مجلة أنثروبولوجية الأديان المجلد 16 العدد01 بتاريخ 15 جانفي 2020م
ISSN/2353-0197 EISSN/2676-2102

استراتيجيات التصرف في المواقف الضاغطة لدى النساء العاملات المتزوجات (دراسة ميدانية على عينة من النساء العاملات في ميدان التعليم والطب بولاية تلمسان).

coping and stress adjustment strategies for employed and married women (case of female teachers and doctors in the city of tlemcen)

د.يحياوي نور الهدى[1] ، د. حاجب سلسبيل
D. Yahiaoui Nour el houda , D.Hadjeb Salsabil
جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان ، nourelhouda.yahiaoui@univ-tlemcen.dz
University of Abou Bakr Belkaid Tlemcen
جامعة أبو بكر بلقايد تلمسان ، salsabil.hadjeb@univ-tlemcen.dz
University of Abou Bakr Belkaid Tlemcen

تاريخ الارسال: 2019/05/30 م تاريخ القبول: 2019/06/12 م

ملخص:

يعالج المقال موضوع جد مهم ومعاصر، يخص المرأة العاملة المتزوجة وكيفية تعاملها مع الالتزامات المهنية والأسرية والاجتماعية على المستوى النفسي مما يولد لديها استراتيجيات للتصرف وفقا لطبيعة المواقف المعاشة ، وتسعى الدراسة لتحديد أهم هذه الضغوط ونوعها الذي يحدد نوع الاستراتيجية المستعملة لمواجهة الضغوط ، سواء كانت على الصعيد المهني أو الأسري، كما أن ما يميز هذه الدراسة دراسة الفرق على عينتين مختلفتين من مدينة تلمسان ، مما يفتح المجال لدراسة مقارنة لمعرفة مدى التشابه الاختلاف في استراتيجية مواجهة الضغوط نتيجة لمتغير طبيعة العمل المختلف.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التصرف، المواقف الضاغطة، المرأة العاملة المتزوجة، العاملة في ميدان التعليم و الطب.

[1] المؤلف المرسل: يحياوي نور الهدى ، الإميل: nourelhoudayahiaoui@gmail.com

ISSN/2353-0197 EISSN/2676-2102

Abstract:
The article deals with a very important and topical issue concerning the married woman who works and how she treats her work,family and social obligations at the psychologiacal level, wich generates strategies to act according to the nature of life situations pressures, both professional and family, and what distinguishes this study is that we study the difference on two different samples of the city of Tlemcen , wich opens the way to the pressure due to the variable nature of the work.
Keywords: coping and stress adjustement strategies, married employed .

مقدمة:

تعد ظاهرة الضغوط النفسية المهنية من المواضيع الأكثر طرحا في وقتنا الحالي و بخاصة في مؤسسات العمل ولدى الشرائح المهنية المختلفة مما أدى بالباحثين في المجالات الطبية والنفسية والاجتماعية إلى طرح التساؤلات العديدة حول مسبباتها ومصادرها والآثار الناتجة عنها والتي تم تحديدها و تصنيفها في الدراسات المختلفة ، لكن الجانب الذي لم يأخذ حقه في ضوء موضوع الضغوطات المهنية النفسية هو كيف يجب على الفرد في حالة ضغط التصرف أو ما أصبح يعرف لدى الباحثين في علم النفس باستراتيجيات التصرف التي قد يختارها الفرد لمواجه للمواقف الضاغطة، وما قد يزيد من أهمية الموضوع هو تداول هذا الموضوع عند المرأة العاملة المتزوجة لما لها من مسؤوليات و أدوار منسوبة إليها في الأسرة من شؤون و تربية ويوازيها في ميدان العمل و ما ينجر عنها من متطلبات الانضباط بالوقت و القوانين التي ينبغي التقيد بها ، مما قد يزيد من حظوظ تحقق هذه الظاهرة لدى هذه الفئة بالذات، وعلى الرغم من أن معظم الدراسات أثبتت قدرة المرأة العاملة على مواجهة العمل وضغوطاته بنفس مستوى من التوافق النفسي مثل الرجل، إلا أنه على الصعيد الشخصي والعائلي هي أقل توافقا وأقل رضا وهذا ما أثبتته دراسة بوبكر(2007) والتي أوضحت ماهية استراتيجيات التصرف لدى النساء العاملات و أكدت هذه الدراسة أن كلما كانت الاستراتيجية المستعملة للتصرف مع المواقف الضاغطة كلما حققت التوافق النفسي، على العكس من ذلك إذا استعملت

استراتيجيات التسلية والاجتماعية، حيث ترى الباحثة شعبان(2012) chabane في دراسة موضوع استراتيجيات التصرف لدى النساء العاملات في المجال التعليمي و الطبي المتزوجات بمدينة وهران باستعمال اختبار الCoping ، حيث وجدت أن هذه العينة المدروسة تتميز باستراتيجية المواجهة يشكل عام، كما ترى أن الاستراتيجيات تدل على أن المرأة في حالة هروب من الوضع أو الأوضاع الضاغطة بشكل من أشكال التسلية أو الدعم الاجتماعي، لذا يعد هذا الأمر من مؤشرات الضغط النفسي العالي.

انطلاقا من كل ما سبق تعالج المداخلة موضوع جد مهم و معاصر، يخص المرأة العاملة المتزوجة و كيفية تعاملها مع الالتزامات المهنية و الأسرية و الاجتماعية على المستوى النفسي باستراتيجيات للتصرف وفقا لطبيعة المواقف المعاشة ، و تسعى الدراسة لتحديد أهم هذه الضغوط و نوعها باستعمال استبيان يحدد نوع الاستراتيجية المستعملة لمواجهة الضغوط ، في مجالات الحياة المختلفة.

كما أن ما يميز هذه الدراسة هو تطبيقها على عينة من مدينة تلمسان ، مما يفتح المجال لدراسة مقارنة لمعرفة مدى التشابه والاختلاف في استراتيجية مواجهة الضغوط نتيجة لمتغير طبيعة العمل المختلف ومتغير الأقدمية و المستوى العلمي.

أولا: مدخل للدراسة:

1- **إشكالية الدراسة:** يشير لازاروس وفولكمان Lazarus & Folkman 1984 إلى أن الكوبينغ أو ما يعرف باستراتيجية التصرف و التكيف على أنها مجموع السياقات التي يضعها الفرد لتحول بينه وبين الحدث الذي يدركه كمهدد وهذا من أجل التخفيف من التوتر والأثر السلبي على الصحة النفسية والجسدية (Lazarus & Folkman ,1984:67)، إن دراسة هذا الموضوع الهام لدى المرأة في الميدان المهني ليس بجديد، فدخولها لهذا المجال ظهر منذ عقود و بشكل موسع، أي في المجالات المهنية المختلفة، كما أن انشغالات المرأة العاملة تطورت و تغيرت

بسبب التغيرات الحادثة على مستوى المجتمع بشكل عام، حيث أن هذه المرأة العاملة كانت في سنوات و عقود سابقة تلقى مساندة من الأسرة الممتدة التي تنتمي إليها في تربية الأبناء و تقاسم المهام و الأعباء المنزلية، لكن في السنوات الأخيرة عرف المجتمع الجزائري انفجار هذه الأسرة الممتدة إلى أسرة نواة، مما أدى إلى تزايد الأعباء على عاتق المرأة العاملة المتزوجة أكثر من تلك الملقاة على عاتق الزوج، مما أدى إلى ظهور أمراض جسدية و صحية عموما تفسر بأنها انعكاس لمستوى التوتر النفسي العالي نتيجة لضغوطات الحياة الأسرية مضافة إليها المتاعب المهنية تضطر المرأة العاملة المتزوجة لاتخاذ استراتيجيات للتصرف ضد الضغوطات كميكانيزمات دفاعية تحميها من التوتر النفسي وتهدد توازنها و توافقها النفسي، وهذا ما استنتجته الباحثتان بروشون وشفيتزر Bruchon & Schweitzer 2005 في دراسة بعنوان التغلب على الضغط المهني لدى المعلمين الفرنسيين واستهدفت الدراسة التعرف على استراتيجيات التصرف لمواجهة الصعوبات التي يجدونها في مهنة التعليم وقد أسفرت الدراسة عن أربع استراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية وهي: استراتيجية طلب الدعم الاجتماعي، استراتيجية التمركز حول المشكلة ، استراتيجية التجنب، استراتيجية الميل إلى النموذج التعليمي القديم (بوبكر،2007: 67).

كما نجد في نفس السياق دراسة كوت Cote 2004 بجامعة كيبيك ب كندا المعنونة ب: استراتيجيات المواجهة عند المعلمين ذوي مستويات مختلفة من الضغط النفسي بهدف التعرف على المواقف الضاغطة المدركة واستراتيجيات التكيف و عواقب الضغط النفسي لدى المعلمين باستعمال منهجية التقاطع الكمي و النوعي على عينة من 20 معلما وأفرزت نتائج الدراسة أنه لا توجد استراتيجيات محددة وخاصة بالمواقف الضاغطة إلا بالنسبة للتلاميذ (متمركزة حول المشكلة)، أما بالنسبة للمعلمين ذوي الدرجة الضعيفة من الضغط النفسي يظهرون أن الدعم العاطفي والتقني للزملاء يسمح بمواجهة المواقف الضاغطة، أما المعلمين الذين لديهم ضغطا نفسيا شديدا فهم يقرون بعدم قدرتهم على الاعتماد على الزملاء (الشريف،2008: 89).

نتيجة لكل ما سبق فقد جاءت هذه الدراسة لمعرفة نوع الاستراتيجيات المستعملة للتصرف مع الضغوطات المهنية والاجتماعية لدى المرأة العاملة و مقارنتها بدراسات وطنية، عربية و دولية لمعرفة مستويات الاختلاف في استراتيجيات التصرف لدى عينة البحث على مستوى دراستنا بشبيهاتها و تحديد أسباب التشابه والاختلاف مقارنة بالدراسات الأخرى ، كل ما سبق يوصلنا إلى طرح التساؤل العام التالي: **ما هي استراتيجيات التصرف في المواقف الضاغطة لدى النساء المتزوجات العاملات في ميدان التعليم والطب بولاية تلمسان؟**

2- تساؤلات الدراسة: ينبثق من خلال التساؤل العام مجموعة من التساؤلات الفرعية وهي:

1- هل هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء المتزوجات العاملات حسب متغير الأقدمية في العمل؟

2- هل هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء المتزوجات العاملات في ميدان التعليم و العاملات في ميدان الطب؟

3-فرضيات الدراسة: نطرح فرض البحث العام الذي ينص على أن:

هناك استراتيجيات للتصرف في المواقف الضاغطة لدى النساء المتزوجات العاملات في ميدان التعليم و الطب بولاية تلمسان.

ومن الفرض العام تنبثق الفرضيات الفرعية التالية:

1- هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء المتزوجات العاملات حسب متغير الأقدمية في العمل.

2- هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء المتزوجات العاملات في ميدان التعليم والعاملات في ميدان الطب.

4–أهمية الدراسة: تمكن أهمية الدراسة حول موضوع استراتيجيات التصرف مع الضغوط في كونه :

- مؤشر مهم لمدى التوافق النفسي في أداء الأدوار المهنية و الاجتماعية و بالتالي التأثير على الأداء الجيد لكل الأدوار.
- أهمية العينة محل الدراسة كونها الأكثر تعرضا للمواقف الحياتية و المهنية الضاغطة.
- إضافة نتائج تؤكد أهمية الموضوع في المجالات العلمية، المهنية و الاجتماعية.
- التعريف بأهم الاستراتيجيات الايجابية لمواجهة الضغوط المهنية و أثارها النفسية

5–أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية للتوصل إلى جملة من الأهداف الواضحة و الدقيقة و هي:

1- التعرف على نوع الاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة الضغوطات المهنية و الاجتماعية لدى عينة البحث بولاية تلمسان.
2- التعرف على نوع الفروق و التشابه في نوع الاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة الضغوطات لدى عينة البحث حسب نوع التخصص(التعليمي و الطبي).
3- معرفة طبيعة الضغوط التي تتعرض لها المرأة العاملة المتزوجة.
4- تحديد أهم أنواع و مصادر و نتائج الضغوطات لدى عينة البحث.

6 – التعاريف الإجرائية للدراسة:

1- **استراتيجيات التصرف:** و هي الاستراتيجيات أو الطرق التي ينتهجها الفرد للتعامل مع الضغوطات الاجتماعية و المهنية، و أنواع التصرف متعددة يحددها استبيان الدراسة ب:

استراتيجية المواجهة، استراتيجية الانسحاب، استراتيجية الانفعال، استراتيجية الارتباط بالمهمة، استراتيجية الدعم الاجتماعي، استراتيجية التسلية.

2- **المواقف الضاغطة:** نعرفها في إطار سياق البحث أنها كل المواقف المعاشة في ميدان العمل والأسرة بشكل خاص والتي تكون مصدر لظهور الضغط النفسي لدى عينة البحث.

ثانيا: الدراسة الميدانية

7 –منهج الدراسة: مما لاشك فيه أن تقدم العلوم النفسية في كافة التخصصات مرهون مستوى تطور النتائج واختلافها حسب الباحثين و العلماء، ومن هنا كان الاهتمام البالغ بتقنية المناهج العلمية في البحث، بالنسبة للدراسة الحالية فإن المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي والذي يعتبر استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر الاجتماعية والنفسية والتعليمية، كما أنها قائمة في الحاضر، بقصد تشخيصها و الكشف عن جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين الظواهر الاجتماعية والنفسية الاخرى (تركي،1994:130).

8– التعريف بأداة الدراسة الميدانية و خصائصها السيكومترية: على كل باحث في دراسته السعي إلى تطبيق أدوات و مقاييس تساعده في الحصول على البيانات و المعلومات الضرورية للإجابة على التساؤل والفرضيات، ولهذا تم بناء استبيان يقيس الاستراتيجيات المعتمدة من طرف عينة البحث لمواجهة المواقف الضاغطة حيث تم تقسيم أداة البحث إلى ستة (05) أبعاد هي:

-البعد المرتبط بالمهمة (05) فقرات. -البعد المرتبط بالانسحاب (06) فقرات.

-البعد المرتبط بالتسلية (07) فقرات. -البعد المرتبط بالدعم الاجتماعي (05) فقرات.

-البعد المرتبط بمواجهة الضغوط (06) فقرات.

كما تم ارفاق الاستبيان باستمارة للبيانات الشخصية (المستوى التعليمي، الأقدمية ، عدد الأولاد)

أما بالنسبة لطريقة الإجابة فجاءت مبوبة ب: نعم / لا.

بالنسبة للخصائص السيكومترية لأداة الدراسة فتمثلت في ما يلي:

8-1-صدق الاستبيان: كما هو معروف لمجموع الباحثين الصدق هو أن يكون المقياس يقيس ما وضع لأجله، وفي الدراسة الحالية تم اعتماد صدق المحكمين أولا، حيث تم عرض الاستبيان في صيغته المبدئية على مجموعة من الأساتذة المحكمين بجامعة تلمسان وسيدي بلعباس، حيث طلب من الأساتذة تحديد مدى وضوح التعليمات المقدمة في الاستبيان، مدى ملائمة عدد فقرات كل بعد و مدى وضوح الصياغة اللغوية للفقرات ومدى قياسها لاستراتيجيات التصرف، وجاءت النتائج بصحة الاستبيان من حيث التعليمات المقدمة، و ملائمة عدد الفقرات لكل بعد، أما بالنسبة للصياغة اللغوية و مدى قياس الاستبيان لموضوع البحث فقد تم التأكيد على سلامة الفقرات من حيث اللغة و القدرة على القياس على العموم ، إلا أنه تم معارضة الفقرات (02-16-36) و بالتالي تم حذفها نهائيا، أما الفقرات (03-09-28) فقد تم تعديلها لعدم وضوحها.

ثم بعد ذلك تم تطبيق طريقة الإتساق الداخلي وذلك بحساب معدل الإرتباط بيرسون المقدر ب0،67 عند مستوى دلالة 0,01و هو دال و يؤكد صدق الاستبيان.

8-2-ثبات الاستبيان: لحساب ثبات الاستبيان تم تطبيق طريقة الفاكرونباخ و طريقة التجزئة النصفية و تحصلنا على معدلات ارتباط تقدر ب: 0,91 بالنسبة لقيمة الثبات ألفاكرونباخ وقيمة ثبات بالتجزئة تقدر ب: 0,90 باستخدام برنامج spss ، وهو معامل قوي يدل على ثبات الاستبيان من حيث نتائجه.

9– عينة الدراسة الأساسية: يبلغ عدد أفراد عينة الدراسة الأساسية ستون (60) إمرأة عاملة متزوجة و هن موزعين حسب متغير الأقدمية و التخصص كما هو موضح في الجدول الموالي:

الجدول رقم 01 يوضح توزيع أفراد عينة البحث الأساسية حسب متغير الأقدمية و التخصص.

عدد أفراد العينة حسب متغير الأقدمية	عدد أفراد العينة العاملات بالمجال التعليمي (أساتذة)	عدد أفراد العينة العاملات بالمجال الطبي (طب عام)	المجموع
أقل من 5 سنوات	09	09	18
من 5 سنوات إلى 10	12	08	20
أكثر من 10 سنوات	13	09	22
المجموع	34	26	60

10–**حدود الدراسة المكانية و الزمانية: أولا: مكان الدراسة:** أجريت الدراسة الأساسية على مستوى 06 ثانويات متواجدة بمدينة تلمسان بالنسبة للنساء المتزوجات العاملات في المجال التعليمي، أما بالنسبة للنساء العاملات في مجال ممارسة الطب العام فقد تمت الدراسة معهن في المستشفى الجامعي لولاية تلمسان.

ثانيا: زمان الدراسة: تمت الدراسة الأساسية في خلال 03 ثلاثة أشهر، من شهر أفريل إلى غاية شهر جوان من سنة 2016 .

11–عرض و مناقشة نتائج الدراسة الأساسية: أسفرت نتائج البحث عن مجموعة من الإجابات لفرضيات البحث المطروحة وهي كالتالي:

11-1 عرض و مناقشة نتيجة الفرضية العامة: تنص الفرضية العامة على وجود استراتيجيات للتصرف في المواقف الضاغطة لدى النساء المتزوجات العاملات في ميدان التعليم و الطب بولاية تلمسان.

الجدول رقم (02) يوضح نتائج الفرضية العامة

الاستراتيجيات	متوسطات كل استراتيجية لدى عينة الدراسة الأساسية	ترتيب المتوسطات حسب الإستعمال لدى عينة الدراسة
استراتيجية المهمة	9،68	2
استراتيجية الانسحاب	3،50	6
استراتيجية الانفعال	8،95	3
استراتيجية التسلية	14،63	1
استراتيجية الدعم الاجتماعي	8،06	4
استراتيجية مواجهة الضغوط	7،98	5

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن هناك استراتيجيات للتصرف في المواقف الضاغطة لدى عينة النساء العاملات بمدينة تلمسان، حيث يتوضح ذلك من خلال المتوسطات المحصل عليها والتي تدل على أن كل العينة تحتاج في المواقف التي تشكل ضغط إلى استراتيجية للتصرف، ونجد أن البعد المتعلق بالتسلية يحتل المرتبة الأولى في الترتيب من حيث توظيفه، وتكون التسلية للتخفيف من مواقف الضغط خاصة المتعلقة بالعمل عن طريق الاهتمام بأمور أخرى غير التي تسبب ضغط، كما أنها تمتاز بطابع التسلية للتخفيف من شدة التوتر، حيث أن الدراسة أوضحت أن من أشكال التسلية مشاهدة التلفاز، تصفح الأنترنت،

الاهتمام بأمور البيت ، حيث تكون هذه التسلية المنفذ الوحيد للهروب من شدة الضغط، غير أن هذا النوع من الاستراتيجيات قد يؤدي إلى تدني مستوى الأداء لأن انعدام رضا النساء العاملات أدى بهن إلى تفادي العمل و مشاكله إلى أمور فيها تسلية و تحفيز أكثر من العمل.

بالنسبة للمرتبة الثانية فقد جاء بعد استراتيجية المهمة بمتوسط قدره: 9،68 يفسر أن يأتي بعد المهمة مباشرة بعد استراتيجية التسلية على أن عينة الدراسة و بالرغم من هروبها بأشكال من التسلية لمواجهة المواقف الضاغطة إلا أنها تبقى محافظة على مسؤولياتها ومهتمة بإنجازها بالرغم من تدني الحافز و الدافع نحو الأداء، إلا أن الإلتزام المهني و الاجتماعي يجعلها تهتم بدرجة عالية.

أما بالنسبة لبعد استراتيجية الانفعال فقد حل في المرتبة الثالثة بمتوسط قدره: 8،95 ، قد يفسر حلول استراتيجية الانفعال في المرتبة الثالثة كاستراتيجية تصرف في مواقف الضغط الشديدة جدا على المستويين المهني و الاجتماعي، حيث أدلت أغلب النساء العاملات المتزوجات أن استعمال هذا البعد يكون كنتيجة لتفاقم الوضع و كثرة الضغط، كما أن الاحساس بعدم القدرة على المواجهة للضغوط قد يدفع بهن إلى الانفعال بشكل من الأشكال.

بعد استراتيجية الدعم الاجتماعي يأتي في المرتبة الرابعة بمتوسط قدره: 8،06 و يفسر على مدى دور المساندة من طرف الآخرين في المجالين المهني و الأسري و خاصة المجال الثاني (الأسري) لما له من دور تنفيسي و اسناد للتخفيف من حدة الضغوط.

بينما بالنسبة للمرتبة الخامسة قد جاءت من نصيب بعد استراتيجية مواجهة الضغوط بمتوسط قدره: 7،68 وقد يفسر تدني استعمال هذه الاستراتيجية مقارنة بالاستعمال الأكثر للإستراتيجيات السابقة على أن تعدد المواقف الضاغطة و تركيبها قد يدعو المرأة العاملة إلى عدم القدرة على المواجهة بشكل مستمر فقد تستسلم في بعض الأحيان لكن هذا لا يعني أنها قد تتخلى عن فكرة المواجهة و إنما هناك مواقف قد تفرض عليها

ذلك و الدليل على أنها محافظة على هذه الاستراتيجية هو تدني متوسط بعد استراتيجية الإنسحاب المقدر ب: 3،50 فقط مقارنة بالاستراتيجيات الأخرى وهذا ما يوضح قدرة المرأة العاملة على التعامل مع الضغوط و الموازنة ما بين الحياة المهنية و الأسرية إلى حد كبير بالرغم من الضغوط الشديدة الملقاة على عاتقها من مسؤوليات العمل و التدبير الأسري و تربية الأولاد.

من بين الدراسات التي تؤكد هذه النتائج دراسة ل سنو (2003) لمعرفة العلاقة بين الضغوط المهنية و مستوى التكيف و قد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (239) في مجال السكرتارية وتفيد النتائج بأن جل الاستراتيجيات بكل أبعادها مستعملة ما عدا البعد الأخير المتعلق باستراتيجية الانسحاب ويفسر سنو و زملائه هذه النتائج بأن استعمال استراتيجيات للتصرف يساعد على تحقيق التوازن النفسي و يقلل من الأعراض و الاضطرابات النفسية.

في نفس الاتجاه ترى الباحثة Chabane (2012) شعبان التي أجرت دراسة على عينة من النساء العاملات المتزوجات بمدينة وهران وأثبتت نتائج الدراسة تغلب بعد استراتيجية المواجهة للتكيف من الضغوط وتفسر ذلك بإصرار أفراد العينة على ضرورة التغلب على المصاعب و تحويلها إلى انتصارات تزيد من قوتها و تقديرها لنفسها.

2-11 عرض و مناقشة نتيجة الفرضية الفرعية الأولى: تنص الفرضية الفرعية الأولى للدراسة على أنه هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء العاملات المتزوجات حسب متغير الأقدمية في العمل.

الجدول رقم (03) يوضح تنيجة الفرضية الفرعية الأولى.

متغير الأقدمية	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	مستوى الدلالة
أقل من 5 سنوات	8،61	1,67	تقدر قيمة ف ب:1،22 وهي غير دالة عند 0،05
من 5 إلى 10 سنوات	8،20	2،11	
أكثر من 10 سنوات	7،27	1،60	

نلاحظ من خلال نتائج الجدول رقم (03) أنه ليس هناك فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء العاملات المتزوجات حسب متغير الأقدمية حيث نجد أن متوسط النساء اللواتي لديهن أقدمية أقل من خمسة سنوات تقدر بمتوسط : 8،61 مقارنة باللواتي لديهن أقدمية من 5 سنوات إلى ما يفوق ال10 سنوات، و هذا يؤكد أنه لا يمكن لمتغير الأقدمية أن يكون له تأثير على درجة التكيف مع الضغوط، بل بالعكس نجد أن النساء المتزوجات الشابات أكثر قدرة على التصرف في المواقف الضاغطة من زميلاتهم حسب بعد الأقدمية.

وهذا ما تؤكده دراسة صبري(1993) التي تفيد بوجود تشابه في استراتيجيات التعامل مع المشكلات لدى المعلمات حسب متغير الأقدمية وتفسر عدم وجود الفروق إلى أنه إلى جانب الخبرة التي تساهم في حسن التصرف هناك مستوى الاهتمام بنوع المشكل و الانصباب عليها لغاية إيجاد الحل بالرغم من نقص الخبرة عند إحداهن.

11-3 عرض و مناقشة نتيجة الفرضية الفرعية الثانية: تنص الفرضية الفرعية الثانية على وجود فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط لدى النساء العاملات المتزوجات حسب متغير التخصص.

الجدول رقم(04) يوضح نتيجة الفرضية الفرعية الثانية

متغير التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
عينة النساء المتزوجات تخصص طب عام	8،58	1،78	2،06	غير دالة عند 0،05
عينة النساء المتزوجات تخصص تعليم ثانوي	8،91	1،30		

يتضح من خلال الجدول رقم(04) أن نتائج الفرضية الفرعية الثانية لا تدل على وجود فروق في استراتيجيات التصرف لدى النساء العاملات المتزوجات حسب متغير التخصص، حيث أن المتوسط الحسابي للعينة العاملة في المجال الطبي(طب عام) يقدر ب: 8،58 أقل نوعا ما بمتوسط العاملات بميدان التعليم الثانوي المقدر ب:8،91 و تقدر قيمة ت ب: 2،06 و هي غير دالة عند مستوى 0،05.

إن انعدام الفروق بين العينتين في متغير التخصص يمكن تفسيره بأن كلتا العينتين تعتمد على استراتيجيات متشابهة لمواجهة المواقف الضاغطة و تحقيق التوافق النفسي بالرغم من العبء الملقى على عاتقهن و هذا جيد لأن ذلك يدل على أن الأداء المهني لا يتأذى بكمية الضغوطات التي تواجهها المرأة المتزوجة.

وهدا ما تؤكده دراسة كوزخي و شمار(2001) من خلال معرفة أساليب التكيف مع الضغوط المهنية، حيث تؤكد الدراسة أن هذه الأساليب تمتاز بالإيجابية و الدافعية للتغلب على الضغط لتحقيق التوازن النفسي(شيخاني،2003: 45).

أما بالنسبة ل الشريف(2008) فيؤكد أن هناك صعوبة عند العاملين بالميدان الطبي في التعامل مع ضغوط النجاح أو الفشل باستعمال استراتيجية الانفعال أكثر من غيرها من الاستراتيجيات الأخرى للتصرف مع ضغوط العمل.

خاتمة: لقد تطرقنا في بحثنا هذا إلى استراتيجيات التصرف وفق المواقف الضاغطة لدى النساء المتزوجات والعاملات بميدان التعليم والطب بولاية تلمسان ، بحيث حاولنا إلقاء الضوء على هذه العينة من النساء اللاتي تعشن وضعية ضغط متواصل في العمل وكذا في بيوتهن مما يؤدي بهن إلى التصرف وفق هذه المواقف الضاغطة باستراتيجيات مختلفة، بحيث جاء افتراض الدراسة الأساسي ينص على أن هناك استراتيجيات تصرف تستخدمها هذه العينة تتكيف بها مع الضغوط و تم تأكيد الفرض الأساسي من خلال الدراسة الميدانية ، بينما جاءت الفرضيات الأولى والثانية تتعلق بوجود فروق في استراتيجيات التصرف مع الضغوط حسب متغير الأقدمية والتخصص لدى عينة الدراسة ولكن عكس الفرض العام فقد تم نفي وجود أي فروق حسب الأقدمية والتخصص، في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها نقدم مجموعة من الاقتراحات التالية:

- توسيع الاهتمام بمثل هذه المواضيع التي تعد من الأسباب المباشرة التب تهدد الصحة النفسية.
- العمل على تطوير وسائل تقييم و قياس الضغوط المهنية و الاجتماعية و تقنينها.
- تدعيم أساليب المرافقة النفسية للمرأة العاملة المتزوجة.
- تحديد و تصنيف نوع الضغوط المهنية و الاجتماعية و الأسرية للحد من تأثيرها على الصحة النفسية.

قائمة المراجع:

1–بوبكر سلامة(2007)، مصادر الضغوط المهنية، رسالة دكتوراه ، جامعة الرياض، المملكة العربية السعودية.

2–تركي رابح (1994)، منهجية البحث العلمي، الطبعة الأولى، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

3–سنو عمارة (2008)، صراع الدور لدى الأم العاملة و علاقتها بالتوافق الزواجي، دار النهضة للتوزيع، الأردن.

4–صبري النيال،(1993)، أساليب مواجهة احداث الحياة، جامعة عين شمس، مصر.

5-شيخاني سميرة،(2003)، الضغط النفسي، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.

6-الشريف مرشدي،(2008)، مصادر الضغط المهني واستراتيجيات العمل، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر.

7-Chabane zohra,(2012), coping chez les femmes mariées qui travaillent, thèse de magister, université d'Oran 2.

8_ Lazarus & Folkman (1984),Stress Apparaisal and Coping , springer publisher company, New York.