

المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	تاريخ إرسال المقال: 03 / 06 / 2023	تاريخ القبول: 10 / 01 / 2024	تاريخ النشر: 31 / 12 / 2024	الصفحة: 21-38
------------------------------------	------------------------------------	------------------------------	-----------------------------	---------------

## علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة

### في زمن انتشار وباء كورونا المستجد

## The relationship between psychological stress and marital compatibility among working women during the spread of the new Corona epidemic

<a href="mailto:Univ.psycho.2000@gmail.com">Univ.psycho.2000@gmail.com</a> <a href="mailto:Fadpsy@yahoo.fr">Fadpsy@yahoo.fr</a>	- جامعة البليدة 2 لونييسي علي (الجزائر) - جامعة البليدة 2 لونييسي علي (الجزائر)	غنية فراح* أحمد فاضلي
--	--	--------------------------

<p><u>ملخص:</u></p> <p>هدفت الدراسة للتعرف على طبيعة العلاقة الموجودة بين الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا المستجد، وبين التوافق لزوجي لدى المرأة العاملة، وكذا الفروق ذات الدلالة الإحصائية التي تعزى لمتغير (الرتبة المهنية). تكونت العينة من 40 زوجة عاملة في سلك التعليم العالي، متنوعات الخبرة المهنية والتخصص، متوسط السن (من 30 إلى 55)، تم اختيارهن بطريقة قصدية وفق متطلبات البحث. وقد استخدم المنهج الوصفي الارتباطي المناسب لأغراض الدراسة، وطبقت الباحثة مقياس الضغوط النفسية خلال انتشار جائحة كورونا (لصاحبة المقياس)، ومقياس التوافق الزوجي لسبينر، (1976). بعد معالجة البيانات إحصائياً، أظهرت النتائج أن المتوسط الحسائي للضغوط النفسية جاء فوق المتوسط على المقياس ككل بمتوسط حسائي بلغ 3.95، والمتوسط الحسائي على مقياس التوافق الزوجي ككل بلغ 3.77 بتقدير مرتفع، وبالتالي عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي في زمن تفشي وباء كورونا، كما تبين عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغير (الرتبة المهنية).</p> <p>الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، التوافق الزوجي، المرأة العاملة، وباء كورونا.</p>
--

\* المؤلف المرسل : غنية فراح

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

**Abstract:**

The study aimed to identify the nature of the relationship between psychological stress during the spread of the novel coronavirus pandemic and marital compatibility among working women, as well as the statistically significant differences attributed to the variable (professional rank). The sample consisted of 40 working wives in higher education, with diverse professional experience and specialization, average age (from 30 to 55), who were selected intentionally according to the requirements of the research. The appropriate descriptive correlational approach was used for the purposes of the study, and the researcher applied the psychological stress scale during the spread of the coronavirus pandemic (for the scale owner), and the marital compatibility scale of Spinner (1976). After statistically processing the data, the results showed that the arithmetic mean of psychological stress was above the average on the scale as a whole with an arithmetic mean of 3.95, and the arithmetic mean on the marital compatibility scale as a whole was 3.77 with a high rating, and thus there is no statistically significant relationship between psychological stress and marital compatibility during the spread of the coronavirus pandemic, and it was also found that there are no significant differences attributed to the variable (professional rank)

**Keywords:** Psychological stress, marital compatibility, working women, Corona pandemic

**– مقدمة:**

لا شك أن الضغوط النفسية وليدة بيئتها، يحكمها قانون المكان والزمان، وما يدور في إطارها من تطور ونشاط ونظم وقيم وتحديات، وهي من أكثر الظواهر النفسية تعقيدا وانتشارا باعتبارها نتاجا للتقدم الحضاري المتسارع الذي يعتبر إفرزات للفجوة التي حدثت بين التقدم المادي واللامادي.

في هذا الصدد، تشير الإحصائيات العالمية أن 80% من الأمراض الحديثة النفسية وغيرها، سببها الضغوط بأنواعها، الاقتصادية منها والأسرية والمهنية، وأن 70% من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات أيضا ناتجة عن الضغوط النفسية، وأن 50% من أفراد المجتمع يعانون شكلا من أشكال الضغط النفسي. (منظمة الصحة العالمية، (2020)).

وينفرد عصرنا بتميزه بالكثير من الأوضاع والأحداث المثيرة للمشقة، ولعل الأكثر مأساوية، هي تلك المتعلقة بانتشار فيروس كورونا المستجد، كوفيد-19- باعتباره جائحة عالمية مدمرة لكثير من شروط الحياة، الاقتصادية والاجتماعية والنفسية والخدماتية التي تولد لدى الإنسان شحنة انفعالية قوية تهدد الأمن النفسي

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

والاجتماعي.

ومن العناصر الأكثر أهمية والتي ركزت عليها هذه الدراسة، فئة النساء العاملات التي تتعدد أدوارهن، بالضبط المتزوجات، لأن الاختصار على هذه الفئة بالدراسة يأخذ منحى آخر يختلف نسبيا عن بقية شرائح المجتمع بسبب أدوارها المتعددة كونها زوجة وربة بيت وأم من جهة، ومن جهة أخرى موظفة مع ما تفرضه واجبات الوظيفة من التزام رسمي ما قد يجعلها تعيش صراعات مستمرة تؤثر على توازنها النفسي واستقرارها الزوجي، وعلى أدائها الوظيفي ما شكل هذا الحدث طفرة نوعية في سلوك الإنسان فتحول العالم من قرية صغيرة إلى سجن كوني كبير. في نفس السياق تؤكد بعض الدراسات أن مستوى التوافق الزوجي يرتبط بالضغوط الداخلية والخارجية التي تؤدي في أغلب الأحيان، إلى تفكك العلاقة الزوجية والأسرة بأكملها منها عمل الزوجة والصراعات الناتجة عن التوتر والقلق خاصة مع انتشار وباء خطير وتعدد الأدوار وكثرة المسؤوليات الذي ينعكس سلبا على سعادة الأسرة التوافق الزوجي. (ديبة، ف، (2017)، ص 95).

في المقابل تجدر الإشارة الى انه ليس من الضروري أن تكون جميع الآثار المحتملة لضغوط المرأة العاملة سلبية، بل يمكن أن تكون إيجابية حيث تدفعها الى محاولة التوافق والتعايش والتواءم معها. وفي ضوء ما سبق عرضه، جاءت تساؤلات الدراسة على النحو التالي:

- ما مستوى الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد؟
- ما مستوى التوافق الزوجي لدى المرأة المتزوجة العاملة، في زمن انتشار وباء كورونا المستجد؟
- هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي في زمن انتشار وباء كورونا المستجد؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كلا المتغيرين (الضغوط النفسية والتوافق الزوجي) في زمن انتشار وباء كورونا لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية؟

وبناءً على ما تم طرحه من أسئلة، وفي ضوء التصور الاجرائي للموضوع، تكون الفرضيات كالتالي:

1. تعاني المرأة العاملة المتزوجة من مستوى ضغط نفسي مرتفع في زمن انتشار وباء كورونا.
2. تعاني المرأة العاملة المتزوجة من توافق زوجي منخفض في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
3. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كلا المتغيرين (الضغوط النفسية والتوافق الزوجي) في زمن انتشار وباء كورونا لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية.

أولا: أهداف الدراسة:

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فسراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

- محاولة التعرف على مستوى الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
- محاولة الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي في زمن تفشي وباء كورونا المستجد.
- محاولة معرفة إن كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الضغوط النفسي والتوافق الزوجي خلال تفشي وباء كورونا لدى المرأة العاملة المتزوجة تعزى للرتبة المهنية.
- محاولة النظر في مدى التشابه والاختلاف بين نتائج هذه الدراسة ونتائج الدراسات السابقة التي أجريت في مجتمعات مغايرة كأحد الوسائل التي تُسهم في توضيح مدى انطباق المفهوم على المجتمع المحلي وبالتالي مدى إمكانية الاستفادة منه في دراسات لاحقة.

### ثانيا: أهمية الدراسة:

انطلاقاً من عناصر البحث التي تم تناولها وطريقة صياغتها وتفاعلها فيما بينها تبرز أهمية هذا البحث التي نلخصها في النقاط التالية:

- الاستفادة من نتائج هذا البحث في الوصول إلى توجيهات إرشادية للمرأة العاملة في جميع المراحل العمرية بكيفية التعامل بشكل إيجابي في حالة ظهور أي مستجدات طبيعية كانت أو مصطنعة، كما هو الحال بالنسبة لانتشار جائحة كورونا.

### ثالثا: المنهج وطرق معالجة الموضوع:

#### 1- المفاهيم الإجرائية للبحث:

##### 1.1. الضغط النفسي:

يعرف إجرائياً بأنه: استجابة نفسية وانفعالية تترافق باضطراب التوازن الفيزيولوجي الذي يظهر على شكل مجموعة من الأحاسيس الذاتية لدى عينة البحث تنتج عن مواقف تستلزم نوعاً من إعادة التوافق، وتتغير حسب مصدر التهديد، ويقدر بالدرجة التي تحصل عليها الزوجات العاملات في مقياس الضغوط النفسية.

##### 2.1. التوافق الزوجي:

يعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي تحصل عليها المرأة العاملة من خلال إجاباتها على فقرات مقياس التوافق الزوجي (Spanier,G, (1976), p28) والمكيف في البيئة الجزائرية من طرف د. زموري.

##### 3.1. كورونا المستجد:

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

سلالة جديدة من الفيروسات التاجية لم تكتشف في البشر من قبل، تم اكتشافه بسبب حالات الالتهاب الرئوي الفيروسي التي بدأت تظهر في ووهان عام 2019، وقد أطلقت منظمة الصحة العالمية في يناير 2020 مؤقّتا على هذا الفيروس اسم Covid-19. (الدليل الشامل لفيروس كورونا، (2020)).

## 2- حدود الدراسة:

- الحد البشري: تكونت مجموعة بحثنا، من 40 زوجة عاملة في سلك التعليم العالي أستاذات وإداريات.
- الحد الزمني: تم تطبيق أدوات الدراسة في شهري أبريل وماي 2021.
- الحد المكاني: جامعة البلدة 2 والمركز الجامعي بتيبازة.

## رابعا/ الإطار النظري:

### 1. الضغوط النفسية:

#### 1.1. أنواع الضغوط النفسية:

لا يمكن الحديث عن الضغط النفسي دون الرجوع إلى الإسهامات الأولى في هذا المجال، فمعظم المصادر تجمع على أن موضوع الضغوط النفسية في العصر الحديث يرتبط بدراسة هانس سيلبي (Hans,S (1976), p96) الأب المؤسس والأول من استخدم مصطلح الضغط ليشير إلى حالة من التمزق داخل الجسد، إذ يعرفه بأنه: " الاستجابة غير النوعية للجسم لأي مطلب دافع، كما أنه الطريقة اللاإرادية التي يستجيب بها الجسم واستعداداته العقلية والبدنية لأي مطلب يقع عليه، كما ذكر أنه ينقسم الى نوعين أساسيين:

- **الضغوط الإيجابية:** وهي الضغوط المفيدة التي يكون لها انعكاسات إيجابية على المرأة العاملة، حيث تشعر معها بالقدرة على الإنجاز والإنتاج.

- **الضغوط السلبية:** وهي الضغوط ذات الانعكاسات السلبية التي تؤثر على صحة المرأة وحالتها النفسية، ومن ثم تنعكس على أدائها.

كما قام (مور (1975)) بوضع نموذج ميّز فيه بين ثلاثة أنواع من الضغوط:

- **الضغوط الموقفية:** وتتضمن المشكلات التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية وعادة ما تكون منخفضة الشدة.

- **الضغوط النمائية:** وهي التي ترتبط بمراحل نمو الفرد.

- **ضغوط الأزمات:** أو الشدائد التي يتعرض لها الفرد. (Servant Dominique, (2000))

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

وقد أنصبَّ اهتمام لازا روس على التقييم الذهني ورد الفعل من جانب الفرد للمواقف الضاغطة، واتفق على أن الضغط يحدث نتيجة للتفاعل بين الفرد والبيئة المحيطة به وتمثل في ثلاث عناصر والتي نختصرها هنا دون إطناب مُملّ ولا إيجاز محلّ:

➤ **المثير:** وهو المجال الحيوي لكل شخص والذي ينتج عن ثلاث مكونات تتمثل في الفرد ذاته (مجموعة من الخلايا المركزية والمحيطة)، البيئة النفسية (المنطقة الفاصلة بين الشخص وعالمه الخارجي)، العالم أو المحيط الخارجي (كل ما يحيط بالفرد) قد تكون مثلاً كوارث، مثل الهزات الأرضية، أو/وأحداثاً مؤلمة مثل وفاة شخص عزيز.

➤ **الاستجابة:** وهي ردود أفعال تجاه الضغط وتكون فسيولوجية، حيث تتمثل في عدد من المتغيرات الداخلية مثل زيادة نبضات القلب وارتفاع ضغط الدم، ونفسية إذ تظهر في مشاعر سلبية مختلفة مثل الخوف والقلق، وسلوكية تظهر من خلال التصرفات التوافقية والهدف من ورائها تقليل الآثار السلبية والشعور الإيجابي نحو الذات، وذلك عن طريق ما يؤدي إلى الانشغال عن مصادر التهديد (الزيادة أو التقليل من الأكل أو النوم وانخفاض الفعالية في الأداء وقضم الأظافر)، والفرد يحاول بسلوكه هذا إقناع نفسه بعدم وجود خطر حقيقي يهدده (Lazarus&Folkman, 1988).

➤ **التفاعل** بين العوامل المثيرة من بيئة خارجية أو داخلية أو من الفرد نفسه والاستجابة لها، وأي خلل في أحد مكونات المجال الحيوي للفرد ينتج عنه اضطراباً ما ويتم التركيز هنا على العلاقات بين متطلبات الموقف أو الظروف المتاحة أو المدركة للتعامل مع المتطلبات، وتشمل العوامل البيولوجية، والعوامل النفسية.

## 2. التوافق الزوجي:

### 1.2. المفهوم السيكولوجي للتوافق الزوجي:

يعد الزواج استجابة فطرية لعلاقة بين اثنين، ذكر وأنثى يهدف في أصله إلى تكوين الأسرة، استمرارية النوع والسلالة، وهو علاقة اجتماعية دائمة بين الرجل والمرأة إذا بنيت على الاستقرار والمحبة والمودة، ويكون لهذه العلاقة ضوابط مبنية على الاحترام والتقدير والتكامل في الحقوق والواجبات لكل الأطراف. (العقاد، إبراهيم (2016)، ص174).

ويتضمن مفهوم التوافق الزوجي أربعة جوانب رئيسة تتمثل في: الرضا الزوجي المتمثل في الشعور بالسرور من كلا الزوجين نتيجة لسلوكيات متوافق عليها، والنجاح الزوجي من خلال تحقيق أهداف الزوجين باستمرار وإشباع

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

الحاجات، وإثراء الحياة الزوجية وذلك من خلال قيام كل زوج بدوره بكفاءة في تأمين فرص التقدم المستمر في حياتهم الزوجية، إضافة إلى السعادة الزوجية والتي تتحقق بتحقيق الرضا والنجاح وإثراء الحياة الزوجية. (الراشد، ش، (2016)، ص56).

## 2.2. مجالات التوافق الزوجي:

يعتمد التوافق الزوجي على مجموعة من الأسس التي تؤثر في استقرار هذا الزواج، وقد وضحتها الراشد (2016) من خلال عدد من المجالات نذكر فيما يأتي أهمها:

### ➤ التوافق الاجتماعي والثقافي:

الحياة الزوجية تتضمن أساليب مشتركة للحياة في الأكل والنوم والإنفاق والكسب عندما ينتمي الزوجان إلى أسر متماثلة تسود فيها عادات سلوكية متشابهة تصبح الحياة المشتركة سهلة، أما إذا كان كل من الزوج والزوجة ينتمي إلى بيئة اجتماعية متباينة كل التباين، فإن عملية التوافق تصبح أكثر صعوبة.

### ➤ التوافق الديني:

الاحتكام إلى مقاييس ربانية شرعها رب العالمين، يجعل في النفس راحة في الأخذ بها والوقوف عند حدودها، ولن يكون هناك، كآبة أو خصام أو خلاف إذا رعيت من الطرفين كليهما.

### ➤ التوافق العاطفي (الحب والعاطفة): لكي تكون الحياة الزوجية ناجحة ومثالية لا بد من جو الحب الذي

يسود بيت الزوجية، فكيف لعملية جنسية أن تتم بنجاح بين زوجين متنافرين لا تربطهما رابطة الحب والألفة، ويشعر كلاهما بتحقيق الحاجات الشخصية والقدرة على تلبية حاجات الطرف الآخر. ويعتبر الشعور بالحب عاملاً هاماً في توجيه سلوكياتنا نحو من نحب وعلى أساس من المودة والتعاون والاحترام والاحساس بالأمان.

### ➤ التوافق الجنسي:

يلعب الجنس دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد وأثراً في سلوكه وعلى صحته النفسية، وذلك أن النشاط الجنسي يشبع كل من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية والحاجات الاجتماعية، واحباطه يعد مصدراً للصراع والتوتر. و ما يكون مشبعاً لزوجين قد لا يكون كذلك لغيرهم، فالإشباع الجنسي يختلف باختلاف الميول والرغبات لدى الزوجين، والمهم أن يدرك كل زوج ما يرضي الآخر، لذلك لا بد من التجديد في العلاقة العاطفية الجنسية، ومراعاة الاستعداد النفسي، فلا يتحرج أحد الزوجين في سؤال الطرف الآخر عما يشبعه ويسعده جنسياً، ليبلغ في النهاية لتحقيق الاستقرار الزوجي.

## 3. المنهج:

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فسّاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

تختلف المناهج باختلاف مواضيع الدراسة، وقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي التحليلي الملائم لخصائص البحث الحالي؛ ويتميز المنهج الوصفي بكونه يهتم بجمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها واستخلاص دلالتها بشكل علمي من خلال وصف الظاهرة موضوع الدراسة كما توجد في الواقع، وصفا دقيقا والتعبير عنها كما وكيفا.

#### 4. عينة الدراسة:

وهم جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى أن يعمّم عليه النتائج. وقد تكونت مجموعة بحثنا، من 40 زوجة عاملة في سلك التعليم العالي، ممن قبلت المساهمة وتوفرت فيهن الشروط، متنوعات الخبرة المهنية والتخصص، متوسط السن (من 30 إلى 55)، تم اختيارهم بطريقة قصدية وفق معايير ومتطلبات البحث، من جامعة الجزائر2، ومن المركز الجامعي بتيبازة.

#### 5. أدوات البحث:

اعتمد البحث الحالي على مجموعة من الأدوات تضمنت ما يلي:

**1.5. مقياس الضغوط النفسية:** من إعداد الدكتورة نُهلة صلاح، أستاذة علم النفس بمعهد الدراسات والبحوث البيئية – جامعة عين شمس (مصر). (صلاح، ن، 2020).

❖ **التعريف بالمقياس:**

يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد أساسية وهي:

الضغوط الشخصية، الضغوط الاجتماعية وضغوط العمل، وقد تضمن كل بعد، (15) عبارة. وللتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ والجدول التالي يوضح ثبات المقياس حيث تمثل قيمة ألفا على التوالي: (0.823، 0.825، 0.72، 0.906) لكل من (الضغوط الشخصية- الضغوط الاجتماعية- وضغوط العمل- الدرجة الكلية مقياس الضغوط النفسية) وهي قيم جميعها تؤكد على ثبات المقياس لكونها أعلى من (0.05) كما يبدو في الجدول رقم (01).

جدول رقم 1: صدق وثبات مقياس الضغوط النفسية

أبعاد المقياس	قيمة ألفا	معامل ارتباط بيرسون	الدالة المعنوية
الضغوط الشخصية	0.823	0.881	0.001
الضغوط الاجتماعية	0.825	0.883	0.001
ضغوط العمل	0.72	0.842	0.001
إجمالي مقياس الضغوط النفسية	0.906		

ما يتضح من الجدول السابق أيضا صدق الاتساق الداخلي للمقياس، حيث أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لكل من (الضغوط الشخصية -

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فسّاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

الضغوط الاجتماعية - وضغوط العمل)، فقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.842،0.883،0.888) على التوالي وهي قيمٌ تؤكد على صدق المقياس.

### ❖ الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

#### أ- حساب الثبات:

تم حساب الثبات من خلال معامل ألفا كرونباخ والنتائج مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (02) نتائج ثبات مقياس الضغوط النفسية في زمن انتشار فيروس كورونا

ألفا كرونباخ	مقياس
0.89	الضغوط النفسية في زمن فيروس كورونا

من خلال نتائج الجدول أعلاه يتضح أن معامل ألفا كرونباخ قدر بـ 0.89، مما يدل على أن الضغوط النفسية في زمن وباء كورونا ثابت بدرجة عالية.

#### ب- حساب الصدق التمييزي:

أجريت المقارنة الطرفية بين مجموعتين تمثلان مرتفعي ومنخفضي للدرجة الكلية في مقياس الضغوط النفسية في زمن انتشار فيروس كورونا، النتائج في الجدول الموالي:

جدول رقم (03) نتائج المقارنة الطرفية لمقياس الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا

المقياس	المجموعة	عدد العينة	المتوسط	انحراف المعياري	ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	المجموعة العليا	5	112.023	3.98	10.45	8	0.00
	المجموعة الدنيا	5	58.891	4.01			

يلاحظ من خلال الجدول أن جميع الفروق بين المجموعة العليا والدنيا دالة إحصائية، مما يعني أن درجة الصدق التمييزي للمقياس مقبولة.

### 2.5. مقياس التوافق الزوجي:

وُضع هذا المقياس سنة 1976 من طرف العالم سباينر، Spanier وحسب واضح المقياس فإن التوافق الزوجي هو سيورة محصلة تفاعل عوامل أربعة: درجة مرتفعة من الاتفاق بين الزوجين، ودرجة منخفضة من الشجار والخصام والتفاعل السلبي، ودرجة مرتفعة من الأعمال المشتركة وعدد قليل من المشكلات ذات العلاقة بالجانب العاطفي والجنسي. (Spanier, G, (1976), p16).

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فسراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

يتكون المقياس في صورته المطولة من 32 عبارة تتوزع على أربعة أبعاد هي:

ويتطلب تطبيق المقياس توفر بعض الشروط التي تسهل عملية التركيز مثل الإنارة المناسبة والهدوء، والقدرة على القراءة وفهم المحتويات، ويحتاج بيم 10 إلى 15 دقيقة لإتمام الإجابة على بنوده.

#### ❖ تصحيح وتفسير نتائج المقياس:

وضع لكل بند مجموعة من الاختيارات وقد رتبت هذه الاختيارات بحيث تكون تصاعدياً في بعض البنود وتنازلياً في البعض الآخر، ويتم تصحيح وفق المفتاح الموالي:

#### جدول رقم (04) مفتاح تصحيح مقياس التوافق الزوجي

الدرجات	البنود
1-2-3-4-5	من 1 إلى 20-17
5-4-3-2-1	19-18
0-1-2-3-4	32-31-28-27-26-25-24-23
0-1	30-29

تتراوح الدرجات بين (0) و(151) حيث تدل الدرجة العالية على توافق زوجي جيد، ويكمن تفسير درجات الأفراد على مقياس التوافق الزوجي في ضوء التعاسة الزوجية الذي قدرته الدراسات العيادية والإرشادية بالمدى الذي يتراوح بين الدرجة (92) والدرجة (107)، واعتبار ما كان تحت هذه العتبة دالاً على معاناة الفرد المفحوص أو المشارك من تعاسة في حياته الزوجية

#### ❖ الكفاءة السيكومترية لمقياس التوافق الزوجي في صورته الأصلية:

قام سباينر (Spanier, 1976) بالتأكد من صدق المقياس بطرق منها صدق المحتوى، والصدق المحكي حيث تم تمرير المقياس على عينة من 2018 متزوجاً و94 مطلقاً، واستخرج اختبارات الفروق بين المتوسطات، وكانت النتائج: متوسط المتزوجين 114 ومتوسط المطلقين 70.7، وبطريقة الصدق الاتفاقي حيث استخرج الارتباط بين مقياس التوافق ومقياس لوك ولاس (1959)، وتوصل إلى معامل ارتباط لدى عينة المتزوجين قدرة 0.86، ولدى المطلقين 0.88، وهو معامل موجب ودال إحصائياً. ويقدم سباينر مجموعة من النتائج المتعلقة بثبات المقياس، والتي يمكن إجمالها فيما يلي:

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فسراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

جدول رقم (05) نتائج ألفا كرونباخ لمقياس التوافق الزوجي

المقياس وأبعاده	معامل ألفا كرونباخ
الاتفاق الزوجي	0.90
الرضا الزوجي	0.94
التماسك الزوجي	0.86
التعبير العاطفي	0.73
التوافق الزوجي	0.96

المصدر: (Spanier, G, (1976), p24).

وهي نتائج تدل على تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات.

❖ التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

أ- حساب الثبات:

تم حساب الثبات من خلال حساب معامل ألفا كرونباخ والنتائج مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (06) نتائج ثبات مقياس التوافق الزوجي

مقياس	ألفا كرونباخ
التوافق الزوجي	0.92

من خلال نتائج الجدول أعلاه يتضح أن معامل ألفا كرونباخ قدر بـ 0.92، مما يدل على أن مقياس التوافق

الزوجي ثابت بدرجة عالية.

ب- حساب الصدق التمييزي:

أجريت المقارنة الطرفية بين مجموعتين تمثلان مرتفعي ومنخفضي للدرجة الكلية في مقياس التوافق الزوجي،

النتائج في الجدول الموالي:

جدول رقم (07) نتائج المقارنة الطرفية لمقياس التوافق الزوجي

المقياس	المجموعة	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي	المجموعة العليا	5	117.08	4.37	13.75	8	0.00
	المجموعة الدنيا	5	93.31	4.29			

يلاحظ من خلال الجدول أن جميع الفروق بين المجموعة العليا والدنيا دالة إحصائية، مما يعني أن درجة الصدق

التمييزي للمقياس مقبولة.

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

### 3. النتائج:

#### 1.1. تحليل الفرضيات:

• **الفرضية الأولى:** تنص الفرضية الأولى على أن مستوى الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا المستجد فوق المتوسط لدى المرأة العاملة، وللتحقق من ذلك تم حساب متوسطات أبعاد المقياس والمقياس ككل، ونتائجها مبينة في الجدول رقم (08).

جدول رقم (08): درجات متوسطات مقياس الضغوط النفسية وأبعاده لدى المرأة العاملة

مقياس الضغوط النفسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الضغوط الشخصية	4.01	0.991	مرتفع
الضغوط الاجتماعية	3.79	0.935	مرتفع
ضغوط العمل	2.76	0.890	متوسط
المقياس الكلي	3.954	0.924	متوسط

من خلال نتائج الجدول أعلاه تبين أن مستوى جميع متوسطات أبعاد مقياس الضغوط النفسية جراء جائحة كورونا جاءت بدرجة فوق المتوسط، فنجد أن درجة أعلى متوسط لدى بعد الضغوط الشخصية بتقدير 4.01 بانحراف معياري قدره 0.991، في حين أن أقل متوسط لدى بعد ضغوط العمل بتقدير 2.76 بانحراف معياري قدره 0.890، بينما بلغت درجة فوق متوسط المقياس ككل 3.954 بانحراف معياري قدره 0.924، وعليه فإن مستوى الضغوط النفسية جراء جائحة كورونا لدى المرأة العاملة فوق متوسط، مما يدل على أن الفرضية الأولى تحققت.

• **الفرضية الثانية:** تنص الفرضية الثانية على أن "مستوى التوافق الزوجي منخفض لدى المرأة العاملة"، وللتحقق من ذلك تم حساب متوسطات أبعاد المقياس والمقياس ككل، ونتائجها مبينة في الجدول التالي:

جدول رقم (09) درجات متوسطات مقياس التوافق الزوجي وأبعاده لدى المرأة العاملة

أبعاد مقياس التوافق الزوجي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
الاتفاق الزوجي	4.45	0.423	مرتفع
الرضا الزوجي	3.73	0.356	مرتفع
التماسك الزوجي	3.96	0.410	مرتفع
التعبير العاطفي	2.54	0.659	متوسط
الدرجة الكلية	3.77	0.335	مرتفع

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

من خلال نتائج الجدول أعلاه تبين أن مستوى متوسطات أبعاد مقياس التوافق الزوجي تتراوح ما بين المرتفع والمتوسط، فنجد أن درجة أعلى متوسط لدى بعد الاتفاق الزوجي بتقدير 4.45 بانحراف معياري قدره 0.423 وهو مرتفع، في حين أن أقل متوسط لدى بعد التعبير العاطفي بتقدير 2.45 بانحراف معياري قدره 0.659 وهو متوسط، بينما بلغت درجة متوسط المقياس ككل 3.77 بانحراف معياري قدره 0.335، وعليه فإن مستوى التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة فوق متوسط، مما يدل على أن الفرضية الثانية لم تتحقق.

• **الفرضية الثالثة:** تنص الفرضية الثالثة على أنه توجد علاقة بين الضغوط النفسية والتوافق

الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد، وللتحقق من ذلك تم حساب معامل بيرسون، وكانت النتائج مبينة في الجدول التالي:

**جدول رقم (10) معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة**

المقاييس	عدد العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الضغوط النفسية	40	-0.691	غير دال
التوافق الزوجي			

تبين نتائج الجدول المبين أعلاه أن معامل الارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد بلغ - 0.691، وتدل قيمة المعامل السالبة وهي علاقة غير دالة احصائياً عند مستوى الدلالة 0.05، وبالتالي فإن الفرضية الثالثة لم تتحقق.

• **الفرضية الرابعة:** تنص الفرضية على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط

النفسية لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا تعزى للرتبة المهنية.

وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبارات للعينات المستقلة، وبعد التأكد من فرضيات الاختبار وشروطه كانت النتائج كالتالي:

**جدول رقم (11) نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسط درجات الضغوط النفسية جائحة لدى المرأة العاملة تبعاً للرتبة المهنية**

الرتبة المهنية	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
أستاذات بالجامعة	15	112.04	18.805	1.367	0.172	غير دال إحصائياً
موظفات بالإدارة	35	115.53	18.651			

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن متوسط الضغوط النفسية في زمن جائحة كورونا لدى أستاذات بالجامعة بلغ قيمة 112.04 بانحراف معياري 18.805، بينما متوسط الضغوط النفسية جراء جائحة كورونا لدى موظفات

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

بالإدارة بلغ قيمة 115.53 بانحراف معياري 18.651، كما جاءت نتيجة اختبار ت 1.367 بقيمة احتمالية 0.172 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وعليه نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري الذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للرتبة المهنية. وبهذا تتحقق الفرضية الرابعة.

• **الفرضية الخامسة:** تنص الفرضية على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق

الزوجي لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية"، وللتحقق من هذه الفرضية قمنا بإجراء اختبار ت

للعينات المستقلة، وبعد التأكد من فرضيات الاختبار وشروطه كانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (12) نتائج اختبار ت للفروق بين متوسط درجات التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة تبعاً للرتبة المهنية

الرتبة المهنية	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	القيمة الاحتمالية	الدلالة الإحصائية
أستاذات بالجامعة	15	125.121	22.641	0.244	0.807	غير دال إحصائياً
موظفات بالإدارة	35	126.033	23.762			

يتضح من خلال الجدول رقم (12) أن متوسط التوافق الزوجي لدى أستاذات بالجامعة بلغ قيمة 125.121 بانحراف معياري 22.641، بينما متوسط التوافق الزوجي لدى موظفات بالإدارة بلغ قيمة 126.033 بانحراف معياري 23.762، كما جاءت نتيجة اختبار ت 0.244 بقيمة احتمالية 0.807 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، وعليه نرفض الفرض البديل ونقبل الفرض الصفري الذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية التوافق الزوجي لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية، وتتحقق بالتالي الفرضية الخامسة.

#### 4- النتائج:

بعد جمع بيانات الدراسة الحالية بالاعتماد على مجموعة من أدوات القياس، التي تم تقدير صدقها وثباتها بطرق مختلفة، تمت معالجة البيانات بواسطة أساليب إحصائية، أفرزت مجموعة من النتائج، ستعرض بالترتيب مدعومة بتحليل ومناقشة لها في ظل الإطار النظري والدراسات السابقة، وخصوصيات عينة البحث.

#### \* عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أن " مستوى الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد مرتفع".

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

تتفق هذه النتائج مع دراسة مليكة بالعباد (٢٠١٥) التي هدفت إلى معرفة مستوى الإجهاد المهني لدى المرأة العاملة، وذلك من خلال عينة مكونة من (٧٦) حيث تعاني من مستوى مرتفع من الإجهاد المهني والأسري (الجسدي والنفسي والسلوكي).

خاصة مع زيادة الأعباء المتعلقة بالتنظيف والتعقيم لدرجة الهوس، وتلك المتعلقة برعاية الأطفال الذين توقفوا عن الدراسة أو اضطروا للدراسة عن بعد لشهور عديدة بسبب المخاوف من تأثير الفيروس. (شند، س، (2000)، ص201).

#### \*عرض وتفسير الفرضية الثانية:

نص الفرضية الثانية على أن " مستوى التوافق الزوجي منخفض لدى عينة البحث في زمن انتشار وباء كورونا". ويتضح من الجدول رقم (09) أن هذه الفرضية لم تتحقق وتتفق هذه النتائج مع دراسة فاطمة الزهراء أخانة (2020) بعنوان "تأثيرات الحجر الصحي على المرأة داخل الأسرة" حيث أن الأشياء الإيجابية أثناء الحجر في ظل وباء كورونا تتجسد في تقدير العلاقات الاجتماعية والتعود على ضبط النفس، وقد عزز الحجر المنزلي التواصل ووقر الكثير من الوقت للاسترخاء ومراجعة النفس والتقرب من الله، بالحوار الهادف والنقاش البناء والتعرف على شخصيات بعضهم البعض وانخفاض ساعات العمل و عدم وجود أعمال إضافية يمكن أن تنعكس بصورة إيجابية على العلاقات الأسرية. (عبد الفتاح، ك (1990)، ص 84-101).

#### \*عرض وتفسير الفرضية الثالثة:

تبين نتائج الجدول رقم (10) أن معامل الارتباط غير دال احصائيا وهذا معناه عدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والتوافق الزوجي ذلك أن الضغوط ذات طبيعة ديناميكية تسهم في تشكيل جوانب كثيرة في شخصية الفرد وتشكيل مهاراته وخبراته الاجتماعية، وتصقل قدراته، واستعداداته وتجعل منه كائن اجتماعي قادر على التكيف والتوافق النفسي والاجتماعي. (الرشيدي (1999)، ص 14).

تتفق نتائج هذه الفرضية مع دراسة (محمد آدم، سلامة (1980))، الذي وجد أن الضغوط المتعلقة بصراع وتعدد الأدوار يتناسب عكسياً مع المستوى التعليمي. وإذ يمكن تفسير ذلك إلى أن المستوى التعليمي المرتفع (أستاذات التعليم العالي) يعتبر مؤشرا للتعامل الجيد مع الضغوط وفي إحداث التوافق الزوجي، لأن حسب هذه الدراسة، ذوات المؤهلات العليا يستطعن التعامل ومواجهة الضغوط بشكل إيجابي وبدكاء، حتى لا تطغى على بقية مجالات الحياة. (محمود عبد الله، ج، (2006)، ص14).

#### \*عرض وتفسير الفرضية الرابعة:

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزاح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	---	--

تنص الفرضية الرابعة أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية" وقد تحققت الفرضية حسب ما اتضح من خلال الجدول رقم (11) حيث تتوافق هذه النتيجة مع دراسة رجاء مريم (2008) بعنوان: "مصادر الضغوط النفسية لدى العاملات في مهنة التمريض في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في محافظة دمشق". تكونت عينة الدراسة من (204) ممرضة تم اختيارهم بطريقة عشوائية عرضية، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.50) في الضغوط تبعا لمتغير الوضع الوظيفي أو الرتبة المهنية. (رجاء، م، (2008)، ص486).

#### \* عرض وتفسير الفرضية الخامسة:

لقد تحققت الفرضية الخامسة التي نصت على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الزوجي في زمن انتشار وباء كورونا لدى المرأة العاملة تعزى للرتبة المهنية".

والجدول رقم (12) يبين ذلك وبما أن بيئة العمل هي نفسها بالنسبة لكل العاملين سواء أساتذة أو إداريين فبالتركيز لا فروق تحصى في بحثنا هذا يعزى للرتبة المهنية ودرجة تفاوتها من مهنة إلى أخرى.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الصمادي والجمهوري (2011))، والتي هدفت إلى التعرف على مستوى التوافق الزوجي للعاملين في قطاع الصحة والتعليم ومعرفة تأثير مستوى التواصل ببعض المتغيرات، وتوصلت النتائج إلى نتائج أهمها: - الزوجات والأزواج في قطاع الصحة والتعليم يتمتعون بمستويات عالية من التوافق الزوجي - عدم وجود فرق جمهوري دال إحصائيا في التوافق الزوجي حسب متغير مجال العمل.

#### - أهم النتائج المتوصل إليها من كل الفرضيات :

- لا توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا وبين التوافق الزوجي لدى عينة البحث.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الضغوط النفسية في زمن انتشار وباء كورونا وبين التوافق الزوجي لدى عينة البحث تعزى إلى الرتبة المهنية (أستاذات-إداريات)

والجدير بالذكر أن تعميم أي نتيجة يبقى مقيدا بالعديد من الاعتبارات، ليفتح المجال لدراسات أخرى تدعم نتائج الدراسة الحالية، أو تفندها.

#### - خاتمة:

الصفحة: 21 - 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

إذا نظرنا بعين الايجابية نستخلص من النتائج أن الأزمة تلد المهمة، ورُبّ ضارة نافعة، فبالرغم من الضغوط النفسية والتداعيات التي خلفتها جائحة كورونا والتحديات الكبيرة التي فرضتها، إلا أنها تمكنت من إنعاش الروابط الزوجية والعلاقات الأسرية بل وأصبحت أكثر تماسكا وصلابة معيدة الالفة من جديد للعلاقات الزوجية. كما ان بعض الأزواج قد استغل هذه الظروف للتخلي عن السهر والجلوس في المقاهي واعطى أكثر وقت لزوجته وأولاده بالإضافة الى السعي الى تحقيق هدف مستقبلي موحد وترتيب الأولويات كانت بمثابة نقطة تحول إيجابية في الحياة، هذا ما اظهرته نتائج الدراسة الحالية التي توصلت إلى أنه:

### الاقتراحات العملية :

بالنسبة لآفاق الدراسة، كباحثة أقترح ما يلي:

- القيام بدراسة مستوى المشكلات النفسية المرتبطة بضغوط الزوجات العاملات وفعالية برنامج إكلينيكي في خفض هذه الضغوط.
- نشر الوعي بخصوص كيفية استخدام الأساليب الناجحة في التعامل مع الوضعيات المسببة للضغوط النفسية خاصة في أوقات الطوارئ والأزمات.
- تشكيل فرق عمل لحصر "انعكاسات" الإصابة بوباء كورونا وأي ظروف مشابهة لها مستقبلا ووضع آليات لمواجهتها.

-إلقاء الضوء على واقع الضغوط النفسية المهنية وآثارها على العلاقة الزوجية.

\*على سبيل الختم يجب التنويه الى مدى ملازمة "ثنائية الخطأ والصواب" للحقول المعرفية، حيث تستحضرني عبارة الأصفهاني في استدراك الخطأ وزلات القلم يقول فيها:

" إني رأيتُ أنه لا يكتب أحد كتاباً في يومه إلا قال في غده:

لَوْ غَيَّرَ هذا لكان أحسن، ولو زيد هذا لكان يُستحسن، ولو قُدِّمَ هذا لكان أفضل، ولو تُرِكَ هذا لكان أجمل" وهذا أعظم العبر، لأنه دليل على استيلاء النقص على جملة البشر.

### قائمة المراجع:

1. دبية، فانتة (2017). "الإدراكات المتبادلة بين الزوجين نحو أبعاد الحياة الأسرية وعلاقتها بالتوافق الزوجي"، مجلة دراسات العلوم التربوية، 44(4).

الصفحة: 21 – 38	المجلد: 12 / العدد: 02 (25) / 2024	اسم ولقب المؤلف 1: غنية فزراح اسم ولقب المؤلف 2: أحمد فاضلي	عنوان المقال: علاقة الضغوط النفسية بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في زمن انتشار وباء كورونا المستجد.
-----------------	------------------------------------	--	--

2. رجاء، مريم (2008). "مصادر الضغوط النفسية لدى العاملات في مهنة التمريض في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في محافظة دمشق".
3. سناء الخولي، ومحمد سليمان (2004). التوافق الزوجي واستقرار الأسرة، مصر: عالم الكتب.
4. شند، سميرة (2000). الاضطرابات العصبية لدى المرأة العاملة، مصر: مكتبة زهراء الشرق، ط1.
5. صلاح، نحلة (2020) "دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد -COVID-19، والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة"، المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد 108 المجلد الثلاثون- يوليو 2020 (3788).
6. عبد الفتاح، كاميليا (1990). سيكولوجية المرأة، مصر: نخصة مصر للطباعة والنشر.
7. محمود. عبد الله، (2006). "السلوك التوكيدي كمتغير وسيط في علاقة الضغوط النفسية بكل من الاكتئاب والعدوان"، المؤتمر العلمي الأول لكلية التربية النوعية، جامعة المنصورة.
8. منظمة الصحة العالمية (2015) "الوقاية من العدوى ومكافحتها أثناء الرعاية الصحية لحالات الإصابة المحتملة أو المؤكدة بعدوى فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الاوسط التنفسية": إرشادات مبدئية، جنيف.
9. منظمة الصحة العالمية (2020). "فيروس كورونا المستجد (COVID-19)"، دليل توعوي صحي شامل، الاونروا.
10. نائف على آيو (2019). الضغوط النفسية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.
11. الدليل الشامل لفيروس كورونا المستجد (2020). بيت الحكمة للاستشارات الثقافية، مصر، ط1.
12. الراشد، شذى (2016). "التوافق الزوجي"، مجلة الخدمات الاجتماعية، 1(56).
13. الرشدي، هارون توفيق (1999). "الضغوطات النفسية طبيعتها، نظرياتها...". القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
14. الطريفي، عبد الرحمن سليمان (1994). (الضغط النفسي، مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته: الرياض، الطبعة الأولى.
15. العقاد، إبراهيم (2016). "برنامج إرشادي لتحسين التوافق الزوجي وأثره في السلوك الانفعالي لدى الأبناء"، مجلة القراءة والمعرفة.
16. Heba Ibrahim, Owaied Al Mashaan “Job Stress and its Relation with Type A, Locus of Control”, Arabic Studies in Psychology, V.3, n.2, Apr.pp5.
17. Lazarus, R.S (1988) “ Ways of Coping Questionnaire », Mind Garden, Publisher, U.S.A.
18. Selye H. (1993) “ History of the stress concept “ In : L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), Handbook of Stress : Theoretical and Clinical Aspects », 2nd ed. (Pp. 7–17). New York: Free Press.
19. Spanier, G.B. (1976) “ Measuring dyadic adjustment, new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads “, journal of marriage and the family, 38 ;15(28).