



جامعة البحرين
كلية الآداب
قسم علم النفس
برنامج ماجستير علم النفس الارشادي

الرضا عن الحياة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية
وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى
المرأة البحرينية العاملة

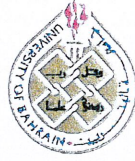
أطروحة مقدمة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير
في علم النفس الإرشادي

إعداد
لطيفة الذوادي

٢٠٠٣٠٧٣٤

بإشراف
د. جهان عيسى أبوراشد العمران
أستاذ علم النفس

٢٠١٣



جامعة البحرين
كلية الآداب
قسم علم النفس

تمت مناقشة رسالة الماجستير للطالبة لطيفة جاسم محمد الذوايدي / الرقم الجامعي : 20030734
في قاعة S44-101 بمركز تسهيلات البحرين بجامعة البحرين يوم الخميس 25 ربيع الثاني
للعام 1434 هـ الموافق لـ 7 مارس / 2013 م وذلك من قبل لجنة المناقشة المكونة من الأساتذة
التالية أسماؤهم:

1- أ. د. جهان عيسى أبوراشد العمران مشرفا ورئيسا

2- د. توفيق عبد المنعم ممتحنا داخليا

3- أ. د. فتحي مصطفى الزيات ممتحنا خارجيا

الختم



الاهداء

إلى من نذرت عمرها في أداء رسالة
صنعتها من أوراق الصبر
وطرزتها في ظلام الدهر
على سراج الأمل
بلا فتور أو كلل
رسالة تعلم العطاء كيف يكون العطاء
وتعلم الوفاء كيف يكون الوفاء
إليك أُمي أهدي هذه الرسالة
وشتان بين رسالة ورسالة
جزاك الله خيراً.. وأمد في عمرك بالصالحات
فأنت زهرة الحياة ونورها

الشكر والتقدير

أتقدم بخالص الشكر إلى من تعجز كلمات الشكر والتقدير للوفاء بحقها، إلى
أستاذتي الفاضلة د. جهان العمران التي أبهرتني برعايتها وتوجيهاتها السديدة غير
المحدودة، دون قيد للمكان والزمان.

كما أتقدم بالشكر لاساتذة قسم علم النفس بجامعة البحرين لما بذلوه معي ومع
زملائي فلولا الاعداد النظري الممتد خلال السنوات الماضية لما رأى هذا العمل النور،
وأخص بالشكر الدكتور أحمد سعد والدكتور توفيق عبدالمنعم للجهد المبذول من خلال
توجيهي خلال مراحل اعداد هذه الرسالة.

اتقدم بالشكر والعرفان والامتنان لمن ساندوني ودعموني خلال رحلتي في طلب
العلم ولن أنسى فضلهم بعد الله.....
أختي ايمان، وابنائي هيا، منيرة، لولوة، سارة، عايشة، عبدالله وجاسم.

٢٥	٧. الرضا عن الفرص الابداعية
٢٦	٨. الشعور بالتفاؤل
٢٧	الرضا عن الحياة وعلاقته بالمتغيرات الديمغرافية
٢٧	١. الرضا عن الحياة والعمر
٢٨	٢. الرضا عن الحياة والحالة الاجتماعية
٢٩	٣. الرضا عن الحياة و المستوى التعليمي
٣٠	الرضا عن الحياة لدى المرأة العاملة
٣٠	المحور الثاني ، المساندة الاجتماعية
٣١	مفهوم المساندة الاجتماعية
٣٢	نظريات المساندة الاجتماعية
٣٢	١. النظرية البنائية
٣٣	٢. النظرية الوظيفية
٣٣	٣. النظرية الكلية
٣٤	مصادر المساندة الاجتماعية
٣٥	١. مساندة أفراد الأسرة
٣٥	٢. مساندة الصديقات
٣٦	٣. مساندة زملاء العمل
٣٧	٤. مساندة مؤسسات المجتمع
٣٨	الدراسات السابقة
٣٨	١. الدراسات السابقة المتعلقة بالرضا عن الحياة وعلاقته بالمتغيرات الديمغرافية
٤٥	٢. الدراسات السابقة المتعلقة بالعلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية
٥٠	الفصل الثالث ، الطريقة و الإجراءات :
٥١	منهج الدراسة
٥١	مجتمع وعينة الدراسة
٥٧	أدوات الدراسة
٥٧	١. مقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة
٦٢	٢. مقياس المساندة الاجتماعية لدى المرأة البحرينية العاملة
٦٧	الفصل الرابع ، نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات
٦٨	نتائج الفرض الأول وتفسيره

٨١	نتائج الفرض الثاني وتفسيره
٨٤	نتائج الفرض الثالث وتفسيره
٨٧	توصيات الدراسة
٨٧	الدراسات المقترحة
٨٨	قائمة المراجع
	١. المراجع العربية
	٢. المراجع الاجنبية
٩٧	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	رقم وعنوان الجدول
٥٢	١. توزيع عينة الدراسة حسب سجلات القيد
٥٣	٢. عدد ونسبة توزيع الموظفين والموظفات البحرينيين في الوزارات الاربع
٥٤	٣. عدد نسخ المقاييس الموزعة والمستردة والمقبولة
٥٤	٤. تقسيم عينة الدراسة حسب الفئات العمرية
٥٥	٥. وصف عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية
٥٦	٦. وصف عينة الدراسة من حيث المستوى التعليمي
٥٧	٧. وصف ابعاد مقياس الرضا عن الحياة وتوزيع العبارات على الابعاد
٦٠	٨. معاملات ارتباط أبعاد مقياس الرضا عن الحياة بالدرجة الكلية
٦١	٩. معاملات ثبات مقياس الرضا عن الحياة (ألفا كرونباخ)
٦٢	١٠. وصف ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية وتوزيع العبارات على الابعاد
٦٤	١١. معاملات ارتباط أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية بالدرجة الكلية
٦٥	١٢. معاملات ثبات مقياس المساندة الاجتماعية (ألفا كرونباخ)
٦٨	١٣. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والابعاد الفرعية) حسب الفئات العمرية
٧٠	١٤. قيمة ف ودلالاتها الاحصائية في تحليل التباين الاحادي بين افراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الفئات العمرية
٧١	١٥. نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الذات
٧٢	١٦. نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الحالة الصحية
٧٣	١٧. نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الفرص الابداعية
٧٤	١٨. المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والابعاد الفرعية) حسب الحالة الاجتماعية
٧٦	١٩. قيمة ف ودلالاتها الاحصائية في تحليل التباين الاحادي بين افراد العينة

	على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الحالة الاجتماعية
٧٧	٢٠. نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الحالة الاجتماعية على بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية
٧٨	٢١. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلّي والأبعاد الفرعية) حسب المستوى التعليمي
٨٠	٢٢. قيمة ف ودلالاتها الاحصائية في تحليل التباين الاحادي بين افراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب المستوى التعليمي
٨٢	٢٣. معاملات الارتباط بين أبعاد الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية
٨٥	٢٤. تحليل الانحدار المتعدد لقياس القوة التنبؤية للمتغيرات المستقلة (المتغيرات الديمغرافية) ومصادر المساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة

فهرس الاشكال

الصفحة	رقم وعنوان الشكل
٥٢	١. توزيع عينة الدراسة حسب سجلات القيد
٥٥	٢. يوضح نسبة نسب توزيع أفراد العينة حسب الفئات العمرية
٥٦	٣. تقسيم أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية
٥٦	٤. توزيع افراد العينة حسب المستوى التعليمي

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى بحث علاقة الرضا عن الحياة بالمساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية المتمثلة في (الحالة الاجتماعية، الفئة العمرية، المستوى التعليمي) لدى المرأة البحرينية العاملة. تكونت عينة الدراسة من ٣٢١ امرأة بحرينية عاملة، طُبق عليها مقياسين من إعداد الباحثة (مقياس الرضا عن الحياة ومقياس المساندة الاجتماعية). خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات افراد العينة في الرضا عن الذات تعزى لاختلاف الفئة العمرية. وتبين ان دلالة الفروق تعود إلى الفرق بين الفئتين العمريتين (٣٠ فأقل) و(٤٥ فأكثر) لصالح الفئة الأكبر سناً، وبين الفئتين العمريتين (٣١-٤٤) و(٤٥ فأكثر) لصالح الفئة الأكبر سناً

وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في الرضا عن الحالة الصحية تعزى لاختلاف الفئة العمرية. وتبين ان دلالة الفروق تعود إلى الفرق بين الفئتين العمريتين (٣٠ فأقل) و(٣١-٤٤) لصالح الفئة الأصغر سناً.

وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات افراد العينة في الرضا عن الفرص الإبداعية تعزى لاختلاف الفئة العمرية. وتبين ان دلالة الفروق تعود إلى الفرق بين الفئتين العمريتين (٣٠ فأقل) و(٣١-٤٤) لصالح الفئة الأصغر سناً.

وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات افراد العينة في الرضا عن العلاقات الاجتماعية تعزى لاختلاف الحالة الاجتماعية. وتبين ان الدلالة تعود إلى الفرق بين العازبات والمطلقات لصالح العازبات.

عدم وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة من النساء البحرينيات العاملات على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تعزى لاختلاف المستوى التعليمي.

وجود ارتباط ايجابي دال إحصائياً بين جميع متغيرات الرضا عن الحياة (البعد العام والابعاد الفرعية) وجميع مصادر المساندة الاجتماعية (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) باستثناء العلاقة بين بعد الرضا عن الوظيفة ومساندة زملاء العمل.

تبين ان متغيرات الدراسة التي كانت قادرة على التنبؤ بمستوى الرضا عن الحياة لأفراد العينة هي: مساندة أفراد الاسرة، ومساندة الصديقات، ومساندة مؤسسات المجتمع ومساندة زملاء/ زميلات العمل.

الفصل الأول

مدخل الدراسة

الفصل الاول

مدخل الدراسة

مقدمة

"أن استمرار حركة التنمية ستكون مرهونة دوماً بمشاركة المرأة
"الكاملة" في الحياة العامة، وهذا لن يتحقق ما لم تحصل المرأة على
جميع حقوقها لتتمكن بدورها من زرع الأمان ومكافحة الفقر
والمرض والجوع ومظاهر التخلف متى وجدت حولها."

صاحبة السمو الملكي الأميرة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة

مما لا شك فيه ان التحولات السياسية والاجتماعية قد أثرت على مكانة المرأة البحرينية
عموماً، والمرأة العاملة بشكل خاص، وعملت على تعزيز ثقافتها بنفسها، وشعورها بالرضا عن
الحياة عموماً.

لقد اهتم الكتاب والباحثون بقضايا وشؤون المرأة العاملة خلال القرنين الأخيرين إلا أن
هذا الموضوع ذو جذور تمتد أعماق من تاريخ الاهتمام العلمي به في الوقت الراهن، حيث اهتم
الإسلام بحقوق المرأة وأدوارها المتعددة للمشاركة في تنمية المجتمع الاسلامي، حيث لم يقتصر
دورها بصفقتها إمتداداً للرجل كونها أمه أو زوجته أو أخته، بل كان لها دورها الفعال في صناعة
تاريخ الدولة الاسلامية، فلن ينسى التاريخ دور أمهات المؤمنين في نشر العقيدة الإسلامية
وترسيخ تعاليم الدين. فقد كان للسيدة عائشة رضي الله عنها الدور العظيم في حفظ السنة النبوية
الشريفة من خلال روايتها للكثير من الاحاديث النبوية. كما كان للسيدة أم سلمة دوراً تاريخياً في
مواجهة الفتنة بواسطة حكمته ورجاحة عقلها، أما في مجال الجهاد فقد كان للسيدة سمية بنت
الخُبّاط أم عمار بن ياسر موقف لا ينسى أمام بطش أبو جهل حتى أصبحت أول شهيدة في
الاسلام.

لقد كانت البيئة الاسلامية ومازالت أرضاً خصبة لصقل مثل هذه المواهب والقدرات
المتميزة، كما أن الإسلام قد ضمن للمرأة شخصيتها الاقتصادية المستقلة، وحريتها الكاملة في
التصرف بأموالها دون تدخل من زوجها أو والدها. وكان هذا الحق بمثابة دافع للمرأة للانخراط
في مجال العمل بما يتناسب مع قدراتها وإمكاناتها. كما أن الإسلام لم يفرق بين الرجل والمرأة في
الثناء على من يحسن عمله حيث ان للعاملين والعاملات أجراً عظيماً عند الله إذ قال: ﴿مَنْ عَمِلَ

صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنشَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ} (النحل، ٩٧).

وفي منتصف القرن التاسع عشر ظهرت أفكار تدعو إلى أهمية مشاركة المرأة في المجتمع العربي، وأهمية دورها في بنائه وتنميته ونهضته ، حيث تزامن ذلك مع قضية تحديث المجتمع، وكانت البدايات من خلال أفكار طرحها بعض المفكرين المسلمين من خلال كتاباتهم، مثل قاسم أمين الذي دعا إلى تعليم المرأة وإعطائها حقوقها حتى أصبحت هذه الكتابات مصدر إلهام وتحفيز للآخرين، إذا تشكلت إثرها حركات تطالب بحقوق المرأة في التعليم، والمشاركة في جميع مجالات الحياة العملية والسياسية.

وكذلك المفكر الإسلامي رفاة الطهطاوي الذي لم يكتف بتعداد مزايا التعليم في حياة المرأة، بل إنه ذهب أبعد ذلك بروح تفتح أفق تطور واقع المرأة العربية على متغيرات غير مألوفة في النظام الاجتماعي والثقافي السائد في زمنه، زمن ما قبل انفتاح التاريخ العربي الحديث على أفق النهضة العربية، حيث ريد الطهطاوي التربية الجديدة في مدارس البنات المنشأة، والتي تقضي بتعليمهن المعارف والآداب التي تفتح أذهانهن على مجالات المعرفة وآفاقها، بموضوع العمل، ذلك أن التعليم في تصوره يتيح " للمرأة عند اقتضاء الحال أن تتعاطى من الأشغال والأعمال ما يتعاطاه الرجل" فالعمل يصون المرأة عما لا يليق .. وإذا كانت البطالة مذمومة في حق الرجال فهي مذمة عظيمة في حق النساء" (عبد اللطيف، ٢٠٠٥)

أما خلال القرن العشرين فقد أخذت هذه الحركات شكل أكثر تنظيمًا، فقد تأسست العديد من المنظمات والجمعيات النسائية التي كان لها الدور الفعال في انخراط المرأة العربية في مجال العمل ومن ثم ممارسة حقوقها السياسية، أن مشاركة النساء في هذه الحركات الوطنية عضدت من وضع النساء وأضفت على مطالبهم شرعية في المجتمع. في مصر -على سبيل المثال- كان لمشاركة النساء في ثورة 1919 أبلغ الأثر حيث اكتسبت مطالب النساء شرعية وقوة . وتعتبر الفترة ما بين 1920 حتى الخمسينات من أنشط وأغنى الفترات التي كان فيها تحركات نسائية كثيرة ومتنوعة. في 1923 أسست هدى شعراوي الاتحاد النسائي المصري الذي لعب دورا اجتماعيا وسياسيا هاما في التوعية بقضية المرأة وفي المطالبة بحقوقها . في لبنان أيضا، شهدت الفترة ما بين 1920 و 1939 نشاطا مكثفا للنساء، حيث تم تسجيل حوالي 36 جمعية نسائية، ثم تأسس الاتحاد النسائي في سوريا ولبنان عام ١٩٢٤ وتبنى خطابا قوميا عربيا . وفي بلاد المغرب العربي ارتبطت الحركات النسائية بحركات التحرر الوطني، فنشط قسم النساء في حزب الاستقلال وتأسس اتحاد النساء المغربي عام 1944 ، حيث كانت أولوية العمل تتصب على العمل من أجل الاستقلال الوطني . أما في تونس فقد قامت حركة اصلاحية ليبرالية قوية برز

ففيها دور الطاهر حداد التي ربطت بين النهوض بوضع النساء وتحديث الوطن. و أما في الجزائر عام 1958 ، فقد قامت النساء باعتبار تحريرهن جزء من النضال الوطني من أجل الاستقلال (الصدء، ٢٠١٢)

لقد كانت البحرين ولا تزال سباقه في مجال رعاية جميع فئات المجتمع وخصوصا رعاية المرأة وضمان حقوقها ، حيث أن مشاركتها في بناء مجتمعها تمتد إلى ما قبل اكتشاف النفط حيث كانت تتولى إدارة شؤون أسرتها أثناء غياب زوجها في رحلات الغوص، كما كان لها دور أدبي وثقافي في تدريس وتحفيظ القرآن الكريم -المطوعة- دون إغفال إسهامها في المساندة الاقتصادية لأفراد أسرتها من خلال مزاوله الحرف اليدوية مثل صناعة النسيج والخياطة.

أما بعد اكتشاف النفط عام ١٩٣٢ فقد ساعد إنشاء المؤسسات التعليمية على إرتقاء المستوى التعليمي للمرأة البحرينية مما ساعد على فتح آفاق رحبة أمامها للعمل خارج المنزل وبما لا يتعارض مع تعاليمها الإسلامية وتقاليدها الاجتماعية فعملت في مجالي التدريس والتمريض. وبعد التطور الاجتماعي والانفتاح الحضاري الذي شهدته البحرين أكد على أهمية مشاركة المرأة في جميع مجالات الحياة فتولت وظائف جديدة كانت في السابق حكرا على الرجال، حيث أصبحت طبيبة ومحامية وضابطة.

وبعد استقلال البحرين عام ١٩٦١ تأكد دور المرأة البحرينية في مسيرة تنمية المجتمع حيث خطت خطوات واسعة في جميع مجالات الحياة السياسية والاقتصادية والاجتماعية، حيث تم أدماج المرأة في مجال العمل منذ أن حصلت على الشهادات العلمية التي تؤهلها لشغل تلك الوظائف. وكانت البداية منذ ثلاثينات القرن الماضي وذلك بالعمل في مجالي التمريض والتدريس ولم تأتي الستينات إلا والمرأة البحرينية منخرطة في جميع الوظائف، حيث عملت طبيبة وبيطرية وصيدلانية، وإدارية وهندسية (المجلس الاعلى للمرأة، ٢٠٠٥).

ويعتبر تولي جلالة الملك حمد بن عيسى آل خليفة مقاليد الحكم عام ١٩٩٩م نقلة نوعية في مجال تمكين المرأة في شتى مناحي الحياة، بالإضافة إلى أن المستوى التعليمي والوظيفي العالي الذي وصلت إليه المرأة البحرينية كان له الدور الفعال بأن تمارس حقوقها السياسية في ظل المشروع الاصلاحى لجلالة الملك منذ عام ٢٠٠١م وأصبح لها الحق في الترشح والانتخابات البرلمانية، وتقلدت مناصب سياسية عديدة على المستويين المحلي والعالمي اعتلت المرأة مناصب رفيعة فأصبحت وزيرة وسفيرة وقاضية ورئيسة جامعة. وعلى المستوى الدولي تم انتخاب المرأة البحرينية رئيسة للجمعية العامة للأمم المتحدة، بدءًا من دورة سبتمبر ٢٠٠٦،

لتصبح بذلك ثالث امرأة تتولى هذا المنصب في تاريخ الأمم المتحدة.. كما أصبحت المرأة عضوة في المجالس البلدية ومجلسي الشورى والنيابي (المرأة الخليجية وحصاد عام ٢٠٠٦)

إن جميع هذه المناصب الهامة التي تقلدتها المرأة البحرينية لدليل قاطع على مدى كفاءتها وجدارتها، ومشاركتها في تنمية مجتمعاتها. كما أن ارتفاع نسبة القوى العاملة النسائية لدليل على زيادة مشاركة المرأة ليس فقط على مستوى المناصب العليا بل على جميع المستويات بشكل عام. تشير الإحصائيات إلى ازدياد تقديرات القوى العاملة للمرأة البحرينية خلال العقد الماضي فقد كانت (٣١٠٠٠) في عام ٢٠٠٠م وأزدادت إلى (٤٤٢٠٠) عام ٢٠٠٦م (موقع الجهاز المركزي للمعلومات).

يعتبر المجلس الأعلى للمرأة منذ تأسيسه عام ٢٠٠١م برئاسة صاحبة السمو الملكي الشيخة سبيكة بنت إبراهيم آل خليفة قرينة جلالة ملك مملكة البحرين من المؤسسات الرسمية التي استطاعت وضع الاستراتيجية وطنية للنهوض بالمرأة البحرينية وذلك بفضل الشراكة والتعاون والفاعل وتضافر جهود جميع المؤسسات الرسمية ومؤسسات المجتمع المدني المعنية بشئون المرأة. واشتملت على سبعة محاور رئيسية وهي: المرأة وصنع القرار - التعليم والتدريب - الصحة - الاستقرار الأسري - البيئة - التمكين الاقتصادي - والمجتمع المدني، بقيم واضحة تقوم على العدل والمساواة في التعامل، والشفافية والوضوح في الغايات، والمصادقية في الأهداف، والتعاون والشراكة، والدقة في الأداء والكفاءة والفاعلية في التنفيذ، بالإضافة إلى الإبداع في العمل. وقد اعتمد المجلس الأعلى للمرأة رسمياً هذه الخطة في (٦ فبراير ٢٠٠٧م) واعتبرت الوثيقة الأساسية لعمل المجلس.

ثم انطلق المجلس بتنفيذ محاور الخطة الوطنية لتنفيذ استراتيجية النهوض بالمرأة البحرينية واتخاذ الآليات المناسبة لتنفيذ ذلك بتوقيع مذكرات تفاهم واتفاقات تعاون مع كافة الوزارات والمؤسسات الرسمية المعنية بالتنفيذ، استطاع المجلس من خلاله تحديد أولويات عمله من محاور الخطة وتحقيق ما أمكن من برامج ومشاريع أجل دعم وتمكين المرأة البحرينية (موقع المجلس الأعلى للمرأة).

إن الشعور بالرضا عن الحياة من إفرازات علم النفس الايجابي هو أقصى ما يطمح إليه الإنسان العاقل الراشد ؛ وذلك بهدف النظر إلى الحياة بمنظور ايجابي، والتركيز على الجانب المضيء فيها، وتحويل التحديات إلى خبرات ايجابية يستفاد منها من أجل النمو الشخصي لتجنب

الإحباطات والصراعات النفسية، والقلق الذي قد ينتابه نتيجة هذه التحديات التي تنغص على الإنسان سعادته

والرضا عن الحياة هو الدرجة التي يحكم فيها الشخص إيجابيا على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، كما تعني حب الشخص للحياة التي يحيها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها ككل. ومن مظاهر الرضا عن الحياة: السعادة، العلاقات الاجتماعية، الطمأنينة، الاستقرار الاجتماعي، والتقدير الاجتماعي؛ لأن من يشعر بهذه الأشياء ويعمل على تحقيقها، وإشباع رغبته منها يكون راضيا عن حياته بصورة إيجابية، حيث إن "السعادة هدف للأفراد برغم تباين إدراك ما يجلب للفرد السعادة" وكذلك العلاقات الاجتماعية بإعتبارها من أهم مصادر الدعم الاجتماعي، والحماية من تأثير الضغوطات، بحيث تشكل للفرد درعا واقيا من الانحرافات والعزلة؛ مما تجعله يعيش مطمئنا، هادئ النفس، كما تساعده على أن يكون شخصا فعالا في المجتمع؛ لينال تقديره وإعجابه واحترامه؛ لأننا اليوم نعيش في عصر يتميز بتغيرات ثقافية، اجتماعية، اقتصادية، وسياسة متباينة، أدت إلى تعقيد أساليب التوافق والرضا عن الحياة؛ وذلك لما يتميز به هذا العصر من سمات: كالضغط والتوتر، والتعصب؛ نتيجة لذلك أصبح الفرد فريسة لدروب شتى كالأضطرابات والانفعالات الشخصية، مما تدفعه إلى الانطواء والعزلة؛ فالشعور بالوحدة النفسية، ومن ثم الانتقال إلى الوحدة النفسية، لتصبح نقطة البداية لإصابة الفرد بالعديد من المشكلات التي يمكن أن يعاني ويشكو منها الفرد " ويتصدرها الشعور الذاتي بعدم السعادة والتشاؤم، فضلا عن الإحساس القهري بالعجز؛ نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي (علوان، ٢٠٠٨)

ومما لا شك فيه ان التحديات التي تواجه المرأة البحرينية تجعل من المساندة الاجتماعية في غاية الأهمية بالنسبة للمرأة من قبل المحيطين بالمرأة العاملة لمواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن تعدد أدوارها، مما يساعدها على تحقيق التوازن بين المتطلبات التي تفرضها عليها أدوارها الاجتماعية داخل البيت وخارجه بما يعود بالإيجاب على شعورها بالرضا عن الحياة

ولقد دلت الدراسات على وجود فروق في درجات الرضا عن الحياة بين الافراد في الثقافات الفردية (Individualist Cultures). التي يعتبر الأفراد فيها وحدة مستقلة تركز على الحريات الفردية، والعدالة، والثقة بالنفس، وتتوافر فيها أساليب الحياة الكريمة، حيث يقيم الأفراد الرضا عن الحياة بناء على المشاعر والأحتياجات الفردية مقارنة بالافراد في الثقافات الجمعية Collectivist Cultures، حيث يعتمدون على الدعم الاجتماعي في تحقيق أهدافهم، أي يسعون إلى تحقيقها ضمن الجماعة، أو كجزء من الخلية، أو التركيبة الاجتماعية، حيث يأخذ الأفراد القيم والمعايير الاجتماعية وسعادة العائلة بعين الاعتبار حين يقومون بتقييم درجة الرضا

عن الحياة. وتشير بعض الدراسات أن العلاقات الاجتماعية أكثر أهمية من الجوانب المادية من أجل الشعور بالرضا عن الحياة في تلك الثقافات (أبوتركي، ٢٠٠٨).

ويعتبر مجتمعنا البحريني بحكم ما تدعو له تعاليم ديننا الاسلامي والعادات والتقاليد من المجتمعات ذات الثقافات الجمعية، التي تولي اهتماما بالمساندة الاجتماعية من خلال التكافل الاجتماعي في جميع مناحي الحياة، مما يساهم في شعور المرأة العاملة بالرضا عن الحياة.

وهذا هو محور اهتمام الدراسة الحالية للكشف عن مدى توافر هذه المساندة الاجتماعية بجميع مصادرها للمرأة البحرينية العاملة وعلاقة ذلك في تحقيق الرضا عن الحياة، من أجل دعم مسيرة المرأة العاملة لتقوم بدورها في تنمية المجتمع.

مشكلة البحث

أن مفهوم الرضا عن الحياة حديث نسبيا لارتباطه بعلم النفس الايجابي الذي يؤكد على الجانب الايجابي بدلا من السلبي من التحديات التي تواجه الفرد في الحياة، وخاصة فيما يتعلق بالمرأة البحرينية العاملة وتمكينها وزيادة نسبة ومشاركتها في تنمية مجتمعها عن طريق انخراطها في سوق العمل، الذي ساهم في تعزيز مكانتها في المجتمع، وزيادة ثقتها بنفسها وقدراتها، مما يؤثر ايجابا على الشعور بالرضا عن الحياة، فقد بين ملكوش ان من الجوانب الهامة للشعور بالرضا عن الحياة جوانب الحياة الصحية، والراحة المادية، والعلاقات الحميمة، والاطفال والأسرة والصداقة والمجتمع والدراسة وتنمية وفهم الذات والعمل، ووسائل الاعلام والاستجمام والدين. (في: عادل، ٢٠٠٣)

ولقد أصبح دخول المرأة ميدان العمل مثار جدل الباحثين، حيث تفاوتت آراؤهم بين مؤيد ومعارض لعمل المرأة، وعكست دراساتهم هذه الآراء فبينت بعض الدراسات الاثار الايجابية لعمل المرأة بينما بينت دراسات أخرى الاثار السلبية له.

فعلى سبيل المثال بينت دراسة لينون وروزينفيلد (Lennon & Rosenfield, 1992) التي بينت ان المرأة العاملة تعاني من أعراض مرضية بدرجة أقل من المرأة غير العاملة. وكذلك بينت نتائج دراسة لينون (Lennon, Women, 1994) أن عمل المرأة يلعب دورا كبيرا في زيادة إحساسها بالهناء الشخصي. لأنها تستفيد من كون عملها غير روتيني مقارنة بعملها داخل البيت، وأقل تعرضا للمشتتات الخارجية، وأقل احتياجا لبذل جهدا جسميا من عملها داخل البيت. كما بينت إحدى الدراسات أن عمل المرأة يساهم في تحسين دخل الأسرة ورفع مستواها الاقتصادي وزيادة تقدير المرأة لذاتها وتقدير زوجها لها، وأكسابها الراحة النفسية، والقدرة على

حل المشكلات الأسرية وتحسين علاقتها بزوجها والآخرين، وجعلها شريكة للزوج في اتخاذ القرارات (المعمري، ٢٠٠٥)

إلا أنه على النقيض من ذلك نرى العديد من الدراسات التي تبين الآثار السلبية لعمل المرأة ، ومن أهمها تعدد الأدوار والمسئوليات فأصبحت هي الأم المسؤولة عن تربية أبنائها ورعاية أسرتها، والزوجة التي عليها ان تقوم بواجباتها إزاء زوجها ، والموظفة التي يتوقع منها أن تلتزم بمسئولياتها تجاه عملها. ومن هنا أصبح لزاما عليها التوفيق بين واجباتها نحو الأسرة وعملها، وإلا تعرضت للعديد من الضغوط النفسية مما يؤثر سلبا على صحتها الجسمية والنفسية (المعمري، ٢٠٠٥) ، (Afifi & Krouse, 2007)

و يبرز هنا دور المساندة الاجتماعية للمرأة العاملة الذي يعتبر بمثابة طوق النجاة لها يساعد لها في خضم معركتها مع أدوارها المتعددة حتى لا تسبب لها خلا في توافقها مع ذاتها ومع البيئة المحيطة بها وتعزز قدرتها في مواكبة التقدم على مستوى حياتها الشخصية والوظيفية مما يؤثر ايجابا على شعورها بالرضا عن الحياة، وبالتالي علاقاتها الشخصية وجودة انتاجيتها في العمل.

كما أن الدراسات تشير إلى أن هناك فروقا بين النساء العاملات ومستوى الرضا عن الحياة لديهن حسب الفئة العمرية، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، فالمرأة صغيرة السن تختلف عن المرأة الأكثر تقدما في العمر في رضاها عن الحياة، وكذلك فإن العزباء تختلف عن المتزوجات أو الفئات الأخرى من النساء، فقد ترى المتزوجة الرضا عن الحياة في ارتفاع مستوى الدخل، أو مساندة زوجها لها ، بينما ترى العزباء أن هذا الرضا يرتبط بمدى مساندة الأهل، أو في الفرص الإبداعية التي تتيح لها ان تحقق ذاتها وتختلف النساء في مستوى الرضا عن الحياة، فهناك فروقات كبيرة بين النساء فهناك فرق بين نظرة المرأة المتعلمة عن نفسها ونظرة غير المتعلمة، وكذلك هناك فرق بين نظرة كل من المرأة العاملة و ربة البيت عن نفسها. وهناك فرق بين نظرة كل من المرأة في الحضر والمرأة في الريف عن نفسها. وعموماً فإن نظرة المرأة عن نفسها تتوقف على تنشئتها داخل الأسرة(عمارة، ٢٠٠٠). كما أكدته دراسة (السبيعي، ٢٠٠٧) بأن كلما تقدم عمر المرأة كلما زادت درجة السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل.

ولقد رأت الباحثة ان تسبر أغوار موضوع الرضا عن الحياة بالنسبة للمرأة البحرينية العاملة نظرا لحدائث الموضوع، وندرة الدراسات التي أجريت عليه في المجتمع العربي عموما، والمجتمع البحريني بشكل خاص.

لذا تتحدد مشكلة الدراسة الحالية بالإجابة عن الأسئلة التالية:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات أفراد العينة من النساء البحرينيات العاملات على مقياس الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) تعزى لاختلاف المتغيرات الديمغرافية: (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي)؟
٢. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) ؟
٣. هل يمكن التنبؤ بمتغير الرضا عن الحياة من خلال المتغيرات الديمغرافية (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي) ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة ؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى مايلي:

- الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من النساء البحرينيات العاملات على مقياس الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) تعزى لاختلاف المتغيرات الديمغرافية: (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي)
- التعرف إلى العلاقة بين متغير الرضا عن الحياة -البعد الكلي والأبعاد الفرعية- ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية)
- امكانية التنبؤ بمتغير بالرضا عن الحياة من خلال المتغيرات الديمغرافية (العمر- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي) ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث فيما يلي:

الأهمية النظرية:

- تبرز أهمية هذه الدراسة في كونها الأولى التي تجرى بمملكة البحرين - في حدود علم الباحثة- وتتناول دراسة الرضا عن الحياة وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية.

- نظراً لأن مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم التي تنتمي إلى مجال علم النفس الايجابي، وهو من المجالات الحديثة في علم النفس، وأن الدراسات التي تنتمي إلى هذا المجال محدودة فأن هذه الدراسة يمكن أن تمثل إضافة للمكتبة العربية في هذا المجال.

الأهمية العملية (التطبيقية):

- توفر الدراسة أداتين أحدهما لقياس الرضا عن الحياة والاخرى لقياس المساندة الاجتماعية وهي أدوات تم تقنينها في البيئة البحرينية.
- تحدد الدراسة الحالية بعض العوامل التي قد تسهم في دعم الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة مما يساعد صانعي ومتخذي القرار على وضع الاستراتيجيات التي تدعم تنمية هذه العوامل لضمان زيادة إنتاجية المرأة البحرينية في مجال العمل وفي مجال حياتها الشخصية.

حدود الدراسة:

تحدد نتائج الدراسة بمايلي:

حدود الدراسة:

تحدد نتائج الدراسة بمايلي:

الحدود البشرية: اقتصرت الدراسة على عينة عددها (٣٢١) تم اختيارها عشوائيا من مجتمع الدراسة وتتكون من "النساء البحرينيات العاملات" .

الحدود المكانية: تم تحديد النطاق الجغرافي الذي أجريت به الدراسة وهو مملكة البحرين.

الحدود الزمنية: تحددت الحدود الزمنية بفترة إجراء جزء التطبيق الميداني منها ، خلال الفصل الدراسي الاول من السنة الدراسية (٢٠١٢-٢٠١٣).

الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى المرأة البحرينية العاملة.. كما تحددت بالأدوات التي تم استخدامها فيها، وخصائصها السيكمترية (الصدق والثبات).

وبناء على ماسبق فإن صلاحية الدراسة وإمكانية تعميمها يرتبط بالحدود السابقة، كما أن استخدام نتائج الدراسة خارج حدودها يجب أن يؤخذ بحذر.

مصطلحات البحث:

الرضا عن الحياة Life Satisfaction:

الرضا في الاصطلاح: هو سرور القلب بمُرّ القضاء. وقيل: الرضا ارتفاع الجزع في أي حكم كان وقيل استقبال الأحكام بفرح. (سليمان، ٢٠١٠)

اختلفت آراء الخبراء والمهتمين حول مفهوم الرضا عن الحياة باختلاف مجال تخصصاتهم واهتماماتهم. وتكمن المشكلة ضمن إطار إيجاد تعريف محدد للمفهوم في انه تكوين فرضي Hypothetical Construct وليس شيئاً ملموساً واضح المعالم يمكن قياسه، فغالبا ما يستدل على وجود الرضا من خلال استجابات سلوكية معينة كما هو الحال في التعرف على الذكاء أو مفهوم الذات أو نمط معين من الشخصية وغيرها من التكوينات الفرضية التي نستخدمها في العلوم السلوكية. (أبو تركي، ٢٠٠٨)

كما عرفت عزة مبروك الرضا عن الحياة بأنه تقييم معرفي ذاتي Self-Cognitive Evaluation في ضوء ما يدركه الشخص من رضا عن ذاته وتقبلها، قناعاته بما يحققه من إنجازات، وشعوره بالأمن والطمأنينة والانسجام مع الواقع. (مبروك، ٢٠٠٧)

وجاءت جمعية علم النفس الأمريكية بتعريفها لمفهوم الرضا عن الحياة بأنه المستوى الذي يجد عنده الشخص حياته مترفة، ذات مغزى، كاملة وعالية الجودة. وقد وضعت العديد من المقاييس الموحدة لتوفير مؤشر للرضا عن الحياة لدى الشخص ومقارنته بالمجموعات المختلفة. غالبا يكون تحسين مستوى الرضا عن الحياة لتحقيق أهداف علاجية وخصوصا لدى كبار السن. (VandenBos, 2007)

ويُعرف في الدراسة الحالية بأنه تقييم معرفي لمدى تقبل الفرد لذاته ودرجة توافقه مع البيئة المادية والاجتماعية المحيطة به ونظراته المتفائلة للمستقبل. كما يعرف أجراءيا بأنه الدرجة التي تحصل عليها أفراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة، كما تحدد من خلال:

- تقبل المرأة البحرينية العاملة لذاتها.
- توافق المرأة البحرينية العاملة مع المحيطين بها.
- تقبل المرأة البحرينية العاملة لوضعها الصحي، السياسي، المادي، والوظيفي.
- اقتناع المرأة البحرينية العاملة بالفرص الابداعية المتاحة لها.
- شعور المرأة البحرينية العاملة بالتفاؤل والاستبشار.

المساندة الاجتماعية Social Support :

عرفها شعبان جاب الله بأنها مقدار ما يتلقاه الفرد من دعم وجداني ومعرفي وسلوكي من خلال الآخرين في بيئته الاجتماعية عندما يخبر أحداثاً أو مواقف يمكن أن تثير المشقة لديه. (جاب الله، ٢٠٠٠).

كما عرفت الجمعية علم النفس الأمريكية **American Psychological Association (APA)** بأنها تقديم المساعدة أو الراحة للآخرين، من أجل مساعدتهم على التكيف مع مختلف الضغوط البيولوجية والنفسية والاجتماعية. وقد تنشأ المساندة عن أي علاقة بين الأشخاص في شبكة الافراد الاجتماعية من خلال إشراك أعضاء الاسرة والاصدقاء والجيران والمؤسسات الدينية، والزملاء، ومقدمي الرعاية، أو مجموعات الدعم. قد تقدم المساعدات الفعلية من خلال الاعمال أو المال، أو من خلال تقديم المساعدة المعلوماتية (مثل: المشورة والتوجيه) وذلك هو أبسط أشكال تقديم من المساندة الاجتماعية. كما أن المساعدة النفسية توفر للفرد الشعور بقيمته والتقبل والتفهم. لقد ثبت بشكل عام أن المساندة لها آثار مادية ونفسية ايجابية، ولا سيما في مجال الحماية ضد الآثار الضارة للإجهاد. (VandenBos, 2007)، وتتضمن المساندة الاجتماعية عنصرين أساسيين هما: إدراك الفرد لوجود آخرين حوله يمكنه اللجوء لهم عند الحاجة، ورضاه عن مستوى الدعم المقدم منهم (جان، ٢٠٠٨).

وتُعرف في الدراسة الحالية بأنه حكم ذاتي من قبل المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل أفراد أسرتها، وصديقاتها، وزملاء العمل، ومؤسسات المجتمع.

كما تعرف أجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية، كما تحدد من خلال:

- كفاية المساعدات المادية والمساندة النفسية والمشورة والنصح المقدمة للمرأة البحرينية العاملة من قبل أفراد أسرتها.
- كفاية المساعدات المادية والمساندة النفسية والمشورة والنصح المقدمة للمرأة البحرينية العاملة من قبل صديقاتها.
- تقديم زملاء/ زميلات العمل للمشاركة المعنوية والمساندة النفسية والمشورة والتوجيه في الامور المتعلقة بالعمل للمرأة البحرينية العاملة.
- توفير مؤسسات المجتمع للخدمات المادية والمساندة النفسية والمعلوماتية من خلال تقديم المشورة والتوجيه في الشؤون الدينية والقانونية.

- تساعد المساندة الاجتماعية المقدمة من المصادر المختلفة للمرأة البحرينية العاملة على التكيف مع ضغوط الحياة المختلفة.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

سيتم من خلال هذا الفصل عرض ما يرتبط بمتغير الرضا عن الحياة من مفاهيم ونظريات وأبعاد ومتغيرات، بالإضافة إلى عرض ما يرتبط بمتغير المساندة الاجتماعية من مفاهيم ونظريات ومصادر. كما يتضمن هذا الفصل الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة.

الإطار النظري

يتناول هذا القسم الإطار النظري لكل من الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية من عدة محاور كالتالي:

الرضا عن الحياة

بعد الحرب العالمية الثانية كرس علماء النفس جهوداً كبيرة لتخليص الأفراد من الآثار السلبية لصدمة الحرب، و أهتم علماء النفس في ذلك الوقت بعلاج الضرر والأذى النفسي الذي لحق بالأفراد، وأقتصر أهتمامهم على الكشف عن الأمراض النفسية وأسبابها غير مهتمين بفكرة الإنجاز الفردي وازدهار ونمو الجماعة. وأهمل علماء النفس أيضاً فكرة إن بناء جوانب القوة في الشخص هي سلاح فعال في العلاج. لذا هدف علم النفس الايجابي Positive Psychology إلى تحفيز التغيير في علم النفس من مجرد الإنشغال بتعديل الأفكار وعلاج الحالات المرضية إلى بناء حياة أفضل للإنسان، حيث ركزت أهتمامات علم النفس الايجابي على المستوى الفردي بالرفاهية والرضا (بناء على التجارب الماضية)، والفرح والملاذات الحسية والسعادة (بناء على الوضع الحالي)، وإدراك الفرد للمستقبل من خلال التفاؤل والأمل. كما أهتم علم النفس الإيجابي على المستوى الجمعي بفضائل المدنية والمؤسسات التي تحرك الأفراد نحو تحسين المواطنة من خلال المسؤولية والإيثار والتمدن والإعتدال والتسامح (Seligman, 2002).

إن مفهوم الرضا عن الحياة هو أحد المؤشرات أو الدلالات للصحة النفسية الذي أهتمت به الدراسات أهتماماً كبيراً ويعود بدء استخدام هذا المفهوم إلى الثلاثينات من القرن العشرين، وهناك العديد من جوانب الحياة التي لها تأثير على رضا الناس الذاتي عن حياتهم والتي تسهم في زيادة مشاعرهم عن رضاهم عن حياتهم وتشمل هذه الجوانب: الصحة، الراحة المادية، العلاقات

الحميمة، الأطفال، الأسرة، الصداقة، المجتمع، الدراسة، تنمية وفهم الذات، العمل، وسائل الأستجمام، الدين، الإبداع والتعبير الذاتي. رياض ملكوش في (أبوتركي، ٢٠٠٨)

لقد ربط العديد من الباحثين بين الرضا عن الحياة والسعادة حيث أكدوا "الطيب والبهاص" بأن الرضا عن الحياة عامل مهم من عوامل السعادة، بل أنه السعادة ذاتها، ويعتبر مفهوم الرضا عن الحياة من المفاهيم الأساسية التي حظيت بأهتمام كبير من قبل الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية، وذلك نتيجة اعتبارهم الرضا عن الحياة من المؤشرات الأساسية للتكيف والصحة النفسية السليمة، أما الشعور بعدم الرضا عن الحياة فيعتبر واحداً من المشكلات المهمة في حياة الفرد، حيث تعتبر هذه المشكلة بمثابة نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يعانيها ويشكو منها (الطيب و البهاص، ٢٠٠٩).

والرضا عن الحياة أحد مكونات الهناء الشخصي، ويعرف الرضا عن الحياة بأنه "التقدير الذي يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتماداً على حكمه الشخصي". والجوانب الأساسية في هذا التعريف كما يلي:

١. يعتمد حكم الشخص على تقديره الشخصي وليس كما يحدده غيره.
 ٢. يحدد الفرد بنفسه المعايير التي يقيم على أساسها حكمه على نوعية حياته.
 ٣. ينتمي الحكم على الحياة إلى الجوانب المعرفية للشخصية وليس الوجدانية.
 ٤. يتعلق هذا التقدير أو الحكم بالحياة بشكل شامل وليس بقطاع محدد فيها.
- وتفصيل الجانب الأخير أن الرضا عن الحياة ينقسم إلى جانبين، أولهما يتعلق بالحياة بوجه عام وبشكل شامل، وثانيهما يتعلق بالرضا عن الحياة في قطاعات معينة كالأسرة والمال والأصدقاء، والمهنة وغيرها (عبد الخالق، ٢٠٠٨).

نظريات الرضا عن الحياة:

يعتبر مفهوم الرضا عن الحياة حديثاً نسبياً حيث أنه أحد أهتمامات فرع علم النفس الإيجابي والذي زاد الاهتمام به خلال الربع الأخير من القرن العشرين، ولذا تختلف الآراء النظرية في تفسيرها له، وقد تعددت وجهات النظر في هذا الخصوص، وقد أكتفت الباحثة بعرض ثلاثة نظريات مفسرة لمفهوم الرضا عن الحياة، وهي نظرية التكيف، نظرية المقارنة الاجتماعية ونظرية الطموح والانجاز:

١. نظرية التكيف

وفقاً لنظرية التكيف في الرضا عن الحياة والتي تفسر ظهور أفعال قوية من قبل الأفراد تجاه الأحداث الجديدة ولكن بعد مرور الوقت يرجع الرضا عن الحياة والسعادة إلى مستواهما

العادي نتيجة للتعود على هذه الأحداث (Lucas R. , Clark, Georgellis, & Diener, 2003).

فنتائج الدراسات تشير إلى أن الأفراد من مختلف الأعمار، وبغض النظر عن الجنس، لا يختلفون في الشعور بالسعادة أو الرضا عن الحياة. ويرجعون السبب إلى التكيف أو التأقلم مع الأحداث والمواقف الجديدة (عادل، ٢٠٠٣).

وهذا ما أكدته الدراسة التي قام بها لوكاس بأن التكيف يساعد الأفراد للرجوع إلى المستوى المعتاد للرضا عن الحياة، ولكن هناك فروق فردية كبيرة في مدى تكيف الافراد مع الاحداث الجديدة (Lucas R. , 2007).

من أهم الأدلة التي تساق لدعم هذه النظرية أن مرضى شلل الأطراف الأربعة الذين فقدوا القدرة على استخدام تلك الأطراف يتمتعون بنفس مستوى السعادة الذي يتمتع به الآخرون. ولكن قد يستغرق التكيف بعض الوقت، وتمر فترة من ارتفاع أو انخفاض الشعور بالرضا قبل أن تستقر الحال. وإذا كان الشعور بالرضا يعتمد على زيادة المكافآت فهذا يمكنه ان يفسر سبب سعي الناس عادة إلى الحصول أكثر مما لديهم. وتتمثل طريقة أخرى لزيادة الشعور بالرضا في تعريض الفرد لفترات من الحرمان يتلوها فترات من الأشباع. رغم أنه ليس من الجلي إذا ما كان الشعور العام بالرضا سيرتفع. وتوحي الخبرة العادية بأن الشعور الاساسي بالرضا المستمد من الطعام والجنس وصحبة الآخرين والعمل الشيق لا يتوقف عن الأشباع، لأن هذه المصادر تبقى ثابتة. أن بعض الظروف الموضوعية تؤثر على الشعور بالرضا، حيث أن الأيام المشمسة والأيام الممطرة لها بعض التأثير على الحالة المزاجية وعلى تقديرات الشعور الذاتي بالرضا، ولكن المناخ الممطر والمناخ المشمس لا يؤثران، وربما كان السبب أن الناس يتعودون عليها (أرجايل، ١٩٩٣).

تم اختبار هذه الفكرة من خلال دراسة طويلة قام بها لوكاس وآخرون مدتها ١٥ سنة على ٢٤ ألف شخص من المانيا واعتماد على فروض نظرية التكيف التي تنبأ بأن ردة فعل الأفراد قوية نحو البطالة ولكنها تتراجع إلى المستوى المقبول من الرضا عن الحياة. وبالرغم من ذلك فإن في المتوسط لم يرجع مستوى الرضا عن الحياة لدى الافراد إلى المستوى المقبول حتى بعد إعادة التوظيف، وعلاوة على ذلك وخلافا لتوقعات نظرية التكيف، كانت ردة فعل المشاركين الذين عانوا من البطالة في الماضي أسوء من المشاركين الذين لم يعانون من البطالة في الماضي (Lucas R. , Clark, Georgellis, & Diener, 2004).

تقدم نظرية التكيف بعض التنبؤات المثيرة للأهتمام، والمخالفة للفهم الشائع، لكيف يزداد الشعور بالرضا، ورغم ذلك هناك اعتراض أساسي وربما قاضيا على النظرية، حيث أن بعض

الناس سعداء جداً وبعضهم شديد الأكتئاب، فلماذا إذن لم يحدث التكيف و تختفي الفروق؟ (أرجايل، ١٩٩٣).

تري الباحثة أن طرأت العديد من التغيرات بالمجتمع البحريني ساهمت في المحافظة على حقوق المرأة البحرينية العاملة وبالمقابل فرضت هذه التغيرات واجبات عليها، مما يتطلب منها أن تتكيف مع هذه التغيرات لتحقيق رضاها عن حياتها.

٢. نظرية المقارنة الاجتماعية

تعتمد نظرية المقارنة الاجتماعية على المعايير الموضوعية أو الذاتية التي يتبناها الفرد للحكم على مدى رضاه عن الحياة.

لقد حدد "ايسترلين" نموذجين يتم بواسطتهم تشكيل الاحكام من خلال المقارنة، الأول بمقارنة الاوضاع الحالية بالتجارب الماضية، والنموذج الثاني من خلال المقارنة بتجارب الآخرين. كما أكد ان للدخل المادي دور كبير في تحقيق الرضا عن الحياة حيث أنه يرتبط بجميع مراحل الحياة، وأن الأفراد يكونون راضين عن حياتهم في الوقت الحالي عند مقارنتها بالماضي، كما يتوقعون أن يكون المستقبل أفضل من الماضي (Easterlin, 2001).

وهناك فروق واضحة بين النساء في المقارنات الاجتماعية حسب الحالة الاجتماعية، حيث ان المقارنات الاجتماعية السلبية لدى الارامل أعلى من المطلقات والمتزوجات وخصوصاً مع المستويات الأعلى من مستواه، بينما كن أقل في درجات الرضا عن الحياة. وبالمقابل فإن المقارنات الاجتماعية الايجابية لدى المطلقات أعلى من الارامل والمتزوجات سواء كانت هذه المقارنات مع المستويات الأعلى أو الأدنى من مستواه. (Ben-Zur & Michael, 2009)

كما وجدت علاقة قوية بين الرضا عن الحياة والاحكام التي يصدرها الافراد من خلال المقارنات الاجتماعية، حيث طُلب من ٧٣ طالبة بالمستوى التمهيدي بقسم علم النفس في جامعة وسيكونسن - ميلووكي، كتابة وصفاً ليوم في مدينة ميلووكي الامريكية خلال سنة (١٩٠٠) بناء على تخيلاتهن للحياة في ذلك الوقت. حيث أعطت الطالبات بيانات تركز على "الماضي السعيد" و أخريات أعطين بيانات تركز على "الماضي التعس"، ثم تم قياس شعورهن بالرضا عن الحياة، وقد عبرن المشاركات اللاتي اعطين بيانات عن "الماضي التعس" عن شعور أعلى بالرضا عن الحياة من اللاتي أعطين بيانات عن "الماضي السعيد" (Dermer, Cohen, Jacobsen, & Anderson, 1979).

مما سبق يتضح أن المقارنة الاجتماعية بالآخرين تعتبر من الطبيعة البشرية، ويتحدد بناء عليها رضا الفرد عن حياته، عند مقارنة المرأة البحرينية لنفسها بالأخريات وخصوصاً غير

العاملات من المؤكد بأنها تجد نفسها أكثر رضا عن حياتها لأنها تقوم بواجباتها نحو نفسها والمجتمع وتتمتع بكامل حقوقها التي يكفلها لها القانون.

٣. نظرية الطموح والانجاز

يرى أصحاب هذه النظرية أن الانسان يرضى عن الحياة عندما يحقق طموحاته، وعندما تكون أنجازاته أعماله قريبة من طموحاته، ويدعو أصحاب هذه النظرية إلى تحقيق التوازن بين الطموحات والإمكانات، فإن وضع الانسان لنفسه طموحات يقدر على تحقيقها فإن ذلك يشعره بالكفاءة والجدارة والنجاح، فيرضى عن نفسه ويسعد بحياته (الطيب و البهاص، ٢٠٠٩).

لقد جاءت نظرية أليكس ميكالوس (١٩٨٦) لتحدد نظرية الفروق المتعددة في كيفية وصول المرأة إلى مستوى شخصي من الرضا، حيث تحديد مستوى الرضا من خلال تصور الفرد للأمور "كيف هي؟" مقابل "كيف ينبغي أن تكون؟" والمقارنات بين كيف تسير الأمور وما يريده الفرد، وما يملكه، وما كان يتوقعه، وما يملكه الآخرون، وما يشعر به. حيث يجدر بالفرد الجمع بينها لتحديد مستوى الرضا عن الحياة. ينتج من التناقضات الصغيرة بين هذه المجالات مؤشر إلى عدم رضا الفرد عن حياته. وتذكر بالمثل نظرية جوزيف سيرجي (١٩٩٨) مقارنات عدة ربما تضعها المرأة في الاعتبار عند الحكم على رضاها عن حياتها. من الامور التي يتم المقارنة بينها: التوقعات التي يقدر الفرد على تحقيقها، الظروف الماضية للفرد، المثل العليا للفرد، شعوره بما يستحقه، والاحتياج الأدنى للفرد من الاكتفاء، أن ما يعتقده الفرد في نهاية المطاف من خلال مقارناته سيعمل على تحديد شامل للرضا عن الحياة (Sousa & Lyubomirsky, 2001).

لاحظت الباحثة من خلال تتبعها لتاريخ عمل المرأة بمملكة البحرين الارتفاع السريع في طموح المرأة البحرينية العاملة بناء على التطور في كم ونوع الوظائف والمناصب التي تقلدتها، أن هذه الطموحات تجلت من خلال الانجازات المبهرة التي حققتها المرأة البحرينية العاملة.

مكونات الرضا عن الحياة

أختلفت آراء الباحثين في تحديد مكونات الرضا عن الحياة، وقد تبنت الباحثة مزيجاً من بعض الآراء المختلفة لتحديد مكونات الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية بما يتناسب مع واقع أدوار وواجبات وحقوق المرأة البحرينية العاملة، وقد حددها بثمانية مكونات وهي: الرضا عن الذات، الرضا عن الحالة المادية، الرضا عن العلاقات الاجتماعية، الرضا عن الحالة الصحية، الرضا عن الوظيفة، الرضا عن الحقوق السياسية، الرضا عن الفرص الابداعية والشعور بالتفائل.

الرضا عن الذات

هناك في أعماق النفس وداخل أغوار أنفسنا وكيونوتنا نجد نمطاً محدداً يمثل أساساً متيناً لشخصيتنا، ويخبرنا بمدى قيمتنا: إنه احترام الذات. فإن ركزنا على نقاط القوة في شخصياتنا، أصبح لدينا احترام لذاتنا، وتكون لدينا مفهوم إيجابي عنها، وتولد لدينا شعور بالرضا عن الحياة، أما إن ركزنا على نقاط الضعف، اثر ذلك سلباً على احترامنا لذواتنا، ونجم عنه شعور بعدم الرضا عن الحياة (كويليام، ٢٠٠٨). كما يعتبر الرضا عن الذات اداة تحفيز للنفس البشرية، فهو أهم عامل في الأداء والانتاج. ويعتبر تقدير الذات دائماً حقيقياً لا وهمياً، ويعتقد أنه بمقدار ما ترضى عن نفسك يكون أداؤك نتيجة عملك (تريسي، ١٩٩٨).

كما وضح سعد رياض بعض الصفات النفسية للمرأة العاملة منها أن لدى المرأة العاملة قدراً وفرصة في تحقيق الذات والشعور بأهمية الدور وتعدد المهام يضيف عليها نوعاً من الرضا عن النفس، والبعد عن الملل (رياض، ٢٠٠٤).

وأدى اشتغال المرأة وأستقلالها أقتصادياً إلى تغيير مفهومها لذاتها، أن هذا الأحاساس بالذات القوية وبالأستقلال يجعلها تستطيع أن تكيف حياتها من حيث اختيارها للشريك ومن حيث تحديد أسلوب حياتها بالطريقة التي تفضلها. كما أن العمل يحقق للمرأة إشباعات نفسية اجتماعية تتعلق بالأهمية والمكانة والشعور بالقيمة (عبدالفتاح، ١٩٩٠).

أما على مستوى المرأة البحرينية العاملة فقد وضحت نتائج دراسة بحرينية بأن عدداً كبيراً من الموظفات يعملن بشغف كبير لا لمجرد الحصول على وظيفة تؤمن لهن الاستقرار المادي، بل أن هدف هذه الفئة المتقفة والشابة من العمل هو حبها الشديد للانجاز والسعي لتحقيق الذات وهما العاملان الرئيسيان اللذان تحتاجهما أي مؤسسة للتنمية والانطلاق (الشيخ و نجم، ٢٠٠٥) يتضح من خلال العرض السابق مدى احترام وتقدير المرأة العاملة لذاتها وذلك يرجع لمدى إيمانها بدورها في بناء شخصيتها وأسررتها ومجتمعها مما يؤدي في النهاية إلى رضاها عن ذاتها.

الرضا عن الحالة المادية

يزيد الشعور الذاتي بالسعادة والرضا بدرجة قليلة لدى الأفراد الأكثر غنى أو المنتمين إلى طبقات اجتماعية أعلى في داخل البلد الواحد، ويكون ذلك على وجه خاص فيما يتعلق بالمشاعر الإيجابية، وينخفض هذا التأثير -على الدوام- مع مرور الزمن ومع زيادة التعليم. كما أن هناك من الأدلة ما يشير إلى أن المال يخفف من العناء، كما يمكنه أن يضاعف من الشعور بالبهجة بفضل ما يوفره من إمكانيات للإنفاق على وسائل مكلفة لقضاء وقت الفراغ (أرجايل، ١٩٩٣).

وهذا ما أكدته بعض الدراسات، حيث يتأثر رضا الافراد المتزوجين عن حياتهم بالحالة المادية للأسرة، كما أن كلا الزوجين يشعران بالتحكم في حياتهما الشخصية بفضل المردود المادي للعمل. أما مستوى دخل الزوجة وطبيعة عملها فيرجع إليهما الفروق في مستويات الرضا عن الحياة لدى الزوجان (Baker, Kiger, & Riley, 1996).

أما على المستوى الفردي فكلما أرتفعت الحالة المادية للفرد كان أكثر رضا عن حياته، ولكل زيادة في الحالة المادية بمقدار وحدة واحدة يقابلها زيادة في مستوى الرضا عن الحياة بمقدار ١٢,٧٨ وحدة (الصغير، ٢٠١٢).

أما الرأي الآخر فيؤكد بأن الرضا عن الحالة المادية لا يؤثر على الرضا العام عن الحياة، حيث أظهر أستطلاع الرأي الذي أجرته مؤسسة غالوب ٢٠٠٨ بأن سكان "كوستاريكا" يتمتعون بأعلى مستويات الرضا عن الحياة في العالم بالرغم من أنخفاض دخل الفرد، وذلك لان الرضا عن الحياة لديهم يتحدد من خلال المجالات غير الاقتصادية مثل الأستمتاع بوقت الفراغ والعلاقات الاجتماعية (Rojas & Elizondo-Lara, 2012).

أما على المستوى البحريني فقد خضعت رواتب الموظفين البحرينيين في القطاع الحكومي إلى زيادات خلال شهر أغسطس ٢٠١١، وتعتقد الباحثة بأن هذا الأمر تأثيره على رضا المرأة البحرينية عن حالتها المادية.

الرضا عن العلاقات الاجتماعية

ينبغي أن نحكم على المعاملة الاجتماعية التي يتلقاها الشخص أو التي خبرها الشخص من وجهة نظر الشخص ذاته، لا من وجهة من يصدر الحكم. فقد يبدو لنا أن شخصا يلقي معاملة اجتماعية مناسبة، وعلى الرغم من ذلك نجده لا يستجيب الاستجابة المناسب (عبد الغفار و سلامة). وذلك له علاقة بمدى رضا الفرد عن العلاقة الاجتماعية من خلال حكمه الذاتي.

قد يكون للمنطقة الجغرافية أثرها على رضا الافراد عن العلاقات الاجتماعية وقد يرجع ذلك بشكل مباشر إلى اختلاف الثقافات، فقد كشفت دراسة مسحية أجريت في إحدى عشرة دولة اوروبية بأن المسنين الاوروبيين بشكل عام راضين عن علاقاتهم الاجتماعية، إلا أن هناك فروقاً كبيرة بين البلدان، حيث كان الرضا عن العلاقات الاجتماعية أكبر في بلدان شمال أوروبا عنه في بلدان أوروبا الوسطى ومنطقة البحر الابيض المتوسط (Bonsang & Van Soes, 2012).

أن الثقة بالآخرين تؤدي إلى درجات عالية من الرضا عن العلاقات الاجتماعية، كما أن السخرية من معتقدات الآخرين لها آثار سلبية على الرضا عن العلاقات الاجتماعية (Junaković & Adorić, 2009).

وضح برجر وبلمان أن هناك ثلاثة أبعاد للرضا عن العلاقات الاجتماعية وهي: العون المادي الملموس، الدعم الأنفعالي والمشاركة في الاهتمامات. ويمثل الزوج أو (الزوجة) أهم مصادر الرضا عن العلاقات الاجتماعية، يليه الأقارب المقربون ثم الأصدقاء، وفي النهاية زملاء العمل والجيران (Argyle & Furnham, 1983). أما الرضا عن العلاقات الاجتماعية الاسرية فكلما زادت السلوكيات الاجتماعية والاعمال المنزلية التي يتشارك الزوجان في انجازها كلما زاد الرضا عن العلاقات الاجتماعية، ولكنه ينخفض عندما يزداد عدد الأعمال المنزلية ولا يقابلها التقدير من الطرف الآخر (Berger & Janoff-Bulman, 2006).

تري الباحثة بأن المجتمع البحريني من المجتمعات المتميزة بالعلاقات القوية بين أفرادها سواء كانت على (المستوى غير الرسمي) كالعلاقة بأفراد الأسرة والصديقات، أو على (المستوى الرسمي) كالعلاقة بزملاء العمل ومؤسسات المجتمع وقد يكون لذلك علاقة قوية بالرضا عن الحياة.

الرضا عن الحالة الصحية

تعتبر الصحة من المكونات الهامة للشعور بالهناء، وهو بحق أحد عناصره الموضوعية وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالسعادة، ويشيع النظر إليها على أنها أحد أسبابها الرئيسية. وقد تناولت بحوث كثيرة العلاقة بين الصحة والسعادة (أرجايل، ١٩٩٣). وقد بين تحليل كمي لنتائج الدراسات المتعلقة بموضوع الصحة وعلاقتها بالسعادة وجود معامل ارتباط متوسطه ٠,٣٢ بين الصحة والسعادة، هذا الارتباط يكون أقوى لدى النساء وذلك عند استخدام مقاييس الشعور الذاتي بالصحة (Okun, Stock, Haring, & Witter, 1984).

كما يعد الرضا عن الحالة الصحية أهم المنبئات بالرضا العام عن الحياة، فعند تثبيت تأثير الرضا عن الحالة الصحية تضاءلت أهمية العوامل الأخرى التي تؤثر على الرضا عن الحياة، مثل عضوية الجمعيات التطوعية (Bull & Aucoin, 1975).

أن رضا الفرد عن حالته الصحية يتأثر بإدراكه الشخصي عن حالته الصحية، ويعزى الاختلاف في الرضا عن الحالة الصحية إلى عوامل داخلية للفرد حيث يتأثر ذلك ببعض سمات الشخصية (Hong & Janet, 2008).

من المتوقع أن تكون المرأة البحرينية وخصوصاً العاملة أكثر رضا عن حياتها، وذلك لعدة أسباب منها ارتفاع مستوى الوعي والثقافة الصحية لديها، فهي بذلك تعمل على أن تحافظ على مستوى صحي عالي من خلال اتباع أسلوب حياة صحي، بالإضافة لتطور مستوى الخدمات الصحية المقدمة لها مما يجعلها أكثر رضا عن مستوى صحتها العامة ومستوى الخدمات الصحية المقدمة لها، وقد ساهم المجلس الأعلى للمرأة في تحقيق ذلك من خلال تحديد

هدف "رفع مستوى الصحة الجسدية والنفسية والاجتماعية للمرأة في جميع مراحل حياتها" حيث أهتم الهدف بجميع جوانب صحة المرأة البحرينية (الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية، ٢٠٠٧).

الرضا عن الوظيفة

هناك، ارتباط وثيق بين الرضا عن العمل والشعور العام بالرضا عن الحياة، حيث يمثل العمل جانباً أساسياً من الحياة. ولكن السؤال هنا هو: هل الرضا عن العمل يؤثر في الرضا عن الحياة أو العكس؟ (أرجايل، ١٩٩٣) لقد بين تحليل أحصائي يهدف إلى إقامة نماذج سببية أن مسار العلاقة السببية يسير في الاتجاهين، رغم أن هذه العلاقة في الحالتين لم تكن قوية (Schmitt & Bedeian, 1982). كما تشير الكثير من البحوث إلى الارتباط بين الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي بشكل عام، إلا أن القليل منها يأخذ بعين الاعتبار العوامل الأخرى التي تؤدي إلى تشويش العلاقة بينهما، علاوة على أن معظم الدراسات اعتمدت على البيانات المستعرضة أما دراسة رود Rode الطولية فقد أكدت على أن العلاقة ضعيفة بين الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي عند الأخذ بالاعتبار الآثار المترتبة من عمليات التقييم الذاتي (Rode, 2004). أما عند أخذ متغيرات أخرى تؤثر في العلاقة فأن العلاقة بين الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي تكون ضعيفة كلما ازدادت أهمية وظيفة الفرد. (Robert, Dean, Raymond, & Janet, 1985). كما يعتبر الرضا الوظيفي بالإضافة إلى توازن الأدوار المتعددة من المنبئات للرضا عن الحياة (Bryant, 2006).

عند مقارنة الرضا عن العمل مع المكونات الأخرى للرضا عن الحياة فأن الشعور بالرضا عن العمل أقل أهمية من الشعور بالرضا عن الزواج، أو الأسرة أو مستوى المعيشة، وأن الشعور بالرضا عن العمل أقل في تأثيره من الشعور بالرضا في مجالات أخرى، وأنه مصدر أكبر لمشاعر الاستياء والهم أكثر منه مصدر للشعور بالرضا (أرجايل، ١٩٩٣).

من خلال العرض السابق يمكن التأكيد على أن المرأة البحرينية رائدة في خوض مجال العمل مقارنة بالمرأة الخليجية ، كما أن الدستور البحريني يحفظ لها حقوقها كأمرأة عاملة وأم، بحيث لا تتعارض مهامها كأم وربة أسرة مع مهامها كممرأة عاملة من خلال توفير اجازات الانجاب وساعات الرعاية مما لا يؤثر سلباً على فرض ترقيتها وتقديرها ودون تميز بينها وبين الرجل، ومن المؤكد أن يكون لذلك المردود الايجابي على مستوى رضاها عن حياتها.

الرضا عن الحقوق السياسية

ان من يدرس الإسلام من الكتاب والسنة والتاريخ الإسلامي يجد أن المرأة قد أسهمت في الأحداث السياسية، وكان لها نصيب قوي ومؤثر في المسيرة السياسية للحركة الإسلامية والدولة الإسلامية. وقد أكد القرآن على وجوب العمل التغييرى ومكانة المرأة المسلمة فيه، قال تعالى: ﴿وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ (سورة التوبة الآية ٧١)

كما أعطت الانظمة حق الانتخاب للمرأة كما أعطته حقاً للرجل، وسنت بذلك قانون الانتخاب (أبو فارس، ٢٠٠٠).

تمثل المشاركة السياسية مصدراً أساسياً لرضا الفرد عن ذاته وعن مجتمعه. فنظراً لأن العديد من العوامل الخارجية (المتعلقة بالنسق السياسى أو العرقى أو القومى) قد تحد من حجم مشاركة الفرد الاجتماعية والسياسية، فإن رضا الفرد عن مختلف مؤسسات المجتمع تتأثر بحجم الحرية المعطاه له للمشاركة الايجابية في جهود التنمية في مجتمعه وفي صنع القرارات الحاسمة. ومن ثم تمثل المشاركة منفذاً لتعبير المواطن عن احتياجاته ورغباته إلى الحكومة، وهي المؤشر لديه على مدى حصوله على معاملة عادلة ومقبولة في صنع السياسات والاتصالات الفردية مع الحكومة ومختلف مؤسسات الدولة وهو الامر الذي يحدد حجم رضاه عن النظام الاجتماعى والمناخ السياسى العام وعن تقديره لحجم رضاه عن مختلف جوانب حياته (أبو النيل، ٢٠١٠).

هناك عوامل عديدة محفزة لمشاركة المرأة البحرينية سياسياً وفي مقدمتها ترقى الوعي لدى المرأة، وثقتها بنفسها واستشعارها لواجباتها تجاه بلدها والمجتمع، وتقبل المجتمع للأدوار المتعددة للمرأة في كافة المجالات بما في ذلك المجال السياسى.

لقد نص كل من الميثاق والدستور والقوانين البحرينية على مساواة المرأة بالرجل في جميع المجالات خاصة مجال المشاركة السياسية. كما أنظمت مملكة البحرين إلى عدة اتفاقيات دولية تدعم بشكل أو بآخر حقوق المرأة ومنها العهد الدولى للحقوق المدنية والسياسية في عام ٢٠٠٦ (التقرير الوطنى لمملكة البحرين، ٢٠١٠).

كما أن لأعضاء السلطة التشريعية الدور البالغ الاهمية في دعم حقوق المرأة الدستورية من خلال مباشرة صلاحياتهم التشريعية والرقابية فيقع عليهم تطوير التشريعات والمبادرة بأقتراحها وهي التي تضع الاطار القانونى لضمان تقدم المرأة في جميع المجالات وبخاصة في مجال التعليم والعمل في القطاعين الحكومى والخاص بإزالة مضامين مظاهر التمييز في التوظيف والتدريب والترقية (الزاید، ٢٠١٠)

من جهة اخرى خصص المجلس الاعلى للمرأة محور "المرأة والمشاركة السياسية" في الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة العربية حيث تم تحديد خمسة اهداف استراتيجية لتحقيق هذا المحور وهي:

١. تمكين المرأة من تبوء المواقع السياسية والمشاركة في صنع القرار السياسي.
 ٢. السعي نحو اتخاذ إجراءات وتدابير من قبل المؤسسات الرسمية والأهلية لتقلي التمييز ضد المرأة.
 ٣. توظيف القوانين والأنظمة والإجراءات لدعم مشاركة المرأة السياسية على أرض الواقع.
 ٤. توعية المرأة والمجتمع بأهمية المشاركة السياسية للمرأة.
 ٥. تشجيع النساء على الانخراط في العمل السياسي (الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية، ٢٠٠٧)
- تعتقد الباحثة بأن هذا التطور السريع في حقوق السياسية للمرأة البحرينية سيكون له مردود إيجابي على رضاها عن تمتعها بحقوقها السياسية، وعن حياتها بشكل عام.
- الرضا عن الفرص الابداعية**

هناك صراع دائم بين المبدعين والمجتمع يظهر بسبب اللاحاح من جانب المبدعين على الاختلاف، ومن جانب المجتمع على المبدع للمجاعة والامتنال، هذا الصراع بين الطرفين له حد أمثل، إذا تم تجاوزه كانت النتيجة وبالأعلى الطرفين، لا المبدع يحقق ذاته المبدعة ويستمتع بذلك كبشر، ولا المجتمع يستفيد من ومضات الإبداع فإذا هو يدخل في ظلمات الجهل والجمود والتخلف (سويف، ١٩٩٩).

إن الموارد البشرية تتشكل من جموع الذكور والاناث القادرين على العمل. ولا يمكن الحديث أو التصور بأن يمكن لمجتمع ما أن ينمو ويحقق درجات من التقدم وهو يقصر اهتمامه على تنمية القدرات الابتكارية وتهيئة فرص الابداع أمام الذكور دون الأناث. وتهيئة هذه الفرص مشروطة بتأكيد آليات الحرية لكل منهما واعتراف بكل من الطرفين بها. والواقع يشير أن في بعض المجتمعات تتحسر فرص الابداع بشكل عام لاسباب مجتمعية مختلفة، سياسية كانت أم ثقافية، أمام أبناء هذه المجتمعات، ومنها أن الابداع عموماً يعد ترفاً لا تتمتع به المرأة إلا بعد أدائها لواجباتها، ومن ثم فهي لا تأتي إلى هذا الحق لطول قائمة الواجبات التي رسمت لها من قبل المجتمع (قناوي، ٢٠٠٠).

أن لإتاحة الفرص الابداعية والرضا عن هذه الفرص علاقة برضا الافراد عن الحياة بشكل عام، حيث لا يوجد شيء يمكن أن يسهم في رفع مستوى رفاهية الأمم والشعوب وتحقيق الرضا والصحة النفسية أكثر من رفع مستوى الأداء الإبداعي لدى هذه الشعوب (الزيات،

٢٠٠٩). هذا ما أكدته دراسة كارلو حيث كان الرضا عن الفرص الابداعية المتاحة من أهم أبعاد الرضا عن الحياة لدى الاكاديمين المتفرغين بكلية لوس انجلوس (Carleo, 1988) .

لقد تألفت المرأة البحرينية في مجالات عديدة منذ بدايات القرن الماضي ولم يقتصر عملها وابداعها على بعض المجالات دون أخرى حيث كانت رائدة في العديد من مجالات الابداع، وساهمت الجمعيات النسائية في صقل هذه المواهب المبدعة ثم تكلفت هذه الجهود برعاية المجلس الاعلى للمرأة من خلال تحديد هدف "تنمية الإبداع النسائي" تضمنته الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية وقد تم تحديد الاجراءات وآليات التنفيذ المتبعة لتحقيق هذا الهدف (الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية، ٢٠٠٧).

التفاؤل

التفاؤل صفة يمتلكها الناس بدرجات متفاوتة، فالطبيعة البشرية توفر تفاؤلاً أساسياً، مرتفعاً لدى بعض الافراد ومنخفضاً لدى آخرين، وتؤثر الخبرة على درجة التفاؤل أو عدم التفاؤل لديهم وحفزت التفسيرات المعرفية للسلوك والتي شددت التوقعات في علم النفس على النظر إلى التفاؤل كفارق فردي (أبوتركي، ٢٠٠٨).

كما أن النظرة التفاؤلية تساعد الأفراد في التركيز على التوقعات الأدائية الإيجابية. والسعادة تكمن فيما يسمى التفاؤل المتخيل أو غير الواقعي، ويعني أن البعض يميل إلى الاعتقاد بأن الاحتمال الأعلى هو حدوث أحداث سارة و الاحتمال الأقل أن تحدث له أحداث غير سارة مقارنة بالآخرين، وهو ما نعني به حسن الظن وتوقع الخير حيث أن له علاقة موجبة بالصحة النفسية والتوافق النفسي الاجتماعي، وعتبر مؤشراً على سعادة الفرد والرضا عن حياته (الطيب و البهاص، ٢٠٠٩).

كما وضع بنز وآخرون بأن تختلف درجات الشعور بالرضا عن الحياة والتفاؤل حسب الحالة الاجتماعية حيث أن الأرامل يشعرون بالوحدة أكثر من المتزوجات كما أنهم أقل تفاؤلاً ورضا عن حياتهم مقارنة بالمتزوجات. (Ben-Zur, 2012)

كما توصل بلوم ومهريبيان إلى أن الافراد ذوي المزاج المتفائل والمبتهج أكثر سعادة ورضا وقدرة على التكيف مع العلاقات الزوجية مقارنة بالأفراد غير المتفائلين Mehrabian and Bloom في (قماز، ٢٠٠٩)

من خلال العرض السابق لبعد التفاؤل يتضح بان التفاؤل أحد الابعاد الرئيسية المحققة للرضا عن الحياة والسعادة، كما أن للتفاؤل أثره الفعال لضمان تكوين شخصية ايجابية وضمان اسلوب تفكير ايجابي ينعكس على سلوك المرأة العاملة في نطاق حياتها الشخصية والوظيفية مما يعزز دافعيتها ويرفع مستوى انتاجيتها.

الرضا عن الحياة وعلاقته بالمتغيرات الديمغرافية

الرضا عن الحياة والعمر

العلاقة بين الرضا عن الحياة والعمر علاقة معقدة، وقد اختلفت نتائج البحوث بشأنها، وقد يرجع ذلك جزئياً إلى طبيعة المقاييس المستخدمة من ناحية، وإلى نوع البحث من ناحية أخرى، فغالبية هذه الدراسات كانت دراسات مستعرضة، ومن ثم يبدو لنا فروق عمرية ربما يكون في حقيقته فروقاً في الاجيال، أو بين ناس تربوا في فترات تاريخية وثقافات مختلفة. ويتمثل حل هذه المشكلة في إجراء دراسات طولية لنفس الأفراد وهم في أعمار مختلفة (مبروك، ٢٠٠٧).

كما أن البحث في مجال التقدم في العمر يشير إلى أن كبار السن أكثر شعوراً بالرضا، وإن كانوا يخبرون المشاعر -سواء كانت إيجابية أو سلبية- بشدة أقل. وجانب من تفسير الزيادة العامة في الشعور بالرضا هو ببساطة أن الأكبر سناً أحسن حالاً مادياً واستمتعاً بمستوى أفضل من المعيشة. بالإضافة إلى هذا فهم ينجحون في التلاؤم مع ظروفهم وبيئتهم، إما بتغييرها أو بتغيير أنفسهم. كذلك فطموحاتهم وتوقعاتهم أقل مما كانت عليه، بحيث تكاد تقترب من واقع حالهم. والدراسات تشير إلى أن الأفراد في منتصف العمر يتمتعون بمستويات أعلى من الرضا عن الحياة والرضا الوظيفي مقارنة بالأفراد الأصغر عمراً، وقد يعود السبب إلى قدرة الأفراد على التكيف في مواجهة أحداث الحياة، أو بسبب النضج وتغيير أسلوب التفكير المرافق للتقدم في العمر (قماز، ٢٠٠٩) وهناك أدلة على أن شعور الرجال بالسعادة يزيد مع التقدم في العمر، والعكس صحيح بالنسبة للنساء، اللواتي يكن في أسعد حالاتهم وهن صغار، وقبل أن يكون لديهن أطفال. ويزيد الشعور بالرضا عن الشعور بالسعادة لدى المتقدمات في العمر، وخاصة غير المتعلمات منهن (أرجايل، ١٩٩٣). وهذا ما أكدته منال السبيعي بأن كلما تقدم عمر المرأة كلما زادت درجة السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل (السبيعي، ٢٠٠٧).

كما اتضحت العلاقة بين الرضا عن الحياة والعمر بشكل مختلف من خلال إيجاد العلاقة بينهما في ضوء الاختلافات الثقافية حيث قامت مؤسسة جالوب وورلد بول وهي المؤسسة الرائدة في مجال جمع وتحليل البيانات العالمية بأن في الولايات المتحدة الأمريكية يكون متوسط الرضا عن الحياة ٧,٨ في عمر العشرين وينخفض نحو ٦,٨ في أواخر الثلاثينات ثم يعود يرتفع إلى ٧,٨ في أوائل الستينات، أما تراجع الرضا عن الحياة مع التقدم في السن يظهر بشكل أكبر في البلدان ذات الدخل المتوسط مثل أوروبا الشرقية وروسيا حيث كان متوسط درجات الرضا عن الحياة في روسيا ٥,٩٥ عند الفئة العمرية ١٥-١٩، بينما كان متوسط درجات الرضا عن الحياة ٤,٢٨ لدى الفئة العمرية ٦٥ وما فوق، قد يكون السبب في هذا الانخفاض لدى كبار السن هو

التغيرات الاقتصادية المفاجأة في تلك البلدان مما أثر بالسلب على مدى رضاهم عن حياتهم (Angus, 2008).

في ظل تناقض الإطار النظري المفسر العلاقة بين الرضا عن الحياة والعمر تعتقد الباحثة بأن هناك عوامل عديدة لها تأثير ايجابي على مستوى الرضا عن الحياة على مدى العمر خصوصا في مجتمعنا البحريني الملتزم بتعاليم الدين الاسلامي التي تحث على بر الوالدين، بالإضافة الى استمرار انخراط المرأة في المشاركة المجتمعية الى عمر متقدم.

الرضا عن الحياة والحالة الاجتماعية

من المؤكد أن الوقوع في الحب هو أوضح الأمثلة على علاقة مسعدة، إذ هو أشد العلاقات وأكثرها عمقا، وهو الذي يستثير أشد المشاعر إيجابية (هذا بالإضافة لبعض المشاعر السلبية). فالوقوع في الحب هو واحد من أهم أحداث الحياة التي تقدر إيجابيا. والحق أننا هنا بصدد ظاهرة مألوفة، وإن لم تكن مفهومة فهما كاملاً، ومن أهم سماتها الاقتراب الجسدي والحميمية بين الطرفين. ومن المعروف أن طريق الحب ليس ممهداً دائماً، إذ تكشف نتائج البحوث أن هناك عادة الكثير من الصراع بين الأحبة، فكلما ازدادت معرفة فردين أحدهما بالآخر، وكلما تشاركا في المزيد من جوانب الحياة ازداد ما يختلفان عليه، فإذا ما أرادا توثيق عرى العلاقة بينهما، فعليهما أن يواجها مصادر عدم الاتفاق، ويبدلا جهداً في التعايش معها. ومن الجلي أن التدعيم المتبادل له أهمية فائقة، فكل شريك يوفر بعض الدعم للآخر، وبعض هذا الدعم ، يرضي الاثنين معاً. ويعني الاشتراك في الأنشطة المختلفة إن كلا الطرفين له دور إيجابي في تحقيق الشعور بالرضا للآخر (أرجايل، ١٩٩٣).

وقد اختلف الكتاب والباحثون في تحديد دور الحالة الاجتماعية في تحقيق الرضا عن الحياة فقد أكدت بعض الدراسات أن المتزوجات أكثر رضا عن حياتهن من غير المتزوجات (العزباوات، المطلقات والارامل) (المالكي، ٢٠١١) (Burke & Ball & Robbins, 1986) (Weir, 1976) وعلى النقيض توصل بارنيت Burnett إلى وجود فروق جذرية في درجة الرضا عن الحياة بين المتزوجين وغير المتزوجين والمطلقين والارامل، فالنساء العازبات في منتصف العمر يكن أكثر سعادة ورضا من المطلقات والارامل في (قماز، ٢٠٠٩) وبالمقابل أكدت دراسة منال السبيعي عن عدم وجود فروق في درجة الشعور بالسعادة، والرضا عن الحياة والتفاؤل بين المتزوجات وغير المتزوجات (السبيعي، ٢٠٠٧).

يوضح العرض السابق الاختلاف في تحديد دور الحالة الاجتماعية في تحقيق الرضا عن الحياة وخصوصا في ضل طبيعة المرأة وتميزها بقدر أكبر من الجوانب العاطفية.

الرضا عن الحياة والمستوى التعليمي

يعتبر التعليم أحد مكونات المكانة الاجتماعية وهناك بيانات متاحة عن تأثيره مستمدة من الدراسات الأمريكية، حيث درست التأثير المستقل لكل من التعليم والدخل ونجد أن التعليم له تأثير أقوى على السعادة لدى الأقل غنى. إذ لا يؤدي إلى فروق في السعادة لدى ذوي الدخل المرتفع، بينما تزداد أهميته عند منخفضي الدخل. أن خبرة التعليم ومزايا الوظيفة لدى خريجي الجامعات تحررهم جزئياً من المطالب المادية البحتة وتوسع من اهتماماتهم بقيم تتعلق بالعلاقات الاجتماعية وتقييم الذات. وتشير الدراسات المجراة في الولايات المتحدة إلى أن الأعلى تعليمياً يشعرون بسعادة أكبر وكذلك إلى أن هذا التأثير في انخفاض مستمر مع الوقت. ففي عام ١٩٥٧م، كان ٤٤% من خريجي الجامعات و ٢٣% ممن لم يلتحقوا بالمدارس الثانوية يعبرون عن سعادة شديدة. وفي عام ١٩٧٨ كانت النسبة ٣٣% و ٢٨% على التوالي (أرجايل، ١٩٩٣).

أن للمستوى التعليمي أثراً كبيراً على الشعور بالرضا عن الحياة وذلك لعلاقته بتحديد مستوى الدخل المادي (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, 2011). ويتضح ذلك من خلال الاختلاف في مستويات الرضا عن الحياة بسبب عوامل اقتصادية وغير اقتصادية، أن غير الراضين عن وظائفهم ومستوى تعليمهم ودخلهم هم من واجهوا معوقات مختلفة خلال سعيهم للحصول على تقدم أكاديمي أو مهني كما أن النساء غير راضيات بشكل أكبر عن وظائفهن ومستوياتهن التعليمية مقارنة بالرجال، وقد يكون السبب في ذلك زيادة الفرص المتاحة للرجال لمواصلة التعليم العالي والذي بدوره يوفر فرص عمل أفضل (Kuan, Jiuan, & Keng, 2009). وبشكل أكثر تفصيلاً حول العوامل المحددة لنوعية العمل والمستوى الوظيفي وهي الجنس والعمر والمستوى التعليمي. حيث أن الفرص المتاحة للعمل أكثر (حوالي ١,٥ مرة) من النساء، أما العامل الأكثر أهمية في تحديد المستوى الوظيفي هو المستوى التعليمي حيث أن فرص العمل لحاملي الشهادات العليا والتخصصية أكثر بخمسة أضعاف من الأشخاص غير المتعلمون (Zaidi, Alam, & Mitra, 2009).

أن الأشخاص ذوي المؤهلات العلمية العالية يمكنهم توفير مصادر أكثر للموارد المادية مقارنة بذوي الدخل المنخفض والمتوسط. كما أن عدم رضا ذوي المستويات التعليمية المتوسطة والمنخفضة عن حياتهم يؤثر سلباً على وظائفهم الأسرية وعلى مستوى الرضا عن الدخل والنظم الديمقراطية (Kuan, Jiuan, & Keng, 2009).

ان الافراد المتعلمين يتمتعون بدرجات أعلى من الرضا عن الحياة وأن زيادة المستوى التعليمي تؤثر ايجابا على الصحة النفسية والجسمية للأفراد من ناحية، ويكونون أكثر قدرة على التكيف وتجاوز الأحداث السلبية في حياتهم من ناحية أخرى (Meeks & Murrell, 2001)

يتضح من خلال العرض السابق أن المتغيرات المتعلقة بالرضا عن الحياة متداخلة ويؤثر كل منها على مستوى الرضا عن الحياة حيث أن المستوى التعليمي يرتبط بشكل مباشر ويؤثر على المستوى الوظيفي ويرتبط كل منهما بالعمر، كما أن هذه المتغيرات المتداخلة والمؤثرة في مستوى الرضا عن الحياة ترتبط بالحالة الاجتماعية للمرأة حيث أن هناك أدوار وواجبات ملزمة للمرأة تشكل ضغط نفسي عليها مما يؤثر على مستوى رضاها عن حياتها.

الرضا عن الحياة لدى المرأة العاملة

الأقبال على العمل يُعبر عن حاجة المرأة إلى السيطرة على مخاوفها المتعددة وبخاصة تلك المتعلقة بالرجل وصورته لديها، فالمرأة تريد عن طريق أندفاعها في العمل أن تثبت لنفسها وللمجتمع كم هي كفء للقيام بدور إيجابي فعال بدلاً من دورها الأنثوي داخل جدران المنزل. وهكذا فالمرأة العاملة بدخولها في خبرات جديدة في حياتها إنما تسيطر على مخاوفها وتتحداهما بدلاً من أن تصرف طاقتها النفسية في دخول معركة مع الرجل. وتبين من نتائج الدراسات الميدانية أن صورة الرجل لدى المرأة غير العاملة تنسم غالباً بالعدوان والسيطرة، وقد تكون هذه نتيجة للصورة التقليدية للرجل الشرقي حيث يمكنه أن يطلق أو يهجر أو يتزوج بأكثر من واحدة، هذا إلى جانب الموقف التبعية للمرأة عبر التاريخ حينما أصبحت الثروة مملوكة للرجل. كما أن العمل الخارجي حتى لو كان طابعه روتينياً أو كان في ظروف قاسية فإنه يعطي المرأة إحساساً بالقيمة والأهمية ويدفعها إلى الاشتراك في الحياة العامة وهذا يحميها من مشاعر الضياع (عبدالفتاح، ١٩٩٠).

المساندة الاجتماعية

ليس هناك شك بأن الإنسان كائن اجتماعي، ينتمي لجماعة يشبع حاجاته من خلال شبكة العلاقات الاجتماعية التي تربطه بها، كما توفر له هذه الجماعة المساندة الاجتماعية التي تعينه على مواجهة ضغوط الحياة وخصوصاً لدى المرأة العاملة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات منها دراسة عبير الصبان (الصبان، ٢٠٠٣).

مفهوم المساندة الاجتماعية

ترجع جذور مفهوم المساندة الاجتماعية إلى علماء الاجتماع، حيث تناولوا هذا الموضوع في إطار اهتماماتهم بالعلاقات الاجتماعية، عندما قدموا مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية Social Network والذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور مصطلح المساندة الاجتماعية، ويرى

لبرمان أن مفهوم المساندة الاجتماعية أضيق بكثير من مفهوم شبكة العلاقات الاجتماعية، حيث تعتمد المساندة الاجتماعية في تقديرها على أدراك الأفراد لشبكة علاقاتهم الاجتماعية باعتبارها الاطر التي التي تشتمل على أولئك الأشخاص الذين يثقون بهم ويتسندون على علاقاتهم بهم (الشناوي و عبدالرحمن، ١٩٩٤).

ولقد قدم الكثير من الباحثين تعريفات مختلفة لمفهوم المساندة الاجتماعية، تباينت هذه التعريفات من حيث العمومية، والنوعية، فقد ركز بعض الباحثين على العلاقات المتبادلة بين الأفراد بعضهم البعض، وركز البعض الآخر على جوانب محددة من هذه العلاقات باعتبارها تمثل جوهر المساندة الاجتماعية.

وقد عرفت "أسماء وأمانى" بأنها الدعم الانفعالي والمادي والادائي الذي يتلقاه الفرد من قبل الآخرين المحيطين به - الأسرة، الاصدقاء، الجيران، زملاء العمل - ومدى قدرة الفرد على تقبل وإدراك هذا الدعم (السرسى و عبدالمقصود).

أما ابتسام سلطان فقد وضحت دور المساندة الاجتماعية في تحقيق التماسك الاجتماعي من خلال تعريفها للمساندة الاجتماعية بأنها إدراك الفرد للمساندة المترتبة عن علاقته الاجتماعية ذات الأهمية وتعد تماسكا نتيجة ما يتلقاه الفرد من مساعدة من الأفراد المحيطين به أو من أي فرد آخر في بيئته الاجتماعية (سلطان، ٢٠٠٩).

وتنهض المساندة الاجتماعية بعدة وظائف على المستوى النفسي والاجتماعي للفرد، يمكن إيجازها في الجوانب التالية:

١. المساعدة المادية: ومنها النقود والأشياء المادية المختلفة.
٢. المساعدة السلوكية: وتشير إلى مشاركة الآخرين في الأعمال والمهام التي تتطلب جهداً بدنياً.
٣. التفاعل الحميم: كما يظهر في السلوكيات، كالإنصات والتعبير عن التقدير والرعاية والتفهم.
٤. التوجيه: ويتمثل في تقديم النصيحة وإعطاء المعلومات أو التعليمات التي توجه وترشد سلوك الآخر.
٥. العائد أو المردود: ويقصد به تلقي الفرد مردود عما يقوم به من سلوك، أو ما يتبنى من أفكار، وما يعبر عنه من مشاعر.
٦. التفاعل الاجتماعي الإيجابي: ويشير إلى مشاركة الآخرين في مختلف مواقف التفاعل الاجتماعي بهدف الحصول على المتعة والاسترخاء (سلطان، ٢٠٠٩).

ومن ثم، يمكن القول بأن المساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً مهماً من مصادر شعور الفرد بالأمان النفسي، في البيئة الاجتماعية والفيزيائية التي يعيش فيها، وخاصة عندما يواجه صعوبات أو أخطار تهدده، ويدرك أنه غير قادر على مواجهتها والتوافق معها، وأنه بحاجة إلى عون ومؤازرة الآخرين الذين يمثلون الإطار الاجتماعي الداعم له.

نظريات المساندة الاجتماعية

تعتبر المساندة الاجتماعية أساس العلاقات الاجتماعية لذا اختلفت وجهات نظر المختصين بالعلوم الانسانية والاجتماعية مما أسفر عن تعدد الاطر النظرية المفسرة للمساندة الاجتماعية وهذا بدوره يؤدي إلى بلورة نظرة متكاملة حول المساندة الاجتماعية ومن هذا النظريات:

النظرية البنائية:

يشير كابلان وآخرون (١٩٩٣) إلى علماء المدرسة البنائية ركزوا على تدعيم بناء شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد لزيادة حجمها، وتعدد مصادرها، وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد، ولمساندته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ووقايتها من أي آثار نفسية سلبية يواجهها في البيئة المحيطة Kaplan,et al في (سليمان، ٢٠٠٩).

ويشير دوك وسيلفير (١٩٩٥) إلى أن النظرية البنائية تهتم بدراسة الخصائص البنائية لشبكة العلاقات الاجتماعية وتعدد مصادرها وتأثيرها الفعال في التوافق النفسي والاجتماعي في البيئة المحيطة بالفرد، وأن الاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض أن الخصائص الكمية لشبكة المساندة تؤثر على التفاعلات المتبادلة بين الأفراد وعلى عمليات التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة وتلعب دوراً هاماً في تعزيز المواجهة الايجابية لهذه الأحداث دون إحداث أي آثار سلبية على الصحة النفسية للفرد Dack and Sliver في (بوشدوب، ٢٠٠٩)

على الرغم من أن هذه النظرية ساعدت في تأكيد الحاجة إلى معرفة مكونات شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد في البيئة المحيطة به، وساهمت في وضع الأساس النظري لميكانيزمات المساندة الاجتماعية وفقاً لما تقوم به من أفعال إيجابية تساعد الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، وتخفف عنه الآثار السلبية التي يمكن تحديثها هذه الأحداث، إلا أن هذه النظرية تتسم ببعض العيوب تتمثل في إهمالها لدراسة شبكات التفاعلات الاجتماعية الكبيرة التي تحيط بالمجتمعات الكبيرة (علي، ٢٠٠٥).

ترى الباحثة من خلال النظرية البنائية بأن المرأة البحرينية العاملة وبطبيعة انخراطها في مجتمع العمل بالإضافة الى طبيعة المجتمع البحريني المتكاتف، فهي تنتمي لشبكة علاقات اجتماعية ضخمة تشكل درعاً لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة.

النظرية الوظيفية:

يرى كابلن وآخرون أن علماء النظرية الوظيفية اكدوا على وظائف العلاقات المتداخلة في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والتي تعمل على مساندته في الظروف الصعبة التي يواجهها في بيئته، وتركز هذه النظرية أيضا على تعزيز أنماط السلوك المتداخل في شبكة هذه العلاقات لزيادة مصادر المساندة الاجتماعية لدى الفرد Kaplan,et al في (علي، ٢٠٠٥)

كما يشير كل من دول وسليفر إلى أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي لأعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به، وأنه محاط بالرعاية من الآخرين وبالانتماء إلى شبكة لعلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة، ويحس بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة منه، ويحس أيضا بواجباته والتزاماته الاجتماعية مع المحيطين به. ولقد وجه الباحثان بعض الانتقادات إلى النظرية الوظيفية من أهمها:

١. فشل الباحثين في تحديد أي أنواع المساندة الاجتماعية يكون مفيداً للأفراد الذين يمرون بأحداث ضاغطة.
٢. لم يصل علماء هذه النظرية إلى تحديد أنواع ومصادر المساندة، وملائمتها للمواقف الضاغطة وأيضا تقديمها في الأوقات التي يحتاج إليها المتلقي حتى لا تمثل عبئاً عليه، أو تسبب له الكثير من المشكلات النفسية.
٣. لم يدرج علماء هذه النظرية مفهوم "المدلول الشخصي" الذي يقوم على تفسير الفرد لأفعال واستجابات المساندة الاجتماعية لمعرفة قدرة الفرد على التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة، وأساليب مواجهة هذه الأحداث لتخفيف الآثار النفسية السلبية لها Duck and Silver في (سليمان، ٢٠٠٩).

يتضح من خلال عرض النظرية الوظيفية بأنها تتعارض مع ما جاءت به النظرية البنائية، فهي لا تؤكد على أهمية حجم العلاقات الاجتماعية بقدر تأكيدها على الوظيفة الفاعلة التي تقوم بها هذه العلاقات.

النظرية الكلية:

يهتم الاتجاه الكلي في دراسة المساندة الاجتماعية بقياس الإدراك الكلي للموارد المتاحة للفرد (الإمدادات) ورضاه عنها، وبالتالي فإنه وفقا لهذا الاتجاه فإن المساندة الاجتماعية هي الإدراك الكلي لوجود أفراد يقدمون المساعدة للفرد، بغض النظر عن الموقف الذي يواجهه. وهذا الإدراك الكلي للمساندة الاجتماعية يشكل الأساس النظري لعدد من مقاييس المساندة الاجتماعية نذكر منها مقياس إدراك المساندة من الأسرة والأصدقاء لـ"برسيدانو" و "هيلير" بشرى أسماعيل أحمد في (بوشدوب، ٢٠٠٩).

أن هذه النظرية تؤكد لها حاجة الفرد إلى المساندة الاجتماعية خاصة في المواقف الصعبة التي يمر بها الفرد، وتركز أيضا على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد في حياته اليومية (علي، ٢٠٠٥).

جاءت النظرية الكلية لتؤكد على ما أكدته النظريتان السابقتان من حيث توافر مصادر المساندة الاجتماعية و مدى نجاح هذه المصادر في تحقيق وظيفتها، بالإضافة الى أهمية الحكم الذاتي للمرأة العاملة وأدراكها لما يقدم لها من مساندة، أن إدراك المرأة العاملة للمساندة المقدمة لها يؤدي بها الى الرضا عن المساندة المقدمة لها.

مصادر المساندة الاجتماعية

تختلف مصادر المساندة باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في الأسرة (الأم، الأب، الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل المساندة في الرفاق والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوجة أو الزوج وكذلك علاقات العمل والأبناء (سليمان، ٢٠٠٩).

وقد لخص "نوربيك" (Norbeck, 1984) ثمانية مصادر للمساندة الاجتماعية هي: الزوج والزوجة، الأسرة أو الأقارب، الأصدقاء، الجيران، زملاء العمل أو الدراسة، موفرو الرعاية الصحية المرشد أو المعالج، رجال الدين (أحمد، ٢٠٠٤).

كما تأتي المساندة الاجتماعية من عدة مصادر بعضها رسمي والبعض الآخر غير رسمي، و يعتبر أفراد الأسرة والصديقات أهم مصادر المساندة غير الرسمية بالنسبة للمرأة العاملة، أما المصادر الرسمية فتتمثل في زملاء العمل ومنظمات المجتمع.

مساندة أفراد الأسرة

الأفراد الذين ينشأون وسط أسر مترابطة تسود المودة والألفة بين أفرادها يصبحون أفراداً قادرين على تحمل المسؤولية ولديهم صفات قيادية لذا نجد ان المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط وتقلل من المعاناة النفسية في حياته الاجتماعية (دياب، ٢٠٠٦). وقد وضحت ليندا وزملائها شكلي المساندة التي يقدمها أفراد الأسرة للمرأة العاملة، وهي: "المساندة النفسية" وتتمثل في سلوكيات أفراد الأسرة أو المواقف الموجهة نحو المرأة العاملة لتحقيق التفاهم والاهتمام الايجابي، والمشورة لحل المشكلات. أما الشكل الثاني فهو "المساندة الجوهرية" وهي السلوكيات والممارسات التي يتبعها أفراد الأسرة بهدف تخفيف أعباء المرأة العاملة، من خلال تقاسم المهام المنزلية بما يتناسب مع أدوار المرأة كموظفة (King, Mattimore, King, & Adams, 1995).

يتضح مما سبق أن الأسرة تشكل مصدراً أساسياً وأولياً للمساندة الاجتماعية في كل مراحل العمر، ويتضح دور الأسرة بشكل أكبر كلما تعددت مهام ومسؤوليات الفرد فالأسرة هي الداعم الأول له ، وتعتبر المرأة العاملة بحكم أدوارها المتعددة التي يفرضها عليها المجتمع أكثر فئات المجتمع حاجة إلى المساندة بجميع أنواعها.

مساندة الصديقات

وتتكون جماعات الاصدقاء غالباً من الأشخاص الذين يشتركون في الاهتمامات ويرتبطون مع بعضهم لفترة زمنية طويلة نسبياً وذلك بهدف مساعدة بعضهم على التكيف وحل مشكلاتهم النفسية والاجتماعية التي يواجهونها من خلال الجهود المشتركة والتعاون والتعاطف والمساندة المتبادلة.

وتعد هذه الجماعات من الجماعات المهمة في حياة الإنسان حيث أنها تساعد في التعامل مع كثير من المشكلات والضغوط والتهديدات والتحديات المجتمعية بفاعلية مؤثرة (نيازي، ٢٠١٢)

وعن الفروق بين الجنسين فيما يتصل بالعلاقات الاجتماعية توضح الدراسات-رغم وجود قدر من التعارض في نتائجها- أن الرجال يرتبطون بعدد كبير من الأصدقاء مقارن بالنساء ويعزى ذلك الفرق إلى أن ظروف الحياة تفرض على الرجل أن يخرج إلى مجالات العمل حتى يوفر احتياجات أسرته فتتاح له فرص تكوين علاقات اجتماعية مع العديد من الزملاء. ومن ناحية أخرى تتحمل المرأة العبء الأكبر في رعاية الصغار وشؤون البيت، مما يضعف قدرتها، ويقيّد حريتها في عقد علاقات اجتماعية جديدة أو الحفاظ على ما انعقد منها بالفعل، هذا عن الفروق الكمية بين صداقات الرجال والنساء، أما عن الفروق الكيفية فتكشف البحوث عن تميز

صداقات النساء بعمق المودة وشدة الخصوصية ، إذ تتسم الصداقات الأنثوية بالدفء الوجداني والتلقائية وتبادل الثقة والإفصاح عن الذات ، في الوقت الذي تتجه فيه صداقات الرجال نحو المشاركة في النشاطات والاهتمامات ووسائل الترويح عن النفس.

هناك اتفاق على حاجة الأشخاص إلى حد أدنى من التفاعل الاجتماعي، وبغض النظر عن أية مساعدات أو جهود إيجابية يتلقاها الشخص من الآخرين يحقق مجرد اجتماعه بهم قدراً وافراً من الارتياح الوجداني في ظروف الحياة العادية، وتزيد الحاجة إلى الارتباط بالآخرين عند التعرض للمشقة أو الشعور بالقلق والخوف، وهناك آليات نفسية تخفف الصداقة من خلالها مشاعر التوتر وعدم الارتياح، ونرى أن هناك أربع آليات رئيسية تتحقق من خلالها وظيفة خفض التوتر ودعم الانفعالات الإيجابية وهي:

١. المقارنة الاجتماعية.
٢. الإفصاح عن الذات.
٣. المساندة الاجتماعية.
٤. المساندة في الميول والاهتمامات (ابو سريع، ١٩٩٣)

مساندة زملاء العمل

يعتمد تكوين علاقات زملاء العمل على الشراكة الفعالة والروابط القوية والاهتمامات المشتركة. وتزداد هذه الروابط بشكل كبير، خصوصاً عند حدوث الضغوط والأزمات؛ فإن الجميع يلتفون حول بعضهم البعض مثل رجال الدفاع المدني أو المواقف المهددة للحياة تمر علاقات زملاء العمل بأحوال مختلفة من الضغوط والأزمات والانفعالات وهذه الظروف تتأثر بسلوك وتصرفات زملاء العمل والتي لها تأثير كبير على علاقات الزملاء مع بعضهم البعض. لقد حدد "ليونارد سايلز" سبع حالات تمثل علاقات العمل الجانبية تحدياً صعباً؛ لأن الناس يعملون في إدارات ومجموعات مختلفة وهي:

- الاتصالات خارج المجموعة في مقابل الاتصالات داخل المجموعة
- تؤثر الاتصالات الخارجية بين زملاء العمل على الاتصالات الداخلية في بيئة العمل من حيث التفاهم والاهتمامات والقيم المشتركة.
- عدم انتظام الاتصال
- عندما يزداد تفاعل زملاء العمل سيلجئون لتطوير أساليب اتصالهم ببعض.
- التناسق بين الأعمال الروتينية والأهداف الفرعية
- إن الاتصالات المتناسقة بين إدارات العمل تزيد من نجاح العمل والعكس عندما ينعدم هذا التنسيق خصوصاً في الأعمال الروتينية.

- عدم الاستقرار في الشركة
- وجود الاضطرابات مهما كانت صغيرة في بيئة العمل يؤدي إلى عدم استقرارها والكثير من هذه الاضطرابات ينشأ بسبب العلاقات الداخلية (الاتصال) بين العاملين.
- الاتصالات المتكررة مطلوبة
- يعتبر تكرار الاتصال أمراً مطلوباً في بعض الأعمال التي تحتاج إلى التحليل والنقاش والاستكشاف، لذا فالأمر يتطلب الصبر والمساندة المشتركة بين زملاء العمل.
- الغموض الكثير
- في حالات كثيرة ينشأ الشك أو عدم الوضوح في علاقات الزملاء في بيئة العمل وقد يكون سببها عدم تحديد الاحتياجات وعلاقة أحد المدراء بالمسألة.
- تدفق مستمر من الأدوار الجديدة
- إنشاء الوظيفة الجديدة دون النظر إلى آثار تلك الوظائف الجديدة على وظائف ومهام الآخرين (هل، ٢٠٠٢)

أن وجود زملاء داعمين يعتبر أحد محددات الرضا الوظيفي وبالتالي يحدد مستوى شعور الفرد بالرضا عن الحياة، ويتحقق ذلك متى ما توافر مقدار الدعم الذي يلقاه الموظف من زملائه في العمل بحيث يستطيع الاطمئنان إليهم وطلب مساعدتهم إذا ما احتاجها (الزعبى، ٢٠١١)

مساعدة مؤسسات المجتمع

تتولى السلطات الحكومية والتشريعية في العادة المبادرة إلى سن التشريعات ووضع السياسات بمشاركة القطاعات غير الحكومية المعنية، بهدف وضع الأطر القانونية التي تنظم الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية بشكل عام، وما يتعلق بأمر المنشآت وتوفير البيئة التشريعية الموائمة لنموها وتطورها بشكل خاص، ويمكن للتشريعات أن يكون لها دور في مراعاة حاجات المرأة الخاصة للمشاركة في مجال المنشآت المتوسطة والصغيرة، وتسهيل هذه المشاركة في مجال بدء هذه المنشآت وتطويرها وتوسيعها، ومن هذه الحاجات الخاصة ما يتعلق بالمعيّلات الوحيدات للأسر وغير ذلك، ومن المعلوم أن التشريعات، وبخاصة القديم منها، كثيراً ما تغفل عن هذا البعد المهم، لأنها تكون قد وضعت من قبل الرجل للرجل (حبيب، ٢٠١٠).

تعتبر الجمعيات النسائية من أولى المؤسسات التي قدمت المساندة الاجتماعية للمرأة البحرينية من خلال الأهداف التي تسعى لتحقيقها، وهي رفع مستوى وعي المرأة الثقافي والاجتماعي والقضاء على الأمية، وحماية الأمومة ورفع مستواها، وذلك بتوفير وسائل التنظيم والتخطيط العائلي والرعاية الاجتماعية والتوعية الصحية اللازمة، بما يكفل للمرأة مساهمتها في

عملية التنمية الاقتصادية والاجتماعية، وإعداد الأبحاث المتعلقة بالأسرة والمرأة والطفل وإعداد برامج التوعية الأسرية والسكانية، وتوثيق روابط الصلة بين هذه الجمعيات والجمعيات الأخرى الماثلة في الوطن العربي والعالم لتبادل المعرفة والخبرات المتنوعة وفقاً للأنشطة والأعراف العربية والدولية (الحجي، ٢٠٠٠). إضافة إلى وجود المرأة البحرينية الفعالة في النقابات العمالية فمن بين ٣٤ نقابة عمالية هناك ٤ نقابات ترأسها نساء، حيث شكلت المرأة ٢٢,٥% من أعضاء مجالس إدارة هذه النقابات و ٣٣% من إجمالي الأعضاء في عام ٢٠٠٥ (واقع المرأة العاملة في دول مجلس التعاون الخليجي واليمن بين الدساتير وقوانين العمل المحلية والعربية والدولية، ٢٠٠٦)

يتضح مما سبق اتساع دور المؤسسات المعنية بشؤون المرأة بشكل عام وبالمراة العاملة بشكل خاص، حيث لم يقتصر الاهتمام من قبل الجمعيات النسائية التي تعتمد على الجهود الاهلية بل تأسست مؤخراً مؤسسات حكومية تهتم بشؤون المرأة ذات الاحتياجات الخاصة مثل المرأة المعنفة والمرأة المطلقة والارملة، ولم يقتصر الاهتمام بتقديم المساعدات المادية بل اتسع نطاق الخدمات المقدمة ليشتمل على المطالبة بحقوق المرأة من خلال المساهمة في سن التشريعات من خلال الاقتراحات المبنية على دراسات ميدانية، إضافة إلى تقديم خدمات الاستشارات القانونية والاجتماعية التي تهدف الى حفظ حقوق المرأة في جميع المجالات والتي تضمن لها حياة كريمة وجواً أسرياً مستقر.

الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات السابقة المتعلقة بالرضا عن الحياة وعلاقته بالمتغيرات

الديمغرافية:

لقد كشفت العديد من الدراسات العلاقة بين الرضا عن الحياة والمتغيرات الديمغرافية مثل العمر والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي للمرأة ومنها دراسة كوشة ومحسني (Kousha & Mohseni, 1997) فقد هدفت إلى الكشف عن المتغيرات ذات العلاقة بالرضا عن الحياة عند النساء الايرانيات المتزوجات وغير المتزوجات في المناطق الحضرية، حيث وزعت ٣٣٥ استبانة، كانت نسبة المتزوجات ٦١%، أما نسبة غير المتزوجات (أرامل ومطلقات) ٣٩%. وقد أسفرت نتائج الدراسة التي وصل إليها الباحثان بأستخدام أسلوب تحليل المسار والجداول التكرارية للبيانات، أن الرضا عن الحياة لدى المتزوجات مرتبط بمدى الرضا الزوجي والرضا الوظيفي، أما غير المتزوجات فيرتبط رضاهن عن حياتهن بالمستوى التعليمي حيث أن لزيادة أو انخفاض المستوى التعليمي له علاقة بشكل مباشر على مدى رضاهن عن حياتهن.

كما أشارت دراسة وانج وآخرون (Wang, et al., 2002) إلى العلاقة بين عمر المرأة ورضاها عن حياتها حيث أجريت الدراسة في اليابان وكان الهدف منها الكشف عن علاقة كل من عوامل الصحة والمساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة لدى الجنسين من كبار السن وذلك من خلال عينة قوامها (١٤٢) فرداً، وقد استخدمت الدراسة الارتباط وتحليل الانحدار المتعدد وكشفت نتائجها أن الرضا عن الحياة لدى النساء مرتبط بالصحة النفسية والعمر، أما عند الرجال فكان مرتبط بالصحة النفسية والمساندة الاجتماعية.

وهدفت دراسة وبستر وتيجمان (Webster & Tiggemann, 2003) إلى كشف العلاقة بين الرضا الجسمي وصورة الذات على مدى الحياة، تكونت عينة الدراسة من ١٠٦ امرأة تراوحت أعمارهن من ٢٠ إلى ٦٠ سنة، وقد استخدم الباحثان عدة مقاييس وهي: اختبار قياس الجسم، أهمية الجسم، الضبط المعرفي للجسم، مفهوم الذات وتقدير الذات. وأسفرت نتائج الدراسة على أن النساء في جميع الفئات (الصغيرات والمتوسطات والمتقدمات في العمر) لم تختلفن في درجة الرضا الجسمي وأهمية الجسم، بالرغم من أن عدم الرضا كان مرتبط بمفهوم الذات وتقدير الذات للعينة الكلية. أستنتج الباحثون أن الاستراتيجيات المعرفية لدى النساء المتقدمات في العمر تحمي مفهوم الذات وتقدير الذات لديهن من تأثير عدم الرضا الجسمي.

جاءت دراسة آهن (Ahn, 2005) كنموذج للدراسات الأوروبية التي تناولت موضوع الرضا عن الحياة، حيث اعتمدت الدراسة على بيانات المسح الاسباني عن نوعية الحياة في العمل، وكان الهدف الرئيسي من الدراسة هو الكشف عن العوامل المؤثرة على رضا الموظفين الاسبان عن الحياة. حيث أكدت النتائج على أن المطلقات والارامل أقل سعادة وبالتالي أقل رضا عن الحياة، كما أكدت النتائج أن للتعليم علاقة قوية بالرضا عن الحياة وخصوصاً عندما يرتبط المستوى التعليمي بالمستوى الوظيفي.

كما قامت بيركل وكونستنتين (Berkel & Constantine, 2005) بدراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية، ومفهوم الذات. وطبقت الدراسة على عينة قوامها ١٦٩ من النساء العاملات وغير العاملات الأمريكيات من اصول افريقية واسيوية في بعض الجامعات الأمريكية بالولايات المتحدة . وطبق الباحثون مقياس الرضا عن الحياة Satisfaction With

Life Scale(SWLS) ، من إعداد دينير وايمونز ولارسن وغريفن (Diener, ١٩٨٥) ، وبينت نتائج الدراسة ان من أهم المنبئات بمتغير الرضا عن الحياة لكلا الفئتين من النساء هو العلاقات الاجتماعية القوية مع الآخرين من الأصدقاء التي تمثل نوعاً من الدعم والمساندة، بينما كان متغير الخلافات العائلية حيث تشعر فيها المرأة بعدم الأمان والدعم من أهم المنبئات بعدم الرضا عن الحياة.

وقد تمت ديفرز وايت ومايرز (Degges-White & Myers, 2006) دراسة هدفت للتعرف إلى العلاقة بين الرضا عن الحياة والصحة النفسية، والمرحلة الانتقالية في العمر على عينة قوامها (٢٢٤) من النساء العاملات وغير العاملات في منتصف العمر تتراوح أعمارهن بين ٣٥-٦٥، واللواتي تختلفن في الخلفية حيث كانت نسبة المتزوجات ٦٥%، والعازبات ١٥,٢%، والمطلقات ١٤,٣%. وكانت النساء العاملات تمثلن نسبة ٦٠,٣% من مجموع افراد العينة. طبقت الباحثتان مقياس Satisfaction With Life Scale (SWLS) من أعداد دينير وآخرين (١٩٨٥) Denier, et. al.,. وبينت نتائج الدراسة اثر دال لمتغير مستوى الدخل للمرأة، وأثر دال للفئة العمرية لصالح الفئة الأكبر عمرا بغض النظر عن كون المرأة عاملة أم غير عاملة، اي انه كلما انتقلت المرأة إلى مرحلة انتقالية عمرية جديدة كان شعورها بالرضا عن الحياة أكبر.

وهدف دراسة جان ومسعود (Jan & Masood, 2008) إلى تقييم الرضا عن الحياة لدى النساء حيث اعتمدت نتائجها على استجابات ١٢٠ امرأة عاملة من جاما وكشمير واللاتي تم اختيارهن بأسلوب العينة الطبقية على المقياس الذي قام الباحثان بإعداده. لقد أسفرت نتائج الدراسة بعد استخدام عدة أساليب أحصائية منها كـ^٢ وتحليل التبيان الاحادي، ومعامل ارتباط بيرسون إلى أن كلما زاد عمر المرأة زاد الشعور بالرضا عن الحياة، كما يزداد الشعور بالرضا عن الحياة كلما زاد الدخل الشهري للمرأة.

لقد اتفقت نتائج الدراسة التي اجراها جونسون وآخرون (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) مع دراسة كوشة ومحسني ودراسة آهن أن كلما أرتفع المستوى التعليمي كلما أرتفع الرضا عن الحياة، كما ان هناك اتفاق بين نتائج الدراسة ونتائج دراسة ويستر وتجمان ودراسة جان ومسعود حيث أن كلما تقدم العمر زاد الرضا عن الحياة حيث تكون الزيادة بنسبة ٨,٥% لكل سنة في عمر الفرد. وقد ركزت الدراسة على تفسير العلاقة بين الرضا عن الحياة وثلاثة أبعاد رئيسية وهي التركيبية الاجتماعية، والقدرات الفردية، وموارد العمل، ويندرج من هذه الابعاد أبعاداً فرعية.

وكانت دراسة (السبيعي، ٢٠٠٧) مثلاً للدراسات العربية التي تناولت متغير الرضا عن الحياة لدى المرأة من خلال الكشف عن العلاقة بين السعادة وكل من الرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط لدى المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية وقد كشفت نتائج الدراسة التي اعتمدت على استجابات أفراد العينة ٢٠٤ امرأة عاملة في جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية عن عدم وجود فروق في درجة الشعور بالرضا عن الحياة بين المتزوجات وغير المتزوجات، كما كشفت أن هناك فروقاً بينهم في درجة الشعور بالرضا عن

الحياة تعزى لمتغير العمر بحيث كلما تقدم العمر زادت درجة الشعور بالرضا عن الحياة، وكذلك هناك فروق تعزى للمستوى التعليمي لصالح الأعلى تعليمياً.

أما على نطاق أوسع فقد أجرت شائق وشان (Cheung & Chan, 2009) دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والمستوى التعليمي لدى أفراد العينة، وقد أعتمد الباحثان على نتائج تقرير قاعدة البيانات العالمية لقياس مستوى السعادة في ٣٥ بلداً من ضمنها دولة عربية واحدة "جمهورية مصر العربية"، وكان الرضا عن الحياة أحد المتغيرات الفرعية. كما تم الاعتماد على عدة قواعد بيانات عالمية لتحديد المستويات التعليمية، وقد كشفت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة أعلى في الدول التي يحصل أفرادها على مستوى تعليمي عالي.

وجاءت دراسة مارتيكائين (Martikainen, 2009) لتؤكد نتائج الدراسات التي سبقتها حيث هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المستوى التعليمي للشباب ومستوى الرضا عن الحياة. وأسفرت نتائجها المعتمدة على البيانات المجمعة من ١٩٢ من الشباب الفنلنديين أن المتعلمون أكثر رضا عن حياتهم.

أما دراسة بورزوماتو وآخرون (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) التي هدفت إلى البحث في العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والعمر الذاتي لعينة من النساء المتزوجات وغير المتزوجات والتي تتراوح أعمارهن بين ٢١-٦٩. وكان عدد أفراد العينة (٣٢٠) امرأة من شرائح متنوعة من المجتمع الأمريكي من النساء الأمريكيات ذات الأصول الأوروبية والأفريقية والآسيوية واللاتينية والأمريكية من السكان الهنود الأصليين. بالنسبة للحالة المدنية كانت نسبة النساء المتزوجات ٦٤,٧%، والعازيات ٢٥,٦%، والمطلقات ٨,١%، والأرامل ١,٦%. وبالنسبة للمستوى التعليمي كانت نسبة الحاصلات على شهادة دون البكالوريوس ٣٦,٢%، ونسبة الحاصلات على شهادة البكالوريوس ٣٩,٦%، ونسبة الحاصلات على شهادة ما بعد البكالوريوس ٢٤,١%. باستخدام تحليل التباين ثنائي الاتجاه بينت النتائج وجود أثر دال للحالة المدنية لأفراد العينة من النساء، حيث بينت نتائج دلالة الفروق بين المتوسطات في المقارنات البعدية باستخدام اختبار شافيه أن دلالة الفروق كانت بين المتزوجات والعازيات لصالح المتزوجات. ولم تكن هناك فروق دالة بين المتزوجات والمطلقات أو الأرامل. كما بينت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب دال بين العمر الذاتي والرضا عن الحياة، وأنه كلما شعرت المرأة أنها أصغر عمراً من عمرها الحقيقي ارتفع مستوى الرضا عن الحياة لديها بغض النظر عن الفئة العمرية للمرأة.

كما قام ساليناس وزملاؤه (Salinas-Jimeenez, Artes, & Salinas-Jimenez, 2011) بدراسة للتأكد من اعتبار التعليم متغير يحقق الرضا عن الحياة وقد أعتمدت الدراسة

على النتائج المستخلصة من استطلاع القيم العالمي (WVS) للعامين ٢٠٠٥-٢٠٠٦ والمطبق على عينة من ١١,٩٣٤ فردا (٥٣% أنثى) في ١١ دولة مشتركة في منظمة التعاون والتنمية والاقتصاد (OECD) وهي "أستراليا، بريطانيا، ألمانيا، إيطاليا، اليابان، هولندا، فرنسا، أسبانيا، السويد، سويسرا، الولايات المتحدة الأمريكية"، وقد أسفرت النتائج بعد أستبعاد أثر المتغيرات الأخرى المؤثرة على الرضا عن الحياة مثل الدخل والصحة، أن متغير التعليم ذو علاقة قوية بمتغير الرضا عن الحياة.

وقام شلال (Shallal, 2011) بدراسة هدفت إلى البحث عن العوامل المؤثرة في الرضا الوظيفي للنساء العاملات بالإمارات العربية المتحدة. وقام بمسح ميداني على عدد ١٢٧٢ من النساء العاملات في القطاع الحكومي والقطاع الخاص في الإمارات السبع. وكانت نسبة النساء المتزوجات ٥٠%، والعازيات ٤٥%، والمطلقات ٤%، والأرامل ١%. وباستخدام تحليل الانحدار المتعدد بينت النتائج ثلاثة عوامل القادرة على التنبؤ بالرضا الوظيفي، وهي العمر والتعليم والدخل. وبينت النتائج وجود ارتباط ايجابي دال بين العمر والرضا الوظيفي لصالح النساء العاملات الأكبر سنا اللواتي ابدن مستوى أعلى من الرضا الوظيفي من النساء العاملات الأصغر سنا. كما بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الوظيفي بين النساء العاملات الحاصلات على مستوى تعليم أعلى من المرحلة الثانوية واولئك الحاصلات على مستوى تعليم أقل من هذه المرحلة لصالح المرحلة الأعلى. وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النساء العاملات الحاصلات على مستوى دخل أعلى واولئك الحاصلات على مستوى دخل أقل في الرضا الوظيفي لصالح مستوى الدخل الأعلى. اما بالنسبة للحالة المدنية فكانت المرأة العاملة المتزوجة أقل تمتعا بالرضا الوظيفي من العازية و المطلقة و الأرملة.

التعقيب على الدراسات السابقة التي تناولت دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والمتغيرات الديمغرافية:

أولا: من حيث هدف الدراسة:

هدفت جميع الدراسات السابقة الى الكشف عن علاقة الرضا عن الحياة بمتغيرات ديمغرافية مختلفة منها (الحالة الاجتماعية، العمر، مستوى التعليم) إلا أن تحقيق هذا الهدف كان هو الهدف الرئيسي لبعض الدراسات مثل دراسات وانج وبرزوماتو وشلال (Wang, et al., 2002) (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) ودراسة ديغرز وايت (Degges-White & Myers, 2006) حيث كان الهدف الرئيسي الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والعمر وجاءت دراسة برزوماتو (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) برؤية

جديدة لعمر المرأة حيث لم تركز على العمر الزمني للمرأة بقدر اهتمامها بالعمر الذاتي من منظور المرأة نفسها، أما دراستي كوشة (Kousha & Mohseni, 1997) و (السبيعي، ٢٠٠٧) فقد ركزت على إيجاد الفروق بين أفراد العينة في مستوى الرضا عن الحياة بناء على الحالة الاجتماعية لهن، أما الدراسات التي كان الهدف الرئيسي لها هو إيجاد العلاقة بين الرضا عن الحياة والمستوى التعليمي فهي دراسة شانق (Cheung & Chan, 2009) ودراسة سليناس (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, Education as a positional good: A life satisfaction approach, 2011). وبالمقابل كان تحقيق هدف إيجاد العلاقة بين الرضا عن الحياة والمتغيرات الديمغرافية هدفاً فرعياً للبعض الآخر من الدراسات حيث كان الهدف الرئيسي لها إيجاد العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغيرات عديدة من ضمنها (الحالة الاجتماعية، العمر والمستوى التعليمي) وهي دراسة ويبستر (Webster & Tiggemann, 2003) ودراسة جان (Jan & Masood, 2008) ودراسة جونسون (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008).

ثانياً: من حيث عينات الدراسة:

لقد اشتملت عينات جميع الدراسات السابقة على مجوئات اناث -حيث تم الاشارة عند وصف العينة أو عند عرض النتائج- سواء كانت العينة الاساسية للدراسة تتكون من النساء فقط، أو تشمل الجنسين، مثل الدراسات التي اعتمدت على البيانات المستخلصة من المسوح وقواعد البيانات والتقارير العالمية منها دراسة آهن (Ahn, 2005) ودراسة شانق (Cheung & Chan, 2009) ودراسة ساليناس (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, Education as a positional good: A life satisfaction approach, 2011).

كما أن هناك تبايناً كبيراً بين أفراد العينات من حيث أختلاف الثقافة والبيئة الجغرافية، حيث أعتمدت عدة دراسات على البيانات المستخلصة من المسوح وقواعد البيانات والتقارير العالمية، وأعتمدت نتائج الدراسات الاخرى على عينات من مناطق جغرافية مختلفة مثل دراسة كوشة على النساء الايرانيات (Kousha & Mohseni, 1997) ودراسة وانج على النساء اليابانيات (Wang, et al., 2002) ودراسة دراسة جان على النساء الهنديات من جاما (Jan & Masood, 2008) ، ودراسة آهن (Ahn, 2005) التي اعتمدت نتائجها على نتائج المسح الاسباني، ودراسة منال (السبيعي، ٢٠٠٧) التي كانت عينتها من النساء السعوديات، ودراستي شانج وسليناس (Cheung & Chan, 2009) و (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, Education as a positional good: A life satisfaction approach, 2011) التي أعتمدت نتائجها على تقارير عالمية من عدة دول مختلفة ودراسة

شلال (Shallal, 2011) التي درست الرضا الوظيفي لدى العاملات بدولة الامارات العربية المتحدة.

ثالثا: من حيث نتائج الدراسات :

هناك تناقض في نتائج الدراسات السابقة بخصوص العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغير الحالة الاجتماعية حيث أكدت بعض الدراسات على أن المرأة المتزوجة أكثر رضا عن حياتها من المرأة غير المتزوجة وهذا ما اسفرت عنه نتائج دراستي آهن وبرزوماتو (Ahn, 2005) وبالمقابل (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) أكدت دراسة منال بأن لا يوجد فروق بين المتزوجات وغير المتزوجات في درجة الرضا عن الحياة (السبيعي، ٢٠٠٧). كما أضافت دراسة كوشة بأن الرضا عن الحياة يرتبط بالرضا الزوجي.

كما أتفقت نتائج جميع الدراسات التي تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغير العمر بأن كلما تقدم العمر زاد الشعور بالرضا عن الحياة، وهذا ما اكدته دراسة كل من ويبستر (Webster & Tiggemann, 2003) ودراسة جان (Jan & Masood, 2008) ودراسة ديغرز وايت (Degges-White & Myers, 2006) ودراسة جونسون (Johnson, Pitt- Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) ودراسة برزوماتو (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) ودراسة منال (السبيعي، ٢٠٠٧) وشلال (Shallal, 2011).

وبالمثل اتفقت نتائج جميع الدراسات التي تناولت العلاقة بين الرضا عن الحياة ومتغير المستوى التعليمي حيث أسفرت النتائج أن كلما أرتفع المستوى التعليمي زاد الشعور بالرضا عن الحياة وهذا ما أكدته دراسة آهن (Ahn, 2005)، ودراسة جونسون (Johnson, Pitt- Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) ودراسة شانق (Cheung & Chan, 2009)، ودراسة ساليناس (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, 2011) Education as a positional good: A life satisfaction approach، وعلى المستوى الخليجي دراسة منال بالمملكة العربية السعودية (السبيعي، ٢٠٠٧) وشلال (Shallal, 2011) بدولة الامارات العربية المتحدة.

ثانيا: الدراسات السابقة المتعلقة بالعلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية:

من جهة أخرى هدفت العديد من الدراسات إلى الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة حيث أكدت دراسة أجريها لويس وبورديز (Lewis & Borders, 1995) أن هناك ارتباط دال بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، حيث أستخلصت النتائج من خلال جمع البيانات اعتمادا على عدة مقاييس لقياس المتغيرات التابعة وهي العوامل العشرة ذات العلاقة بالرضا عن الحياة، أما متغير الرضا عن الحياة فقد تم قياسه اعتمادا على مقياسي دانير وكامبل، تكونت عينة الدراسة من ١٥٢ من النساء المهنيات العازبات (أرامل، مطلقات، لم يسبق لهن الزواج) ممن تتراوح اعمارهن بين ٣٥ - ٦٥ سنة، يعشن في ولاية كارولينا وليس لديهن أبناء.

قام كيم وآخرون (Kim, Sugisawa, Okabayashi, Fukaya, & Shibata, 1999) بدراسة طويلة لمعرفة أثر المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة لدى المسنين اليابانيين (ن = ١٢٨٥)، وتم إجراء المسح الأول في ١٩٨٧ وأجري المسح الثاني في ١٩٩٠. تم قياس المساندة الاجتماعية من جانبين (تقديم وتلقي المساندة الاجتماعية) وبناء عليه تم تقييم أثر المتغيرات على المساندة الاجتماعية خلال الثلاثة سنوات وأثرها على مستوى الرضا عن الحياة بعد ضبط تأثير الحالة الاجتماعية والاقتصادية والوظائف البدنية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن تقديم المساندة الاجتماعية لدى النساء يزيد من مستوى الرضا عن الحياة، أما تلقي المساندة الاجتماعية فليس له علاقة في مستوى الرضا عن الحياة لدى كل من الاناث والذكور. وفي دراسة أجراها إيردوينز وبوفارادي وكاسبرواوبريان (Erdwins, Buffardi, Casper, &

O'Brien, 2001) هدفت إلى البحث في العلاقة بين المساندة الاجتماعية والرضا الوظيفي عن

الدور، وفعالية الذات، وضغوط العمل من حيث التوفيق بين البيت والعمل . وتكونت العينة من ١٢٠ امرأة عاملة متزوجة. استخدم الباحثين مقياس مينوسوتا للرضا الوظيفي ومقياس الرضا عن رعاية الاطفال، ومقاييس مساندة الزوج، ومساندة رئيس العمل، ومساندة المؤسسة ، ومقياس فعالية الذات للوالدية، وفعالية الذات في العمل وبعض مقاييس ضغوط العمل. بينت نتائج الدراسة ان اهم منبئات ضغوط العمل كانت الشعور بفعالية الذات في العمل. كما بينت ان المساندة من قبل الزوج، والمساندة من قبل رئيس العمل من اهم المنبئات بالقدرة على التعامل مع ضغوط العمل من حيث التوفيق بين البيت والعمل. . واما بالنسبة للمساندة الاجتماعية للمؤسسة التي تعمل بها المرأة فكانت مرتبطة ايجابيا بالتعامل الايجابي مع ضغوط العمل لدى النساء اللواتي يتمتعن

بفعالية الذات في العمل.. كما بينت الدراسة الارتباط الايجابي بين عمر المرأة العاملة وقدرتها على التعامل مع ضغوط العمل لصالح المرأة الأكبر عمرا.

قام وانج وآخرون (Wang, et al., 2002) بدراسة أجريت في اليابان وكان الهدف منها الكشف عن علاقة كل من عوامل الصحة والمساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة لدى الجنسين من كبار السن حيث جمعت استجابات ١٤٢ شخصا. وأسفرت النتائج أن الرضا عن الحياة لدى الاناث مرتبط بالصحة النفسية والعمر. أما عند الذكور فكان الرضا عن الحياة مرتبط بالحالة الصحية النفسية والمساندة الاجتماعية، أي أن ليس هناك علاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية لدى النساء.

كما هدفت دراسة أبو بدر وآخرون (Abo-Bader, Rogers, & Barusch, 2003) إلى كشف العلاقة بين الرضا عن الحياة والوضع الجسدي والصحة النفسية والمساندة الاجتماعية ومركز الضبط عند المسنين، حيث تم مقابلة أفراد العينة العشوائية التي اشتملت على ٩٩ من المسنين وذوي الدخل المنخفض ممن يعيشون في مقاطعة يوتا الامريكية من ضمنهم ٨٧ امرأة. أظهرت النتائج أن ما يقارب ٤٠% من المشاركين وصل إلى مستويات عالية من الرضا عن الحياة، كما تحدد من خلال تحليل الانحدار المتعدد أربعة متنبئات رئيسية للرضا عن الحياة وهي: الصحة البدنية المدركة، المساندة الاجتماعية، التوازن العاطفي ومركز الضبط. وكانت الصحة البدنية هي أهم المؤشرات المنبئة بالرضا عن الحياة بنسبة ١٤% من التباين. أما المساندة الاجتماعية والتوازن العاطفي ومركز الضبط فيمثل كل منها ٦%.

بحثت دراسة فان دالين وآخرون (Van-Daalen, Sanders, & Willemsen, 2005) الفروق بين الجنسين في مجال الصحة والصحة النفسية والرضا عن الحياة من خلال أثر المساندة الاجتماعية في مجال العمل وخارج مجال العمل. تكونت عينة الدراسة من ٤٥٩ رجل وامرأة من الأسر الهولندية العاملة، وأظهرت نتائج الدراسة أن النساء أكثر رضا عن حياتهن من الرجال، كما أن النساء يحصلن على المساندة الاجتماعية بشكل أكبر من زملاء العمل مقارنة بالأقرباء والأصدقاء.

كما اسفرت نتائج الدراسة التي قام بها جونسون و آخرون (Johnson, Pitt-Catsouper, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) أن من يعيشون مع أسر أكثر رضا عن حياتهم، وقد كان الهدف من دراستها الكشف عن العوامل المؤثرة عن رضا الموظفين كبار السن عن حياتهم، وقد كان متغير المساندة الاجتماعية أحد الفروع الفرعية للمتغير الاساسي القدرات الفردية الذي تم دراسة علاقته من ضمن عدة متغيرات بمتغير الرضا عن الحياة.

أما دراسة (Martikainen, 2009) التي اعتمدت نتائجها على استجابات ١٩٢ من الشباب الفنلنديين من مواليد عام ١٩٦٨ وقد كان ذلك بعام ٢٠٠١، بالإضافة لعينتين فرعيتين من ذوي المؤهلات الجامعية، حيث كان عدد الذكور ١٨، وعدد الإناث ٢٥. أكدت على أن العلاقة بالاصدقاء والرضا عن الحالة المادية لهما علاقة كبيرة بمستوى الرضا عن الحياة لدى الإناث الفنلنديات، كما كشفت الدراسة بأن تعدد أدوار المرأة يشكل صعوبة أمامها مما يؤثر سلباً على رضاها عن حياتها.

إن المتغيرات ذات العلاقة بمتغير الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة متعددة ومتداخلة، ولحل هذا التداخل بين هذه المتغيرات يجب أن تهتم الدراسات بمناقشة هذه القضية من أبعادها المختلفة.

التعقيب على الدراسات السابقة التي تناولت دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية:

أولاً: من حيث الهدف:

بالرغم من وجود اختلاف بين هدف كل دراسة طبقاً لطبيعة ظروف كل منها، إلا أن معظم هذه الدراسات تركز الهدف منها حول دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية بشكل رئيسي ومباشر، باستثناء دراسة فان (Van-Daalen, Sanders, & Willemssen, 2005) ودراسة جونسون (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) حيث تم اعتبار متغير المساندة الاجتماعية متغير فرعي لمتغير رئيسي يتم دراسة علاقته بمتغير الرضا عن الحياة. كما تناولت جميع الدراسات متغير المساندة الاجتماعية من حيث تلقي عينة الدراسة لها، باستثناء دراسة كيم (Kim, Sugisawa, Okabayashi, Fukaya, & Shibata, 1999) حيث تم دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة ونوعين من المساندة الاجتماعية (تلقي وتقديم المساندة).

ثانياً: من حيث عينات الدراسة:

لقد أشتملت عينات جميع الدراسات السابقة على مبحوثات إناث -حيث تم الإشارة عند وصف العينة أو عند عرض النتائج- باستثناء دراسة جونسون (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008). إلا أن هناك تباين كبير بين هذه العينات، حيث يمكن الاختلاف الأكبر بينها في الفئة العمرية لعينات الدراسة حيث ركزت أربع دراسات على المسنين وكبار السن وهي دراسة وانج (Wang, et al., 2002) ودراسة كيم (Kim, Sugisawa, Okabayashi, Fukaya, & Shibata, 1999) ودراسة جونسون (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008).

ودراسة ابوبكر (Abo-Bader, Rogers, & Barusch, 2003). أما دراسة كل من ليويس (Lewis & Borders, 1995) وفان (Van-Daalen, Sanders, & Willemssen, 2005) فقد تناولت دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية لدى الفئة العمرية الأصغر سناً، أما دراسة ماكتتاينان (Martikainen, 2009) فأعتمدت نتائجها على عينة من الشباب. كما تختلف العينات التي أعتمد الباحثون على أستخراج النتائج عليها في الثقافة والبيئة الجغرافية التي ينتمي لها افراد العينة منها الولايات المتحدة الامريكية (مقاطعة يوتا، وولاية كرويلينا)، اليابان، هولندا، فنلندا.

ثالثاً: من حيث نتائج الدراسات :

هناك تعارض في نتائج الدراسات السابقة حيث أكدت بعض الدراسات على وجود علاقة ايجابية طردية بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية، مثل دراسة اردوينيس وكاسبير وابرويين (Erdwins, Buffardi, Casper, & O'Brien, 2001) ليويس وجونسون وفان ومنتيكانيان وابوبكر (Lewis & Borders, 1995)، (Van-Daalen, Sanders, & Willemssen, 2005)، (Martikainen, 2009)، (Abo-Bader, Rogers, & Barusch, 2003)، وبالمقابل فقد أكدت دراستا وانج وكيم (Wang, et al., 2002)، (Kim, Sugisawa, Okabayashi, Fukaya, & Shibata, 1999) على ان تلقي المساندة الاجتماعية لا يؤدي الى زيادة الشعور بالرضا عن الحياة لدى الاناث. أما دراسة فان (Van-Daalen, Sanders, & Willemssen, 2005) فقد وضحت مصادر المساندة الاجتماعية التي يؤدي توفر المساندة من قبلها لتحقيق مستويات أعلى من الرضا عن الحياة لدى النساء.

انطلاقاً من مشكلة الدراسة وتساؤلاتها، وفي ضوء أهداف الدراسة الحالية، وما سبق عرضه من الدراسات السابقة، قامت الباحثة بصياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة من النساء البحرينيات العاملات على مقياس الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) تعزى لاختلاف المتغيرات الديمغرافية: (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي).

٢. لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير الرضا عن الحياة -البعد الكلي والأبعاد الفرعية- ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية)

٣. لا يمكن التنبؤ بمتغير الرضا عن الحياة من خلال المتغيرات الديمغرافية (العمر - الحالة الاجتماعية - المستوى التعليمي) ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة.

الفصل الثالث

الطريقة والاجراءات

الفصل الثالث

الطريقة والاجراءات

منهج الدراسة

اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي بفرعيه الارتباطي والمقارن للكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة، وتحديد الفروق بين أفراد العينة في الرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديمغرافية (الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي)

كما استخدمت الفرع التنبؤي للمنهج الوصفي الارتباطي لتحديد مدى امكانية التنبؤ بمتغير الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة بناء على توفر المساندة الاجتماعية وتبعاً للمتغيرات الديمغرافية.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع النساء البحرينيات العاملات واللاتي يبلغ عددهن (٤١٠٦٣)، ويمكن تقسيمهن بناء على السجلات الرسمية المقيديات بها كما يلي:

- المسجلات بديوان الخدمة المدنية (١٦٨٨٩)
- المسجلات بالهيئة العامة للتأمينات الاجتماعية (٢٤١٧٤) (الجهاز المركزي للمعلومات، ٢٠١٢).

عينة الدراسة:

قامت الباحثة باستخدام عينتين مستقلتين: عينة استطلاعية وعينة أساسية.

العينة الاستطلاعية:

تكونت العينة الاستطلاعية من ٤٨ امرأة بحرينية عاملة، تم اختيارهن باتباع اسلوب العينة العشوائية.

وكان الهدف من هذه العينة الاستطلاعية مايلي:

أ. التحقق من أدوات الدراسة من حيث مدى وضوح عباراتها وسلامة تعليماتها.

- ب. احتساب الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) للأدوات.
- ج. الوقوف على نواحي القصور في المقاييس بهدف تعديلها قبل تطبيق الأدوات على العينة الأساسية.

وصف العينة الاستطلاعية:

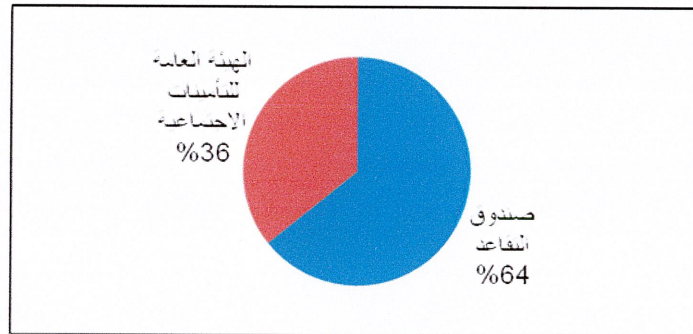
بلغ عدد أفراد العينة الاستطلاعية ٤٨ امرأة بحرينية عاملة، تم اختيارهن بأسلوب العينة العشوائية من المجتمع الأصلي، اعتماداً على الجهود الذاتية للباحثة لصعوبة الحصول على التصريح بالتطبيق الرسمي في المؤسسات الرسمية.

العينة الأساسية:

سعت الباحثة الى ان يكون حجم العينة ٤١٠ امرأة عاملة أي ما نسبته ١% من مجتمع الدراسة على ان تكون ممثلة للمجتمع الأصلي من حيث نسبة البحرينيات العاملات والمسجلات بديوان الخدمة المدنية ١٦٨، والمسجلات بالهيئة العامة للتأمينات الاجتماعية ٢٤٢.

جدول (١)
توزيع عينة الدراسة حسب سجلات القيد

سجلات القيد	العدد	النسبة المئوية
صندوق التقاعد	٢٠٦	٦٤%
الهيئة العامة للتأمينات الاجتماعية	١١٥	٣٦%
المجموع	٣٢١	١٠٠%



شكل (١) توزيع عينة الدراسة حسب سجلات القيد

ولكن الباحثة اكتفت بالعينة التي أمكن الحصول عليها من المجتمع متاح، حيث كان حجم العينة ٣٢١ امرأة عاملة تم اختيارها من الموظفات المقيدات بسجلات صندوق التقاعد من الوزارات الاربع التي تتميز بتمركز النساء في العمل بها (وزارة التربية والتعليم، وزارة التنمية الاجتماعية، وزارة الصحة، المجلس الأعلى للمرأة) حسب إحصائيات الجهاز المركزي للمعلومات

لسنة ٢٠٠٩. وتم الاختيار من ضمن موظفات هذه الوزارات بأسلوب العينة العشوائية من المجتمع متاح.

جدول (٢) عدد ونسبة توزيع الموظفين والموظفات البحرينيين في الوزارات الأربع

الموظفون البحرينيون		الموظفات البحرينيات		الوزارة
العدد	النسبة	العدد	النسبة	
٥٠٥٣	%٣٤	٩٨١٧	%٦٦	وزارة التربية والتعليم
٣٣٢٥	%٤٥	٤٠٨٨	%٥٥	وزارة الصحة
٢٦٩	%٤١	٣٩٥	%٥٩	وزارة التنمية الاجتماعية
٤١	%٣٦	٧٤	%٦٤	المجلس الاعلى للمرأة*

* احصائية المجلس الاعلى للمرأة لسنة ٢٠١٢

أما الموظفات المقيدات بسجلات الهيئة العامة للتأمينات الاجتماعية فقد تم اختيارهن بأسلوب العينة العشوائية العنقودية من أربع شركات (شركة نفط البحرين، شرطة مطار البحرين، شركة خدمات مطار البحرين، شركة البحرين للاتصالات السلكية واللاسلكية) حيث تم اختيارها بطريقة قصاصات الورق من ضمن أكبر عشر شركات بمملكة البحرين.

ويمكن توضيح عدد نسخ المقاييس الموزعة والمستردة والمقبولة من خلال جدول (٣):

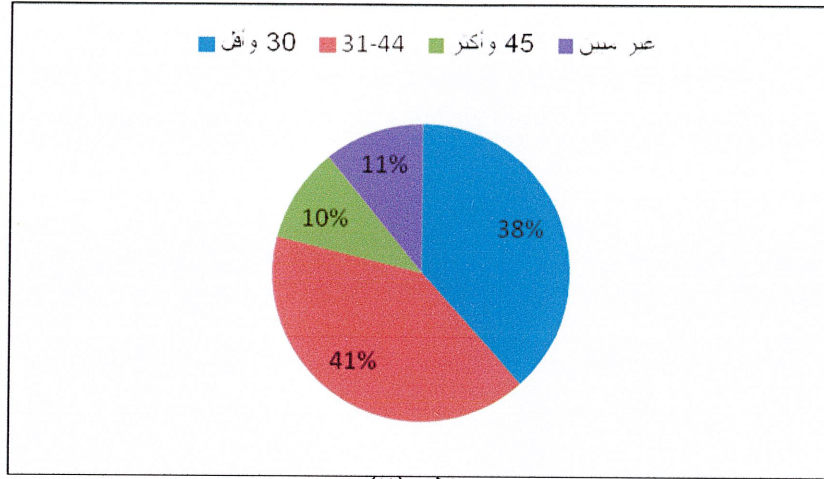
جدول (٣)
عدد نسخ المقاييس الموزعة والمستردة والمقبولة

عدد النسخ				المؤسسة
المقبولة	غير المقبولة	المستردة	الموزعة	
٨٥	١٠	٩٥	١٢٥	وزارة التربية والتعليم
٤٤	٤	٤٨	٧٥	وزارة الصحة
٤٦	٤	٥٠	٧٥	وزارة التنمية الاجتماعية وحقوق الانسان
٣١	—	٣١	٧٥	المجلس الاعلى للمرأة
٥٠	١	٥١	١٢٥	شركة خدمات مطار البحرين (باس)
٣٠	٥٧	٨٧	١٢٥	شركة مطار البحرين
٢٣	—	٢٣	١٢٥	شركة البحرين للاتصالات السلكية واللاسلكية (بتلكو)
١٢	٢	١٤	٧٥	شركة نفط البحرين (بابكو)
٣٢١	٧٨	٣٩٩	٨٠٠	المجموع

يتضح من الجدول السابق الفرق الكبير بين عدد النسخ الموزعة وعدد النسخ المقبولة، ويعتبر هذا إحدى الصعوبات التي واجهت الباحثة، حيث لم تستجب الكثير من النساء العاملات، وخصوصا الموظفات المقيديات بهيئة التأمينات الاجتماعية بشكل مرض مما أدى إلى استبعاد استجاباتهم.

جدول (٤)
تقسيم عينة الدراسة حسب الفئات العمرية

النسبة	العدد	الفئة العمرية
٣٨%	١٢٣	٣٠ فأقل
٤١%	١٣٠	٣١-٤٤
١٠%	٣٣	٤٥ فأكثر
١١%	٣٥	غير مبين
١٠٠%	٣٢١	المجموع

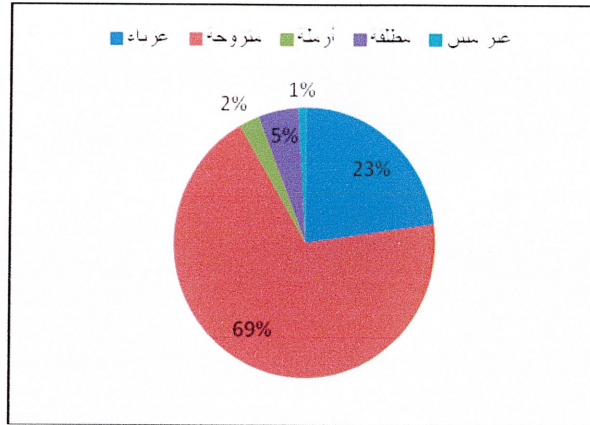


شكل (٢) يوضح نسبة نسب توزيع أفراد العينة حسب الفئات العمرية

تراوحت أعمار أفراد العينة من ١٩ سنة إلى ٦٠ سنة بمتوسط حسابي ٣٣,٤ وانحراف معياري ٨,٤. ويتضح من الشكل (٢) أن معظم الإناث من أفراد العينة تقعن في الفئتين العمريتين (٣٤-٤٤) و(٣٠ وأقل) بنسبة ٤١% و ٣٨% على التوالي، لأنها تتضمن مرحلة الانتاج والمشاركة، وبالمقابل كان عدد أفراد العينة قليلا جدا للفئة العمرية الثالثة (٤٥ وأكثر) بنسبة ١١% فقط. وقد يرجع ذلك بسبب التقاعد المبكر للمرأة البحرينية.

جدول (٥) وصف عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	العدد	الحالة الاجتماعية
٢٣%	٧٣	عزباء
٦٩%	٢٢١	متزوجة
٢%	٨	أرملة
٥%	١٦	مطلقة
١%	٣	غير مبين
١٠٠%	٣٢١	المجموع



شكل (٣)

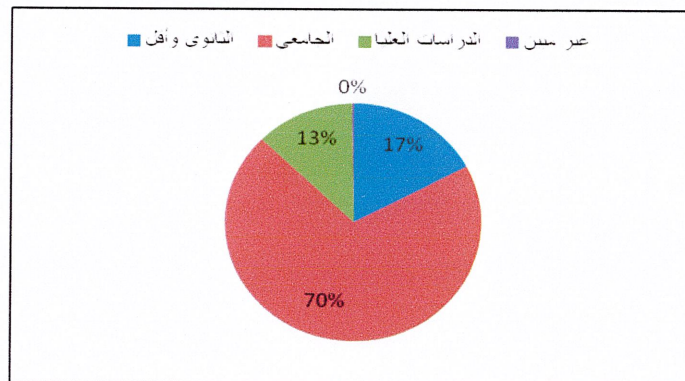
تقسيم أفراد العينة حسب الحالة الاجتماعية

يتضح من الشكل (٣) أن معظم الإناث أفراد العينة كن من المتزوجات بنسبة ٦٩% أما ربع العينة تقريبا فقد كن من العازبات اللاتي لم يسبق لهن الزواج، وجاءت نسبة الارامل والمطلقات ضئيلة ٥% و ١% على التوالي.

جدول (٦)

وصف عينة الدراسة من حيث المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	العدد	النسبة المئوية
الثانوي وأقل	٥٥	١٧%
الجامعي	٢٢٥	٧٠%
الدراسات العليا	٤٠	١٣%
غير مبين	١	٠%
المجموع	٣٢١	١٠٠%



شكل (٤)

توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

يتضح من الشكل (٤) أن أغلب الإناث من أفراد العينة كن من الحاصلات على الشهادات الجامعية بنسبة ٧٠%، وجاءت نسبة الحاصلات على الشهادة الثانوية فأقل ١٧%، أما نسبة الحاصلات على درجة الماجستير فأعلى فقد كانت ١٣%.

أدوات الدراسة

أولاً: مقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة

أبعاد مقياس الرضا عن الحياة

فيما يلي عرض لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة، حسب العبارات الايجابية والعكسية التي يتضمنها

كل بعد:

وصف ابعاد مقياس الرضا عن الحياة وتوزيع العبارات على الابعاد				
العدد	العبارة	العكسية	العبارة	وصف البعد
٥	١٨، ٥	٣، ١	٢١	الرضا عن الذات مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى تقبلها لذاتها
٥	١٩، ٤٠	١٠، ٧	٣٧	الرضا عن الحالة المادية مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى تقبلها لوضعها المادي الحالي
٥	٦، ٩، ١٢	٢٨، ٢٠		الرضا عن العلاقات الاجتماعية مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى توافقها مع المحيطين بها
٥	١٣، ٢٩، ٢٥	٨، ٢٠	٣٨	الرضا عن الحالة الصحية مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى تقبلها لوضعها الصحي الحالي
٥	٢٧، ٢٣، ١٤	٣٩، ٣٠		الرضا عن الوظيفة مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية

الادراكية والمعرفية لمدى تقبلها لوضعها الوظيفي الحالي				
الرضا عن الحقوق السياسية	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى أقتناعها بتمتعها بالحقوق السياسية	٤، ١١، ٥	٥	
الرضا عن الفرص الابداعية	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى أقتناعها بالفرص الابداعية المتاحة لها حاليا	٢، ١٦، ٢٤، ٢٦، ٣٦	٥	
التفاؤل	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة من الناحية الادراكية والمعرفية لمدى شعورها بالتفاؤل والاستبشار	٣٣، ٣٤، ١٧، ٢٢، ٣٥	٥	

الخلفية النظرية لمقياس الرضا عن الحياة

تم بناء مقياس الرضا عن الحياة من قبل الباحثة وفقا للخطوات التالية:

١. مراجعة الأدبيات السابقة المتعلقة بالدراسة الحالية، والاطلاع على مقاييس الرضا عن الحياة.
٢. تحديد التعريف الإجرائي للرضا عن الحياة، وهو:
 - تقبل المرأة البحرينية العاملة لذاتها.
 - توافق المرأة البحرينية العاملة مع المحيطين بها.
 - تقبل المرأة البحرينية العاملة لوضعها الصحي، السياسي، المادي، والوظيفي.
 - أقتناع المرأة البحرينية العاملة بالفرص الابداعية المتاحة لها.
 - شعور المرأة البحرينية العاملة بالتفاؤل والاستبشار.
٣. تحديد ثمانية مجالات فرعية للرضا عن الحياة بناء على التعريف الاجرائي وهي: الرضا عن الحالة المادية، الرضا عن تمتع المرأة بالحقوق السياسية، الرضا عن العلاقات الاجتماعية،

الرضا عن الذات، الرضا بالحالة الصحية، الرضا الوظيفي، الشعور بالتفاؤل، الرضا عن الفرص الإبداعية.

بناءً على الخطوات السابقة أعدت الباحثة الصورة المبدئية لمقياس الرضا عن الحياة. حيث حددت طريقة التصحيح من خلال وضع تعليمات بسيطة تتضمن أن يجيب أفراد العينة عن كل بند من بنود المقياس تبعاً لبدائل خمسة اعتماداً على مقياس ليكرت الخماسي هي: دائماً، ووزنها (٥). غالباً، ووزنها (٤). أحياناً، ووزنها (٣). نادراً، ووزنها (٢). مطلقاً، ووزنها (١). على أن يتم عكس الاوزان للعبارات العكسية. بحيث كلما زاد مجموع استجابة افراد العينة دل ذلك على ارتفاع مستوى الشعور بالرضا عن الحياة.

الشروط السيكمترية:

تم التحقق من الشروط السيكمترية من خلال تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، والتي تكونت من ٤٨ امرأة بحرينية عاملة تم اختيارهن اعتماداً على أسلوب العينة العشوائية من المجتمع متاح، لصعوبة الاجراءات المطلوبة للوصول إلى عينات عشوائية أخرى، وكان الهدف من هذه العينة الاستطلاعية:

أ. التحقق من المقياس، من حيث مدى وضوح العبارات، وسلامة التعليمات، وتحديد الزمن المناسب والمتطلب للتطبيق.

ب. احتساب الخصائص السيكمترية للمقياس (الصدق والثبات).

ج. الوقوف على نواحي القصور في المقياس بهدف تعديله قبل تطبيقه على العينة الأساسية.

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس بإتباع الطرق التالية:

الصدق الظاهري

تم التعرف على الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض الصورة المبدئية على عشرة أساتذة متخصصين في علم النفس بجامعة البحرين وجامعة الخليج العربي. كما عرض على مديرة مركز معلومات المرأة التابع للمجلس الأعلى للمرأة، للتأكد من سلامة صياغة العبارات، ومدى ارتباطها بموضوع المقياس (الملحق ٣)

الصدق البنائي (الاتساق الداخلي)

تم حساب الصدق البنائي للمقياس وذلك بحساب ارتباط درجة كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية على النحو التالي:

جدول (٨) معاملات ارتباط أبعاد مقياس الرضا عن الحياة بالدرجة الكلية (ن=٤٨)

معامل الارتباط	البعد
٠,٧٠**	الرضا عن الذات
٠,٦٤**	الرضا عن الحالة المادية
٠,٥٠**	الرضا عن العلاقات الاجتماعية
٠,٧٣**	الرضا عن الحالة الصحية
٠,٧٠**	الرضا عن الوظيفة
٠,٦٠**	الرضا عن الحقوق السياسية
٠,٥٢**	الرضا عن الفرص الابداعية
٠,٨١**	التفاؤل

** دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط تتراوح بين (٠,٥٠) و (٠,٨١) ، وهي دالة عند مستوى $P \geq ٠,٠١$ ، مما يدل على إتساق المقياس وصدق محتواه في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات المقياس

معامل ألفا α (كرونباخ)

تم حساب ثبات كل بعد من ابعاد مقياس الرضا عن الحياة باستخدام معامل ألفا α (كرونباخ)، كامل كما موضح في جدول (٩).

جدول (٩)
معاملات ثبات مقياس الرضا عن الحياة بحساب معامل الثبات " الفا كرونباخ " (ن=٤٨)

البعد	معامل الفا
الرضا عن الذات	٠,٧٦
الرضا عن الحالة المادية	٠,٦٤
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٠,٦٥
الرضا عن الحالة الصحية	٠,٧١
الرضا عن الوظيفة	٠,٦٨
الرضا عن الحقوق السياسية	٠,٧٧
الرضا عن الفرص الابداعية	٠,٦٠
التفاؤل	٠,٦٩
مقياس الرضا عن الحياة	٠,٨٩

يتضح من الجدول السابق أن معامل الفا كرونباخ لأبعاد مقياس الرضا عن الحياة يتراوح بين (٠,٦٠) و (٠,٧٧)، وهي معاملات ثبات مرتفعة ومقبولة، وكان معامل الثبات للمقياس الكلي (٠,٨٩) وذلك يشير أن المقياس يتمتع بقدر عال من الثبات.

ثانياً: مقياس المساندة الاجتماعية لدى المرأة البحرينية العاملة

أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية

فيما يلي عرض لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية، حسب العبارات الايجابية والعكسية التي يتضمنها كل بعد:

جدول (١٠) وصف ابعاد مقياس المساندة الاجتماعية وتوزيع العبارات على الابعاد			
البعد	وصف البعد	العبارات الايجابية	العبارات العكسية
مساندة أفراد الأسرة	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل أفراد أسرتها.	٣، ٩، ١٣، ١٦	١، ٥
مساندة الصديقات	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل صديقاتها.	٦، ٤، ١٢، ١٥، ١٨	٥
مساندة زملاء العمل	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل زملاء وزميلات العمل.	٧، ١٠، ٢٠، ١٩، ١٤	٥
مساندة مؤسسات المجتمع	مجموعة من الاستجابات العقلية التي تبين حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل مؤسسات المجتمع.	٢، ٥، ٨، ١١، ١٧	٥

الخلفية النظرية لمقياس المساندة الاجتماعية

تم بناء مقياس المساندة الاجتماعية من قبل الباحثة وفقاً للخطوات التالية:

١. مراجعة الادبيات السابقة المتعلقة بالدراسة الحالية ، وقد تبنت الباحثة ما جاءت به النظرية الكلية في تفسير المساندة الاجتماعية والاطلاع على مقاييس المساندة الاجتماعية، منها: مقياس

(دانيال) ومقياس (السوسي و عبدالمقصود) (الحري، ٢٠٠٨) (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, The Multidimensional Scale of Perceived Social Support, 1988)

٢. تحديد التعريف الاجرائي للمساندة الاجتماعية وهو:

- حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل أفراد أسرتها.
- حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل صديقاتها.
- حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل زملاء وزميلات العمل.
- حكم المرأة البحرينية العاملة لمستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لها من قبل مؤسسات المجتمع.

٣. تحديد أربعة مصادر للمساندة الاجتماعية بناء على التعريف الاجرائي وهي: مساندة أفراد الأسرة، ومساندة الصديقات، ومساندة زملاء العمل، ومساندة مؤسسات المجتمع.

بناء على الخطوات السابقة أعدت الباحثة مقياس المساندة الاجتماعية. حيث حددت طريقة التصحيح من خلال وضع التعليمات التي تتضمن أن يجب أفراد العينة عن كل بند من بنود المقياس تبعاً لبدائل خمسة اعتماداً على مقياس ليكرت الخماسي هي: دائماً، ووزنها (٥). غالباً، ووزنها (٤). أحياناً، ووزنها (٣). نادراً، ووزنها (٢). مطلقاً، ووزنها (١). على أن يتم عكس الاوزان للعبارات العكسية. حيث ان كلما زاد مجموع استجابة افراد العينة دل ذلك على زيادة المساندة الاجتماعية المقدمة.

خطوات حساب الشروط السيكومترية لادوات الدراسة:

تم التحقق من الشروط السيكومترية من خلال تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية والتي تكونت من (٤٨) امرأة بحرينية عاملة تم اختيارهن اعتماداً على أسلوب العينة العشوائية من المجتمع المتاح، لصعوبة الاجراءات المطلوبة للوصول إلى عينات عشوائية أخرى، وكان الهدف من هذه العينة الاستطلاعية:

أ- التحقق من المقياس من حيث مدى وضوح العبارات وسلامة التعليمات.

ب- احتساب الخصائص السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات).

ج- الوقوف على نواحي القصور في المقياس بهدف تعديله قبل تطبيقه على العينة الأساسية.

صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس باتباع الطرق التالية:

الصدق الظاهري

تم التعرف على الصدق الظاهري للمقياس من خلال عرض الصورة المبدئية على عشرة أساتذة متخصصين في علم النفس بجامعة البحرين، وجامعة الخليج العربي، ومركز معلومات المرأة التابع للمجلس الأعلى للمرأة، للتأكد من سلامة صياغة العبارات ومدى ارتباطها بموضوع المقياس (الملحق ٣)

الصدق البنائي (الاتساق الداخلي)

تم حساب الصدق البنائي للمقياس وذلك بحساب ارتباط درجة كل بعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية على النحو التالي:

جدول (١١) معاملات ارتباط أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية بالدرجة الكلية (ن=٤٨)	
المعامل الارتباط	البعد
**٠,٧٣	مساندة أفراد الأسرة
**٠,٨٥	مساندة الصديقات
**٠,٨٨	مساندة زملاء العمل
**٠,٧٦	مساندة مؤسسات المجتمع
**دالة عند مستوى $P \geq 0.01$	

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط تتراوح بين (٠,٧٣) و (٠,٨٨) ، وهي دالة عند مستوى $P \geq 0.01$ مما يدل على إتساق المقياس وصدق محتواه في قياس ما وضع لقياسه.

ثبات المقياس

معامل ألفا α (كرونباخ)

تم حساب ثبات كل بعد من ابعاد مقياس الرضا عن الحياة بإستخدام معامل ألفا α (كرونباخ)، كما تم حساب ثبات المقياس الكلي، كما موضح في جدول (١٢).

جدول (١٢)
معاملات ثبات مقياس المساندة الاجتماعية بطريقة الفا كرونباخ (ن=٤٨)

المعامل الفا	البعد
٠,٨١	مساندة أفراد الأسرة
٠,٨٥	مساندة الصديقات
٠,٥٨	مساندة زملاء العمل
٠,٧٠	مساندة مؤسسات المجتمع
٠,٨٩	مقياس المساندة الاجتماعية

يتضح من الجدول السابق أن معامل الفا كرونباخ لأبعاد مقياس المساندة الاجتماعية يتراوح بين (٠,٥٨) و (٠,٨٥)، وكان معامل الثبات للمقياس الكلي (٠,٨٩)، وذلك يشير أن المقياس يتمتع بقدر عالٍ من الثبات.

إجراءات تطبيق الدراسة وتفرغ البيانات:

قامت الباحثة بالخطوات التالية خلال التطبيق الميداني للدراسة:

١. تأكدت الباحثة من صلاحية أدوات الدراسة للتطبيق ثم قامت بتحديد عينة الدراسة بشكل علمي، وتمت مخاطبة المؤسسات المعنية بغرض الحصول على الموافقة على إجراء الدراسة وتسهيل مهمة الباحثة موضحة خصائص العينة المطلوبة.
٢. قامت الباحثة بتسليم نسخ المقاييس لأقسام العلاقات العامة بالوزارات والشركات المحددة وأكدت على تعليمات الاستجابة التي تم إدراجها في الصفحة الأولى لنسخ المقاييس المطبقة.

٣. قامت الباحثة بفرز المقاييس واستبعاد النسخ غير المقبولة بسبب عدم استكمالها.

٤. تم تصحيح المقاييس، وفق أسلوب التصحيح المتبع والذي تم توضيحه فيما سبق.

المعالجة الإحصائية للبيانات:

تم الاعتماد على التحليلات الإحصائية التالية لتحقيق أهداف الدراسة على النحو التالي:

١. حساب معاملات صدق مقياسي الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية من خلال التحقق من الصدق البنائي (الاتساق الداخلي) بحساب ارتباط درجة كل بعد من ابعاد المقياس بالدرجة الكلية.
٢. حساب معاملات الثبات لمقياسي الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية من خلال حساب معامل الفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس الكلي.
٣. التحقق من دلالة الفروق بين متوسطات درجات افراد العينة على مقياس الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) باختلاف المتغيرات الديمغرافية (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي) بأستخدام اختبار تحليل التباين الاحادي One Way ANOVA.
٤. تحديد موضع واتجاه التأثير ذي الدلالة بأستخدام اختبار "شيفيه Sheffe" للمقارنات البعدية Post Hoc Tests.
٥. التحقق من دلالة العلاقة بين متغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي و الابعاد الفرعية) ومتغير المساندة الاجتماعية (البعد الكلي والابعاد الفرعية) بأستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson's Correlation.
٦. التحقق من إمكانية التنبؤ بمتغير الرضا عن الحياة من خلال المتغيرات الديمغرافية (العمر - الحالة الاجتماعية - المستوى التعليمي) والمساندة الاجتماعية بأستخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression Analysis.

الفصل الرابع
نتائج الدراسة ومناقشتها
والتوصيات

الفصل الرابع

نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

نستعرض في هذا الفصل النتائج التي تم التوصل إليها بعد تحليل البيانات، بهدف التحقق من الفروض العلمية للدراسة، ثم مناقشة هذه النتائج في ضوء ما كشفت عنه الدراسات السابقة في هذا الموضوع، وفي نهاية الفصل عرض لأهم التوصيات الاجرائية وأقتراحات الباحثة.

اولا: التحقق من صحة الفرض الاول:

ينص الفرض الاول على أن "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة من النساء البحرينيات العاملات على مقياس الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) تعزى لاختلاف المتغيرات الديمغرافية: (الفئة العمرية- الحالة الاجتماعية- المستوى التعليمي)".

لاختبار الفرض الاول تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الرضا عن الحياة حسب الفئات العمرية والحالة الاجتماعية والمستوى العلمي كما هو مبين في الجدول التالي ثم تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه كما هو مبين في الجدول (١٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) حسب الفئات العمرية				
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئات العمرية	أبعاد الرضا عن الحياة
٣,٥	١٩,١	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الذات
٣,٥	١٨,٤	١٣٠	٤٤-٣١	
٢,٩	٢٠,٧	٣٣	أكثر ٤٥	
٣,٥	١٩	٢٨٦	المجموع	
٣,١	١٧,٧	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الحالة المادية
٣,٣	١٧,٤	١٣٠	٤٤-٣١	
٢,٩	١٨,٦	٣٣	أكثر ٤٥	
٣,١	١٧,٧	٢٨٦	المجموع	
٣,٣	٢٠,٦	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن العلاقات

٣,٧	١٩,٨	١٣٠	٤٤-٣١	الاجتماعية
٣,١	٢٠,٣	٣٣	اكثر ٤٥	
٣,٥	٢٠,٢	٢٨٦	المجموع	
٣,٣	١٩,٢	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الحالة الصحية
٣,٦	١٨,٢	١٣٠	٤٤-٣١	
٢,٨	١٩,٦	٣٣	اكثر ٤٥	
٣,٤	١٨,٨	٢٨٦	المجموع	
٣,٤	١٧,٥	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الوظيفة
٥,١	١٧,٦	١٣٠	٤٤-٣١	
٣,١	١٨,٧	٣٣	اكثر ٤٥	
٤,٣	١٧,٧	٢٨٦	المجموع	
٤,٢	١٨,٧	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الحقوق السياسية
٥,٧	١٨,٢	١٣٠	٤٤-٣١	
٤,٥	١٧,٣	٣٣	اكثر ٤٥	
٥	١٨,٣	٢٨٦	المجموع	
٣,٢	١٥,٩	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الفرص الابداعية
٣,١	١٤,٦	١٣٠	٤٤-٣١	
٣,٦	١٥,٨	٣٣	اكثر ٤٥	
٣,٣	١٥,٣	٢٨٦	المجموع	
٣,٤	١٧,١	١٢٣	٣٠ وأقل	التفاؤل
٥,٨	١٧,١	١٣٠	٤٤-٣١	
٣,٧	١٨	٣٣	اكثر ٤٥	
٤,٧	١٧,٢	٢٨٦	المجموع	
١,٥	١٨,٨	١٢٣	٣٠ وأقل	الرضا عن الحياة
١,٤	٢٠,٧	١٣٠	٤٤-٣١	
١,٥	١٦,٢	٣٣	اكثر ٤٥	
١,٤	١٩,٥	٢٨٦	المجموع	

جدول (١٤)
قيمة ف ودلالاتها الاحصائية في تحليل التباين الاحادي
بين افراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الفئات العمرية

أبعاد الرضا عن الحياة	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الرضا عن الذات	١٤٠,٨	٢	٧٠,٤	٥,٩**	٠,٠٠٣
الرضا عن الحالة المادية	٣٣,٦	٢	١٦,٨	١,٧	٠,١٩
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	٤٥,٨	٢	٢٢,٩	١,٨	٠,١٥
الرضا عن الحالة الصحية	٩١,٨	٢	٤٥,٩	٣,٩*	٠,٠٢
الرضا عن الوظيفة	٣٥,٥	٢	١٧,٧	٠,٩٥	٠,٣٨
الرضا عن الحقوق السياسية	٥٦,٣	٢	٢٨,٢	١,١	٠,٣٢
الرضا عن الفرص الابداعية	١١٠,٩	٢	٥٥,٥	٥,١**	٠,٠٠٦
التفاؤل	٢٠,٧	٢	١٠,٣	٠,٤٦	٠,٦٣٠
الرضا عن الحياة	٢١٢٧	٢	١٠٦٣	٢,٨	٠,٦٢

*دالة عند مستوى ٠,٠٥

**دالة عند مستوى ٠,٠١

يوضح جدول (١٤) تحليل التباين الاحادي لأفراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الفئات العمرية (ن = ٣٢١)، ويتضح أن قيمة ف دالة لبعد الرضا عن الذات عند مستوى (٠,٠٠٣)، حيث كانت قيمتها (٥,٩)، بالإضافة إلى أن قيمة ف دالة لبعد الرضا عن الفرص الابداعية عند مستوى (٠,٠٠٦)، حيث كانت قيمتها (٥,١). كما أن قيمة ف دالة لبعد الرضا عن الحالة الصحية عند مستوى دلالة (٠,٠٢) حيث كانت قيمتها (٣,٩). أما قيمة ف للابعد الاخرى فلم تكن دالة مما يؤكد على عدم وجود فروق بين أفراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تعزى لاختلاف الفئات العمرية.

وعندما جاءت الفروق دالة لبعدي الرضا عن الذات والرضا عن الفرص الابداعية من خلال تحليل التباين الاحادي، تطلب ذلك تحديد موضع واتجاه التأثير ذي الدلالة لذا تم تطبيق اختبار "شيفيه Scheffe" للمقارنات البعدية Post Hoc Tests. والجدول التالية توضح ما توصلت إليه النتائج.

جدول (١٥)

نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الذات

الفئة العمرية (أ)	الفئة العمرية (ب)	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
٣٠ وأقل	٤٤-٣١	٠,٦٣	٠,٤٣١	٠,٣٣٨ غير دالة
٤٥ وأكثر	٤٥ وأكثر	١,٦٦*	٠,٦٧١	٠,٠٤٩ دالة
٤٤-٣١	٣٠ وأقل	٠,٦٣-	٠,٤٣١	٠,٣٣٨ غير دالة
٤٥ وأكثر	٤٥ وأكثر	٢,٢٩*	٠,٦٦٧	٠,٠٠٣ دالة
٤٥ وأكثر	٣٠ وأقل	١,٦٦*	٠,٦٧١	٠,٠٤٩ دالة
٤٤-٣١	٤٤-٣١	٢,٢٩*	٠,٦٦٧	٠,٠٠٣ دالة

*دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق ان توجد فروق دالة بين الفئتين العمريتين (٣٠ وأقل) و (٤٥ وأكثر) عند مستوى $\alpha \leq ٠,٠٥$ لصالح الفئة الثانية من النساء البحرينيات العاملات. كما أن هناك فروق دالة بين الفئتين العمريتين (٤٤-٣١) و (٤٥ وأكثر) عند مستوى $\alpha \leq ٠,٠٥$ لصالح الفئة الثانية من النساء البحرينيات العاملات.

أي أن المرأة في الفئة العمرية الأكبر (٤٥ وأكثر) أكثر رضا عن ذاتها.

تتفق هذه النتيجة مع ما جاءت به دراسة (Webster & Tiggemann, 2003) التي هدفت الى كشف العلاقة بين الرضا الجسمي وصورة الذات على مدى الحياة لدى ١٠٦ امرأة تتراوح أعمارهن بين (٢٠-٦٠ سنة) بأن الاستراتيجيات المعرفية لدى النساء المتقدمات في العمر تحمي مفهوم الذات عن عدم الرضا عن الحياة.

وبالمثل اتفقت النتيجة مع ما اسفرت عنه دراسة (Degges-White & Myers, 2006) التي هدفت للتعرف إلى العلاقة بين الرضا عن الحياة والصحة النفسية، والمرحلة الانتقالية في العمر لدى النساء العاملات وغير العاملات في منتصف العمر واللاتي تتراوح اعمارهن بين ٣٥-٦٥ بأن كلما انتقلت المرأة إلى مرحلة انتقالية عمرية جديدة كان شعورها بالرضا عن الحياة أكبر.

كما أتفقت النتيجة مع دراسة كل من (Jan & Masood, 2008) التي هدفت الى تقييم الرضا عن الحياة لدى النساء بأقليم جاما وكشمير بالهند، ودراسة (Johnson, Pitt- & Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) التي هدفت الى الكشف عن

العوامل المؤثرة في رضا الموظفين كبار السن عن حياتهم، ودراسة (السبيعي، ٢٠٠٧) التي هدفت الى كشف العلاقة بين السعادة وكل من الرضا عن الحياة ووجهة الضبط لدى العاملات بجامعة الامام محمد بن سعود بالمملكة العربية السعودية، حيث أسفرت نتائجها بأن كلما تقدم العمر زاد الشعور بالرضا عن الحياة.

ويرجع تفسير هذه النتيجة أن كلما تقدم عمر المرأة يتحقق نضج شخصيتها، وينخفض سقف احتياجاتها وتطلعاتها مما كانت عليه، بالإضافة إلى طبيعة ثقافة مجتمعنا الاسلامي الذي يركز على مبادئ القناعة والتركيز على الذات بعيداً عن مظاهر الحياة الزائفة وهذا كفيل بتحقيق رضاها عن ذاتها و حياتها بشكل عام.

جدول (١٦)

نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الحالة الصحية

الفئة العمرية	الفئة العمرية	متوسط	الخطأ المعياري	مستوى
(أ)	(ب)	الفرق		الدالة
بين (أ-ب)				
٣٠ وأقل	٤٤-٣١	*١,٠٢	٠,٤٢	٠,٠٥ دالة
٤٥ وأكثر	٤٥ وأكثر	٠,٤٠-	٠,٦٦	٠,٨٣ غير دالة
٤٤-٣١	٣٠ وأقل	*١,٠٢-	٠,٤٢	٠,٠٥ دالة
٤٥ وأكثر	٤٥ وأكثر	١,٤٢-	٠,٦٦	٠,١٠ غير دالة
٤٥ وأكثر	٣٠ وأقل	٠,٤٠	٠,٦٦	٠,٨٣ غير دالة
٤٤-٣١	٤٤-٣١	١,٤٢	٠,٦٦	٠,١٠ غير دالة

* $\alpha \leq$ دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق ان توجد فروق دالة بين الفئتين العمريتين (٣٠ وأقل) و(٣١-٤٤) وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥ $\alpha \leq$ لصالح الفئة الاصغر سناً من النساء البحرينيات العاملات على بعد الرضا عن الحالة الصحية.

يمكن تفسير هذا النتيجة من خلال طبيعة المرأة الفسيولوجية، حيث تبدأ الامراض المزمنة والمشكلات الصحية بالظهور خلال الثلاثينات من عمر المرأة، وذلك بسبب ضغوط الحياة والمسؤوليات التي تسبب لها ضغوطاً نفسية تؤثر سلباً على مستوى رضاها عن حالتها الصحية.

نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين الفئات العمرية على بعد الرضا عن الفرص الابداعية

الفئة العمرية	الفئة العمرية	متوسط	الخطأ المعياري	مستوى
(أ)	(ب)	الفرق	الدالة	
بين (أ-ب)				
٣٠ وأقل	٤٤-٣١	*١,٢٦	٠,٤١	٠,٠١٠ دالة
٤٥ وأكثر	٤٤-٣١	٠,٠٨	٠,٦٤	٠,٩٩ غير دالة
٣٠ وأقل	٤٤-٣١	*١,٢٦-	٠,٤١	٠,٠١٠ دالة
٤٥ وأكثر	٤٤-٣١	١,١٨-	٠,٦٣	٠,١٨ غير دالة
٣٠ وأقل	٤٤-٣١	٠,٠٨-	٠,٦٤	٠,٩٩ غير دالة
٤٥ وأكثر	٤٤-٣١	١,١٨	٠,٦٣	٠,١٨ غير دالة

* دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق ان توجد فروق دالة بين الفئتين العمريتين (٣٠ وأقل) و(٣١-٤٤) وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥ α لصالح الفئة الاصغر سناً من النساء البحرينيات العاملات على بعد الرضا عن الفرص الابداعية.

وهذا لا يتفق مع النتائج العامة التي بحثت متغير الرضا عن الحياة بشكل عام وهي دراسة كل من (Webster & Tiggemann, 2003) و (Jan & Masood, 2008) و (Johnson, Pitt-Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) و(السبيعي، ٢٠٠٧) أن كلما تقدم العمر زاد الشعور بالرضا عن الحياة، كما أكدت الادبيات السابقة بأن لاتاحة الفرص الابداعية والرضا عن هذ الفرص علاقة برضا الأفراد عن حياتهم (الزيات، ٢٠٠٩).

قد يرجع السبب في وجود هذه الفروق بين الفئتين العمريتين إلى اطلاع الفئة الأصغر سناً لما هو جديد في جميع المجالات بالاضافة إلى ارتفاع مستوى دافعيتهن لممارسة الأداء الإبداعي، وخصوصا في ظل ما تضمنته الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية التي وضعها المجلس الاعلى للمرأة من ضمان لحقها ورفع مكانتها.

جدول (١٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والابعاد الفرعية) حسب الحالة الاجتماعية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحالة الاجتماعية	ابعاد الرضا عن الحياة
٣,٣	١٩,٣	٧٣	عزباء	الرضا عن الذات
٣,٧	١٨,٩	٢٢١	متزوجة	
٢,٥	٢٠,٦	٨	أرملة	
٣,٣	١٨,٥	١٦	مطلقة	
٣,٥	١٩,١	٢١٨	المجموع	
٣,٢	١٧,٩	٧٣	عزباء	الرضا عن الحالة المادية
٣,٢	١٧,٨	٢٢١	متزوجة	
٢,٥	١٩,٦	٨	أرملة	
٢,٨	١٥,٩	١٦	مطلقة	
٣,٢	١٧,٨	٢١٨	المجموع	
٢,٧	٢١,٢	٧٣	عزباء	الرضا عن العلاقات الاجتماعية
٣,٦	٢٠,١	٢٢١	متزوجة	
٢,٨	٢١,٢	٨	أرملة	
٣,٦	١٨,٣	١٦	مطلقة	
٣,٤	٢٠,٣	٢١٨	المجموع	
٢,٨	١٩,٧	٧٣	عزباء	الرضا عن الحالة الصحية
٣,٥	١٨,٦	٢٢١	متزوجة	
٣,١	١٨,٧	٨	أرملة	
٣,١	١٨,٢	١٦	مطلقة	
٣,٤	١٨,٨	٢١٨	المجموع	
٣,٦	١٧,٢	٧٣	عزباء	الرضا عن الوظيفة
٤,٤	١٨,١	٢٢١	متزوجة	
٣,٩	١٦,٨	٨	أرملة	
٣,٢	١٧,١	١٦	مطلقة	

المجموع	٢١٨	١٧,٧	٤,٢	الرضا عن الحقوق السياسية
عزباء	٧٣	١٩,٦	٦,١	
متزوجة	٢٢١	١٨,١	٤,٥	
أرملة	٨	١٨,١	٣,٢	
مطلقة	١٦	١٧,٥	٤,١	
المجموع	٢١٨	١٨,٤	٤,٨	الرضا عن الفرص الابداعية
عزباء	٧٣	١٥,٩	٣,١	
متزوجة	٢٢١	١٥,١	٣,٣	
أرملة	٨	١٤,٥	٣,٩	
مطلقة	١٦	١٦,٧	٣,٦	
المجموع	٢١٨	١٥,٣	٣,٦	التفاؤل
عزباء	٧٣	١٧,٨	٦,٥	
متزوجة	٢٢١	١٧,٢	٣,٧	
أرملة	٨	١٧,٢	٤,٦	
مطلقة	١٦	١٥,٢	٤,٣	
المجموع	٢١٨	١٧,٢	٤,٥	الرضا عن الحياة
عزباء	٧٣	١٧,٩	١,٥	
متزوجة	٢٢١	١٩,٧	١,٤	
أرملة	٨	١٦,٨	١,٥	
مطلقة	١٦	١٩,٥	١,٣	
المجموع	٢١٨	١٩,٤	١,٥	

جدول (١٩)
قيمة ف ودلالاتها الأحصائية
في تحليل التباين الاحادي بين أفراد العينة
على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الحالة الاجتماعية

أبعاد الرضا عن الحياة	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الرضا عن الذات	٣٠,٦	٣	١٠,٢	٠,٨٢	٠,٤٨
الرضا عن الحالة المادية	٨٤,٦	٣	٢٨,٢	٢,٦٨	٠,٤٧
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	١٤٠,١	٣	٤٦,٦	٤,٠*	٠,٠٠٨
الرضا عن الحالة الصحية	٧٦,٤	٣	٢٥,٤	٢,٢١	٠,٠٨٧
الرضا عن الوظيفة	٥١,٤	٣	١٧,١	٠,٩٥	٠,٤١
الرضا عن الحقوق السياسية	١٣٦,٧	٣	٤٥,٥	١,٩٢	٠,١٢
الرضا عن الفرص الابداعية	٧٩,٩	٣	٢٦,٦	٢,٤٠	٠,٠٦٨
التفاؤل	٩٢,٤	٣	٣٠,٨	١,٤٨	٠,٢٢
الرضا عن الحياة	٢١٩٦,١	٣	٧٣٢,١	١,٩٦	٠,١١

**دالة عند مستوى ٠,٠١

يوضح جدول (١٩) تحليل التباين الأحادي لأفراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب الحالة الاجتماعية (ن = ٣٢١)، ويتضح أن قيمة ف دالة لبعء الرضا عن العلاقات الاجتماعية عند مستوى دلالة (٠,٠٠٨) حيث كانت قيمتها (٤,٠٤)، أما قيمة ف للابعد الأخرى فلم تكن دالة مما يؤكد على عدم وجود فروق بين أفراد العينة على أبعاد مقياس الرضا عن الحياة تعزى لاختلاف الحالة الاجتماعية.

وعندما جاءت الفروق دالة لبعء الرضا عن العلاقات الاجتماعية من خلال تحليل التباين الاحادي، تطلب ذلك تحديد موضع وأتجاه التأثير ذي الدلالة. لذا تم تطبيق اختبار "شيفيه Scheffe" للمقارنات البعدية Post Hoc Tests. والجدول التالية توضح ما توصلت إليه النتائج.

جدول (٢٠)
نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية
بين الحالة الاجتماعية على بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية

الحالة الاجتماعية (أ)	الحالة الاجتماعية (ب)	متوسط الفرق بين (أ-ب)	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
عزباء	متزوجة	١,٠٩	٠,٤٥	٠,١٣١ غير دالة
أرملة	أرملة	٠,٠٠٣-	١,٢٦	١ غير دالة
مطلقة	مطلقة	*٢,٩٣٤	٠,٩٣	٠,٠٢٢ دالة
متزوجة	عزباء	١,٠٩-	٠,٤٥	٠,١٣١ غير دالة
أرملة	أرملة	١,٠٩-	١,٢٢	٠,٨٤٩ غير دالة
مطلقة	مطلقة	١,٨٣	٠,٨٧	٠,٢٢٦ غير دالة
أرملة	عزباء	٠,٠٠٣	١,٢٦	١ غير دالة
متزوجة	متزوجة	١,٠٩	١,٢٢	٠,٨٤٩ غير دالة
مطلقة	مطلقة	٢,٩٣	١,٤٧	٠,٢٦٥ غير دالة
مطلقة	عزباء	*٢,٩٣-	٠,٩٣	٠,٠٢٢ دالة
متزوجة	متزوجة	١,٨٤-	٠,٨٧	٠,٢٢٦ غير دالة
أرملة	أرملة	٢,٩٣-	١,٤٧	٠,٢٦٥ غير دالة

*دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة بين العازبات والمطلقات وهي دالة عند مستوى $\alpha \leq ٠,٠٥$ لصالح فئة العازبات من النساء البحرينيات العاملات على بعد الرضا عن العلاقات الاجتماعية.

تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (Ahn, 2005) التي هدفت إلى الكشف عن العوامل المؤثرة على رضا الموظفين الاسبان عن حياتهم بأن المطلقات أقل سعادة وبالتالي أقل رضا عن حياتهن من الفئات الأخرى ودراسة (Borzumato-Gainey, Kennedy, McCabe, & Degges-White, 2011) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والعمر وأسفرت عن أن الرضا عن الحياة أعلى لدى المتزوجات.

كما اختلفت النتيجة عما جاءت به دراسة (السبيعي، ٢٠٠٧) التي هدفت إلى كشف العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط لدى المتزوجات وغير المتزوجات حيث أكدت عدم وجود فروق في درجة الرضا عن الحياة بين المتزوجات وغير المتزوجات. وبالمثل اختلفت النتيجة مع ما اسفرت عنه دراسة (Borzumato-Gainey, Kennedy,

(McCabe, & Degges-White, 2011) التي أكدت على وجود فروق بين المتزوجات والعازبات لصالح المتزوجات في الشعور بالرضا عن الحياة.

أما بالنسبة للمرأة البحرينية العاملة فقد يكون السبب في انخفاض شعور المطلقات بالرضا عن العلاقات الاجتماعية هو النظرة السائدة بالمجتمع لفئة المطلقات، حيث مازال المجتمع البحريني مجتمعاً تقليدياً يبني حكمه على الأفراد وفقاً لقوالب جامدة من خلال تبني بعض الافكار والاتجاهات السلبية التي تدين المرأة المطلقة، وقد يرجع عدم رضا المرأة البحرينية العاملة المطلقة عن العلاقات الاجتماعية لأسباب ذاتية تتعلق بها من خلال عدم تكيفها مع الضغوط المجتمعية والنفسية المتعلقة بكونها مطلقة.

جدول (٢١)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
لمتغير الرضا عن الحياة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية) حسب المستوى التعليمي

أبعاد الرضا عن الحياة	المستوى التعليمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الرضا عن الذات	الثانوي وأقل	٥٥	١٨,٥	٣,٦
	الجامعي	٢٢٥	١٩,١	٣,٤
	الدراسات العليا	٤٠	١٩,١	٤,١
	المجموع	٣٢٠	١٩,١	٣,٥
الرضا عن الحالة المادية	الثانوي وأقل	٥٥	١٨,١	٣,٤
	الجامعي	٢٢٥	١٧,٨	٣,٢
	الدراسات العليا	٤٠	١٧,٥	٣,٢
	المجموع	٣٢٠	١٧,٨	٣,٢
الرضا عن العلاقات الاجتماعية	الثانوي وأقل	٥٥	٢٠,١	٣,٤
	الجامعي	٢٢٥	٢٠,٤	٣,٤
	الدراسات العليا	٤٠	١٩,٧	٣,٤
	المجموع	٣٢٠	٢٠,٣	٣,٤
الرضا عن الحالة الصحية	الثانوي وأقل	٥٥	١٨,٨	٣,٨
	الجامعي	٢٢٥	١٨,٩	٣,٣
	الدراسات العليا	٤٠	١٨,٨	٣,١
	المجموع	٣٢٠	١٨,٨	٣,٤
الرضا عن الوظيفة	الثانوي وأقل	٥٥	١٨,١	٣,٥

الجامعي	٢٢٥	١٧,٩	٤,٤	الرضا عن الحقوق السياسية
الدراسات العليا	٤٠	١٦,٥	٣,٥	
المجموع	٣٢٠	١٧,٧	٤,٢	
الثانوي وأقل	٥٥	١٨,٤	٤,٦	
الجامعي	٢٢٥	١٨,٢	٤,٣	
الدراسات العليا	٤٠	١٩,١	٧,٧	
المجموع	٣٢٠	١٨,٣	٤,٩	الرضا عن الفرص الابداعية
الثانوي وأقل	٥٥	١٤,٨	٣,٥	
الجامعي	٢٢٥	١٥,٣	٣,٣	
الدراسات العليا	٤٠	١٦,٠	٣,٣	
المجموع	٣٢٠	١٥,٣	٣,٣	
الثانوي وأقل	٥٥	١٦,٥	٣,٤	
الجامعي	٢٢٥	١٧,٣	٤,٩	التفاؤل
الدراسات العليا	٤٠	١٨,٠	٣,٥	
المجموع	٣٢٠	١٧,٣	٤,٥	
الثانوي وأقل	٥٥	١,٤	١٩,٥	
الجامعي	٢٢٥	١,٥	١٨,٩	
الدراسات العليا	٤٠	١,٤	٢١,٨	
المجموع	٣٢٠	١,٤	١٩,٣	الرضا عن الحياة

جدول (٢٢)
قيمة ف ودلالاتها الاحصائية في تحليل التباين الاحادي
بين افراد العينة على ابعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب المستوى التعليمي

مستوى	قيمة	متوسط	درجة	مجموع	ابعاد الرضا عن الحياة
الدالة	ف	المربعات	الحرية	المربعات	
٠,٤٥	٠,٨٠	٩,٨	٢	١٩,٨	الرضا عن الذات
٠,٦٨	٠,٣٨	٤,١	٢	٨,٢	الرضا عن الحالة المادية
٠,٤٢	٠,٨٧	١٠,٣	٢	٢٠,٦	الرضا عن العلاقات الاجتماعية
٠,٩٨	٠,٠٢	٠,٢	٢	٠,٤	الرضا عن الحالة الصحية
٠,١٥	١,٩	٣٣,٣	٢	٦٦,٧	الرضا عن الوظيفة
٠,٥٢	٠,٦٥	١٥,٤	٢	٣٠,٩	الرضا عن الحقوق السياسية
٠,٢٥	١,٣	١٥,٢	٢	٣٠,٣	الرضا عن الفرص الابداعية
٠,٢٨	١,٢	٢٦,٥	٢	٥٣,١	التفاؤل
٠,٨٠	٠,٢١	٨٠,٩	٢	١٦١,٨	الرضا عن الحياة

يوضح جدول (٢٢) تحليل التباين الاحادي لأفراد العينة على ابعاد مقياس الرضا عن الحياة حسب المستوى التعليمي (ن = ٣٢١)، ويتضح أن قيمة ف غير دالة لجميع ابعاد الرضا عن الحياة مما يؤكد على عدم وجود فروق بين أفراد العينة على ابعاد المقياس تعزى لاختلاف المستوى التعليمي.

لا تتفق هذه النتيجة مع جميع ما جاءت به الدراسات السابقة منها دراسة (Kousha & Mohseni, 1997) التي هدفت إلى الكشف عن المتغيرات ذات العلاقة بالرضا عن الحياة لدى النساء الايرانيات المتزوجات وغير المتزوجات في المناطق الحضرية، ودراسة (Ahn, 2005) التي هدفت إلى كشف العوامل المؤثرة على رضا الموظفين الاسبان عن الحياة، بالاضافة لدراسة (السبيعي، ٢٠٠٧) التي هدفت إلى كشف العلاقة بين السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط لدى المتزوجات وغير المتزوجات بالسعودية، ودراسة (Johnson, Pitt- Catsoupher, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) التي هدفت الى الكشف عن العوامل المؤثرة في الرضا عن الحياة، وجاءت دراستي (Cheung & Chan, 2009) و (Salinas-Jimenez, Artes, & Salinas-Jimenez, Education as a positional good: A life satisfaction approach, 2011) اللتا اعتمدتا على نتائج المسوح في عدة دول لتؤكد جميعا وجود علاقة قوية بين متغير الرضا عن الحياة والمستوى التعليمي، بمعنى ان كلما أرتفع المستوى التعليمي يزداد الشعور بالرضا عن الحياة.

قد يكون السبب في عدم الاتفاق بين نتيجة الدراسة الحالية وبعض النتائج بالدراسات السابقة راجع إلى أختلاف البيئة التي أجريت بها الدراسة، حيث أن المرأة البحرينية بحكم ما توفر لها من فرص للمشاركة في جميع مجالات ومناحي الحياة منذ بدايات القرن الماضي دون وجود شروط لمستوى تعليمي محدد لأنخراطها في المشاركة، أعتبر ذلك عاملاً محققاً ومعوّضاً عن أهمية حصولها على مستوى تعليمي عالي لتحقيق رضاها عن حياتها.

كما ترى الباحثة أن التوزيع غير المتناسب لعينة الدراسة بالنسبة لمتغير المستوى التعليمي حيث أن (٧٠ %) من مفردات العينة من الحاصلات على مؤهل جامعي، و(١٧ %) على الشهادة الثانوية وبالمقابل (١٣ %) فقط من الحاصلات على درجات الماجستير والدكتوراه، عامل من العوامل والتي كان لها الاثر في اختلاف النتيجة مع ما جاء من نتائج في الدراسات السابقة.

ثانياً: التحقق من صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أن " لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير الرضا عن الحياة -البعد الكلي والأبعاد الفرعية- ومصادر المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة (البعد الكلي والأبعاد الفرعية)

للتحقق من صحة الفرض الثاني تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson's

Correlation

جدول (٢٣) الحياة والمساندة الاجتماعية (ن = ٣٢١)

معاملات الارتباط بين أبعاد الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية	الرضا عن الذات	الرضا عن الحالة الاجتماعية	الرضا عن الحالة الصحية	الرضا عن الوظيفة	الرضا عن الحقوق السياسية	الرضا عن الفرص الابداعية	الرضا عن التفاؤل	الرضا
مساندة أفراد الأسرة	**٠,٣٩	**٠,٢٦	**٠,٣٩	*٠,١١	**٠,١٩	**٠,٢٨	**٠,٣٣	**٠,٤٦
مساندة الصديقات	**٠,٢٦	**٠,١٧	**٠,٤١	**٠,٢٨	**٠,٢٣	**٠,١٧	**٠,٢٤	**٠,٣٨
مساندة زملاء العمل	**٠,٣٢	**٠,١٧	**٠,٣٧	**٠,٣١	٠,٠٦	**٠,٢٣	**٠,٢٢	**٠,٣٥
مساندة مؤسسات المجتمع	**٠,٢٥	**٠,١٦	**٠,٣٠	**٠,٣٧	**٠,٣٩	**٠,١٣	**٠,١٦	**٠,٤١
المساندة الاجتماعية	**٠,٤٤	**٠,٢٨	**٠,٥٥	**٠,٢٤	**٠,٣٧	**٠,٢٨	**٠,٣٥	**٠,٥٩

**دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ذات دلالة أحصائية بين جميع متغيرات الرضا عن الحياة وجميع مصادر المساندة الاجتماعية، عند مستوى دلالة ٠,٠١ $P \leq$ باستثناء بعد الرضا عن الوظيفة بمساندة زملاء العمل.

تتفق النتيجة مع ما أسفرت عنه معظم الدراسات السابقة حيث أسفرت دراسة (Lewis & Borders, 1995) التي هدفت الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية لدى النساء في ولاية كارولينا وأكدت إلى وجود ارتباط دال احصائياً بين المساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، ودراسة (Johnson, Pitt-Catsouper, Besen, Smyer, & Matz-Costa, 2008) التي كان هدفها الكشف عن العوامل المؤثرة على الرضا عن الحياة لدى الموظفين كبار السن وقد أوضحت الدراسة بأن من يعيشون مع أسرهم أكثر رضا عن حياتهم، وجاءت نتائج دراسة (Martikainen, 2009) أكثر تفصيلاً حيث وضحت وجود علاقة كبيرة بين مساندة الاصدقاء والرضا عن الحالة المادية بالرضا عن الحياة لدى الاناث الفنلديات.

وبالمقابل جاءت الدراسات الاخرى التي لا تتفق مع النتيجة الحالية منها دراسة (Kim, Sugisawa, Okabayashi, Fukaya, & Shibata, 1999) التي هدفت تقييم أثر المتغيرات على المساندة الاجتماعية خلال ثلاثة سنوات وأثرها على مستوى الرضا عن الحياة لدى ١٢٨٥ من المسنين اليابانيين حيث وضحت أن تلقي المساندة الاجتماعية لا يؤثر على مستوى الرضا عن الحياة لدى النساء، ودراسة (Wang, et al., 2002) التي سعت الى الكشف عن العلاقة بين عوامل الصحة والمساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة لدى اليابانيين والتي أكدت بأن الرضا عند الاناث غير مرتبط بالمساندة الاجتماعية ويرتبط بالصحة النفسية والعمر فقط.

لقد جاءت النتيجة لتؤكد ما جاء بالاطر النظرية المفسرة لمتغيرات الدراسة -الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية- والعلاقة المتبادلة بينهما حيث يحقق كلا منهما الآخر وخصوصاً في ظل ثقافة المجتمع البحريني المعتمدة على تعاليم الدين الاسلامي والتي تدعو الى التكافل بين افراد المجتمع.

أما تفسير الجزء الثاني من النتيجة والذي أكد على عدم وجود علاقة دالة بين الرضا عن الوظيفة ومساندة الزملاء/ الزميلات فقد يكون ذلك بسبب وجود المنافسة بين زملاء/ زميلات العمل التي قد تعتبرها المرأة العاملة تقصير من قبل زملاء/ زميلات العمل، ومن الطبيعي أن عدم الارتياح من المحيط الاجتماعي في مجال العمل يؤثر سلباً على مدى تحقق الرضا عن الوظيفة، حيث تعتبر العلاقات الاجتماعية في مجال العمل أحد الاركان الاساسية في تحقيق الرضا الوظيفي بشكل عام، وهذا يؤكد بأن القوانين التي تضمن حقوق المرأة العاملة لا تكفي وحدها في تحقيق الرضا عن الوظيفة ولا يمكن أهمل العلاقات الرسمية وغير الرسمية بين زملاء/ زميلات العمل.

ثالثاً: التحقق من صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أن " لا يمكن التنبؤ بمتغير الرضا عن الحياة من خلال المتغيرات الديمغرافية (العمر - الحالة الاجتماعية - المستوى التعليمي) والمساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة"

للتحقق من صحة الفرض الثالث تم استخدام اختبار تحليل الانحدار المتعدد

Multiple Regression Analysis

جدول (٢٤)

تحليل الانحدار المتعدد لقياس القوة التنبؤية للمتغيرات المستقلة (المتغيرات الديموغرافية) ومصادر المساندة الاجتماعية بالرضا عن الحياة

المتغيرات المنبئة بالرضا عن الحياة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	معامل التحديد	قيمة التباين (B)	الثابت بيتا (β)	قيمة (ت) الانحدارية	مستوى الدلالة
الانحدار	٤١٠٧٣,٨٢٤	٧	٥٨٦٧	٠,٠٠٠	٠,٣٨١						
البواقي	٦١٧٨٨,٢٤٧	٢٧٤	٢٤٣,٧٥٣								
المجموع	١٠٧٨٦٢,٠٧١	٢٨١									
الثابت											
العنف العرقية											
الحالة الاجتماعية											
المستوى التعليمي											
مساندة أفراد الأسرة											
مساندة الصديقات											
مساندة زملاء العمل											
مساندة مؤسسات المجتمع											

*دالة عند مستوى ٠,٠٥
**دالة عند مستوى ٠,٠٠١

يبين جدول (٢٤) أن قيمة معامل الارتباط المتعدد $R^2 = ٠,٣٨١$ ، أي أن جميع المتغيرات المستقلة مجتمعة قادرة على تفسير التباين في الرضا عن الحياة لدى عينة الدراسة بنسبة ٣٨,١%، كما يبين أن قيمة $F = ٢٤,٠٧٢$ ، وهي دالة عند مستوى $P \leq ٠,٠٠١$ ، ولتعرف على نسبة إسهام كل متغير منها في التنبؤ بالمتغير التابع (الرضا عن الحياة)، قامت الباحثة بحساب بيتا (β) وقيمة (ت) الانحدارية ودالاتها الاحصائية.

كما يتضح من الجدول (٢٤) أن قيم (ت) دالة إحصائياً للمصادر الأربعة للمساندة الاجتماعية وقد دخلت في معادلة الانحدار، وهي مساندة أفراد الأسرة، ومساندة الصديقات، ومساندة مؤسسات المجتمع وبمستوى دلالة ٠,٠٠١ للمتغيرات الثلاثة أما مستوى دلالة متغير مساندة زملاء العمل فقد كان ٠,٠٥. أما المتغيرات الديمغرافية (الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي) فكانت جميعها غير دالة إحصائياً، حيث خرجت من معادلة الانحدار.

وعليه يمكن بناء معادلة الانحدار الخطية بين الرضا عن الحياة ومصادر المساندة الاجتماعية كما يلي:

$$\text{الرضا عن الحياة} = ٧١,١٢٨ + (١,٧٥٧ \text{ مساندة أفراد الأسرة}) + (٠,٦٩٤ \text{ مساندة الصديقات}) + (٠,٦٤١ \text{ مساندة زملاء العمل}) + (١,٠٢٨ \text{ مساندة مؤسسات المجتمع})$$

وترى الباحثة أن ما انتهت إليه من نتائج في الدراسة الحالية يمكن ان يلفت الانتباه إلى أهمية تناول المتغيرات التي يمكن أن تسهم في تنمية الجوانب الايجابية لدى المرأة البحرينية العاملة. وهذه العوامل تعد بمثابة مؤشرات لتحقيق التنمية الذاتية للمرأة وهي من التوجهات الحديثة لدراسات علم النفس عامة وعلم النفس الايجابي خاصة. فقد اصبح هذا المجال من المجالات المهمة في علم النفس ويمكن توظيفه ليس فقط في بناء وتقوية الذات لدى الفرد فحسب، بل ايضا في ارشاد الافراد من ذوي المشكلات السلوكية والانفعالية من خلال التركيز على جوانب القوة لدى الفرد بدلا من معالجة جوانب الضعف.

توصيات الدراسة:

استنادا لما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج بخصوص الرضا عن الحياة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى المرأة البحرينية العاملة يمكن تقديم التوصيات التالية:

١. التوصية للوزارات والمؤسسات بضرورة تنظيم برامج تدريبية تهتم بتنمية الذات للمرأة البحرينية العاملة بهدف تحقيق رضاها عن ذاتها.
٢. اهتمام الوزارات والمؤسسات بزيادة توفير الفرص الابداعية للمرأة البحرينية العاملة وتشجيعها لممارسة الاداء الابداعي.
٣. توجيه الجهات المعنية بتقديم برامج تأهيلية للمرأة البحرينية العاملة المطلقة لضمان تكيفها مع المجتمع.
٤. اهتمام الوزارات والمؤسسات بالانشطة الترفيهية وغير الرسمية بين الموظفين لتحقيق العلاقات الاجتماعية الايجابية بين الموظفين وتحقيق المساندة الاجتماعية بينهم.
٥. تفعيل دور وحدات تكافؤ الفرص التي تم أنشاؤها بوزارت ومؤسسات المملكة، لما لذلك من ضمان تحقيق الرضا الوظيفي .

الدراسات المقترحة:

توصي الباحثة بضرورة الاهتمام بشكل أكبر بالدراسات العربية الخاصة بالمرأة العاملة كون الدراسات التي تناولت موضوع المرأة العاملة تعد قليلة وخاصة على مستوى الدول العربية بشكل عام، ومملكة البحرين بشكل خاص، ولذا فان الباحثة تقترح الدراسات التالية التي يمكن ان تضاف الي ميدان الدراسات الخاصة بالمرأة العربية العاملة :

١. إجراء دراسة مقارنة بين الموظفين والموظفات البحرينيين للكشف عن الفروق في الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية.
٢. إجراء دراسة للتعرف على أثر برنامج أُرشادي لأفراد اسر النساء البحرينيات العاملات في زيادة شعورهن بالرضا عن الحياة.
٣. إجراء دراسة للتعرف على دور مساندة مؤسسات المجتمع في تحقيق الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة.

المراجع

- أبو النيل، هبة محمود (٢٠١٠). الانتماء الاجتماعي والرضا عن الحياة وقيمة الاصلاح. دراسات عربية في علم النفس، ٩ (١)، ١١٥-١٦٥.
- ابو سريع، اسامة سعد (١٩٩٣). الصداقة من منظور علم النفس (المجلد ١٧٩). الكويت: عالم المعرفة.
- أبو فارس، محمد عبدالقادر (٢٠٠٠). حقوق المرأة المدنية والسياسية في الاسلام. عمان: دار الفرقان للنشر والتوزيع.
- أبوتركي، مريم ابراهيم. (٢٠٠٨). علاقة التفاوض بالرضا عن الحياة والتوافق الزوجي لدى الأزواج والزوجات في فلسطين. عمان: رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا.
- أحمد، بشرى إسماعيل (٢٠٠٤). المساندة الاجتماعية والتوافق المهني. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- أرجايل، مايكل (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة. (ترجمة: فيصل يونس) المجلد ١٧٥. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- التقرير الوطني لمملكة البحرين (٢٠١٠). الدورة الرابعة والخمسين للجنة مركز المرأة بالأمم المتحدة: بكين +١٥. نيويورك.
- الجهاز المركزي للمعلومات. تم الاسترداد من <http://www.cio.gov.bh>
- الحجي، سعد أحمد (٢٠٠٠). الجمعيات النسائية الاجتماعية بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربية. (يحيى فايز الحداد، المحرر) الكويت.
- الحري، سلمى محمد (٢٠٠٨). مقياس مساندة المجتمع للمرأة. مكة المكرمة: جامعة أم القرى.
- الزاید، دلال (٢٠١٠). دور السلطة التشريعية في تعزيز حقوق المرأة الدستورية (٢٠٠٢-٢٠١٠). المؤتمر الوطني الاول للمرأة البحرينية. المنامة.
- الزعبی، مروان طاهر (٢٠١١). الرضا الوظيفي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- الزيات، فاطمة محمود (٢٠٠٩). علم النفس الابداعي. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

السبيعي، منال مهنا (٢٠٠٧). الشعور بالسعادة وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والتفاؤل ووجهة الضبط لدى المتزوجات وغير المتزوجات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
السريسي، أسماء، وعبدالمقصود، أماني (بدون تاريخ). مقياس المساندة الاجتماعية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

الشناوي، محمد محروس، وعبدالرحمن، محمد السيد (١٩٩٤). المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
الشيخ، عايشة، نجم، راشد (٢٠٠٥). تقييم وضع المرأة البحرينية العاملة في القطاع الخاص. المنامة: مركز البحرين للدراسات والبحوث.

الصبان، عيبر محمد (٢٠٠٣). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة وجدة. مكة المكرمة: رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة أم القرى.

الصدّة، هدى (٢٠١٢). خطاب ونشاطات تحرر المرأة في البلدان العربية. تم الاسترداد من تقارير التنمية الإنسانية العربية (AHDR) - برنامج الأمم المتحدة الانمائي:

<http://www.arabhdr.org/publications/other/ahdr/papers/2005/sadda.pdf>

الصغير، صالح محمد (٢٢ يونيو، ٢٠١٢). تم الاسترداد من جامعة الملك سعود:
<http://faculty.ksu.edu.sa/Alsoghair/Pages/publications.aspx>

الطيب، محمد، والبهاص، سيد (٢٠٠٩). الصحة النفسية وعلم النفس الايجابي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

المالكي، رانيا معتوق (٢٠١١). فاعليات الأنا وعلاقتها بالرضا عن الحياة. رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة: جامعة أم القرى.

المجلس الاعلى للمرأة تم الاسترداد من الاستراتيجية الوطنية لتمكين المرأة البحرينية:
http://www.scw.gov.bh/page.aspx?page_key=national_plan

المجلس الاعلى للمرأة (٢٠٠٥). دراسة موجزة عن مسيرة المرأة البحرينية. مملكة البحرين.

المجلس الاعلى للمرأة (٢٠٠٧). الاستراتيجية الوطنية للنهوض بالمرأة البحرينية. مملكة البحرين
المرأة الخليجية وحصاد عام ٢٠٠٦. تم الاسترداد من بوابة المرأة:
http://www.womengateway.com/ar/lib.php?file_id=306

المعمري، وفاء بنت سعيد (٢٠٠٥). عمل الزوجة وأثره على أوضاعها الأسرية: دراسة ميدانية على عينة في مدينة مسقط. عمان: الجامعة الاردنية.

بوشدوب، شهرزاد (٢٠٠٩). المساندة الاجتماعية وأثرها على بعض العوامل الشخصية واستراتيجيات التعامل مع الضغط المدرسي. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.

تريسي، برايان (١٩٩٨). علم نفس النجاح. (ترجمة: عبداللطيف الخياط) سوريا: دار الثقافة للجميع.

جاء الله، شعبان (٢٠٠٦). دور المساندة الاجتماعية في الإفصاح عن الذات والتوجه الاجتماعي لدى الفصامين والاكثابيين. دراسات نفسية، ١٦ (٢)، ٢٢١-١٧١

جان، نادية سراج (٢٠٠٨). الشعور بالسعادة وعلاقته بالتدين والدعم الاجتماعي والتوافق الزوجي المستوى الاقتصادي والحالة الاجتماعية. دراسات نفسية، ١٨ (٤)، ٦٤٨-٦٠١.

حبيب، زينب منصور (٢٠١٠). الاعلام وقضايا المرأة. عمان: دار اسامة للنشر والتوزيع. دانيال، عفاف عبدالقادي. (بدون تاريخ). مقياس المساندة الاجتماعية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

دياب، مروان عبدالله (٢٠٠٦). دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين. كلية التربية. غزة: الجامعة الاسلامية.

رياض، سعد (٢٠٠٤). الصحة النفسية للمرأة. القاهرة: مؤسسة اقرأ. سلطان، أبتسام محمود. (٢٠٠٩). المساندة الاجتماعية والحياة الضاغطة. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

سليمان، حنان مجدي (٢٠٠٩). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مريض السكر المراهق. رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، كلية التربية، الزقازيق. تم الاسترداد من

www.gulfkids.com

سليمان، سناء محمد (٢٠١٠). السعادة والرضا، أمنية غالية وصناعة راقية. القاهرة: عالم الكتاب.

سوييف، مصطفى (١٩٩٩). دراسات نفسية في الابداع والتلقي. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية.

عادل، سليمان محمود (٢٠٠٣). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية. نابلس: رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطني.

عبد الخالق، أحمد (٢٠٠٨). الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي. دراسات نفسية، ١٨ (١)، ١٢١-١٣٥.

عبد الغفار، عبد السلام، وسلامة، أحمد عبدالعزيز (١٩٨٠). علم النفس الاجتماعي. القاهرة: دار النهضة العربية.

عبدالفتاح، كاميليا (١٩٩٠). سيكولوجية المرأة العاملة. القاهرة: نهضة مصر للطباعة والنشر. عبداللطيف، كمال (٢٠٠٥). قضايا المرأة في الفكر العربي المعاصر. التسامح، ٣ (١١). تم الاسترداد من <http://www.altasamoh.net/pdf/tasamoh11.pdf>

علوان، شعبان نعمات (٢٠٠٨). الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الانسانية)، ١٦ (٢)، ٤٧٥-٥٣٢. تم الاسترداد من [/www.iugaza.edu.ps/ara/research](http://www.iugaza.edu.ps/ara/research)

علي، علي عبدالسلام (٢٠٠٥). المساندة الاجتماعية وتطبيقها العملية. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

عمارة، بثينة حسنين (٢٠٠٠). كيف تحقق السعادة لنفسك وللمن حولك. القاهرة: دار الأمين للطباعة والنشر والتوزيع.

قماز، فريدة. (٢٠٠٩) عوامل الخطر والوقاية من تعاطي الشباب للمخدرات. الجزائر: جامعة منتوري قسنطينة.

قناوي، شادية علي (٢٠٠٠). المرأة العربية وفرص الابداع. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

كويليام، سوزان (٢٠٠٨). الدوافع المحركة للبشر. الرياض: مكتبة جرير.

مبروك، عزة عبدالكريم (٢٠٠٧). أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين. دراسات نفسية، ١٧ (٢)، ٣٧٧-٤٢١.

مركز الخليج للدراسات الاستراتيجية (٢٠٠٦). واقع المرأة العاملة في دول مجلس التعاون الخليجي واليمن بين الدساتير وقوانين العمل المحلية والعربية والدولية. مملكة البحرين.

نيازي، عبدالمجيد. المساندة. تم الاسترداد من جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية:

<http://faculty.imamu.edu.sa/css/atniyazi/Pages/a88c3cd1-1e8b-44e2-be97-220e31c6962e.aspx>

هل، نورمان (٢٠٠٢). فن التعامل مع الزملاء. الرياض: دار المعرفة للتنمية البشرية.

تم الاسترداد من موقع الجهاز المركزي للإحصاء: http://www.cio.gov.bh/cio_eng/index.html

Abo-Bader, S. H., Rogers, A., & Barusch, A. S. (2003). Predictors of life satisfaction in frail elderly. *Journal of Gerontological Social Work*, 38(3), 3-17. doi:10.1300/J083v38n03_02

Afifi, T. D., & Krouse, S. S. (2007). Family-to-work Spillover Stress: Coping Communicatively in the Workplace. *Journal of Family Communication*, 7(2), 85-122. doi:10.1080/15267430701221537

Ahn, N. (2005). *Factors affecting life satisfaction among Spanish workers: importance of intangible job characteristics. (working paper No. 2005-17)*. Retrieved from Foundation for Applied Economic studies website: <http://www.fedea.es/pub/papers/2005/dt2005-17.pdf>

Angus, D. (2008). Income, Health, and Wellbeing Around the World. *Journal of Economic Perspectives*, 22(2). Retrieved from <http://www.gallup.com>

Argyle, M., & Furnham, A. (1983). Sources of Satisfaction and Conflict in long-term relationships. *Journal Of Marriage And The Family*, 45(3), 481-493. Retrieved from www.eric.ed.gov

Baker, R., Kiger, G., & Riley, P. (1996). Time, Dirt, and money: The effects of gender, gender ideology, and type of earner marriage on time, household- task, and economic satisfaction among couples with children. *Journal Social Behavior and Personality*, 11(5). Retrieved from <http://ehis.ebscohost.com>

Ball, R., & Robbins, L. (1986). Marital Status and Life Satisfaction among Black Americans. *Journal of Marriage and the Family*, 48(2), 389-394. doi:10.2307/352406

Ben-Zur, H. (2012). Loneliness, optimism, and Well-Being among married, divorced, and widowed individuals. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 23-36. doi:10.1080/00223980.2010.548414

Ben-Zur, H., & Michael, K. (2009). Social Comparisons and Well-ing Following Widowhood and Divorce. *Death Studies*, 33(3), 220-238. doi:10.1080/07481180802671936

Berger, A. R., & Janoff-Bulman, R. (2006). Cost and satisfaction on close relationships: The role of loss-gain framing. *Personal Relationships*, 13(1), 53-68. doi:10.1111/j.1475-6811.2006.00104.x

- Berkel, L., & Constantine, M. (2005). Relational Variables and Life Satisfaction in African American and Asian American College Women. *Journal of College Counseling*, 8(1), 5-13. doi:10.1002/j.2161-1882.2005.tb00067.x
- Bonsang, E., & Van Soes, A. (2012). satisfaction with social contacts of older europeans. *Social Indicators Research*, 105(2), 273-292.
- Borzumato-Gainey, C., Kennedy, A., McCabe, B., & Degges-White, S. (2011). Life Stisfaction, Self-Esteem, and Subjeeective Age in Women Across the Life Span. *Adultspan Journal*, 8(1), 29-42. doi:10.1002/j.2161-0029.2009.tb00055.x
- Bryant, R. M. (2006). Multiple Role Balance, Job Satisfaction, and Life Satisfaction in Women School Counselors. *Professional School Counseling*, 9(4), 265-271.
- Bull, C., & Aucoin, J. (1975). Voluntary association participation and life satisfaction: a replication note. *Journal of Gerontology*, 30(1), 73-76. doi:10.1093/geronj/30.1.73
- Burke, R., & Weir, T. (1976). Relationship of wives' employment status to husband, wife and pair satisfaction and performance. *Journal of Marriage and the Family*, 38(2), 279-287. doi:10.2307/350387
- Carleo, A. S. (1988). *Job Satisfaction among Full-Time Faculty in the Los Angeles Community College District*. University of California. Los Angeles: University Microfilms Inc. Retrieved from <http://www.eric.ed.gov>
- Cheung, H. Y., & Chan, A. W. (2009). The effect of education on life satisfaction across countries. *Alberta Journal of Educational Research*, 55(1), 124-136. Retrieved from <http://ajer.synergiesprairies.ca>
- Degges-White, S., & Myers, J. E. (2006). Transitions, wellness, and life satisfaction for counseling midlife women. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(2), 133-142.
- Dermer, M., Cohen, S. J., Jacobsen, E., & Anderson, E. A. (1979). Evaluative Judgments of Aspects of Life as a Function of Vicarious Exposure to Hedonic Extremes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(2), 247-260. doi:10.1037/0022-3514.37.2.247
- Easterlin, R. (2001). Life Cycle Welfare: evidence and conjecture. *Journal of Soicio-Economics*, 30(1), 31-61. doi:[http://dx.doi.org/10.1016/S1053-5357\(01\)00092-0](http://dx.doi.org/10.1016/S1053-5357(01)00092-0)
- Erdwins, C. J., Buffardi, L. C., Casper, W. J., & O'Brien, A. (2001). The Relationship of Women's Role Strain to Social Support, Role Satisfaction, and Self-Efficacy. *Family Relations*, 50(3), 230-238. doi:10.1111/j.1741-3729.2001.00230.x
- G D Zimet ,N W Dahlem ,S G Zimet , ,G K Farley) .1988 .(The Multidimensional Scale of Perceived Social Support .*Journal of Personality Assessment*,52, 30-41.

- Hong, X., & Janet, B. (2008). The effect of perceived health status on patient satisfaction. *Value in Health*, 11(4), 719-725. doi:10.1111/j.1524-4733.2007.00294.x
- Jan, M., & Masood, T. (2008). An assessment of life satisfaction among women. *Studies On Home and Community Science*, 2(1), 33-42.
- Johnson, J. K., Pitt-Catsoupher, M., Besen, E., Smyer, M., & Matz-Costa, C. (2008). *Quality of employment and life satisfaction: a relationship that matters for older workers*. Retrieved from A Research Center supported by the Alfred p. Sloan Foundation website: www.bc.edu/agingandwork
- Junaković, I., & Adorić, V. (2009). relations of fundamental beliefs about human nature with Loneliness, Preferred solitude and satisfaction with social Relationships in Adulthood. *Psychological Topics*, 18(1), 159-182.
- Kim, H., Sugisawa, H., Okabayashi, H., Fukaya, T., & Shibata, H. (1999). A longitudinal study on social support and life satisfaction among Japanese elderly. *Nippon Koshu Eisei Zasshi*, 46(7), 532-541. Retrieved from <http://pubget.com/paper/10550977>
- King, L. A., Mattimore, L. k., King, D. W., & Adams, G. A. (1995). Family Support Inventory for Workers: A new measure of perceived social support from family members. *Journal Of Orgnizational Behavior*, 16, 235-257.
- Kousha, M., & Mohseni, N. (1997). Predictors of life satisfaction among urban Iranian women: An exploratory analysis. *Social Indicators Research*, 40(3), 329-357.
- Kuan, T. S., Jiuan, T. S., & Keng, K. A. (2009). *The well-being of Singaporeans: values, lifestyles, satisfaction and quality of life*. World Scientific Publishing Co. Retrieved from <http://site.ebrary.com>
- Lennon, M. C. (1994). Women, Work, and Well-Being: The Importance of Work Conditions. *Journal of Health and Social Behavior*, 35(3), 235-247. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/2137278>
- Lennon, M. C., & Rosenfield, S. (1992). Women and Mental Health: The Interaction of Job and Family Conditions. *Journal of Health and Social Behavior*, 33(4), 316-327. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/2137311>
- Lewis, V. G., & Borders, L. D. (1995). Life satisfaction of single middle aged professional women. *Journal Of Counseling & Development*, 74(1), 94-100. doi:10.1002/j.1556-6676.1995.tb01829.x
- Lucas, R. (2007). Adaptation and the Set-Point Model of Subjective Well-Being. *Current Directions in Psychological Science*, 16(2), 75-79.

- Lucas, R., Clark, A., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 84(3), 527-539.
- Lucas, R., Clark, A., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction. *Psychological science*, 15(1), 8-13.
- Martikainen, L. (2009). *Life Satisfaction of university educated young adult*. (A. Makinen, & P. Hajek, Eds.) Retrieved from Nova Science Publishers website:
<https://www.novapublishers.com>
- Meeks, S., & Murrell, S. A. (2001). Contribution of Education to Health and Life Satisfaction in Older Adults Mediated by Negative Affect. *Journal of Aging and Health*, 13(1), 92-119. doi:10.1177/089826430101300105
- Okun, M., Stock, W., Haring, M., & Witter, R. (1984). Health and subjective well-being: a meta-analysis. *International Journal of Aging and Human Development*, 19(2), 111-132. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6519817>
- Robert, R., Dean, M., Raymond, H., & Janet, N. (1985). Job importance as a moderator of the relationship between job satisfaction and life satisfaction. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(4), 297-316. doi:10.1207/s15324834basp0604_2
- Rode, J. (2004). Job satisfaction and life satisfaction revisited: A longitudinal test of an integrated model. *Human Relations*, 1205-1230. doi:10.1177/0018726704047143
- Rojas, M., & Elizondo-Lara, M. (2012). LIFE satisfaction in Costa Rica. *Latin American Research Review*, 47(1), 78-94.
- Salinas-Jimeenez, M. d., Artes, J., & Salinas-Jimenez, J. (2011). Education as a positional good: A life satisfaction approach. *Social Indicators Research*, 103(3), 409-426. doi:<http://dx.doi.org/10.1007/s11205-010-9709-1>
- Schmitt, N., & Bedeian, A. (1982). A comparison of LISREL and two-stage least squares analysis of a hypothesized life–job satisfaction reciprocal relationship. *Journal of Applied Psychology*, 67(6), 802-817.
- Seligman, M. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. In (Eds.). In C. R. Snyder, & S. J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology* (pp. 3-9). London: Oxford University Press.
- Shallal, M. (2011). Job Satisfaction among Women in the United Arab Emirates. *Journal of International Women's Studies*, 12(3), 114-134.

- Sousa, L., & Lyubomirsky, S. (2001). Life Satisfaction. (J. Worell, Ed.) *Encyclopedia of Women and Gender: Sex Similarities and Differences and the Impact of Society on Gender*, 2, 667-676.
- Van-Daalen, G., Sanders, K., & Willemsen, T. (2005). Sources of social support as predictors of health, psychological well-being and life satisfaction among Dutch male and female dual-earners. *Women & Health*, 41(2), 43-62. doi:10.1300/J013v41n02_04
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2007). *APA dictionary of psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Wang, C.-W., Iwaya, T., Kumano, H., Suzukamo, Y., Tobimatsu, Y., & Fukudo, S. (2002). Relationship of health status and social support to the life satisfaction. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 198(3), 141-149. doi:10.1620/tjem.198.141
- Webster, J., & Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-esteem across the life span: the role of cognitive control. *Journal of Genetic Psychology*, 164(2), 241-252. doi:10.1080/00221320309597980
- Zaidi, S., Alam, A., & Mitra, P. (2009). *World Bank Working Papers : Satisfaction with Life and Service Delivery in Eastern Europe and the Former Soviet Union : Some Insights from the 2006 Life in Transition Survey*. World Bank Publications. Retrieved from <http://site.ebrary.com>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-

الملاحق

ملحق (١)

مقياس الرضا عن الحياة

مقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة						العبارة	رقم
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالباً	دائماً			
					استطيع تحديد اهدافي في الحياة بدقة		١
					اخصص وقتاً كافياً لممارسة هواياتي		٢
					اشعر بالرضا عن مظهري الخارجي		٣
					اقدر اهمية دوري كإمرأة مشاركة في العملية السياسية		٤
					اشعر ان حياتي قد ضاعت دون اي انجاز		٥
					اتمتع بعلاقات ايجابية مع الجيران		٦
					اشعر بالرضا عن مستوى السكن الذي اعيش فيه الان		٧
					اتمتع بروح معنوية مرتفعة		٨
					اشعر بالرضا عن علاقاتي الاجتماعية		٩
					اعتقد بان وضعي المادي افضل من غيري		١٠
					اشعر بالرضا تجاه القوانين التي تحفظ حقوقى كإمرأة عاملة		١١
					اشعر بالامان لوجود صديقات في حياتي		١٢
					اشعر بالرضا عن مستوى الخدمات الصحية المقدمة لي		١٣
					اشعر بالرضا عن مستوى ادائي في العمل		١٤
					اشعر بالرضا كون المرأة البحرينية لديها الحق في الترشح للمجالس البلدية والمجلس النيابي (البرلمان)		١٥
					افشل في إيجاد حلول بديلة للمشكلات المستعصية		١٦
					اشعر بالقلق إزاء وضعي المادي في المستقبل		١٧
					اشعر بانني بحاجة إلى المزيد من الثقة بالنفس		١٨
					احاول ان اجد مصادر دخل اخرى		١٩
					اقضي اوقات ممتعة مع صديقاتي		٢٠
					احب شخصيتي كما هي		٢١
					اشعر بالقلق من الاصابة بمرض خطير		٢٢
					اشعر بالرضا عما انجزته في حياتي المهنية		٢٣
					اهدر قدراتي الابداعية بسبب تعدد ادواري الاجتماعية		٢٤
					اشعر بالرضا عن مستوى صحتي العامة		٢٥
					اتردد عند تجربة اشياء جديدة		٢٦
					اتمنى ان اعمل في وظيفة اخرى		٢٧

مقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة					
رقم	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
مطلقاً					
٢٨	استمتع بوجودي مع أفراد اسرتي				
٢٩	انام نوما هادئاً				
٣٠	اشعر بالرضا تجاه فرص التدريب المتاحة لي في العمل				
٣١	اشعر بالرضا كون المرأة البحرينية لديها الحق في الانتخاب				
٣٢	اقدر اهمية مشاركة المرأة في السلطة التشريعية (مجلسي الشورى والنواب)				
٣٣	اعتبر نفسي متفائلة في الحياة				
٣٤	اعتقد باني محظوظة في هذه الحياة				
٣٥	اعاني من مشاعر الياس دون سبب واضح				
٣٦	اخشى نقد زملاء/ زميلات العمل، عندما اطرح فكرة إبداعية				
٣٧	اشعر بالرضا عن وضعي المعيشي الحالي				
٣٨	اتمتع بصحة نفسية جيدة				
٣٩	اشعر بالرضا عن المكانة الاجتماعية التي يوفرها لي عملي الحالي				
٤٠	اجد صعوبة في تحقيق احلامي بسبب دخل المادي الحالي				

ملحق (٢)

مقياس المساندة الاجتماعية

مقياس المساندة الاجتماعية لدى المرأة البحرينية العاملة

رقم	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	مطلقاً
١	أشعر بالغربة وسط أفراد أسرتي					
٢	أشعر بالأمان من ظروف المستقبل لوجود مؤسسات مجتمعية تهتم بحقوق المرأة					
٣	يشاركني أفراد أسرتي في الاحتفال بالمناسبات السعيدة					
٤	أجد السعادة في وجوه صديقاتي عندما أكون سعيدة					
٥	أستطيع الحصول على الاستشارة القانونية من المؤسسات ذات العلاقة					
٦	أتلقي النصيحة من صديقاتي عندما أحتاج إليها					
٧	أتلقي هدايا من زملاء/ زميلات العمل عندما أحتفل بمناسبة سعيدة					
٨	أرى بأن الجمعيات النسائية تلعب دوراً فعالاً في مساندة قضايا المرأة العاملة					
٩	أستعين بأفراد أسرتي عندما أحتاج إلى المساعدة					
١٠	أجد العون من زملاء/ زميلات العمل عندما أقوم بمهمة جديدة					
١١	أستفيد من أنشطة الجمعيات الإسلامية للحصول على المساندة الروحية					
١٢	أجد الدعم المعنوي الكافي من قبل صديقاتي					
١٣	أجد الدعم من أفراد أسرتي عند اتخاذ القرارات المهمة					
١٤	أفتقد المساندة النفسية من زملائي/ زميلاتي في العمل					
١٥	أجد الدعم من صديقاتي عند اتخاذ القرارات المهمة					
١٦	أستطيع أن أصارح أفراد أسرتي بالمشكلات التي تواجهني					
١٧	أؤمن بدور المؤسسات المساندة للمرأة في المطالبة بحقوقى كأمراة عاملة. (مثل: المجلس الاعلى للمرأة، الجمعيات النسائية)					
١٨	أستطيع ان أعتد على صديقاتي عندما أواجه مشكلة ما					
١٩	يضايقني تهرب زملائي/ زميلاتي عندما أواجه مشكلة في مجال العمل					
٢٠	أسعد بمبادرات زملائي/ زميلاتي لمساعدتي عندما تواجهني مشكلة في مجال العمل					

ملحق (٣) قائمة المحكمين

قائمة المحكمين

اسم المحكم	الدرجة العلمية	الجهة
١. د. أحمد سعد جلال	أستاذ مشارك	جامعة البحرين
٢. د. توفيق عبدالمنعم	أستاذ	جامعة البحرين
٣. د. سعيد اليماني	أستاذ مشارك	جامعة الخليج العربي
٤. د. عادل العدل	أستاذ	جامعة الخليج العربي
٥. د. عبدالله الصمادي	أستاذ مشارك	جامعة الخليج العربي
٦. د. محمد المطوع	أستاذ مشارك	جامعة البحرين
٧. د. محمد جمل الليل	أستاذ	جامعة الخليج العربي
٨. د. محمد مقداد	أستاذ	جامعة البحرين
٩. د. محمد هويدي	أستاذ مشارك	جامعة الخليج العربي
١٠. د. ناديا هايل سرور	أستاذ	جامعة الخليج العربي
١١. أ. أبتسام فارع	مديرة مركز معلومات المرأة	المجلس الاعلى للمرأة

ملحق (٤) رسالة المحكمين

الموضوع: طلب تقييم لمقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة
ومقياس المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة

الدكتور/ المحترم

تحية طيبة وبعد،،

تقوم الباحثة ببناء مقياسين بحرينيين يقيس الأول الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة من وجهة نظرها، أما المقياس الآخر يقيس المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة من وجهة نظرها، وذلك لاستخدامهما في دراسة بعنوان **(الرضا عن الحياة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى المرأة البحرينية العاملة)**

حيث قامت الباحثة بإعداد الصورة المبدئية لمقاييس وتتطلب الاستجابة على عباراتهما اختيار أحد بدائل مقياس خماسي على طريقة ليكرت التي وضعت أمام كل عبارة في المقياسين وهي: دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً ومطلقاً. على أن تعطى خمس درجات للاستجابة دائماً، أربع درجات للاستجابة غالباً، ثلاث درجات للاستجابة أحياناً، درجتان للاستجابة نادراً، ودرجة واحدة للاستجابة مطلقاً. على أن تُعكس الدرجات للعبارات السلبية.

ولغرض التحقق من الدقة العلمية للمقاييس في المرحلة الأولية، ترحو الباحثة التكرم بالإطلاع على المقياسين المرفقين، وإبداء آرائكم ومقترحاتكم في مدى ملائمة العبارات للمحاور التي تنتمي إليها، ووضع إشارة (✓) في المكان المناسب على مقياس التقييم المحدد في القائمة طبقاً لما يلي:

١. مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة. أخذاً في الاعتبار مدى ملائمتها للثقافة البحرينية.

٢. مدى انتماء كل عبارة من العبارات إلى مجال الرضا عن الحياة ومصدر المساندة الاجتماعية التي حددتها الباحثة.

مع العلم أن الباحثة قد عرفت الرضا عن الحياة في الدراسة الحالية بأنه:

تقييم معرفي لمدى تقبل الفرد لذاته ودرجة توافقه مع البيئة المادية والاجتماعية

المحيطة به ونظراته المتفائلة للمستقبل.

وهو ما حاولت الباحثة تضمينه في مقياسها لكي يصبح تعريفها الإجرائي:

- تقبل المرأة البحرينية العاملة لذاتها.
- توافق المرأة البحرينية العاملة مع المحيطين بها.
- تقبل المرأة البحرينية العاملة لوضعها الصحي، السياسي، المادي، والوظيفي.
- اقتناع المرأة البحرينية العاملة بالفرص الإبداعية المتاحة لها.
- شعور المرأة البحرينية العاملة بالتفاؤل والاستبشار.

كما أن الباحثة قد تبنت تعريف رابطة علم النفس الأمريكية للمساندة الاجتماعية " بأنها تقديم المساعدة أو الراحة للآخرين، من أجل مساعدتهم على التكيف مع مختلف الضغوط

البيولوجية والنفسية والاجتماعية. وقد تنشأ المساعدة عن أي علاقة بين الأشخاص في شبكة الأفراد الاجتماعية من خلال إشراك أعضاء الأسرة والأصدقاء والجيران والمؤسسات الدينية، والزملاء، ومقدمي الرعاية، أو مجموعات الدعم. قد تقدم المساعدات الفعلية من خلال الأعمال أو المال، أو من خلال تقديم المساعدة المعلوماتية (مثل: المشورة والتوجيه) وذلك هو أبسط أشكال تقديم من المساعدة الاجتماعية. كما أن المساعدة النفسية توفر للفرد الشعور بقيمته والتقبل والتفهم. لقد ثبت بشكل عام أن المساعدة لها آثار مادية ونفسية ايجابية، ولا سيما في مجال الحماية ضد الآثار الضارة للإجهاد¹

- وهو ما حاولت الباحثة تضمينه في مقياسها لكي يصبح تعريفها الإجرائي للمساعدة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة:
١. كفاءة المساعدات المادية والمساعدة النفسية والمشورة والنصح المقدمة للمرأة البحرينية العاملة من قبل أفراد أسرتها.
 ٢. كفاءة المساعدات المادية والمساعدة النفسية والمشورة والنصح المقدمة للمرأة البحرينية العاملة من قبل صديقاتها.
 ٣. تقديم زملاء العمل للمشاركة المعنوية والمساعدة النفسية والمشورة والتوجيه في الامور المتعلقة بالعمل للمرأة البحرينية العاملة.
 ٤. توفير مؤسسات المجتمع للخدمات المادية والمساعدة النفسية والمعلوماتية من خلال تقديم المشورة والتوجيه في الشؤون الدينية والقانونية.

شاكرة لكم تعاونكم
وتفضلوا بقبول وافر التقدير،،

الباحثة،
لطيفة الذوايدي

بإشراف: د. جهان العمران

ت: ٠٠٩٧٣٣٦٦٨٦٦٨٨
Latifa-sw@hotmail.com

¹ VandenBos, G. R. (Ed.) (2007). *APA dictionary of psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.

أولاً: مقياس الرضا عن الحياة لدى المرأة البحرينية العاملة

مدي		مدي		عن الحياة	الرضا عن الحياة
مدي	انتماء	صحة	الصياغة		
				اللغوية	للعبارة
الملاحظات					
الرضا عن الحالة المادية					
١	أفتتح بمستوى السكن الذي أعيش فيه الآن				
٢	أفتقد القدرة على تدبير المال لتوفير الكماليات				
٣	أشعر بالرضا عن وضعي المادي الحالي				
٤	أحاول أن أجد مصادر دخل أخرى				
٥	أعتقد بأن وضعي المادي أفضل من غيري				
٦	أجد صعوبة في تحقيق أحلامي بسبب دخلي المادي الحالي				
الرضا عن تمتع المرأة بالحقوق السياسية					
٧	أقدر أهمية دوري كإمرأة عاملة في المشاركة السياسية				
٨	أشعر بالرضا اتجاه القوانين التي تحفظ حقوقي كإمرأة عاملة				

مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة	مدى انتماء العبارة إلى بُعد الرضا عن الحياة		مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة		الملاحظات
	نعم	لا	نعم	لا	
٩					المعبارات أشعر بالرضا كون المرأة البحرينية لديها الحق في الانتخاب
١٠					أشعر بالرضا كون المرأة البحرينية لديها الحق في الترشح بالمجالس البلدية والمجلس النيابي (البرلمان)
١١					أقدر أهمية مشاركة المرأة في سن التشريعات بالمجلس النيابي (البرلمان)
الرضا عن العلاقات الاجتماعية					
١٢					أقضي أوقات ممتعة مع صديقاتي
١٣					أشعر بالقبول من قبل صديقاتي
١٤					أستمتع بوجودي مع صديقاتي
١٥					أتمتع بعلاقات إيجابية مع الجيران
١٦					أشعر بالأمان لوجود صديقات في حياتي
١٧					أتمنى الحصول على المزيد من الصديقات
١٨					أشعر بالرضا عن علاقتي الاجتماعية

مدى صحة الصياغة اللغوية للعبرة	مدى انتماء العبرة إلى بُعد الرضا عن الحياة		الملاحظات	
	لا أشعر بالعزلة عن محيطي الاجتماعي	أشعر بالعزلة عن محيطي الاجتماعي	لا أشعر بالعزلة عن محيطي الاجتماعي	أشعر بالعزلة عن محيطي الاجتماعي
٢٨				
٢٧				
٢٦				
٢٥				
٢٤				
٢٣				
٢٢				
٢١				
٢٠				
١٩				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				
٣				
٢				
١				
٠				
١٨				
١٧				
١٦				
١٥				
١٤				
١٣				
١٢				
١١				
١٠				
٩				
٨				
٧				
٦				
٥				
٤				

مدى انتماء العبرة إلى بُعد الرضا عن الحياة	مدى صحة الصياغة اللغوية للعبرة			الملاحظات	رقم	
	لا أشعر بالرضا	لا أشعر بالرضا	لا أشعر بالرضا			
الملاحظات					أشعر أن حياتي قد ضاعت دون أي إنجاز	٢٩
					أحب شخصيتي كما هي	٣٠
					أنجزت أكثر مما كنت أتمنى في حياتي	٣١
					أشعر بالرضا تجاه مستوى مؤهلي العلمي	٣٢
	الرضا بالحالة الصحية					
					أشعر بالرضا عن مستوى صحيي العامة	٣٣
					أتمتع بصحة نفسية جيدة	٣٤
					أقتنع بمستوى الخدمات الصحية المقدمة لي	٣٥
					أتمتع بروح معنوية مرتفعة	٣٦
					أنام نوماً هادئاً	٣٧
				أعاني من ضغوط نفسية أكثر من الآخرين	٣٨	

ممدى انتفاء العبارة إلى بُعد الرضا عن الحياة	ممدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة			الملاحظات
		ممتثل	ممتثل	
٣٩	أجد صعوبة في التغلب على حالات القلق			الملاحظات
الرضا الوظيفي				
٤٠	أتمنى أن أعمل في وظيفة أخرى			
٤١	أتمنى أن أحصل على التقدير من رؤسائي في العمل			
٤٢	أعتقد بأنني موضع احترام زملائي في العمل			
٤٣	أحصل على مكافآت محزية من عملي الحالي			
٤٤	أشعر بالرضا عن المكانة الاجتماعية التي يوفرها لي عملي الحالي			
٤٥	أتمتع بعلاقات طيبة مع زملاء العمل			
٤٦	أشعر بالرضا عن مستوى أدائي في العمل			
٤٧	أشعر بالرضا تجاه فرص التدريب المتاحة لي في العمل			
٤٨	أشعر بالرضا عما أنجزته في حياتي المهنية			
الشعور بالتفاؤل				

مدى انتماء العبرة إلى بُعد الرضا عن الحياة		مدى صحة الصياغة اللغوية للعبرة		الملاحظات	العبارات	رقم السؤال
لا أوافق أبداً	لا أوافق بعضاً	أوافق بعضاً	أوافق أبداً			
					أشعر بالقلق بشأن وضعي المالي في المستقبل	٤٩
					أتوقع أن يتحسن وضعي الوظيفي مستقبلاً	٥٠
					أعتبر نفسي متفائلة في الحياة	٥١
					أشعر بالقلق من الإصابة بمرض خطير	٥٢
					أعتقد بأنني محظوظة في هذه الحياة	٥٣
					أعاني من مشاعر اليأس دون سبب واضح	٥٤
الرضا عن الفرص الإبداعية						
					أخشى فقد زملاء العمل، عندما أ طرح فكرة إبداعية	٥٥
					أتمتع بحب المغامرة	٥٦
					أفشل في إيجاد حلول بديلة للمشكلات المستعصية	٥٧
					أحصل على الدعم لتنمية قدراتي الابتكارية من رؤساء العمل	٥٨

مدى انتماء العبارة إلى بُعد الرضا عن الحياة	مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة			العبارات	رقم
	في كثير من الأحيان	في كثير من الأحيان	في كثير من الأحيان		
الملاحظات					
				أتردد عند تجربة أشياء جديدة	٥٩
				أخصص وقتاً كافياً لممارسة هواياتي	٦٠
				أفكر في حلول متنوعة للمشكلة	٦١
				أهمل قدراتي الإبداعية، بسبب تعدد أدوري الاجتماعية	٦٢
				أجد حلولاً مبتكرة للمشكلات التي تواجهني في الحياة	٦٣

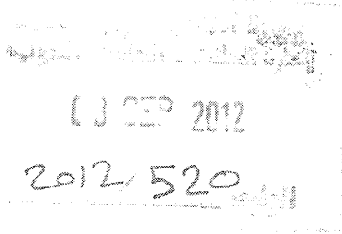
ثانياً: مقياس المساندة الاجتماعية المقدمة للمرأة البحرينية العاملة

مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة		مدى صحة الصياغة اللغوية للعبارة		الرقم
لي	لي	لي	لي	
مساندة أفراد الأسرة				
				١
				٢
				٣
				٤
				٥
				٦
				٧
مساندة الصديقات				
				٨
				٩
				١٠
				١١

١٢	أجد الدعم من صديقاتي عند اتخاذ القرارات المهمة				
١٣	يضايقني تهرب صديقاتي مني عندما أواجه مشكلة				
١٤	أتردد في طلب المساعدة المادية من صديقاتي				
مساندة زملاء العمل					
١٥	أجد العون من زملاء العمل عندما أقوم بمهمة جديدة				
١٦	أناقي اتصالاً من زملائي في العمل للأطمئنان على صحتي في حالة المرض				
١٧	أعتمد على زملائي عندما تراجعني مشكلة في مجال العمل				
١٨	أناقي هدايا من زملاء العمل عندما أحتفل بمناسبة سعيدة				
١٩	أسعد بمبادرات زملائي عندما تراجعني مشكلة في مجال العمل				
٢٠	أفتقد المساندة النفسية من زملائي في العمل				
٢١	يضايقني تهرب زملائي عندما أواجه مشكلة في مجال العمل				
مساندة مؤسسات المجتمع					
٢٢	أرى بأن الجمعيات النسائية تلعب دوراً فعالاً في مساندة قضايا المرأة العاملة				
٢٣	استشير رجال الدين في الأمور الفقهية الغامضة بالنسبة لي				
٢٤	وأمن بدور المؤسسات المساندة للمرأة في المطالبة بحقوقى كامرأة عاملة. (مثل: المجلس الأعلى للمرأة، الجمعيات النسائية)				
٢٥	أشعر بالأمان من ظروف المستقبل لوجود مؤسسات مجتمعية تهتم بحقوق المرأة				
٢٦	أستطيع الحصول على الاستشارة القانونية من المؤسسات ذات العلاقة				
٢٧	أتردد عند طلب المساندة المادية من الجمعيات النسائية فيما لو احتجت لها				
٢٨	أستفيد من أنشطة الجمعيات الإسلامية للحصول على المساندة الروحية				
٢٩	أشعر بأن طلب المساندة من الجمعيات النسائية أمر صعب				

ملحق (٥)

نموذج مراسلة الجهات
للموافقة على التطبيق



2012/09/02

حضرة الفاضلة / فاطمة محمود المحترمة

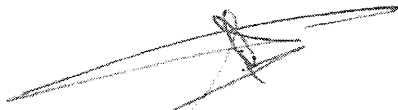
مديرة إدارة العلاقات العامة والدولية بالوكالة – وزارة التنمية الاجتماعية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،

يرجى منكم التكرم بتسهيل مهمة الطالبة/ لطيفة جاسم محمد ذات الرقم الجامعي 20030734 والتي تدرس في برنامج ماجستير علم النفس الارشادي بقسم علم النفس بجامعة البحرين ، في أعمال التطبيق الميداني وذلك حتى تتمكن من انجاز الأعمال الميدانية الخاصة بأطروحة الماجستير ، والتي عنوانها (الرضا عن الحياة وعلاقته بالمساندة الاجتماعية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى المرأة البحرينية العاملة)

وذلك تحت إشراف الدكتورة جيهان العمران بجامعة البحرين .

وتفضلوا بقبول فائق التحية والاحترام ،،،

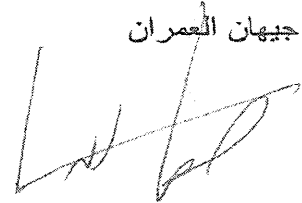


رئيسة قسم علم النفس

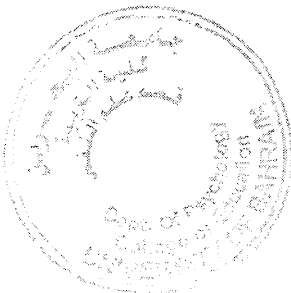
د. امانى الشيراوي

المشرف على الرسالة

د. جيهان العمران



مرفقات : المقاييس



Life Satisfaction in Relation to Social Support and Some Demographic Variables in the Bahraini Employed Woman

The present study aimed to investigate the relationship between life satisfaction, social support, and some demographic variables (social status, age groups, educational level) for the Bahraini working woman. The sample consisted of (321) Bahraini employed women. Two instruments, which had been developed by the investigator, were administered to the sample, namely: (Life Satisfaction Scale and Social Support Scale). The study results were as follows:

There were significant differences in the mean scores of different age- groups on Self Satisfaction scale. Further analysis showed that the significance was attributed to the difference between age group (30 & below) and age group (45 & above) in favor of the older group.

There were significant differences in the mean scores of different age- groups on Health Satisfaction scale. Further analysis showed that the significance was attributed to the difference between age- group (30 & below) and age group (31 & 44) in favor of the younger group.

There were significant differences in the mean scores of different age-groups on Creative Opportunities scale. Further analysis showed that the significance was attributed to the difference between age group (30 & below) and age group (31 & 44) in favor of the younger group.

There were significant differences in the mean scores of groups with different Social Status on Satisfaction with Social Relations scale. Further analysis showed that the significance was attributed to the difference between single and married women in favor of the singles.

There were no significant differences in the mean scores of groups with different Educational Level on Life Satisfaction scale.

There were significant positive relationships among all the dimensions of Life Satisfaction and those of Social Support, except for the relationship between Job Satisfaction and Colleague's Support at work.

The predictors of Life Satisfaction were: Family Support, Friends' Support, Colleagues' Support, and Social Institutions' Support.



University of Bahrain
College of Arts
Psychology Department
Master Program in Counseling Psychology

Life Satisfaction In Relation to Social Support and Some Demographic Variables in the Bahraini Employed Woman

A thesis presented to the Psychology Department at the University
of Bahrain in partial fulfillment of the requirement for the Master
Degree in Counseling Psychology

Prepared by:
Latifa Al Thawadi

Under the supervision of
Dr. Jihan Alumran
Professor of Educational psychology

2013