

جامعة البحرين

قسم علم النفس



كلية الآداب

الصلابة النفسية لدى الزوجين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية لدى عينة من المتزوجين في
المجتمع البحريني

بتول عبدعلي عبد العزيز إسماعيل

20121667

أطروحة مقدمة لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد الأسري

إعداد

إشراف

أ.د جيهان عيسى أبو راشد العمران
أستاذ علم النفس بقسم علم النفس
جامعة البحرين
مملكة البحرين

مايو 2024

نموذج رقم (2)
صفحة الاعتماد من قبل لجنة التحكيم



جامعة البحرين

قسم علم النفس

برنامج ماجستير في الإرشاد الأسري

ناقشت الطالبة بتول عبد علي (20121667) الأطروحة التي استكملت بها متطلبات الحصول درجة الماجستير

في برنامج الماجستير في الإرشاد الأسري

وعنوان الأطروحة : الصلابة النفسية لدى الزوجين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية لدى عينة من المتزوجين في المجتمع

البحريني

وذلك يوم الاحد الموافق 29 سبتمبر من عام 2024 م

وتوصي اللجنة بمنحها درجة الماجستير في الإرشاد الأسري بتقدير : PASS

(لجنة المناقشة)

التوقيع


الاسم

مشرفاً

أ.د. جيهان العمران

ممتحناً داخلياً

أ.د. محمد مقداد

ممتحناً خارجياً

أ.د. بركات حمزة حسن

بسم الله الرحمن الرحيم

{ وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ } أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ
وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ }

سورة البقرة، آية 155- 156- 157

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى البحث في العلاقة بين الصلابة النفسية وإدارة الأزمات الأسرية لدى أفراد عينة الدراسة، ودراسة الفروق الدالة إحصائياً بين أفراد العينة في الصلابة النفسية وإدارة الأزمات الأسرية وفقاً للمتغيرات الديمغرافية التالية: العمر، الجنس، عدد سنوات الزواج، فرق العمر بين الزوجين، المستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى التعليمي. كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن المتغيرات المستقلة القادرة على التنبؤ بالمتغير التابع وهو الصلابة النفسية، واقتصرت الدراسة على عينة استطلاعية من المتزوجين قوامها (48) فرداً، وعينة أساسية قوامها (170) فرداً من المتزوجين البحرينيين من فئات عمرية وعدد سنوات زواج مختلفة. واستخدم في البحث أداتان بحثيتان: الأداة الأولى: مقياس إدارة الأزمات الأسرية من إعداد الباحثة (2024) ومقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر (2011). وتم التأكد من صدق المقياسين وثباتهما. وقد كانت أهم النتائج كما يلي: أهم الأزمات التي يعاني منها أفراد عينة الدراسة على الترتيب هي وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين، يليها الإصابة بالمرض المزمن، ثم الأزمات المالية. كما أسفرت عن وجود مستوى مرتفع نسبياً من الصلابة النفسية لدى أفراد العينة، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج، إلا أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده تعزى لمتغير الفئات العمرية ما عدا في أسلوب مساندة الأهل والأصدقاء. كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده ما عدا اتباع أسلوب حل المشكلات تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج. وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج. وأخيراً تبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد إدارة الأزمات الأسرية وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة، وأن متغير الشعور بالانهيار والاستسلام كان المتغير الوحيد الذي كان قادراً على التنبؤ بالصلابة النفسية لدى أفراد العينة.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، إدارة الأزمات الأسرية، المتغيرات الديمغرافية.

إهداء

إلى والدي الحبيبين أطل الله في عمرهما، إلى من بذلا مهجتهما في سبيل تعليمي وتشجيعي

ودعمني دعما مستمرا، إلى من لولاهما بعد توفيق الله لما وصلت إلى هذا العمل

إلى شقيقتي العزيزتين فاطمة وزهراء اللتين قدمتا الدعم والحب

إلى جميع أهلي وأحبتي

إلى صديقاتي الغاليات

إلى إدارة مدرستي

إلى زميلاتي العزيزات

إلى طالباتي الغاليات

إلى كل من دعمني دعما معنويا مستمرا بدعاء خير وكلمة دعم، أو تقديم مساعدة، أو مبادرة

لكم جميعا أهدي رسالتي هذه

مع خالص المحبة والامتنان

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم
قال تعالى : {واللهُ أخرجكم من بطون أمهاتكم لا تعلمون شيئاً وجعل لكم السمعَ والأبصارَ والأفئدةَ لعلكم تشكرون} [النحل: 78]

فالحمد لله الذي وفقنا وهدانا، وبعد الحمد والثناء عليه، يسرني أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير والامتنان إلى الأستاذ الدكتور جيهان العمران والتي تفضلت مشكورة بالإشراف على هذه الرسالة العلمية، وبذلت جل جهدها ووقتها وعلمها وخبرتها لإنجازها، وكان لآرائها العلمية القيمة والسديدة الأثر العظيم، وأرجو من الله لها دوام التوفيق والنجاح لها ولمن ينهل العلم على يديها.

كما أتوجه بجزيل الشكر والتقدير إلى رئيس قسم علم النفس الأستاذ سامي المحجوب الذي كان لدوره الأثر الهام، والدكتور أحمد سعد جلال الذي ساندني بعلمه وخبرته.

والشكر مقرون بكل معاني التقدير والامتنان لوزارة التربية والتعليم ممثلة برئيسها، ولجامعة البحرين ممثلة برئيسها، وعميد كلية الآداب وأعضاء هيئة التدريس، وجميع العاملين على توفير كافة وسائل الدعم والمساندة لإتمام هذه الرسالة.

والله ولي التوفيق

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
اعتماد لجنة المناقشة	أ
آية قرآنية	ب
ملخص الدراسة	ج
إهداء	د
شكر وتقدير	هـ
قائمة المحتويات	و
قائمة الجداول	ط
الفصل الأول مدخل إلى الدراسة	
مقدمة	1
أولاً: مشكلة الدراسة وتساؤلاتها	2
ثانياً: أهداف الدراسة	3
ثالثاً: أهمية الدراسة	3
رابعاً: حدود الدراسة	4
خامساً: مصطلحات الدراسة	4
الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة	

7	مقدمة
7	مفهوم الأزمة الأسرية
8	مفهوم إدارة الأزمات الأسرية
8	مفهوم الصلابة النفسية
10	أهمية الصلابة النفسية
10	مكونات الصلابة النفسية
11	خصائص ذوي الصلابة النفسية
12	ردود الفعل للأحداث الضاغطة
12	أنواع الأزمات الأسرية
14	استراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية لإدارة الأزمات الأسرية
15	دينامية الأسرة خلال تعرضها للأحداث الضاغطة
15	معوقات إدارة الأزمات الأسرية
16	التوافق مع المشكلة الأسرية
17	سياسات حل الخلافات
18	أساليب إدارة الأزمات الأسرية
20	مراحل الأزمة الأسرية
21	الأوضاع النفسية العامة التي يمكن أن يمر بها الزوجان عند حدوث المشكلة
22	مراحل إدارة الأزمة الأسرية
24	سمات مدير الأزمة

25	النظريات المفسرة للصلاية النفسية
31	الدراسات السابقة
37	التعقيب على الدراسات السابقة
الفصل الثالث منهج الدراسة وأدواتها وإجراءاتها	
41	أولاً: منهج الدراسة.
41	ثانياً: مجتمع الدراسة.
41	ثالثاً: عينة الدراسة.
44	رابعاً: أدوات الدراسة.
51	خامساً: إجراءات الدراسة.
52	سادساً: الأساليب الإحصائية.
الفصل الرابع نتائج الدراسة وتفسيرها	
53	أولاً: الإجابة عن أسئلة الدراسة
84	ثانياً: توصيات الدراسة
85	ثالثاً: الدراسات المقترحة
قائمة المراجع	
87	أولاً: المراجع باللغة العربية
92	ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية
ملاحق الدراسة	
95	ملحق 1. قائمة أسماء وتخصصات السادة المحكمين
96	ملحق 2. مقياس إدارة الأزمات الأسرية
101	ملحق 3. مقياس الصلاية النفسية
104	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول
42	جدول 1. خصائص عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة
45	جدول 2. معاملات الاتساق الداخلي لعبارات مقياس إدارة الأزمات الأسرية
47	جدول 3. مؤشرات الثبات لمقياس إدارة الأزمات الأسرية باستخدام معامل ألفا - كرونباخ
49	جدول 4. معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد الالتزام بالدرجة الكلية للبعد
49	جدول 5. معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد التحكم بالدرجة الكلية للبعد
50	جدول 6. معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد التحدي بالدرجة الكلية للبعد
50	جدول 7. معامل ثبات استبانة الصلابة النفسية وثبات كل بعد من أبعاده باستخدام معامل ألفا كرونباخ
51	جدول 8. مصفوفة معاملات ارتباط أبعاد مقياس الصلابة النفسية
53	جدول 9. توزيع أفراد العينة بحسب نوع الأزمة
56	جدول 10. المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية حسب الأبعاد
58	جدول 11. اختبارات للمجموعات المستقلة لدرجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية حسب النوع
59	جدول 12. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية لأفراد العينة بحسب الفئات العمرية

60	جدول 13. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية لأفراد العينة بحسب عدد سنوات الزواج
61	جدول 14. اختبار شيفيه لعدد سنوات الزواج
62	جدول 15. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية لأفراد العينة بحسب المستوى الاقتصادي
63	جدول 16. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية لأفراد العينة بحسب المستوى التعليمي
64	جدول 17. المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة على مقياس ادارة الازمات حسب الأبعاد
66	جدول 18. اختبارات للمجموعات المستقلة لدرجات افراد العينة على مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده حسب النوع
68	جدول 19. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب الفئات العمرية
72	جدول 20. اختبار شيفيه لأسلوب مساندة الأهل والأصدقاء
73	جدول 21. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب عدد سنوات الزواج
76	جدول 22. اختبار شيفيه لأسلوب حل المشكلات
77	جدول 23. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب المستوى الاقتصادي
79	جدول 24. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب المستوى التعليمي
81	جدول 25. معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمجموع الكلي للمقياس

83	جدول 26. تحليل الانحدار الخطي لأساليب إدارة الأزمات النفسية كمتغيرات مستقلة على مقياس الصلابة النفسية كمتغير تابع
83	جدول 27. قيم ثوابت معادلة الانحدار

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

- مقدمة
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مدخل إلى الدراسة

مقدمة:

تعتبر الأسرة التكوين الأساسي في المجتمع، فإذا أردنا مجتمعاً سليماً وسوياً علينا البدء بتكوين أسر سليمة وإصلاح الأسر غير السليمة، وتتجسّد الأسرة عندما تتصف بالصحة النفسية وبالقدرة على التعامل السوي مع الخلافات والمشكلات والأزمات الأسرية، والتكيف مع التحديات والضغوط الطارئة، فالخلافات والتحديات والضغوطات الأسرية أمر طبيعي لا تخلو أسرة منها، إلا أن أساليب التعامل معها هي المفصل.

وقد ازدادت مؤخراً الضغوطات والأزمات الحياتية المختلفة، كأزمة جائحة كورونا والتي أدت إلى تدهور صحة أفراد المجتمع حتى بعد تعافيتهم من المرض فقد أثبتت عدة دراسات إصابة الأفراد بآثار ناتجة عنه حيث أن هناك أبعاداً نفسية سلبية جاءت نتيجة للحجر والعزل فقد تسببت الجائحة في تأثير نفسي غير مسبوق للعالم ودعت إلى ضرورة العلاج النفسي بعد التعافي من فيروس كورونا مشيرة إلى تزايد إصابة العديد من مصابي أو متعافي الفيروس بالقلق والاكتئاب (د. غفران جاسم، 2021)، وقد حصل ارتفاع في نسب الوفيات ففقدت الأسر أحباباً وأقرباء وقد بلغ عدد وفيات فيروس كورونا 1532 في مملكة البحرين (الموقع الرسمي لوزارة الصحة، 2022)، بالإضافة إلى الوضع المعيشي المتدني لدى عدد من الأسر بالتزامن مع ازدياد نسب البطالة فقد ارتفعت نسبة البطالة من 4.7% إلى ما يتجاوز 5% في عام 2020 نظراً للجائحة والظروف الاستثنائية (صحيفة الوطن، 2021) بالإضافة إلى ارتفاع الأسعار عام 2022 ارتفاعاً بنسبة 4.3% على أساس سنوي. وشهد شهري أبريل ومايو من العام الجاري ارتفاعاً بنسبة 5.3% (التقرير الاقتصادي الفصلي لمملكة البحرين 2022)، كما قد بدأت مملكة البحرين بتطبيق القيمة المضافة في 1 يناير 2019 بنسبة 5% على كافة السلع والخدمات، باستثناء بعض السلع والخدمات التي تخضع للقيمة المضافة بنسبة الصفر بالمئة (0%) أو تلك المعفاة وفقاً لقانون القيمة المضافة ولائحته التنفيذية. واعتباراً من 1 يناير 2022، تم تعديل النسبة الأساسية للقيمة المضافة على أن تكون بنسبة 10% (موقع وزارة المالية والاقتصاد الوطني).

كما أن الدراسات السابقة في مملكة البحرين لم تتطرق إلى دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية لدى الزوجين وإدارة الأزمات الأسرية مما يعني وجود حاجة إلى هذه الدراسة.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

تعود مشكلة الدراسة إلى شعور الباحثة بوجود ضعف في الصلابة النفسية لدى الأزواج مما يؤدي إلى حدوث صعوبة في حل الأزمات الأسرية بالإضافة إلى تزايد حالات العنف الأسري التي ترد على المراكز الاجتماعية، ومن هنا ترى الباحثة ضرورة بحث ودراسة المشكلة لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى الزوجين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية، ووضع المقترحات الوقائية والإرشادية لرفع مستوى الصلابة النفسية وزيادة القدرة على إدارة الأزمات الأسرية.

فقد أشارت الإحصائيات إلى زيادة المشكلات الأسرية وتزايد حالات العنف إذ تم تسجيل 777 قضية عام 2020 و 1060 قضية عام 2019 لتكون الأعلى في نسب قضايا العنف الواردة لدى المحاكم، وكذلك ارتفعت نسبة الطلاق حيث ازدادت من عام 2020 إلى عام 2021 إلى بنسبة 15.2% بحسب إحصائية المركز الإحصائي لدول مجلس التعاون الخليجي للدول العربي" مما قد يدل على انخفاض الصلابة النفسية لدى الزوجين وبالتالي عدم قدرتهما على حل المشكلات وإدارة الأزمات الأسرية وهذا ما سنقوم بدراسته والتحقق منه لتسليط الضوء على الصلابة النفسية لدى الزوجين في مملكة البحرين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية، ليكون بين أيدينا جانب علمي محكم عن هذا الموضوع يفيد الباحثين والمهتمين ويحقق الأثر الإيجابي على الأسر في مملكة البحرين.

تساؤلات الدراسة:

1. ما أهم أنواع الأزمات التي يمر بها أفراد عينة الدراسة من المتزوجين؟
2. ما مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الدرجات لأفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية تبعا لاختلاف كل من: العمر، الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى التعليمي لكل من الزوجين.
4. ما مستوى إدارة الأزمات الأسرية لدى أفراد العينة؟
5. هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الدرجات لأفراد عينة الدراسة على مقياس إدارة الأزمات الأسرية تبعا لاختلاف كل من: العمر، الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى التعليمي لكل من الزوجين.
6. هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين أبعاد الصلابة النفسية لدى الزوجين وإدارة الأزمات الأسرية؟

7. أي من أساليب إدارة الأزمات الأسرية أكثر قدرة على التنبؤ بالصلابة النفسية لأفراد العينة؟

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى مايلي:

1. التعرف على أنواع الأزمات الأسرية، وأساليب إدارة الأزمات الأسرية لأفراد عينة الدراسة
2. التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة.
3. التعرف على مستوى إدارة الأزمات الأسرية لدى أفراد العينة.
4. تبين العلاقة بين أبعاد الصلابة النفسية لدى الزوجين وإدارة الأزمات الأسرية.
5. الكشف عن الفروق في الصلابة النفسية تبعا لاختلاف كل من: العمر، الجنس، عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى التعليمي.
8. التعرف على أساليب إدارة الأزمات النفسية القادرة على التنبؤ بالصلابة النفسية لأفراد

عينة الدراسة

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة فيما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية :

يمكن أن تسهم نتائج البحث في إضافة علمية معرفية حول مشكلة واقعية يمكن أن يعاني منها المجتمع البحريني وهي انخفاض الصلابة النفسية لدى عينة من المتزوجين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية، وحيث أنه لم يتم تسليط الضوء عليها بشكل كاف فهذا يحيلنا إلى ضرورة بحثها ودراستها من أجل معرفة مستوى الصلابة النفسية ومستوى إدارة الأزمات الأسرية لدى الزوجين في المجتمع البحريني .

ويمكن أن تسهم أيضا في التوعية للأفراد والأسر بأهمية الصلابة النفسية ومدى تأثيرها على قدرة الزوجين على إدارة الأزمات الأسرية التي تواجههم.

ثانيا: الأهمية التطبيقية:

1. يمكن أن تسهم نتائج الدراسة، والبرنامج الوقائي والإرشادي المقترح في الإفادة التطبيقية للباحثين والمرشدين الأسريين والنفسيين والمدارس للأخذ بها والاستفادة منها في الحقل التطبيقي.

2. يمكن أن يسهم المقياس الذي أعدته الباحثة في خدمة المجال الإرشادي حيث يمكن تطبيقه لقياس مستوى إدارة الأزمات الأسرية لدى الأفراد في مملكة البحرين.

3. يمكن أن تسهم في إفادة الأسر البحرينية التي تعاني من هذه المشكلة في رفع مستوى الصلابة النفسية لديهم ورفع القدرة على إدارة الأزمات الأسرية.
4. يمكن أن تسهم في الوقاية من انخفاض مستوى الصلابة النفسية وذلك عند حصول الوعي لدى الوالدين وبالتالي تنشئتهم لأبنائهم تنشئة سليمة.
5. يمكن أن تسهم في الوقاية من تفاقم المشكلات الأسرية وتحولها إلى أزمات من خلال توعية المقبلين على الزواج بطرق حل المشكلات الأسرية وآلية إدارة الأزمات ليكونوا على استعداد ووعي عند حدوث أي مشكلة.

رابعاً: حدود الدراسة:

- الحدود الموضوعية: البحث في العلاقة بين الصلابة النفسية للزوجين وإدارة الأزمات الأسرية.
- الحدود البشرية: تتحدد بالعينة الاستطلاعية وقوامها (47) فرداً من أفراد المجتمع، والعينة الأساسية وقوامها (170) فرداً.
- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة عام 2024م
- الحدود المكانية: المجتمع البحريني في المحافظات الأربع.

مصطلحات الدراسة:

الصلابة النفسية: تعرف Suzanne C. Kobasa الصلابة النفسية بأنها "نمط الشخصية أو النمط المرتبط بالصحة النفسية الجيدة وامتلاك الفرد القدرة على الأداء في ظل الضغوط"، وقد عرفت Kobasa الصلابة النفسية من حيث ثلاثة مكونات وهي:

الالتزام: "وفيه يميل الفرد لإشراك نفسه في أنشطة الحياة والالتزام بها ويمتلك الفضول بشأن العالم المحيط (الأنشطة، الأشياء، الأشخاص الآخرون)". حيث يكون الإنسان ملتزماً بالقيام بمسؤولياته تجاه نفسه والآخرين ويكون قادراً على الانخراط في أي تحديات طارئة دون أن يختل اتزانته.

التحكم: وهو "الميل إلى الاعتقاد والتصرف كما لو كان بإمكان المرء التأثير على الأحداث الجارية من خلال جهده". حيث يشعر الإنسان بأنه هو المتحكم في حياته والمسؤول عنها وعما يجري فيها فلا يلوم الآخرين جراء ما يجري له، ولا يسمح للمنغصات الحياتية بالتحكم به وبحياته كما لا يسمح لمغريات الحياة بثنيه عن طريقه الأساسي الذي يخطط له.

التحدي: وهو "الاعتقاد بالقدرة على إحداث التغيير كفرصة محفزة لنمو الشخصية بدلاً من الشعور بالتهديد". حيث ينظر الإنسان إلى المشكلات والأزمات كتحديات محفزة لنموه ويمكنه تجاوزها أياً كانت، فلا ينظر إلى الصعوبة في المشكلة وإنما ينظر إلى جانب الحل الذي من خلاله يمكن إحداث التغيير.

وتعرف إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على أبعاد مقياس الصلابة النفسية وهي الالتزام، التحكم والتحدي (في مخيمر ، 2011).

إدارة الأزمات النفسية:

تعرف الأزمة بأنها "حدث كبير له نتائج سلبية محتملة (Fearn-Banks, 2007)، وعرفها (أبو مائلة، 2002) بأنها "نقطة تحول أساسية في أحداث متتابة ومتصارعة تسبب صدمة وتوترا وضغطا، مما يضعف من إمكانية الفصل السريع والمؤثر، وقد تقود إلى نتائج غير مرغوبة، خاصة في حالة عدم وجود استعداد أو قدرة على مواجهتها". وعرفها (كاظم، 2002) بأنها خطر يحدث خلا جوهريا في نظام بأكمله، مما يتطلب معه القيام بمجهود كبير للتعرف على متغيراته، وتفسير ظواهره، ومحاولة السيطرة على أحداثه، وتجنب مخاطره." (في: منصور، رشا، 2016)

وتحتاج الأزمة إلى إدارة صحيحة لتجاوزها ويمكن تعريف إدارة الأزمة بأنها امتلاك الفرد القدرة المعرفية والنفسية التي تمكنه من التكيف مع الأزمة والتحكم بها، من خلال معرفته بآلية إدارتها وذلك عن طريق تقسيمها إلى أجزاء تسهل التعامل معها للوصول إلى الحلول الملائمة لنوع الأزمة.

وتعرف إجرائيا بأنها درجة الفرد على مقياس إدارة الأزمات من حيث إدراك الفرد أو الأسرة بوجود الأزمة أولا، وتمكنهم من مناقشتها بين أفراد الأسرة المعنيين أي بين الزوجين والأبناء البالغين الذين يمكنهم المساعدة في حل الأزمة، وقدرتهم على وضع الحلول المناسبة لإدارتها وتجاوزها بشكل صحيح وواع.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

- الإطار النظري
- إدارة الأزمات الأسرية
- الصلابة النفسية
- الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

مقدمة:

ينقسم هذا الفصل إلى قسمين، القسم الأول حول الصلابة النفسية، مفهومها، أهميتها أبعادها وأثر مكوناتها على إدارة الأزمات الأسرية، وأهم التوصيات لرفع مستوى الصلابة النفسية. أما القسم الثاني فقد ركز على مفهوم إدارة الأزمات الأسرية، أسباب حدوثها، وأثرها على الأسرة، وسائل الوقاية من حدوثها، دينامية الأسرة خلال تعرضها للأحداث الضاغطة، الأوضاع النفسية العامة التي يمر بها الزوجان خلال الأزمة، استراتيجيات التكيف معها، مراحل إدارة الأزمة، معوقات إدارتها.

والقسم الثالث فقد ركز على نظريات علم النفس المفسرة للصلابة النفسية وإدارة الأزمات الأسرية. وأخيرا تناول الفصل الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

مفهوم الأزمة الأسرية:

تعرف الأزمة على أنها " تعبير يستخدمه الأخصائيون الاجتماعيون بطريقتين الأولى خبرة داخلية بتغير عاطفي ومحنة محزنة، والثانية أحداث اجتماعية مثل حدوث كارثة تتسبب في اضطراب الوظائف الأساسية للمؤسسات الاجتماعية القائمة مثل انهيار الأسرة أو الأحداث التي تعقب الزلازل والحرائق والفيضانات". (السكري، 2000، ص129؛ أحمد، 2022، 184).

وعرفت أبو سكيمة وخضر (2011، 188) بأنها "اضطراب عاطفي حاد يؤثر في قدرة الفرد على التصدي للمشكلات عاطفياً، أو معرفياً، أو سلوكياً، ويؤثر في قدرته على حل مشاكله بالوسائل العادية لحل المشكلة. والأزمة ليست مرضاً عاطفياً أو عقلياً".

كما عرفت العمران (2015) بأنها الضغوط التي تبدأ في الحدوث لدى أفراد الأسرة وتصل بهم إلى حد عدم القدرة على الاحتمال مما يخل بتوازن الأسرة، لتتحول هذه الضغوط من ضغوط قابلة للتحمل إلى أعراض مرضية كالإكتئاب والقلق والذهان وغيرها من الأعراض المرضية.

وتتحول الضغوط إلى أزمات عندما يبلغ اختلال التوازن في النظام الأسري حداً يجعل أفراد الأسرة يشعرون إزاءه بعدم القدرة على التحمل، فتبدأ الأعراض المرضية بالظهور كالإكتئاب والوهم المرضي، والقلق والسلوك القهري والذهان وغيرها من الأعراض المرضية.

مفهوم إدارة الأزمات الأسرية:

عرفتها يسري وعبد المنعم (2021) بأنها عملية إدارية يتم فيها توظيف المهارات والأدوات والإمكانيات اللازمة من أجل إدارة الأزمات والتغلب عليها والاستفادة من إيجابياتها والتغلب على سلبياتها.

تهدف إلى التغلب على الأزمات المفاجئة باستخدام الأدوات العملية والإدارية المختلفة مع استخدام القدرات والإمكانيات الموجودة لتجنب سلبياتها والاستفادة من إيجابياتها. وعرفتها منجود بأنها "عملية عقلية رشيدة تقوم على الملاحظة وحصر وتحديد الأسباب والأطراف المسببة للأزمات، وتوظيف الإمكانيات والوسائل المناسبة للسيطرة عليها ومعالجة آثارها واستعادة التوازن مرة أخرى، بل واكتساب خبرات عملية واقعية بناءة تفيد في الارتقاء بأداء الفرد والتعامل مع السبب الذي من شأنه إحداث بوادر أزمة مستقبلية". (منجود، 2019، 9؛ في: عبد المنعم، 2022، 143).

الصلابة النفسية:

تعرف الصلابة النفسية بأنها سمة لدى بعض الأفراد تمكنهم من مواجهة الضغوط وتحملها. وعرفها انتونوفسكي (Antonovsky) بأنها مصدر مقاومة لدى الفرد بإمكانها معالجة الآثار السلبية للضغوط. وعرفها (santvok) بأنها خاصية تدل على قدرة الفرد على التحكم في نمط حياته وامتلاكه القدرة على تحدي الصعوبات، مما يساعده على مقاومة التعرض للإصابة بالأمراض النفسية والجسدية.

وعرفها باحثون بأنها سمة تميز بعض الأفراد بقدرتهم على مجابهة الضغوط وتحملها مقارنة بالآخرين حيث وجدوا أن الأفراد الذين حصلوا على درجات مرتفعة في التكيف الشخصي والاجتماعي مع الضغوط هم الأشخاص الذين لديهم سمات شخصية يطلق عليها الصلابة أو الصلادة (في : يوسف، 2013)

وتمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، وعدم تعرضه للاضطرابات السيكولوجية الناتجة عن الضغوط، كأمراض القلب والدورة الدموية وغيرها، حيث يتصف ذوو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط. (السيد، 2007؛ في: العبدلي، 2012). وكانت كوبازا Kopasa من أوائل من وضع الأساس لمصطلح الصلابة النفسية متأثرة بالفكر الفلسفي الوجودي الذي يرى الإنسان في حالة صيرورة مستمرة، إذ أنه يركز في تفسيره لسلوك الإنسان على المستقبل لا على الماضي، كما يرى أن دافعية الفرد تنبع أساساً من البحث المستمر

النامي عن المعنى والهدف من الحياة. وقد لاحظت كوبازا بعضا من الناس قادرين على تحقيق ذواتهم وإمكاناتهم الكامنة رغم تعرضهم للضغوط والإحباطات المختلفة، لذلك رأت أنه يجب التركيز على الأشخاص الأسوياء الذين يشعرون بقيمتهم ويحققون ذواتهم وليس على المرضى. (MadiK, 2004 ؛ العبدلي، 2012).

ومن هنا قامت بتصنيف أبعاد للصلاية النفسية كما يلي:

أبعاد الصلاية النفسية:

1. بُعد الالتزام:

حيث تعرف كوبازا الالتزام بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وتحديد أهدافه، وقيمه في الحياة، وتحمله المسؤولية، وهو ما يُشعر الفرد بقيمة وفائدة العمل الذي يؤديه لذاته أو للمجتمع. قسمت كوبازا Kobasa الالتزام إلى نوعين هما:

- **الالتزام نحو الذات:** وعرفته بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة وتحديد اتجاهاته الإيجابية على نحو يميزه عن الآخرين .

- **والالتزام تجاه العمل:** وعرفته بأنه اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته في انجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام (Zola, & Puccetti, 1985) (Maddi, Kobasa)

2. بُعد التحكم:

يشير بعد التحكم إلى شعور الفرد بالقوة والقدرة على التحكم في ذاته وفي تأثيره في ما يجري من حوله من أحداث، فالأفراد الذين يمتلكون مستويات عالية من التحكم يكونون قادرين على القيام بدور نشط في حياتهم اليومية، ويظهرون مستويات عليا من الشعور بالمسؤولية تجاه حياتهم، كما أنهم أكثر قدرة على التأثير، فهم ينظرون إلى أنفسهم على أنهم قادرون على التأثير في أحداث الحياة التي يمكن أن تؤثر عليهم. (Singh & Sinha, 2009).

3. بُعد التحدي Challenge:

تعرف كوباسا التحدي بأنه اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي، بل أمر حتمي لا بد منه لارتقائه، أكثر من كونه ألماً، وثقته بنفسه، ويشير التحدي إلى القدرة على النظر إلى جميع الحالات والمواقف بإيجابية مع توقع نتائج ناجحة لها (Singh & 2009, Sinha, 1979 Kobasa).

أهمية الصلابة النفسية:

تكمن أهمية الصلابة النفسية في جعل الفرد قادرا على مجابهة الضغوط والأزمات الأسرية، وذكر (العبدلي، 2012) أنها تقي من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية، وقد أشارت هناه ومورسي (1978) أن الصلابة النفسية تيسر عمليات الإدراك والتقييم والمواجهة التي بها الفرد فتؤدي إلى التعامل الصحيح مع المواقف الضاغطة وذلك من خلال عدة طرق:

1. تعدل الصلابة النفسية من إدراك الأحداث وتجعل تأثيرها السلبي أقل حدة وتأثيرا.
2. تؤدي الصلابة النفسية إلى أساليب مواجهة مرنة تختلف باختلاف الموقف الضاغط.
3. تزيد الصلابة النفسية من قدرة الدعم الاجتماعي كأسلوب من أساليب المواجهة.
4. توجه الصلابة النفسية الفرد إلى أن يغير في أسلوب حياته مثل نظامه الغذائي أو ممارساته الرياضية والصحية مما يجنبهم الإصابة بالأمراض الجسدية (في : العبدلي، 2012).

وأشارت لامبرت (2003) أن الشخصية الصلبة عندما تواجهه المتغيرات السالبة فإنها تواجهها بممارسات ذات علاقة بصحة الجسد، منها ممارسة الاسترخاء والتغذية الصحية والقيام بالتدريبات الرياضية، الأمر الذي يكون ارتباطا إيجابيا بين الصلابة النفسية والصحة الجسدية (في: العبدلي، 2012).

مكونات الصلابة النفسية:

1. الالتزام:

يعرف مخيمر الالتزام بأنه "نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه وتجاه الآخرين من حوله". (في: مخيمر، 1997، العبدلي، 2012).

ويعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة كونها مصدرا مهما لمقاومة الضغوط النفسية، كما يتكون الالتزام من عدة أبعاد، وهي الالتزام نحو الذات أي نحو معرفة الفرد لذاته وتديد أهدافه وقيمه الخاصة بالحياة، والالتزام نحو العمل من خلال اعتقاد الفرد بقيمة العمل واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وكفاءته وتحمله للمسؤولية تجاهه. والالتزام نحو الدين أي الالتزام بالقيم والأخلاق والإيمان، والالتزام نحو القانون أي الالتزام بالأحكام والقواعد العامة داخل المجتمع. (في: فاتح، 2015، إسماعيل والرشيدي، 2020)

2. التحكم:

يرى فولكمان أن التحكم يتضمن شعور الفرد بقدرته على التحكم في المواقف والأحداث الضاغطة التي يتعرض لها. (في: راضي، 2008، العبدلي، 2012)

وترى جيهان (2002) أن التحكم يعني اعتقاد الفرد بقدرته على التحكم في أحداث حياته المتغيرة والتي تحدث مشقة نفسية. (في: العبدلي: 2012)

3. التحدي:

وهو اعتقاد الفرد بأن تغيير الأحداث أمر ممكن، ورؤية أن ما يطرأ على حياته من تغييرات أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديداً، مما يساعد على الاكتشاف والتوافق مع المصادر الداخلية المتمثلة في الصلابة النفسية التي تمده بالقوة والمصادر الخارجية. (في: مخيمر، 2015، إسماعيل والرشيدي، 2020).

خصائص ذوي الصلابة النفسية:

قسم السحمة (2013) خصائص ذوي الصلابة النفسية إلى ما يلي:
أولاً: خصائص مرتفعي الصلابة النفسية:

1. امتلاك القيم والمعتقدات وعدم التخلي عنها.
2. القدرة على الصمود أثناء الأزمات.
3. امتلاك المرونة النفسية.
4. و مواجهة المشكلات والتحديات والمبادرة لحلها
5. امتلاك القدرة على التحكم في الانفعالات.
6. التمتع بالنشاط الدافعية للعمل.
7. القدرة على التحكم في أمور الحياة.
8. الثقة بالنفس امتلاك نظرة تفاؤلية للحياة.

ثانياً: خصائص منخفضي الصلابة النفسية:

1. الهروب من الأحداث الضاغطة بدلاً من مواجهتها.
2. عدم تحمل المسؤولية.
3. غياب المرونة النفسية.
4. عدم القدرة على اتخاذ القرار والتردد فيه.
5. الاستسلام وعدم التمسك بالأهداف والقيم.
6. النظرة السلبية للحياة.
7. عدم القدرة على التحكم في الانفعالات.
8. انعدام الثقة بالنفس.
9. الاستسلام بسهولة وعدم القدرة على الثبات في المشكلات والأزمات.

ردود الفعل للأحداث الضاغطة:

وفي مواجهة الضغوط يتبع الأفراد أنماطا مختلفة حيث يرى سيلبي أن ردود فعل الفرد للأحداث الضاغطة تتبع نمطا متسعا أطلق عليه جملة أعراض التكيف العام الذي يتكون من ثلاث مراحل:

1. استجابة الإنذار: يحدث في المرحلة الأولى تغيرات بنائية وكيميائية في الجسم وفي

طريقة استدعاء الجسم لكل قواه الدفاعية لمواجهة الموقف الضاغطة. (في:

العبدلي، 2012)

2. المقاومة: يؤدي التعرض المستمر للموقف الضاغطة مع عدم القدرة على المواجهة

والشعور بالعجز إلى اضطراب التوازن الداخلي مما يؤدي إلى مزيد من الإفرازات

الهرمونية التي تتسبب في اضطرابات عضوية. (في: العبدلي، 2012)

3. الإنهاك: وهي مرحلة العجز وعدم القدرة على التكيف والاستمرار في المقاومة فينهار الفرد

ولا يتمكن من أداء سلوك فعال في مواجهة الضغوط، وبفعل تزايدها يتفكك الكائن الحي

وينهار إلى الدرجة التي قد ينتج عنها الموت. (العبدلي، 2012؛ في: الهلالي، 2009).

أنواع الأزمات الأسرية:

قسم العديد من الباحثين الازمات الأسرية إلى عدة أقسام يمكن إيجازها فيما يلي:

1. الأزمات الأسرية الناجمة عن الأزمات الخارجية.

ك وفاة أحد أفراد الأسرة وفيها يعاني الإنسان من الفقد والشعور بالألم وقد يصاب باضطرابات نفسية أو عقلية جراء ذلك إذا ترك نفسه في دائرة الألم والأسى لفترة طويلة. أو الحروب والأحداث العالمية والتي تؤدي إلى خلق حالة من التوتر والقلق من أن تؤدي هذه الأحداث إلى آثار سلبية على المجتمع، كما حدث في حرب روسيا وأوكرانيا حيث حصل ارتفاع في الأسعار بعد حدوثها، والزلازل كزلزال تركيا وسوريا الذي حدث في بداية العام بتاريخ 6 فبراير 2023 والذي قد يثير الخوف والقلق من مستقبل العام لدى البعض. (الجوهرى، في: أبو أسعد والخاتنتة، 2014).

أما فيما يتعلق بجائحة كورونا فقد حدثت آثار سلبية بعد الإصابة بمرض فيروس كورونا تعرف بمرض كوفيد الطويل الأمد منها آثار جسدية كضيق التنفس وآلام الصدر ومشاكل الذاكرة التركيز وآلام العضلات والشعور بالتعب. (منظمة الصحة العالمية، 2023)

وحدث آثار نفسية ومشكلات عقلية كالقلق والاكتئاب والوسواس القهري ونوبات الهلع واضطراب ما بعد الصدمة واضطراب النوم والمخاوف الاجتماعية. (في: الفقي وأبو الفتوح، 2020).

2. الكوارث الداخلية التي تؤدي إلى إخفاق غير متعمد في إحدى الأدوار الرئيسية كالإصابة بالمرض المزمن المعرقل، أو الإصابة بالاضطرابات العقلية كالذهان أو التخلف العقلي أو التوحد:

فإصابة أحد أفراد الأسرة بالمرض أو الآلام المزمنة يؤدي إلى انخفاض أداء هذا الفرد داخل الأسرة وربما التقصير تجاه باقي الأفراد ومن هنا تجدر التوصية بالمصابين بالأمراض المزمنة التحدث ومناقشة أعراض المرض مع باقي أفراد الأسرة ليتم اختيار الدور المناسب لهذا الفرد وأيضا كي يحصل على الدعم المناسب من قبلهم، وبدلا من أن تشكل إصابته توترا بين الأفراد يمكن تحويل هذه الأزمة إلى فرصة لتقوية أواصر العلاقات بين أفراد الأسرة. أما إصابة أحد أفراد الأسرة أو أكثر باضطرابات الشخصية كاضطراب الشخصية الحدية، الشكاكة، شبه الفصامية، أو الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والوسواس القهري وغيرها أو العقلية كالقصور أو الاكتئاب الذهاني أو جنون العظمة أو اضطراب ثنائي القطب وغيرها، وتبدأ هذه الاضطرابات عادة بشكل تدريجي ثم تتفاقم إذا تم إهمال العلاج وعدم اللجوء إلى المختص وغياب الدعم الأسري.(الجوهري، في: أبو أسعد والخاتنة، 2014).

3. الأزمات التربوية:

إن للتربية الأهمية البالغة في تنشئة أبناء سليمين، فبعض الأسر قد تكون مولدة للمرض والاضطراب الجسدي والنفسي بسبب سوء التربية، كما أن العلاقة المضطربة بين الزوجين تؤدي إلى حصول درجة من سوء والاضطراب الذي قد يصل بالأبناء إلى إيواء الأحداث أو المصحات.(في: خضر، 2008).

كما أن للتسارع الرقمي والمعلوماتي وانجراف الأبناء وإدماجهم على الاعتماد الكلي على المواقع الإلكترونية وعلى أخذ المعلومات منها وإن كانت مغلوطة وغير صحيحة أثرا سلبيا يؤدي إلى تشكيل فجوة في فهم الوالدين وقبولهم. كما أدى الفقر وازدياد الحاجة إلى العمل لساعات طويلة لتوفير الدخل الكافي إلى غياب رب الأسرة وشعوره بالإرهاق عند عودته إلى ضعف الرقابة والإشراف على الأبناء وأصبح الوالدان يكتفيان بتدليل الأبناء ومداعبتهم عند التواجد معهم. (في: أبو سكيانة وخضر، 2011).

4. الأزمات الاقتصادية

والتي تتمثل في البطالة حيث يعاني عدد من الشباب من هذه الأزمة، فهم لا يجدون وظائف مناسبة لتخصصاتهم، وقد يبقون على قائمة الانتظار في مشروع وزارة العمل. وتتمثل في الفقر فقد تزايدت معاناة المجتمع من هذه الأزمة مؤخرا بسبب ارتفاع الأسعار وازدياد نسبة الضريبة حيث وصلت

نسبة الضريبة عام 2023 إلى 10% وفقا لوزارة المالية والاقتصاد الوطني، وهذا يؤدي بالأسر ذات الدخل المتدني والمتوسط إلى الشعور بالقلق والتوتر حيال تأمين جميع حاجيات الأسرة، كما أن عددا من الأسر باتت تركز على الحاجيات الأساسية دون الثانوية لتتمكن من العيش، بالإضافة إلى اضطرار بعض الأسر إلى تشغيل أطفالها في أعمال مختلفة كبيع المنتجات في الشوارع من أجل تأمين لقمة العيش، كما أن المسكن الضيق والمتهالك والذي تنقصه وسائل الراحة الأساسية والذي يعيش فيه عدد كبير من أفراد الأسرة قد يؤدي لحدوث المشكلات الأسرية والخلافات المتكررة بسبب شعور الأسرة بالضيق والتوتر وغياب الخصوصية والراحة.

5. أزمات أخرى:

- 1- **المشكلات الاجتماعية:** كسوء العلاقة بين الزوجين، والأبناء ومشكلات التربية وتدخل الوالدين أو أحد أفراد الأسرة، صعوبة التأقلم مع أهل الزوج، وخذلان المقربين والأهل والطلاق وعدم الاستقرار المنزلي بسبب عمل الزوجين وحمل أحد الوالدين عبء مسؤولية التربية دون الآخر، وضعف التواصل بين أفراد الأسرة وتدني نسبة الاحترام بينهم والجفاف العاطفي، وعدم التوافق العلمي والتوافق بين الزوجين، صعوبة التعامل مع الناس بسبب التربية على ان الابتعاد عن الناس هو الأفضل.
- 2- **المشكلات النفسية:** مثل الضغط النفسي، الوحدة، الاضطراب النفسي نتيجة الطلاق، الضغوط المختلفة، القلق نتيجة البطالة، صعوبات العمل، نوبات الهلع، الشعور بالنقص،
- 3- **المشكلات الأخلاقية:** كالعنف وتعاطي المخدرات وانحراف أحد أفراد الأسرة، والخيانة الزوجية المتعددة. (أبو أسعد والخاتنة، 2014)

استراتيجيات التكيف مع الضغوط النفسية لإدارة الأزمات الأسرية:

1. **الاستراتيجيات التكيفية التي تركز على القيم:**
يتم فيها تعديل عمليات التفكير المرتبطة بالضغط النفسي وتغيير الطريقة التي يفكرون فيها بالمشكلة كفهم المشكلة بشكل مختلف أو تغيير الأهداف والقيم الخاصة بهم.
2. **الاستراتيجيات التكيفية التي تركز على المشكلة:**
تهدف إلى التعامل مع سبب المشكلة أو الضغوط النفسية حيث يقوم العديد من الأفراد بمحاولة تغيير أو على مصدر الضغط النفسي وذلك عن طريق البحث في سبب المشكلة وتعلم مهارات جديدة لحلها.

3. الاستراتيجيات التي تركز على الانفعال:

وفيهما يقوم الأفراد بتعديل انفعالاتهم المصاحبة للضغط النفسي عن طريق تحرير أو تثبت أو إدارة حالتهم النفسية.

ركز ألدو ونولين هوكسيما (Hoeksema-Nolen & Aldao 2010) على أسلوبين من أساليب مواجهة الضغوط هما :

-الاستراتيجيات الانفعالية في المواجهة: وتتمثل في ردود انفعالية في مواجهة المواقف الضاغطة، مثل الغضب، والتوتر، والانزعاج، والقلق واليأس والعدوان.

الاستراتيجيات المعرفية في المواجهة: وتتمثل في إعادة تفسير، وتقويم الموقف، والتحليل المنطقي، والنشاط العقلي.

دينامية الأسرة خلال تعرضها للأحداث الضاغطة:

ذكر أبو أسعد، والختاتنه (2014) فوائد المشكلات الزوجية والتي تتمثل بما يلي:

1. معرفة كيفية التعامل مع الأزمات الأسرية مستقبلا في حال حدوثها.
 2. أخذ العبرة والعظة من قصص الأنبياء والصالحين قديما في كيفية تعاملهم مع الابتلاءات في الحياة الأسرية.
 3. تطوير الذات واكتساب المهارات الأسرية.
 4. الوقاية من حدوث الأزمات الأسرية من خلال التدريب عند حل المشكلات الأسرية.
 5. صياغة أهداف أسرية مشتركة وتصحيح مسار بعض الأهداف في الأسرة.
- إذا من خلال ما سبق يمكننا القول بأن المشكلات والأزمات الزوجية والأسرية ليست أمرا ضارا دائما وإنما يمكن الاستفادة منها وتحويلها إلى جانب إيجابي ذا فائدة، إن تغيير المنظور حول المشكلات والأزمات الأسرية يعمل على دعم الأسرة وتحسين الشعور النفسي لديها تجاهها الأمر الذي يساعد الأسرة بشكل كبير على تجاوز الأزمات والأسرة التي تمتلك المهارات النفسية أسر تمتلك قدرا عال من الصلابة النفسية.

معوقات إدارة الأزمات الأسرية:

عوامل اجتماعية: وهي العوامل التي تتعلق بالمجتمع المحيط بالأسرة، كمجتمع المدرسة ومجتمع العائلة، والمجتمع الافتراضي المتمثل بمواقع التواصل الاجتماعي. يلعب المجتمع أحيانا دورا معيقا من خلال قيامه ببعض السلوكيات السلبية كسلوك التنمر وسلوك عدم تقبل أزمة الأسرة كعدم قبول الطفل ذوي الإعاقة أو الفرد المضطرب نفسيا ووصم الأسرة بالعار عند إصابة أحد أفرادها بالاضطراب النفسي أو العقلي مما يضطر الأسرة إلى التكتم على أزماتها وعدم مراجعة الطب النفسي.

إذ "تتعرض الأسرة إلى اللوم والنظر إليها على أنها مقصرة في حق طفلها وقت الحمل أو الولادة إذا كان لديه قصورا ما وتعرض الأسرة للأحكام السلبية" (البلاح، 2018، Vogel, 2010, Cheng, 2015).

عوامل نفسية: ترتبط بالتشوهات الفكرية كالأفكار اللاعقلانية، والتي تؤدي إلى التفكير الخاطئ الذي يسبب الاضطرابات النفسية كالحزن والقلق والتوتر والاكتئاب والشعور بالملل والشعور بالضعف وغياب الثقة بالقدرة على إدارة الأزمات كلها عوامل تعيق إدارة الأزمة. حيث يرى (العصار، 2015، الجندي وإسعيد، 2022) أن من يحمل التشوهات المعرفية يتصف بمعتقداته السلبية فيتصدى للمواقف بأساليب غير منطقية ولا يتمكن من معالجة المعلومات ومواجهة ضغوط الحياة.

عوامل اقتصادية: تلعب العوامل الاقتصادية دورًا هامًا في إدارة الأزمات، وانخفاض المستوى الاقتصادي قد يؤثر سلبًا على قدرة الأسرة على إدارة أزماتها. فقد كان دخل الأسرة العامل الأكثر تأثيرًا -في المرتبة الثانية- على قدرة الأسرة على إدارة الأزمات. (في: منصور، 2016).
عوامل بيئية: ذكر الفقيه (2012) أن الأسباب الطبيعية لحدوث الأزمات هي المتصلة بالكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين والفيضانات وغيرها.

حيث إن تواتر الأحداث وتسارعها ينهك الفرد، وقد حصلت أحداث ضاغطة متكررة مؤخرًا منذ عام 2019 بدءًا بوباء كورونا، ومرورًا بالحروب، ووصولًا إلى الزلازل في سورية وتركيا والدول المجاورة ودول عربية أخرى 2023، الأمر الذي قد يؤدي إلى الشعور بالإحباط واليأس لدى بعض الأفراد مما يعيقهم عن التفكير السليم لحل أزماتهم الأسرية.

التوافق مع المشكلة الأسرية:

ذكر أبو أسعد والخاتنة (2014) أن التوافق يعتمد على فاعلية أداء أعضاء الأسرة لأدوارهم وعلى استجابة المجتمع. وقد حدد هيل بعض العوامل التي تؤدي إلى التوافق مع المشكلة فيما يلي:

1. مدى استعداد الأسرة لمواجهة الأزمة.
2. تكامل الأسرة.
3. مدى صحة العلاقات العاطفية بين أفراد الأسرة.
4. التوافق القوي بين الزوجين.
5. علاقات الصداقة الحميمة بين الآباء والأبناء.
6. مشاركة مجلس الأسرة في اتخاذ القرارات.

إن كل ما سبق يلعب دورًا كبيرًا في الوقاية من حدوث بعض الأزمات أولاً، وفي قدرة الأسرة على حل المشكلات وإدارة الأزمة عند حدوثها.

سياسات حل الخلافات:

بين أبو أسعد والخاتنة (2014) أن الأفراد يتبعون سياسات مختلفة لحل الخلافات، ومعرفة هذه السياسات هام للزوجين، حيث أن إدراك الفرد الآلية التي يتبعها في حل الخلافات يؤدي به إما لتغيير هذه السياسة الخاطئة أو اتباع السياسة الأفضل لذلك، وجاءت السياسات كما يلي:

1. **سياسة الانسحاب:** وفيها يكون اهتمام الفرد قليلاً جداً بالنتائج وبالعلاقة مع الناس حيث يرى الفرد المنسحب أن الخلافات لا نفع منها فالأفضل هو الانسحاب هو الهروب حتى يتجنب عدم التوافق أو التوتر، ويتصف الشخص الهروبي بتعمد تغيير موضوع الحديث بسرعة بمجرد شعوره ببداية حدوث الخلاف أو أن يرمي المسؤولية على فرد آخر وإن كانت هذه السياسة ناجحة في بعض الحالات إلا أنها لا تحل أسباب الخلاف كما أن تجنب الخلافات لن يجعلها تختفي وإنما ستبقى موجودة وكامنة وقد تظهر في أي وقت.
2. **سياسة الإكراه:** وفيها يهتم الفرد بالنتائج أو المهمة التي هم بصدها ولا يهتمون بالعلاقات مع الآخرين سيجرّسون على الانتصار في أي خلاف وإذا حلت هذه السياسة الخلاف سريعاً إلا أنها تؤثر سلباً على الطرف الآخر.
3. **سياسة التهدة:** ويتعامل الأفراد مع الخلاف برأسها وهدوء حيث أن العلاقة مع الآخرين تهمهم بدرجة كبيرة حتى وإن تعارضت مع مصالحهم وواجباتهم فيعملون إلى تلطيف الأجواء لأنهم يرون التحدي والمواجهة مدمران للعلاقة وهذه السياسة قد لا تفيد دائماً خصوصاً في الخلافات القوية.
4. **سياسة التسوية:** أو إمساك العصا من المنتصف وتقع هذه السياسة في الوسط بين التهدة والإكراه فتشعر الطرف الآخر في الخلاف لأنه الرابح في أول وهلة مع أنه في حقيقة الأمر خاسر حيث تعطي هذه السياسة بعض الكسب لكلا الطرفين بدلاً من انتصار أحدهما لذا تعتبر في معظم الخلافات سياسة مرضية.
5. **سياسة التكامل:** أو سياسة الأطراف الراجعة وهي السياسة التي تمثل قمة النجاح في الفعالية في حل الخلافات وتتطلب وجود مهارات في إدارة الخلاف والتواصل الفعال مع الآخر وفي هذه السياسة يركز أطرافها على هزيمة المشكلة

لا هزيمة أنفسهم ونجاح هذه السياسة قائم على أرباع مسلمات لدى الشخص الذي يقوم بتنفيذها وهي كما يلي:

1. التفكير بأن التعاون أفضل من التنافس وأن اختلاف الرأي جزء من عملية التعاون والآراء المختلفة تؤدي إلى التبصر والإبداع في حل المشكلة ما دامت غير معيقة.
2. الثقة بين أطراف حل الخلاف وعدم خوفهم من قول الحقائق أو الأفكار التي تعبر بصراحة عن حاجاتهم ورغباتهم وقد يصعب وجود شعور الثقة لدى أطراف الخلاف إلا أن وجوده لدى أحد الأطراف يعزز وجوده لدى الطرف الآخر.
3. إذا يمكن لأحد الأفراد أن يعزز الثقة لدى الآخر عن طريق بعض الكلمات مثل أنا أثق بك وبقدرتك على حل هذه المشكلة أو نحن نستطيع القيام بحل هذه المشكلة إذا ما جمعنا مقترحاتنا وطورناها إلى أفضل حل.
4. تقليل حالات التباين بين الأطراف المختلفة ففي حال وجود قوة لدى أحد الأطراف قد يرغب بفرض قوته وسلطته على الآخر لذا عليه المحاولة بأن خافض حالة التباين هذه وقبول الآراء والحلول المختلفة.
5. اليقين بأن كل طرف في الخلاف يمتلك حلاً في حال عدم وجود هذا الشعور تنتقل العملية إلى خاسر ورابح بدلاً من رابح ورابح وهذا لا يعني التوافق الأطراف على الأهداف إنما يمكن أن يصل كل طرف لهدفه بالطريقة المقبولة.

أساليب إدارة الأزمات الأسرية:

1. القبول:

يتضمن القبول الاعتراف بالواقع والوعي للأحداث الداخلية المؤلمة وغير المرغوب فيها (البهنساوي والحديبي، 2019 ; Kowalkowski, 2012).

كما يعرفه محمد (2010) بأنه فرع من فروع العلاج المعرفي السلوكي الذي يقوم على تقبل الأحداث الضاغطة والعمل على تغيير السلوكيات تجاهها، من أجل تحقيق تحسين في مستوى المرونة النفسية (في: البهنساوي والحديبي، 2019).

لذا فإن قبول وجود الأزمة وعدم إنكارها أمر مطلوب، والتقبل لا يعني اليأس والانكسار وإنما تقبل وجود الأزمة كتحد من تحديات الحياة يجب على الإنسان العمل على إزالتها أو التكيف معها.

2. الدعم النفسي:

تحتاج الأسرة خلال الأزمة إلى الدعم النفسي والتعاطف المتبادل بين أفراد الأسرة، وإلى دعم الأهل والأصدقاء، الأمر الذي يقوي من عزيمة الأسرة ومن صلابتها النفسية للتمكن من مواجهة الأزمة. (أبو أسعد والختاتنة، 2014)

الدعم المادي:

إن الحياة الأسرية تتطلب كثيرا من المتطلبات المادية، وقد يشكل الفقر ضغطا شديدا على الأسرة، كما أن الدور المشترك بين الزوجين في التعاون الاقتصادي الأثر البالغ في تحسين وضع الأسرة ومعيشتها،

فقد يشكل هذا الدعم أثرا كبيرا على هذه الأسر ويجنبها حدوث أزمات أخرى، حيث أن الأزمة الاقتصادية قد تجر معها أزمات أخرى كالاضطرابات النفسية والطلاق والخيانة الزوجية والتفكك الأسري. . (أبو أسعد والختاتنة، 2014)

3. توزيع الأدوار من قبل أفراد الأسرة:

حيث أن تنظيم الأدوار يساهم بشكل كبير في إدارة الأزمة، كما تمتلك الأسر التي تهتم بتوزيع الأدوار مرونة أكبر في مواجهة المواقف الضاغطة والأزمات. (منصور، 2016)

4. امتلاك الزوجين الصلابة النفسية:

مما يمكنهم من إدارة الأزمة بالشكل المناسب. فعندما يشعر الزوجان بالقدرة على التحكم بالذات والمشاعر خلال الأزمة، وبأنها تحد من تحديات الحياة التي ستكسبهم القوة والمهارات مما يجعلهم أقوى في مجابهة تحديات الحياة المختلفة مستقبلا، والثقة بأنهم قادرون على تجاوزها وبأنهم يمتلكون المهارات اللازمة لذلك، وأخيرا فإن الالتزام بكل ماسبق والسعي الدؤوب للعمل التعاوني بين أفراد الأسرة في وضع الحلول وتطبيقها وتقديم الدعم لكل من يحتاجه في الأسرة والنهوض بعد كل انتكاسة سيؤدي إلى تجاوز الأزمة أو التكيف معها والتمكن من عيش حياة سعيدة. حيث أن زيادة الصلابة النفسية لدى ربة الأسرة يؤدي لزيادة اتباعها لأساليب التعامل الإيجابي مع الأزمة، وهذا يرجع إلى أن من يمتلك صلابة نفسية مرتفعة فإنه يمتلك سمات تساعد على مواجهة الضغوط والتكيف السليم في أوقات الأحداث الضاغطة. (الطوخي والزكي، 2017).

مراحل الأزمة الأسرية:

مرحلة ما قبل الأزمة:

لقد بين العديد من الباحثين مرحلة ما قبل الأزمة بأنها المرحلة التي تتمثل بالتنبؤات المستقبلية والإنذار، حيث تظهر عدة مؤشرات تحتاج إلى ملاحظة وانتباه فتكون فيها الحالة غير طبيعية وفي طريقها إلى الانفجار، وهنا قد تحتاج الأسرة إلى أصحاب الاختصاص من أجل التنبؤ بالأزمة ووضع خطة لإدارة هذه المرحلة. (في: محارمة وآخرون، 2022).

ويكون الأداء الوظيفي في هذه المرحلة طبيعياً، أي قبل حدوث الحدث الضاغط أو الأزمة. (بوس، 2002؛ العمران، 2015)

إذا يمكن القول بأن الأسرة تكون في إحدى حالتين:

أ. حالة السكون والاستقرار التي تسبق أزمة غير متوقعة، حيث لا تدرك الأسرة وجود مؤشرات الأزمة، وغالباً ما تكون خارجية كأزمة كورونا، الأزمة الاقتصادية، الأزمات الاجتماعية، الحروب والأحداث العالمية فتكون الأسرة سعيدة مستقرة ثم تتفاجأ بحدوث الأزمة.

ب. حالة عدم الاستقرار والتوتر والمشكلات الأسرية، والتي تكون ممهدة لحدوث الأزمة وقد تنتبأ الأسرة بحدوث أزمة مستقبلاً وقد لا تعي ذلك. ففي هذه المرحلة تلجأ بعض الأسر إلى استشارة المختصين من أجل الوقاية، والبعض الآخر من الأسر لا تدرك حالة عدم الاستقرار وبالتالي لا تقوم بمراجعة المختص النفسي أو الأسري كما لا تقوم بتحسين جودة العلاقات والبيئة الأسرية.

1. مرحلة أثناء الأزمة:

وفي هذه المرحلة تتطور الأزمة وتصبح أمراً واقعاً، فإما أن يقوم الأفراد بالتصرف من أجل مواجهتها أو عدم التصرف، كما يتم فيها اتخاذ القرارات التي تهدف إلى حلها. (في: محارمة وآخرون، 2022)

وفيها تكتشف الأسرة الأزمة أو تدرك وجودها وتعيش فترتها بكل ما فيها من صعوبات وتحديات فتحاول الأسرة التخلص من الأزمة بحسب ما تملكه من قدرات ومهارات فإذا كانت الأسرة ضعيفة في المهارات والقدرات ومنخفضة الصلابة النفسية تصبح محاولاتها عشوائية غير منظمة، وقد تلجأ الأسر هنا إلى طلب المساعدة من الأهل والأصدقاء والمختصين ومن الله عز وجل أما أسر أخرى فتلجأ في بداية الأزمة إلى الإنكار وعدم الاعتراف والهروب من المواجهة حتى تصل إلى منعطف مغلق يحتم عليها عملية الاعتراف والعمل على حلها.

2. مرحلة الانهيار والجمود:

تشكل حركة الأسرة هنا وقد تتفكك الأسر ضعيفة التماسك وتعم الفوضى فيها وتبقى في هذه المرحلة لمدة أطول على عكس الأسر المتماسكة والسوية فتتجاوز هذه المرحلة بشكل أسرع. (بوس، 2002 ؛ في: العمران، 2015).

3. مرحلة ما بعد الأزمة:

وهذه المرحلة تشمل استعادة النشاط والتعلم من الأزمة لمواجهة أي أزمة قد تحدث. (Bolin&Mc ConnellM2007، في: دراز، 2014).

ويمكن تقسيم مرحلة ما بعد الأزمة كما بينتها العمران (2014) إلى ما يلي:

4. مرحلة نقطة التحول: تبدأ الأسرة هنا بالدخول في مرحلة الشفاء ومعاودة

الأنشطة الاعتيادية وممارسة الروتين بشكل محدود وتقل حدة التشابك ويعود التواصل بين أفرادها.

5. مرحلة إعادة التنظيم: يبدأ الترابط والتقارب بالعودة و يتحسن التواصل و تتحسن فاعلية التواصل.

6. مرحلة إعادة التكيف: يعود الأداء الوظيفي بشكل شبيه بالمستوى الذي كان يسبق الأزمة فيما يتعلق بالأدوار الأسرية و وضوح الحدود والتماسك الأسري.

7. مرحلة النمو: هنا الأسرة التي تتمتع بالتماسك والأداء الوظيفي السوي و المناعة الذاتية تدخل مرحلة النمو فنقوم بإعادة التكيف بمستوى أفضل من السابق فتشعر بالثقة والكفاية والاستقلالية والقدرة على حل المشكلات واكتساب المرونة العالية والتحمل في التعامل مع الأزمات فتعتبر الأزمة في هذا النوع من الأسر نقطة تحول ونمو وازدهار.

الأوضاع النفسية العامة التي يمكن أن يمر بها الزوجان عند حدوث المشكلة:

ويستعرضها أبو أسعد والخاتنة(2014) كما يلي:

1. عدم القناعة بالزوج او الزوجة.

حيث أن غياب القناعة بالشريك يؤدي إلى نشوء المشكلات الأسرية.

2. تمنى عدم الزواج.

حين يقع الشريكين في مشكلات أو أزمات قد يتمنون عدم الزواج والبقاء في حالة العزوبية.

3. مقارنة الشريك بالآخرين.

تؤدي مقارنة الشريك بالآخرين إلى توتر العلاقة بين الزوجين.

4. الشريك يعتمد إثارة الحساسية والغضب لشريكه.

ويتم ذلك إما من أجل اكتشاف مدى حب الشريك وتعلقه به، أو ممازحته بطريقة غير مقبولة.

5. خلافات حول موضوع القوامة في المنزل.

قد تنشأ الخلافات حول من يستلم قيادة زمام الأمور داخل الأسرة، وذلك في الأمور الاقتصادية والمهام واتخاذ القرارات المتعلقة بالأبناء وشؤون المنزل.

6. عدم معرفة طبيعة الشريك والتغيرات التي تطرأ والمرحلة العمرية التي يعيش فيها.

يؤدي عدم فهم ذلك إلى عدم فهم تصرفات الشريك وحوادث سوء التفاهم وتزايد الضغوط.

7. إفشاء الأسرار الزوجية للأقارب والأصدقاء.

إن إفشاء الأسرار الزوجية له تبعات سلبية منها حصول الشريك على نصائح خاطئة من قبل الآخرين وعلى الزوجين مناقشة ما يريدان نقله وما يريدان إخفاءه.

8. التعالي والتكبر عند التعامل مع الشريك.

قد يؤدي اختلاف مستوى الشريك التعليمي أو العمري أو الاقتصادي أو الصحي أو الشخصي للاستعلاء على الشريك والصحيح هو أن تكون بينهما رابطة قوية وعلاقة مندمجة ومنسجمة. وكل ما يسبق إذا ما تم إهماله في حال وجوده لدى الأزواج وعدم العمل بالحلول المناسبة له قد يتفاقم ليصل إلى مستوى الأزمة الأسرية مما يعني ضرورة الالتفات لتلك الأوضاع النفسية ومعالجتها.

مراحل إدارة الأزمة الأسرية:

1. الوعي بوجود الأزمة الأسرية والاعتراف بها:

تدرك الأسرة وجود أزمة من خلال عدة مؤشرات تدل عليها، مثل عدم أداء الحقوق والواجبات، فتور العلاقة واضطرابها، كثرة المشاحنات والمشاجرات بين أفراد الأسرة وعدم حلها، العزلة والانزواء على الذات، اضمحلال القيم الدينية في المحيط الأسري. (في: الدش، 2020) كما تستشعر الأسرة خطر الأزمة وتهتم بالأمور البسيطة قبل أن تتفاقم. (الطوخي والزكي، 2017) إذاً فإن الأسرة تخطيء عندما لا تعترف بوجود الأزمة الأسرية حيث أنها تخسر الكثير من الوقت عندما تقع في موقف الإنكار والأجدر بها أن تعترف بوجودها من أجل الانتقال للمرحلة التالية وهي مرحلة التخطيط.

2. التخطيط مع أفراد الأسرة لحل الأزمة:

تقوم الأسرة هنا بالاجتماع مع جميع أفراد الأسرة في جلسة حوارية يتم فيها مناقشة جوانب الأزمة وتأثيراتها السلبية التي تحتم عليهم التكاتف والتعاون في حلها، ووضع الأفكار والمقترحات الملائمة. (نوفل والحبشي وعيسى، 2018)

3. توزيع الأدوار بين أفراد الأسرة لحل الأزمة:

بعد أن قامت الأسرة بوضع الأفكار والمقترحات المناسبة تقوم بتوزيع الأدوار على أفرادها بما يتناسب مع الفرد وقدراته النفسية والبدنية، كأن يقيم الأب مثلاً بالدور الخارجي، وأن تقوم الأم بالدعم النفسي العاطفي للأبناء وأن يقيم كل ابن بدور معين كحمل مسؤولية نفسه وعدم إلقاء مهامه على والديه الأمر الذي يخفف العبء على الأسرة، يمكن لبعض الأبناء العمل الخارجي أيضاً لمزيد من الدعم للأسرة (الدش، 2020).

4. طلب المشورة:

تختلف الأزمات الأسرية عن المشكلات، ففي المشكلات يمكن للأسرة أحياناً أن تعمل بالمراحل رقم (1-3) وتحلها دون الحاجة للدعم، أما في الأزمات فيجب على الأسر اللجوء للمختص النفسي أو الأسري أولاً للحصول على الدعم النفسي، وتعلم أساليب جديدة في حل الأزمة وتوعية الأفراد بجوانب قد تكون غائبة عنهم، فالأسرة تشعر بالتوتر والقلق والضغط النفسي عند الأزمة مما يؤدي إلى عدم قدرتها على التفكير المنطقي أو العقلاني مما يعيقها عن التوصل إلى حلول مناسبة، لذا يجدر بالأسر عدم التردد في اللجوء إلى المختص لأنه سيختصر عليهم طريقاً طويلاً من المشقة، بالإضافة إلى ذلك فإن اللجوء إلى دعم الأهل والأصدقاء سواء في الجانب المعنوي أو المادي يؤدي إلى شعور الأسرة بالقوة بشكل أكبر وبالأمان حيث أنهم يحصلون على الدعم وليسوا وحيداً خلال الأزمة (الدش، 2020).

5. احتواء الأزمة:

إن جعل الأزمة مرحلة للتعلم والتطور الشخصي والنمو الأسري يجعل من الأسرة أسرة أكثر إيجابية وثباتاً في المواقف المختلفة، فلا تياس عند عدم وجود نتيجة من المحاولة الأولى وإنما تكرر المحاولات وتقوم بمراقبة مدى التقدم ومدى تنفيذ أفراد الأسرة لأدوارهم. (الدش، 2020). كما يجدر بالأسرة أن تبتكر حلولاً أخرى تساعد على التقدم، وذلك من خلال جعل معنى إيجابي للأزمة وتحويل الطاقة السلبية إلى محرك ودافع إيجابي. (العمران، 2014).

إذاً عندما تدرك الأسرة أنه عندما تنتهي الأزمة ستصبح الأسرة أكثر قوة في مجابهة أي أزمة جديدة وقد تتمكن من تجنب حدوث أزمات جديدة من خلال حل المشكلات المختلفة وعدم السماح لها بالتحول إلى أزمات.

7. تقييم ما بعد الأزمة:

تعتبر مرحلة حصر الخسائر وتقييم الأوضاع الأسرية والتأهيل وإعادة بناء النسق الأسري وتقييم الأساليب المتبعة في حل الأزمة واستخلاص الدروس المستفادة وتقديم التوصيات والمقترحات وتحديث الخطط وتطويرها، من أجل تجنب الوقوع في أزمة مماثلة والتمكن من مجابهة الأزمات منذ بدايتها من أجل تحقيق إدارة أفضل. (محمد، 2011؛ نوفل والحبشي وعيسى: 2018)

سمات مدير الأزمة:

وبحسب الدش (2020) فإن لمدير الأزمة سمات وخصائص بينها كمايلي:

1. الموضوعية في توصيف الأزمات.
 2. التمتع بالحوار الهادئ والفعال.
 3. راحة العقل وسداد الرأي.
 4. العدل وصدق الرغبة في الإصلاح.
- إذاً يمكن القول بأن على رب الأسرة أن يعمل على امتلاك هذه السمات، ويعمل على تنميتها وتطويرها لديه فلا يكون منحازاً أو متعصباً لآرائه وإنما يستمع إلى أطراف الحوار بصدق وعدل حتى يتمكن من حل الأزمة وتجاوزها.

نظريات علم النفس:

تطرت نظريات علم النفس إلى تفسير موضوعي الصلابة النفسية وإدارة الأزمات النفسية كما يلي:

أولاً: النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

نظرية التحليل النفسي لفرويد:

وقد بين العلاقة بين البناء الطبوغرافي وتركيب الشخصية من خلال ثلاثة نظم هي (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) وتعد الأنا مركز طاقة الفرد النفسية وقوته وصلابته، أما الهو فتعد نقطة الاتصال بين طاقة البدن والطاقة النفسية ومصدرها. وقد أولت النظريات النفسية أهمية كبيرة للجانب السيكولوجي الداخلي للفرد في بعد قوة الأنا التي تعد مرادفة لقوة الصلابة النفسية والتي تشير إلى قدرة الفرد على القيام بوظائفه النفسية والبدنية والعقلية والاجتماعية بكفاءة عالية بينما ضعف الأنا يعد مرادفاً إلى العجز النفسي وهو انخفاض قدرة الفرد على أداء ووظائفه النفسية والعقلية والاجتماعية. (في: عوض، 2016، 6).

النظرية الإدراكية لجورج كيللي:

وتسمى كذلك بالبنى الشخصية وهي نظام من التوقعات مسؤول عن تفسير أي سلوك صادر عن الفرد فالتوقعات إذن يمكن أن تفسر ردود فعل الفرد وتصرفاته التي تعكس مستوى صلابته النفسية فإذا كانت توقعاته تتسم بالتفاؤل فمن المتوقع أن تصدر عنه أنماط سلوكية تتسم بالصلابة وإذا كان التوقعات السلبية فمن المتوقع أن تصدر عنه تصرفات خاطئة أو غير صحيحة. (في: عوض، 2016)

نظرية موقع الضبط (التحكم) خارجي داخلي لجوليان روتر:

لقد افترض روتر أن الأفراد ذوي التحكم الداخلي (الصلابة) يتمتعون بدرجات عالية من الكفاءة في التعامل مع الظروف المحيطة وهم أقدر على توظيف قدراتهم ومعلوماتهم في حل المشاكل التي تواجههم بشكل موضوعي وواقعي فضلاً عن تمتعهم بالقدرة على تعلم الاستجابات التجنبية الصحيحة بسرعة أكبر مقارنة بذوي التحكم الخارجي. (في: عوض، 2016؛ في: بني جابر، 2004).

النظريات المفسرة للآزمات الأسرية/ أو لإدارة الآزمات الأسرية:

النموذج البيولوجي:

يفترض هذا النموذج أن الأسباب الرئيسية والفعالة في علاج السلوك المشكل في الأسرة تكون بيولوجية بالدرجة الأولى حيث أن سبب حدوثها هو اختلال وظيفي حيوي في الجهاز العصبي لدى أحد أفراد الأسرة المسبب للمشاكل وبالتالي فإن استخدام الأدوية سيعدل من هذا الاختلال الوظيفي (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014).

النموذج السلوكي:

يفترض النموذج السلوكي الحديث أن السلوك يمكن أن يسيطر عليه بانتظام وترتيب، وأن السلوك متعلم فيتعلم الفرد السلوك ويتعزز لديه وفق المعززات المختلفة، وأن السلوك حصيلة للبيئة والوراثة. (في: أبو أسعد والخاتنة؛ 2014)

ومن هنا فإن الأسر تكتسب سلوكيات ومهارات التعامل مع شريك الحياة وأفراد الأسرة بناءً على ما اكتسبه من سمات موروثية وبيئية، وبناء على أحداث الحياة المختلفة التي يتعلم منها السلوك، ولكنه قد يكتسب السلوك السلبي أيضاً ويتصرف به في تعاملاته الأسرية، وفي حل المشكلات والآزمات الأسرية.

النظرية العقلانية الانفعالية:

عرف (ألس) النظرية بأنها الأفكار الخاطئة المشوهة غير المنطقية وغير الواقعية والتي تتسم بعدم الموضوعية كما تتأثر بالذاتية والأهواء الشخصية، فتكون مبنية على توقعات وتعميمات خاطئة. (المحسن، 2019، في: الجندي، ومخامرة وإسعيد، 2022).

وقد صنفت الأفكار المشوهة لما يلي:

تفكير الكل أو اللاشيء: إذ يدرك الفرد نفسه والآخرين المواقف وفقاً لفئات متطرفة، ويميل هذا النمط من التفكير إلى أن يكون مطلقاً قطبياً إما مع أو ضد .

الشخصنة: في هذا النوع من أخطاء التفكير، يلوم الفرد نفسه على كل ما يحدث من أخطاء، ويربطها بعجزه وعدم كفاءته الشخصية، ويجعل الفرد نفسه مسؤولاً عن حدث لا علاقة له بحدوثه. **التفكير الكارثي:** إذ يتوقع الفرد سوء الحظ وسلبية المستقبل، ويعتقد أن هناك أشياء سوف تعود عليه بأمور سلبية.

الاستنتاج الانفعالي: هنا يرسم الأفراد نهاية حدث ما بناءً على إحساسهم الداخلي متجاهلين أي دلائل لإمكانية حدوث العكسي.

التجريد الانتقائي: حيث يوجه هنا الفرد اهتماما وانتباهاً لأحد التفاصيل السلبية خاصا لأحد التفاصيل السلبية وينشغل بها بشكل لا نهائي، متجاهلا أيا من التصورات الإيجابية الأخرى، فهو لا يرى الصور بشكل كلي لكنه فقط يركز على الجانب السيء فيها.

التعميم الزائد: يفكر الشخص على هذا النحو لأنهم بخبرة سيئة مرة، فهي سوف تحدث له، آه ويقوم بعمل تعميم شامل على كل المواقف من خلال موقف واحد.

التضخيم والتهويل: بحيث يدرك نفسه والآخرين أو المواقف بنوع من المبالغة والتضخيم أو المبالغة للمكونات السلبية وأيضا يقلل من الإيجابيات أو يسقطها من حساباته.

العنونة: حيث لا يرى الفرد نفسه أو الآخرين تبعا لمصطلحات الكل أو اللاشيء فقط بل يذهب إلى أبعد من ذلك فيطلق عناوين غالبا ما تكون بلا معنى.

القفز إلى النتائج: الشخص يستنتج أن النتائج ستكون سلبية بدون وجود دليل على ذلك.

التركيز على السلبيات: يركز المرء على التفاصيل السالبة، ويتجاهل الجانب الإيجابي للموقف أو الحدث. (في: الجندي، ومخامرة وإسعيد، 2022)

وهذه التشوهات المعرفية تؤدي إلى تفاقم سوء الأزمة، وإعاقة حلها وجعلها أكثر صعوبة على الأسرة. لذا فإنه من الضروري على أفراد الأسرة التفكير بإيجابية وتعديل أخطاء التفكير من خلال الجلسات النفسية الإرشادية.

أما سيلجمان Seligman فقد ركز على العجز في نموذج العزو، فقد وجد أن الحيوانات التي تتعرض لصدمات متكررة تصرف بئس، ومن هنا وسع فكرته على البشر حيث وجد أن الناس الذين يتعرضون لصدمات أو مواقف مكروهة بشكل متكرر يتعرضون للعجز والاكتئاب.

كما ذكر في نماذج العزو أيضا وصف نموذج أسلوب العزو على الطريقة التي يفسر الشخص بها أسباب الأحداث التي وقعت له، وقد يكون أسلوب العزو داخليا يفسر ما حدث معه إلى الداخل وعدم كفاءته، أو خارجيا يفسر ما يحدث معه لطروف خارجة عن سيطرته. (في: أبو أسعد والخاتنتة، 2014)

وهذا ما يحدث للأسر التي تتعرض لأزمات أسرية، فتفسر أفراد الأسرة للأزمة يلعب دورا كبيرا وهاما في تجاوزها بشكل سليم. أما إلقاء اللوم على الآخر وعلى الظروف المحيطة فإنه يعيق تجاوزها.

ومما سبق يمكن القول بأن الأسرة التي تعاني من أزمة أسرية عليها تحسين الظروف الأسرية المحيطة بها حتى لا تقع في دائرتي الظروف المعيقة عن حل الأزمة فتتشغل الأسرة بالظروف المختلفة والمشتتة عن حل الأزمة الأساسية.

نظرية ماسلو في تحقيق الذات:

وترى هذه النظرية أن السبب الأول للمشكلات النفسية هو الفشل في إشباع الحاجات الأساسية مثل الحاجات الفسيولوجية الحاجة للأمان والحب وتقدير وتحقيق الذات. (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014)

لذا يجب على الأسر التي تعاني من أزمة أسرية العمل على إشباع حاجاتها الأساسية، ومراعاة حاجات الأبناء المختلفة وعدم الاستخفاف أو الاستنقاص من قيمة هذه الحاجات حيث أن الأمن الأسري و إظهار مشاعر الحب من خلال الكلمات أو السلوكيات كالاحتضان و اللمس أمور هامة جدا في الوقاية من حدوث المشكلات النفسية والأزمات الأسرية كالوقاية من الاضطرابات النفسية والعقلية. كما أن تحقيق الحاجات لدى الفرد يساعد على الوصول إلى مستوى من تقدير الذات ومستوى جيد من الصلابة النفسية التي تلعب دورا هاما في إدارة الأزمة.

نظرية الجشتالت:

مؤسس هذه النظرية هو ماكس فرتيهيمر، وتركز هذه النظرية على ثلاثة مرتكزات أساسية وهي علاقة الكل بالأجزاء التي تكونه فيدرك الفرد الأشياء بشكلها الكلي فيجب على الفرد أن ينظر لعلاقة الكل لمكوناته، طبيعة عملية الإدراك وفيها تتم عملية التأويل وتفسير المثيرات الحسية وإكسابها معنى ودلالة، وموقف العقل من المنبهات التي يستقبلها حيث يلعب العقل دورا إيجابيا في تبسيط وتنظيم وإكساب المثيرات المعاني والدلالات لتدخل المعلومات إلى خبراتنا بعد عملية الاستيعاب عن طريق الذهن. (في: قطامي، 2013).

نظرية النظم في العلاج الأسري:

تعتبر الأسرة نظاما يتكون من مجموعة عناصر (الأفراد) تربطها علاقات وظيفية تفاعلية يدخلها الفرد عن طريق الزواج أو الولادة لتحقيق أهداف مشتركة وفردية ولا يخرج منها نفسيا إلا بالموت. والهدف الأساسي من النظام هو المحافظة على الاتزان. (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014)

وترى الباحثة أن القواعد والنظام الأسري يؤدون إلى تحقيق نوع من الاستقرار الأسري وخفض الشعور بالضغط الأسرية مما يساعد على حل الأزمات.

النظرية الفردية:

النظرية يرى أدلر أن سلوك الإنسان غرضي وله هدف مباشر ومعنى لحياته ويكافح من أجل النجاح والكمال، كما يرى أن الهدف من العلاج هو عيش الأفراد في المجتمع بتوازن، فتركز عملية العلاج على تزويده بالمعلومات وتعليمه طرقا جديدة. (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014)

وترى الباحثة من هنا بأن الأسر إذا ما عانت من الأزمات الأسرية فإنها تتجاوزها عن طريق تعلم المهارات والأساليب لحلها.

نظرية الاتصال الإنساني لساتير:

تؤكد النظرية على أهمية الترابط الأسري في نموذج أطلقت عليه "العلاج الأسري المشترك" كما تؤكد على التواصل ومهاراته. (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014).

وتعد نظرية ساتير من نظريات الإرشاد الأسري التي ركزت على أم عرض العلاقات والمفاهيم التي تحقق الاستقرار والتوازن للأسرة من خلال تفعيل أنماط الاتصال وتحديد العلاقات بينهم وقد أكدت على أهمية الترابط الأسري كونه مساعدا على فهم الأفراد بعضهم بعضا والتفاعل السليم، من خلال التواصل الفعال بين أفراد الأسرة. (في: أسعد و أبو أسعد، 2021)

نظرية التعلم الاجتماعي:

تنظر للتطور البشري على أنه ناتج عن تراكم مجموعة من التجارب التعليمية المتداخلة التي تكون الشخصية، حيث يتم التعلم من خلال إعادة التدعيم بعد عملية الاستجابة الإيجابية والسلبية بعد تكرار التدعيم، مثل المكافأة والعقاب. . (في: أبو أسعد والخاتنة، 2014).

نظرية الأنساق:

وهي من النظريات المهمة حيث أن دورها يتمثل في محافظة الأسرة على اتزان النسق الأسري ولا يسمح بأي خلل في العلاقات الأسرية بأن يتفاقم ويتحول إلى مشكلة أكبر، فالأسر التي تحافظ على اتزان نسقها الأسري يقل لديها حدوث الأزمات الأسرية وذلك لأنها لا تسمح بتفاقم المشكلات الأسرية من خلال مراقبة ومراجعة أي سلوكيات أدت إلى إحداث الخلل في النسق الأسري والعمل على حله وإعادة التوازن الأسري كلما حدث اختلال فيه.

وللنسق الأسري نوعان نسق منفتح، فالأسرة التي تتسم بالنسق المنغلق تعاني بشكل أكبر حيث أنها تغلق دائرة مشكلاتها وأزماتها عن الآخرين وتكون منعزلة منكفئة على ذاتها فلا تطلب المساعدة

منهم ولا تبادر للحصول على حلول أخرى أو مساعدة من الأهل والأصدقاء والمختصين النفسيين والأسرى وإنما تكتفي بما تعرفه هي فقط الأمر الذي يمنعها من اكتساب المهارات الصحيحة والملائمة للأزمة التي تعاني منها ويبعدها عن دوائر الحلول الجديدة لتبقى في دائرة الألم والمحاولات غير الصحيحة وقد لا تتمكن من الخروج من الأزمة.

فمن سمات الأسرة ذات النسق المنغلق العزلة داخل الأسرة وأيضاً عن المحيط الخارجي، الجمود في التواصل بين أفراد الأسرة. أما الأسرة التي تتسم بالنسق المنفتح فهي أسر واسعة الأفق، تتسم بالانبساط والانفتاح على الآخرين، تحافظ على حدودها وخصوصيتها إلا أنها تبادر إلى طلب المساعدة المعنوية والمادية من المحيط المناسب كالأهل والأصدقاء والمختصين النفسيين والأسرى وتحصل على الدعم الملائم، مما يؤدي إلى خروجها من الأزمة بشكل أسرع وتكون أكثر ارتياحاً من الناحية النفسية والجسدية فالضغط النفسي يقل عندما تحصل الأسر على الدعم الخارجي لأنها لا تعاني وحدها وإنما تشعر بأن لديها من يعينها على تجاوز أزمته. فمن سمات الأسرة ذات النسق المنفتح الاتصال الخارجي، المرونة، والاتصال السوي بين أفراد الأسرة.

إن الأسرة بحاجة إلى الاتصال السليم بين أفرادها فعندما تكون العلاقات الاتصالية الأسرية سليمة تشبع هذه الحاجة لدى الفرد فيصبح منفتحاً مع باقي أفراد الأسرة وقادراً على التواصل معها حول مشكلاته وأزمته والتعبير عنها، فبمجرد التعبير عما يعانيه الفرد وشعوره بوجود الدعم المعنوي من قبل أفراد الأسرة فإنه يشعر بالقوة والاتزان النفسي، بالإضافة إلى حصوله على مقترحات وحلول لمشكلاته فيعمل على حلها معهم قبل أن تتفاقم وتتحول إلى أزمات كما تقل وطأة الأزمة إذا كان يعاني منها، وهذه الحاجة مطلب أساسي لدى جميع المراحل العمرية للفرد (الطفل، المراهق، الراشد). (في: كفاي، 2009).

نظرية العلاج بالتقبل والالتزام:

تعتبر مشكلات الإنسان ناتجة عن عدم المرونة النفسية الناتجة عن التعبئة المعرفية وتجنب الخبرات، وهدف العقل زيادة المرونة النفسية والقدرة على التواصل مع اللحظة الراهنة بوعي وتعديل السلوك لتحقيق الأهداف التي يريجوها الفرد. (في: البهنساوي والحديبي ومحمد، 2019،

(Hayes, Luoma, Bond, Masuda & Lillis, 2006)

الدراسات السابقة:

تناولت العديد من الدراسات دراسة موضوع إدارة الأزمات الأسرية موضوع الصلابة النفسية ولكن الباحثة وجدت ندرة في دراسة هذين المتغيرين معا في الدراسات العربية والأجنبية ولم تجد دراسة تتناول هذين المتغيرين على الأسر في مملكة البحرين، وسعت الدراسة الحالية قد المستطاع بتناول دراسات تتناول متغيرات الدراسة بشكل مباشر أو غير مباشر تحقيقاً لأهداف الدراسة.

أجرى بنزي وآخرون (2010) Benzie et al. دراسة هدفت إلى التعرف على الرفاه النفسي لعينة قوامها 195 من أمهات الأطفال الذين يعانون من بعض أنواع الإعاقة، كون هذه المشكلة تشكل أزمة أسرية لهؤلاء الأمهات. وتم استخدام استبانة الصلابة النفسية (FHI) Family Hardiness Index، ومقياس أثر الأسرة على إعاقة الطفل Family Impact on Child Disability (FICD) بينت نتائج الدراسة أن هناك ارتباط موجب دال إحصائياً بين الصلابة النفسية، والأداء الوظيفي الأسري السوي، وأثر الأسرة على إعاقة الطفل.

كما قام جريف وفاندير وولت (2010) Greeff and Vander Walt بدراسة هدفت إلى التعرف على العوامل التي تساعد الأسر التي يعاني أبنائها من اضطراب طيف التوحد على التكيف مع الأزمة والصمود النفسي. وطبقت الدراسة على عينة قوامها 34 أسرة لأطفال اضطراب طيف التوحد. واستخدم استبانة الصلابة النفسية. بينت نتائج الدراسة وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الصلابة النفسية للأسرة والقدرة على التكيف مع الازمة.

وقام سيدا وويز ولانسكي (2011) Seyda, Weiss and Lunsky بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والقدرة على تحمل الضغوط لدى عينة قوامها 29 من الأسر التي تعاني من أزمة وجود أفراد فيها مصابون بالاضطرابات النفسية والإعاقة الذهنية. تم استخدام مقياس استطلاع عوامل الحماية الأسرية Inventory for Family Protective Factors ومقياس الصلابة النفسية. بينت نتائج الدراسة أن هناك ارتباطاً سلبياً دال إحصائياً بين مستوى الضغوط النفسية لدى الأسرة ومستوى الصلابة النفسية لديها، أي أن مستوى الضغوط النفسية يزداد كلما قل مستوى الصلابة النفسية.

وكذلك أجريت دراسة قام بها ويز وآخرون (2013) Weiss et al. استهدفت البحث في العلاقة بين الصلابة النفسية، و الدعم الاجتماعي، وفعالية الذات كمتنبئات بالضغوط الأسرية، حيث طبقت على عينة قوامها 138 من الأمهات اللواتي يعانين من أزمة أسرية تتعلق برعاية طفل

توحيدي. وتم استخدام عدد من المقاييس منها استبانة الصلابة النفسية و مقياس استطلاع عوامل الحماية الأسرية Inventory for Family Protective Factors على أفراد العينة. بينت نتائج العينة أن الصلابة النفسية كانت متغيراً وسيطاً بين مصادر الضغوط الأسرية ومستويات الضغوط التي تشعر بها الأمهات، وأن فعالية الذات لدى الأمهات والدعم الاجتماعي المدرك من قبل هؤلاء الأمهات كانا متغيرين وسيطين بين الصلابة النفسية ومصادر الضغوط الأسرية.

وأجرت أحمد (2013) دراسة هدفت إلى تصميم برنامج للتدخل المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية بهدف تنمية قدرة المتزوجين حديثاً على إدارة الأزمات الأسرية، واختبار فعالية ممارسة برنامج التدخل المهني في تنمية قدرة المتزوجين حديثاً على إدارة الأزمات الأسرية، تم استخدام المنهج شبه التجريبي باستخدام التصميم التجريبي المحدد في التجربة القبلية البعدية باستخدام مجموعة واحدة، وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس إدارة الأزمات الأسرية للمتزوجين حديثاً، وطبقت الدراسة في مكتب التوجيه والاستشارات الأسرية بشها، وتمثل المجال البشري للدراسة (21) من كل من الأزواج والزوجات، وقد استغرق برنامج التدخل 5 أشهر، وأثبتت نتائج الدراسة صحة الفرض الرئيس والفروض الفرعية.

وفي دراسة أجرتها دراز (2014) هدفت إلى دراسة العلاقة بين ممارسة عضوات هيئة التدريس لمستويات الحوار الزوجي وإدارتهن لأزمتهن الأسرية وقد طبقت على عينة (150) عضو هيئة تدريس متزوجة ولديها أبناء من كلية التربية النوعية جامعة المنصورة. وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث في ممارسة مستويات الحوار الزوجي وإدارة الأزمات الأسرية الاجتماعية تبعاً لطبيعة الدراسة، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة البحث في إدارة الأزمات الأسرية الاجتماعية وممارسة مستويات الحوار الزوجي (الرأي - المشاعر - الدرجة الكلية) لصالح المدة الأطول، ووجود فروق دالة إحصائية ما بين متوسطة جاءت عينة البحث ممارسة مستويات الحوار الزوجي (الرأي - الحاجات - الدرجة الكلية) وإدارة الأزمات الأسرية (أثناء الأزمة - مابعد الأزمة - الدرجة الكلية) تبعاً للمستوى التعليمي للزوج لصالح المؤهل الجامعي، وعدم وجود تباين دال إحصائي في إدارة الأزمات الأسرية الاجتماعية بكافة مراحلها تبعاً (للدرجة العلمية لعضو هيئة التدريس - الدخل الشهري للأسرة - فارق السن بين الزوجين) وفي ممارسة مستويات الحوار الزوجي تبعاً للدخل الشهري، كما تبين وجود تباين دال إحصائي في ممارسة مستويات الحوار الزوجي تبعاً لفارق السن بين لصالح فارق السن الأقل.

وأجرت منصور (2016) دراسة هدفت إلى دراسة مدى التناسق بين الأدوار الأسرية وكيف يمكن لها أن تساهم في مواجهة الأزمات، طبقت الدراسة على عينة قوامها (370) ربة أسرة ممن لديهن أبناء وتم استبعاد 22 استمارة لم تستكمل فيها البيانات ليصبح عدد العينات (348) ربة أسرة في ريف وحضر محافظة القليوبية، وقد خلصت النتائج إلى أن الضغوط الحياتية المحيطة بربة الأسرة تؤثر سلباً على العلاقات الأسرية مما ينعكس على الاستقرار الأسري، كما أن هناك ارتباطات موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدارة الأسرة للأزمات ومحاور استبيان مفهوم الأدوار في الأسرة حيث أن الأسر التي تهتم بتوافق الأدوار يكون لديها مرونة أكبر في مواجهة الأزمات.

وأجرت أبو سكينه وشريف وعبدالعاطي وزكريا (2016) دراسة خلصت نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية للمرأة بعينة الدراسة بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) تبعاً لاختلاف المحافظة ، وحجم الأسرة، وعمل المرأة مدة الزواج، المستوى التعليمي للمرأة، دخل الأسرة عند مستوى دلالة (0.001) لصالح المرأة من (لصالح المرأة بمحافظة المنوفية، الأسرة ذات الحجم المتوسط، المرأة العاملة، مدة الزواج الأكبر، المستوى التعليمي الأعلى، مستوى الدخل الأعلى). ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات للمرأة بعينة الدراسة بأبعادها (إدراك الأزمة، الاستعداد للأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم الأزمة، تبعاً لاختلاف المحافظة وحجم الأسرة، وعمل المرأة و مدة الزواج و المستوى التعليمي للمرأة و دخل الأسرة عند مستوى دلالة (0.001) لصالح الأسرة من (لصالح المرأة بمحافظة المنوفية، الأسرة ذات الحجم المتوسط، المرأة العاملة، مدة الزواج الأكبر، المستوى التعليمي الأعلى، مستوى الدخل الأعلى). كما توجد علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة 0.05 بين الصلابة النفسية للمرأة بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) وإدارة الأزمات الأسرية بمراحلها (إدراك الأزمة، الاستعداد للأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم الأزمة).

وقام لن وآخرون (2016) Lin et al. بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي للأسرة وإدارة الأزمة الأسرية ، وكيف يمكن للأسر التي تعاني من فوضى وتغيير في النظام الأسري التعامل مع الأزمة عن طريق الصمود النفسي والصلابة النفسية. طبقت الدراسة على عينة صينية قوامها 179 فرداً من المتزوجين (140 إناثاً، 39 ذكوراً). وكانت الأسر تعاني عدة أنواع من الأزمات الأسرية. واستخدم في الدراسة نموذج استجابة التكيف والمواءمة الأسرية Family Adjustment and Adaptations Response Model وأداة المتانة / الصلابة الأسرية Family Strength Index. بينت نتائج الدراسة ان حل المشكلات الاقتصادية وقوة التماسك الأسري كان لها القدرة على التنبؤ بمستوى الثقة لدى الأسرة في إدارة أزماتها.

وقد أجرت كل من الطوخي والزكي دراسة (2017) استهدف بصفة رئيسية تحديد طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية لربة الأسرة وأساليب التعامل مع الأزمات الأسرية، وتكونت عينة البحث من (225) ربة أسرة ريفيات وحضرديات عاملات وغير عاملات من مستويات اقتصادية واجتماعية مختلفة، وأسفرت أهم النتائج عن أن أكثر أنواع الأزمات الاقتصادية التي تعرضت لها ربات الأسر عينة البحث هي ارتفاع الأسعار بصورة مستمرة وكذلك الدروس الخصوصية وأكثر أنواع الأزمات الاجتماعية التي تعرض لها ربات الأسر عينة البحث هي الخلافات الزوجية والخلافات مع أهل الزوج. كما لا توجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية لربة الأسرة وكل من (سن ربة الأسرة، عدد الأبناء، مدة الزواج، الدخل الشهري) بينما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى التعليم والصلابة النفسية لربة الأسرة. كما توجد علاقة ارتباطية بين أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية وكل من (سن ربة الأسرة، عدد الأبناء، مدة الزواج، مستوى تعليم ربة الأسرة). ويوجد تباين دال احصائياً بين أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية تبعاً لمستوى الصلابة النفسية لربة الأسرة لصالح المستوى المرتفع من الصلابة النفسية. ولا توجد فروق بين (الريفيات والحضرديات) و(العاملات وغير العاملات) في الصلابة النفسية وكذلك أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية. ويوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية تبعاً لسن ربة الأسر لصالح ذوات السن المنخفض من ربات الأسر. كما يوجد تباين دال إحصائياً بين ربات الأسر في أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة لصالح ذوات المستوى المرتفع.

كما أجرى كل من نوفل والحبشي وعيسى (2018) دراسة على عينة من ربات الأسر وهدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين إدارة الأزمات الأسرية بمحاورها الأربعة (التنبؤ بالأزمة، التخطيط لمواجهة الأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم ما بعد الأزمة) والأمن النفسي بأبعاده (الطمأنينة النفسية، الاستقرار الاجتماعي، تحقيق الذات) تحديد الفروق بين كل من ربات أسر الريف والحضر، وربات الأسر العاملات وغير عاملات في كل من إدارة الأزمات الأسرية بمحاورها والأمن النفسي بأبعاده، الكشف عن الاختلافات بين عينة الدراسة في كل من إدارة الأزمات الأسرية بمحاورها الأربعة والأمن النفسي بأبعاده الثلاثة تبعاً لكل من طبيعة السكن، و حجم الأسرة، و سن رب وربة الأسرة، ومدة الزواج، والمستوي التعليمي لرب وربة الأسرة، و فئات الدخل الشهري للأسرة. وطبقت على عينة تكونت من 270 ربة أسرة من محافظة المنوفية وبعض قراها. وتمثلت أهم نتائج الدراسة

في أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين إدارة الأزمات الأسرية بمحاورها الأربعة والأمن النفسي بأبعاده الثلاثة عند مستوى دلالة (0.01)، توجد علاقة ارتباطية موجبة بين إدارة الأزمات الأسرية والمستوي التعليمي لكل من رب وربة الأسرة عند مستوى دلالة 0,01 ، بينما لا توجد علاقة ارتباطية بين إدارة الأزمات وكل من (حجم الأسرة. سن رب وربة الأسرة، مدة الزواج، الدخل الشهري). توجد فروق دالة إحصائية عند، (0.01) بين إدارة الأزمات الأسرية وربات الأسر العاملات والغير عاملات لصالح ربات الأسر العاملات، ووجود تباين دال إحصائياً عند (0.001) بين عينة الدراسة في محاور إدارة الأزمات الأسرية تبعاً للمستوي التعليمي لربة الأسرة لصالح ربات الأسر الحاصلات على الدكتوراة.

وقد أجرت عبد المنعم (2020) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى إدراك ربات الأسر للمرونة المعرفية بمحاورها الثلاثة (المرونة في التفكير، المرونة في التعامل، المرونة الأسرية) على عينة من (190) ربة أسرة من محافظتي القاهرة والشرقية من مستويات اجتماعية مختلفة، وقد خلصت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) في إدراك ربات الأسر عينة البحث للمرونة المعرفية ككل تبعاً لمتغيرات الدراسة لصالح ربات الأسر غير العاملات، واللاتي لم يمر على زواجهن 10 سنوات، ومن ذوات المستويات التعليمية المرتفعة والدخل الشهري الأسري المرتفع، كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين ربات الأسر عينة البحث في قدراتهن على إدارة الأزمات الأسرية.

وقام دانست (2021) Dunst بدراسة هدفت إلى تقييم العلاقة بين الصلابة النفسية للأسرة وبين أداء هذه الأسر إزاء أحداث الحياة الضاغطة والأزمات، والكشف عن كون الصلابة النفسية تعتبر نوعاً من المناعة النفسية التي تساعد الأسرة في إدارة هذه الأزمات بشكل صحي سليم. واعتمدت الدراسة على أسلوب مابعد التحليل Meta- Analysis. واشتمل التحليل على 53 دراسة تضمنت عينة قوامها 4418 فرداً من 9 بلدان مختلفة، بين الأعوام 1992 – 2017 ، حيث عانت هذه العينة من أزمات أسرية مختلفة ومتنوعة. بينت نتائج الدراسة أن الصلابة النفسية للأسرة لها علاقة عكسية بمستوى القلق والاكتئاب لدى الأبوين، ومستوى أفضل من الصحة العامة والرفاه النفسي لديهما، ومستوى أفضل من الممارسات الوالدية. كما بينت الدراسة أن الصلابة النفسية للأسرة كان لها علاقة سلبية بالضغط الأسرية، وعلاقة ايجابية بالرضا عن الحياة ، والتماسك الأسري، والقدرة على التكيف الأسري مع الأزمات.

وقام وين وجوه وهسو (Wen, Goh, and Hsu (2022) بدراسة هدفت إلى التعرف على تأثير الصلابة النفسية كمتغير وسيط لتفسير العلاقة بين الضائقة الاقتصادية للأسرة التي تعتبر من الأزمات الأسرية ومتغير الأمل . وطبقت الدراسة على عينة قوامها 512 من الأمهات والأطفال في الأسر ذات الدخل المحدود. واستخدم الباحثون مقياس الصلابة النفسية Psychological Hardiness Index ومقياس الضائقة الاقتصادية Economic Hardship Questionnaire Scale ، ومقياس الأمل Hope Trait Scale ، ومقياس الأمل للأطفال Children's Hope Scale. بينت نتائج الدراسة أن متغير الصلابة النفسية كان متغيراً وسيطاً بين الضائقة الاقتصادية والأمل لأفراد العينة، حيث كان متغير التحدي هو الذي فسر العلاقة بين هذه المتغيرين بالنسبة للأمهات، أما بالنسبة للأطفال فقد كانت الدرجة الكلية للصلابة النفسية هي التي فسرت هذه العلاقة. وخلصت الدراسة إلى أن الصلابة النفسية لدى الأسر التي تعاني من أزمة الضائقة الاقتصادية عاملاً مهماً في زرع الأمل وتنمية قدرة هذه الأسر على إدارة الأزمة.

كما قامت السيد وحسن (2023) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى انتشار كل من الوعي بالذات واستراتيجيات مواجهة الأزمات لدى عينة من الراشدين السعوديين بمدينة جدة، والكشف عن متغيري الدراسة، ودور الوعي بالذات في التنبؤ باستراتيجيات مواجهة الأزمات لدى عينة من الراشدين السعوديين، والتحقق من الفروق في كل من الوعي بالذات واستراتيجيات مواجهة الأزمات التي تعزى إلى اختلاف النوع، والمستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى الاجتماعي، ووجود عمل، والكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الوعي بالذات في استراتيجيات مواجهة الأزمات، وقد تكونت عينة الدراسة من (723) من الراشدين بمحافظة جدة، تم تطبيق مقياس الوعي بالذات ومقياس استراتيجيات المواجهة، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، وأسفرت النتائج عن ارتفاع مستوى الوعي بالذات واستراتيجيات مواجهة الأزمات لدى عينة من الدراسة، ووجود علاقة بين الأبعاد والدرجة الكلية للوعي بالذات واستراتيجيات المواجهة، كما توجد أيضاً قيمة تنبؤية دالة للوعي بالذات باستراتيجيات مواجهة الأزمات، كما كشفت عن وجود فروق في بعض أبعاد الوعي بالذات واستراتيجيات مواجهة الأزمات وفقاً لاختلاف بعض المتغيرات الديموغرافية (النوع، المستوى الاقتصادي للأسرة، المستوى الاجتماعي، العمل)، كما وجدت فرقاً بين مرتفعي ومنخفضي الوعي بالذات في استراتيجيات مواجهة الأزمات. وأوصت الدراسة ببناء برامج إرشادية تهدف إلى رفع مستوى الوعي النفسي للشباب بأهمية التكيف الإيجابي مع الأزمات.

التعقيب على الدراسات السابقة:

لقد أثبتت الدراسات السابقة مايلي:

1. تمت الدراسات السابقة على عينات متنوعة من المتزوجين ذكوراً وإناثاً.
2. تم استخدام المنهج الوصفي في الدراسات السابقة من أجل التعرف على العلاقة بين المتغيرات كما أنه المنهج الذي يساهم في دراسة المتغيرات لدى عينة واسعة من المجتمع من أجل الاستفادة من نتائج هذه الدراسات في المجتمعات، وقد استخدمت الباحثة المنهج نفسه في دراسة العلاقة بين المتغيرين.
3. كانت الدراسات السابقة العربية تتناول أحد المتغيرين وهما متغير الصلابة النفسية أو متغير إدارة الأزمات الأسرية على حدة وعلاقته بمتغير آخر، ماعدا دراسة (الطوخي وزكي، 2017) والتي درست الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب التعامل مع الأزمات الأسرية وقد تمت على عينة ربّات الأسر في مصر، ودراسة (زكريا وأبو سكيّنة وشريف وعبدالعاطي، 2016) والتي درست الصلابة النفسية وعلاقتها بإدارة الأزمات النفسية على عينة من النساء المصريات، أما الدراسات الأجنبية فقد تناولت هذين المتغيرين معا بشكل أكبر.
4. ولم تجد الباحثة دراسات تناولت موضوع الصلابة النفسية لدى الزوجين وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية في المجتمع البحريني لتكون الأولى من نوعها في مملكة البحرين.

استفادة الباحثة من الدراسات السابقة:

قامت الباحثة بالاستفادة من الدراسات السابقة في عدة فصول، أولاً في إعداد مقياس إدارة الأزمات الأسرية وفقاً للبيئة البحرينية من خلال اكتساب المعلومات حول أبعاد المقياس ومحاوره، كما استفادت من مقياس الصلابة النفسية لمخيمر والمقنن على البيئة السعودية، بالإضافة للاستفادة منها في الفصل الثاني من حيث الاستفادة من معلوماتها العلمية، وفي الفصل الرابع كاستدلال بها وإثباتاً لاتفاق هذه الدراسات أو اختلافها مع نتائج الباحثة. وكون دراسة الباحثة هي الدراسة الأولى - حسب علم الباحثة - التي تناولت متغير الصلابة النفسية وإدارة الأزمات الأسرية معاً في مملكة البحرين فقد واجهت الباحثة صعوبة وتحدياً في إيجاد هذا النوع من الدراسات ووجدت بعضاً منها في بيئات مختلفة عربية أجنبية.

الفصل الثالث

منهج الدراسة وإجراءاتها

- منهج الدراسة.
- مجتمع الدراسة.
- عينة الدراسة.
- أدوات الدراسة.
- إجراءات الدراسة.
- الأساليب الإحصائية.

الفصل الثالث

منهج الدراسة وأدواتها وإجراءاتها

يتناول هذا الفصل الإجراءات المتبعة في هذه الدراسة بدءاً بالمنهج الذي تم استخدامه فيها، ومجتمع الدراسة وعينتها، والأدوات المستخدمة فيها والمؤشرات الدالة على صدق هذه الأدوات وثباتها.

أولاً: منهج الدراسة:

في هذه الدراسة تم اتباع المنهج الوصفي (الارتباطي المقارن) وذلك بسبب ملاءمته لطبيعة الدراسة وهدفها وأسئلتها، حيث تم وصف العلاقة بين الصلابة النفسية لدى الزوجين وإدارة الأزمات الأسرية في المجتمع البحريني، لتحديد مدى انتشار هذه المشكلة في مملكة البحرين.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المتزوجين البحرينيين من الجنسين من مختلف الفئات العمرية من مجموع عدد السكان البحرينيين أي عددهم 713,263 أي ما نسبته 39.72083% بحسب البيانات التي نشرتها وزارة الإعلام عام 2021 وقد قامت الباحثة بجمع ما تيسر من العينات التي استجابت للمقياس الذي تم نشره عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

عينة الدراسة:

طبقت الدراسة على عينة من المتزوجين البحرينيين، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المحافظات الأربع: العاصمة، المحرق، الشمالية، الجنوبية، وتكونت العينة الاستطلاعية من (47) فرداً من المتزوجين والمتزوجات، أما العينة الرئيسة فقد تكونت من (170) فرداً من كلا الجنسين (100 للإناث و70 للذكور). وقد تم نشر المقياس عبر وسائل التواصل الاجتماعي المتنوعة. ويوضح الجدول التالي خصائص عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة:

جدول 1. خصائص عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغير	مستويات كل متغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	70	%41.2
	أنثى	100	%58.8
العمر	أقل من 25	3	%1.8
	من 25 إلى 35	29	%17.1
	من 36 إلى 40	34	%20.0
	أكثر من 40	104	%61.2
الحالة المدنية	متزوج	160	%94.1
	مطلق	6	%3.5
	أرمل	4	%2.4
عدد الأبناء	لا يوجد	22	%12.9
	2 فما دون	45	%26.5
	3 إلى 4	69	%40.6
	أكثر من 4	34	%20.0
عدد سنوات الزواج	أقل من 5 سنوات	16	%9.4
	من 5 إلى 10	22	%12.9
	أكثر من 10 سنوات	132	%77.6
المستوى الاقتصادي للأسرة (الدخل).	أقل من 500 دينار	33	%19.4
	501 إلى 1000 دينار	73	%42.9
	1001 إلى 1500 دينار	32	%18.8
	أكثر من 1500 دينار	32	%18.8
المستوى التعليمي	إبتدائي	1	%0.6
	إعدادي	4	%2.4
	ثانوي	36	%21.2

جامعي فما فوق	129	75.9%
المجموع	170	100.0%

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لخصائصها الديموغرافية كما يلي:

1-الجنس:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير الجنس، حيث أن هناك (100) من الإناث من أفراد عينة الدراسة بنسبة (58.8%)، و (70) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (41.2%).

2-العمر:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير العمر، حيث أن هناك (104) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (61.2%) أعمارهم (أكثر من 40) عاما ، في حين أن هناك (34) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (20.0%) تتراوح أعمارهم من (36 إلى 40) عاما، كما أن هناك (29) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (17.1%) أعمارهم من (25 إلى 35)، وأن هناك (3) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (1.8%) أعمارهم أقل من (25) عامًا.

3-الحالة المدنية:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير الحالة المدنية، حيث أن هناك (160) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (94.1%) من المتزوجين، في حين أن هناك (6) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (3.5%) من المطلقين، كما أن هناك (4) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (2.4%) من الأرمال.

4-عدد الأبناء:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير عدد الأبناء، حيث أن هناك (69) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (40.6%) عدد أبنائهم يتراوح (من 3 إلى 4) سنوات ، في حين أن هناك (45) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (26.5%) يتراوح أعمار أبنائهم (2 فما دون) عاما، كما أن هناك (34) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (20.0%) أعمارهم (أكثر من 4) سنوات، وأن هناك (22) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (12.9%) لا يوجد لديهم أبناء.

5-عدد سنوات الزواج:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغير عدد سنوات الزواج، حيث أن هناك (132) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (77.6%) عدد سنوات زواجهم (أكثر من 10 سنوات)، في حين أن هناك (22) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (12.9%) عدد سنوات زواجهم (من 5 إلى 10 سنوات)،

كما أن هناك (16) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (9.4%) عدد سنوات زواجهم (أقل من 5 سنوات).

6- المستوى الاقتصادي للأسرة (الدخل):

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير الدخل، حيث أن هناك (73) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (42.9%) مستوى الدخل يتراوح (من 501 إلى 1000 دينار)، في حين أن هناك (33) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (19.4%) مستوى الدخل (أقل من 500 دينار)، كما أن هناك (32) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (18.8%) مستوى الدخل أكثر من 1500 دينار، وأن هناك (32) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (18.8%) مستوى الدخل لديهم (من 1001 إلى 1500 دينار).

7- المستوى التعليمي:

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير المستوى التعليمي، حيث أن هناك (129) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (75.9%) مستوى التعليم لديهم (جامعي فما فوق)، في حين أن هناك (36) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (21.2%) مستوى التعليم لديهم (ثانوي)، كما أن هناك (4) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (2.4%) مستوى التعليم لديهم (إعدادي)، وأن هناك (1) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (0.6%) مستوى التعليم لديهم (ابتدائي).

رابعاً: أدوات الدراسة:

مقياس إدارة الأزمات الأسرية:

تم إعداد المقياس من قبل الباحثة وذلك بسبب حاجة الباحثة إلى مقياس لقياس مستوى إدارة الأزمات لدى أفراد المجتمع البحريني، وقد تم تصميم المقياس وفقاً لستة أبعاد جاءت كالتالي:

البعد الأول: اتباع أسلوب حل المشكلات

البعد الثاني: الهروب من مواجهة الأزمة

البعد الثالث: مساندة الأهل والأصدقاء

البعد الرابع: اللجوء إلى الدين

البعد الخامس: اللجوء إلى مساعدة المختصين

البعد السادس: الشعور بالانهايار والاستسلام

تصحيح مقياس إدارة الأزمات الأسرية:

مؤشرات صدق وثبات مقياس إدارة الأزمات الأسرية:

أولاً: صدق المحتوى:

لكي يتم التحقق من صدق المحتوى لمقياس إدارة الأزمات الأسرية تم عرضه على خمسة محكمين من أعضاء هيئة التدريس من جامعة البحرين وجامعة الخليج العربي، وتم تحكيم المقياس وتعديله من خلال تعديل عدد من العبارات وفقاً لأهداف الدراسة، حيث شمل تقييم المحكمين ما يلي: مدى تمثيل العبارات للمحور، السلامة اللغوية، ملائمة العبارات للثقافة المحلية والمقترحات والتعديلات التي يراها المحكم مناسبة. وقد تم تعديل صياغة العبارات وفقاً لآرائهم ومقترحاتهم، وقد كانت نسبة اتفاق المحكمين حوالي 80%.

ثانياً: معاملات الاتساق الداخلي:

حساب معاملات الاتساق الداخلي تم من خلال استخدام وتطبيق الأدوات على عينة استطلاعية قوامها (47) فرداً تم اختيارها بشكل عشوائي من مجتمع الدراسة، وقد قامت الباحثة لحساب معاملات الاتساق الداخلي بتطبيق معامل ارتباط بيرسون وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة وكل بعد من أبعاد أساليب إدارة الأزمات الأسرية للمقياس من جهة، وبينها وبين الدرجة الكلية للمقياس من جهة أخرى، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول 2. معاملات الاتساق الداخلي لعبارات مقياس إدارة الأزمات الأسرية

الرقم	الارتباط مع البعد	الارتباط مع المقياس الكلي
البعد الأول: حل المشكلات		
1	0.70**	0.280
2	0.59**	0.55**
3	0.75**	0.49*
4	0.68**	0.41**
5	0.79**	0.49**
6	0.71**	0.50**
البعد الثاني: الهروب من مواجهة الأزمة		
1	0.71**	0.31*
2	0.50**	0.43**
3	0.54**	0.40**
4	0.73**	0.34*
5	0.54**	0.35*

0.52**	0.62**	6
البعد الثالث: مساندة الأهل والأصدقاء		
0.42**	0.58**	1
0.50**	0.74**	2
0.54**	0.49**	3
0.45**	0.50**	4
0.53**	0.46*	5
0.51**	0.61**	6
البعد الرابع: اللجوء إلى القيم الدينية والروحية		
0.35*	0.43**	1
0.28	0.38*	2
0.27	0.42**	3
-0.39**	0.05	4
0.24	0.56**	5
0.53**	0.12	6
البعد الخامس: اللجوء إلى مساعدة المختصين		
0.40**	0.69**	1
0.45**	0.52**	2
0.41**	0.60**	3
0.35*	0.57**	4
0.47**	0.69**	5
0.45**	0.67**	6
البعد السادس: الشعور بالانهيار والاستسلام		
0.20	0.79**	1
0.33*	0.76**	2
0.41**	0.81**	3
0.39**	0.62**	4
0.42**	0.81**	5
0.31*	0.71**	6

* دال إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

** دال إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.01$

يتضح من نتائج الجدول السابق أن جميع العبارات ارتبطت بشكل دال إحصائية عند مستويي الدلالة (0.05) و (1) وذلك مع البعد الذي ينتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس ماعدا عبارة رقم 4 من البعد الرابع التي لم تكن دالة إحصائية، ودون مستوى الدلالة 0.2، الذي اعتمدته الباحثة كحد أدنى مقبول للدلالة، وبالتالي تم حذفها.

جدول 3. مؤشرات الثبات لمقياس إدارة الأزمات الأسرية

باستخدام معامل ألفا - كرونباخ

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
أساليب إدارة الأزمات الأسرية	6	0.89
الهروب من مواجهة الأزمة	6	0.83
مساندة الأهل والأصدقاء	6	0.78
اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	6	0.67
اللجوء إلى مساعدة المختصين	6	0.84
الشعور بالانهايار والاستسلام	6	0.91
المقياس الكلي	46	0.82

إن معامل ألفا كرونباخ للمقياس الكلي بلغ (0.8) وهو معامل مرتفع نسبياً، كما بينت قيم معامل ألفا كرونباخ لمحاور هذا المقياس أنها جيدة، حيث تراوحت ما بين (0.66 إلى 0.90)، مما يدل على ثبات المقياس بشكل مقبول وموثوق به من الوجهة الإحصائية.

2- مقياس الصلابة النفسية:

وصف المقياس:

مقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر (2011) ويتألف من (47) عبارة للفرد موزعة على أبعاد الصلابة النفسية وهي الالتزام، والتحكم، والتحدى، وقد كانت عبارات بعد الالتزام 16 عبارة، أما بعد التحكم فقد كان 15 عبارة وكذلك بعد التحدى فقد كان 15 عبارة. وتتراوح الدرجة الكلية لكل عبارة ما بين 3 درجات للإجابة التي تنطبق دائماً، ودرجتان للإجابة التي تنطبق أحياناً، ودرجة للإجابة التي لا تنطبق أبداً، وبالتالي تتراوح الدرجة الكلية للأداة ما بين 47 إلى 141 درجة، حيث يشير ارتفاع الدرجة على وجود صلابة نفسية لدى الفرد.

قام معد المقياس الأصلي بحساب ثبات وصدق الاستبيان على عينة من طلاب جامعة الزقازيق كلية الآداب، بلغ عددها (ن = 80) منهم 45 أنثى، و35 ذكراً، وقد تم استخدام معادلة بيرسون لحساب معامل الارتباط وقد وجد ارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان وجميعها دالة عند مستوى 0,05 ومستوى 0,01 مما يدل على الاتساق الداخلي للعبارات.

كما قام المعد بحساب ثبات الاستبانة ككل 0.75 عند مستوى دلالة 0.01 وكذلك يلاحظ الارتفاع الملحوظ في معاملات الثبات للأبعاد الفرعية فكانت، 0.69، 0.76، 0.72 على التوالي مما يشير إلى تجانس مفردات الاستبانة.

1- صدق البناء الداخلي للمقياس في الدراسة الحالية:

تم إيجاد صدق البناء الداخلي للمقياس في الدراسة الحالية من خلال:

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ومجموع درجات البعد الذي تنتمي إليه.

- حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد وبين المجموع الكلي لدرجات الاستبانة.

وقد تم استخدام معادلة بيرسون لحساب معامل الارتباط وقد وجد ارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، وكذلك درجة كل بعد والدرجة الكلية للاستبيان وجميعها دالة عند مستوى 0,05 ومستوى 0,01 مما يدل على التجانس الداخلي للاستبيان.

جدول 4. معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد الالتزام بالدرجة الكلية للبعد

* دال إحصائياً عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ ** دال إحصائياً عند مستوى $\alpha \leq 0.01$

معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	رقم العبارة
0.18	0.06	9	0.55**	0.44**	1
0.14	0.08	10	0.36*	0.36**	2
0.64**	0.47**	11	0.61**	0.57**	3
0.39**	0.31**	12	0.65**	0.58**	4
-0.31*	-0.53**	13	0.42**	0.44**	5
0.54**	0.49**	14	0.41**	0.42**	6
0.66**	0.54**	15	0.45**	0.29*	7
0.63**	0.49**	16	0.49**	0.41**	8

جدول (5) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد التحكم بالدرجة الكلية للبعد

معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	معامل الارتباط بالبعد	رقم العبارة
0.44**	0.26	9	0.48**	0.33**	1
0.62**	0.51**	11	0.61**	0.49**	2
0.29*	0.18	12	0.39**	0.27	3
-0.19-	0.26	13	0.20	0.26	4
0.50**	0.39**	14	-0.14-	-0.19	6
0.52**	0.31**	15	0.56**	0.52**	8

* دال إحصائياً عند مستوى $\alpha \leq 0.05$ ** دال إحصائياً عند مستوى $\alpha \leq 0.01$

جدول 6. معاملات ارتباط بيرسون لعبارات بعد التحدي بالدرجة الكلية للبعد

رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
1	0.56**	0.53**	9	0.53**	0.60**
2	0.52**	0.44**	10	0.52**	0.41**
3	0.43**	0.46**	11	0.44**	0.63**
4	0.36**	0.35**	12	0.24	0.41**
5	0.53**	0.28	13	0.62**	0.48**
7	0.31	0.33**	14	0.48**	0.41**
8	0.53**	0.52**			

* دال إحصائيا عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

** دال إحصائيا عند مستوى $\alpha \leq 0.01$

من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح أن قيم معامل ارتباط بيرسون بين كل عبارة وبعدها، وكذلك بين كل عبارة والدرجة الكلية للأداة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى 0.05 أو 0.01، مما يبين تمتع فقرات الأداة بصدق اتساق داخلي مرتفع.

2- ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للمقياس في الدراسة الحالية لحساب الثبات، والجدول (9) يوضح معامل ثبات ألفا كرونباخ ككل وللأبعاد الفرعية للمقياس (الالتزام، التحكم، التحدي).

جدول 7. معامل ثبات استبانة الصلابة النفسية وثبات كل بعد من أبعاده

باستخدام معامل ألفا كرونباخ

البعد	معامل الثبات
الالتزام	0.72
التحكم	0.66
التحدي	0.76
الدرجة الكلية	0.82

يتضح من الجدول (9) أن معامل الثبات للمقياس عالٍ حيث بلغ (0.82) وهذا يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

يلاحظ من خلال الجدول السابق أن معاملات ألفا للأبعاد الفرعية تعتبر مقبولة من الناحية الإحصائية، مما يشير إلى تجانس مفردات الاستبيان.

قامت الباحثة بحساب الارتباطات البينية بين أبعاد استبيان الصلابة النفسية والجدول (10) يوضح ذلك

جدول 8. مصفوفة معاملات ارتباط أبعاد مقياس الصلابة النفسية

الأبعاد	الالتزام	التحكم	التحدي
الالتزام	1		
التحكم	.804**	1	
التحدي	.704**	.601**	1

** دالة عند مستوى 0.01

يتضح من الجدول (10) أن معاملات ارتباط أبعاد الصلابة النفسية دالة إحصائياً عند 0.01

خامساً: إجراءات الدراسة:

تم تطبيق إجراءات الدراسة من خلال الخطوات التالية:

1. إعداد الإطار النظري لموضوعات الدراسة.
2. تصميم استبيان استطلاعي لجمع المعلومات المرتبطة بالدراسة.
3. اختيار أدوات الدراسة.
4. تعديل أدوات الدراسة.
5. التحقق من صدق وثبات مقياسي إدارة الأزمات الأسرية ومقياس الصلابة النفسية بعد تطبيقهما على العينة الاستطلاعية.
6. تطبيق مقياسي إدارة الأزمات الأسرية ومقياس الصلابة النفسية على الأساسية بالطرق العشوائية.
7. الاستعانة ببرنامج (spss) لتحليل بيانات الدراسة وإجراء المعالجة الإحصائية اللازمة.

سادسا: الأساليب الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1. المتوسطات الحسابية (Means): للتعرف على مستوى إدارة الأزمات ومستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة.
2. الانحرافات المعيارية Standard Deviations: للتعرف على مدى تشتت استجابات العينة عن المتوسط الحسابي.
3. معاملات ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha: لقياس مؤشرات ثبات أدوات ومقياس الدراسة.
4. معاملات الارتباط Pearson correlation: لدراسة طبيعة العلاقة بين مقياسي إدارة الأزمات الأسرية والصلابة النفسية لدى أفراد العينة.
5. تحليل التباين الأحادي One way ANOVA: للتعرف على دلالة الفروق في مستوى مقياسي إدارة الأزمات الأسرية والصلابة النفسية تعزى لمتغيرات الجنس، العمر، الحالة المدنية، عدد الأبناء عدد سنوات الزواج، المستوى الاقتصادي للأسرة (الدخل) والمستوى التعليمي.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة وتفسيرها

- الإجابة عن أسئلة الدراسة

- توصيات الدراسة

- الدراسات المقترحة

الفصل الرابع

نتائج الدراسة وتفسيرها

يتناول هذا الفصل عرضًا للنتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، وذلك من خلال عرض استجابات أفراد عينة الدراسة لعبارات الأداة ومعالجتها إحصائياً، وصولاً إلى النتائج وتحليلها وتفسيرها في ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة، وتقوم الباحثة بمناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة وتفسيرها من خلال الإجابة عن أسئلتها والتحقق من فروضها.

أولاً: الإجابة عن أسئلة الدراسة:

السؤال الأول: ما أهم أنواع الأزمات التي يمر بها أفراد عينة الدراسة من المتزوجين حسب العينة ككل وحسب النوع؟

وللتعرف على نوع الأزمات التي يمر بها أفراد العينة، تم حساب تكرار الإجابة على النوع، وحساب النسبة حسب العينة ككل وحسب النوع (الجنس) على حدة وقد جاء ترتيب نوع الأزمة كالتالي:

جدول 9. توزيع أفراد العينة بحسب نوع الأزمة

الرقم	نوع الأزمة	كل العينة			الذكور			الإناث		
		العدد	النسبة	النسبة المئوية	العدد	النسبة	النسبة المئوية	العدد	النسبة	النسبة المئوية
1	وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين.	65	19.8%	1	26	19.3%	2	39	20.1%	2
2	أزمة مالية /الفقر.	61	18.5%	2	28	20.7%	1	33	17.0%	3
3	الإصابة بالمرض المزمن.	56	17.0%	3	16	11.9%	5	40	20.6%	1
4	التعرض لآثار أزمة كورونا.	41	12.5%	4	18	13.3%	3	23	11.9%	4

5	40	12.2%	5	17	12.6%	4	23	11.9%	5	أزمات أخرى: الضغط النفسي، مشاكل اجتماعية،...
6	28	8.5%	6	12	8.9%	7	16	8.2%	6	الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي.
7	22	6.7%	7	12	8.9%	6	10	5.2%	7	البطالة.
8	16	4.9%	8	6	4.4%	8	10	5.2%	8	الحروب / الأحداث العالمية.

* يمكن اختيار أكثر من إجابة، وبالتالي فإن مجموع النسب يتجاوز 100%.

يوضح الجدول السابق توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغير نوع الأزمة حسب العينة ككل بالترتيب من الأكثر إلى الأقل، حيث أن هناك (65) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (19.8%) لمن حدد أزمة (وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين)، كما أن هناك (61) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (18.5%) لمن حدد (أزمة مالية/ الفقر)، وهناك (56) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (17.0%) لمن حدد أزمة (الإصابة بالمرض المزمن)، وأن هناك (41) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (12.5%) لمن حدد أزمة (التعرض لآثار أزمة كورونا)، وأن هناك (40) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (12.2%) لمن حدد خيار (أزمات أخرى)، وأن هناك (28) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (8.5%) لمن حدد أزمة (الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي)، و(22) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (6.7%) وبنسبة لمن حدد (أزمة البطالة)، و (16) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (4.9%) ولمن حدد أزمة (الحروب والأحداث العالمية).

كما يوضح الجدول أنواع الأزمات التي يمر بها أفراد عينة الدراسة من المتزوجين حسب النوع، حيث نلاحظ اختلاف نوع الأزمة التي يعاني منها أفراد العينة باختلاف النوع، حيث أن هناك (28) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (20.7%) لمن حدد (أزمة مالية/ الفقر) لتكون في الترتيب

الأول، أما في الترتيب الأول للإناث فهناك (5) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (20.6%) لمن حددت أزمة (الإصابة بالمرض المزمن)، وفي الترتيب الثاني هناك (26) من الذكور من أفراد العينة بنسبة (19.3%) و(39) من الإناث من أفراد عينة الدراسة بنسبة (20.1%) لمن حددت أزمة (وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين)، وفي الترتيب الثالث فهناك (18) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (13.3%) لمن حددت أزمة (التعرض لآثار أزمة كورونا)، أما في الترتيب الثالث للإناث فهناك (33) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (17.0%) لمن حددت (أزمة مالية/الفقر). وفي الترتيب الرابع هناك (17) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (13.3%) لمن حددت (أزمات أخرى)، أما الترتيب الرابع للإناث ان هناك (23) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (11.9%) لمن حددت (أزمة التعرض لآثار كورونا)، وفي الترتيب الخامس فهناك (16) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (11.9%) لمن حددت أزمة (الإصابة بالمرض المزمن)، أما في الترتيب الخامس للإناث فهناك (23) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (11.9%) لمن حددت (أزمات أخرى)، وفي الترتيب السادس هناك (12) من الذكور من أفراد عينة الدراسة بنسبة (8.9%) لمن حددت أزمة (البطالة)، أما الترتيب السادس للإناث فهناك (16) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (8.2%) لمن حددت أزمة (الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي)، وفي الترتيب السابع فإن هناك (12) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (8.9%) لمن حددت أزمة (الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي)، وفي الترتيب السابع للإناث فإن هناك (10) من أفراد عينة الدراسة بنسبة (5.2%) لمن حددت أزمة (البطالة)، وأخيرا في الترتيب الثامن هناك (6) من الذكور بنسبة (4.4%) و(10) من الإناث بنسبة (5.2%) لمن حددت أزمة (الحروب/ الأحداث العالمية).

وهذا يعني اختلاف تأثير الذكور والإناث بنوع الأزمة، ويتناسب منطقيا كون أزمة الفقر في الترتيب الأول بالنسبة للذكور في حين أنها في الترتيب الثالث للإناث، وهذا قد يعني شعور الذكور من أفراد العينة بأزمة الدخل أكثر من الإناث مما قد يعني محاولة الذكور توفير الدخل المناسب للإناث رغم وجود هذه الأزمة. أما أزمة وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين فتأتي في الترتيب الثاني لكلا الجنسين، وهذا يعني أنها من الأزمات المؤثرة بشكل كبير على أفراد عينة الدراسة، أما الترتيب الثالث للذكور فهو التعرض لآثار أزمة كورونا وللاإناث فيتعلق بأزمة الإصابة بالمرض المزمن وهذا يعني تعرض الذكور والإناث لآثار صحية مما يزيد من الضغط على الأسرة. أما الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي فقد جاء بالمرتبة السابعة للذكور والسادسة للإناث، وهذا لا يعني بالضرورة عدم إصابة أحد أفراد الأسرة بالاضطراب النفسي إلا أنه قد يعني تجاهل تشخيص الاضطراب النفسي أو عدم إدراك الإصابة به. كما أن وجود أزمة (الحروب/ الأحداث العالمية) في المرتبة الأخيرة يعني شعور أفراد عينة الدراسة بالأمن النفسي كونهم يعيشون في بلد آمن، رغم

وجود الأحداث العالمية إلا أن التأثير بها ليس كبيراً وهذا يتناسب من ارتفاع نسبة الصلابة النفسية لديهم.

وتتفق نتائج هذا السؤال جزئياً مع دراسة الطوخى والزكي (2017) من حيث نوع الأزمات التي قام أفراد عينة الدراسة بتحديددها منها (الفقر، البطالة، المرض المزمن، أزمة السكن، الخلافات الزوجية، الخلافات مع الأبناء، تدخل الأقارب في شؤون الأسرة، الإدمان أو تعاطي المخدرات) وجاءت بنسب مئوية متفاوتة بين (21.3% ، 0.4).

السؤال الثاني: ما مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة ككل وحسب النوع؟

ولمعرفة مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة ككل وبحسب النوع، تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، كما تم ترتيب هذه الأبعاد حسب المتوسط الحسابي لكل منها، وقد جاءت كالتالي:

جدول 10. المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس الصلابة النفسية حسب الأبعاد

الرقم	البعد	كل العينة				الذكور				الإناث			
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الصلابة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الصلابة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الصلابة
1	الالتزام	2.50	0.27	1	مرتفع	2.51	0.28	1	مرتفع	2.49	0.27	1	مرتفع
2	التحكم	2.38	0.27	2	مرتفع	2.43	0.27	2	مرتفع	2.34	0.27	2	مرتفع
3	التحدي	2.25	0.20	3	متوسط	2.25	0.19	3	متوسط	2.25	0.21	3	متوسط
4	الصلابة النفسية	2.38	0.21		مرتفع	2.40	0.21		مرتفع	2.36	0.21		مرتفع

يتضح من الجدول السابق أن مقياس الصلابة النفسية يتضمن (3) أبعاد، تراوحت المتوسطات الحسابية لهم بين (2.25، 2.50) لكل العينة. والمتوسطات الحسابية للذكور بين (0.19، 0.28)، والمتوسطات الحسابية للإناث فقد تراوحت بين (0.21، 0.27).

جاء في الترتيب الأول للعينة ككل من حيث الأهمية النسبية بعد (الالتزام) بمتوسط حسابي (0.27) بمستوى موافقة مرتفع، ويأتي في الترتيب الثاني بعد (التحكم) بمتوسط حسابي (2.38) بمستوى موافقة مرتفع، ويأتي في الترتيب الثالث بعد (التحدي) بمتوسط حسابي (2.25) بمستوى موافقة متوسط.

أما مستوى الصلابة النفسية حسب النوع فقد جاءت كالتالي، جاء في الترتيب الأول من حيث الأهمية النسبية بعد (الالتزام) بمتوسط حسابي (0.28) للذكور و (2.49) للإناث بمستوى موافقة مرتفع، ويأتي في الترتيب الثاني بعد (التحكم) بمتوسط حسابي (2.43) للذكور و (2.34) للإناث بمستوى موافقة مرتفع، ويأتي في الترتيب الثالث بعد (التحدي) بمتوسط حسابي (0.19) للذكور و (0.21) للإناث بمستوى موافقة متوسط.

وترى الباحثة أن مستوى الصلابة النفسية للإناث مقارب لمستوى الصلابة النفسية للذكور، لكن مستوى بعد (الالتزام) وبعد (التحكم) لدى الذكور أعلى من الإناث، أما مستوى بعد (التحدي) فمتساوٍ لدى الجنسين بمستوى متوسط. وهذا يعني وجود مستوى صلابة نفسية مرتفع لدى الزوجين في بعدي (الالتزام) و (التحكم) ومستوى متوسط في بعد (التحدي). مما يعني وجود قدر مرتفع من الالتزام تجاه الضغوط وقدرة على التحكم بالضغوط المختلفة، إلا أنهم بحاجة إلى رفع مستوى التحدي الذي يساعدهم على إدارة الأزمات وتغيير منظورهم تجاهها من منظور سلبي إلى منظور يفضي إلى النمو والتطور بشكل أكبر.

السؤال الثالث: هل هناك فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس

الصلابة النفسية حسب المتغيرات الديمغرافية (النوع، الفئات العمرية، عدد سنوات الزواج،

المستوى الاقتصادي، المستوى التعليمي)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدلالة الإحصائية،

كما هو موضح في الجدول التالي:

أ- بحسب النوع:

جدول 11. اختبارات للمجموعات المستقلة لدرجات افراد العينة على مقياس الصلابة النفسية

حسب النوع

الجنس	التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الإحصائية
الصلابة	ذكر	2.40	0.21	0.71	غير دالة
النفسية	أنثى	2.36	0.21		

قيمة ت غير دالة إحصائياً

بناءً لاختبارات للمجموعات المستقلة، فإن الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05، ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية بين الذكور والإناث. ونتائج هذا السؤال تتفق جزئياً مع دراسة السحمة (2013) حيث أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في بعدي (التحكم) و (التحدي) تعزى لاختلاف نوع العينة (الجنس) إلا أنها تختلف عنها في بعد (الالتزام) حيث وجدت دراسة السحمة وجود فروق دالة إحصائية في بعد (الالتزام) فقط عند مستوى (0.01)، وتختلف مع دراسة عواد وعمر (2016) حيث أظهرت وجود علاقة دالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس عند مستوى دلالة (0.05). وتفسر الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائية إلى وجود تقارب في مستوى الصلابة النفسية لدى الجنسين من أفراد عينة الدراسة، مما يعني امتلاك أفراد العينة من الذكور والإناث إلى مستوى مرتفع من الصلابة النفسية بغض النظر عن جنسهم، وهذا قد يكون ناتجا ومتطابقا مع واقع البحرينيين من الذكور والإناث في الاهتمام بحضور الدورات ومتابعة مواقع التواصل الاجتماعي التي تركز على التوعية النفسية.

ب- بحسب الفئات العمرية:

للإجابة عن هذا السؤال فيما يتعلق بمتغير الفئات العمرية تم استخدام اختبار التباين الأحادي، وتم استخراج النتائج كما يلي:

جدول 12. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية
لأفراد العينة بحسب الفئات العمرية

الفئات	الحسابي المتوسط	الانحراف المعياري	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	المتوسط المربع	قيمة ف	الدالة الإحصائية
أقل من 25	2.49	0.07	بين المجموعات	0.30	3	0.10	2.36	غير دالة
من 25 إلى 35	2.3	0.2	ضمن المجموعات	7.03	166	0.04		
من 36 إلى 40	2.42	0.2	المجموع	7.33	169			
أكثر من 40	2.38	0.21						

قيمة ف غير دالة إحصائياً

يتضح من الجدول السابق وبناءً لاختبار تحليل التباين الأحادي أن الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05، ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الفئات العمرية.

وهذا يتفق مع دراسة كل من السحمة (2013) و الطوخى والزكي (2017) حيث أنها أيضاً توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير الفئة العمرية.

وتفسر الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائية لمستوى الصلابة النفسية تعزى للفئات العمرية إلى تقارب أفراد العينة في مستوى الإدراك والوعي النفسي الذي أدى إلى وجود هذا التقارب لدى جميع أفراد العينة بغض النظر عن الفئة العمرية التي ينتمي إليها الفرد إلا أنه يمتلك درجة مرتفعة من الصلابة النفسية، وهذا ما يظهر من خلال امتلاك أفراد العينة لدرجة مرتفعة من الصلابة النفسية وبالأخص في بعدي الالتزام والتحكم. كما أن الصلابة النفسية تعتبر سمة ثابتة غير مرتبطة بسن معين بحسب المفرجي والشهري (2008).

ج- بحسب عدد سنوات الزواج:

للإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير عدد سنوات الزواج تم استخدام اختبار التباين الأحادي، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول 13. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية لأفراد العينة بحسب عدد سنوات الزواج

الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط	قيمة ف	الدالة الإحصائية
أقل من 5 سنوات	2.32	0.26	بين المجموعات	0.26	2	0.13	3.05*	0.05
من 5 إلى 10 سنوات	2.29	0.21	ضمن المجموعات	7.07	167	0.04		
أكثر من 10 سنوات	2.40	0.20	المجموع	7.33	169			

*قيمة ف دالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

نلاحظ من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية عند مستوى دلالة (0.05) تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج. وللتعرف على أي من عدد سنوات الزواج تعود الدلالة تم إجراء اختبار شففيه كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول 14 اختبار شيفيه لدلالة الفروق بين المتوسطات في المقارنات البعدية لعدد سنوات الزواج

عدد سنوات الزواج	الفارق بين المتوسطات
أقل من 5 سنوات	من 5 إلى 10 سنوات
	أكثر من 10 سنوات
من 5 إلى 10 سنوات	أقل من 5 سنوات
	أكثر من 10 سنوات
أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات
	من 5 إلى 10 سنوات

* دالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

ويتضح من نتائج اختبار شيفيه أنه يوجد فروق في مستوى الصلابة للدلالة بين عدد سنوات الزواج (أقل من 5 سنوات) و (من 5 إلى 10 سنوات) لصالح الفئة الثانية.

وتفسر الباحثة أن وجود الفروق في مستوى الصلابة النفسية والتي تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج، بأن الصلابة النفسية تزداد بمرور سنوات الزواج لأنه في السنوات الأولى للزواج يكون الزوجان غير متكيفين بعد مع الحياة الزوجية الجديدة ومطالبها وهذا ما يؤدي إلى ازدياد حالات الطلاق في هذه الفترة ولكن بعد مرور 5 سنوات فأكثر تزداد الصلابة النفسية، ويرجع ذلك إلى اكتساب أفراد العينة الخبرة لدى من تجاوز عدد سنوات زواجهم أكثر من 10 سنوات، حيث إنهم يصبحون أكثر امتلاكاً لمهارات الصلابة النفسية وازدياد مهارات الالتزام والتحكم والتحدي مما يجعلهم أكثر رضا وتفهماً للضغوط الحياتية، كما أنهم يصبحون أكثر قدرة على حل المشكلات والتكيف مع الأزمات غير القابلة للحل، والتعامل معها بشكل سليم، مما يعني أنه كلما زادت سنوات الزواج زاد مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة.

وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة زكريا وأبو سكيمة وشريف وعبدالعاطي (2020)، ودراسة حيث كانت لصالح مدة الزواج الأطول إلا أنها تختلف مع نتائج دراسة الطوخي والزكي (2017) حيث أنها أثبتت عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مدة الزواج وكل من (الالتزام، التحكم، والتحدي).

د- بحسب الفرق بين المستوى الاقتصادي

وللإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير المستوى الاقتصادي تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي ANOVA، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول 15. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية
لأفراد العينة بحسب المستوى الاقتصادي

الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدالة الإحصائية
أقل من 500 دينار	2.32	0.22	بين المجموعات	0.18	3	0.06	1.36	غير دالة
من 501 إلى 1000 دينار	2.37	0.21	ضمن المجموعات	7.15	166	0.04		
من 1001 إلى 1500	2.39	0.21	المجموع	7.33	169			
أكثر من 1500 دينار	2.43	0.19						

قيمة ف غير دالة إحصائياً

يتبين من الجدول السابق ان قيمة ف = 1.36 وهي غير دالة إحصائياً. وتتفق نتائج السؤال السابق مع دراسة الطوخى والزكي (2017)، حيث أثبتت عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الدخل الشهري وكل من (الالتزام، والتحكم، والتحدي).

ويمكن تفسير ذلك من خلال قدرة أفراد العينة على الالتزام والتحكم والتحدي رغم وجود مشكلات مادية، كما أنه قد يدل على قدرة أفراد العينة على إدارة أمور الحياة المالية والموازنة بين الأهم والمهم وبالتالي الاكتفاء بالدخل المتوفر دون تأثر مستوى الصلابة النفسية مما يرجع أيضاً إلى مستوى الوعي النفسي لديهم في بعض الجوانب.

هـ- بحسب الفرق بين المستوى التعليمي

للإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير المستوى التعليمي تم استخدام اختبار التباين الأحادي ، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول 16. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لمستوى الصلابة النفسية
لأفراد العينة بحسب المستوى التعليمي

الفئات	الحسابي المتوسط	المعياري الانحراف	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	المتوسط المربعات	قيمة ف	الدالة الإحصائية
إبتدائي	2.57	0.00	بين المجموعات	0.09	3	0.03	0.65	غير دالة
إعدادي	2.34	0.25	ضمن المجموعات	7.24	166	0.04		
ثانوي	2.35	0.21	المجموع	7.33	169			
جامعي فما فوق	2.39	0.21						

قيمة ف غير دالة إحصائياً

يتبين من الجدول السابق أنه بناءً لنتائج اختبار التباين الأحادي، فإن قيمة ف = 0.65 وهي غير دالة إحصائياً لأنها أكبر من 0.05، ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وهذا يتفق جزئياً مع دراسة الطوخى والزكي (2017) حيث أثبتت الدراسة عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين مستوى تعليم ربة الأسرة وكل من (التحكم، التحدي).

وقد يرجع عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير المستوى التعليمي إلى أن غالبية أفراد العينة من مستوى (جامعي فما فوق)، كما قد يدل على وعي أفراد العينة بالجانب النفسي واكتسابهم المعرفة النفسية من مصادر أخرى كالدورات التدريبية والكتب النفسية، وهذا ما يتسم به المجتمع البحريني الذي يهتم بحضور المحاضرات التوعوية المختلفة، بالإضافة إلى وجود توعية في المدارس ببعض الجوانب النفسية، ومقررات التربية الأسرية وعلم النفس التي تحتوي على التوعية النفسية، وانتشار التوعية النفسية في مواقع التواصل الاجتماعي.

السؤال الرابع: ما أهم أساليب إدارة الأزمات التي يتبعها أفراد العينة من المتزوجين لدى العينة ككل وحسب النوع؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لمعرفة أهم أساليب إدارة الأزمات التي يتبعها أفراد العينة من المتزوجين لدى العينة ككل وحسب النوع:

جدول 17. المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة على مقياس ادارة الازمات حسب الابعاد

الرقم	البعد	كل العينة				الذكور				الإناث			
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	الأهمية النسبية
1	الهروب من مواجهة الأزمة	3.10	0.45	1	77.5	3.06	0.44	1	76.5	3.13	0.46	1	78.25
2	اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	2.71	0.75	2	67.75	2.76	0.67	2	69	2.68	0.80	2	67
3	مساعدة الأهل والأصدقاء	2.48	0.70	3	62	2.48	0.66	3	62	2.48	0.73	3	62
4	اتباع أسلوب حل المشكلات	1.97	0.54	4	49.25	1.98	0.54	4	49.5	1.96	0.54	4	49
5	اللجوء إلى مساعدة المختصين	1.80	0.67	5	45	1.77	0.65	5	44.25	1.82	0.70	5	45.5
6	الشعور بالانتهيار والاستسلام	1.72	0.63	6	43	1.68	0.52	6	42	1.75	0.70	6	43.75
7	مقياس ادارة الازمات	2.30	0.33		57.5	2.29	0.25		57.25	2.30	0.37		57.5

*الأهمية النسبية تحسب حسب المعادلة التالية: متوسط البعد ÷ (4) × 100

تم التصنيف بناءً للقاعدة المطلوبة ولكن باحتساب وجود أربع فئات:
 بين 1 و 1.75 منخفض جداً
 بين 1.76 و 2.5 منخفض

بين 2.6 و 3.25 مرتفع

بين 3.26 و 4 مرتفع جداً

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتضمن (6) أبعاد، تراوحت المتوسطات الحسابية لهم بين (3.10 ، 1.72)، وهذا يدل أن هناك تفاوتاً في مستويات الأبعاد لدى أفراد العينة.

نلاحظ من الجدول السابق أهم الأساليب التي يتبعها أفراد العينة وفقاً للعينة ككل، ولكل من الجنسين من حيث الأهمية النسبية، فبحسب العينة ككل فإن أهم أسلوب يتبعه أفراد عينة الدراسة هو بعد (الهروب من مواجهة الأزمة) بمتوسط حسابي (3.10) وانحراف معياري (0.45)، يليه في الترتيب الثاني بعد (اللجوء إلى القيم الدينية والروحية) بمتوسط حسابي (2.71) وانحراف معياري (0.75) وفي الترتيب الثالث بعد (مساعدة الأهل والأصدقاء) بمتوسط حسابي (2.48) وانحراف معياري (0.70) وفي الترتيب الرابع (اتباع أسلوب حل المشكلات) بمتوسط حسابي (1.97) وانحراف معياري (0.54) وفي الترتيب الخامس (اللجوء إلى مساعدة المختصين) بمتوسط حسابي (1.80) وانحراف معياري (0.67)، وفي الترتيب السادس والأخير (الشعور بالانهيار والاستسلام) بمتوسط حسابي (1.72) وانحراف معياري (0.63).

كما نلاحظ أن الأهمية النسبية من حيث الترتيب هي نفسها لدى كل من الذكور والإناث، إلا أن هناك تفاوتاً في الأهمية النسبية لدى كل منهما.

وتحدد النتائج مستوى كل بعد لدى أفراد العينة، فنجد أن أفراد العينة يلجؤون إلى الهروب من مواجهة الأزمة بمستوى (مرتفع)، وهو أمر بحاجة إلى معالجة حيث أنه يؤثر في إدارة الأزمة بشكل صحيح، وفي الترتيب الثاني فإنهم يلجؤون إلى القيم الدينية والروحية بمستوى (مرتفع) أيضاً وهو ما يتناسب مع طبيعة البيئة البحرينية حيث أنها تتسم بالجانب الروحاني والإيماني بشكل كبير ويظهر ذلك من خلال اهتمامهم بالمناسبات الدينية المختلفة واهتمام الدولة بذلك أيضاً والتزامهم بالشرائع الدينية بشكل ملحوظ وظاهري. أما الترتيب الثالث وهو لجوؤهم لمساندة الأهل والأصدقاء فيأتي بمستوى (منخفض) وهو ما يدل على عدم تصريح أفراد العينة بأزماتهم لأهلهم وأصدقائهم، الأمر الذي يصعب عليهم تجاوز الأزمة حيث أن اللجوء لمساندة الأهل والأصدقاء يساعد من خلال تقديم الدعم والمساندة سواء المادية والمعنوية مما يخفف من صعوبة الأزمة ويساعد على تجاوزها وقد يرجع سبب ذلك في انتشار أفكار خاطئة في المجتمع البحريني حول العزلة والاكتفاء الذاتي وعدم اللجوء لطلب المساعدة كنوع من أنواع القوة الشخصية وهو أمر خاطئ، وفي الترتيب

الرابع يلجأ أفراد العينة إلى اتباع أسلوب حل المشكلات بمستوى (منخفض) وهذا يعني التخطي أثناء حدوث الأزمة بسبب عدم اتباع أسلوب حل المشكلات، وقد يرجع إلى عدم معرفة أفراد العينة بالطرق الصحيحة لذلك. أما في الترتيب الخامس فيأتي بعد اللجوء إلى مساعدة المختصين بمستوى (منخفض) مما يدل على عدم لجوء أفراد العينة للمختصين النفسيين والأسريين، قد يعود سبب ذلك إلى وصمة العار، أو إلى غياب الوعي بأهمية مساعدة المختص خلال الأزمة، وقد يرجع إلى لجوء أفراد المجتمع البحريني إلى غير المختصين كالمدرسين ومدربي الحياة تجنباً لوصمة العار وبسبب اتباعهم لأساليب مشجعة تجذب أفراد المجتمع وهذا ما لاحظته الباحثة من خلال رؤيتها للمجتمع البحريني ومعرفتها بلجوء العديد من أفراد المجتمع لهم ولكتب التنمية البشرية غير المتخصصة. وأخيراً بعد الشعور بالانهيار والاستسلام وهو (منخفض جداً)، وهذا أمر جيد لدى أفراد العينة، حيث يساعد عدم الشعور بالانهيار والاستسلام على تجاوز الأزمة وامتلاك مستوى مرتفع من الصلابة النفسية.

كما يظهر أن مستوى إدارة الأزمات منخفض لدى أفراد العينة، مما يعني حاجتهم إلى التوعية والإرشاد فيما يتعلق بإدارة الأزمة الأسرية والتخلص من جوانب الضعف وتنمية جوانب القوة لديهم بحسب أبعاد المقياس ومستواهم الذي أظهروه.

إن وعي أفراد العينة متفاوت ففي حين امتلاكهم لمهارات الصلابة النفسية بمستوى مرتفع إلا أنهم يفتقرون لأساليب إدارة الأزمة وهذا قد يرجع إلى أخذهم للمعلومات النفسية من مواقع التواصل الاجتماعي وكتب التنمية البشرية وهو ما تلاحظه الباحثة من خلال رؤيتها للمجتمع، إلا أنهم يشعرون بوصمة العار من اللجوء للمختص النفسي أو المرشد الأسري، فقد يحصلون على معلومات ساعدتهم على الحصول على مستوى مرتفع من الصلابة النفسية، لكنه بحاجة إلى إتمام وتصحيح للتمكن من إدارة الأزمة الأسرية بشكل صحيح، كما أن ارتفاع بعد اللجوء إلى القيم الدينية والروحية يساعد أيضاً في امتلاك قدرة على التحدي والتحكم والالتزام.

نتيجة السؤال الخامس: هل هناك فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده حسب المتغيرات الديمغرافية؟

أ- بحسب النوع:

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار ت للمجموعات المستقلة للمجموعات المستقلة لدرجات أفراد العينة، وكانت النتائج كالتالي:

جدول 18. اختبارات للمجموعات المستقلة لدرجات افراد العينة على مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده حسب النوع

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة الاحصائية
ذكر	2.76	0.67	0.47	غير دالة
أنثى	2.68	0.80		غير دالة
ذكر	1.98	0.54	0.81	غير دالة
أنثى	1.96	0.54		غير دالة
ذكر	2.48	0.66	0.99	غير دالة
أنثى	2.48	0.73		غير دالة
ذكر	3.06	0.44	0.36	غير دالة
أنثى	3.13	0.46		غير دالة
ذكر	1.68	0.52	0.47	غير دالة
أنثى	1.75	0.70		غير دالة
ذكر	1.77	0.65	0.64	غير دالة
أنثى	1.82	0.70		غير دالة
ذكر	2.29	0.25	0.78	غير دالة
أنثى	2.30	0.37		غير دالة

قيم ت غير دالة إحصائياً

يتبين من الجدول السابق وبناءً لاختبارات للمجموعات المستقلة، أن قيم ت غير دالة إحصائياً لأن دلالتها أكبر من 0.05، ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى أساليب إدارة الأزمات الأسرية وأي من أبعادها بين الذكور والإناث.

وهذا يختلف مع دراسة السيد وحسن (2023) حيث كشفت عن وجود فروق في بعض أبعاد الوعي بالذات واستراتيجيات مواجهة الأزمات وفقاً لاختلاف متغير (النوع)

وتفسر الباحثة هذا الأمر بعدم وجود فروق بالجنس في إدارة الأزمة حيث أن كلا الجنسين في المجتمع البحريني أصبحا على وعي متقارب وذلك بسبب دخول المرأة إلى ساحات العلم وسوق العمل ومنافسة الرجل أيضًا بطابع المساواة، مما أدى إلى حصول تقارب نفسي وفكري بينهما.

ب- بحسب الفئات العمرية:

للإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير الفئات العمرية تم استخدام اختبار التباين الأحادي، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول 19. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب الفئات العمرية

البعد	الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
اتباع أسلوب حل المشكلات	أقل من 25	3.44	0.20	بين المجموعات	2.21	3	0.74	1.33	غير دالة
	من 25 إلى 35	2.58	0.73	ضمن المجموعات	91.80	166	0.55		
	من 36 إلى 40	2.76	0.78	المجموع	94.01	169			
	أكثر من 40	2.71	0.74						

الهروب من مواجهة الأزمة	أقل من 25	1.61	0.42	بين المجموعات	0.45	3	0.15	0.51	غير دالة
	من 25 إلى 35	1.98	0.49	ضمن المجموعات	48.66	166	0.29		
	من 36 إلى 40	2.02	0.54	المجموع	49.11	169			
	أكثر من 40	1.97	0.56						
مساندة الأهل والأصدقاء	أقل من 25	3.67	0.29	بين المجموعات	4.41	3	1.47	3.11 *	0.03
	من 25 إلى 35	2.43	0.70	ضمن المجموعات	78.49	166	0.47		
	من 36 إلى 40	2.43	0.73	المجموع	82.90	169			
	أكثر من 40	2.49	0.67						

اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	أقل من 25	3.28	0.35	بين المجموعات	0.18	3	0.06	0.29	غير دالة
	من 25 إلى 35	3.05	0.49	ضمن المجموعات	34.49	166	0.21		
	من 36 إلى 40	3.12	0.42	المجموع	34.67	169			
	أكثر من 40	3.11	0.46						
اللجوء إلى مساعدة المختصين	أقل من 25	1.78	0.75	بين المجموعات	0.48	3	0.16	0.40	غير دالة
	من 25 إلى 35	1.63	0.64	ضمن المجموعات	66.58	166	0.40		
	من 36 إلى 40	1.80	0.66	المجموع	67.06	169			
	أكثر من 40	1.71	0.62						

الشعور بالانهيار والاستسلام	أقل من 25	1.72	0.48	بين المجموعات	0.80	3	0.27	0.58	غير دالة
	من 25 إلى 35	1.85	0.78	ضمن المجموعات	76.17	166	0.46		
	من 36 إلى 40	1.92	0.61	المجموع	76.97	169			
	أكثر من 40	1.75	0.67						
أساليب إدارة الأزمة الأسرية	أقل من 25	2.58	0.09	بين المجموعات	0.37	3	0.12	1.18	غير دالة
	من 25 إلى 35	2.25	0.31	ضمن المجموعات	17.51	166	0.11		
	من 36 إلى 40	2.34	0.31	المجموع	17.88	169			
	أكثر من 40	2.29	0.34						

*قيمة ف دالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

يتبين من الجدول السابق وبناءً لاختبار تحليل التباين الأحادي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده تعزى لمتغير الفئات العمرية ما عدا في أسلوب مساندة الأهل والأصدقاء.

وللتعرف على دلالة الفروق بين المتوسطات في المقارنات البعدية لأسلوب مساندة الأهل والأصدقاء على متغير الفئات العمرية تم إجراء اختبار شيفيه ، وجاءت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول 20. اختبار شيفيه لأسلوب مساندة الأهل والأصدقاء

الدلالة الإحصائية	الفروق بين المتوسطات	مساندة الأهل والأصدقاء	
0.03	1.24*	من 25 إلى 35	أقل من 25
0.03	1.24*	من 36 إلى 40	
0.04	1.18*	أكثر من 40	
0.03	-1.24*	أقل من 25	من 25 إلى 35
1.00	0.00	من 36 إلى 40	
0.98	-0.06	أكثر من 40	
0.03	-1.24*	أقل من 25	من 36 إلى 40
1.00	0.00	من 25 إلى 35	
0.98	-0.06	أكثر من 40	
0.04	-1.18*	أقل من 25	أكثر من 40
0.98	0.06	من 25 إلى 35	
0.98	0.06	من 36 إلى 40	

*دال إحصائية عن مستوى $\alpha \leq 0.05$

يتبين من الجدول السابق أن الفروق بين مستوى العمر أقل من 25 وبقية الفئات العمرية الأعلى دال إحصائية، ما يعني وجود فروق بين هذه الفئة وباقي الفئات، وبالنظر إلى الفارق بين المتوسطات الحسابية فإن مستوى مساندة الأهل والأصدقاء لهذه الفئة أعلى من غيرها من الفئات.

وتتفق النتائج جزئياً مع دراسة حماد ومحمد والمنسوب (ب.د.ت)، حيث أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية بين أبعاد مقياس إدارة الأزمة والعمر. إلا أنها تختلف معها بناءً لاختبار شيفيه بالنسبة لاختلاف الفئة العمرية الأصغر سناً عن بقية الفئات.

وتفسر الباحثة هذا بوعي أفراد العينة ممن هم أقل من 25 عاماً بشكل أكبر بأهمية مساندة الأهل والأصدقاء على عكس الفئات العمرية الأكبر التي قد تشعر بأنها تمتلك الحكمة والمعرفة الكافية لحل الأزمة لوحدها، وهذا التفاوت قد يؤدي إلى صعوبة حل الأزمة لدى زوجين من فئات عمرية متفاوتة جداً، حيث أن الفئة الأصغر سترغب بالحصول على دعم ومساندة الأهل والأصدقاء والفئة العمرية الأكبر قد ترفض هذا الأمر وتراه انتقاصاً لخبرتها الحياتية، الأمر الذي يتطلب وعياً من كلا الفئتين عند حدوث الأزمة الأسرية بوجود هذا التفاوت.

ج- بحسب سنوات الزواج:

للإجابة عن هذا السؤال فيما يتعلق عدد سنوات الزواج، والتأكد من دلالة الفروق بين المتوسطات تم استخدام اختبار التباين الأحادي، وكانت النتائج كما يلي:

جدول 21. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة

الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب عدد سنوات الزواج

البعد	الفئات	المتوسط	الانحراف	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	المتوسط	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
اتباع أسلوب حل المشكلات	أقل من 5 سنوات	2.40	0.77	بين المجموعات	3.49	2	1.74	3.22*	0.04
	من 5 إلى 10 سنوات	2.51	0.88	ضمن المجموعات	90.52	167	0.54		
	أكثر من 10 سنوات	2.79	0.71	المجموع	94.01	169			

الهروب من مواجهة الأزمة	أقل من 5 سنوات	2.14	0.58	بين المجموعات	0.53	2	0.26	0.91	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	2.00	0.49	ضمن المجموعات	48.58	167	0.29		
	أكثر من 10 سنوات	1.95	0.54	المجموع	49.11	169			
مساعدة الأهل والأصدقاء	أقل من 5 سنوات	2.48	0.84	بين المجموعات	1.08	2	0.54	1.10	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	2.28	0.78	ضمن المجموعات	81.82	167	0.49		
	أكثر من 10 سنوات	2.52	0.67	المجموع	82.90	169			
اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	أقل من 5 سنوات	3.08	0.36	بين المجموعات	0.47	2	0.23	1.14	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	2.97	0.57	ضمن المجموعات	34.20	167	0.20		
	أكثر من 10 سنوات	3.13	0.44	المجموع	34.67	169			

اللجوء إلى مساعدة المختصين	أقل من 5 سنوات	1.44	0.52	بين المجموعات	2.09	2	1.04	2.68	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	1.58	0.57	ضمن المجموعات	64.97	167	0.39		
	أكثر من 10 سنوات	1.78	0.64	المجموع	67.06	169			
الشعور بالانتهيار والاستسلام	أقل من 5 سنوات	2.02	0.79	بين المجموعات	1.66	2	0.83	1.84	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	1.95	0.94	ضمن المجموعات	75.31	167	0.45		
	أكثر من 10 سنوات	1.75	0.60	المجموع	76.97	169			
أساليب إدارة الأزمة الأسرية	أقل من 5 سنوات	2.28	0.24	بين المجموعات	0.27	2	0.13	1.27	غير دالة
	من 5 إلى 10 سنوات	2.20	0.36	ضمن المجموعات	17.62	167	0.11		
	أكثر من 10 سنوات	2.32	0.33	المجموع	17.88	169			

*قيمة ف دالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

يتبين من الجدول السابق وبناءً لاختبار تحليل التباين الأحادي، أن قيم F غير دالة إحصائياً، مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده ما عدا اتباع أسلوب حل المشكلات تعزى لمتغير عدد سنوات الزواج. حيث كانت الدلالة الإحصائية عند مستوى أقل من 0.05.

وللتعرف إلى أي من عدد سنوات الزواج تعزى الدلالة الإحصائية تم إجراء اختبار شيفيه، كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول 22. اختبار شيفيه لأسلوب حل المشكلات

الدلالة الإحصائية	الفارق بين المتوسطات	اتباع أسلوب حل المشكلات	
0.91	0.11	من 5 إلى 10 سنوات	أقل من 5 سنوات
0.37	-0.28	أكثر من 10 سنوات	
0.91	-0.11	أقل من 5 سنوات	من 5 إلى 10 سنوات
0.05	-0.38*	أكثر من 10 سنوات	
0.37	0.28	أقل من 5 سنوات	أكثر من 10 سنوات
0.05	0.38*	من 5 إلى 10 سنوات	

*دالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq 0.05$

يتبين من الجدول السابق أن الفروق بين المتوسطات حسب اختبار شيفيه دال إحصائياً بين الفئة العمرية من 5 إلى 10 سنوات، والفئة العمرية أكثر من 10 سنوات، وبتفحص المتوسطات الحسابية يتبين أن الدلالة لصالح الفئات الأكبر عمراً.

وهذا ما يتفق جزئياً مع نتائج دراسة كل من الطوخى والزكي (2017) حيث أثبتت وجود علاقة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية ومدة الزواج، حيث تتفق نتائج الباحثة في بعد اتباع حل المشكلات وتختلف في نتائج باقي الأبعاد حيث لا يوجد فروق دالة إحصائية بينها وبين مدة الزواج.

وتتفق أيضاً أبعاد المقياس ماعدا بعد (أساليب إدارة الأزمة الأسرية) مع دراسة نوفل والحبيشي وعيسى (2018) التي أثبتت عدم وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الأزمات وعدد سنوات الزواج.

وتفسر الباحثة ذلك بأن نتيجة السؤال نتيجة منطقية وواقعية حيث أنه كلما ازداد عدد سنوات الزواج فإن (بعد اتباع حل المشكلات) يزداد وهذا يرجع إلى ازدياد خبرة الزوجين في حل المشكلات واتباع الأساليب الصحيحة لذلك، على عكس حديثي الزواج الذين يفتقرون إلى الخبرة والتجربة، مما يعني ضرورة وأهمية إخضاع المقبلين على الزواج لبرنامج تعنى بتعلم أساليب حل المشكلات كعامل وقائي قبل الوقوع في الأزمة. أما باقي أبعاد المقياس فإنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مقياس إدارة الأزمات الأسرية وعدد سنوات الزواج، كونها لا تتأثر بقلة سنوات الزواج وزيادتها، فبعد الهروب من مواجهة الأزمة، مساندة الأهل والأصدقاء، اللجوء إلى القيم الدينية والروحية، الشعور بالانهيار والاستسلام، كلها لا تتأثر بعدد سنوات الزواج كونها من الجوانب التي تتأثر بالصحة النفسية للفرد بغض النظر عن عدد سنوات الزواج.

د- بحسب الفرق بين المستوى الاقتصادي

للإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير المستوى الاقتصادي، والتأكد من دلالة الفروق بين المتوسطات تم استخدام اختبار التباين الأحادي وجاءت النتائج كما يلي:

جدول 23. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ف لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب المستوى الاقتصادي

الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
اتباع أسلوب حل المشكلات	أقل من 500 دينار	2.72	0.85	بين المجموعات	3	0.19	0.34	غير دالة
	من 501 إلى 1000 دينار	2.66	0.80	ضمن المجموعات	166	0.56		
	من 1001 إلى 1500 دينار	2.70	0.70	المجموع	169			
	أكثر من 1500 دينار	2.82	0.56		3	0.60	2.09	
الهروب من مواجهة الأزمة	أقل من 500 دينار	2.16	0.48	بين المجموعات	166	0.29		غير دالة
	من 501 إلى 1000 دينار	1.97	0.53	ضمن المجموعات	169			
	من 1001 إلى 1500 دينار	1.87	0.59	المجموع	3	0.58	1.18	
	أكثر من 1500 دينار	1.88	0.55		166	0.49		
مساندة الأهل	أقل من 500 دينار	2.60	0.79	بين المجموعات	169			غير دالة
	من 501 إلى 1000 دينار	2.37	0.76	ضمن المجموعات	3	0.15	0.74	

الرجوع إلى القيم الدينية والروحية	الرجوع إلى القيم الدينية والروحية	من 1001 إلى 1500	2.50	0.56	المجموع	34.21	166	0.21		
		أكثر من 1500 دينار	2.59	0.57		34.67	169			
		أقل من 500 دينار	3.19	0.45	بين المجموعات	1.85	3	0.62	1.57	غير دالة
		من 501 إلى 1000 دينار	3.06	0.43	ضمن المجموعات	65.21	166	0.39		
		من 1001 إلى 1500	3.07	0.48	المجموع	67.06	169			
		أكثر من 1500 دينار	3.14	0.48		1.45	3	0.48	1.06	
المختصين إلى مساعدة اللجوء إلى الدين	المختصين إلى مساعدة اللجوء إلى الدين	أقل من 500 دينار	1.59	0.58	بين المجموعات	75.51	166	0.45		غير دالة
		من 501 إلى 1000 دينار	1.74	0.61	ضمن المجموعات	76.97	169			
		من 1001 إلى 1500	1.63	0.49	المجموع	0.52	3	0.17	1.64	
		أكثر من 1500 دينار	1.89	0.80		17.37	166	0.10		
		أقل من 500 دينار	1.94	0.71	بين المجموعات	17.88	169			غير دالة
		من 501 إلى 1000 دينار	1.74	0.65	ضمن المجموعات	0.57	3	0.19	0.34	
الشعور بالانتماء والاستسلام	الشعور بالانتماء والاستسلام	من 1001 إلى 1500	1.71	0.64	المجموع	93.44	166	0.56		
		أكثر من 1500 دينار	1.89	0.73		94.01	169			
		أقل من 500 دينار	2.37	0.29	بين المجموعات	1.79	3	0.60	2.09	غير دالة
		من 501 إلى 1000 دينار	2.26	0.38	ضمن المجموعات	47.32	166	0.29		
		من 1001 إلى 1500	2.25	0.22	المجموع	49.11	169			
		أكثر من 1500 دينار	2.37	0.29		1.73	3	0.58	1.18	
أساليب إدارة الأزمة	أساليب إدارة الأزمة	من 1001 إلى 1500	2.25	0.22	المجموع	49.11	169			
		أكثر من 1500 دينار	2.37	0.29		1.73	3	0.58	1.18	
		أقل من 500 دينار	2.37	0.29	بين المجموعات	1.79	3	0.60	2.09	غير دالة
		من 501 إلى 1000 دينار	2.26	0.38	ضمن المجموعات	47.32	166	0.29		
		من 1001 إلى 1500	2.25	0.22	المجموع	49.11	169			
		أكثر من 1500 دينار	2.37	0.29		1.73	3	0.58	1.18	

قيم ف غير دالة إحصائياً

يتبين من الجدول السابق وبناءً على نتائج اختبار التباين الأحادي، أن قيم ف غير دالة إحصائياً مما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده تعزى لمتغير المستوى الاقتصادي.

وتتفق نتائج هذا لسؤال مع دراسة كل من نوفل والحبشي وعيسى (2018)، ودراسة دراز (2014) في أنها أثبتت عدم وجود علاقة ارتباطية بين مجموع محاور استبيان إدارة الأزمات الأسرية والدخل الشهري للأسرة.

وتختلف مع دراسة كل من أبو سكيبة وشريف وعبدالعاطي وزكريا (2016)، والتي أظهرت جود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات للمرأة بعينة الدراسة بأبعادها (إدراك الأزمة، الاستعداد للأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم الأزمة) تبعا دخل الأسرة عند مستوى دلالة (0.001).

ويمكن تفسير نتائج دراسة الباحثة على أن أفراد العينة بمستوى دخل جيد، مقارنة باحتياجاتهم الأساسية حيث أن التمكن من تحقيق الحاجات الأساسية كاف ولا يؤثر على إدارة الأزمة الأسرية، خصوصا أن أغلب أفراد العينة ينتمون إلى أصحاب الدخل المتوسط مما يعني قدرتهم على توفير الحاجيات الأساسية وإدارة أموالهم. كما أن أفراد عينة الدراسة لديهم أزمات متفاوتة ومختلفة ترتبط وتتأثر بمستوى الصحة النفسية وليس بالضرورة أن تتأثر بمستوى الدخل.

هـ- بحسب الفرق بين المستوى التعليمي

للإجابة عن السؤال فيما يتعلق بمتغير المستوى التعليمي، والتأكد من دلالة الفروق بين المتوسطات، تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي، وجاءت النتائج كما هو واضح في الجدول التالي:

جدول 24. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعادها لأفراد العينة بحسب المستوى التعليمي

البعد	الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار التباين الأحادي	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
إتباع أسلوب حل المشكلات	إبتدائي	3.17	0.00	بين المجموعات	0.53	3	0.18	0.31	غير دالة
	إعدادي	2.96	1.02	ضمن المجموعات	93.48	166	0.56		
	ثانوي	2.67	0.90	المجموع	94.01	169			
	جامعي فما فوق	2.71	0.70						
مواجهة الأزمة الهروب من	إبتدائي	2.00	0.00	بين المجموعات	1.73	3	0.58	2.01	غير دالة
	إعدادي	2.54	0.95	ضمن المجموعات	47.38	166	0.29		
	ثانوي	2.05	0.58	المجموع	49.11	169			
	جامعي فما فوق	1.93	0.51						
مساندة الأهل والأصدقاء	إبتدائي	3.50	0.00	بين المجموعات	1.26	3	0.42	0.86	غير دالة
	إعدادي	2.42	1.22	ضمن المجموعات	81.64	166	0.49		
	ثانوي	2.41	0.74	المجموع	82.90	169			
	جامعي فما فوق	2.50	0.67						
اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	إبتدائي	3.83	0.00	بين المجموعات	0.54	3	0.18	0.87	غير دالة
	إعدادي	3.08	0.55	ضمن المجموعات	34.13	166	0.21		
	ثانوي	3.09	0.44	المجموع	34.67	169			
	جامعي فما فوق	3.10	0.45						

المختصين اللجوء إلى مساعدة	إبتدائي	1.50	0.00	بين المجموعات	0.32	3	0.11	0.27	غير دالة
	إعدادي	1.50	0.41	ضمن المجموعات	66.73	166	0.40		
	ثانوي	1.69	0.62	المجموع	67.06	169			
	جامعي فما فوق	1.74	0.64						
الشعور بالانهيار والاستسلام	إبتدائي	1.33	0.00	بين المجموعات	0.94	3	0.31	0.69	غير دالة
	إعدادي	1.96	1.08	ضمن المجموعات	76.02	166	0.46		
	ثانوي	1.92	0.63	المجموع	76.97	169			
	جامعي فما فوق	1.77	0.68						
الأزمة الأسرية أساليب إدارة	إبتدائي	2.56	0.00	بين المجموعات	0.13	3	0.04	0.39	غير دالة
	إعدادي	2.41	0.15	ضمن المجموعات	17.76	166	0.11		
	ثانوي	2.30	0.35	المجموع	17.88	169			
	جامعي فما فوق	2.29	0.32						

قيم ف غير دالة إحصائياً

نلاحظ من الجدول السابق أنه بناءً لاختبار التباين الأحادي، أن الدلالة الإحصائية أكبر من 0.05، ما يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى مقياس أساليب إدارة الأزمة الأسرية وأبعاده تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وتتفق نتائج السؤال مع دراسة كل من دراز (2014) والتي أثبتت عدم وجود تباين دال إحصائياً في إدارة الأزمات الأسرية الاجتماعية بكافة مراحلها تبعاً للدرجة العلمية. لكنها تختلف مع دراسة أبو سكيبة وشريف وعبدالعاطي وزكريا (2016) التي أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إدارة الأزمات للمرأة بعينة الدراسة بأبعادها (إدراك الأزمة، الاستعداد للأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم الأزمة، تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي للمرأة عند مستوى دلالة (0.001)، ودراسة الطوخي والزكي (2017) التي أظهرت وجود تباين دال إحصائياً بين ربّات الأسر في أساليب التعامل مع الأزمات الأسرية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة لصالح ذوات المستوى المرتفع. ودراسة نوفل والحبشي وعيسى (2018) التي أثبتت ذلك أيضاً لصالح ربّات الأسر الحاصلات على الدكتوراه عند مستوى دلالة (0.001).

تفسر الباحثة ذلك بأن الثقافة لدى أفراد المجتمع البحريني مرتفعة، حيث أنهم يلجؤون إلى التعلم من خلال الدورات التدريبية والكتب وبالتالي قد يحصلون على معلومات نفسية قد تكون صحيحة أو مغلوطة، الأمر الذي يعني عدم تأثير المستوى العلمي على أبعاد المقياس، كما أن المستوى العلمي المرتفع لا يعني بالضرورة كون أفراد عينة الدراسة قادرين على إدارة الأزمات

الأسرية، والمستوى التعليمي المنخفض لا يعني أيضا عدم وجود مهارات نفسية لدى الفرد، إذا فإن هذا يشير إلى ضرورة إدراج مقررات نفسية إجبارية لطلبة المدارس والجامعات حتى يتميز الفرد المتعلم بمستوى نفسي وسلوكي إيجابي ومرتفع على غير المتعلم.

السؤال السادس: هل هناك ارتباط دال بين أساليب إدارة الأزمات والصلابة النفسية لدى أفراد العينة من المتزوجين؟

للإجابة عن السؤال تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين ابعاد مقياس الصلابة النفسية والمجموع الكلي وبين ابعاد مقياس ادارة الازمات والمجموع الكلي للمقياس.

جدول 25. معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمجموع الكلي للمقياس

م	أبعاد الصلابة النفسية أساليب إدارة الأزمات	1. الالتزام	2. التحكم	3. التحدي	الصلابة النفسية
1	اتباع أسلوب حل المشكلات	.344**	.130	.221**	.285**
2	الهروب من مواجهة الأزمة	-.340**	-.260**	-.182*	-.313**
3	مساعدة الأهل والأصدقاء	.343**	.093	.138	.239**
4	اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	.275**	.097	.146	.201**
5	اللجوء إلى مساعدة المختصين	.186*	.045	.193*	.186*
6	الشعور بالانهايار والاستسلام	-.340**	-.230**	-.217**	-.319**

** دالة عند مستوى 0.01

* دالة عند مستوى 0.05

نلاحظ من الجدول السابق أنه:

1. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد اتباع أسلوب حل المشكلات وبين بعد الالتزام وبعد التحدي والمقياس ككل عند مستوى دلالة (0.01).
2. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد (الهروب من مواجهة الأزمة) وبعد (الالتزام) و(التحدي) عند مستوى دلالة (0.01) وبعد التحدي عند مستوى دلالة (0.05) والمجموع الكلي للمقياس عند مستوى دلالة (0.01).

3. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد (مساندة الأهل والأصدقاء) وبعد (الالتزام) والمجموع الكلي للمقياس عند مستوى دلالة (0.01).
4. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد (اللجوء إلى القيم الدينية والروحية) وبعد (الالتزام) والمجموع الكلي للمقياس عند مستوى دلالة (0.01).
5. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد (اللجوء إلى مساعدة المختصين) وبعد (الالتزام) وبعد (التحدي) والمجموع الكلي للمقياس عند مستوى دلالة (0.05).
6. توجد علاقة دالة إحصائية بين بعد (الشعور بالانهيار والاستسلام) وجميع أبعاد مقياس الصلابة النفسية والمجموع الكلي للمقياس عند مستوى دلالة (0.01).

ومن الجدول السابق تبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد إدارة الأزمات الأسرية وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة من المتزوجين في مملكة البحرين حيث جاء معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس إدارة الأزمات الأسرية والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية عند مستوى دلالة (0.05) و(0.01).

وتفسر الباحثة وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الأزمات الأسرية والصلابة النفسية كون أبعاد إدارة الأزمات الأسرية تؤثر على أبعاد الصلابة النفسية لدى الزوجين، حيث أن أبعاد إدارة الأزمة الأسرية وتوافرها لدى الزوجين تعزز من مستوى الصلابة النفسية وتساعد على مواجهة الضغوط وتغيير النظرة تجاه الأزمة التي تواجه الزوجين داخل الأسرة.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة أبو سكينه وشريف وعبدالعاطي (2020)، حيث أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) وإدارة الأزمات الأسرية بمراحلها، مما يؤكد على أن للصلابة النفسية تأثير إيجابي على إدارة الأزمة الأسرية. ودراسة جريف وفاندير وولت (2010) Greeff and Vander Walt التي بينت نتائجها وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الصلابة النفسية للأسرة والقدرة على التكيف مع الازمة، ودراسة سيدا وويز ولانسكي (2011) Seyda, Weiss and Lunsky التي بينت أن هناك ارتباطاً سلبياً دال إحصائياً بين مستوى الضغوط النفسية لدى الأسرة ومستوى الصلابة النفسية لديها، أي أن مستوى الضغوط النفسية يزداد كلما قل مستوى الصلابة النفسية. ودراسة أبو سكينه وشريف وعبدالعاطي وزكريا (2016) حيث توجد علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة 0.05 بين الصلابة النفسية للمرأة بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) وإدارة الأزمات الأسرية بمراحلها (إدراك الأزمة، الاستعداد للأزمة، مواجهة الأزمة، تقييم الأزمة)، ودراسة دانست (2021) Dunst حيث بينت الدراسة أن الصلابة النفسية للأسرة كان لها علاقة سلبية بالضغوط الأسرية.

السؤال السابع: أي من أساليب إدارة الأزمات أكثر قدرة على التنبؤ بالصلاية النفسية لدى أفراد العينة؟

للإجابة عن السؤال تم تطبيق تحليل الانحدار الخطي، وجاءت النتائج كما يلي:

جدول 26. تحليل الانحدار الخطي لأساليب إدارة الأزمات النفسية كمتغيرات مستقلة على مقياس الصلاية النفسية كمتغير تابع

المتغيرات المستقلة	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	معامل التحديد R^2
أساليب إدارة الأزمة الأسرية	الانحدار	1.37	6	0.23	6.26	0.19
	البواقي	5.96	163	0.04		

تشير المعطيات الإحصائية في جدول تحليل الانحدار الخطي إلى أن معامل التحديد R^2 قد بلغ 0.19، أي أن أساليب إدارة الأزمات قادرة على التنبؤ بالصلاية النفسية بنسبة 19%.

وبناءً على النتائج السابقة تم حساب قيم ثوابت معادلة الانحدار، وقد جاءت النتائج كما يلي:

جدول 27. قيم ثوابت معادلة الانحدار

المتغيرات المستقلة	قيمة الثابت	الخطأ المعياري	قيمة بيتا	قيمة (ت)	مستوى الدلالة (ت)
ثابت الانحدار	2.26	0.13		17.76	0.00
اتباع أسلوب حل المشكلات	0.03	0.03	0.12	1.02	غير دالة
الهروب من مواجهة الأزمة	-0.05	0.04	-0.12	-1.20	غير دالة
مساندة الأهل والأصدقاء	0.00	0.03	-0.01	-0.09	غير دالة
اللجوء إلى القيم الدينية والروحية	0.05	0.04	0.12	1.41	غير دالة
اللجوء إلى مساعدة المختصين	0.03	0.03	0.10	1.20	غير دالة
الشعور بالانهيار والاستسلام	-0.06	0.03	-0.19	-1.95*	0.05

* دالة عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق أنه يوجد تأثير موجب دال عند مستوى (0.05) لمتغير (الشعور بالانهيار والاستسلام) ليكون هو الأسلوب الوحيد القادر على التنبؤ بالصلابة النفسية أي كلما قل الشعور بالانهيار والاستسلام زادت الصلابة النفسية.

وتفسر الباحثة هذا بأن الشعور بالانهيار والاستسلام منخفض جدا من حيث الأهمية النسبية، وهذا يتطابق مع ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة حيث أن عدم شعورهم بالانهيار والاستسلام يعني شعورهم بالتحكم والتحكم والالتزام تجاه الأزمة، وهذا أثبتته النتائج حيث يوجد فروق دالة إحصائية بين بعد الشعور بالانهيار والاستسلام ومستوى الصلابة النفسية، فكلما انخفض الشعور بالانهيار والاستسلام ازداد مستوى الصلابة النفسية. وهذا المتغير هام في زيادة الصلابة النفسية حيث أن الشعور بالانهيار والاستسلام يؤدي للإحباط والتعب النفسي وقد يؤدي للتعب الجسدي، ويمنع من القدرة على إدارة الأزمة ويخفض من مستوى الصلابة النفسية، وانخفاض هذا البعد لدى أفراد العينة يأتي مع ارتفاع بعد (اللجوء إلى القيم الدينية والروحية) وترى الباحثة أنهما بعدان مرتبطان ببعضهما البعض حيث أن ارتفاع مستوى (اللجوء إلى القيم الدينية والروحية) قد يكون عاملا مساعدا لأفراد العينة ومساهما في خفض مستوى (بعد الشعور بالانهيار والاستسلام).

التوصيات:

من خلال نتائج استبانة الصلابة النفسية واستبانة إدارة الأزمات الأسرية تم وضع التوصيات التالية:

1. ضرورة المشاركة في الدورات والبرامج التدريبية التخصصية لتعلم المهارات اللازمة لإدارة الأزمات الأسرية.
2. ضرورة المشاركة في الدورات والبرامج التدريبية التخصصية لرفع مستوى الصلابة النفسية.
3. اشتراط مؤسسات الزواج على المقبلين على الزواج على حضور برامج تدريبية مكثفة قبل عقد الزواج.
4. إدراج مناهج ضمن مناهج وزارة التربية والتعليم تعنى بتدريب الطلبة على إدارة الأزمات الأسرية ورفع مستوى الصلابة النفسية لديهم.

الدراسات المقترحة:

1. إجراء دراسة تجريبية لتدريب المتزوجين على مهارات الصلابة النفسية.
2. إجراء دراسة للتعرف على العوامل المرتبطة بالآزمات الأسرية لدى المتزوجين.
3. إجراء دراسة للكشف عن العوامل التي تؤدي إلى زيادة الصلابة النفسية خلال الآزمات لدى المتزوجين.
4. إجراء دراسة تجريبية لتدريب المقبلين على الزواج على أساليب إدارة الآزمات الأسرية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية.

ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية.

مراجع الدراسة

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد، صفاء (ب.د.ت). التدخل المهني من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية لتنمية قدرة المتزوجين حديثاً على إدارة الأزمات الأسرية. مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية (27).
- أسعد، أميرة، و أبو أسعد، أحمد، (2021). فاعلية برنامج إرشادي مستند إلى العلاج الأسري لساتير في تنمية أنماط التواصل لدى الأمهات المراجعات لوحدة حماية الأسرة. مجلة التربية، 190(1).
- إسماعيل، هبة، والرشيدي، نشمية، (2020). علاقة الصلابة النفسية بمستوى الرضا الوظيفي لدى معلمات التربية الخاصة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، 107، 30مجلد.
- أبو أسعد، أحمد والخاتنة، سامي. (2014). سيكولوجية المشكلات الأسرية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- أبو سكيانة، نادية وخضر، منال. (2011). العلاقات والمشكلات الأسرية. عمان: دار الفكر.
- البلاح، خالد (2018). مقياس الوصمة الاجتماعية المدركة لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم. كلية التربية، جامعة الملك فيصل.
- البهنساوي، أحمد والجديبي، مصطفى ومحمد، آية (2019). مدى فعالية العلاج بالقبول والالتزام في تحسين المرونة النفسية لدى ذوي الشعور بالوحدة النفسية من المعاقين بصرياً. كلية الآداب، جامعة أسيوط (6)

الجندي، نبيل ومخامرة، فلسطين وإسعيد، شهد (2022). التشوهات المعرفية وعلاقتها بالسلوك

العُدواني لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدينة الخليل. (رسالة ماجستير

منشورة). جامعة الخليل. فلسطين. (195)

جاسم، غفران (2021) مملكة البحرين، صحيفة الوطن. <https://alwatannews.net>

حسن، محمود. (ب.د.ت). الأسرة ومشكلاتها. بيروت: دار النهضة العربية.

حماد، وجيدة ومحمد، نيبال والمنسوب، منى (ب.د.ت)، وعي الزوجين بأداب الحوار وعلاقته

بإدارة الأزمات الأسرية، مجلة التربية النوعية والتكنولوجيا، بحوث علمية وتطبيقية،

جامعة كفر الشيخ. (64)

خضر، عبد الباسط (2008). الإرشاد الأسري في عصر القلق والتفكك، الخلفية النظرية-

والدراسات الميدانية. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

دراز، السيد (2014). ممارسة مستويات الحوار الزوجي وعلاقتها بإدارة الأزمات الأسرية

الاجتماعية لدى عضوات هيئة التدريس بجامعة المنصورة. مجلة بحوث التربية

النوعية، جامعة المنصورة (35).

الدش، محمد، (2020). إدارة الأزمات الأسرية في ضوء الإسلام. جامعة القصيم، السعودية.

زكريا وأبو سكيانة وعبدالعاطي، (2020)، الصلابة النفسية للمرأة المصرية وعلاقتها بإدارة

الأزمات الأسرية، المجلة العلمية المحكمة لدراسات وبحوث التربية النوعية، 12.

السحمة، حمود، (2013)، الصلابة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي وبعض المتغيرات

الديمغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة في مدينة الرياض،

(رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة البحرين، مملكة البحرين.

السيد، إبراهيم (2013). التفكك الأسري، الأسباب والمشكلات وطرق علاجها، الإسكندرية: دار الكتب المصرية.

شلبى، نعيم (2011). الضغوط الحياتية المعاصرة والتعامل مع المشكلات الفردية والأسرية من منظور إداري واجتماعي، جمهورية مصر العربية: المكتبة العصرية للنشر والتوزيع.

الطوخي، نورا والزكي، شيماء (2017). الصلابة النفسية لربة الأسرة وعلاقتها بأساليب التعامل

مع الأزمات الأسرية. مجلة الاقتصاد المنزلي، 27(1). العدد (1)

عبد المنعم، رانيا (2022). إدراك ربات الأسر للمرونة المعرفية وعلاقته بقدراتهن على إدارة

الأزمات الأسرية في ظل التعايش مع كوفيد 19. مجلة بحوث التربية النوعية،

جامعة المنصورة (68).

العبدلي، خالد بن محمد، ومخير، هشام بن محمد، (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها

بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين

دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، بحث مقدم لقسم علم النفس في كلية التربية

بجامعة أم القرى.

عفيفي، عبدالخالق (2011). بناء الأسرة والمشكلات الأسرية المعاصرة، المكتب الجامعي

الحديث.

العمران، جهان (2014). تمكين الاسرة الخليجية وزيادة منعتها الذاتية في ادارة الازمات. ورقة

قدمت في ندوة التماسك الاسري الثالثة تحت شعار " حماية الاسرة في التجارب

الدولية" قام بتنظيمها المكتب التنفيذي لدول مجلس التعاون الخليجية بالتعاون مع

وزارة التنمية الاجتماعية بسلطنة عمان خلال الفترة من ١٩ الى ٢١ اغسطس

2014 في مدينة صلالة بمحافظة ظفار في سلطنة عمان.

غزال، عبدالفتاح (2013). موسوعة التربية الأسرية، الأسرة والتنشئة الاجتماعية، الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة.

الفقي، آمال وأبو الفتوح، محمد (2020). المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19، بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر، جمهورية مصر العربية، المجلة التربوية (74)

قطامي، يوسف (2013). النظرية المعرفية في التعلم. عمّان: دار المسيرة للنشر والتوزيع. كفاقي، علاء الدين (2009). علم النفس الأسري. عمّان: دار الفكر.

مؤمن، داليا (2004). الأسرة والعلاج الأسري، القاهرة: دار السحاب للنشر والتوزيع. محمد، أسامة (2013). التماسك الأسري ومهارات حل المشكلات الاجتماعية لدى الأبناء. دار الكتب والوثائق القومية.

مخيمر، عماد (2011). دليل استبيان الصلابة النفسية. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية. المفتاح، هند والمضري، موسى عالية وعلي، حامد التجاني (2017). إدارة الأزمات بين النظرية والتطبيق. عمّان: دار يافا العلمية للنشر والتوزيع.

منصور، رشا (2016). إدارة الأزمات وعلاقتها بتوازن الأدوار داخل الأسرة. مجلة بحوث التربية النوعية، جامعة المنصورة، (43).

موقع التقرير الاقتصادي الفصلي لمملكة البحرين (2022). <https://www.mofne.gov.bh>

الموقع الرسمي لوزارة الصحة (2022). <https://www.moh.gov.bh>

موقع المركز الإحصائي لدول مجلس التعاون الخليجي للدول العربية (2021).

<https://gccstat.org/ar/statistic/publications/tag/annual>

موقع منظمة الصحة العالمية (2023). <https://www.who.int/ar>

موقع وزارة المالية والاقتصاد الوطني.(2022).<https://www.mofne.gov.bh>

نوفل، ربيع والحبشي، مایسة وعیسی، علیاء (2018). إدارة الأزمات الأسرية وعلاقتها بالأمن

النفسي لدى عينة من ربات الأسر. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (101).

یوسفی، حدة (2013). الصلابة النفسية ودورها الوقائي من الضغوط النفسية. مجلة العلوم

الاجتماعية والإنسانية (28).

ثانيًا: المراجع الأجنبية:

- Benzie, K., M., Trut, B., Worthington, C., Reddon, J., Keown, L-A., & Moor, M. (2010). Assessing psychological well-being in mothers of children with disability: Evaluation of the Parenting Morale Index and Family Impact of Childhood Disability Scale. ***Journal of Pediatric Psychology* 36**(5), 506-516.
- Dunst, C. (2011). Family hardiness and parent and family functioning in households with children experiencing adverse life conditions: A meta-analysis. ***International Journal of Psychological Research*, 14** (2),90-115.
- Greeff, A. P. ,& Van der Walt, K-J. (2010). Resilience in families with an autistic child. ***Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 45**(3),347-355.
- Lin, M., Lo, L-Y., Lui, P-Y., and Wong, Y-K. (2016). The relationship between family resilience and family crisis: An empirical study of Chinese families using Family Adjustment and Adaptations Response Model with the Family Strength Index. ***Journal of Family Psychotherapy*, 27**(3), 200-214.
- S C Kobasa, S R Maddi, M C Puccetti, M A Zola, (2016) Effectiveness of hardiness, exercise and social support as resources against illness.
- Seyda, M., Weiss, J., & Lunsy, Y. (2011). Brief report: Experiences of families of individuals with intellectual disability and Psychiatric disorder. ***Journal on Developmental Disabilities*, 17**(2), 64-68.

Wein, D. , Goh, E. , & Hsu, C. (2022).Hope in low-income families: A study of family hardiness in Singapore. ***Family Relations***, 71(April), 510-525.

Weiss, J. A. , Robinson, S., Fung, S., Tint, A., Chalmers, P. & Lunskey, Y. (2013). Family hardiness, social support, and self- efficacy in mothers of individuals with Autism Spectrum Disorders. ***Research in Autism Spectrum Disorders***, 7, 1310-1317.

الملاحق:

ملحق (1): قائمة أسماء وتخصصات السادة المحكمين.

ملحق (2): مقياسي إدارة الأزمات الأسرية ومقياس الصلابة النفسية.

ملحق (1)

قائمة أسماء وتخصصات السادة المحكمين مقياس إدارة الأزمات الأسرية

الرقم	اسم الأستاذ	التخصص	الجامعة التي ينتمي إليها
1	د. توفيق عبدالمنعم	أستاذ مشارك قسم علم النفس	جامعة البحرين
2	د. أحمد سعد	أستاذ مشارك قسم علم النفس	جامعة البحرين
3	د. محمد المطوع	أستاذ مشارك قسم علم النفس	جامعة البحرين
4	د. فاضل العسبول	أستاذ قسم علم النفس	الجامعة الخليجية
5	د. مروة كزبر	أستاذ قسم علم النفس	مركز ود للإرشاد الأسري في مملكة البحرين

ملحق (2)

مقياس إدارة الأزمات الأسرية

جامعة البحرين

عمادة الدراسات العليا

الماجستير في الإرشاد الأسري

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على اساليب التي يستخدمها المتزوجون في إدارة الأزمات الأسرية. لذا نرجو منكم التفضل بنشر هذا الاستبيان والإجابة عنه بدقة وموضوعية؛ علماً بأن البيانات سرية ولا يتم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي.
فريق البحث

أسئلة استبيان إدارة الأزمات الأسرية

أولاً. بيانات ديموغرافية

1. الجنس

أ. ذكر ب. أنثى

2. العمر

أ. أقل من 25 ب. من 25 إلى 35 ج. من 36 إلى 40 د. أكثر من 40

3. الحالة المدنية

أ. متزوج ب. مطلق ج. أرمل

4. عدد الأبناء: أ. يوجد ب. لا يوجد

أ. 2 فما دون ب. 3 إلى 4 ج. أكثر من 4

5. عدد سنوات الزواج

أ. أقل من 5 سنوات ب. من 5 إلى 10 سنوات ج. أكثر من 10 سنوات

6. فرق العمر بين الزوجين

أ. نفس العمر تقريباً ب. من 2 الى 5 سنوات ج. 6 إلى 10 سنوات د. أكثر من 10 سنوات

7. المستوى الاقتصادي للأسرة (الدخل):

أ. أقل من 500 دينار ب. 501 إلى 1000 دينار ج. 1001 إلى 1500 د. أكثر من 1500 دينار.

8. المستوى التعليمي:

أ. ابتدائي ب. إعدادي ج. ثانوي د. جامعي فما فوق

ثانياً. نوع الأزمة الأسرية

فيما يلي مجموعة من الأزمات، ضع إشارة √ في عمود الإجابة أمام الأزمة التي حدثت لك في الفترة السابقة ولازلت تعاني منها أو بسببها.

نوع الأزمة	الإجابة
1. وفاة أحد أفراد الأسرة المقربين.	
2. الإصابة بالمرض الجسدي المزمن.	
3. التعرض لآثار أزمة كورونا.	
4. الإصابة بالاضطراب النفسي أو العقلي.	
5. البطالة.	
6. أزمة مالية /الفقر.	
7. الحروب / الأحداث العالمية.	
8. أخرى: حدد.	

ثالثاً. أساليب إدارة الأزمة الأسرية

إلى يمين الجدول عدد من العبارات تعبر عن الأسلوب الذي تقوم به الأسر في حل الأزمة التي تعاني منها. وإلى يساره عدد من الاستجابات (تتطبق غالباً، تتطبق أحياناً، تتطبق نادراً).
والمطلوب منك أن تضع إشارة √ أمام الاستجابة المناسبة التي تتطبق على الأسلوب المتبع في أسرتك في حل أزمته.

م	العبارة	تتطبق دائماً	تتطبق غالباً	تتطبق أحياناً	تتطبق نادراً
أولاً. اتباع أسلوب حل المشكلات.					
1	تبادر أسرتي بحل الأزمة عند حدوثها تجنباً لتأثيرها السيء على أفراد الأسرة.				
2	نبحث في أسرتي عن عدة حلول بديلة لتجاوز الأزمة.				
3	نقوم أسرتي بتقييم الحلول البديلة لحل الأزمة واختيار الأنسب منها.				
4	تدرك أسرتي أن الأزمة الأسرية تعتبر فرصة للنمو والارتقاء.				
5	يناقش أفراد أسرتي نتائج الحل الذي نطبقه على الأزمة.				
6	تلتزم أسرتي بتطبيق الحل المناسب للأزمة.				
ثانياً. الهروب من مواجهة الأزمة.					
1	تتجاهل أسرتي الأزمة عند ظهورها.				
2	تتكرر أسرتي وجود الأزمة حتى نشعر بالراحة.				
3	يتبادل أفراد أسرتي اللوم في التسبب بالأزمة.				
4	عند حدوث الأزمة يهرب أفراد أسرتي عن طريق الانشغال بموضوعات أخرى بدلاً من مواجهتها.				

				5	تترك أسرتي حل الأزمة لأن مرور الوقت كفيل بحلها.
				6	تتجنب أسرتي التحدث عن الأزمة حتى لا نشعر بالألم النفسي.
				ثالثا. مساندة الأهل والأصدقاء	
				1	نوزع الأدوار على أفراد أسرتي بما يتناسب مع قدراتهم لإدارة الأزمة.
				2	نخصص وقتا للحوار مع أفراد أسرتي بشكل منتظم لحل الأزمة.
				3	يبادر أصدقاؤنا إلى تقديم الدعم المادي والعاطفي عند حدوث الأزمة.
				4	نساند بعضنا بعضا كأ أسرة لتوفير الدعم العاطفي.
				5	نلجأ إلى الحصول على مساعدة الأصدقاء المخلصين لحل الأزمة.
				6	نلجأ إلى الشخص الحكيم في العائلة طلباً للمساعدة.
				رابعا. اللجوء إلى القيم الدينية والروحية.	
				1	تعتقد أسرتي أن الابتهاال إلى الله هو الطريق الوحيد لحل الأزمة.
				2	عندما نواجه الأزمة نلتزم بأداء الواجبات الدينية كالصلاة وتلاوة القرآن.
				3	لدى أسرتي القدرة على الرضا بقضاء الله عند حدوث الأزمة الأسرية.
				4	نشعر في أسرتي أن تعرضنا للأزمة هو عقاب من الله.
				5	نشعر بأن إيماننا بالله سوف يقوي من عزيمتنا من أجل حل الأزمة .
				6	عند حدوث الأزمة فإن أول ماتلجأ له أسرتي هو مشورة رجال الدين.
				خامسا. اللجوء إلى مساعدة المختصين.	

				1	نلجأ للمرشد النفسي-الأسري لاكتساب المهارات الأسرية والاستفادة منها في حل الأزمة الأسرية.
				2	نستفيد من جلسات الإرشاد الأسري للتعامل مع الأزمة.
				3	نلجأ إلى مركز إرشاد أسري قريب من السكن لإيجاد حل للأزمة.
				4	نطلع على الكتب المتخصصة للاستفادة منها في حل الأزمة.
				5	نستفيد من دورات التوعية الأسرية للتعامل مع المشكلات الأسرية قبل تحولها إلى أزمات.
				6	ترى أسرتي أن بناء الثقة مع المرشد الأسري-النفسي خطوة هامة نحو الخروج من الأزمة.
				سادسا. الشعور بالانهيار والاستسلام.	
				1	يزداد الصراع بين أفراد أسرتي عند حدوث الأزمة الأسرية.
				2	تشل قدرتنا على التفكير عند حدوث أزمة في أسرتي.
				3	يؤدي حدوث الأزمة في أسرتي إلى الانهيار والاستسلام.
				4	عند حدوث الأزمة تصاب أسرتي بالصدمة وتبقى عالقة في الشعور بالصدمة.
				5	عند حدوث الأزمة تشعر أسرتي باليأس وفقدان الأمل.
				6	ينتاب أفراد أسرتي الإحباط عند حدوث الأزمة.

ملحق (3)

مقياس الصلابة النفسية

مخيم

تعليمات:

امامك عدد من العبارات التي تمثل رؤيتك في مواجهة عدد من المواقف ، والمطلوب منك:

ان تقرا كل عبارة بعناية ثم تضع علامة () في احدى الخانات الثلاث

المقابلة للعبارة:

- فإذا كانت العبارة تنطبق عليك دائماً فضع علامة () تحت خانة تنطبق دائماً.
 - وإذا كانت العبارة تنطبق عليك أحياناً فضع علامة () في خانة تنطبق أحياناً
 - وإذا لم تنطبق العبارة عليك فضع علامة () امام لا تنطبق ابداً.
- ونأمل إلا تترك عبارة واحدة دون ان تجيب عليها مع ملاحظة انه لا توجد عبارة صحيحة واخرى خاطئة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة.

ولك الشكر

م	العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق ابداً
أولاً:	الالتزام			
1	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي			
2	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم.			
3	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها.			
4	أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش من أجله			
5	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها.			
6	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها.			
7	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه.			

8	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة.		
9	أعتقد أن البعد عن الناس غنية.		
10	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر.		
11	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي.		
12	أهتم كثيرا بما يجري من حولي من قضايا وأحداث		
13	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها		
14	أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري حولي من أحداث		
15	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للصدفة والحظ والظروف الخارجية.		
16	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث		
	ثانيا: التحكم:		
1	أأخذ قراراتي بنفسي ولا تملى علي من مصدر خارجي		
2	عندما أضع خطتي المستقبلية غالبا ما أكون متأكدا من قدرتي على تنفيذها		
3	نجاحي في أموري (عمل-دراسة... إلخ) يعتمد على توفيق ربي ثم مجهودي وليس الحظ أو الصدفة		
4	الحياة فرص وليست عمل وكفاح		
5	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه		
6	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالبا هو نتيجة تخطيبي		
7	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الحظ		
8	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورا هاما في حياتي		
9	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي		
10	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط		
11	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي		
12	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها		
13	أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية		

14	أتخوف من تغييرات الحياة فكل تغير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي		
15	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح		
	ثالثاً: التحدي		
1	أعتقد أن متعة الحياة وإثارتها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها		
2	أواجه المشكلات لحالها ولا أنتظر حدوثها		
3	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه		
4	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها		
5	لدي قدرة على المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة		
6	المشكلات تستنفر قواي وقدرتي على التحدي		
7	أشعر بالخوف والتهديد قد لما يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث		
8	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى		
9	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة		
10	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي		
11	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها		
12	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي		
13	أشعر بالمسئولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم		
14	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن		
15	أغير قيمي ومبادئني إذا دعت الظروف لذلك		

Abstract

The study aimed to investigate the relationship between psychological hardiness and management styles of family crises among a sample of married individuals and it also aimed to study the significant differences in those two variables according to some demographic variables. The study was implemented on a sample consisting of 170 of married individuals. Two tools were used in the study: The Family Crises Management Styles Scale that was developed by the researcher and the Psychological Hardiness Scale that was developed by Mukhaimer (2011). The sociometric properties of the two scales were verified. The results of the study found that the most important crises that the study sample faced were: Loss of a close family member, getting a terminal illness, and financial difficulties. The results also showed that the level of psychological hardiness was high among the study sample and that there was a significant difference in psychological hardiness according to the number of years of marriage. Regarding the family crises management styles, the results showed that there were no significant differences according to age except for the style of family and friends support and that there was no significant differences according to age except for the years of marriage. Finally, the results showed significant correlations between the psychological hardiness and family crises management styles dimensions and that not giving up was the only style that was able to predict the psychological hardiness among the study sample.

Keywords: Psychological hardiness, family crisis management styles, demographic variables.

UNIVERSITY OF BAHRAIN

**Department of Psychology
Higher Diploma and Masters
in Family Counseling**



Faculty of Arts

The Relationship Between Psychological Hardiness and Management Styles of Family Crises among a Sample of Married Individuals

Submitted by

Batool Abd Ali Abdulaziz Ismaeel Ali

University number: 20121667

Supervised by

Dr. Jihan I. A . Alumran

Professor of Psychology

University of Bahrain

Kingdom of Bahrain

May, 2024