

## Effectiveness of an Extension Program for the Development of Self – Management in Women and its Relation to the Family Environments

Neama M. Rakaban<sup>1</sup> ; E. H. R. Rehan<sup>2</sup> ; Eman E. S. Deraz<sup>2</sup> and Ghada S. Zaatara<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Faculty for Society Service and Environment Development , Faculty of Home Economics, Monofiya University

<sup>2</sup> Home Economic Department, Faculty of Specific Education , Mansoura University



فاعلية برنامج ارشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الاسرى  
نعمة مصطفى رقبان<sup>1</sup> ، الحسيني رجب ربحان<sup>2</sup>، إيمان السيد دراز<sup>2</sup> و غادة سلامة زعتر<sup>2</sup>  
<sup>1</sup> كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة المنوفية.  
<sup>2</sup> قسم الاقتصاد المنزلي - كلية التربية النوعية - جامعة المنصورة

### المخلص

تهدف الدراسة بصفة رئيسية إلى دراسة فاعلية برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة على مستويات المناخ الاسرى . وتكونت عينة الدراسة الأساسية من 370 ربة أسرة ( عاملة وغير عاملة) من الريف والحضر بمحافظة دمياط، من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، وتم اختيار العينة بطريقة صدفية غرضية وقد استخدمت الباحثة عدة أدوات للتوصل إلى نتائج الدراسة وتمثلت في ( استمارة البيانات العامة للأسرة، واستبيان إدارة الذات بمحاوره (إدارة الوقت ، إدارة الدخل المالي ، اتخاذ القرار ، إدارة العلاقات الأسرية)، استبيان المناخ الاسرى بمحاوره (الالتزام الاسرى ، التفاعل الاسرى ، الترابط الاسرى)، وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة البحث الأساسية وتتكون من (370) ربة أسرة، كما تم تطبيق البرنامج الإرشادي على عينة الدراسة التجريبية من ربوات الأسر اللاتي ينتمين إلى مستوى الوعي المنخفض ( الأرباع الأدنى) وبلغ عددهن (30) ربة أسرة وكانت من أهم النتائج التي توصلت لها الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدارة الذات بمحاورها ( إدارة الوقت ، إدارة الدخل المالي، اتخاذ القرار، إدارة العلاقات الأسرية) والمناخ الاسرى بمحاوره (الترابط الاسرى ، التفاعل الاسرى ، الالتزام الاسرى ، إجمالي المناخ الاسرى) ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدارة الذات والمناخ الاسرى ومستوى تعليم الزوج والزوجة ، كما وجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين إدارة الذات والمناخ الاسرى وكل من عدد الأبناء ومدة الزواج . وأوصت الدراسة بأن تحرص المؤسسات والهيئات المعنية بالمرأة على تعليم ربوات الأسر كيفية إدارة الذات وذلك من خلال استثمار أوقاتهم وخاصة وقت الفراغ من خلال تعليمهم بعض الحرف اليدوية وطرق عرض المنتجات التي تعود بالنفع عليها وبالتالي على الأسرة والمجتمع ، كما أوصت الدراسة بتقديم دورات تدريبية مساعدة لربوات الأسر على كيفية إتخاذ القرار وعدم التهور عند اتخاذ قرار مصيري يخص الأسرة ، وأيضاً أوصت بتقديم الاستشارات اللازمة لربوات الأسر وذلك عن طريق توفير مراكز استشارات أسرية بهدف مساعدة ربوات الأسر وإمدادهم بكافة المعلومات التي يريدونها . وأوصت الدراسة بأن تحرص المؤسسات والهيئات المعنية بالمرأة على تعليم ربوات الأسر كيفية إدارة الذات وذلك من خلال استثمار أوقاتهم وخاصة وقت الفراغ من خلال تعليمهم بعض الحرف اليدوية وطرق عرض المنتجات التي تعود بالنفع عليها وبالتالي على الأسرة والمجتمع ، كما أوصت الدراسة بتقديم دورات تدريبية مساعدة لربوات الأسر على كيفية إتخاذ القرار وعدم التهور عند اتخاذ قرار مصيري يخص الأسرة ، وأيضاً أوصت بتقديم الاستشارات اللازمة لربوات الأسر وذلك عن طريق توفير مراكز استشارات أسرية بهدف مساعدة ربوات الأسر وإمدادهم بكافة المعلومات التي يريدونها .

كلمات مفتاحية: المناخ الاسرى ، إدارة الذات، المرأة العاملة وغير العاملة

### المقدمة ومشكلة البحث

، فقد أشارت دراسة وفاء المعمرى (2005 : 19) أن الغالبية العظمى من عينة الدراسة ترى أن العمل يسهم في تقوية الروابط مع الزوج للظروف المشتركة بينهم والقدرة على إدارة الذات ، وتمثلت الآثار النفسية السلبية لعمل الزوجة في الشعور بالقلق على الأطفال وعبء العمل الزائد الذي يسبب لها المشكلات والضيق والعصبية والقلق على المستقبل الوظيفي ، لكن دراسة خديجة الزجالي (2009 : 49) اختلفت نتائجها في مسألة قدرة المرأة على التوفيق بين العمل والأسرة حيث أن 70 % من عينة الدراسة ترى أنه لا يوجد تعارض بين العمل ومسؤولية المرأة العاملة داخل أسرتها، لأن المرأة القيادية ما وصلت إلى هذا المنصب إلا وهي قادرة على تنظيم وقتها وتوزيعه بين العمل والأسرة .

كم أن للأسرة أهمية كبيرة في التأثير على الحالة النفسية والعقلية والروحية والجسمية لكل أعضائها، وقد يكون لهذا التأثير الاسرى تأثيراً إيجابياً يؤدي إلى التمتع بالصحة النفسية والعقلية وإلى خلق الشخصية السوية . وقد تكون المؤثرات سلبية فتؤدي إلى الأمراض والأعراض النفسية والعقلية وإلى تكوين مشاعر العزلة والانطواء والانسحاب والانزواء والسلبية والحقد والكراهية والحسد والغيرة والأنانية ، وذلك لأن مظاهر النمو الأولية وخبرات الطفولة المبكرة تحدث في نطاق الأسرة ، فالأسرة هي التربة التي ينشأ فيها الطفل وتؤثر على صحته النفسية سلباً أو إيجاباً (عبد الرحمن العيسوي ، 2004 : 67).

وقد اتفقت دراسة كل من غازي محمود وشيما مطر (2011 : 6) ، محمد صايغ (2007 : 4) ، مهند عبد العلى (2003 : 55) إن الأشخاص القادرين على إدارة الذات هم المتقبلين لذواتهم تقديراً واقعياً بحدود قدراتهم، ويكونون مدركين لمعاييرهم ومعتقداتهم دون أن يكون هناك أي تأثير عليهم من قبل الآخرين وما يبدهون من آراء، كما يدركون نواحي قصورهم دون الجوء إلى لوم أنفسهم، إنهم لا يعتقدون أنهم يجب أن يكونوا فوق مشاعر الغضب أو الخوف أو أنهم خالين من الرغبات المتصارعة أو أنهم غير قابلين للخطأ فهم قادرين على التحكم في مشاعرهم واتجاهاتهم تجاه القضايا والأحداث، وهؤلاء الأشخاص يكونون مبادرين، سريعي الاندماج والانتما في أي مكان كانوا، لديهم الكفاءة والشعور بقيمتهم الذاتية وقدرتهم على مواجهة التحدي، فهم واثقون من أنفسهم يتميزون بالاستقلال الذاتي وقادرين على تحمل المسؤولية ومتفائلين تجاه الحياة والناس .

تعد المرأة عنصراً أساسياً في المجتمع ، فهي أساس العنصر الإنتاجي الذي يعطى المجتمع كافة احتياجاته من الموارد البشرية ، فالمرأة هي التي تعتني بشئون أبنائها وترعاهم وتغرس فيهم القيم والأخلاق وتربيهم التربية الصالحة حتى يكونوا خير مورد للمجتمع ، وهي عبارة عن طاقة بشرية ضخمة في المجتمع . ولا شك أن تعبئة قواها ومساهمتها الفعالة في مختلف جوانب التنمية سوف يساعد على دفع عجلة الإنتاج والتقدم بالمجتمع وذلك من خلال مساعدتها ومساندتها على تقبل ذاتها وحسن الإدارة لذات (أريج الشماسي ، 2002 : 87) .

ويعتبر مفهوم الذات من المتغيرات الأساسية المرتبطة بالشخصية والذي يساعد على فهم السلوك الإنساني ، ويتفق العلماء والباحثون على أن مفهوم الذات يعتبر حجر الزاوية في الشخصية وأنه هو أساس تكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفاً مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها (قحطان الظاهر ، 2010 : 56).

وإذا كان محتوى مفهوم الذات الخاص مهدداً لبنية الذات بصفة عامة فإنه يؤدي إلى التوتر والقلق وسوء التوافق النفسي (حامد زهران ، 2005 : 40).

كما أن الشعور بالذات من أهم السمات المميزة للإنسان عن بقية المخلوقات الذي يؤدي إلى التنظيم الأساسي للهوية في المعنى والتنظيم ، وهذا الشعور بالذات يمثل الجوهر الموحد لشخصية كل فرد (بدرية الحوسنى ، 2006 : 13).

ويعتبر إزالة المعوقات أو تخفيفها وإعطاء الفرصة كاملة للمرأة سيؤدي إلى زيادة دافعية المرأة للعمل والتقدم ، كما أن الاجتهاد في العمل والإبداع ، والتطلع إلى تحقيق مكانة ومركز في الجماعة ، والقدرة على التأثير على الآخرين لها علاقة وطيدة بقدرات الفرد ودرجة تعليمه وثقافته ، حيث أكدت دراسة (ريما أبو حميد : 2007 : 5) أن قدرة المرأة على أداء أنوارها في إطار أسرتها وعملها يتوقف على مدى نجاحها في إدارتها لذاتها.

ولأهمية إدارة الذات فإن الباحثة ترى أن له أثر على نجاح المرأة في مجالي العمل والأسرة على حد سواء فهناك بعض الدراسات التي أثبتت الآثار الإيجابية لعمل المرأة على إدارتها لذاتها والبعض الآخر أثبت عكس ذلك

ومن ثم يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي : ما مدى فاعلية برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الأسري ؟

والذي يتفرع منه التساؤلات التالية: ما مدى وعي ربات الأسر بإدارة الذات والمناخ الأسري؟ ما مستويات إدارة الذات والمناخ الأسري؟ هل تختلف فاعلية برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى ربات الأسري على مستويات المناخ الأسري لديهم في القياس القبلي والقياس البعدي؟

#### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة فاعلية برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة على مستويات المناخ الأسري ، وذلك من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية :

- 1- تحديد مستوى إدارة الذات لدى ربات الأسر .
- 2- تحديد مستوى المناخ الأسري لدى ربات الأسر .
- 3- إعداد برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وتنفيذه على العينة التجريبية باستخدام طرق ووسائل تعليمية مختلفة.
- 4- دراسة فاعلية البرنامج الإرشادي في مستوى إدارة الذات لدى ربات الأسر العائلات

5- قياس مدى التغير الحادث في مستوى استجابة ربات الأسر وحجم التأثير بعد نهاية البرنامج، وذلك بمقارنة نتائج تطبيق البرنامج على ربات الأسر قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي.

#### أهمية الدراسة

تتمثل أهمية الدراسة من خلال ما تقدمه من فائدة في المجالات التالية:

- 1- يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في رفع قدرة ربات الأسر على إدارة الذات بالشكل الذي يعود بالنفع على الأسرة وبالتالي على المجتمع.
- 2- إلقاء الضوء على بعض المشكلات الاجتماعية الناتجة عن المناخ الأسري الذي يسوده عدم الاستقرار، ومحاولة تقديم حلول لهذه المشكلات مما يكون له نتائج إيجابية على المرأة وطرق إدارتها لذاتها .
- 3- تقديم عدد من التوجيهات التربوية لإرشاد الأزواج والزوجات بكيفية تربية أبنائهم تربية قائمة على حسن الإدارة والقدرة على اتخاذ القرارات .
- 4- محاولة توعية الفتيات المقبلات على الزواج بأهمية إدارة الذات والعمل على استقرار الأسرة .

#### فروض الدراسة

- 1- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إدارة الذات لدى المرأة والمناخ الأسري.
- 2- توجد فروق دلالة إحصائياً بين متوسطات مستوى إدارة الذات بمحاورها ( إدارة الوقت، إدارة النخل المالي، اتخاذ القرار، العلاقات الأسرية) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ( القياس القبلي ) وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي ( القياس البعدي ).
- 3- توجد فروق دلالة إحصائياً بين متوسطات مستوى المناخ الأسري بمحاورها (الالتزام الأسري، التفاعل الأسري ، الترابط الأسري) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي ( القياس القبلي ) وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي ( القياس البعدي ).

#### الطريقة البحثية

أولاً : المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية للدراسة

##### ● الإدارة :

تعتبر الإدارة اليوم أداة تغيير حيث ترتبط بالماضي لمعرفة الاتجاهات والدروس المستفادة ، وترتبط بالحاضر وتحدياته ، كما أنها إدارة المستقبل وما يطرأ عليه من آمال وآلام بسبب الضغوط التي يعكسها التغيير واستمرارية الحياة، والإدارة بشكل عام تشمل عدة عمليات متداخلة مع بعضها البعض، ومن أهم هذه العمليات : التخطيط ، والتنظيم ، والتنسيق ، والإشراف ، والرقابة ، والمتابعة ، والتقويم ، وجوهر الإدارة اتخاذ القرار وتحويله إلى واقع فعال (محمد العجمي ، 2000 : 73).

##### ● الذات :

يشير إلى الاتجاهات والآراء والمعتقدات والمشاعر التي يمتلكها الفرد وتميزه عن غيره ، وهي صورة الفرد عن نفسه كما تتميز عن الأفراد الآخرين بهوية ذاتية (طلعت منصور ، 2010 : 69). ويعرفه ( Harris (2004 : 7 بأنه مفهوم افتراضي يتضمن الآراء والمشاعر والأفكار والاتجاهات التي يكونها الفرد عن نفسه وتعبير عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية واجتماعية .

ويرى كويك نوتس (2003 : 86) أن المرأة بصفة خاصة تواجه مزيداً من الضغوط النفسية نظراً للأدوار المتعددة التي عليها القيام بها ، فالمرأة هي المسئول الأول عن شئون منزلها ، وإذا كانت تعمل عدداً من الساعات بعيداً عن منزلها يجعل ذلك كثير من الضغوط النفسية والعصبية ملقاة على عاتقها .

وتعتبر المشكلات التي تتعرض لها الأم العاملة وأطفالها تعتمد على نوعية المرأة العاملة ، ونوع العلاقة التي تقيمها معهم ، فقد يقدم عملها الفرصة للأطفال التعاون والتعلم في المنزل والاعتماد على النفس أو تفرض عليهم أعباء ثقيلة لا يتحملها إلا البالغين. كما ان وجود الأم في المنزل لا يضمن نجاح علاقاتها بزوجها وأطفالها، وهنا يرى الكثيرون أن الوقت الطويل الذي تقضيه الأم مع أطفالها ليس دليلاً على الأمومة الصالحة ، لأنه إذا كانت لدى المرأة رغبة شديدة بالعمل وتشر أن أطفالها يعوقونها عن تحقيق ذلك فإن علاقاتها بهم تتأثر سلباً إلى حد كبير، وأشارت دراسة حسون في بعض الدول العربية أن 78 % من الأبناء لم يشكّل لهم عمل الأم أي صعوبة ، بينما 15 % من الأبناء هم من عانوا من الوحدة والاكتئاب أثناء غياب الأم ، و 4% اشتكوا من النزاعات بين الوالدين والتي كان سببها عمل الأم (صالح الداهري ، 2008 : 93).

و رغم ارتفاع معدلات مشاركة المرأة العربية في الكثير من ميادين الحياة العامة سواء برغبتها ، أو بضغط من الظروف الاقتصادية أو السياسية إلا أن العادات والتقاليد العربية ما زالت تصر على أن دور المرأة الأساسي هو أن تكون زوجة و أم ، و أن دور الرجل هو العمل خارج المنزل و إعالة أسرته . ومنه ينظر الكثيرون إلى عمل المرأة على أنه تحد للمجتمع لأنه يخرج على النماذج الأصلية الراسخة للحياة الأسرية وعلى القيم والمعتقدات التي تستندها (سامية الساعاتي ، 2003 : 14).

وقد أوضحت نتائج دراسة أمل العوادة (2009 : 115) عن العنف ضد المرأة العاملة في القطاع الصحي وأثره على إدارة الذات أن نسبة العائلات اللاتي يتعرضن للاكتئاب 41%، واللاتي يشعرن بالعزلة 34% واللاتي يعانين من أمراض جسدية 32 %، واللاتي يعانين من أمراض نفس جسدية 44%، ونسبة اللواتي يفتنن مشاكل العمل للبيت 36%، واللواتي اعترفن بعدم قدرتين على تأدية واجبات الأسرة بسبب التعب والتوتر 36% .وأشارت دراسة بيتر هانسون ( 2000 : 30) أن إدارة الذات كانت عالية جداً لدى النساء العاملات غير المتزوجات حيث أن 40 % من نساء أمريكا الشمالية اللاتي يشغلن مناصب تنفيذية غير متزوجات وأكثر من النصف لا أطفال لديهن، أما العاملات المتزوجات اللاتي لديهن أطفال ونتيجة للضغط العالي الواقع عليهن تواجه العديد منهن خيارات مهنية صعبة وبعضهن يتركن الوظيفة نهائياً .

ويرى رجوة الهزلي (2010 : 15) أن مسؤولية الإدارة الذاتية تقع على الفرد ، ولذلك تعتمد على دافعية الشخص ورغبته في الأداء الأفضل والسلوكيات الإيجابية وتحقيق الذات ، فتجدها لا تقف عند حد أو زمن معين أو تقتصر على أسلوب دون الآخر .

كما يشير محمد القرني (2001 : 23) إلى أن أول طريق للنجاح في الحياة هو النجاح في إدارة الذات والتعامل مع النفس بفعالية ، فالإنسان الذي يرغب في إدارته لذاته هو الذي يحاول أن يصل إلى الحد الأقصى للتحكم في حياته ، والذي يتم تغنيته عن طريق الأهداف المحددة بوضوح.

ومن المعروف أن سوية المناخ الأسري تأتي من نجاح العلاقات الأسرية فالعلاقات داخل الأسرة متشابكة، وتكون أحياناً ناجحة ومستقرة وفي أحيان أخرى يعكر صفوها الصعاب والمشكلات، وإن كانت السعادة هي سر من أسرار النجاح والنقود واجتياز المحن، لذا فإن البحث عن أسرار علاقات ناجحة داخل الأسرة الواحدة، سوف يترتب عليه خروج أفراد ناجحين وقادرين على التعامل ومواجهة كافة الظروف الحياتية الصعبة، والتعامل معها على أفضل نحو، الأمر الذي سوف ينعكس على المجتمع بصورة إيجابية (Vianna et al, 2007 : 419)

وتعتبر العلاقات الأسرية هي العلاقات التي تقوم بين أدوار الزوج و الزوجة و الأبناء مترجمة طبيعة الاتصالات والتفاعلات التي تقع بين أعضاء الأسرة الذين يقيمون في منزل واحد وذلك للوصول الى مناخ أسري سوي والذي يتم من خلاله تشكيل شخصية كل فرد في الأسرة ، فالمناخ الأسري السوي يعطي المرأة الحق في إدارة ذاتها كما تريد وذلك من خلال التفاهم مع الزوج وكذلك الأبناء (سناه الخولي ، 2003 : 77).

لذا يجب الاهتمام بتوعية المرأة بكيفية إدارة ذاتها على أكمل وجه وتحقيق السعادة الأسرية من خلال مناخ أسري سوي يسوده الحب والود والاحترام وذلك من خلال تقديم برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الأسري .

**جدول 1. توزيع عينة الدراسة على مدن وقرى محافظة دمياط**

| المكان   | الحضرن = 196 | الريفن = 174                               | العدد |
|--|--------------|--|-------|
| مدرسة النيل  | 36           | مركز كفر البطيخ ( قرية الركابية - الهواشم) | 66    |
| مدرسة التجريبية  | 50           | مركز فارسكور ( قرية الناصرية - الحوراني)   | 34    |
| مدينة راس البر   | 30           | مركز الزرقا ( قرية الكاشف - سيف الدين)     | 25    |
| مدينة دمياط الجديدة  | 30           | مركز كفر سعد ( قرية كفر                    | 49    |
| واحياء في محافظة دمياط نفسها مثل (الاعصر- العنانية - السيلة) | 50           | سليمان - السواحل )                         |       |
| العدد الكلي  | 196          | العدد الكلي                                | 174   |

**ب: العينة التجريبية :**

تم تطبيق البرنامج الإرشادي واستبيان إدارة الذات واستبيان المناخ الأسرى على عينة من ربوات الأسر الريفيات حيث أنهم من احتلوا أعلى نسبة انخفاض في مستوى إدارة الذات والمناخ الأسرى ، وتم توزيعها كالتالي :

**جدول 2. توزيع عينة الدراسة على قرى محافظة دمياط**

| المكان                                     | العدد |
|--|-------|
| مركز كفر البطيخ ( قرية الركابية - الهواشم) | 5     |
| مركز فارسكور ( قرية الناصرية - الحوراني)   | 5     |
| مركز الزرقا ( قرية الكاشف - سيف الدين)     | 6     |
| مركز كفر سعد ( قرية كفر سليمان - السواحل ) | 14    |
| العدد الكلي                                | 30    |

**3- الحدود الزمنية :**

1- تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة الأساسية في الفترة من منتصف شهر أكتوبر وحتى منتصف شهر نوفمبر 2016 .  
2- تم تطبيق البرنامج الإرشادي بالدراسة التجريبية في الفترة من بداية شهر مارس وحتى نهاية شهر أبريل 2017 .

**رابعاً : بناء وإعداد أدوات البحث**

تكونت أدوات الدراسة من ( استمارة البيانات العامة للأسرة، استبيان إدارة الذات للمرأة ، استبيان المناخ الأسرى ، برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات للمرأة وعلاقتها بالمناخ الأسرى).

**وفيما يلي عرض لهذه الأدوات :**

**أولاً : استمارة البيانات العامة للأسرة .**

تم إعداد استمارة تحتوي على بيانات اجتماعية واقتصادية وأخرى خاصة بالسكن بهدف الحصول على بعض المعلومات التي تفيد في إمكانية تحديد خصائص العينة موضوع الدراسة وتم تقسيمها إلى ثلاث أجزاء:

– **البيانات الاجتماعية :** وتضمنت ما يلي: (مكان سكن الأسرة ، الحالة الاجتماعية، مدة الزواج ، عدد الأبناء ، المستوى التعليمي لكل من الأب والأم، مهنة الزوج والزوجة )

– **البيانات الاقتصادية :** وتضمنت ما يلي: ( فئات الدخل الشهري الذي تحصل عليه الأسرة، مصادر الدخل

– **البيانات الخاصة بالسكن :** وتضمنت ما يلي: (نوع السكن، طبيعة السكن)

**ثانياً : استبيان إدارة الذات**

اشتمل هذا الاستبيان على مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع والدراسات العربية والاجنبية التي تناولت موضوع الدراسة.

**تقنين الاستبيان :**

للتأكد من أن الاستبيان صالح للتطبيق وذلك من خلال حساب الصدق والثبات كما يلي

**أولاً صدق الاستبيان:**

وللتحقق من صدق الاستبيان تم عمل نوعين من الصدق:

**أ – صدق المحكمين :**

للتحقق من صدق محتوى الاستبيان تم عرضه في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين من أساتذة إدارة المنزل والمؤسسات بكلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية وقسم إدارة المنزل بكلية التربية النوعية جامعة المنصورة وقسم الاقتصاد المنزلي بكلية التربية النوعية

كما يرى ( Linehan et al (2001: 32) بأنه التقدير الكلي الذي يقره الفرد عن مظهره وقدراته والمشاعر والمعتقدات التي يكونها الفرد عن نفسه، أو الكيفية التي يدرك بها الفرد نفسه .

كما يعرفه ( Metcalfe (2007: 4) بأنه فكرة الإنسان عن نفسه في علاقته مع البيئة، كما يتولى بدوره تحديد السلوك الذي يمارسه الشخص ومستواه وينظر الفرد إلى الذات الظاهرية على أنها حقيقة بالنسبة له فهي التي تحدد طريقة استجابته للمواقف المختلفة التي يتعامل معها بحيث نجد غالباً لا يستجيب للبيئة وإنما لكيفية إدراكه لها .

**• إدارة الذات :**

أنها تنظيم الإنسان لوقته ومواعيده وارتباطاته وأوراقه وأشياءه ، ومحاولة التحكم في النفس وإمساك زمامها . وتعني كذلك استفادة الإنسان من قدراته وإمكانياته وتحديد أهدافه بدقة ، والتركيز على متابعة تحقيقها عادة العنقري ( 2001 : 129).

يقصد بها هنا : قدرة المرأة على التعامل مع نفسها ومعرفتها بقدراتها ومهاراتها واستغلالها بكفاءة وفاعلية وبناء شخصيتها بحيث تستطيع إدارة وقتها واستغلاله الاستغلال الأمثل كذلك إدارة دخلها المالي واتخاذ القرار وتحمل مسؤولية هذا القرار ، وذلك من خلال.

**• المناخ :**

هو مبرك الإبل ومحل الإقامة يقال هذا مناخ سوء أى مكان غير مرض ومناخ البلاد حالة جرها يقال مناخ هذه البلاد حار رطب. (أحمد الزيات ، إبراهيم مصطفى: 1960 : 870) .

**• الأسرة:**

والأسرة في اللغة مشتقة من الأسر والأسر في اللغة يعنى القيد يقال أسر فلان أى أخذه أسيراً (عبد المجيد منصور ، زكريا الشربيني ، 2000 : 15)

**• المناخ الأسرى:**

وهو الشكل العام الذي يطلق على الأسرة ، ويشمل جميع جوانب الحياة الأسرية من أساليب المعاملة الوالدية وطريقة إشباع الحاجات سواء الأولية أو الثانوية وتوزيع المسؤوليات تبعاً لدور كل فرد في الأسرة والتي يكون لها انعكاس أو تأثير على دوافعهم وسلوكهم (عفراء خليل ، 2006 : 486) . ويقصد به هنا : الطابع العام للحياة الأسرية من حيث توفر الترابط والتفاعل الأسرى والتعاون ووضوح دور كل فرد داخل الأسرة وكذلك علاقة الأسرة بالأشخاص المحيطين.

**• الإرشاد:**

يذكر ( Marshall (2003:180 أن الإرشاد هو عملية تحدث في علاقة بين شخصين فرد مثقل بمشاكل لا يستطيع مواجهتها بمفرده وإخصائى محترف مؤهل بحكم تدريبه وخبرته لمساعدة الآخرين على أن يصلوا إلى حلول لخبراتهم الشخصية المتعددة.

ويقصد به هنا: اطار يضم مجموعة من الخبرات والتعليمات المصممة بطريقة متكاملة ومتتابعة تخضع لمدة زمنية محددة وفقاً لتصميم وتخطيط هدف محدد ويعمل على تنمية الوعي واكتساب مهارات لتأدية الأدوار بفاعلية.

**ثانياً: منهج البحث**

تتبع الدراسة المنهج الوصفي التحليلي لوصف وتحليل عينة الدراسة الأساسية، والمنهج الشبه التجريبي للعينة التجريبية.

**ثالثاً: حدود الدراسة**

**1- الحدود البشرية :**

**أولاً: عينة الدراسة الأساسية :**

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 370 ربة أسرة عاملة وغير عاملة من الريف والحضر من مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة ، وتم اختيار العينة بطريقة صدفية عرضية وتم اختيار العينة من مدينة دمياط وبعض القرى والمراكز التابعة لها.

**ثانياً: عينة الدراسة التجريبية :**

تم اختيار هذه العينة لتنفيذ البرنامج الإرشادي المعد وتم اختيارها من العينة الأساسية للدراسة وبلغ عددهم (30) ربة أسرة ، حيث تم اختيارهن بناءً على مستواهن المنخفض (الإرباع الأدنى) نتيجة استجابتهن على استبيان إدارة الذات واستبيان المناخ الأسرى .

**2- الحدود المكائنية :**

**أ: العينة الأساسية :**

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة الدراسة الأساسية والتجريبية من محافظة دمياط ومراكزها وضواحيها ، وتم توزيعها كالتالي :

وطلب من سيادتهم الحكم على مدى مناسبة كل عبارة للمحور الخاص بها وكذلك صياغة العبارات وإضافة أى ملاحظات يرى السادة المحكمون أهميتها للإستبيان .

وتم حساب نسبة الاتفاق لدى المحكمين على كل عبارة من عبارات الإستبيان و يتم حذف بعض العبارات التي كانت نسبة الاتفاق عليها 80.0% ، وكان عددهم 3 عبارات وبالتالي تراوحت نسبة الاتفاق ما بين 93.3% إلى 100% ، كما تم إجراء بعض التعديلات فيما يتعلق بصياغة بعض العبارات بناءً على آراء السادة المحكمين .

#### ب- صدق التكوين:

ولحساب صدق الاتساق الداخلي للإستبيان تم تطبيق الإستبيان في صورته الأولية على عينة قوامها 50 ربة أسرة من محافظة دمياط التي تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب الصدق من خلال معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات محاور الإستبيان على حدة والدرجة الكلية للمحور ،

#### ثانياً: ثبات الإستبيان :-

تم حساب الثبات في هذه الدراسة بطريقتين هما:

أ- حساب معامل ألفا للتحقق من ثبات الإستبيان :- تم التحقق من ثبات الإستبيان باستخدام معامل ألفا وتم حساب معامل ألفا لكل بعد من أبعاد الإستبيان على حدة وكذلك تم حساب معامل ألفا للإستبيان ككل ، وكان معامل ألفا لمجموع عبارات استبيان المناخ الأسرى ككل هو 0.998 وتعتبر هذه القيمة مقبولة وعالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات وتؤكد ثبات الإستبيان.

ب- طريقة التجزئة النصفية Split-Half : تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم كل بعد من أبعاد الإستبيان إلى نصفين (عبارات فردية وعبارات زوجية) وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من أبعاد الإستبيان وكذلك بالنسبة للإستبيان ككل ، وتم حساب الارتباط بين نصفي الإستبيان وذلك عن طريق معادلة Spearman-Brown ، ومعادلة Guttman ويتضح أن معامل ارتباط التجزئة النصفية للإستبيان المناخ الأسرى بلغت 0.997 لمعادلة Spearman-Brown وبلغت معادلة Guttman 0.996 وهي قيم عالية وتؤكد ثبات الإستبيان.

من خلال ما سبق تم إعداد استبيان طبقاً للإطار النظري للدراسة وفي إطار التعريف الإجرائي للمناخ الأسرى ، وقد اشتمل الإستبيان على (91) عبارة خبرية مقسمة الى ثلاث محاور أساسية ؛ المحور الأول يتضمن الالتزام الأسرى ويشتمل على (29) عبارة ، المحور الثاني يتضمن التفاعل الأسرى ويشتمل على (31) عبارة ، المحور الثالث يتضمن الترابط الأسرى ويشتمل على (31) عبارة .

برنامج إرشادي لتنمية الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الأسرى  
تم إعداد البرنامج الإرشادي الموجه لربات الاسر العاملات وغير العاملات عينة الدراسة التجريبية المقيمين بالريف والحضر بمحافظه دمياط بناء على النتائج التي اتضحت من استجابات ربات الاسر عينة الدراسة الاساسية على استبيان ادارة الذات بابعاده (ادارة الوقت - ادارة الدخل المالى - اتخاذ القرار - ادارة العلاقات الاسرية) واستبيان المناخ الاسرى بابعاده (الالتزام الاسرى - التفاعل الاسرى - الترابط الاسرى).

#### حيث قامت الباحثة

1- الاطلاع على الدراسات السابقة العربية والاجنبية المرتبطة بالبرامج الارشادية للاستفادة منها فى كيفية تصميم البرنامج وكيفية تقييمه .  
2- المقابلات الشخصية مع ربات الاسر (عاملات وغير عاملات) للتعرف على نواحي القصور لديهم فى الجوانب الخاصة بادارة الذات للاستفادة منها فى تخطيط البرنامج .

#### اهمية البرنامج

1- استفادة معدى برامج المرأة من البرنامج باعداد مادة علمية عن ادارة الذات واللازم اكسابها لهم باعتبار ادارة الذات مهمة فى فهم شخصيتها وتنمية امكانياتها لتستطيع حل مشكلاتها وتحقيق اهدافها التى تسعى اليها .  
2- العمل على تنمية المعرفة والاتجاه الايجابى والمهارات لدى المرأة بما يحسن من سلوكياتهن.  
3- تبصير المرأة باهمية ادارة الذات فى جميع نواحي الحياة وخاصة فيما يتعلق بالمناخ الاسرى كى تكتسب احترام الاخرين والمجتمع ككل .  
4- الاستفادة من البرنامج فى تدعيم وتخطيط مناهج الاقتصاد المنزلى وخاصة (ادارة المنزل والمؤسسات) حيث انها غير متضمنة فى هذا المجال.

جامعة دمياط وقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلى جامعة الأزهر بطنطا وكلية التربية النوعية جامعة بورسعيد وكان عددهم 15 وطلب من سيادتهم الحكم على مدى مناسبة كل عبارة للمحور الخاص بها وكذلك صياغة العبارات وإضافة أى ملاحظات يرى السادة المحكمون أهميتها للإستبيان وتم حساب نسبة الاتفاق لدى المحكمين على كل عبارة من عبارات الإستبيان و يتم حذف بعض العبارات التي كانت نسبة الاتفاق عليها 80.0% ، وكان عددهم 3 عبارات وبالتالي تراوحت نسبة الاتفاق ما بين 93.3% إلى 100% ، كما تم إجراء بعض التعديلات فيما يتعلق بصياغة بعض العبارات بناءً على آراء السادة المحكمين، بذلك يكون الإستبيان قد خضع لصدق المحنوى.

#### ب- صدق التكوين:

ولحساب صدق الاتساق الداخلي للإستبيان تم تطبيق الإستبيان في صورته الأولية على عينة قوامها 50 ربة أسرة من محافظة دمياط التي تتوافر فيها نفس شروط عينة الدراسة وبعد التطبيق تم حساب الصدق من خلال معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات محاور الإستبيان على حدة والدرجة الكلية للمحور، وكانت جميعها دالة عند مستوى 0.01، مما يدل على الاتساق الداخلي لعبارات الإستبيان.

#### ثانياً ثبات الإستبيان :-

تم حساب الثبات في هذه الدراسة بطريقتين وكانت كما يلي:

أ- حساب معامل ألفا للتحقق من ثبات الإستبيان :- تم التحقق من ثبات الإستبيان باستخدام معامل ألفا وتم حساب معامل ألفا لكل بعد من أبعاد الإستبيان على حدة وكذلك تم حساب معامل ألفا للإستبيان ككل ، وهي كانت كما يلي :-معامل ألفا لمجموع عبارات استبيان ادارة الذات ككل هو 0.914 وتعتبر هذه القيمة مقبولة وعالية بالنسبة لهذا النوع من حساب الثبات وتؤكد ثبات الإستبيان .

ب- بطريقة التجزئة النصفية Split-Half : تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية وذلك عن طريق تقسيم كل بعد من أبعاد الإستبيان إلى نصفين (عبارات فردية وعبارات زوجية) وقد تم هذا التقسيم بالنسبة لكل بعد من أبعاد الإستبيان وكذلك بالنسبة للإستبيان ككل ، وتم حساب الارتباط بين نصفي الإستبيان وذلك عن طريق معادلة Spearman-Brown ، ومعادلة Guttman وهي كانت كما يلي :-معامل ارتباط التجزئة النصفية للإستبيان إدارة الذات بلغت 0.980 لمعادلة Spearman-Brown وبلغت معادلة Guttman 0.979 وهي قيم عالية وتؤكد ثبات الإستبيان.

من خلال ما سبق تم إعداد استبيان طبقاً للإطار النظري للدراسة وفي إطار التعريف الإجرائي لإدارة الذات ، وقد اشتمل الإستبيان على (111) عبارة خبرية مقسمة الى اربع محاور أساسية ؛ المحور الأول يتضمن إدارة الوقت ويشتمل على (29) عبارة ، المحور الثاني يتضمن إدارة الدخل المالى ويشتمل على (29) عبارة ، المحور الثالث يتضمن اتخاذ القرار ويشتمل على (25) عبارة ، المحور الرابع يتضمن إدارة العلاقات الأسرية ويشتمل على (28) عبارة .

#### استبيان المناخ الأسرى :

اشتمل هذا الإستبيان على مجموعة من العبارات قامت الباحثة بإعدادها بعد استعراض أهم المراجع والدراسات العربية والاجنبية التى تناولت موضوع الدراسة .

#### تقنين الإستبيان :

للتأكد من أن الإستبيان صالح للتطبيق وذلك من خلال حساب الصدق والثبات كما يلي

#### أولاً صدق الإستبيان:

وللتحقق من صدق الإستبيان تم عمل نوعين من الصدق:

#### ت- صدق المحكمين :

#### أ- صدق المحكمين :

للتحقق من صدق محتوى الإستبيان تم عرضه فى صورته الأولية على مجموعة من المحكمين من أساتذة إدارة المنزل والمؤسسات بكلية الاقتصاد المنزلى جامعة المنوفية وقسم إدارة المنزل بكلية التربية النوعية جامعة المنصورة وقسم الاقتصاد المنزلى بكلية التربية النوعية جامعة دمياط وقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة بكلية الاقتصاد المنزلى جامعة الأزهر بطنطا وكلية التربية النوعية جامعة بورسعيد وكان عددهم 15

العملات وغير العملات بناءً على نتائج استجابات ربوات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان ادارة الذات بابعاده (ادارة الوقت - ادارة الدخل المالى - اتخاذ القرار - ادارة العلاقات الاسرية) واستبيان المناخ الاسرى بمحاورة (الالتزام الاسرى - التفاعل الاسرى - الترابط الاسرى). مع الاستعانة بالدراسات السابقة والكتب والمتخصصين في البرامج الإرشادية للاستفادة منهم في تصميم البرنامج وتقييمه.

ويتحدد البرنامج في (11) جلسة، وقد تم تحديد عنوان لكل جلسة والهدف من إجرائها والوسائل التعميمية المعينة لها والأدوات المستخدمة والأهداف التعليمية لكل جلسة.

#### - الأسلوب والوسائل المستخدمة فى البرنامج

يعتمد البرنامج الإرشادى على اسلوب الارشاد الجماعى عن طريق استخدام اسلوب المحاضرة، والكتب الإرشادى، جهاز عرض المعلومات بالكمبيوتر لتدعيم الحاضرات، أمثلة ومواقف توضيحية، المناقشة، استخدام عرض الباور بوينت للبرنامج لتحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج.

#### التخطيط العام للبرنامج :

تشتمل عملية التخطيط العام للبرنامج على :

- 1- تحديد الأهداف العامة والخاصة للبرنامج .
- 2- الاجراءات العملية لتنفيذ البرنامج وتتطلب تحديد :
  - المحتوى العلمى للبرنامج
  - الأسلوب والوسائل المستخدمة فى تنفيذه
  - الحدود الاجرائية للبرنامج
  - تقييم البرنامج

يهدف البرنامج الى المساهمة فى تنمية مهارة ادارة الذات لدى المرأة العاملة وغير العاملة واكتساب خبرات وممارسات تحسن وتزيد من كفاءتهن فى ادارة الشؤون المنزلية بجانب مساعدتهن فى كيفية تحسين علاقتهن الاسرية مع كافة افراد الاسرة لتحقيق حياه اسرية سعيدة لهن ولأسرهن فى ضوء مناخ اسرى سليم قائم على التفاهم والترابط الاسرى .

#### الاجراءات العملية لتنفيذ البرنامج وتتطلب تحديد:

- تحديد المحتوى العلمى للبرنامج: تم اعداد البرنامج الإرشادى لربوات الأسر

#### جدول 3. عناصر محتوى جلسات البرنامج الإرشادى

| موضوع الجلسة وعنوانها                                | الأهداف التعليمية   | عناصر المحتوى   | الطرق والانشطة الإرشادية   | الوسائل الإرشادية المعينة  | زمن الجلسة |
|--|---|---|--|--|------------|
| الجلسة الأولى: افتتاحية (تمهيدية)                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف الأهداف العامة للبرنامج وأهدافه .</li> <li>تستوعب أهمية البرنامج ومدى احتياجها لتنمية ادارة الذات لديها.</li> <li>تتنبأ بمحتوى البرنامج الإرشادى.</li> <li>تلاحظ خطوات عرض البرنامج.</li> <li>تتبع اجراءات تطبيق البرنامج بدقة تكون اتجاهها إيجابياً نحو أهمية هذا البرنامج فى تنمية مستوى إدارتها الذاتية</li> <li>تستجيب للباحثة أثناء تطبيق البرنامج.</li> <li>تبدي استعدادها للمشاركة فى البرنامج بدقة.</li> <li>تقدر أهمية البرنامج الإرشادى</li> </ul>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1- التعرف على ربوات الأسر عينة البحث التجريبية وتعريفهن بالباحثة.</li> <li>2- توضيح أهداف البرنامج وأهميته بالنسبة لأفراد العينة.</li> </ol>   | - المحاضرة<br>- المناقشة الجماعية  | نشرة ارشادية موضوعها (مفاهيم عن البرنامج الإرشادى)<br>- عرض تقديمى Power point | 60 دقيقة   |
| الجلسة الثانية: ادارة الذات - مراحل العملية الإدارية | <ul style="list-style-type: none"> <li>تعرف ماهية إدارة الذات</li> <li>تحدد مراحل العملية الإدارية. تفرق بين أنواع التخطيط</li> <li>تمارس الإدارة الذاتية السليمة فى إدارة شؤون الأسرة.</li> <li>تصنف الأهداف من حيث المدى الزمنى .</li> <li>تطبق ما تعلمته داخل أسرتها تهتم بمعرفة ماهية ادارة الذات</li> <li>تقتنع بأهمية اتباع السلوك الإداري السليم فى إدارة شؤون الأسرة .</li> </ul>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1- توضيح ماهية إدارة الذات ومراحل العملية الإدارية .</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1- المناقشة الجماعية</li> <li>2- المحاضرة</li> <li>3- المناقشة الجماعية</li> </ol>  | - شكل تخطيطى يوضح مراحل العملية الإدارية.<br>- عرض تقديمى Power point          | 60 دقيقة   |
| الجلسة الثالثة: ادارة الوقت                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>تذكر مفهوم إدارة الوقت.</li> <li>توضح الهدف من إدارة الوقت.</li> <li>تشرح أهمية التخطيط للوقت.</li> <li>تحدد الشروط التى يجب توافرها لإتمام مرحلة التخطيط بنجاح</li> <li>تضع خطة بالمهام المطلوبة منها وفقاً لأهميتها ووقتها المتاحة .</li> <li>تقسم الأعمال المطلوبة منها حسب أولويتها عند التنفيذ.</li> <li>ترتب وتنظم أماكن إنجاز الأعمال لتوفير الوقت والجهد.</li> <li>توزع الأعمال المختلفة على كل فرد من أفراد الأسرة بحيث يتحمل نصيبه فى المسئولية .</li> <li>تتبع طرق مبسطة لاداء الأعمال المنزلية ليصبح هذا السلوك عادة.</li> <li>تقدر أهمية التخطيط للوقت.</li> <li>تقتنع بأهمية التقييم لما خططت له.</li> <li>تحرص على مراعاة الرغبات المختلفة لأفراد أسرتها عند تخطيطها لوقتها.</li> <li>تحرص على الاستفادة من كل الوقت المتاحة وعدم إضاعته فيما لا يفيد.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- مفهوم إدارة الوقت</li> <li>- الهدف من إدارة الوقت.</li> <li>- التخطيط فى إدارة الوقت.</li> <li>- التنفيذ فى إدارة الوقت.</li> <li>- التقييم فى إدارة الوقت.</li> </ul>   | قيام كل ربة أسرة من أفراد العينة يعمل جدول أو خطة يومية تنظم فيها وقتها بقائمة الأعمال المطلوبة منها خلال يوم ثم عرض هذه الخطط أثناء الجلسة لتستفيد كل واحدة من الأخرى فى طريقة وضع الخطة. | - صور توضيحية<br>- عرض تقديمى Power point                                      | 60 دقيقة   |
| الجلسة الرابعة: ادارة الدخل المالى                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>تذكر مفهوم إدارة الدخل المالى .</li> <li>توضح أنواع الدخل.</li> <li>تشرح خطوات عمل الميزانية المنزلية للأسرة 4-</li> <li>تخطط نموذجاً لميزانية منزلية لأسرتها</li> <li>تقترح طرق فعالة لزيادة الدخل الخاص بأسرتها</li> <li>تستثمر ما لديها ولدى أسرتها من مهارات وقدرات تزيد من دخل الأسرة.</li> <li>تقدر أهمية عمل ميزانية منزلية للأسرة.</li> <li>تنمى ما تمتلكه من قدرات ومهارات هى وأسرتها بما ينفع الأسرة ويزيد من دخلها</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- مفهوم إدارة الدخل المالى</li> <li>- أنواع الدخل</li> <li>- الهدف من إدارة الدخل المالى .</li> <li>- التخطيط فى إدارة الدخل المالى .</li> <li>- التنفيذ فى إدارة الدخل المالى</li> <li>- التقييم فى إدارة الدخل المالى .</li> </ul> | - المحاضرة.<br>- المناقشة فى مجموعات صغيرة.<br>- قيام أفراد العينة ببعض نماذج عملية لوضع ميزانية منزلية وفقاً لامكانيات أسرهن.   | - مخطط توضيحي لخطوات عمل الميزانية.<br>- مخطط لأنواع الدخل.                    | 60 دقيقة   |

## تابع جدول 3. عناصر محتوى جلسات البرنامج الإرشادي

|   |  |  |  |   |
|---|--|--|--|---|
| <p>مخطط توضيحي لمراحل اتخاذ القرار.<br/>- عرض تقديمي Power point<br/>60 دقيقة</p>               | <p>- المحاضرة<br/>- المناقشة في مجموعات صغيرة.<br/>- استخدام بعض اللوحات التوضيحية.</p>  | <p>- مفهوم اتخاذ القرار.<br/>- أنواع القرارات.<br/>- الفرق بين صنع القرار واتخاذ القرار.<br/>- مراحل اتخاذ القرار.<br/>- العوامل التي تؤثر على اتخاذ القرار.</p> | <p>• تذكر مفهوم اتخاذ القرار .<br/>• توضح أنواع القرارات .<br/>• تفرق بين صنع القرار واتخاذ القرار .<br/>• تعدد مراحل اتخاذ القرار .<br/>• تشرح العوامل التي تؤثر على اتخاذ القرار.<br/>• تدرب على اتباع الأسلوب السليم عند اتخاذ القرار .<br/>• تقترح طرق فعالة لنجاح القرارات داخل الأسرة<br/>• تعدل من أسلوبها عند اتخاذ القرار .<br/>• تطبق مراحل اتخاذ القرار داخل أسرتها.<br/>• تصنف أنواع القرارات<br/>• تقدر أهمية اتخاذ قرارات سليمة .<br/>• تتحمس لمعرفة المزيد حول اتخاذ القرارات .<br/>• تقتنع بأهمية التفريق بين صنع القرار واتخاذ القرار<br/>• تحافظ على نجاح القرارات التي تتخذها .</p> | <p>الجلسة الخامسة :<br/>اتخاذ القرار</p>                          |
| <p>- صور توضيحية .<br/>- عرض فيديو عن بعض المواقف الأسرية وأثرها على الأبناء .<br/>60 دقيقة</p> | <p>- التدريب على مواقف أسرية وكيفية التصرف فيها .<br/>- المناقشة في مجموعات .<br/>- المحاضرة .</p>   | <p>- مفهوم العلاقات الأسرية<br/>- أسس العلاقات الأسرية<br/>- دور الوالدين في تنمية العلاقات الأسرية .</p>  | <p>• تشرح مفهوم العلاقات الأسرية.<br/>• تذكر المبادئ الأساسية لتوفير مناخ أسري سليم.<br/>• تدرك أهمية وجود ترابط أسري بين أفراد أسرتها .<br/>• تطور مفهوم أسرتها حول أهمية العلاقات الأسرية.<br/>• تعدل من سلوكياتها نحو الاتجاه الإيجابي في التعامل مع أفراد أسرتها.<br/>• تكون اتجاهها إيجابيا بين أفراد أسرتها نحو أهمية الترابط الأسري.<br/>• تحرص على تنمية روح الترابط الأسري بين أفراد أسرتها .<br/>• تشجع أفراد أسرتها على الحوار والمناقشة بأسلوب تربوي سليم .<br/>• تنمي بين أفراد أسرتها احترام حرية كل فرد وشخصيته في المنزل .</p>   | <p>الجلسة السادسة:<br/>العلاقات الأسرية.</p>                      |
| <p>- صور توضيحية .<br/>- عرض تقديمي Power point<br/>60 دقيقة</p>                                | <p>- المحاضرة .<br/>- مناقشة أفراد العينة حول مواقف عملية مع الأبناء وطريقة التعامل معها .</p>   | <p>- العوامل المؤثرة على علاقة الآباء بالأبناء .<br/>- دور الأم في رعاية شؤون الأبناء .<br/>- المعاملة الودية وأثرها في نجاح علاقة الآباء بالأبناء .</p>         | <p>• توضح العوامل المؤثرة على علاقة الآباء بالأبناء .<br/>• تذكر العوامل والمشكلات التي تؤثر على تنشئة الأبناء .<br/>• تنظم وقت فراغ الأبناء وتنسقه فيما هو مفيد لهم ولمجتمعهم .<br/>• تدرك أهمية المعاملة الودية وأثرها على علاقة الآباء بالأبناء .<br/>• تعدل من سلوكياتها لإنجاح علاقتها بأبنائها .<br/>• تكتشف موهب وقدرات أبنائها وتشجعهم على استثمارها بما ينفعهم .<br/>• تستخدم أسلوب التعزيز والمكافأة لتدعيم السلوك الإيجابي وتعزيزه .<br/>• تحرص على تحقيق التوازن في العلاقة مع الأبناء .<br/>• تهتم باكتساب الأبناء القيم الخلقية والسلوكية بما يتفق مع طبيعة المجتمع .</p>                | <p>الجلسة السابعة :<br/>العلاقة بين الآباء والأبناء</p>           |
| <p>فيديو يوضح أهمية التوافق الزوجي والمناقشة والحوار مع الزوج .<br/>60 دقيقة</p>                | <p>- المحاضرة .<br/>- المناقشة في جماعات صغيرة .</p>   | <p>- التوافق الزوجي وأثره على العلاقة بين الزوجين .<br/>- أسباب أزمات الزواج .</p>   | <p>• تشرح مفهوم التوافق الزوجي .<br/>• تعدد أسباب أزمات الزواج .<br/>• تستخدم الأسلوب العلمي في حل المشكلات الأسرية .<br/>• تمارس الحوار الأسري مع زوجها لما له من أهمية قصوى .<br/>• تدرب على كيفية تجنب أزمات الزواج .<br/>• تقدر أهمية الحوار الأسري .<br/>• تحرص على مشاركة الزوج الوجدانية .</p>  | <p>الجلسة الثامنة :<br/>العلاقة بين الزوجين</p>                   |
| <p>صور توضيحية .<br/>- عرض تقديمي Power point<br/>60 دقيقة</p>                                  | <p>- المحاضرة .<br/>- المناقشة في جماعات صغيرة .<br/>- التدريب على الأنظمة الأسرية المختلفة وكيفية اختيار النظام الأكثر سوية للأبناء .</p> | <p>- أنواع الأنظمة الأسرية وتعريفها .<br/>- التفاعل الأسري مفهومه وكيفية تحقيقه .<br/>- أهمية الحوار الأسري . اختيار النظام الأكثر سوية للأبناء .</p>            | <p>• تعدد أنواع الأنظمة الأسرية .<br/>• توضح مفهوم التفاعل الأسري .<br/>• تدرك كيفية تحقيق التفاعل بين كافة أفراد الأسرة .<br/>• تتدرب على اختيار أنسب الأنظمة وتطبيقها في أسرتها .<br/>• تطبق الحوار الأسري مع كافة أفراد أسرتها لتحقيق التفاعل الأسري .<br/>• تقدر أهمية التفاعل الأسري .<br/>• تحرص على الحوار البناء مع أبنائها .<br/>• تتقبل التوجيهات والإرشادات .</p>   | <p>الجلسة التاسعة :<br/>الأنظمة الأسرية وتحقيق التفاعل الأسري</p> |

تابع جدول 3. عناصر محتوى جلسات البرنامج الإرشادي

|   |   |   |  |  |          |
|---|---|---|--|--|----------|
| الجلسة العاشرة:<br>الأدوار الأسرية<br>وعلاقتها بالترابط<br>والالتزام الأسرى | • تعدد أدوار الوالدين في الأسرة.<br>• توضح مفهوم الترابط الأسرى.<br>• تدرك كيفية تحقيق الالتزام الأسرى .<br>• تتدرب على كيفية أداء دورها على أكمل وجه .<br>• تطبق التعاون والترابط في محيط أسرتها .<br>• تدرب أفراد أسرتها على الالتزام الأسرى.<br>• تقدر أهمية دورها في الأسرة .<br>• تحرص على تحقيق الترابط الأسرى.<br>• تؤمن بضرورة التزام كل فرد بدوره في الأسرة. | أدوار الوالدين في الأسرة .<br>- الترابط الأسرى<br>وأهميته .<br>- الالتزام الأسرى<br>وأهميته . | - المحاضرة .<br>- المناقشة في جماعات صغيرة . | صور توضيحية لدور الأم والأب والترابط الأسرى .  | 60 دقيقة |
| الجلسة الحادية عشر:<br>أثر الدور الأسرى للمرأة على إدارة ذاتها              | • تدرك أهمية دورها في الأسرة والمجتمع.<br>• توضح مفهوم التمكين.<br>• تدرك كيفية إدارة ذاتها على أكمل وجه.<br>• تمارس دورها في الأسرة والمجتمع على الوجه الأمثل .<br>• تطبق ما تعلمته لإدارة ذاتها .<br>• تتدرب على أداء دورها خلال البرنامج.<br>• تقدر أهمية دورها في الأسرة والمجتمع.<br>• تحسن إدارة ذاتها .<br>• تؤمن بضرورة تمكين المرأة في المجتمع.              | دور المرأة في الأسرة .<br>تمكين المرأة في الأسرة والمجتمع .                                   | - المحاضرة .<br>- المناقشة في جماعات صغيرة . | صور توضيحية لأدوار المرأة الأسرية والمجتمعية .<br>- فيديو يوضح أهمية تمكين المرأة وإدارة ذاتها . | 60 دقيقة |
| الجلسة الثانية عشر:<br>ختام البرنامج (الختامية)                             | عرض بعض النصائح الزوجية علي ربات الأسر لمساعدتهن على تحقيق حياة زوجية وأسرية مستقرة ، ثم توزيع الاستبانة عليهن لقياس مستوى التحسن في إدارة الذات والمناخ الأسرى وقياس مدى فاعلية البرنامج .   |   |  |  |          |

النتائج

بلغت نسبتهم 67.3% ، وبلغت نسبة من يسكنون في مسكن مشترك مع الأقارب 32.7% .

كما يتضح أن أكثر من نصف عينة الدراسة ذات مستويات دخل منخفضة حيث بلغت نسبتهم 54.8% ثم يليها الأسر ذات الدخل المتوسط وبلغت نسبتهم 37.5% بينما قلت نسبة الأسر ذات الدخل المرتفع حيث بلغت نسبتهم 7.6% .  
وأيضاً يوضح الجدول أن أكثر من نصف ربات الأسر عينة الدراسة لا يشاركن في مصروف المنزل حيث بلغت نسبتهم 61.4% ، وبلغت نسبة من يشاركن بكل راتبهم في مصروف المنزل 24.9% ، في حين قلت نسبة من يشاركن بنصف وربع الراتب وبلغت نسبتهم على التوالي 8.9% ، 4.9% .  
ويظهر الجدول تقارب المستوى التعليمي للأزواج والزوجات حيث بلغت نسبة مستوى التعليم المتوسط لدى الأزواج 50.3% والزوجات 47.0% ، كذلك بلغت نسبة مستوى التعليم المرتفع لدى الأزواج 30.8% والزوجات 39.5% ، بينما قلت نسبة التعليم المنخفض لدى الأزواج والزوجات حيث بلغت نسبتهم على التوالي 18.9% ، 13.5% . كما يوضح الجدول ارتفاع نسبة الأزواج والزوجات اللذين يعملون كموظفين حكوميين حيث بلغت نسبة الأزواج 27.6% وبلغت نسبة الزوجات 31.6% . وارتفع نسبة الزوجات اللاتي لا يعملن حيث بلغت نسبتهم 60.8% ، بينما قلت نسبة الأزواج اللذين لا يعملون وبلغت نسبتهم 2.4% . وقاربت نسبة الأزواج اللذين يعملون كعمل حرفي وعمل حر حيث بلغت نسبتهم على التوالي 31.9% ، 28.6% ، بينما قلت نسبة الزوجات اللاتي يعملن كعمل حرفي وعمل حر حيث بلغت نسبتهم على التوالي 0.8% ، 5.7% . واتضح أن 1.9% من الأزواج على المعاش أما الزوجات فبلغت نسبتهم 0.8% . وبلغت نسبة الأزواج المتوفين 7.6% في حين ثلاثت نسبة الزوجات المتوفيات حيث شمل التطبيق النساء .

أولاً : خصائص عينة الدراسة الأساسية :

يفسر جدول (4) تقارب نسبة الزوجات الريفيات وبلغت نسبتهم 47.0% والزوجات الحضريات وبلغت نسبتهم 53.0% .  
زيادة نسبة ربات الأسر المتزوجات حيث بلغت نسبتهم 87.3% بينما قلت نسبة ربات الأسر الأمل وبلغت نسبتهم 12.7% .  
ويوضح أن أكثر عينة الدراسة لديهم من 1 – 3 أبناء حيث بلغت نسبتهم 71.6% ويليها من لديهم من 4 – 6 أبناء وبلغت نسبتهم 22.7% ، بينما قلت نسبة من ليس لديهم أبناء حيث بلغت نسبتهم 4.6% وكذلك من لديهم 7 أبناء فأكثر حيث بلغت نسبتهم 1.1% .  
وبيين أن 25.9% من ربات الأسر عينة الدراسة تراوحت مدة زواجهن من 10 وحتى أقل من 15 سنة ، يليها ربات الأسر التي كانت مدة زواجهن 20 سنة فأكثر وكانت نسبتهم 23.2% ، ربات الأسر التي مضى على زواجهن من 15 وحتى أقل من 20 سنة حيث بلغت نسبتهم 21.1% ، في حين تقاربت نسبة ربات الأسر التي تراوحت مدة زواجهن من 5 وحتى أقل من 10 سنوات ، أقل من 5 سنوات وبلغت نسبتهم على التوالي 17.3% ، 12.4% .  
كما يظهر زيادة نسبة الزوجات غير العاملات حيث بلغت نسبتهم 60.8% بينما قلت نسبة الزوجات العاملات وبلغت نسبتهم 39.2% . ويوضح أن حوالي ثلاثة أرباع عينة الدراسة لديهم مساكن ملك حيث بلغت نسبتهم 81.1% بينما قلت نسبة أصحاب المساكن الإيجار وبلغت نسبتهم 18.9% . ويوضح أن أكثر من نصف عينة الدراسة يسكنون في منزل مستقل بعيد عن الأهل حيث

جدول 4. التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الديمغرافية للدراسة

| البيانات العامة | العدد         | %   | البيانات العامة | العدد                     | %   |       |
|-----------------|---------------|-----|-----------------|---------------------------|-----|-------|
| مكان السكن      | ريف           | 174 | 47.0            | متزوجة                    | 323 | 87.3  |
|                 | حضر           | 196 | 53.0            | أرملة                     | 47  | 12.7  |
|                 | الإجمالي      | 370 | 100.0           | الإجمالي                  | 370 | 100.0 |
| البيانات العامة | العدد         | %   | البيانات العامة | العدد                     | %   |       |
| عدد الأبناء     | لا يوجد أبناء | 17  | 4.6             | أقل من 5 سنوات            | 46  | 12.4  |
|                 | من 1-3 أبناء  | 265 | 71.6            | من 5 وحتى أقل من 10 سنوات | 64  | 17.3  |
|                 | من 4-6 أبناء  | 84  | 22.7            | من 10 وحتى أقل من 15 سنة  | 96  | 25.9  |
|                 | 7 أبناء فأكثر | 4   | 1.1             | من 15 وحتى أقل من 20 سنة  | 78  | 21.1  |
|                 | الإجمالي      | 370 | 100.0           | 20 سنة فأكثر              | 86  | 23.2  |
| البيانات العامة | العدد         | %   | البيانات العامة | العدد                     | %   |       |
| عمل الزوجة      | لا تعمل       | 225 | 60.8            | ملك                       | 300 | 81.1  |
|                 | تعمل          | 145 | 39.2            | إيجار                     | 70  | 18.9  |
|                 | الإجمالي      | 370 | 100.0           | الإجمالي                  | 370 | 100.0 |

تابع جدول 4. التوزيع النسبي لعينة الدراسة وفقاً للمتغيرات الديمغرافية للدراسة

| البيانات العامة |       | البيانات العامة |       | البيانات العامة |       |
|-----------------|-------|-----------------|-------|-----------------|-------|
| العدد           | %     | العدد           | %     | العدد           | %     |
| 249             | 67.3  | 249             | 67.3  | 249             | 67.3  |
| 121             | 32.7  | 121             | 32.7  | 121             | 32.7  |
| 370             | 100.0 | 370             | 100.0 | 370             | 100.0 |
| 143             | 38.6  | 143             | 38.6  | 143             | 38.6  |
| 227             | 61.4  | 227             | 61.4  | 227             | 61.4  |
| 370             | 100.0 | 370             | 100.0 | 370             | 100.0 |
| 33              | 8.9   | 33              | 8.9   | 33              | 8.9   |
| 37              | 10.0  | 37              | 10.0  | 37              | 10.0  |
| 40              | 10.8  | 40              | 10.8  | 40              | 10.8  |
| 89              | 24.1  | 89              | 24.1  | 89              | 24.1  |
| 57              | 15.4  | 57              | 15.4  | 57              | 15.4  |
| 97              | 26.2  | 97              | 26.2  | 97              | 26.2  |
| 4               | 1.1   | 4               | 1.1   | 4               | 1.1   |
| 13              | 3.5   | 13              | 3.5   | 13              | 3.5   |
| 370             | 100.0 | 370             | 100.0 | 370             | 100.0 |
| 9               | 2.4   | 9               | 2.4   | 9               | 2.4   |
| 118             | 31.9  | 118             | 31.9  | 118             | 31.9  |
| 102             | 27.6  | 102             | 27.6  | 102             | 27.6  |
| 106             | 28.6  | 106             | 28.6  | 106             | 28.6  |
| 7               | 1.9   | 7               | 1.9   | 7               | 1.9   |
| 28              | 7.6   | 28              | 7.6   | 28              | 7.6   |
| 370             | 100.0 | 370             | 100.0 | 370             | 100.0 |
| 80              | 21.6  | 80              | 21.6  | 80              | 21.6  |
| 1               | 0.3   | 1               | 0.3   | 1               | 0.3   |
| 20              | 5.4   | 20              | 5.4   | 20              | 5.4   |
| 17              | 4.6   | 17              | 4.6   | 17              | 4.6   |
| 3               | 0.8   | 3               | 0.8   | 3               | 0.8   |
| 5               | 1.4   | 5               | 1.4   | 5               | 1.4   |
| 3               | 0.8   | 3               | 0.8   | 3               | 0.8   |
| 10              | 2.7   | 10              | 2.7   | 10              | 2.7   |
| 6               | 1.6   | 6               | 1.6   | 6               | 1.6   |
| 225             | 60.8  | 225             | 60.8  | 225             | 60.8  |
| 370             | 100.0 | 370             | 100.0 | 370             | 100.0 |

ويظهر الجدول زيادة نسبة ربات الأسر المتزوجات حيث بلغت نسبتهم 66.6% بينما قلت نسبة ربات الأسر الأرمال وبلغت نسبتهم 33.4% . ويوضح الجدول أن أكثر عينة الدراسة التجريبية لديهم من 4 - 6 أبناء حيث بلغت نسبتهم 50.0% ويلبها من لديهم من 1 - 3 أبناء وبلغت نسبتهم 43.3% ، بينما قلت نسبة من من لديهم 7 أبناء فأكثر حيث بلغت نسبتهم 6.7% . ويبين الجدول أن 50.0% من ربات الأسر عينة الدراسة التجريبية تراوحت مدة زواجهن من 15 وحتى أقل من 20 سنة ، يليها ربات الأسر التي تراوحت مدة زواجهن من 5 وحتى أقل من 10 سنة وكانت نسبتهم 23.3% ، ربات الأسر التي مضى على زواجهن من 10 وحتى أقل من 15 سنة حيث بلغت نسبتهم 16.7% ، في حين قلت نسبة ربات الأسر التي كانت مدة زواجهن 20 سنة فأكثر وبلغت نسبتهم 10.0% . ويظهر الجدول زيادة نسبة الزوجات العاملات حيث بلغت نسبتهم 16.7% بينما قلت نسبة الزوجات غير العاملات وبلغت نسبتهم 13.3% . ويوضح الجدول أن جميع عينة الدراسة التجريبية لديهم مساكن ملك حيث بلغت نسبتهم 100.0% ، حيث شمل التطبيق من لديهم مساكن ملك فقط . ويوضح الجدول أن جميع عينة الدراسة التجريبية يعيشون في مسكن مشترك مع الأقارب حيث بلغت نسبتهم 100.0% ، حيث شمل التطبيق من يعيشون في مسكن مشترك مع الأقارب فقط . ينضح من الجدول أن غالبية عينة الدراسة التجريبية دخلهم يتراوح ما بين 800 الى أقل من 1200 جنيه حيث بلغت نسبتهم 66.7% ثم يليها الأقل من 800 جنيه وبلغت نسبتهم 16.6% بينما تقاربت نسبة من تراوح دخلهم بين

ويبين الجدول تنوع مصادر الدخل لدى عينة الدراسة حيث كانت النسبة الأكبر لنوى الرواتب حيث بلغت نسبة ربات الأسر اللاتي يعتمدن في مصادر الدخل على رواتب أزواجهن 60.8% حيث انهم غير عاملات ، وبلغت نسبة من يعتمدن على رواتبهن فقط 21.6% ، في حين قلت نسبة من يعتمدون في دخلهم على (معاش ، راتب / أراضي ، راتب / أعمال حرة ، معاش / عقارات / أراضي ، عقارات / عقارات / أراضي ، أراضي / مشروعات ، مشروعات / أعمال حرة ، أرباح سندات / أسهم) حيث بلغت نسبتهم على التوالي (0.3% ، 5.4% ، 4.6% ، 0.8% ، 1.4% ، 0.8% ، 2.7% ، 1.6% ) . ويوضح الجدول أن أكثر من نصف ربات الأسر عينة الدراسة يحرصن على عمل ميزانية للأسرة حيث بلغت نسبتهم 73.2% ، في حين قلت نسبة من لا يحرصن على عمل ميزانية للمنزل وبلغت نسبتهم 26.8% . كما يوضح الجدول أن أكثر من نصف ربات الأسر عينة الدراسة لا يكفي الدخل احتياجات الأسرة حيث بلغت نسبتهم 54.9% ، كما كانت نسبة من يكفي الدخل احتياجاتهم الأسرية 45.1% . وإيضاً يوضح الجدول، أن حوالي ثلاثة أرباع عينة الدراسة يلجئون الى الاقتراض لتلبية احتياجات الأسرة حيث بلغت نسبتهم 77.6% ، كما كانت نسبة من يزدن دخلهم بعمل آخر 22.4% .

#### ثانياً: خصائص عينة الدراسة التجريبية :

1- مكان سكن الأسرة : يوضح جدول (5) أن جميع عينة الدراسة التجريبية كانت من الريف وبلغت نسبتهم 100.0% ، حيث شمل التطبيق الريف فقط .



ويظهر الجدول ارتفاع نسبة الأزواج والزوجات اللذين يعملون كموظفين حكوميين حيث بلغت نسبة الأزواج 40.0% وبلغت نسبة الزوجات 66.7% ، يليها نسبة الأزواج اللذين يعملون كحرفي 20.0% ، بينما قلت نسبة الزوجات اللاتي يعملن كحرفي حيث بلغت نسبتهم 6.7% ، بلغت نسبة الزوجات اللاتي لا يعملن 13.3% ، بينما تالشت نسبة الأزواج اللذين لا يعملون ، في حين بلغت نسبة الأزواج المتوفين 33.3% في حين تالشت نسبة الزوجات المتوفيات حيث شمل التطبيق النساء .

1200 الى اقل من 1600 ، من 2500 الى اقل من 3000 وبلغت نسبتهم على التوالي 10.0% ، 6.7% .  
ويظهر الجدول أنه تم التطبيق على عينة الدراسة التجريبية في المستوى المنخفض والمتوسط حيث بلغت نسبة من يقرأ ويكتب فقط من الأزواج 6.7% ، ومن الزوجات 3.3% ، وكانت نسبة من هم في المرحلة الابتدائية من الأزواج 13.3% ، ومن الزوجات 16.7% ، كما كانت نسبة من هم في المرحلة المتوسطة من الأزواج 23.3% ، ومن الزوجات 30.0% ، في حين زادت نسبة من هم في المرحلة الثانوية من الأزواج والزوجات وبلغت نسبتهم على التوالي 56.7% ، 50.0% .

جدول 5. التوزيع النسبي لعينة الدراسة التجريبية وفقا لمكان سكن الأسرة

| البيانات العامة |       | البيانات العامة   |       | البيانات العامة           |       |
|-----------------|-------|-------------------|-------|---------------------------|-------|
| العدد           | %     | العدد             | %     | العدد                     | %     |
| 30              | 100.0 | 30                | 100.0 | 30                        | 100.0 |
| ريف             | -     | الحالة الاجتماعية | -     | متزوجة                    | 66.7  |
| حضر             | -     |                   | -     | أرملة                     | 33.3  |
| الإجمالي        | 30    | الإجمالي          | 30    | الإجمالي                  | 100.0 |
| البيانات العامة |       | البيانات العامة   |       | البيانات العامة           |       |
| العدد           | %     | العدد             | %     | العدد                     | %     |
| -               | -     | -                 | -     | -                         | -     |
| لا يوجد أبناء   | -     | مدة الزواج        | -     | أقل من 5 سنوات            | 23.3  |
| من 1-3 أبناء    | 43.3  |                   | 43.3  | من 5 وحتى أقل من 10 سنوات | 16.7  |
| من 4-6 أبناء    | 50.0  |                   | 50.0  | من 10 وحتى أقل من 15 سنة  | 50.0  |
| 7 أبناء فأكثر   | 6.7   |                   | 6.7   | من 15 وحتى أقل من 20 سنة  | 10.0  |
| الإجمالي        | 30    | الإجمالي          | 100.0 | 20 سنة فأكثر              | 3     |
|                 |       | الإجمالي          | 30    | الإجمالي                  | 100.0 |

تابع جدول 5. التوزيع النسبي لعينة الدراسة التجريبية وفقا لمكان سكن الأسرة

| البيانات العامة          |       | البيانات العامة              |       | البيانات العامة         |       |
|--------------------------|-------|------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| العدد                    | %     | العدد                        | %     | العدد                   | %     |
| 4                        | 13.3  | 4                            | 13.3  | 5                       | 16.6  |
| لا تعمل                  | -     | وقت الدخل المالي للأسرة      | -     | أقل من 800 جنيه         | 66.7  |
| تعمل                     | 16.7  |                              | 16.7  | من 800 إلى أقل من 1200  | 10.0  |
| الإجمالي                 | 30    |                              | 100.0 | من 1200 إلى أقل من 1600 | -     |
| البيانات العامة          |       | البيانات العامة              |       | البيانات العامة         |       |
| العدد                    | %     | العدد                        | %     | العدد                   | %     |
| -                        | -     | -                            | -     | -                       | -     |
| منزل مستقل بعيد عن الأهل | -     | النسبة المئوية               | -     | من 1600 إلى أقل من 2000 | 6.7   |
| مسكن مشترك مع الأقارب    | 30    |                              | 100.0 | من 2000 إلى أقل من 2500 | -     |
| الإجمالي                 | 30    |                              | 100.0 | من 2500 إلى أقل من 3000 | -     |
|                          |       | الإجمالي                     | 30    | أكثر من 3000            | 100.0 |
|                          |       | الإجمالي                     | 30    | الإجمالي                | 100.0 |
| البيانات العامة          |       | البيانات العامة              |       | البيانات العامة         |       |
| العدد                    | %     | العدد                        | %     | العدد                   | %     |
| -                        | -     | -                            | -     | -                       | -     |
| أمي                      | 6.7   | المستوى التعليمي لربة الأسرة | 6.7   | أمي                     | 3.3   |
| أقرأ وأكتب               | 13.3  |                              | 13.3  | أقرأ وأكتب              | 16.7  |
| مرحلة ابتدائية           | 23.3  |                              | 23.3  | مرحلة ابتدائية          | 50.0  |
| مرحلة متوسطة             | 56.7  |                              | 56.7  | مرحلة متوسطة            | -     |
| مرحلة ثانوية             | -     |                              | -     | مرحلة ثانوية            | -     |
| مرحلة جامعية             | -     |                              | -     | مرحلة جامعية            | -     |
| مرحلة ماجستير            | -     |                              | -     | مرحلة ماجستير           | -     |
| مرحلة دكتوراه            | -     |                              | -     | مرحلة دكتوراه           | -     |
| الإجمالي                 | 30    | الإجمالي                     | 100.0 | الإجمالي                | 30    |
| البيانات العامة          |       | البيانات العامة              |       | البيانات العامة         |       |
| العدد                    | %     | العدد                        | %     | العدد                   | %     |
| -                        | -     | -                            | -     | -                       | -     |
| لا يعمل                  | 20.0  | مهنة الزوجة                  | 20.0  | لا يعمل                 | 13.3  |
| عمل حرفي                 | 40.0  |                              | 40.0  | عمل حرفي                | 6.7   |
| موظف حكومي               | 6.7   |                              | 6.7   | موظف حكومي              | 13.3  |
| عمل حر                   | -     |                              | -     | عمل حر                  | -     |
| على المعاش               | 33.3  |                              | 33.3  | على المعاش              | -     |
| متوفى                    | 100.0 |                              | 100.0 | متوفى                   | -     |
| الإجمالي                 | 30    | الإجمالي                     | 100.0 | الإجمالي                | 30    |
| البيانات العامة          |       | البيانات العامة              |       | البيانات العامة         |       |
| العدد                    | %     | العدد                        | %     | العدد                   | %     |
| -                        | -     | -                            | -     | -                       | -     |
| ملك                      | -     | ملكية                        | -     | ملك                     | -     |
| إيجار                    | -     |                              | -     | إيجار                   | -     |
| الإجمالي                 | 30    | الإجمالي                     | 100.0 | الإجمالي                | 30    |

ثانياً: النتائج في ضوء الفروض:

1- نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين إدارة الذات والمناخ الأسري " .  
وللتحقق من صحة الفرض إحصائياً تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين المتغيرات الخاصة بالدراسة المتمثلة في إدارة الذات بمحاورها الأربعة (إدارة الوقت، إدارة الدخل المالي ، اتخاذ القرار ، إدارة العلاقات

الأسرية) ، المناخ الأسري بمحاوره الثلاثة (الالتزام الأسري ، التفاعل الأسري ، الترابط الأسري ) ويوضح ذلك جدول (6):

أولاً : العلاقات الارتباطية بين إدارة الذات بمحاورها الأربعة والمناخ الأسري بمحاوره الثلاثة :

يتضح من جدول (6) انه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين إدارة الوقت وكل من (الالتزام الأسري ، التفاعل الأسري ، الترابط الأسري ، إجمالي المناخ الأسري). وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين إدارة الدخل المالي

الترابط الأسرى ، إجمالي المناخ الأسرى). وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين إجمالي إدارة الذات وكل من (الالتزام الأسرى ، التفاعل الأسرى ، الترابط الأسرى ، إجمالي المناخ الأسرى). اتفقت هذه النتائج مع دراسة رشا السيد فرج (2006 : 100) ودراسة إنعام أحمد شعبي (2009 : 108) حيث أثبتت الدراسات وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين العلاقات الأسرية والقدرة على إتخاذ القرارات وتحمل المسؤوليات . كما اتفقت هذه النتائج مع دراسة (Sameroff et al (2003 : 364) حيث أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين المناخ الأسرى وإدارة الذات .

## 2- النتائج في ضوء الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات استبيان إدارة الذات بمحاورة ( إدارة الوقت، إدارة الدخل المالي، اتخاذ القرار، إدارة العلاقات الأسرية) في القياس القبلي والقياس البعدي لصالح التطبيق البعدي " وللتحقق من صحة هذا الفرض احصائياً تم ايجاد قيمة (ت) للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي (الأداء القبلي) وبعده تطبيق البرنامج الإرشادي (الأداء البعدي) والجدول من (9) الى (10) توضح ذلك.

## جدول 9. دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسر عينة الدراسة التجريبية في إدارة الذات بمحاورها الأربعة قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي

| البيانات               | قبل تطبيق البرنامج |               | بعد تطبيق البرنامج |               | مستوى الدلالة  |
|------------------------|--------------------|---------------|--------------------|---------------|----------------|
|                        | ن=30               | متوسط الحسابي | ن=30               | متوسط الحسابي |                |
| إدارة الوقت            | 38.00              | 6.19          | 78.00              | 6.19          | دالة عند 0.001 |
| إدارة الدخل المالي     | 38.63              | 5.89          | 77.36              | 5.89          | دالة عند 0.001 |
| اتخاذ القرار           | 32.10              | 5.40          | 67.90              | 5.40          | دالة عند 0.001 |
| إدارة العلاقات الأسرية | 35.93              | 7.57          | 76.06              | 7.57          | دالة عند 0.001 |
| إجمالي إدارة الذات     | 144.66             | 20.32         | 299.33             | 20.32         | دالة عند 0.001 |

الأسرى، الترابط الأسرى) في القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض احصائياً تم ايجاد قيمة (ت) للوقوف على دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي (الأداء القبلي) وبعده تطبيق البرنامج الإرشادي (الأداء البعدي) جدول (10) يوضح ذلك.

وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ربات الأسر عينة الدراسة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي في كل من (الالتزام الأسرى ، التفاعل الأسرى ، الترابط الأسرى ، إجمالي المناخ الأسرى) حيث بلغت قيمة (ت) على التوالي (-26.69 ، -52.87 ، -20.36 ، -33.04) وهي قيم دالة إحصائياً عند 0.001 لصالح التطبيق البعدي ، وترجع الباحثة السبب في ذلك الى إثراء المادة العلمية التي تم تقديمها لربات الأسر ، كذلك الى استخدام وسائل تعليمية مشوقة وممتعة لهم مثل تمثيل الأدوار وعرض الأفلام التي تحتوي على المواقف الحياتية المختلفة وكذلك استخدام اللوحات الإرشادية والرسوم التخطيطية والتنوع في أساليب الشرح أثناء الجلسة الواحدة من مناقشة في مجموعات ومحاضرة وعصف ذهني.

مما سبق يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0.001 بين متوسط درجات عينة الدراسة التجريبية في إدارة الذات والمناخ الأسرى بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي . لتحديد حجم تأثير البرنامج الإرشادي لتنمية إدارة الذات للمرأة وعلاقته بالمناخ الأسرى عينة الدارسة التجريبية ، استخدمت الباحثة مربع إيتا ويتحدد حجم التأثير كما يلي:

التأثير الذي يفسر حوالي 1% من التباين الكمي يدل على تأثير ضئيل.

التأثير الذي يفسر حوالي 6% من التباين يعد تأثيراً متوسطاً .

التأثير الذي يفسر حوالي 15% فأكثر من التباين الكمي يعد تأثيراً مرتفعاً.

وكل من (الالتزام الأسرى ، التفاعل الأسرى ، الترابط الأسرى ، إجمالي المناخ الأسرى). وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين اتخاذ القرار وكل من (الالتزام الأسرى ، التفاعل الأسرى ، الترابط الأسرى ، إجمالي المناخ الأسرى).

## جدول 6. معاملات ارتباط بيرسون بين إدارة الذات بمحاورها الأربعة والمناخ الأسرى بمحاورة الثلاثة

| الأبعاد              | إدارة الوقت          | إدارة الدخل المالي | اتخاذ القرار      | إدارة العلاقات إجمالي إدارة الذات |
|----------------------|----------------------|--------------------|-------------------|-----------------------------------|
| الالتزام الأسرى      | 0.959***             | 0.977***           | 0.982***          | 0.976***                          |
| التفاعل الأسرى       | 0.958***             | 0.977***           | 0.983***          | 0.976***                          |
| الترابط الأسرى       | 0.959***             | 0.976***           | 0.981***          | 0.975***                          |
| إجمالي المناخ الأسرى | 0.963***             | 0.981***           | 0.986***          | 0.980***                          |
|                      | دالة عند 0.001 (***) | دالة عند 0.01 (**) | دالة عند 0.05 (*) |                                   |

وتوجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند 0.001 بين إدارة العلاقات الأسرية وكل من (الالتزام الأسرى ، التفاعل الأسرى ،

يتضح من جدول (9) ما يلي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات ربات الأسر عينة الدراسة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي في كل من (إدارة الوقت ، إدارة الدخل المالي ، اتخاذ القرار ، إدارة العلاقات الأسرية ، إجمالي إدارة الذات) حيث بلغت قيمة (ت) على التوالي (-17.98 ، -17.69 ، -18.12 ، -14.50 ، -20.84) وهي قيم دالة إحصائياً عند 0.001 لصالح التطبيق البعدي ، وترجع الباحثة السبب في ذلك الى تشجيع وتحمس ربات الأسر لمعرفة كل ما يخص إدارة الذات وحبهن لتعلم مهارة إدارة الوقت وخاصة وقت الفراغ وكذلك التعرف على مراحل اتخاذ القرارات الرشيدة وكيفية إدارة الدخل وعمل ميزانية وكذلك كيفية جعل العلاقات والروابط الأسرية مترابطة ومتناسكة بين كافة أفراد الأسرة من مراعاة لمصالح الزوج والأبناء دون الضغط على ربة المنزل وإهمال مصطلحتها حيث أبدين استعداداً كبيراً لتعلم الأساسيات الصحيحة لإدارة الذات وظهر ذلك خلال عرض وإثراء المادة العلمية التي تم تقديمها من خلال البرنامج والتعدد في استخدام الوسائل التعليمية المشوقة والممتعة لهن بالإضافة إلى التنوع في أساليب الشرح أثناء الجلسة الواحدة من مناقشة في مجموعات ومحاضرة وعصف ذهني ، وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة عبد الله عبد العزيز محمد (2011 : 37 - 47) حيث أثبتت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية كما توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائياً عند 0.001 بين نتائج القياسين القبلي والبعدي في أبعاد إدارة الذات لدى المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي.

## 3- نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات استبيان المناخ الأسرى بمحاورة ( الالتزام الأسرى ، التفاعل

جدول 10. دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربات الأسرى عينة الدراسة التجريبية في المناخ الأسرى بمحاوره الثلاثة قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي

| البيان<br>البيد      | قبل تطبيق البرنامج<br>ن=30 |                      | بعد تطبيق البرنامج<br>ن=30 |                      | مستوى الدلالة  |
|----------------------|----------------------------|----------------------|----------------------------|----------------------|----------------|
|                      | المتوسط<br>الحسابي         | الانحراف<br>المعياري | المتوسط<br>الحسابي         | الانحراف<br>المعياري |                |
| الالتزام الأسرى      | 37.10                      | 5.10                 | 86.90                      | 5.10                 | دالة عند 0.001 |
| التفاعل الأسرى       | 38.90                      | 5.60                 | 93.00                      | 0.01                 | دالة عند 0.001 |
| الترباط الأسرى       | 36.56                      | 5.76                 | 79.43                      | 5.76                 | دالة عند 0.001 |
| اجمالي المناخ الأسرى | 112.56                     | 14.62                | 259.33                     | 9.89                 | دالة عند 0.001 |

**يوضح جدول (11) ما يلي :**

- حجم تأثير أيتا ( $\eta^2$ ) للبرنامج الإرشادي ككل لعينة الدراسة التجريبية في إدارة الذات بمحاوره (إدارة الوقت ، إدارة الدخل المالي ، اتخاذ القرار ، إدارة العلاقات الأسرية ، إجمالي إدارة الذات) حسب قيمة مربع أيتا ( $\eta^2$ ) قد بلغ (0.91 ، 0.91 ، 0.91 ، 0.87 ، 0.93) وهذا يعني أن نسبة التباين الكلي لدرجات أفراد العينة التي ترجع إلى تأثير البرنامج قد بلغ (91% ، 91% ، 91% ، 87% ، 93%) على التوالي وبالتالي يعتبر ذو حجم تأثير كبير إذا ما قورن بالقيمة النظرية المذكورة.

- حجم تأثير أيتا ( $\eta^2$ ) للبرنامج الإرشادي ككل لعينة الدراسة التجريبية في إدارة الذات بمحاوره (إدارة الوقت ، إدارة الدخل المالي ، اتخاذ القرار ، إدارة العلاقات الأسرية ، إجمالي إدارة الذات) حسب قيمة مربع أيتا ( $\eta^2$ ) قد بلغ (0.96 ، 0.99 ، 0.93 ، 0.97) وهذا يعني أن نسبة التباين الكلي لدرجات أفراد العينة التي ترجع إلى تأثير البرنامج قد بلغ (96% ، 99% ، 93% ، 97%) على التوالي وبالتالي يعتبر ذو حجم تأثير كبير إذا ما قورن بالقيمة النظرية المذكورة.

جدول 11. حجم تأثير البرنامج الإرشادي في تنمية إدارة الذات والمناخ الأسرى لدى عينة الدراسة التجريبية (ن=30) حسب قيمة مربع أيتا ( $\eta^2$ )

| المتغير المستقل  | المتغير التابع         | درجة الحرية | قيمة (ت) | قيمة مربع أيتا ( $\eta^2$ ) | حجم التأثير |
|--|------------------------|-------------|----------|-----------------------------|-------------|
| استنبان إدارة الذات  |                        |             |          |                             |             |
| برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الأسرى | إدارة الوقت            | 29          | 17.69-   | 0.91                        | كبير        |
|  | إدارة الدخل المالي     | 29          | 17.98-   | 0.91                        | كبير        |
|  | اتخاذ القرار           | 29          | 18.12-   | 0.91                        | كبير        |
|  | إدارة العلاقات الأسرية | 29          | 14.50-   | 0.87                        | كبير        |
|  | إجمالي إدارة الذات     | 29          | 20.84-   | 0.93                        | كبير        |
| استنبان المناخ الأسرى  |                        |             |          |                             |             |
| برنامج إرشادي لتنمية إدارة الذات لدى المرأة وعلاقته بالمناخ الأسرى | الالتزام الأسرى        | 29          | 26.69-   | 0.96                        | كبير        |
|  | التفاعل الأسرى         | 29          | 52.87-   | 0.99                        | كبير        |
|  | الترباط الأسرى         | 29          | 20.36-   | 0.93                        | كبير        |
|  | اجمالي المناخ الأسرى   | 29          | 33.04-   | 0.97                        | كبير        |

### المراجع

أحمد حسن الزيات . إبراهيم مصطفى (1960): المعجم الوسيط ، الجزء الثاني ، مكتبة كلية التربية ، جامعة المنصورة .  
 أريج عبد الرحمن ناصر الشماسي (2002) : "عدد ساعات العمل الرسمي للمرأة العاملة وأثرها على إنتاجها: دراسة ميدانية على بعض الأجهزة الحكومية في مدينة جدة" ، رسالة ماجستير ، جامعة الملك عبدالعزيز ، المملكة العربية السعودية .  
 أمل العوادة (2009) : العنف ضد المرأة العاملة في القطاع الصحي ، عمان: دار البارودي العلمية .  
 إنعام أحمد عابد شعبي (2009) : أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها باتخاذ الأبناء لقراراتهم في المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للاقتصاد المنزلي ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .  
 بدرية الحوسنى (2006) : أثر الممارسات الوالدية وبعض المتغيرات الديمغرافية المتعلقة بالوالدين على مفهوم الذات وتوكيد الذات لدى طالبات مرحلة ما بعد التعليم الأساسي بسلطنة عمان ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، الأردن .  
 بيتر هانسون (2000) : ضغط العمل طريقك إلى النجاح ، ط1 ، الدوحة ، مكتبة جرير .  
 حامد عبد السلام زهران (2005) : الصحة النفسية والعلاج النفسي ، القاهرة ، عالم الكتب .  
 خديجة الزدجالي (2009) : تمكين المرأة العمالية والتحديات المجتمعية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة عين شمس ، مصر .  
 رجوة بنت سمران الهنلي (2010) : إدارة الذات وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى مديرات ومساعدات ومعلمات مدارس المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة من وجهة نظرهن ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية .  
 رشا السيد فرج (2006) : "بعض أساليب المعاملة الوالدية وأثرها على اتخاذ القرارات المنزلية وتحمل المسؤوليات لدى الأبناء" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية النوعية ، جامعة المنصورة .

### توصيات الدراسة

التوصيات في ضوء آليات التنفيذ التالية بعد ما تقدم من عرض ومناقشة نتائج الدراسة توصي الباحثة بما يلي :

- 1- العمل على تطوير مناهج الاقتصاد المنزلي من خلال الاهتمام الأكاديمي والتركيز على الجوانب السلوكية والمعرفية والإجرائية في تدريس المفاهيم والمدرجات الأساسية المرتبطة بإدارة المنزل بدءاً من مراحل التعليم الأولى. حتى يمكن غرس وتعميق قيم مفهوم الذات والسلوك الإداري وممارسته بالشكل الذي يحقق الأهداف المنشودة.
- 2- توعية الطلاب بكيفية تحقيق أهدافهم بأحسن الوسائل وأقل التكاليف في حدود مواردهم ، والتسهيلات المتاحة عن طريق تطبيق العملية الإدارية بمراحلها المختلفة بطريقة كاملة وصحيحة ، وذلك عن طريق عقد دورات تدريبية للطلاب لتعليمهم طرق إدارة مواردهم المتاحة ورفع مستواها لديهم.
- 3- أن يكون تعليم إدارة المنزل مسئولية شخص كفاء ليس فقط في تدريس الناحية النظرية ولكن أيضاً في ترجمتها إلى خبرات تعليمية للطالبات.
- 4- توجيه النظر نحو الدور الذي تلعبه الإدارة المنزلية في نجاح العلاقات الإنسانية بين أعضاء الأسرة ، مما يساعدهم على الوصول إلي الأهداف المنشودة التي تتصل بجوانب حياتهم المختلفة وذلك لتحقيق مناخ أسري سوي
- 5- عقد برامج تثقيفية لتوعية طالبات الجامعة بأسس الإدارة المنزلية وتهيب الطالبة الجامعية لكي تصبح ربة أسرة وتنمي اتجاهها نحو المشاركة في استقرار الأسرة وبذلك يمكننا استثمار هذه الطاقات البشرية أقصى استثمار ممكن مما يعود على الأسرة والمجتمع بالخير والفائدة.

- محمد حسنين العجمي (2000): الإدارة المدرسية، دار الفكر العربي، مدينة نصر، القاهرة.
- محمد صايب (2007): مفهوم الذات، دراسة ميدانية مقارنة بين السجناء والأحداث، <http://www.nesasy.org>.
- محمد قاسم القرني (2001): السلوك التنظيمي - دراسة السلوك الفردي والجماعي في المنظمات الإدارية، مؤسسة دار الأرقم، عمان، ط 2.
- مهند عبد العلي (2003): مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي حنين ونابلس، <http://scholar.najah.edu/sites/default/files/all-20th%20thesis/2924786.pdf>
- وفاء المعمرى (2005): عمل الزوجة وأثره على أوضاعها الأسرية، مسقط: مطبعة المدينة.
- Harris, H. (2004): Global Careers: Work-life Issues and the Adjustment of Women International Managers', *Journal of Management Development*, 23(9): 818-32.
- Marshall, M. (2003): Program Development, "Extension's Processes for Educational Programming", Texas Agricultural Extension Service.
- Metcalf, B. D. (2007): Gender and Human Resource Management in the Middle East, *The International Journal of Human Resource Management*, 18(1): 54-74.
- Sameroff, A., Gutman, L., M., & Peck, S., C. (2003): Adaptation Among Youth Facing Multiple Risks, in Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities, Edited by Suniya Luthar, Cambridge, UK: Cambridge University Press, pp. 364 - 391.
- Vianna VPT, Silva EA, Souza-Formigani ML (2007): Portuguese Version of the Family Environmental Scale: Application and Validation. *Rev Saude Publica*; 41(3): 419
- ريما سعد محمد أبو حميد (2007): علاقة إدارة الذات بالقدرة على اتخاذ القرارات الحياتية لدى المرأة السعودية - دراسة على عينة من السيدات السعوديات العاملات وغير العاملات في مدينة جدة، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبدالعزيز، المملكة العربية السعودية.
- سامية حسن الساعتي (2003): علم إجتماع المرأة، مكتبة الأسرة، القاهرة، مصر.
- سناء الخولي (2003): الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع، بيروت.
- صالح الداھري (2008): أساسيات الإرشاد الزواجي والأسري، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- طلعت منصور (2010): اختيار التوجه الشخصي وقياس تحقيق الذات، مكتبة الأنجلو المصرية - القاهرة.
- عبد الرحمن محمد العيسوي (ب) (2004): علم النفس الأسري، المشكلات والبرامج الإرشادية، عمان: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- عبد المجيد سيد منصور. وذكريا أحمد الشربيني (2000): الأسرة على مشارف القرن 21 (الأدوار - المرض النفسي - المسئوليات)، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبدالله عبد العزيز محمد الخرعان (2011): مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية مفهوم الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية جامعة الإمام محمد ابن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.
- عفراء إبراهيم خليل العبيدي (٢٠٠٦): المناخ الأسري وعلاقته بالصحة النفسية للآباء، مجلة كلية التربية الأساسية، العدد ٤٩، وزارة التعليم العالي، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- غادة عبد الرحمن العنقري (٢٠٠١): علاقة السلوك القيادي بالإبداع الإداري المرؤوسين دراسة استطلاعية على موظفي الأجهزة الحكومية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، كلية العلوم الإدارية، الرياض.
- غازي محمود، شيماء مطر (2011): مفهوم الذات، عمان: المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
- قحطان الظاهر (2010): مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، ط 2، عمان: دار وائل للنشر.
- كويك نوتس (2003): كيف تتغلب على الضغوط النفسية في العمل، ترجمة اللجنة العلمية للتأليف والتحرير والنشر، القاهرة: دار الفاروق للنشر والتوزيع.

## Effectiveness of an Extension Program for the Development of Self – Management in Women and its Relation to the Family Environments

Neama M. Rakaban<sup>1</sup>; E. H. R. Rehan<sup>2</sup>; Eman E. S. Deraz<sup>2</sup> and Ghada S. Zaatar<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Faculty for Society Service and Environment Development, Faculty of Home Economics, Monofia University

<sup>2</sup> Home Economic Department, Faculty of Specific Education, Mansoura University

### ABSTRACT

The main objective of the study is to study the effectiveness of a guiding program for the development of women's self-management at the levels of family atmosphere. The basic study sample was consisted of 370 housewives (working and non-working) from rural and urban areas in Damietta Governorate from different social and economic levels. The participants were chosen randomly for research program. The researcher used several tools to get the results of the study that were represented in (general family data form, questionnaire of Self-management, time management, financial income management, decision-making and family relations management), a questionnaire of Family atmosphere with (Family commitment, family interaction and family bonding). The study tools were applied to the basic research sample which consisted of 370 housewives. Also, the guiding program was applied on the sample of the experimental study of 30 housewives that belong to low level of awareness. One of the most important results of the study was the existence of a positive correlational relationship between the statistically significant self-management with its aspects: (time management, financial income management, decision-making and family relations management) and the family atmosphere with its aspects: (family bonding, family interaction, family commitment and the whole family atmosphere). In addition, there is a positive correlational relationship that is statistically significant between the self-management, family atmosphere and the level of husband and wife education. Also, a positive correlative relationship was found to be statistically significant between self-management, family atmosphere, and family income categories, while there is no correlation between self-management, family atmosphere and both the number of children and the duration of marriage. The study recommended that institutions and organizations concerned with women should teach women self-management by investing their time, especially their leisure time through learning some handicrafts and methods of Showing products that benefit not only them but the family and society as well. The study also recommended providing training sessions for housewives on how to make decisions and not to be rash when making a fateful decision for the family. Finally, the study recommended providing the necessary consultations for housewives through the provision of family counseling centers in order to help housewives, and providing them with all the information they need.