الأستاذ:أيت مولود يسمينة جامعة مولود معمري تيزي وزو

الاستاذ بن حبوش نصر الدين جامعة مولود معمري تيزي وزو

الضغط النفسي المدرك لدى المرأة المتزوجة العاملة.

مقدمـة واشكالية:

إن التحولات السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي طرأت على الجزائر منذ الاستقلال إلى يومنا هذا دفعت بالمرأة للخروج إلى ميدان العمل والانخراط فيه إلى جانب الرجل، دعما له وسدّا للنقص الناتج عن عدم قدرته على سداده من علاج وتكاليف السكن وغلاء المعيشة، ساعية وراء تحقيق التنمية في شتى المجالات مما ساهم وبشكل بارز في تغيير الأدوار الملقاة على عاتقها. (جودت عزة عبد الهادي وآخرون، 1999، 235)

إن التحاق المرأة بالعمل يعتبر من الطرق المشروعة في كسبها لقوتها، ولمساعدة لأفراد أسرتها ولتحقيق ذاتها والقضاء على الملل والفراغ والروتين في المنزل، كما يسمح العمل للمرأة بإشباع حاجاتها الاجتماعية وإقامة صداقات في مجال العمل وتحقيق الحرية في التعبير عن الذات، هذا ما يشعرها باحترام الآخرين لها وتقديرها لذاتها وبالرضا عن إنجازها والاحساس بقيمتها ومكانتها في أسرتها خاصة ومجتمعها عامة، وبالأمن حيال ظروف الحياة الطارئة والمفاجئة. (بوبكر عائشة، 2007، 5)

تبدو المسألة في وهلتها الأولى براقة لمّاعة تجلب الراحة للمرأة العاملة، إلاّ أن الحقيقة تحمل في طياتها الكثير من المتاعب والضغوط النفسية خاصة إذا كانت المرأة العاملة متزوجة والتي يقع عليها عبء تحمّل العديد من المسؤوليات والأدوار في آن واحد. فتعدد المراكز الاجتماعية التي تشغلها هذه الأخيرة تتعدّد لديها الأدوار المنوّطة بها وبذلك تتعدّد الأدوار المنتظرة منها هذا ما يجعلها تعيش حالة من صراع الأدوار خاصة عند إحساسها بالتقصير في الواجبات التي يمليها كل دور من الأدوار التي تمثّلها، مع اعتبار أن كل دور يستنفذ طاقة وجهد يتطلب شغل حيّز من وقتها. ونتيجة لبنائها العضوي والنفسي فهي أنثى لها طبيعتها النفسية والجسمية التي تجعلها عرضة للاصابةبالضغط النفسي أكثر من الرجل، فالمرأة العاملة لها دورها الاجتماعي كزوجة وأم ودورها الانتاجي كعاملة، ويؤيد ذلك دراسة محمد سلامة آدم والتي اقتصرت على دراسة صراع الأدوار لدى المرأة العاملة في مصر، وتوصلت هذه الأخيرة إلى أن المرأة العاملة بكل فئاتها عالية أو متوسطة التعليم، صغيرة أو كبيرة السن، تعاني من صراع الأدوار في أدائها لدور الزوجة ودور الأم بحيث تعاني من احساس عميق لضيق الوقت الناتج عن الأدوار المتعدّدة التي تقوم بها سواء أدوار العمل خارج البيت أو أدوار الزوجة والأم داخل البيت، وكلما ازداد الشعور بضيق الوقت ازداد معه الشعور بالضغوط النفسية والعجز عن الوفاء بجميع التزاماتها، مما قد يؤدي إلى شعورها بالتوتر والضيق والصراع. (بوبكر عائشة، 2007، 6)

ومن هنا يطرح السؤال نفسه: هل هناك فروق في الضغط النفسي المدرك بين النساء العاملات المتزوجات والنساء العاملات غير المتزوجات؟

تحديد المفاهيم الأساسية:

تعريف الضغط النفسي:

التعريف اللّغوي:

ورد في معجم علم النفس أن الضغوط النفسية تعني "وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه وبدجة توجد لديه احساس بالتوتّر أو تشويها في تكامل شخصيته، وحينما تزداد حدّة هذه الضغوط فإنّ ذلك يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغيّر نمط سلوكه عمّا هو عليه إلى نمط جديد"

والضغط لغة يعني عصر شيء إلى شيء وضيّق عليه وزحمه، والضّغطة هي الاكراه والشدّة والمشقّة. (عياش العنزي، 2004)

التعريف الاصطلاحي:

يرى الفرحاتي محمود (2005) الضغوط على أنها مثيرات أو تغيرات في البيئة الداخلية أو الخارجية بدرجة من الشدّة والدوام بما يثقّل القدرة التكيّفية للإنسان إلى حدّه الأقصى والتي في ظروف معينة يمكن أن تؤدي إلى اختلال السلوك.

أما هانز سيلي الذي يعتبر أول من استخدم مصطلح الضغط النفسي (1926) فيرى أن الضغط النفسي استجابة غير محدّدة من جوانب الجسم (حركة بعض التركيبات العصابية والهرمونية) للمطالب الواقعة على عاتقه، وهي مطالب تنشأ من أحداث الحياة والعلاقات الاجتماعية أو الأحداث الخاصة مثل التفكير والانفعالات. (Sely, 1974)

في حين يرى ريتشارد لازا روس أنه لا يمكن تعريف الضغوط بشك لموضوعي وإنما نحس بها عندما ندرك موقفا ما يفوق المصادر التكيفية للشخص، مأن طريقة استجابات الأفراد تختلف لنفس الحدث الضّاغط.(عايدة شكرى حسن، 2001)

التعريف الاجرائي:

الضغط النفسي هي الدرجة التي تتحصّل عليها المرأة المتزوجة العاملة والمرأة العاملة غير المتزوجة من خلال مقياس الضغط المدرك لـ لفنستانين.

- مفهوم المرأة العاملة:

التعريف اللغوي:

التعريف الاصطلاحي:

اهتم الكثير من الباحثين بعرض مفهوم المرأة العاملة ووضع التعريف من وجهة نظر الباحث، فقد عرفها آدم (1982) على أنها المرأة التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مادي مقابل عملها وتقوم في نفس الوقت بأدوارها الأخرى كزوجة وأم إلى جانب دورها كعاملة موظفة. (آدم، 1982، 39)

أما عبد الجواد فيعرف المرأة العاملة على أنها المرأة المتعلمة والتي لديها من الأطفال اثنين أو أكثر ويتراوح سنهم ما بين السنتين وستة سنوات وتعمل عملا حكوميا منتظما تتقاضى منه الأجر وتبعد عن منزلها و أطفالها مدة لا تقل سبع ساعات في اليوم. (عبد الجواد، 1974، 185)

ويضيف لهذه التعاريف الباحث هدية فكرة أن المرأة العاملة هي المرأة التي يتراوح سنها ما بين العشرين والخامسة والعشرين والتي حصلت على قسط من التعليم المتوسط أو الجامعي والتي يتوقع منها أن تخرج إلى العمل بعد إنهاء تعليمها والتي سوف تساهم في نهضة المجتمع وتتحمّل مسؤولية الانفاق على نفسها. (أماني، 2011، 54)

بينما وحيد يرى أن عمل المرأة هو العمل الذي يتطلب منها الخروج من البيت وهو ما يعكسه هذا العمل من موقف في عدّة قضايا كمساواتها بالرجل من حيث القدرات والامكانات والقدرة على العمل وأيضا موقفها من دورها التقليدي وموقفها من استقلالها الاقتصادي. (أماني حمدي، 2011، 54)

يتضح من خلال العرض السابق أن المرأة العاملة تؤدي أكثر من دور في حياتها اليومية فهيالعاملة في ميدان العمل والزوجة والقائمة بشؤون المنزل اضافة لدورها في الانجاب وتربية الاطفال، هذا ما يتطلب منها بذل المزيد من الجهد العقلي والجسدي حتى تستطيع التوفيق بين كل هذه الأدوار مع الحفاظ على اتزانها النفسي والانفعالي

التعريف الاجرائي:

المرأة العاملة هي المرأة التي تخرج لميدان التعليم العالي لقضاء الأجر مقابل خدمة تسديها كأستاذة باحثة ومدرسة في جامعة مولود معمري بتيزي وزو متزوجة كانت أو عزباء.

-آثار عمل الزوجة خارج البيت:

تكمن الآثار الناتجة عن عمل الزوجة خارج البيت فيما يلي:

1- الآثار الايجابية:

من الايجابيات التي يحققها العمل للمرأة أنها تحقّق ذاتها وشخصيتها ووجودها من خلال العمل، فهي تحس بالإنتاج والانجاز والأهمية، كما أن العمل يحقّق لصاحبه الاستقلال المادي ويساهم في تنمية قدرات الشخص واغتنائها من النواحي الفكرية والعقلية والاجتماعية كما يشعر المرأة بالنجاح والسرور والرضا. وفي ذلك تدعيم لقيمتها وثقتها بنفسها، ومما لا شك فيه أن العمل يجعل المرأة ذا قيمة في مختلف النواحي الواقعية والمعنوية، فلا تبقى ذلك الكائن الضعيف ذا القدرات المحدودة لا حول له ولا قوة، وبجه عام فإن العمل يساهم في تحسين الصحة النفسية للمرأة كما تدل عليه معظم الدراسات العربية نظرا لايجابيات العمل المتعلقة بالاستقلالية وتحقيق الذات وازدياد السيطرة على الحياة والمستقبل من النواحي الاقتصادية والشخصية. (حسان المالح، 2000)

ففي دراسة قامت بها فريدة صادق زوزو حول أثر عمل المرأة خارج البيت على استقرار بيتها الزوجي سنة (2005) بماليزيا، أشارت فيها إلى أن من أهم الآثار الايجابية لعمل المرأة خارج بيتها هي:

-المساعدة في تنمية الوطن

- المساهمة في الدخل

- المشاركة في الأعباء المالية للزوج

وفي هذا الصدد يقول فاروق بن عطية: "إن عمل المرأة يحقّق لها الرفاهية وبواسطة العمل يتكون لدى المرأة علاقات جديدة مع الرجل."

(BEN ATIA Farouk ; 1970)

وعليه فمما لا شك فيه أن الايجابيات التي يعود بها العمل على المرأة خاصة من الناحية النفسية لدافع قوي ومحفّز كافي وفعّال لخروجها في طلبه، رافعة راية التحدي للآثار السلبية التي يمكن لهذا السلاح ذو الحدّين أن يخفيه وراء مزاياه التي يعود بها على الزوجة العاملة.

2- الآثار السلبية:

إلى جانب الآثار الايجابية لعمل المرأة خارج البيت آثار سلبية عديدة قد تفوق في خطورتها لما له من آثار ايجابية نذكر منها:

2-1- الآثار العائدة على الأولاد:

إن الطفل لا يحتاج فقط لمن يوفّر له الأكل والشرب والملبس بل اضافة لكل ذلك فهو بحاجة لمن يوفّر له الحنان والعطف الأمومي الذي لا يمكن للخادمة مهما أوتيت من ثقة وأمان أن تعطيه له، لأن هذا الطفل أجيرها فقط. والأم في العائلة تدير شؤون بيتها من منطلق البنية التقليدية لهذه العائلة، واليوم أصبحت الأم المتحضّرة تدير شؤونها داخل وخارج البيت بشكل مزدوج، ولكن أصبحت الأم بين زوج وأولاد تلبي زوجا من المتطلبات: متطلبات ناتجة عن سياق الحياة التقليدية ومتطلبات أخرى تمخّضت من البيئة العصرية الحديثة.

(BOUTEFNOUCHENT. M, 159)

2-2- الآثار العائدة على المرأة نفسها:

إن المرأة العاملة وبسبب كثرة وتعدد المسؤوليات الملقاة على عاتقها فإنها تصاب بالإرهاق المؤدي إلى الضغط النفسي. (فريدة صادق زوزو، 2005)، والسلبيات المرتبطة بعمل المرأة من الناحية النفسية ترتبط بمدى منابة العمل لشخصية المرأة وقدراتها ومهاراتها وأيضا بنوعية وشروط العمل وظروفه، فالعمل الروتيني الممل والعمل القاسي الصعب يؤثّر بشكل سلبي على الصحة النفسية للمرأة العاملة.

ومن المتوقع في مجتمعاتنا أن الضغوط المتعدّدة التي تواجهها المرأة من النواحي الاجتماعية وتناقض النظرة إلى عملها أن تسبب في زيادة التوتر والقلق والاحباط وسوء التكيف والاضطرابات. اضافة إلى هذا شعورها بإمكانية استغنائها في أية لحظة عن عملها أو أن تنعكس مشكلاتها الشخصية والاجتماعية على عملها. (سميرة حرفوش وآخرون، 1961، 30)

ويضيف بول لوري أن البيئة والعادات والأنشطة والمجهودات اليومية تخلف آثار جسمية على المرأة العاملة أكثر من الرجل كما أن المرأة ضعيفة وعصبية فهي تتعرض إلى صدمات مفاجئة من العمال المحيطين بها.

(BEAULIEU Paul LEROY, 213)

3-2- الآثار العائدة على الزوج:

جاء تأكيد الاسلام على حقوق الزوج بصورة حاسمة وواضحة في التاكيد على وجوب طاعته وعدم إهمال حقه في أي حال من الأحوال من قبل المرأة، فقد تخدعها مغرّرات فتهمل في حقه أو تقصر في طاعته. (عدلي علي أبو طاحون، 2000، 83)

والعمل من الأسباب الرئيسية التي تشغل المرأة عن آداءواجباتها اتجاه زوجها وإعطائه حقه كاملا. إن إهمال شؤون البيت وإهمالها لنفسها يبعث في نفسية الرجل الملل في الحياة الروتينية مع زوجة عاملة لا تهتم بزينتها في البيت أكثر مما تهتم بزينتها أثناء الخروج، وحين يرى الزوج زوجته العاملة مرهقة من عملها تزيدها أعباء ومسؤوليات البيت إرهاقا يدخل هو أيضا في دوامة، ففي خضم هذه الأجواء لا يجد لنفسه مقاما ويتحرّج أن يبوح باحتياجاته النفسية وهذا يؤدي بدوره إلى خطر الطلاق الذي ينهي كيان مؤسسة الأسرة. (بوبكر عائشة، 2007، 24)

فأمام هذه الآثار السلبية التي يمكن للعمل أن يخلّفها سواء على المرأة ذاتها أو على عائلتها الصغيرة إلاّ أننا نلاحظ أن إرادة المرأة وعزيمتها في العمل تبقى مصرّة، فهي تتحمّل عباء العمل داخل وخارج البيت بكل صبر وصمت في سبيل تحقيق راحة ورفاهية عشها الصغير.

- أدوار المرأة والضغط النفسي:

لقد تغير دور المرأة جذريا خلال الربع الأخير من القرن العشرين في مجتمعاتنا العربية، فقد أصبحت تشارك أسرتها في تحمل المسؤولية ويقع عليها أيضا عبء الحياة في معايشتها مع أسرتها إن كانت غير متزوجة، أو متزوجة فهي تتحمل أكثر بمشاركة الزوج طموحاته إضافة إلى زيادة مصادر الضغوط الناتجة عن الواجبات المنزلية وتربية الأولاد وتوفير الراحة للعائلة في الأوضاع الاعتيادية، أو في حالات الأزمات.

إذن فالمرأة عانت الكثير إلى جانب الرجل من حيث عدم الاستقرار و التهجير وعدم الشعور بالأمان والبحث الدائم عن المستقبل الأمين، فإذا كانت ردود الأفعال تتضح لدى الرجال بالتهجّم والكآبة الطارئة، والتحدث بصوت مسموع وهو يمشي في الشارع، فعند المرأة تظهر على شكل أعراض جسمية كالصداع والانهيار والاكتئاب وفقدان الشهية... وغيرها فالنساء

إذن معرضات لصنفين من الضغوط هما: ضغوط تتعلق بهويتهن البيولوجية، وضغوط تتعلّق بالممارسة الأسرية. (ستورا جان بنجامان، 1997، 49)

إن المرأة حينما تتعرض للضغوط البيولوجية وما يرافقها من تشنجات وأعراض كسرعة التأثر والغضب والاختلال في ساعات النوم، ما هي إلاّ نتائج للضغوط التي ما عادت تقوى على تحمّلها، وبالتالي تضعف لديها المقاومة الجسدية، وبمرور الزمن تنهار مقامتها هذا ما يجعلها عرضة للإصابة بشتى الامراض والتي ربما قد تؤدي بها إلى الموت.

أما الضغوط الناتجة عن الدور الأسري ومحاولتهابالحفاظعلى تماسك الأسرة في مثل هذه الظروف التي تمر بها والانتقالات المستمرة في السكن أو بين البلدان أو حتى الاحساس بعدم استقرار العائلة، يشكّل بحدّذاته ضغطا كبيرا على رب الأسرة وضبابية المستقبل كل هذا تمتصه المرأة لتظهر لأفراد أسرتها جانب الأمان .

إن هذا الدور الذي تقوم به المرأة داخل أسرتها تسعى من خلالها إلى المشاركة بشكل فعّال في الحفاظ على تماسك الأسرة في مواجهة ضغوط الحياة بأشكالها الاقتصادية والمالية، والبحث وراء الاستقرار. إن خروج الزوجة للعمل واكتسابها لدور العاملة مع احتفاظها في ذات الوقت بأدوارها الطبيعية، كأم وزوجة وربة بيت وما لديها من مسؤوليات عديدة ومتنوعة جعلها عرضة أكثر من غيرها لعمليات التضارب بين مختلف المتطلبات، وأكثر معايشة لسلسلة من الصراعات بين أدوارها القديمة والجديدة، ما قد ينعكس على مستوى شخصيتها، وعلى مختلف الأشخاص المتفاعلين معها في قطاع الدور كالزوج والابناء فيما يتعلّق بالأسرة والمدير والزملاء فيما يتعلق بالعمل (حمداش نوال، 2002، 75)

وهكذا تبقى المرأة حليفة الرجل على درب السنين في مواجهتها لصعاب الحياة بل أكثر من ذلك فإنها تخفّف عليه من متاعب الأسرة في سبيل تحقيق راحته محترقة ألما وخوفا على مستقبل أسرتها الصغيرة، صامدة في وجه كل هذا وذاك محاولة أداء دورها كعاملة نجيبة وزوجة مطيعة ومربية مثالية.

- **<u>عيّنة الدّراسة</u>** :

تم اختيار عينة الدراسة من قطاع التعليم العالي من ولاية تيزي وزو بطريقة مقصودة بناء على خصائص محدّدة، وهي تتكون من (40) امرأة متزوجة عاملة مقابل (40) امرأة عاملة غير متزوجة. فأساس الاختيار في العينة القصدية هو معرفة الباحث بأن هذه المفردة أو تلك تمثل مجتمع البحث، وينصح الباحث فيها أن يبرّر تطبيقه لهذا الأسلوب كي لا يتّهم بالتّحيّز. (جمال أبو شنب،2007).

شملت دراستنا مجموعة من الخصائص التي تصف العينة وهي:

– وجود أطفال في حياة المرأة المتزوجة

– مدة العمل لا تقل عن خمسة سنوات

<u>أدوات الدراسة</u>:

<u>مقياس ادراك الضغط لـ لفينستاين</u>

تم اعداد مقياس الضغط المدرك من طرف لفنستاين وزملائه عام (1993) بهدف قياس مؤشر الضغط، وهو يتكون من 30 بندا نميّز منها:

– بنودا مباشرة عددها (22) وتدل على وجود مؤشّر إدراك ضغط مرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالايجاب ومؤشر ضغط منخفض عندا يجيب عليها بالسلب.

– بنودا غير مباشرة وعددها (08) وهي تدل على وجود مؤشر ادراك ضغط مرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالسّلب ومؤشر ضغط منخفض عندما يجيب عليها بالايجاب. (زايدي باية، 2012)

لقد قمنا بحساب ثبات مقياس لفنستاين اعتمادا على طريقة التجزئة النصفية ا وتوصلنا إلى معامل ثبات (معامل ارتباط بيرسون بعد تصحيحه) يقدّر (0.72) مما يدل على أن الاستبيان ثابت يمكن الاعتماد عليه في الدراسة. بعد ذلك قمنا بحساب ثبات الصدق الذاتي للمقياس بحساب جذر معامل الثبات والذي قدّر بـ (0.84) يعني أن المقياس يمتاز بدرجة عالية من الصّدق.

منهج الدّراسة.

يحدد منهج الدراسة في إطار أبعاد المشكلة و أهدافها، و لقد لخص **عزيز حنا وآخرون (1991)** ذلك بقولهم :" تختار المشكلة منهج بحثها، و قد تختار المشكلة المراد دراستها أكثر من منهج وفق طبيعتهاوتحليل أبعادها". عن **(صردا وي نزيم، 2009).**

وبما أن موضوع هذه الدراسة يحاول التعرف إلى بعض من جوانب شخصية المرأة المتزوجة العاملةوالمتمثلة في الضغط النفسي، فإن الحاجة تدعو إلى استخدام منهج بما يتماشى مع أهدافها ويتفق مع البعد الزمني الذي تجري فيه.

ولقد استخدمنا في الدراسة الحالية المنهج الوصفي الذي يقوم بتحديد الوضع الحالي للظاهرة و إعطاء تقرير وصفي عنها. لذلك تندرج الدراسة الحالية ضمن البحوث و الدّراسات الوصفية التي تهدف إلى دراسة الظّاهرة بوصف وتحليل مكوناتها، والكشف عن العلاقات والفروق التي قد تظهر بين الأفراد.

والمنهج الوصفي هو " كل استقصاء ينصب على دراسة ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بين عناصرها أو بينها و بين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية." **(عبد الجليل الزوبعي ، 1974)**

إجراءات تفريغ البيانات:

إن عملية تفريغ البيانات وعرضها لخطوة من خطوات البحث العلمي، بها يتم جمع البيانات الميدانية والمكتبية وتبويبها وتصنيفها و تحليلها و تفسيرها، لذا استخدمنا في بحثنا هذا الحاسوب الآلي في تحليل البيانات و الوصول إلى النتائج إلى النتائج نظرا لتعدد متغيرات الدراسة و إنجاز بعض العمليات الرياضية المطلوبة، وقد تطلب ذلك تجهيز البيانات وتفريغها وفق الأساليب الإحصائية المتعارف عليها في نظام الحاسوب باستخدام برنامج الرزم الإحصائية من نوع (SPSS 8.0)لكي تتم عمليات الضبط والمراجعة في كل خطوة من خطوات التحليل والمعالجة الإحصائية.

عرض وتحليل نتائج الفرضية:

منطلق هذه الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الضّغط النفسي المدرك بين النساء العاملات المتزوجات والنساء العاملات غير المتزوجات.

جدول رقم (03): المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار T لمتغير الضغط النفسي المدرك عند فئة العاملات المتزوجات و فئة العاملات غير المتزوجات.

المتغيرات	الوضعية الإجتماعية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	F_o	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الضغط النفسي المدرك	عاملة غير متزوجة	40	0.287	0.110	6.25	0,01	14.81-	72.71	0,01
	عاملة متزوجة	40	0.716	0.145					

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (01) أن نتائج المتوسطات الحسابية أظهرت فروقا بين عينة النساء العاملات المتزوجات وعينة النساء العاملات غير المتزوجات فيما يخص متغير الضغط النفسي المدرك، غير أننا لا نستطيع إثبات ما إذا كانت لهذه الفروق دلالة إحصائية بالاعتماد فقط على الفرق المشاهد بين المتوسطات الحسابية، لذلك أرفقت هذه النتائج بحساب اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات وهذا يعطينا نظرة أولية عن مدى صحة الفرضية.

يبدو من خلال هذه النتائج المدونة في الجدول أعلاه أن العينتين غير متجانستين فيما يخص الضغط النفسي المدرك وهذا من خلال النسبة الفائبةF المتحصل عليها والمقدرة بـ (6.25) عند مستوى الدلالة (0,01).

أما نتائج تطبيق اختبار (T) لعينتين مستقلتين وغير متجانستين فقد قدرت بـ (-14.81) عند مستوى الدلالة (0,01) ودرجة حرية (72.71) أي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الضغط النفسي المدرك عند عيّنة العاملات المتزوجات وعيّنة النساء العاملات غير المتزوجات

لقد جاءت الفروق لصالح النساء العاملات المتزوجات فيما يخص الضغط النفسي المدرك حيث بلغ متوسطهن (0.716) وانحراف معياري قدر بـ (0.145) بينما بلغ متوسط النساء العاملات غير المتزوجات بالنسبة للضغط النفسي المدرك(0.287) وانحراف معياري (0.110)وقد كان الفرق دالا احصائيا بتطبيق اختبار (T) عند مستوى الدلالة (0,01). وهذا يعني أن الفرضية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الضغط النفسي المدرك بين النساء العاملات المتزوجات والنساء العاملات غير المتزوجات قد تحققت.

تفسير ومناقشة النتائج:

لقد شهد التاريخ البشري نماذج رائعة لما قدمته المرأة من اسهامات وانجازات عظيمة اتجاه مجتمعها وأسرتها، وأثبتت بجدارة استطاعتها النزول إلى الميدان مع القيام بواجباتها الأخرى كزوجة وأم وأن الظروف والعوامل الاقتصادية

والاجتماعية التي فرضها المجتمع هي من الأسباب والدوافع الحقيقية التي أدت إلى خروج المرأة إلى ميدان العمل وترك منزلها وأولادها وأفراد أسرتها لكي تؤدي عملا تؤجر عليه. (المرسي، 1987، 19)

بالرغم من كل هذا فإنه ليس من السهل أن تشترك المرأة في العمل إذ يؤثر تأثيرا شديدا على توازنها النفسي، وقد تحقق أنه نسبة كبيرة من النساء العاملات يعانين من الارهاق الجسمي وتوتر الأعصاب وقلق النفس واضطرابها، وذلك نتيجة المسؤوليات الكبيرة التي تكلف بها وتتضاعف عليها بين البيت والعمل والزوج والولد. (عنتر، 2001، 53)

وقد تبين أن الضغوط النفسية تعد ظاهرة من ظواهر العصر الحالي، فالمرأة العاملة تواجه الكثير من الحوادث الحياتية الهامة والمتتابعة والتي قد تسبب حالة من الاجهاد التراكمي الذي يجعلها أكثر عرضة للضغوط. كما أن استمرار هذه الحالة يحدث تدهورا من الناحية الصحية للمرأة حيث يفشل الجهاز المناعي في مقاومة الأمراض ونتيجة لذلك تبدأ مظاهر الضغوط في الظهور على شكل آلام في أنحاء مختلفة من الجسم وعدم القدرة على التركيز ونقل المشاركة في الحياة الاجتماعية، كما أن الضغوط تجعلها تتأثر نفسيا وجسميا وسلوكيا لأن استمراريتها بما يفوق امكانيات المرأة وقدرتها يحدث تغيرات وتحولات كيميائية غير طبيعية، ذلك لأن المواجهة تتطلب استعدادا و تهيؤا. (الشماسي، 2001، 93)

في جميع الحالات تكون المرأة العاملة المتزوجة نهبا للوسواس والمتاعب وعرضة للارهاق العصبي، حيث تنتابها الأوجاع ويلازمها الإرهاق، أما إذا كانت أم فهي دائمة التفكير مهمومة مشغولة البال وقلقة الخاطر تخاف على أولادها أثناء غيابها، تود البقاء معهم في المنزل ، وهكذا تقع المرأة العاملة فريسة الصراع العاطفي والضغط النفسي حيث تبدأ في الشعور بالكراهية من عملها الذي يمثل مصدر الإبعاد عن بيتها وأولادها، بل وحتى المرأة التي لم ترزق بأولاد دائمة التفكير في مسؤوليات البيت التي تنتظرها بعد عودتها من عملها هذا ما يشعرها بالتعاسة والشقاء. (أماني، 2011، 73)

خلاصة:

استهدف البحث الحالي دراسة المميزات النفسية–الشخصية للنساء المتزوجات العاملات، والكشف عما إذا كانت هناك فروق بينهن و بين النساء العاملات غير المتزوجات. فبعد قياس متغير الدراسة وجمع البيانات وتحليلها احصائيا تم التوصل إلى ما يلي:

إن الدراسة التحليلية والاحصائية لموضوع " الضغط النفسي لدى النّساء المتزوجات العاملات – والنساء العاملات غير المتزوجات تبين أن فرضيةالفروقبين عينة الدراسةقد تحققت.

فخروج المرأة لميدان العمل يزيد من عدد المهام والأدوار الاجتماعية الواجب عليها أداؤها، فإلى جانب قيامها بدورها كأم وزوجة ستقوم بدورها كعاملة منتجة وبذلك تتعدد واجباتها وتتزامن التوقعات المنتظرة منها مما يجعل المرأة والزوجة العاملة تعيش حالة ضغط وصراع نفسي خاصة بعد شعورها بالتقصير في الواجب سواء اتجاه عملها أو اتجاه بيتها وزوجها وأبنائها، وقد تبدو نتائج هذا الصراع مجسّدة على شكل اضطرابات نفسية جسمية هذا ما يشعرها بالقلق اتجاه مستقبلها

الوظيفي، ذلك لأنها وقعت في دوامة الصراع النفسي، كيف لا وأن ارضاء طرف يكون على حساب الطرف الآخر، فإذا أرادت إرضاء وظيفتها المهنية ستهمّش بذلك دورها الأمومي والأسري.

الهوامش:

أ ب ت ث ج ح خ د ذ ر ز س ش ص ض ط ظ ع غ ف ق ك ل م ن ه و ي

1- أماني حمدي شحادة الكحلوت (2011): **دراسة مقارنة للتوافق النفسي الاجتماعي لدى أبناء العاملات وأبناء غير العاملات في المؤسسات المتخصصة في غزة**، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس العيادي، كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة غزة.

2- آدم محمد سلامة (1982): **المرأة بين البيت والعمل**، دار المعارف القاهرة.

3- بوبكر عائشة (2007): **العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة**، رسالة ماجستير منشورة في علم نفس العمل والتنظيم، جامعة قسنطينة.

4- جودت عزت عبد الهادي وسعيد حسن العزة (1997): **التوجيه المهني ونظرياته**، مكتبة دار الثقافة، عمان، الأردن.

5- جمال محمد أبو شنب (2007): البحث العلمي التصميم والتنفيذ التجريبي، الجزء الثاني، دار المعرفة الجامعية، الأزاريطة.

6- حمداش نوال (2003): **الاجهاد المهني لدى الزوجة العاملة الجزائرية واستراتيجيات التعامل معه**، رسالة دكتوراه منشورة، جامعة منتوري قسنطينة.

7- زايدي باية (2012): **علاقة الضغط النفسي بمعدل الخلايا المناعية لدى المصاب بالسرطان**، مذكرة ماجستير في علم النفس العيادي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، قسم علن النفس، جامعة تيزي وزو، الجزائر.

8- ستورا جان بنجمان (1997): **الاجهاد**، منشورات عويدات، بيروت، لبنان.

9- سميرة حرفوش، نورة الفائز، منيرة الرواف (1961): **تحديد الاحتياجات التدريبية للقوى العاملة النسائية السعودية في الأجهزة الحكومية**، الإدارة العامة للمكتبات، الرياض.

10- الشماسي مريم (2001): **عدد الساعات الرسمية للمرأة العاملة وغير العاملة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبد الغزيز، السعودية.

11- عدلي علي أبو طاحون (2000): **حقوق المرأة دراسات دينية وسوسيولوجية**، جامعة المنوفية، الاسكندرية.

12- عبد الجواد، أنعام سيد (1974): **تنشئة الأطفال لدى المرأة العاملة وغير العاملة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين الشمس، القاهرة.

13-عياش بن سمير معزي العنزي (2004): **علاقة الضغوط النفسية ببعض متغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بمدينة الرياض**، رسالة ماجستير منشورة في علم الاجتماع، تخصص الصح النفسية، الرياض.

14- عبد الجليل الزّوبعي (1974): **مناهج البحث في التّربية**، الجزء الأوّل، مطبعة بغداد.

15- عايدة شكرى حسن (2001): **ضغوط الحياة والتوافق الزواجي والشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيكوسوماتية**، رسالة ماجستير منشورةفي علم النفس، كلية الآداب، جامعة عين الشمس.

16-نزيم صرداوي (2009): **المحدّدات الذّهنية وغير الذّهنية للتفوّق الدّراسي**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النّفس و علوم التّربية و الأرطفونيا، جامعة الجزائر، الجزائر

17-BEN ATIA Farouk (1970) : Le travail féminin en Algérie, étude et document, SNED, Alger.

18 - BOUTEFNOUCHENT Moustapha (sans date) : System social et changement social en Algérie, office des publications universitaires – Algérie.

19 - Hans SELY (1974): Stress without distress, Philadelphia Lippincott, New York.

20 - PAUL LEROY – BEALIEU : Le travail des femmes aux XXI siecle, Libronclassic