.41	*0.002
		أكثر من 4000 شيكل	0.86	*0.000
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.26	*0.01
		أكثر من 4000 شيكل	0.71	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.45	*0.002
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.13	0.24
		من3001-4000 شيكل	0.32	*0.01
		أكثر من 4000 شيكل	0.69	*0.000
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.18	0.07
		أكثر من 4000 شيكل	0.55	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.37	*0.009
قلق الموت	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.03	0.79
		من3001-4000 شيكل	0.01	0.90
		أكثر من 4000 شيكل	0.51	*0.002
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	-0.01	0.86
		أكثر من 4000 شيكل	0.47	*0.001
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.49	*0.001
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.03	0.75
		من3001-4000 شيكل	0.06	0.61
		أكثر من 4000 شيكل	0.38	*0.011
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.02	0.79
		أكثر من 4000 شيكل	0.34	*0.009
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.32	*0.019
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	-0.07	0.55
		من3001-4000 شيكل	-0.03	0.81
		أكثر من 4000 شيكل	0.48	*0.005
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.04	0.68

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
		أكثر من 4000 شيكل	0.56	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.52	*0.001
الفجوة بين الطموح والإنجاز	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.07	0.32
		من3001-4000 شيكل	0.10	0.18
		أكثر من 4000 شيكل	0.50	*0.000
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.03	0.63
		أكثر من 4000 شيكل	0.42	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.39	*0.000
الضغوط الصحية	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.10	0.32
		من3001-4000 شيكل	0.28	*0.009
		أكثر من 4000 شيكل	0.45	*0.001
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.18	*0.03
		أكثر من 4000 شيكل	0.35	*0.003
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.17	0.16
الدرجة الكلية	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.05	0.53
		من3001-4000 شيكل	0.14	0.12
		أكثر من 4000 شيكل	0.48	*0.000
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.08	0.24
		أكثر من 4000 شيكل	0.42	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.34	*0.001

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (من 4000 شيكل فأكثر) ومستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل) في الدرجة الكلية ولصالح مستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل) وفي المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع والخامس، والسادس، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز،

والضغوط الصحية) بين مستوى (أكثر من 4000 شيكل) ومستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل)، وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل).

4. النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المستوى التعليمي**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (16) و(17) و(18) تبين ذلك.

الجدول (16)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن الحياة	توجيهي فأقل	49	3.45	0.98
	دبلوم	113	3.00	1.06
	بكالوريوس	273	2.87	0.95
	ماجستير فأعلى	45	2.56	0.84
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	توجيهي فأقل	49	3.33	0.90
	دبلوم	113	2.91	1.00
	بكالوريوس	273	2.85	0.90
	ماجستير فأعلى	45	2.38	0.69
	المجموع	480	2.87	0.93

قلق الموت	توجيهي فأقل	49	3.29	1.00
	دبلوم	113	3.13	1.02
	بكالوريوس	273	3.03	0.98
	ماجستير فأعلى	45	2.70	0.82
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	توجيهي فأقل	49	3.47	0.83
	دبلوم	113	3.22	0.93
	بكالوريوس	273	3.08	0.89
	ماجستير فأعلى	45	2.98	0.71
	المجموع	480	3.14	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	توجيهي فأقل	49	3.14	0.98
	دبلوم	113	2.96	1.14
	بكالوريوس	273	2.72	1.01
	ماجستير فأعلى	45	2.34	0.86
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	توجيهي فأقل	49	3.12	0.62
	دبلوم	113	2.98	0.64
	بكالوريوس	273	2.82	0.57
	ماجستير فأعلى	45	2.67	0.52
	المجموع	480	2.88	0.59
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	توجيهي فأقل	49	2.88	0.59
	دبلوم	113	2.18	0.54
	بكالوريوس	273	2.11	0.45
	ماجستير فأعلى	45	2.24	0.52
	المجموع	480	2.21	0.53
الضغوط الصحية	توجيهي فأقل	49	2.99	0.81
	دبلوم	113	2.90	0.81
	بكالوريوس	273	2.62	0.79
	ماجستير فأعلى	45	2.35	0.65
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	توجيهي فأقل	49	3.12	0.65
	دبلوم	113	2.90	0.74
	بكالوريوس	273	2.78	0.66
	ماجستير فأعلى	45	2.53	0.53
	المجموع	480	2.82	0.68

يتضح من الجدول (16) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية حسب متغير المستوى التعليمي، كذلك وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير المستوى التعليمي.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (17) و(18).

الجدول (17)

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	21.257	3	7.086	7.437	*0.000
	خلال المجموعات	453.521	476	0.953		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	21.186	3	7.062	8.437	*0.000
	خلال المجموعات	398.427	476	0.837		
	المجموع	419.613	479			
قلق الموت	بين المجموعات	9.136	3	3.045	3.133	*0.025
	خلال المجموعات	462.645	476	0.972		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	بين المجموعات	8.374	3	2.791	3.553	*0.014
	خلال المجموعات	373.907	476	0.786		
	المجموع	382.281	479			
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	19.800	3	6.600	6.231	*0.000
	خلال المجموعات	504.198	476	1.059		
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	6.719	3	2.240	6.451	*0.000
	خلال المجموعات	165.254	476	0.347		
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	1.653	3	0.551	1.904	0.128
	خلال المجموعات	137.733	476	0.289		
	المجموع	139.386	479			

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الضغوط الصحية	بين المجموعات	15.879	3	5.293	8.449	*0.000
	خلال المجموعات	298.180	476	0.626		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	9.444	3	3.148	6.977	*0.000
	خلال المجموعات	214.775	476	0.451		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (17) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية تعزى لمتغير المستوى التعليمي في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة الأول الثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس ، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية). في حين لا يوجد فروق في المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (18) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (18)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	توجيهي فأقل	دبلوم	0.45	*0.007

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
		بكالوريوس	0.58	*0.000
		ماجستير فأعلى	0.89	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.13	0.21
		ماجستير فأعلى	0.44	*0.011
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.30	0.05
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	توجيهي فأقل	دبلوم	0.41	*0.008
		بكالوريوس	0.47	*0.001
		ماجستير فأعلى	0.94	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.05	0.57
		ماجستير فأعلى	0.53	*0.001
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.47	*0.001
قلق الموت	توجيهي فأقل	دبلوم	0.16	0.32
		بكالوريوس	0.26	0.08
		ماجستير فأعلى	0.59	*0.004
	دبلوم	بكالوريوس	0.09	0.39
		ماجستير فأعلى	0.42	*0.015
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.33	*0.03
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	توجيهي فأقل	دبلوم	0.25	0.09
		بكالوريوس	0.39	*0.004
		ماجستير فأعلى	0.49	*0.007
	دبلوم	بكالوريوس	0.13	0.16
		ماجستير فأعلى	0.23	0.12
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.10	0.48
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	توجيهي فأقل	دبلوم	0.17	0.32
		بكالوريوس	0.41	*0.009
		ماجستير فأعلى	0.79	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.24	*0.03
		ماجستير فأعلى	0.62	*0.001
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.38	*0.022
الفجوة بين الطموح والإنجاز	توجيهي فأقل	دبلوم	0.13	0.17
		بكالوريوس	0.29	*0.001
		ماجستير فأعلى	0.44	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.15	*0.018

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
		ماجستير فأعلى	0.30	*0.003
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.15	0.10
الضغوط الصحية	توجيهي فأقل	دبلوم	0.09	0.48
		بكالوريوس	0.36	*0.003
		ماجستير فأعلى	0.64	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.27	*0.002
		ماجستير فأعلى	0.55	*0.000
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.27	*0.02
الدرجة الكلية	توجيهي فأقل	دبلوم	0.22	0.05
		بكالوريوس	0.34	*0.001
		ماجستير فأعلى	0.59	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.12	0.10
		ماجستير فأعلى	0.37	*0.002
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.25	*0.21

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستويات (توجيهي فأقل، ودبلوم) ومستويات (بكالوريوس، وماجستير) في الدرجة الكلية ولصالح مستويات (توجيهي فأقل، و دبلوم) وفي المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع والخامس، والسادس والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية) بين مستويات (توجيهي فأقل، ودبلوم) ومستويات (بكالوريوس، وماجستير فأعلى) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (توجيهي فأقل، ودبلوم).

5. النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير مكان السكن**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (19) و(20) و(21) تبين ذلك.

الجدول (19)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن الحياة	مدينة	231	2.64	0.94
	قرية	185	3.10	0.96
	مخيم	64	3.48	0.93
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	مدينة	231	2.66	0.91
	قرية	185	2.95	0.93
	مخيم	64	3.38	0.80
	المجموع	480	2.87	0.93
قلق الموت	مدينة	231	2.89	0.95
	قرية	185	3.10	1.02
	مخيم	64	3.49	0.88
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	مدينة	231	2.93	0.86
	قرية	185	3.26	0.85
	مخيم	64	3.57	0.88
	المجموع	480	3.14	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	مدينة	231	2.55	0.98
	قرية	185	2.88	1.02

	مخيم	64	3.33	1.08
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	مدينة	231	2.74	0.56
	قرية	185	2.96	0.61
	مخيم	64	3.11	0.55
	المجموع	480	2.88	0.59
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	مدينة	231	2.24	0.55
	قرية	185	2.16	0.54
	مخيم	64	2.20	0.46
	المجموع	480	2.21	0.53
الضغوط الصحية	مدينة	231	2.60	0.75
	قرية	185	2.72	0.83
	مخيم	64	3.00	0.86
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	مدينة	231	2.66	0.65
	قرية	185	2.89	0.68
	مخيم	64	3.19	0.61
	المجموع	480	2.82	0.68

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (19) وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية حسب متغير مكان السكن، كذلك وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير مكان السكن.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (20) و(21).

الجدول (20)

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	43.326	2	21.663	23.950	*0.000
	خلال المجموعات	431.453	477	0.905		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	27.434	2	13.717	16.684	*0.000
	خلال المجموعات	392.179	477	0.822		
	المجموع	419.613	479			
قلق الموت	بين المجموعات	18.600	2	9.300	9.789	*0.000
	خلال المجموعات	453.181	477	0.950		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	بين المجموعات	24.591	2	12.295	16.397	*0.000
	خلال المجموعات	357.690	477	0.750		
	المجموع	382.281	479			
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	32.894	2	16.447	15.974	*0.000
	خلال المجموعات	491.104	477	1.030		
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	9.222	2	4.611	13.515	*0.000
	خلال المجموعات	162.750	477	0.341		
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	0.628	2	0.314	1.080	0.340
	خلال المجموعات	138.758	477	0.291		
	المجموع	139.386	479			
الضغوط الصحية	بين المجموعات	8.182	2	4.091	6.379	*0.002
	خلال المجموعات	305.878	477	0.641		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	15.970	2	7.985	18.289	*0.000
	خلال المجموعات	208.249	477	0.437		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (20) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة الأول الثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس، والثامن، (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية). في حين لا توجد هناك فروق في المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (21) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (21)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	مدينة	قرية	-0.45	*0.000
		مخيم	-0.83	*0.000
	قرية	مخيم	-0.38	*0.006
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	مدينة	قرية	-0.28	*0.001
		مخيم	-0.71	*0.000
	قرية	مخيم	-0.42	*0.001
قلق الموت	مدينة	قرية	-0.20	*0.033
		مخيم	-0.59	*0.000
	قرية	مخيم	-0.39	*0.006
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	مدينة	قرية	-0.33	*0.000
		مخيم	-0.63	*0.000
	قرية	مخيم	-0.30	*0.15
الإحساس بكبر السن وإدراك	مدينة	قرية	-0.32	*0.001

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الزمن		مخيم	-0.77	*0.000
	قرية	مخيم	-0.44	*0.003
الفجوة بين الطموح والإنجاز	مدينة	قرية	-0.22	*0.000
		مخيم	-0.37	*0.000
	قرية	مخيم	-0.14	0.07
الضغوط الصحية	مدينة	قرية	-0.11	0.13
		مخيم	-0.40	*0.000
	قرية	مخيم	-0.28	*0.016
الدرجة الكلية	مدينة	قرية	-0.23	*0.000
		مخيم	-0.53	*0.000
	قرية	مخيم	-0.30	*0.002

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (مدينة) ومستويات (قرية، ومخيم) في الدرجة الكلية، وفي المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع والخامس، والسادس، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (قرية، ومخيم). كذلك وجود فروق بين مستوى (قرية) ومستوى (مخيم) ولصالح مستوى (مخيم).

6. النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المحافظة**).

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (22) و(23) و(24) تبين ذلك.

الجدول (22)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة والدرجة الكلية لاستجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة

المجال	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الشعور بالرضا عن الحياة	رام الله والبيرة	160	2.68	0.86
	الخليل	160	2.87	1.00
	نابلس	160	3.24	1.03
	المجموع	480	2.93	0.99
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	رام الله والبيرة	160	2.71	0.83
	الخليل	160	2.77	0.93
	نابلس	160	3.13	0.97
	المجموع	480	2.87	0.93
قلق الموت	رام الله والبيرة	160	2.90	0.90
	الخليل	160	2.90	0.99
	نابلس	160	3.34	1.02
	المجموع	480	3.05	0.99
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	رام الله والبيرة	160	3.08	0.81
	الخليل	160	2.95	0.90
	نابلس	160	3.39	0.90
	المجموع	480	3.14	0.89
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	رام الله والبيرة	160	2.70	0.94
	الخليل	160	2.50	0.96
	نابلس	160	3.15	1.11
	المجموع	480	2.78	1.04
الفجوة بين الطموح والإنجاز	رام الله والبيرة	160	2.83	0.59
	الخليل	160	2.78	0.61
	نابلس	160	3.02	0.56
	المجموع	480	2.88	0.59
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	رام الله والبيرة	160	2.23	0.52
	الخليل	160	2.08	0.48
	نابلس	160	2.31	0.58
	المجموع	480	2.21	0.53

الضغوط الصحية	رام الله والبيرة	160	2.61	0.82
	الخليل	160	2.70	0.76
	نابلس	160	2.79	0.83
	المجموع	480	2.70	0.80
الدرجة الكلية	رام الله والبيرة	160	2.72	0.59
	الخليل	160	2.70	0.67
	نابلس	160	3.05	0.71
	المجموع	480	2.82	0.68

يتضح من الجدول (22) وجود فروق في المتوسطات الحسابية لمستويات مجالات الدراسة الثمانية حسب متغير المحافظة، كذلك وجود فروق ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستويات الدرجة الكلية حسب متغير المحافظة.

ولمعرفة إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً، تم استخدام تحليل التباين الأحادي وكانت النتائج حسب الجدولين (23) و(24).

الجدول (23):

نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	بين المجموعات	26.348	2	13.174	14.013	*0.000
	خلال المجموعات	448.431	477	0.940		
	المجموع	474.779	479			
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	بين المجموعات	16.394	2	8.197	9.697	*0.000
	خلال المجموعات	403.219	477	0.845		
	المجموع	419.613	479			
قلق الموت	بين المجموعات	20.527	2	10.263	10.849	*0.000
	خلال المجموعات	451.255	477	0.946		
	المجموع	471.781	479			
الإحساس بانخفاض القوى	بين المجموعات	16.430	2	8.215	10.711	*0.000

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الحيوية للصحة والجسم	خلال المجموعات	365.851	477	0.767		
	المجموع	382.281	479			
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	بين المجموعات	34.820	2	17.410	16.976	*0.000
	خلال المجموعات	489.178	477	1.026		
	المجموع	523.998	479			
الفجوة بين الطموح والإنجاز	بين المجموعات	5.043	2	2.522	7.205	*0.001
	خلال المجموعات	166.929	477	0.350		
	المجموع	171.972	479			
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	بين المجموعات	4.094	2	2.047	7.216	*0.011
	خلال المجموعات	135.293	477	0.284		
	المجموع	139.386	479			
الضغوط الصحية	بين المجموعات	2.399	2	1.199	1.836	0.161
	خلال المجموعات	311.660	477	.653		
	المجموع	314.059	479			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	12.226	2	6.113	13.755	*0.000
	خلال المجموعات	211.992	477	0.444		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (23) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة ، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة الأول الثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس والسابع (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به). في حين لا يوجد فروق في المجال الثامن (الضغوط الصحية).

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (24) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (24)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية تعزى لمتغير المحافظه في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الشعور بالرضا عن الحياة	رام الله والبيرة	الخليل	-0.19	0.07
		نابلس	-0.56	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.37	*0.001
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	رام الله والبيرة	الخليل	-0.06	0.54
		نابلس	-0.41	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.35	*0.001
قلق الموت	رام الله والبيرة	الخليل	0.002	0.98
		نابلس	-0.43	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.43	*0.000
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	رام الله والبيرة	الخليل	0.13	0.16
		نابلس	-0.30	*0.002
	الخليل	نابلس	-0.44	*0.000
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	رام الله والبيرة	الخليل	0.19	0.08
		نابلس	-0.44	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.64	*0.000
الفجوة بين الطموح والإنجاز	رام الله والبيرة	الخليل	0.048	0.46
		نابلس	-0.18	*0.004
	الخليل	نابلس	-0.23	*0.000
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	رام الله والبيرة	الخليل	0.14	*0.014
		نابلس	-0.07	0.20
	الخليل	نابلس	-0.22	*0.000
الدرجة الكلية	رام الله والبيرة	الخليل	0.02	0.76
		نابلس	-0.32	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.34	*0.000

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (نابلس) ومستويات (رام الله والبيرة، والخليل) في الدرجة الكلية وفي المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع ، والخامس، والسادس، والسابع، (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة للمستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (نابلس). كذلك وجود فروق بين مستوى (نابلس) ومستوى (الخليل) ولصالح مستوى (نابلس).

الفصل الخامس

مناقشة النتائج وأهم التوصيات

- النتائج
- مناقشة النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة
- مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة
- التوصيات

الفصل الخامس: مناقشة النتائج وأهم التوصيات

النتائج

يهدف هذا الفصل إلى مناقشة نتائج الدراسة التي تناولت استجابات المبحوثات من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول ازمة منتصف العمر، وكذلك التعرف إلى دور بعض المتغيرات (الديموغرافية) في موضوع الدراسة.

أولا: مناقشة النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

1) مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول، والذي ينص على:

ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية ؟

يتضّح من نتائج الجدول (6) أنَّ فقرات المجالات التّي تقيس مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات من المحافظات الشمالية الفلسطينية، كانت متوسطة حيث جاءت الدرجة الكلية متوسطة التقدير كذلك.

ويفسر الباحث هذه النتيجة لمستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية بالأسباب التالية:

1. الصعوبات الاقتصادية المتمثلة بالبطالة والأجور المتدنية التي تعاني منها النساء العاملات.

2. الضغوطات النفسية التي تتعرض لها النساء العاملات خصوصاً من تتحمل منهنَّ مسؤوليات المنزل وواجباته.
3. الأوضاع الصحية التي تعاني منها النساء العاملات وخصوصاً عند ازدياد أعمارهنَّ والذي بدوره ينشأ عن الإرهاق في العمل، وفي تأدية الواجبات المنزلية والقلق على أفراد الأسرة.
4. الشعور بالتقدم بالسن وفقدان لبعض العمليات الحيوية التي تعاني منها النساء، والتي بدورها تسبب أزمة لديهنَّ.

وتتفق هذه النتائج مع نظرية أريكسون (erikson) المفسرة لأزمة منتصف العمر وتدعمها والتي ترى أن الأزمة تحدث نتيجة لتدخل الاعتبارات الاجتماعية في معادلة النمو النفسي للفرد، والتي تنشأ حسب أريكسون (erikson) نتيجة لمشاكل الركود الشخصي والآثار النفسية والاجتماعية الملازمة لتطور الإنسان وقد تدفع الفرد باتجاه التقدم والازدهار، أو التخبط والنكوص إلى الخلف.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الحربي والحريقي، 2013) كما وتختلف مع دراسة (المفدى، 1995) التي خلصت إلى أن أزمة منتصف العمر ما هي إلا ظاهرة ثقافية تتعلق بالمجتمع الغربي، الذي ترتبط المادة بنمط حياته وبتعويله على القوة والنشاط، حيث أنه تبين أن الأزمة لاتقتصر على المجتمع الغربي.

بينما تتفق مع دراسة (رسلان،2013)، ودراسة (الداغستاني، 2010)، ودراسة فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009)، ودراسة إنتراكامهاند وآخرون (Intrakamhang,etal, 2008)، ودراسة كوي وآخرون (Choi،etal.2005) ودراسة وألميديا وهورن (Almeida& Horn, 2004)، ودراسة لاكمان (Lachman, 2004) التي أشارت إلى وجود أزمة منتصف العمر لدى عينة من المبحوثات بنسب متفاوتة من مجتمع الى آخر.

2) مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الذي ينص على:

هل تختلف متوسطات الاستجابات لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر باختلاف المتغيرات الديمغرافية: العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة؟

لمناقشة نتائج هذا السؤال، تم مناقشة فرضيّات الدراسة المتعلقة بالمتغيرات المستقلة للمبحوثات من عينة الدراسة على النحو التالي:

ثانيا :مناقشة النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

1. النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:

والتي تنص على (**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير العمر**).

يتبين من الجداول (7، 8، 9) أن متغير العمر يؤثر في تقدير عينة الدراسة من النساء المبحوثات حول أزمة منتصف العمر حيث أشارت النتائج إلى أنه كلما ازداد عمر المرأة العاملة ازدادت مؤشرات أزمة منتصف العمر لديها.

ويفسر الباحث ذلك، بأن الزيادة في العمر تؤدي إلى أزمة نفسية، وذلك نتيجة للتغيرات البيولوجية التي تحدث للفرد مثل التغير في الجسم، وفقدان لبعض العمليات الحيوية أو قلتها والوصول إلى سن اليأس، وانقطاع الطمث والتي بدورها تنعكس على الحالة النفسية للمرأة والتفكير بنظرة المجتمع والمحيطين لها، بالإضافة للخوف من المستقبل لحدوث طارئ يتعلق بالمرض أو العمل.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج الحربي والحريقي (2013) بينما تتفق مع نتائج دراسة (النيال، 2008)، ودراسة ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004) من حيث وجود أثر لمتغير العمر.

2. النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:

والتي تنص على(**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية**).

يتبين من الجداول (10، 11، 12) أن مستوى (مطلقة) قد امتلك أعلى مستويات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية.

ويفسر الباحث هذه النتيجة:

1. القلق النفسي الذي تسببه حالات الطلاق على المرأة في المجتمع الفلسطيني، وما يصاحبه من ضغوطات نفسية، والذي تتحمل المرأة الجزء الأكبر منه، حيث أن النظرة الاجتماعية للمطلّقة في المجتمع العربي عموماً ليست منصفة.
2. ما يخلفه الطلاق من أزمات نفسية وخصوصاً عند تقدم الزمن والكبر بالسن وانخفاض عمليات الجسم الحيوية، والذي بدوره يعمل على خلق أزمة لدى المرأة خصوصاً في مجتمع محافظ مثل المجتمع الفلسطيني.

3. الأوضاع الاقتصادية الصعبة التي تعاني منها النساء المطلقات في ظل انخفاض مستوى الدخل، وخصوصاً إذا كانت المرأة تتحمل مسئولية المنزل الأمر الذي يؤدي إلى قلق في التفكير في سد الاحتياجات الاقتصادية والتفكير المتشائم نحو المستقبل.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الحربي، والحريقي ،2013) و(الداغستاني، 2010)، وماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي أظهرت فروقاً تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

3. النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:

والتي تنص على(**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الدخل الشهري**).

يتبين من الجداول (13، 14، 15) أن مستوى أزمة منتصف العمر يزداد مع انخفاض مستوى الدخل عند النساء العاملات.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بالمسئولية الكبيرة التي تتحملها المرأة العاملة، خصوصاً عند تحملها واجب الإنفاق على الأسرة في ظل الانخفاض الحاد في مستوى الدخل، نتيجة للأوضاع الاقتصادية السيئة وما يصاحبه من ارتفاع حاد في مستوى المعيشة وغلاء مستلزمات الحياة والذي يولد تفكير وقلق نحو المستقبل والأحداث المصاحبة له.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي كشفت عن وجود فروق تعزى لصالح الدخل المتدني، ودراسة لو(Lu, 2010) التي كشفت عن وجود فروق دالّة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري.

4. النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:

والتي تنص على(**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المستوى التعليمي**).

يتبيّن من الجداول (16، 17، 18) أن الزيادة في المستوى التعليمي لدى المرأة العاملة تؤدي إلى تقليل مستوى أزمة منتصف العمر لديها.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن التعليم وخصوصاً التعليم الجامعي يمكن المرأة المتعلمة من فهم الواقع الذي تعيشه، وبالتالي تعمل على توعيته بالأحداث التي تطرأ عليها مما يخفف من حدة آثارها السلبية على القلق النفسي والاجتماعي والاقتصادي الذي يعيشه، ويمكن أن يؤدي إلى امتلاك مستوى تعليمي عالٍ إلى الحصول على عمل بدخل جيد يخفف من وطأة الأزمة الاقتصادية التي المرأة بالمجتمع وهذا يقلل من حدوث قلق، وبالتالي يحد من وجود أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشهري (2009)، ونتائج دراسة ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي أظهرت فروقاً تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الداغستاني، 2010) التي لم تظهر فروقاً تُعزى لصالح المستوى التعليمي.

5. النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة:

والتي تنص على: **(لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير مكان السكن).**

يتبيّن من الجداول (19، 20، 21) أن مستوى أزمة منتصف العمر التي تضمنتها أداة الدراسة قد ازدادت عند النساء من سكان القرى والمخيمات.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الضغوط الاجتماعية والاقتصادية التي يعاني منها سكان القرى والمخيمات، والتي تتمثل في الحد من حرية المرأة نتيجة لسيادة المجتمع الذكوري في القرى، أما بالنسبة للمخيمات، فتتمثل معاناة سكانها من الإكتظاظ السكاني، والبطالة، وقلة فرص العمل، والأوضاع الاقتصادية السيئة، والتي بدورها تنعكس على واقع المرأة في النظرة القاتمة نحو المستقبل والتفكير به.

5. نتائج الفرضية السادسة

والتي تنص على: **(لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المحافظة).**

يتبين من الجداول (22، 23، 24) أن مستوى أزمة منتصف العمر التي تضمنتها أداة الدراسة قد ازدادت عند النساء من سكان محافظة نابلس عنها في محافظتي رام الله والبيرة والخليل. كذلك كانت المؤشرات أعلى عند النساء من محافظة نابلس عنها في محافظة الخليل.

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن محافظة نابلس تعاني من أوضاع اقتصادية أكثر سوءاً من بقية المحافظات الأخرى، وذلك نتيجة لقلة فرص العمل، وقلة الدخل إن وجدت، بالنسبة للنساء العاملات وهذا بدوره ينعكس على المرأة العاملة فيها، وحيث أن مستوى الاجور في محافظة نابلس أقل منها في مقارنة بالمحافظات الأخرى.

التوصيات:

في ضوء النتائج السابقة للدراسة، خرج الباحث بعدة توصيات، أبرزها:

1. تفعيل البرامج الإرشادية للنساء العاملات عن طريق المؤسسات والوزارات التي تعنى بشؤون المرأة في مثل هذا العمر، وذلك من أجل تحسين قدراتهنّ النفسية والاجتماعية على مواجهة متغيرات تلك المرحلة العمرية والتعايش معها.
2. تنمية الثقافة النفسية والاجتماعية لدى النساء العاملات، وذلك إمّا من خلال مؤسسات العمل، أو من خلال المؤسسات الاجتماعية العاملة في المناطق المختلفة، أو من خلال وسائل الإعلام المختلفة، وذلك من أجل التقليل من حدّة أعراض الأزمة لدى الفئة المستهدفة من النساء.
3. بناء برامج تعمل على تحسين تقدير الذات لدى النساء العاملات في المحافظات الفلسطينية، وذلك من أجل رفع مستوى التوجه نحو الحياة وتحسين جودتها.
4. قيام المؤسسات التعليمية العليا بتدريس مقررات تهتم بمرحلة منتصف العمر ضمن مراحل النمو الإنساني وضرورة مواجهة أعراضها، وذلك لأهميتها في الفترة النمائية للفرد عند بلوغه هذه المرحلة.

5. قيام المؤسسات الاجتماعية المعنيّة بالمطلقات بالعناية بهنّ ودعمهنّ معنوياً ومادياً، وتحسين ظروف عملهنَّ وذلك للتخفيف من وطأة أعراض أزمة منتصف العمر لديهنَّ.
6. الاهتمام بالأسرة وتوعيتها وتثقيفها حول مراحل النمو المختلفة لأفرادها، بما فيها مرحلة منتصف العمر، وذلك لزيادة الروابط الاجتماعية فيما بين أفرادها للتغلب على المشاكل الاجتماعية والنفسية التي يمكن أن تواجهها.
7. يقترح الباحث القيام بإجراء دراسات حول الاحتراق النفسي للنساء في منتصف العمر، من أجل الكشف عن وجود مؤشرات لتلك الأزمة ومقدارها ووضع استراتيجيات التغلب عليها.
8. القيام بدراسات حول أزمة منتصف العمر لدى عينات أخرى مختلفة، من أجل الكشف عن وجود مؤشرات لتلك الأزمة ومستوى هذه المؤشرات.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

القرآن الكريم

جعفر، غسان (2007)."**سن اليأس عند المرأة- العوارض، الأمراض، العلاج- العلاج**، بيروت: رشاد برش للنشر، لبنان.

الحربي، نايف والحريقي، نهال (2013)." أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات. **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس**،ع45(1)، ص ص130-181،السعودية.

الحسيني، فريال عبد السلام (2002)." **دراسة نفسية لأزمة منتصف العمر وعلاقتها بممارسة النشاط الرياضي والتغذية المعرفية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

حلمي، ماجدة (2008)." **مشاكل الصحة بعد الخمسين- شباب دائم وعظام بدون هشاشة**، القاهرة: ط1، مكتبة الشروق الدولية ، مصر.

الخليوي، حسن (2008) ، **أزمة منتصف العمر عند الرجل**.مكتبة النهضة المصرية، مصر.

الداغستاني، سناء (2010). أزمة منتصف العمر لدى موظفي الدولة وعلاقتها ببعض المتغيرات". **مجلة كلية الآداب**، جامعة بغداد، ع 94،ص ص641-671، العراق.

الدريع، فوزية (2008). **الحب في الأربعين**، بغداد: منشورات الجمل ، العراق.

رسلان، نجلاء (2013)." المتغيرات المنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات". **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)**. ع40، ج4،ص ص247–286. أغسطس2013م

سليمان، سناء (2006). **أزمة منتصف العمر لدى المرأة والرجل بين اليأس والأمل**، القاهرة: ط1، القاهرة: عالم الكتب.

شند، سميرة (2001). تقدير الذات والمساندة الأسرية للمرأة في سن انقطاع الطمث". **مجلة كلية التربية وعلم النفس**"، جامعة القاهرة، الجزء الثاني، العدد 25، ص ص 305–357.

الشهري، أمل (2009)، **زملة أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة وعلاقتها بتقدير الذات والإكتئاب والمساندة الاجتماعية في ضوء متغيري التعليم والعمل**. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية . جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن للبنات. الرياض، المملكة العربية السعودية.

العازمي، أحمد (2014)." مدى إسهام بعض المتغيرات بالتنبؤ بجودة الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر في الكويت ". **مجلة كلية التربية**– ع (56)،ص ص573–612، جامعة طنطا، مصر.

عثمان، علان (2010). "**اتجاهات مديري المدارس الحكومية الثانوية نحو تطبيق إدارة المعرفة في المحافظات الشمالية في فلسطين**". جامعة النجاح الوطنية، نابلس– فلسطين.

كردي، سميرة (2012)." زملة أعراض منتصف العمر وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من السيدات المنجبات بمدينة الطائف– دراسة وصفية مقارنة. **مجلة علم النفس**، م25(95)، مصر.

محمود، إجلال (2008). أزمة منتصف العمر: المحدثات، الأعراض المصاحبة، عمليات التحمل والمواجهة، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، المجلد 18(59)، مصر.

المفدى، عمر عبد الرحمن، (1995) "أزمة منتصف العمر ، مقارنة عمرية على عينات من المجتمع السعودي، **حولية كلية التربية**، جامعة قطر، ع12، ص ص517–548.

النيال، مايسة (2008): "**دراسة مقارنة عبر مرحلة الرشد** ". القاهرة: دار المعرفة الجامعية، مصر.

النيال، مايسة أحمد (1998):"**أزمة منتصف العمر: دراسة مقارنة في الشخصية المصرية**". قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية، مصر.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Adler, B., Jr. (2007). Boys & Their Toys: Understanding Men by Understanding Their Relationship with Gadgets. New York: AMACOM.

Anderson, M., Goodman, J., & Schlossberg, N. (2012). Counseling Adults in Transition: Linking Practice with Theory (4th éd.). New York: Springer.

Almeida, D. M. & Horm, M. C. (2004). Is Daily Life More Stressful During Middle Adulthood? In O. G. Brim; C. D. Ryff & R. C. Kessler (Eds.), How Healthy Are We? A National Study of Well-Being at Mid-Life (pp 425-451). Chicago: University of Chicago Press.

Arterburn, S. & Shore, J. (2008). Midlife Manual for Men: Finding Significance in the Second Half. Bloomington: Bethany House.

Becker.D orr,A., Weizman,A, Kotler, MPinesA.,(2007). Depressed Mode Through Women's Reproductive Cycle. Correlation to Mode at Menopause. Climacteric,Vol10.1 pp 46-50.

ChoiS. Sangyeol, LKyungrim, S. & Hyeryeon, Y. (2005). Prevalence of insomnia and its relationship to menopausal status in middle-aged Korean Woman. Psychiatry & Chinical Neurosciences (54).4 ,pp 395-402.

Colarusso, C & Nemiroff, R. (1981). "Adult Development; A new Dimension". New York: Plenum.

Daley, A, Macarthur, C, Stokes Lampard, H, Mcmanus, R, Wilson.(2007).

Franzoi, S. L. (2011). Psychology: A Discovery Experience. Mason: South-Western Cengage Learning.

Freund, A. & Ritter, J. (2009): Midlife crisis: adebate. Gerontology vol.55 (55) pp582-591.

Gadino, (1983). "Skinners Dark Year and Walden Two American Psychologists, 36(5),pp 470-479.

Gaudette, P. & Courter, G. (2011). How to Survive Your Husband's Midlife Crisis (2nd éd.). Lecanto: Home & Leisure Publishing.

Hargrive, D.(2008): Stories of women's midlife experience.(unpublished Ph,D dissertation) University of South Africa.

Intarakamhang, U.Ragharan, C.choochom, O. & Sucaromana, A.(2008): Causal Relation Analysis and Indices of Midlife Crisis of Employed, Married Thai Women. Journal of Population and social studies, vol. 16,(2),pp73-89.

Kloss, J.; Tweedy, K. & Gilrain, K. (2004): Psychological Factors Associated with sleep Disturbance Among premenopausal women, Behavioral sleep Medicine ,vol.2.4.ppl77-190.

Lachman, M. E. (2004). Development in Midlife. Annual Review of Psychology, 55, pp 305-331.

Levinson, D. (1976): "Periods in Adult Development of Men Ages 18-54. Counseling Psychologist ". 6, pp 21-25.

Lu. L (2010). Leisure & Depression in Midlife: A Taiwanese National Survey of Middle-aged Adults. *Journal of Health Psychology* Vol 16 (1) pp137–147.

Mathew, L. (2011): *The results of what we have thought: searching for middleway in the digital age & exploring dickens's midlife crisis in A Tale of Two Cities* Western Ilinois University, 150394s.

McFadden, J. R. & Rawson Swan, K. T. (2012). Women during midlife: Is ittransition or crisis?. Family & Consumer Sciences Research Journal, 40 (3), pp313- 325.

Nema. Sh. (2013). Effect of Marital Adjustment in Middle-Aged Adults. International Journal of Scientific & Research Publications, Volume 3, Issue 9, September 2013 1 ISSN 2250-3153

Sampselle, C., Harris, V., Harlow, S. & Sowers, M., (2002): Midlifedevelopment and menopause in African American & Caucasian women. Health care for Women international, 23, pp 351-363,

Wahl, H., & Kruse, A. (2005). Historical Perspectives of Middle Age Within the Life Span. In S. L. Willis & M. Martin (Eds.), Middle Adulthood: A lifespan perspective (pp3- 34). Thousand Oaks: Sage

Weaver,Y.,(2009). Midlife-A Time of Crisis or New Possibilities. Existential Analysis 20.1. pp 69-78.

Weiten, W., Loyd, M. A., Dunn, D. S. & Hammer, E. Y. (2009). Psychology Applied to Modem Life: Adjustment in the 21st Century. Belmont: Wadsworth.

Wrightsman, L. (1981):" Personal Documents as Data in Conventionalizing Adult Personality Development ". Personality and Social Bulletin , 7,3, pp367-385.

الملاحق

أ- أسماء محكمي الاستبانة

ب- الاستبانة في صورتها الأولية والنهائية

ت- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة

ث- مصفوفة بيرسون لقياس الصدق الارتباطي

ج- عدد ونسبة الإناث من (35-50) العاملات في الضفة الغربية حسب احصائيات جهاز الإحصاء المركزي الفلسطيني لعام 2016

ح- كتاب تسهيل مهمة

ملحق (أ)

أسماء محكمي الاستبانة

م	اسم الدكتور	الجامعة	التخصص
.1	أ.د محمد شاهين	جامعة القدس المفتوحة	ارشاد نفسي وتربوي
.2	أ.د حسني عوض	جامعة القدس المفتوحة	ارشاد نفسي وتربوي
.3	أ.د معزوز علاونة	جامعة القدس المفتوحة	قياس وتقويم
.4	د. راتب أبو رحمة	جامعة القدس المفتوحة	خدمة اجتماعية
.5	د.علياء العسالي	جامعة النجاح الوطنية	تربية ابتدائية
.6	د. نبيل عبد الهادي	جامعة القدس أبو ديس	علم نفس
.7	د.هشام شناعة	جامعة الخضوري	ارشاد نفسي وتربوي
.8	د.إياد أبو بكر	جامعة القدس المفتوحة	خدمة اجتماعية
.9	د. فاخر الخليلي	جامعة النجاح الوطنية	علم نفس
.10	د. شادي أبو الكباش	جامعة النجاح الوطنية	علم نفس
.11	د. أشرف الصايغ	جامعة النجاح الوطنية	ادارة تربوية
.12	د.حسن أبو الرب	جامعة القدس المفتوحة	لغة عربية

ملحق (ب)

الاستبانة في صورتها الأولية قبل التحكيم

جامعة القدس المفتوحة

كلية الدراسات العليا

برنامج الإرشاد النفسي والتربوي

استبانة

المواطنة المحترمة ... تحية طيبة وبعد ...

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان :" **أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية في ضوء بعض المتغيرات** ". بهدف تطوير الاهتمام بهذه المرحلة العمرية على نحو مناسب

إن مساهمتك في الإجابة عن أسئلة الاستبانة ، يعد إسهاما في تقدم البحث العلمي ، علما" أن الاستبانة المستخدمة مخصصة لتحقيق أغراض البحث العلمي فقط ، ولن تستخدم لأية أمور.

مع وافر الاحترام

الباحث

محمد يوسف سمارة

أولا: يرجى وضع إشارة (x) في المربع الذي ينطبق عليك

1) الحالة الاجتماعية: ☐ عزباء ☐ متزوجة ☐ مطلقة ☐ أرملة

2) دخل الأسرة: ☐ اقل من 1500 ☐ من1501-2500 ☐ أكثر من 2501 بالشيكل

3) المستوى التعليمي : ☐ توجيهي فأقل ☐ دبلوم ☐ بكالوريوس ☐ ماجستير فأعلى

4) السكن : ☐ مدينة ☐ قرية ☐ مخيم

5) المحافظة : ☐ رام الله والبيرة ☐ الخليل ☐ نابلس

ثانيا: مقياس أزمة منتصف العمر

يرجى وضع شارة(x) في المربع الذي يتفق مع رأيك أمام كل فقرة من الفقرات الآتية

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
المجال الأول : الشعور بالرضا عن الحياة						
.1	عائلتي لم تعد تفهمني بالدرجة الكافية					
.2	علاقتي بعائلتي يسودها القلق والتوتر حالياً					
.3	أظن أن قراراتي العائلية لم تعد حكيمة					
.4	أنا غير راضٍ عن حياتي هذه الأيام					
.5	أشعر أن عائلتي تهتم بغيري أكثر مني على غير السابق					
.6	أصبحت علاقتي بأفراد عائلتي يسودها التوتر دون سبب واضح على عكس السابق					
.7	أتمنى دائماً أن أتمتع بالشباب والحيوية					
.8	أشعر بأنني في حالة من الضياع والأسى					
.9	وضعي الاجتماعي الحالي يدفعني إلى البحث عن بداية جديدة في مختلف مجالات حياتي العائلية والاجتماعية					
المجال الثاني: عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل						
.10	أنني لن اكون قادرا على مواجهة المشكلات في المستقبل .					
.11	ينتابني إحساس بالضعف وقلة الحيلة اذ لم يكن موجوداً في الماضي بنفس الدرجة					
.12	بدأ لدي شعور يتزايد بأنني لا أستطيع أن أحقق أهدافي لأنني لن أعيش بقدر ما عشت					
.13	في هذه الأيام تخطر لي فكرة أن الحياة لا جدوى لها					
.14	أشعر أن المستقبل يحمل لي أشياء مخيفة					
.15	أشعر بالأسى والحزن لأنني لم أحقق طموحاتي التي كنت أصبو إليها					
.16	أشعر باليأس والقنوط كلما تقدمت بالسن					
.17	يغلب على تقييمي للأحداث السابقة مسحة من الندم والحزن					
.18	أشعر بأن حياتي تتحكم فيها قوى خارجية أكثر من الماضي					
.19	تراودني فكرة أن أفراد عائلتي سيتركونني وحيداً في يوم من الأيام .					
.20	اشعر بتغيرات مستمرة في مظهري (شكلي) تجعلني اخاف ان اكون غير جذابة (لا يتقبلني) زوجي مستقبلا					
.21	غلاء المعيشة وانخفاض الدخل لاسرتي وانخفاض العائد المادي يقلقني على مستقبلي					
.22	اشعر ان الحياه عقيمة بلا هدف ولا معنى ولا مستقبل واضح					

.23	اشعر بالقلق الشديد عندما اتخيل اصابتي بالحادث او مرض مزمن					
.24	اؤمن بالقضاء والقدر , وان القدر يحمل اخبارا سارة لي في المستقبل					
.25	ليس عندى طموح وأهداف واضحة في الحياة.					
المجال الثالث: قلق الموت						
.26	تضطرب أعصابي عندما أسمع أحاديث الآخرين عن الموت أكثر مما كان يحدث سابقاً					
.27	أخشى أن أموت موته مفزعة في حادث مثلاً					
.28	بدأت بالشعور بالأسى والخوف من أن يختطفني الموت من المقربين لي					
.29	لاحظت أنني أخاف بشدة عندما تخطر لي فكرة الموت في الفترة الأخيرة					
.30	اكتشفت في هذه الفترة من العمر أن الحياة قصيرة					
.31	تسيطر علي الآن فكرة تعرضي للموت المفاجئ					
.32	تراودني في الفترة الاخيرة أفكار حول موت المقربين لي					
.33	أفضل في الفترة الأخيرة البقاء بمفردي معظم الوقت					
المجال الرابع: الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم						
.34	لم أعد أتمتع بالنشاط والحيوية اللذين كنت أتمتع بهما من قبل					
.35	أترقب كل تغير يحدث لي في جسمي					
.36	أعاني من الخوف من أصاب بأي مرض في هذه المرحلة من العمر					
.37	اقلق كثيراً على صحتي منذ فترة من الزمن					
.38	أهتم بزيارة الطبيب بصورة متكررة في الفترة الأخيرة					
.39	بدأت أفقد الشعور بالرضا عن صورة جسمي					
.40	بدأت أشعر بنوبات اكتئاب عندما أشعر بألم في جسمي					
.41	بدأت أنزعج كثيراً من مظهر جسمي الذي أظن أنه تغير كثيراً عن ذي قبل					
المجال الخامس: الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن						
.42	لم يبق من العمر بقية لتحقيق أهدافي التي خططت لها في سنوات عمري المبكرة					
.43	توحي ملامح وجهي بتقدم عمري مما جعل الآخرين يعاملونني بطريقة مختلفة عن السابق					
.44	أعتقد أنني في مرحلة من العمر لن تمكنني من إنجاز كثير من الأهداف التي كنت أرمي إلى تحقيقها					
.45	أشعر باليأس والقنوط كلما تقدمت في السن					
.46	أفتقد الإحساس بالسعادة كثيراً في الفترة الأخيرة					

المجال السادس : الفجوة بين الطموح والإنجاز						
.47	أشعر بالأسى عندما أدرك الفجوة بين طموحاتي وقدرتي على الإنجاز					
.48	أشعر بقوة داخلية تدفعني إلى تعديل مسار حياتي					
.49	على الرغم من نجاحي في حياتي إلا أنني أدركت مؤخراً أنني غير راضٍ عن مكانتي في الحياة					
.50	معاملة الناس لي على أساس المصالح وليس المبادئ					
.51	أتأثر كثيراً بالحكم الاجتماعي وتقييم الناس لتقدم العمر					
.52	أرى أن الحياة تسير على وتيرة واحدة وليس بها أي جديد					
.53	أحاول أن أبحث عن ذاتي أكثر من أي وقت مضى					
المجال السابع : الرضا عن الوسط الذي أعيش به						
.54	أواجه ضغوطات كبيرة في التفاعل مع الآخرين					
.55	أنا مقتنع بعلاقاتي مع أقربائي					
.56	أنا راضٍ عن حياتي في هذا العمر					
.57	لدي قدرة على القيام بعملي سواء داخل المنزل أو خارجه					
.58	أنا مطمئن عن أحوالي الصحية الحالية					
.59	لدي إيمان بالقضاء والقدر					
.60	يحترمني من هم أصغر مني سناً					
.61	ينشغل تفكيري كثيرا بعلاقتي الزوجية					
المجال الثامن : الضغوط الصحية						
.62	أشعر بالاحباط من وضعي الصحي					
.63	أعاني من اظطرابات في النوم					
.64	أشعر بألم بأسناني					
.65	عدم مقدرتي على الحصول على العلاج اللازم					
.66	أصاب بالخمول والكسل					
.67	أعاني من فقدان للشهية وعدم الرغبة بالأكل					
.68	أعاني من صداع بالرأس					
.69	أشعر بسرعة في دقات القلب من وقت لآخر					
.70	أعاني من مشكلات في المعدة، رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك					
.71	يضايقني أحيانا أن تسوء صحتي					
.72	أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر					
.73	أشعر بآلام في مفاصلي عند القيام بأي مجهود					
74	تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة					

الاستبانة في صورتها النهائية بعد التحكيم

جامعة القدس المفتوحة

كلية الدراسات العليا

برنامج الإرشاد النفسي والتربوي

استبانة

المواطنة المحترمة... تحية طيبة وبعد،

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان: "**أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات**"، بهدف تطوير الاهتمام بهذه المرحلة العمرية على نحو مناسب. إن مساهمتك في الإجابة عن أسئلة الاستبانة يعد إسهاماً في تقدم البحث العلمي، علماً أن الاستبانة المستخدمة مخصصة لتحقيق أغراض البحث العلمي فقط، ولن تستخدم لأية أمور غير ذلك.

مع وافر الاحترام

الباحث: محمد يوسف سمارة

أولاً: يرجى وضع إشارة (x) في المربع الذي ينطبق عليك:

1) العمر: من 35 أقل من 40 ☐ 40- أقل من 45 ☐ من 45- 50 ☐

2) الحالة الاجتماعية: عزباء ☐ متزوجة ☐ مطلقة ☐ أرملة ☐

3) دخل الأسرة بالشيكل: أقل من 2000 ☐ من 2000-3000 ☐ من 3001- 4000 ☐ أكثر من 4000 ☐

4) المستوى التعليمي: توجيهي فأقل ☐ دبلوم ☐ بكالوريوس ☐ ماجستير فأعلى ☐

5) السكن: مدينة ☐ قرية ☐ مخيم ☐

6) المحافظة: رام الله والبيرة ☐ الخليل ☐ نابلس ☐

ثانياً: مقياس أزمة منتصف العمر

يرجى وضع إشارة (X) في المربع الذي يتفق مع رأيك أمام كل فقرة من الفقرات الآتية

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معار ض	معارض بشدة
المجال الأول: الشعور بالرضا عن الحياة						
1	أسرتي لم تعد تفهمني بالدرجة الكافية					
2	أظن أن قراراتي الأسرية لم تعد حكيمة					
3	أنا غير راضية عن حياتي هذه الأيام					
4	أشعر أن أسرتي تهتمّ بغيري أكثر منّي على غير السابق					
5	أصبحت علاقتي بأفراد أسرتي يسودها التوتر دون سبب واضح على عكس السابق					
6	أتمنى أن أتمتع بالشباب والحيوية					
7	أشعر بأنني في حالة من الضياع والأسى					
8	وضعي الاجتماعي الحالي يدفعني إلى البحث عن بداية جديدة في مختلف مجالات حياتي العائلية والاجتماعية					
المجال الثاني: عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل						
9	لن أكون قادرة على مواجهة المشكلات في المستقبل					
10	ينتابني إحساس بالضعف وقلة الحيلة					
11	بدأ لدي شعور متزايد بعدم قدرتي على تحقيق أهدافي لأنني أتوقع الموت في أية لحظة					
12	في هذه الأيام تخطر لي فكرة أن الحياة غير مجدية					
13	أشعر أن المستقبل يحمل لي أشياء مخيفة					
14	أشعر بالأسى والحزن لأنني لم أحقق طموحاتي التي كنت أصبو إليها					
15	أشعر باليأس والقنوط					
16	يغلب على تقييمي للأحداث السابقة مسحة من الندم والحزن					
17	أشعر بأن حياتي الحالية تتحكم فيها قوى خارجية					

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معار ض	معارض بشدة
18	تراودني فكرة أن أفراد عائلتي سيتركونني وحيدة في يوم من الأيام					
19	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري تجعلني أخاف من المستقبل					
20	انخفاض الدخل لأسرتي يقلقني على مستقبلي					
21	أشعر أن الحياة بلا معنى					
22	أتخوف من إصابتي بمرض خطير أو مزمن					
23	أرى أن القدر يحمل أخباراً سارة لي في المستقبل					
24	ليس عندي طموح وأهداف واضحة في الحياة					
	المجال الثالث: قلق الموت					
25	تضطرب أعصابي عندما أسمع أحاديث الآخرين عن الموت أكثر مما كان يحدث سابقاً					
26	أخشى أن أموت موتاً مفزعاً في حادث ما					
27	بدأت بالشعور بالخوف من أن يختطفني الموت من المقربين إلي					
28	لاحظت أنني أخاف عندما تخطر لي فكرة الموت في الفترة الأخيرة					
29	بدأت أشعر أن عمري قصير ولم يبقى لي أكثر مما مضى في هذه الحياة					
30	تسيطر عليّ الآن فكرة تعرضي للموت المفاجئ					
31	تراودني في الفترة الأخيرة أفكار حول موت المقربين إليّ					
32	أفضل في الفترة الأخيرة البقاء بمفردي					
	المجال الرابع: الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم					
33	لم أعد أتمتع بالنشاط والحيوية اللذيْن كنت أتمتع بهما من قبل					
34	أترقب كل تغير يحدث لي في جسمي					
35	أشعر بالخوف من أن أصاب بأي مرض في هذه					

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معار ض	معارض بشدة
	المرحلة من العمر					
36	أقلق على صحتي منذ فترة من الزمن					
37	أهتم بزيارة دورية للطبيب في الفترة الأخيرة					
38	بدأت أفقد الشعور بالرضا عن صورة جسمي					
39	بدأت أشعر بنوبات اكتئاب عندما أشعر بألم في جسمي					
40	بدأت أنزعج من مظهر جسمي الذي أظن أنه تغير عن ذي قبل					
المجال الخامس: الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن						
41	لم يبقى لي من العمر بقية لتحقيق أهدافي التي خطّطت لها في سنوات عمري المبكرة					
42	توحي ملامح وجهي بتقدم عمري مما جعل الآخرين يعاملونني بطريقة سلبية عن السابق					
43	أعتقد أنني في مرحلة من العمر لن تمكنني من إنجاز كثير من الأهداف التي كنت أرمي إلى تحقيقها					
44	أفتقد الإحساس بالسعادة في الفترة الأخيرة					
المجال السادس: الفجوة بين الطموح والإنجاز						
45	أشعر بالأسى عندما أدرك الفجوة بين طموحاتي وقدرتي على الإنجاز					
46	أشعر بقوة داخلية تدفعني إلى تعديل مسار حياتي					
47	أرى أنني قد نجحت في حياتي الماضية					
48	أدركت مؤخراً أنني غير راضية عن مكانتي في الحياة					
49	أتأثر بالحكم الاجتماعي وتقييم الناس السلبي لتقدمي في العمر					
50	أصبحت أرى أن الحياة مملّة ورتيبة					
51	أحاول أن أبحث عن ذاتي أكثر من أي وقت مضى					

م	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معار ض	معارض بشدة
المجال السابع: الرضا عن الوسط الذي أعيش به						
52	أواجه ضغوطات عديدة في التفاعل مع الآخرين					
53	أنا مقتنعة بعلاقاتي مع أقربائي					
54	أنا راضية عن حياتي في هذا العمر					
55	لدي قدرة على القيام بعملي سواءً داخل المنزل أم خارجه					
56	أنا مطمئنة عن أحوالي الصحية الحالية					
57	يحترمني من هم أصغر مني سناً					
58	ينشغل تفكيري كثيراً بعلاقتي الأسرية					
المجال الثامن: الضغوط الصحية						
59	أشعر بالاحباط من وضعي الصحي					
60	أعاني من اضطرابات في النوم					
61	أشعر بألم بأسناني					
62	أنا لم أعد قادرة على الحصول على العلاج اللازم					
63	أُصابُ بالخمول والكسل					
64	أعاني من فقدان الشهية وعدم الرغبة في الأكل					
65	أعاني من صداع بالرأس					
66	أشعر بسرعة دقات القلب من وقت لآخر					
67	أعاني من مشكلات في المعدة، رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك					
68	أرى أن صحتي تسوء					
69	أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر					
70	أشعر بآلام في مفاصلي عند القيام بأي مجهود					
71	تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة					

مع بالغ شكري وتقديري لإجابتك على الفقرات كافة

ملحق(ت)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمجالات مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية

الترتيب	رقم الترتيب في الاستبانة	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الأزمة
2	6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	3.88	0.59	61.6	متوسطة
1	4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	3.14	0.89	62.8	متوسطة
3	3	قلق الموت	3.05	0.99	61.0	متوسطة
4	1	الشعور بالرضا عن الحياة	2.93	0.99	58.6	متوسطة
5	2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	2.87	0.93	57.4	متوسطة
6	5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	2.78	1.04	55.6	متوسطة
7	8	الضغوط الصحية	2.70	0.80	54.0	متوسطة
8	7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	2.21	0.53	50.0	متوسطة
الدرجة الكلية لمجالات أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية			2.82	0.68	56.4	متوسطة

ملحق (ث)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين مجالات الدراسة والدرجة الكلية

الرقم	المجال	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	الشعور بالرضا عن الحياة	0.852**	0.000*
2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	0.923**	0.000*
3	قلق الموت	0.875**	0.000*
4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	0.885**	0.000*
5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	0.874**	0.000*
6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	0.844**	0.000*
7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	0.242**	0.000*
8	الضغوط الصحية	0.696**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الأول (الشعور بالرضا عن الحياة)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	أسرتي لم تعد تفهمني بالدرجة الكافية	0.818**	0.000*
2	أظنّ أن قراراتي الأسرية لم تعد حكيمة	0.783**	0.000*
3	أنا غير راضية عن حياتي هذه الأيام	0.805**	0.000*
4	أشعر أن أسرتي تهتم بغيري أكثر منّي على غير السابق	0.839**	0.000*
5	أصبحت علاقتي بأفراد أسرتي يسودها التوتر دون سبب واضح على عكس السابق	0.819**	0.000*
6	أتمنى أن أتمتع بالشباب والحيوية	0.553**	0.000*
7	أشعر بأنني في حالة من الضياع والأسى	0.760**	0.000*
8	وضعي الاجتماعي الحالي يدفعني إلى البحث عن بداية جديدة في مختلف مجالات حياتي العائلية والاجتماعية	0.752**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الثاني
(عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
9	لن أكون قادراً على مواجهة المشكلات في المستقبل	0.766**	0.000*
10	ينتابني إحساس بالضعف وقلة الحيلة	0.806**	0.000*
11	بدأ لدي شعور متزايد بعدم قدرتي على تحقيق أهدافي لأنني أتوقع الموت في أي لحظة	0.802**	0.000*
12	في هذه الأيام تخطر لي فكرة أن الحياة غير مجدية	0.808**	0.000*
13	أشعر أن المستقبل يحمل لي أشياء مخيفة	0.799**	0.000*
14	أشعر بالأسى والحزن لأنني لم أحقق طموحاتي التي كنت أصبو إليها	0.786**	0.000*
15	أشعر باليأس والقنوط	0.854**	0.000*
16	يغلب على تقيمي للأحداث السابقة مسحة من الندم والحزن	0.766**	0.000*
17	أشعر بأن حياتي الحالية تتحكم فيها قوى خارجية	0.769**	0.000*
18	تراودني فكرة أن أفراد عائلتي سيتركونني وحيدة في يوم من الأيام	0.776**	0.000*
19	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري تجعلني أخاف من المستقبل	0.800**	0.000*
20	انخفاض الدخل لأسرتي يقلقني على مستقبلي	0.733**	0.000*
21	أشعر أن الحياة بلا معنى	0.826**	0.000*
22	أتخوّف من إصابتي بمرض خطير أو مزمن	0.719**	0.000*
23	أرى أن القدر يحمل أخبار سارة لي في المستقبل	0.146**	0.001*
24	ليس عندي طموح وأهداف واضحة في الحياة	0.729**	0.000*

**دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الثالث (قلق الموت)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
25	تضطرب أعصابي عندما أسمع أحاديث الآخرين عن الموت أكثر مما كان يحدث سابقاً	0.789**	0.000*
26	أخشى أن أموت موتاً مُفزعاً في حادث ما	0.867**	0.000*
27	بدأت بالشعور بالخوف من أن يختطفني الموت من المقربين إلي	0.866**	0.000*
28	لاحظت أنني أخاف عندما تخطر لي فكرة الموت في الفترة الأخيرة	0.854**	0.000*
29	بدأت أشعر أن عمري قصير ولم يبقى لي أكثر مما مضى في هذه الحياة	0.810**	0.000*
30	تسيطر علي الآن فكرة تعرضي للموت المفاجئ	0.843**	0.000*
31	تراودني في الفترة الأخيرة أفكار حول موت المقرّبين إلي	0.782**	0.000*
32	أفضل في الفترة الأخيرة البقاء بمفردي	0.647**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الرابع (الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
33	لم أتمتع بالنشاط والحيوية اللذيْن كنت أتمتع بهما من قبل	0.722**	0.000*
34	أترقب كل تغيّر يحدث لي في جسمي	0.775**	0.000*
35	أشعر بالخوف من أن أصاب بأي مرض في هذه المرحلة من العمر	0.796**	0.000*
36	أقلق على صحتي منذ فترة من الزمن	0.775**	0.000*
37	أهتم بزيارة دوريّة للطبيب في الفترة الأخيرة	0.660**	0.000*
38	بدأت أفقد الشعور بالرضا عن صورة جسمي	0.817**	0.000*
39	بدأت أشعر بنوبات إكتئاب عندما أشعر بألم في جسمي	0.823**	0.000*
40	بدأت أنزعج من مظهر جسمي الذي أظن أنه تغيّر عن ذي قبل	0.813**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الخامس (الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
41	لم يبقى لي من العمر بقيّة لتحقيق أهدافي التي خطّطت لها في سنوات عمري المبكرة	0.865**	0.000*
42	توحي ملامح وجهي بتقدم عمري مما جعل الآخرين يعاملونني بطريقة سلبية عن السابق	0.878**	0.000*
43	أعتقد أنني في مرحلة من العمر لن تمكنني من إنجاز كثير من الأهداف التي كنت أرمي إلى تحقيقها	0.877**	0.000*
44	أفتقد الإحساس بالسعادة في الفترة الأخيرة	0.842**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال السادس (الفجوة بين الطموح والإنجاز)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
45	أشعر بالأسى عندما أدرك الفجوة بين طموحاتي وقدرتي على الإنجاز	0.796**	0.000*
46	أشعر بقوة داخلية تدفعني إلى تعديل مسار حياتي	0.555**	0.000*
47	أرى أنني قد نجحت في حياتي الماضية	0.171**	0.000*
48	أدركت مؤخراً أنني غير راضية عن مكانتي في الحياة	0.776**	0.000*
49	أتأثر بالحكم الاجتماعي وتقييم الناس السلبي لتقدمي في العمر	0.765**	0.000*
50	أصبحت أرى أن الحياة مملّة ورتيبة	0.775**	0.000*
51	أحاول أن أبحث عن ذاتي أكثر من أي وقت مضى	0.654**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
52	أواجه ضغوطات عديدة في التفاعل مع الآخرين	0.330**	0.000*
53	أنا مقتنعة بعلاقتي مع أقربائي	0.609**	0.000*
54	أنا راضية عن حياتي في هذا العمر	0.660**	0.000*
55	لديّ قدرة على القيام بعملي سواء داخل المنزل أم خارجه	0.354**	0.000*
56	أنا مطمئنة عن أحوالي الصحية الحالية	0.620**	0.000*
57	يحترمني من هم أصغر مني سناً	0.646**	0.000*
58	ينشغل تفكيري كثيراً بعلاقتي الأسرية	0.495**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين فقرات المجال الثامن (الضغوط الصحية)

الرقم	الفقرة	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
59	أشعر بالإحباط من وضعي الصحي	0.656**	0.000*
60	أعاني من اضطرابات في النوم	0.664**	0.000*
61	أشعر بألم في أسناني	0.604**	0.000*
62	أنا لم أعد قادرة على الحصول على العلاج اللازم	0.686**	0.000*
63	أصاب بالخمول والكسل	0.637**	0.000*
64	أعاني من فقدان الشهية وعدم الرغبة في الأكل	0.655**	0.000*
65	أعاني من صداع بالرأس	0.672**	0.000*
66	أشعر بسرعة دقات القلب من وقت لآخر	0.737**	0.000*
67	أعاني من مشكلات في المعدة رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك	0.743**	0.000*
68	أرى أن صحتي تسوء	0.760**	0.000*
69	أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر	0.734**	0.000*
70	أشعر بآلام في مفاصلي عند القيام بأي مجهود	0.678**	0.000*
71	تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة	0.664**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

ملحق (ج)

State of Palestine
Palestinian Central Bureau of Statistics
Dissemination & Documentation Dept.
Users Services Division

دولة فلسطين
الجهاز المركزي للاحصاء الفلسطيني
دائرة النشر والتوثيق
قسم خدمات الجمهور

حضرة الاخ محمد سمارة المحترم

تحية طيبة وبعد ،،

نشكر توجهكم للجهاز المركزي للإحصاء الفلسطيني فيما يخص استفساركم المرسل بتاريخ 2017/6/12 مرفق لحضرتكم ملف البيانات المطلوبه والمتوفره , آملين ان تفي بالغرض المطلوب.

مع الشكر,,,

عدد ونسبه الاناث 35-50 سنة العاملات من الضفة الغربية حسب المحافظة، 2016

المحافظة	العدد	النسبة
جنين	5,500	86.2
طوباس	1,400	93.9
طولكرم	3,100	86.8
نابلس	6,500	90.2
قلقيلية	2,800	94.7
سلفيت	1,300	98.1
رام الله والبيرة	6,100	92.3
أريحا والأغوار	1,300	94.8
القدس	2,200	100.0
بيت لحم	5,000	86.8
الخليل	11,800	93.0
المجموع	**47,000**	**91.1**

عدد ونسبة الاناث 35-50 سنة العاملات من الضفة الغربيه حسب المهنة، 2016

المهنة	العدد	النسبة
المشرعون وموظفو الإدارة العليا	2,400	5.2
الفنيون والمتخصصون والمساعدون والكتبة	20,800	44.3
عمال الخدمات والباعة في الأسواق	8,200	17.5
العمال المهرة في الزراعة والصيد	4,800	10.2
العاملون في الحرف وما إليها من المهن	3,900	8.3
مشغلو الآلات ومجمعوها	3,000	6.3
المهن الأولية	3,900	8.2
المجموع	**47,000**	**100**

عدد ونسبة الاناث 35-50 سنة العاملات من الضفة الغربيه حسب النشاط الاقتصادي، 2016

النشاط الاقتصادي	العدد	النسبة
الزراعة والصيد والحراجة وصيد الأسماك	5,700	12.2
التعدين والمحاجر والصناعة التحويلية	6,600	14.1
البناء والتشييد	-	0.2
التجارة والمطاعم والفنادق	5,600	12.0
النقل والتخزين والاتصالات	-	0.8
الخدمات والفروع الأخرى	28,600	60.7
المجموع	**47,000**	**100**

(-) : تعنى ان عدد المشاهدات غير كافي للنشر

عدد ونسبة الاناث 35-50 سنة العاملات من الضفة الغربيه حسب الحالة العملية، 2016

الحالة العملية	العدد	النسبة
أرباب عمل	1,600	3.3
يعملون لحسابهم الخاص	8,300	17.6
مستخدمون بأجر	29,300	62.4
أعضاء أسرة بدون أجر	7,800	16.7
المجموع	**47,000**	**100**

معدل الاجر اليومي بالشيقل للاناث (35-50) سنة المستخدمات بأجر من الضفة الغربية، 2016

معدل الاجر اليومي بالشيقل	99.0

المصدر: الجهاز المركزي للاحصاء الفلسطيني، 2017. قاعدة بيانات القوى العاملة، 2016. رام الله- فلسطين.

ملحق (ح)

كتاب تسهيل مهمة

بسم الله الرحمن الرحيم

Al-Quds Open University
Academic Affairs
Faculty of Graduate Studies
Ramallah - P.O. Box: 1804
Tel: 02/2976240 - Direct Line: 02/2964490
Fax:02/2963738
Email: fgs@qou.edu

جامعة القدس المفتوحة
الشؤون الأكاديمية
كلية الدراسات العليا
رام الله – ص.ب 1804
هاتف: 02/2976240 - مباشر: 02/2964490
فاكس: 02/2963738
بريد إلكتروني: fgs@qou.edu

Ref. :
Date :

الرقم: ك.د.ع/ 123/ 17
التاريخ: 19/ 6 /2017

حضرة الأستاذ الدكتور يونس عمرو حفظه الله
رئيس الجامعة

الموضوع: تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد ،،

يقوم الطالب: محمد يوسف عمر محمد ورقمه الجامعي (0330011510008)، بإعداد رسالته لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي/ كلية الدراسات العليا بعنوان: " **أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية في ضوء بعض المتغيرات** ".

لذا نرجو من حضرتكم تسهيل مهمة الطالب المذكور أعلاه في فروع الجامعة /رام الله والبيرة/ نابلس/ الخليل، وإتاحة الفرصة له للقاء العاملات من الفئة العمرية (35-50) لتعبئة الاستبانة الخاصة برسالته، وسوف يستخدم الطالب النتائج لأغراض البحث العلمي فقط.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير ،،،

أ.د. حسن السلوادي
عميد كلية الدراسات العليا

جامعة القدس المفتوحة
كلية الدراسات العليا

نسخة:
- الملف.