بحث مستل من رسالة ماجستير- جامعة القدس المفتوحة

أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات

اعداد

أ.محمد يوسف عمر محمد

الملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى "أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات، كما هدفت إلى التعرف على أثر بعض متغيرات الدراسة مثل العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة على أزمة منتصف العمر لديهن. ومن أجل تحقيق هدف الدراسة قام الباحث بتطوير استبانه مكونة من (71) فقرة ، تم توزيعها على عينة مقدارها (480) امرأة عاملة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقية، وبعد تجميعها تم ترميزها وإدخالها إلى الحاسوب ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وتم قياس صدقها وثباتها، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى استجابة متوسطة في الدرجة الكلية لأزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، وفي جميع مجالات الدراسة، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، ومستوى الدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة، ولمستوى العمر لصالح الأعمار الأكبر (45-50)، والحالة الاجتماعية لمستوى حالة (مطلّقة)، ومستويات الدخل لصالح الدخل المتدني (أقل من 2000 شيكل)، والمستوى التعليمي لصالح المستويات التعليمية المنخفضة (توجيهي فأقل)، ومستوى السكن لصالح مستويات (قرية، ومخيم)، ومستوى المحافظة لصالح محافظة (نابلس).

الكلمات المفتاحية: منتصف العمر، النساء العاملات، المحافظات الشمالية الفلسطينية.

ISSN: 2788-7243 ISSN: 2788-7235

Abstract

This study aims to find out midlife crises among sample of working women at palestinain northern governorates according to some variables. Also, it aims to identify some study variables like (age, marital status, monthly income, educational level, place of residence and governorate). For achieving the study purpose, a questionnaire consists of (71) items included in eight domains of (life with satisfaction, self-no confidence dark future image, death anxiety, sense of low vital strength of health and body, feeling old and time passing, gap between ambition and performance, satisfaction about living atmosphere and hygienic stresses) has been developed, distributed among 480 individuals who have been chosen randomly , gathered, codified, entered the computer and statically processed by using the Statistical Package of the Social Science (SPSS). Also, the study tool has been measured for reliability and credibility. The study results showed that a moderate response on the total degree and all the study tool domains, Significant differences at ($\alpha \leqq 0.05$) level among the responses means about attributed to the variables of age, marital status, monthly income, educational level, place of residence and governorate in favor of old levels(45-50), divorcee women level, low income levels(less than2000nis), low educational levels(high school or less), levels of villages and refugee camp places and Nablus governorate.

Keywords: middle-aged, working women, northern Palestinian governorates.

مقدمة الدراسة:

عند الإطلاع على المشكلات النفسية المختلفة، وخصوصاً تلك التي يعاني منها الأفراد والجماعات في مراحل العمر المختلفة، نجد أن العلماء والباحثين النفسيين والاجتماعيين قد اهتموا كثيراً في مرحلتي الطفولة والمراهقة، فنجد مثلاً فرويد(freud) يركز على مرحلة ما قبل الولادة، والسنوات الخمس الأولى من عمر الطفل، حيث يرى أنها تؤثر على مجمل حياة الفرد المستقبلية، إضافةً إلى كثير من العلماء الذين ركزوا على المراحل العمرية المختلفة، ومن خلال قراءة الجوانب النفسية في هذه المراحل للنمو الإنساني بيد أن من مظاهره في بعض المراحل الزيادة، فإنه يعكس في بعضها الآخر النقصان، فدورة الحياة لا تسير على وتيرة واحدة، وبعض المراحل قد تتسبب في تغيرات وتحولات مؤثرة فيما تبقى من الحياة، أما بقية المراحل ورغم أهميتها فإننا نجد التركيز عليها قليلاً. ويهتم الباحثون بمشكلات الطفولة لما لها من تأثير على باقي المراحل اللاحقة، كما يهتمون بالمراهقين والشباب لإعدادهم لاستلام دورهم القيادي مستقبلاً، ولم تأخذ مرحلة منتصف العمر الاهتمام البحثي الكافي، فالأفراد في أواسط العمر هم القادة الحاليّن للمجتمع حيث تؤثر قراراتهم على من يحيطون بهم أفراداً وجماعات، وهم من يوثق في قدرتهم على إدارة الأمور بتدعيم الصحيح منها وتصويب الخاطئ، فهم رجال ونساء اليوم. ويتوسّط الأشخاص في منتصف العمر مرحلة الشباب وما قبله، ومرحلة الشيخوخة إلى نهاية العمر، وتقع على عاتقهم مسؤولية تربية وكفاية الأجيال الصغيرة والعناية بالأجيال الأكبر سناً، وهي مرحلة فاصلة بين فترة الشباب ووهن الشيخوخة وضعفها (رسلان، 2013).

إن مرحلة منتصف العمر هي مرحلة لها خصائصها وأعراضها المميزة لها، لدى النساء والرجال على حد سواء، ففي هذه المرحلة يبدأ المرء في مراجعة حياته الماضية، وكيف سارت به الأيام، وكيف يمكن أن يكون عليه الحال في المستقبل، كما تمثل هذه المرحلة الانتقال من سن الخصوبة إلى مرحلة عدم القدرة على الإنجاب لدى النساء (العازمي، 2014).

وتمثل مرحلة الرشد حياة الإنسان الراشدة والمثمرة فهي فترة زمنية مهمة، إلا أنها لم تحظَ بالاهتمام الكافي الذي نالته المراحل العمرية الأخرى إلا حينما تناولت كتابات (Jaques, 1965) مايعرف بمصطلح "أزمة منتصف العمر"، حيث أشار إلى أنها تماثل أزمة البلوغ والمراهقة، ومن بعدها كتابات أريك أريكسون (Erickson) ونظريته حول المراحل الثماني التي يمر بها الفرد منذ الميلاد وحتى الشيخوخة، ومن ثم ظهور آراء دانيال ليفنسون (Levinson) ونظريته عن فترات ومراحل حياة الإنسان (Season's of Man 's Life)، وتركيزه على الفترة العمرية الممتدة بين (35-42) عاماً واعتبارها مرحلة حرجة في حياة الإنسان قد يتعرض فيها إلى ما يعرف بأزمة منتصف

العمر، وقد كان لهذه الكتابات والنظريات دور في إعادة النظر في مرحلة الرشد، على أنها مرحلة قد تعتريها تغيرات شخصية وانفعالية، وإن كانت هذه التغيرات تتباين وتختلف في حدتها من شخص إلى آخر (النيال، 2008). ويرى العلماء أن فترة الرشد الأولى تبدأ في العشرين من العمر وتمتد حتى الأربعين، في حين تبدأ مرحلة الرشد الوسطى في الأربعين أو قبل ذلك بقليل، أو الخامسة والأربعين وتمتد حتى الستين، ثم تبدأ مرحلة الشيخوخة (حلمي، 2008).

ويشير ويفر(weaver,2009) إلى أزمة منتصف العمر على أنها حالة نفسية يغلب عليها الشك والقلق، ويشعر من خلالها الفرد بعدم الراحة عند إدراك أن نصف العمر قد انتهى، وهي فترة مليئة بالضغوط، سيما أنها تشتمل عادة على التأمل وإعادة تقييم الإنجازات.

ويرتبط بمصطلح منتصف العمر عند الرجال والنساء النظر للجسم بصورة سلبية مع تقدم السن، وعدم الشعور بالمتعة من أحداث الحياة التي كانت تسبب السعادة في وقت سابق، وفقدان الهدف، والنظر للوقت المتبقي على أنه لا يكفي لتحقيق أهداف الشباب والشعور بضرورة إعادة التقييم، ووضع أولويات يمكن تحقيقها في ضوء القدرات المتوفرة والوقت المتاح، وقد يتم إيعاز الأزمة إلى أحداث مؤثرة تفرض تهديداً وتتطلب تحدياً، وقد تكون الأزمة في وقت يمرّ به الفرد بصدمة داخلية مؤلمة أو صراع مع العالم الخارجي(رسلان، 2013).

وفي ضوء ما سبق، تسعى هذه الدراسة إلى تناول أزمة منتصف العمر للنساء العاملات على أمل تشخيص هذه الأزمة، وإيجاد إطار عام للتدخل مستقبلاً، يعمل على تخفيف الأعراض وتعزيز الذات الإيجابية للنساء العاملات.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تتسبب أزمة منتصف العمر في إحداث الكثير من المشكلات والصعوبات والتداعيات، أهمها الانفصال بين الزوجين في مرحلة متقدمة من الزواج نتيجة وعيهم بأن اختيارهم كان خاطئاً، وهنا تكمن خطورة الموضوع على التكوين الأسري والعلاقات داخل الأسرة الواحدة ومن خلال استعراض الباحث للأبحاث التي تناولت موضوع أزمة منتصف العمر ضمن متغيرات كثيرة في الوطن العربي والدراسات الأجنبية التي جميعها أكدت على أهمية هذه المشكلة، تبيّن مدى أهمية إجراء هذا البحث في البيئة الفلسطينية.

وحسب علم الباحث لا تتوفر أي دراسة تتناول أزمة منتصف العمر في البيئة الفلسطينية، وأن أزمة منتصف العمر هي مرحلة لها أعراضها وسلبياتها التي غالباً ما تصاحب الإنسان ذكراً أو أنثى كلما تقدم به العمر، وهي مرحلة تقييميه أكثر منها تقويمية إلى حدٍّ ما، بمعنى أن الفرد يرى أن

هناك أموراً انتهت من حياته ولن تعود وهو إحساس قد يتسبب بأعراض نفسيه تشعر الفرد بالضيق والتوتر والحسرة، ويرى الباحث بحكم اهتماماته العلمية والبحثية والمهنية وطبيعة عمله، أنه لا يوجد دراسات تناولت هذه الأزمة في المجتمع الفلسطيني، الأمر الذي يجعل من دراسة النساء العاملات في منتصف العمر حاجة ملحة لأهمية دور النساء في المجتمع، إذ أصبحت النساء هنّ الطبيبات والمعلمات والمهندسات والقائدات، إضافة إلى دورهنّ الأساسي في رعاية أسرهنّ.

وتتناول هذه الدراسة مستوى أزمنة منتصف العمر في المجتمع الفلسطيني لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية، والأسباب الكامنة خلفها، وعلاقتها ببعض المتغيرات من خلال الإجابة على سؤالين التاليين:

1. ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية ؟
2. هل تختلف متوسطات الاستجابات لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر باختلاف متغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة؟

فرضيات الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى فحص الفرضيات الآتية:

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير العمر.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الدخل الشهري.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير مكان السكن.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة **($\alpha \leq 0.05$)** بين متوسطات استجابات النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المحافظة.

أهداف الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. التعرف إلى مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية.
2. معرفة دور بعض المتغيرات مثل(العمر، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري، والمستوى التعليمي، ومكان السكن، والمحافظة) على أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية.

أهمية الدراسة:

تكمن الأهمية النظرية للدراسة الراهنة في أنها أول الدراسات – حسب علم الباحث– التي تتناول أزمة منتصف العمر التي تعاني منها النساء، حيث أن المجتمع الفلسطيني لم يهتم بأيٍّ جانب من جوانب هذه الأزمة بشكلها العام، وخصوصاً ما يخص النساء منها، بالرغم من أنها قد تؤثر على مستقبل الكثير من العائلات، وقد ينتج عنها العديد من الاضطرابات النفسية، والتي قد تؤثر على السلوكيات العامة للمجتمع، ومن هنا فإن الباحث سعى في هذه الدراسة إلى التعرف على واقع أزمة منتصف العمر للنساء العاملات حول هذا الموضوع، وبذلك يكون الباحث قد تناول موضوع أزمة منتصف العمر من زوايا جديدة، من أجل اثراء الأدب التربوي بموضوع أزمة منتصف العمر. ويمكن أن تؤدي نتائج هذه الدراسة إلى مقترحات ودراسات مستقبلية، تعطي اهتمامات وأبعاداً أخرى لمرحلة منتصف العمر لدى النساء العاملات وكيفية التعامل معها بسلام، بالإضافة إلى كون نتائج هذه الدراسة من المراجع التي قد يعتمد عليها المعنيُّون بإعداد البرامج الإرشادية أو العلاجية لتعزيز ايجابيات الذات لدى النساء في هذه المرحلة، ومن هنا يمكن وضع حجر الأساس لبناء نظام إرشادي واجتماعي وصحّي ومهني سليم لتجاوز هذه الأزمة مستقبلاً

كإجراء وقائي، وآخر بنائي، وأخيراً علاجي، كما قد تسهم هذه الدراسة بإثارة انتباه المسؤولين وأصحاب القرار، لوضع البرامج الإرشادية التي تعنى بالنساء ومشكلاتها النفسية والإجتماعية.

حدود الدراسة:

تقتصر هذه الدراسة على جميع النساء العاملات ممن تتراوح أعمارهنّ ما بين (35- 50) عاماً في المحافظات الشمالية الفلسطينية خلال العام 2017.

مصطلحات الدراسة:

أزمة منتصف العمر:

يعرفها ويفر (Weaver, 2009) على أنها حالة نفسية يغلب عليها الشك والقلق، ويشعر خلالها الفرد بعدم الراحة عند إدراك أن نصف العمر قد انتهى، وهي فترة مليئة بالضغوط حيث أنها تشتمل عادة على التأمل وإعادة تقييم الإنجازات.

ويعرفها الباحث إجرائياً على أنها الدرجة التي يحصل عليها المستجيب في ضوء المقياس المستخدم.

منتصف العمر: تطلق سليمان (2006) على مرحلة منتصف العمر العديد من المسميات فهي مرحلة الرشد الأوسط أو وسط العمر، وتسمى أيضاً مرحلة هضبة العمر، ومرحلة النضوج وهي عند الرجل (طور بلوغ الأشد)، وقد وردت هذه التسمية في القرآن الكريم، ووردت مقيدة بسن الأربعين مرة واحدة بقوله تعالى (حتى إذا بلغ أشده وبلغ أربعين سنة) (الأحقاف:15).

النساء العاملات: ويعرفْهنّ الباحث أنهن النساء اللواتي يتبوأن مركزاً في سوق العمل بغض النظر عن طبيعة هذا العمل أو المركز أو مستوى الدخل الذي يحصلنَ عليه.

المحافظات الشمالية: وهي المحافظات التي تقع شمال الضفة الغربية والتي تضم (القدس، بيت لحم، الخليل، رام الله والبيرة، ونابلس، وسلفيت، وجنين، وقلقيلية، وطولكرم، وطوباس، وجنين، وأريحا والأغوار) (عثمان، 2010).

الدراسات السابقة

من خلال الاطلاع على محركات البحث الخاصة بالابحاث والدراسات تبين للباحث أن هناك ندرة في مجال الدراسات التي اجريت على النساء العاملات في مجال أزمة منتصف العمر، الا انه توصل الى العديد من الدراسات والبحوث العربية و الأجنبية التي تناولت أزمة منتصف العمرمنها :

دراسة عامر(2022) هدفت إلى التعرف على الدعم الأسري المدرك لدى الزوجة في ضوء محدثات أزمة منتصف العمر وعلاقتها بأساليب مواجهتا للضغوط الحياتية، ولتحقيق ذلك تم توزيع أدوات الدراسة المتمثلة في الاستبانه على عينة قوامها (280) زوجة عاملة وغير عاملة في مرحلة منتصف العمر، ومن أجل استخراج النتائج استخدم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت) للعينات المستقلة وتحليل التباين الاحادي ومعامل الارتباط بيرسون ، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً في محدثات أزمة منتصف العمر لدي الزوجات تبعاً للعمر ومدة الزواج، كما وجدت فروق دالة إحصائيا في الدعم الأسري المدرك لدي الزوجات تبعاً لمكان السكن وعدد أفراد الأسرة والمستوي التعليمي للزوجة

وأجرى الحربي والحريقي (2013) دراسة بعنوان :"أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات في المدينة المنورة". حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى انتشار أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى (436) من معلمي ومعلمات المدارس في المدينة المنورة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود أزمة منتصف العمر لدى العينة من المبحوثات، كذلك أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين أزمة منتصف العمر والسعادة الزوجية، ووجود فروق دالّة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري ولصالح ذوي الدخل المنخفض، ووجود فروق تعزى لمتغير عدد الأبناء ولصالح عدد (1-2) ومتغير الحالة الاجتماعية تبعاً لمستوى (أرمل/ أرملة) مع عدم وجود مثل تلك الفروق تعزى لمتغيري النوع الاجتماعي والعمر.

وقامت رسلان (2013) بإجراء دراسة بعنوان "المتغيرات المنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات". هدفت لبحث المتغيرات المتنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات، منهم (242) من المعلمين و(267) من المعلمات في المملكة العربية السعودية، وقد كشفت نتائج الدراسة على أن أهم المتغيرات المنبئة بالأزمة عند الرجال هي الشعور بالأمن الاقتصادي، وعدم الشعور بالحاجة للأولاد، ووجود أمراض مزمنة، والافتقار للمساندة الاجتماعية، وانخفاض مستوى التوافق الزواجي، في المقابل كشفت نتائج الدراسة أن أهم المتغيرات المتنبئة بأزمة منتصف العمر عند المرأة ، هي انخفاض مستوى التوافق الزواجي، و قلة رغبة الزوج الجنسية، و ضعف المستوى الاقتصادي، وعدم الشعور بالحاجة للأولاد، وافتقار المساندة

الاجتماعية، ووجود أمراض مزمنة، كذلك كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين الرجال والنساء ولصالح النساء.

أجرى نيما (Nema,2013) دراسة بعنوان: "العلاقة بين أزمة منتصف العمر والتوافق الزواجي" هدفت إلى الكشف عن التوافق النفسي والزواجي عند عينة من (124) من الأزواج الهنود في منتصف العمر، منهم (62) من الذكور و(62) من الإناث تتراوح أعمارهم ما بين (50- 65) عاماً، من خلال استخدام مقياس للتوافق الزواجي ومقياس لأزمة منتصف العمر، وأشارت نتائج الدراسة بعد تحليل بياناتها إلى وجود علاقة بين أزمة منتصف العمر والتوافق الزواجي بالإضافة إلى وجود فروق دالّة إحصائياً تُعزى لمتغير الجنس.

وأجرت كردي (2012) دراسة بعنوان "أزمة أعراض منتصف العمر وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من السيدات المنجبات وغير المنجبات بمدينة الطائف- دراسة وصفية مقارنة ومن اجل تحقيق ذلك تكون عينة الدراسة من (50) امرأة منجبة و(50) امرأة غير منجبة في مرحلة منتصف العمر (45-55 عاماً)، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين وجود زملة منتصف العمر والاكتئاب، ووجود علاقة دالّة إحصائياً سالبة بين زملة منتصف العمر وتقدير الذات، كذلك كشفت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين النساء المنجبات وغير المنجبات.

هدف كل من ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan,2012) في دراستهما بعنوان "النساء في منتصف العمر: انتقال أم أزمة: (Women in Midlife Crisis Transition or Crisis) إلى التحقق من صحة الأعراض والتغيّرات المصاحبة لأزمة منتصف العمر، عن طريق مراجعة الأدبيات والبحوث التي تناولتها، وقد توصل الباحثان في هذه الدراسة إلى أن النشاط الاجتماعي للمرأة في منتصف العمر يقل، فيما عدا علاقتهما بوالديهما، كما أسفرت الدراسة عن وجود أثر دال إحصائياً للأصدقاء دون الأقرباء على سعادة المرأة في منتصف العمر، كما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ولصالح الإناث، بالإضافة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الدخل، والتعليم، والحالة الاجتماعية، والتدين من جهة والسعادة في منتصف العمر من جهة أخرى.

وأجرت الداغستاني (2010) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر لدى موظفي الدولة وعلاقتها ببعض المتغيرات" حيث قام بتطبيق مقياس أزمة منتصف العمر على عينة مقدارها (200) موظفاً من الذكور والإناث من موظفي الدولة العراقية من أعمار ما بين (40-55) عاماً. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود درجة أزمة كبيرة لدى عينة الدراسة، عند مقارنتها بالمتوسط الفرضي

للمقياس، كما أشارت النتائج أيضاً إلى وجود فروق دالة إحصائياً حسب متغير الجنس والحالة الاجتماعية، ولصالح الإناث وغير المتزوجين، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائياً حسب متغير المستوى التعليمي.

وفي دراسة للكشف عن العلاقة بين أزمة منتصف العمر وأوقات الفراغ، أجرى لو (Lu,2010) دراسة بعنوان: "أوقات الفراغ والاكتئاب في منتصف العمر". هدفت للكشف عن أوقات الفراغ وعلاقتها بالاكتئاب عند عينة من (1143) من المواطنين في تايوان تتراوح أعمارهم ما بين (45-65 عاماً)، حيث كشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري، كما كشفت أيضاً عن وجود علاقة دالة بين أزمة منتصف العمر وأعراض الاكتئاب عند عينة الدراسة من المبحوثين.

وقامت الشهري (2009) بدراسة عن زملة أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب والمساندة الاجتماعية في ضوء متغيري التعليم والعمل، على عينة تتكون من (196) إمراه تتراوح أعمارهنَّ ما بين (45-55) عاماً عاملة وغير عاملة في مدينة الرياض في المملكة العربية السعودية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين زملة أعراض هذه المرحلة وتقدير الذات، والمساندة الاجتماعية، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين زملة أعراض هذه المرحلة والاكتئاب، كما أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات أفراد العينة تعزى لمتغيري التعليم والعمل ولصالح التعليم المتوسط وغير العاملات.

وفي محاولة للحد من التعارض القائم حول أزمة منتصف العمر، هدف كل من فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009) في دراستهما بعنوان "أزمة منتصف العمر– المناظرة (Midlife Crisis: A Debate) إلى محاولة التوفيق بين المؤيدين والمعارضين، لوجود أزمة منتصف العمر عن طريق مراجعة الدراسات التي تناولتها إما بالتنظير أو التجريب، وقد كشفت دراستهما عن استحالة دحض مفهوم أزمة منتصف العمر بشكل كلي، وقد أوصى الباحثان بضرورة تبني مفهوم أكثر تساهلاً ومرونة لازمة منتصف العمر، فعلى الصعيد النظري سيتوافق مفهوم الأزمة مع القواعد المسلمة للنمو التي تؤكد على أهمية التفاعل بين التوقعات المجتمعية والأهداف الشخصية للفرد، أما على الصعيد التجريبي فالتعريف المتساهل سيعمل على تحفيز الباحثين، لإتباع توجّهات جديدة تجسد عمليات التفاعل بين المجتمع والفرد بدلاً من عزلهما.

وهدفت ويفر (Weaver,2009) في دراستها بعنوان "منتصف العمر: وقت أزمة أم إمكانيات جديدة " إلى مقارنة أفكار كل من فرويد (freud) نحو منتصف العمر، ويونج (jung) للفردية، واعتقادات فرانكل (frankl) حول الإرادة والمعنى، ومبادئ روجرز (rogers) في النمو الشخصي،

ومنظور أريكسون (erickson) وبيك (beck) حول منتصف العمر كمرحلة في دورة حياة النمو، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن انعكاسات الفرد وإعادة تقييمه لحياته لا تعكس بالضرورة وجود أزمة أو خبرات سابقة، وعلى الرغم من أن تشكيك الفرد بنفسه لا يعدّ سهلاً، لأن الفرد يقارن واقع ما أصبح عليه بما يجب أن يكون، إلا أنه قد يفتح آفاقاً جديدة حيث أن الفرد في منتصف العمر يجب أن يبحث عن معنى لحياته من خلال الإبداع في العمل وتقبّل الذات.

وهدفت دراسة إنتراكامهاند وآخرون (Intarakamhang, et al , 2008) بعنوان "مؤشرات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات المتزوجات" والتي هدفت إلى تحديد العلاقة السببية ومؤشرات الأزمة لنساء تايلاند العاملات المتزوجات، من خلال تطبيق مقياس أزمة منتصف العمر على (2062) امرأة عاملة متزوجة شكلت عينة الدراسة، وقد أشارت نتائج الدراسة، إلى أن أهم العوامل ذات العلاقة المؤثرة لأزمة منتصف العمر لدى عينة الدراسة من المبحوثات كانت (العلاقات الأسرية، وأزمات الحياة الضاغطة، وضغوط العمل، والعصابية، والدين) وكل هذه النتائج وغيرها من تصور المفحوصات وإدراكهنّ لها.

أما النيال (2008) قام بدراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر في مرحلة الرشد" حيث هدفت إلى التعرف على التغيرات النفسية والاجتماعية التي تكون مسؤولة عن مرحلة الأزمة، وقد أجريت على ثلاث مراحل عمرية تمثل مرحلة الرشد المبكر (30-39)، ومرحلة أواسط العمر (40-49) ومرحلة الرشد المتأخر (50-59). وقد تكوّنت عينة الدراسة من (551) فرداً من المجتمع المصري. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة دالّة بين أزمة منتصف العمر والمهنة ولصالح (مهنة هيئة التدريس) والعمر ولصالح العمر المتوسط.

وأجرت محمود (2008) دراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر (المحدثات، الأعراض المصاحبة، عمليات التحمل والمواجهة) على عينة من الموظفين العاملين عددها (400) فرداً من الجنسين ممن هم في مرحلة منتصف العمر ومن أعمار(41-60) عاماً. أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث لصالح الإناث، كما جاءت معاملات الارتباط موجبة بين متغيرات قائمة محدثات أزمة منتصف العمر وعمليات تحمل الضغوط ومراجعة الأعراض.

وفي هذا الصدد أجرت كوي وآخرون (Choi et al.2005) دراسة بعنوان "العلاقة بين أزمة منتصف العمر والقلق واضطرابات النوم عند النساء الكوريات" حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى شيوع الأرق لدى(3817)امرأة كورية في مرحلة منتصف العمر، وقد طبق عليهن قائمة بالأعراض التي قد تعاني منها المرأة في مرحلة منتصف العمر ومقياس القلق، ومقياس اضطرابات النوم، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية دالّة بين مرحلة منتصف العمر

والقلق، حيث اتضح أن (14.3%) من النساء الكوريات في مرحلة منتصف العمر يُعانينَ من صعوبة المحافظة على النوم، (17 %) يُعانينَ من صعوبة بدء النوم و (71%) يُعانينَ من الاستيقاظ مبكراً جداً.

وهدف ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004) في دراستهما بعنوان "هل الحياة اليومية أكثر إجهاداً وضغوطاً خلال منتصف العمر" إلى الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط اليومية التي يتعرض لها الفرد في منتصف عمره مقارنة بمرحلتي الشباب والشيخوخةن من خلال استخدام اختبار للضغوط اليومية على عينة مقدارها (1031) منهم (562) من الذكور و (469) من الإناث، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود درجة مرتفعة من الضغوط اليومية التي يعاني منها الأفراد في مرحلة منتصف العمر، كذلك أسفرت الدراسة عن وجود فروق دالّة إحصائياً في متغير العمر لصالح الأكبر سناً مقارنةً بالشباب من عينة الدراسة.

وأجرت لاكمان (Lachman, 2004) دراسة بعنوان "النمو في منتصف العمر" هدفت من خلالها إلى إبراز أهم المواضيع الأساسية والقضايا البارزة في مرحلة منتصف العمر، كالتعامل مع الأسرة والتغيرات الجسدية والنفسية المرتبطة بالتقدم بالعمر، وعرض الآراء المتضاربة حول مرحلة منتصف العمر وهل هي أزمة أم ذروة الأداء الوظيفي ، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن (26%) من الراشدين يعانون من أزمة منتصف العمر، والذي يرجع إلى وجود خوف من الموت، أو الأحداث الحرجة في الحياة كالطلاق أو المرض، كذلك أشارت الدراسة إلى أن بعض سمات الشخصية تلعب دوراً بارزاً في تهيئة الفرد للإصابة بالأزمات وخاصة العصابية منها، وأشارت نتائج الدراسة أيضاً أن الإناث تميل للإصابة بأزمة منتصف العمر في الثلاثينات، بينما يميل الذكور للإصابة بها في الأربعينات.

أجرت النيال (1998) دراسة هدفت إلى التعرف إذا ما كانت هناك فروق جوهرية بين ثلاث عينات تقع في مرحلة الرشد المبكر، وأواسط العمر، والرشد المتأخر وذلك في أزمة منتصف العمر، من خلال تطبيق مقياس الدراسة على عينة من الذكور الراشدين بلغ مقدارها (551) فرداً من قطاعات تعليمية مختلفة، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة بين أزمة منتصف العمر وكل من التوجه نحو الإنجاز، وعدم الشعور بالأمان.

وقد قام المفدى (1995) بدراسة بعنوان "أزمة منتصف العمر، مقارنة عمرية على عينات من المجتمع السعودي" هدفت للكشف عن أزمة منتصف العمر على عينة من الراشدين في المجتمع السعودي، وقد تكونت عينة الدراسة من (203) فرد تم تصنيفهم إلى فئات هي الرشد المبكر، ووسط العمر والرشد المتأخر، تم تطبيقها من خلال استبانة تكونت من أربعة أبعاد هي (البعد

الجسمي، والأسري، والعمل، والحياة). وخلص الباحث إلى أن أزمة منتصف العمر ما هي إلا ظاهرة ثقافية تتعلق بالمجتمع الغربي الذي ترتبط المادة بنمط حياته وبتعويله على القوة والنشاط.

منهج الدراسة

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي، وذلك لمناسبته طبيعة هذه الدراسة وأهدافها. ذلك أنّ المنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها بشكل دقيق، ويعبر عنها تعبيرا كيفياً أو كميّاً، فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى.

مجتمع الدراسة

تكوَّن مجتمع الدراسة من جميع النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية (نابلس، ورام الله والبيرة، والخليل)، والبالغ عددهنّ (24400) امرأة موزعات كما في الجدول(1) الذي يبيّن توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمحافظة التي تقيم بها النساء العاملات.

الجدول (1): توزيع مجتمع الدراسة تبعاً للمحافظة التي تقيم بها النساء العاملات

المحافظة	العدد
نابلس	6500
رام الله والبيرة	6100
الخليل	11800
المجموع	24400

يبين الجدول (1) أعداد النساء العاملات في المحافظات الشمالية وفقاً لمصادر الإحصاء الفلسطيني لعام (2020).

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (480) امرأة عاملة في المحافظات الشمالية الفلسطينية أي تمثل مانسبته(5%) من مجتمع الدراسة، وتم إختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية، والجدول (2) يبين توزيع عيّنة الدراسة تبعاً للمتغيرات المستقلة:

الجدول (2): توزيع عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية %
العمر	من 35 وأقل من 40 سنة	229	47.7
	40 وأقل من 45 سنة	178	37.1
	من 45 إلى 50 سنة	73	15.2
المجموع		480	100.00
الحالة الاجتماعية	عزباء	104	21.7
	متزوجة	317	66.0
	مطلقة	34	7.1
	أرملة	25	5.2
المجموع		480	100.00
مستوى الدخل الشهري	أقل من 2000 شيكل	85	17.7
	من 2000 إلى 3000 شيكل	191	39.8
	من 3001 إلى 4000 شيكل	144	30.0
	أكثر من 4000 شيكل	60	12.5
المجموع		480	100.00
المستوى التعليمي	توجيهي فأقل	49	10.2
	دبلوم	113	23.5
	بكالوريوس	273	56.9
	ماجستير فأعلى	45	9.4
المجموع		480	100.00
مكان السكن	مدينة	231	48.1
	قرية	185	38.5
	مخيم	64	13.3
المجموع		480	100.00
المحافظة	رام الله والبيرة	160	33.3
	الخليل	160	33.3

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية %
	نابلس	160	33.3
المجموع		480	100.00

يتضح من الجدول (2) توزيع عيّنة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة، حيث يبيّن الجدول المستويات الخاصة بكل متغير من متغيرات الدراسة، وتكرار كل مستوى ونسبته المئوية من النسبة الكلية للعينة.

أداة الدراسة

استخدم الباحث الاستبانة أداة للدراسة على النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، وتضمن (71) فقرة موزعة على ثمانية مجالات هي: الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به، والضغوط الصحية التي تعاني منها النساء العاملات.

وقد قام الباحث بإعداد أداة الدراسة لغرض جمع المعلومات وتطويرها، وذلك وفقاً للخطوات الآتية:

1. مراجعة الأدب النظري المتعلق بموضوع أزمة منتصف العمر.
2. مراجعة الأبحاث والدراسات والكتب التي بحثت في أزمة منتصف العمر.

وقد تكوّنت أداة الدراسة من جزأين:

الجزء الأول: ويشمل المعلومات الأولية عن المرأة التي قامت بتعبئة الاستبانة.

الجزء الثاني: واشتمل على (71) فقرة موزعة على ثمانية مجالات، يتم الاستجابة عن هذه الفقرات من خلال مقياس(ليكرت) الخماسي، ويبدأ بالدرجة (موافق بشدة) وُتعطى (5) درجات، ثم (موافق) وتعطى (4) درجات، ثم (محايد) وتعطى (3) درجات، ثم (معارض) وتعطى درجتيْن، وينتهي ب (معارض بشدة) وتعطى درجة واحدة فقط. والجداول الآتية توضح ذلك:

الجدول (3): مفتاح تصحيح الفقرات لمقياس أزمة منتصف العمر

اتجاه صياغة الفقرة	موافق بشدة	موافق	غير متأكد	معارض	معارض بشدة
موجبة	5	4	3	2	1
سالبة	1	2	3	4	5

الجدول (4): توزيع الفقرات على مقياس أزمة منتصف العمر واتجاه تصحيح كل فقرة

المجال	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
الشعور بالرضا عن الحياة	1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8	
عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	9، 10، 11، 12، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 24	23
قلق الموت	25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32	
الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40	
الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	41، 42، 43، 44	
الفجوة بين الطموح والإنجاز	45،48، 49، 50، 51	46، 47
الرضا عن الوسط الذي أعيش به	52 ، 58	53، 54، 55، 56، 57
الضغوط الصحية	59، 60، 61، 62، 63، 64، 65، 66، 67، 68، 69، 70، 71	

صدق الأداة:

اعتمد الباحث في دراسته على نوعين من أنواع الصدق للتاكد من صلاحية الأداة، هما:

صدق المحكِّمين: لجأ الباحث لاستخدام صِدق المحكِّمين، وهو ما يُعرف بالصِّدق المنطقي أوالصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على (12) محكِّماً من ذوى الاختصاص والخبرة في جامعات المحافظات الشمالية من فلسطين، وذلك بهدف التَّأكد من مناسبة المقياس لما أُعدَّ من أجله، وسلامة صياغة الفقرات، وأجمع المحكّمون على صلاحية الفقرات مع إجراء بعض التعديلات اللغوية، وهذا يُشير إلى أن المقياس يتمتَّع بصدق منطقي مقبول(ملحق ب).

صدق البناء: ويعبّر عنه بقدرة كل فقرة في المقياس، على الإسهام في الدَّرجة الكليَّة لذلك المقياس، ويعبّر عن ذلك إحصائياً بمعامل ارتباط الفقرة بمجالها، كما أجرى الباحث حساباً لارتباط كل فقرة في المقياس بالمجال الذي تنتمي إليه.

ويشار في هذا المجال إلى ضرورة النظر إلى مستوى دلالة معامل ارتباط، للفصل بين الفقرات التِّي ستبقى في الأداة، وتلك التِّي يجب أن تحذف، واستقر مقياس أزمة منتصف العمر على جميع المجالات من ناحية، وبالدرجة الكلية من ناحية أخرى، والجدول (5) يوضِّح معاملات ارتباط الدَّرجة الكليَّة ومجالاتها لمقياس أزمة منتصف العمر.

الجدول (5): مصفوفة بيرسون (Pearson Correlation Matrix) لقياس الصدق الارتباطي بين مجالات الدراسة والدرجة الكلية

الرقم	المجال	الدرجة الكلية	
		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	الشعور بالرضا عن الحياة	0.852**	0.000*
2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	0.923**	0.000*
3	قلق الموت	0.875**	0.000*
4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	0.885**	0.000*
5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	0.874**	0.000*
6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	0.844**	0.000*
7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	0.242**	0.000*
8	الضغوط الصحية	0.696**	0.000*

** دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

تشير نتائج الجدول السابق إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المجالات والدرجة الكلية لأداة الدراسة تراوحت ما بين (0.242**- 0.923**) للمجال السابع الرضا (عن الوسط الذي أعيش به) والمجال الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل). وبناء على ذلك يمكن الحكم بصدق أداة الدراسة والاطمئنان على تطبيقها.

ثبات الأداة

تم استخراج معامل ثبات الأداة باستخدام معادلة (كرونباخ ألفا،Cronbach's Alpha) والجدول (6) يبين معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها.

الجدول (6): معاملات الثبات لأداة الدراسة ومجالاتها

الرقم	المجال	عدد الفقرات	معامل الثبات بطريقة كرونباخ ألفا
1	الشعور بالرضا عن الحياة	8	0.901
2	عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل	16	0.945
3	قلق الموت	8	0.924
4	الإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم	8	0.904
5	الإحساس بكبر السن وإدراك الزمن	4	0.888
6	الفجوة بين الطموح والإنجاز	7	0.624
7	الرضا عن الوسط الذي أعيش به	7	0.657
8	الضغوط الصحية	13	0.904
	الدرجة الكلية	71	0.98

يتضح من الجدول(6) أن معاملات الثبات لمجالات الاستبانة تراوحت بين (0.624-973%) للمجالات: السادس (الفجوة بين الطموح والإنجاز) والثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل)، في حين بلغ الثبات الكلي للأداة (980%)، وهي معاملات ثبات عالية تفي بأغراض البحث العلمي.

المعالجات الإحصائية

بعد تفريغ إجابات أفراد العيّنة جرى ترميزها وإدخال البيانات باستخدام الحاسوب ، ثم عُولِجتْ البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وقد استخدمت التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين الأحادي (One-Way ANOVA)، اختبار (LSD) للمقارنة البعدية ومعامل الارتباط بيرسون .

نتائج الدراسة:

أولا: النتائج المتعلقة بأسئلة الدراسة

من أجل الإجابة عن أسئلة الدراسة قام الباحث باستخراج المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية لمجالات أداة الدراسة، ومن ثم ترتيبها تنازلياً وفق النسبة المئوية، وذلك للإجابة على أسئلة الدراسة. والذي ينص على: **ما مستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية؟**

جدول (7):المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات مجالات مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية مرتبة تنازلياً حسب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأزمة
.1	أرى أن القدر يحمل لي أخبار سارة عن المستقبل	3.66	1.08	كبيرة
.2	أتمنى أن أتمتع بالشباب والحيوية	3.62	1.19	كبيرة
.3	أحاول أن أبحث عن ذاتي أكثر من أي وقت مضى	3.57	1.01	كبيرة
.4	لم أعد أتمتع بالنشاط والحيوية اللذين كنت أتمتع بهما من قبل	323.	1.13	متوسطة
.5	أترقب كل تغير يحدث لي في جسمي	3.32	1.10	متوسطة
.6	تراودني في الفترة الأخيرة أفكار حول موت المقربين إلي	3.29	1.21	متوسطة
.7	أشعر بالخوف من أن أصاب بأي مرض في هذه المرحلة من العمر	73.2	1.15	متوسطة
.8	أقلق على صحتي منذ فترة من الزمن	3.24	1.13	متوسطة
.9	أشعر بالأسى عندما أدرك الفجوة بين طموحاتي وقدرتي على الإنجاز	3.20	1.16	متوسطة
.10	أواجه ضغوطات عديدة في التفاعل مع الآخرين	83.1	1.15	متوسطة
.11	أصبحت أرى أن الحياة مملة ورتيبة	3.17	1.12	متوسطة
.12	تضطرب أعصابي عندما أسمع أحاديث الآخرين عن الموت أكثر مما كان يحدث سابقاً	3.13	1.27	متوسطة
.13	انخفاض الدخل لأسرتي يقلقني على مستقبلي	13.1	1.27	متوسطة
.14	أشعر أن المستقبل يحمل لي أشياء مخيفة	93.0	1.22	متوسطة
.15	أتخوف من إصابتي بمرض خطير أو مزمن	93.0	1.28	متوسطة
.16	يغلب على تقيمي للأحداث السابقة مسحة من الندم والحزن	3.08	1.23	متوسطة
.17	أشعر بالأسى والحزن لأنني لم أحقق طموحاتي التي كنت أصبو إليها	3.05	1.30	متوسطة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأزمة
.18	أصاب بالخمول والكسل	3.04	1.24	متوسطة
.19	بدأت بالشعور بالخوف من أن يختطفني الموت من المقربين إلي	3.04	1.26	متوسطة
.20	أخشى أن أموت موتاً مفزعاً في حادث ما	3.04	1.24	متوسطة
.21	بدأت أنزعج من مظهر جسمي الذي أظن أنه تغير عن ذي قبل	3.03	1.21	متوسطة
.22	وضعي الاجتماعي الحالي يدفعني إلى البحث عن بداية جديدة في مختلف مجالات حياتي العائلية والاجتماعية	3.02	1.30	متوسطة
.23	أشعر بتغيرات مستمرة في مظهري تجعلني أخاف من المستقبل	3.01	1.27	متوسطة
.24	تسيطر عليّ الآن فكرة تعرضي للموت المفاجئ	3.00	1.22	متوسطة
.25	لاحظت أنني أخاف عندما تخطر لي فكرة الموت في الفترة الأخيرة	2.99	1.20	متوسطة
.26	أفضل في الفترة الأخيرة البقاء بمفردي	2.97	1.19	متوسطة
.27	بدأت أشعر بنوبات اكتئاب عندما أشعر بألم في جسمي	2.97	1.18	متوسطة
.28	بدأت أفقد الشعور بالرضا عن صورة جسمي	2.97	1.17	متوسطة
.29	بدأت أشعر أن عمري قصير ولم يبقى لي أكثر مما مضى في هذه الحياة	2.96	1.20	متوسطة
.30	أفتقد الإحساس بالسعادة في الفترة الأخيرة	62.9	1.23	متوسطة
.31	أهتم بزيارة دورية للطبيب في الفترة الأخيرة	52.9	1.13	متوسطة
.32	أسرتي لم تعد تفهمني بالدرجة الكافية	2.94	1.35	متوسطة
.33	أنا غير راضية عن حياتي هذه الأيام	42.9	1.31	متوسطة
.34	أعاني من اضطرابات في النوم	32.9	1.22	متوسطة
.35	أدركت مؤخراً أنني غير راضية عن مكانتي في الحياة	22.9	1.15	متوسطة
.36	في هذه الأيام تخطر لي فكرة أن الحياة غير مجدية	2.91	1.25	متوسطة
.37	أشعر بأن حياتي الحالية تتحكم فيها قوى خارجية	2.90	1.26	متوسطة
.38	أعاني من صداع بالرأس	2.88	1.21	متوسطة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأزمة
.39	أصبحت علاقتي بأفراد أسرتي يسودها التوتر دون سبب واضح على عكس السابق	2.88	1.30	متوسطة
.40	أتأثر بالحكم الاجتماعي وتقييم الناس السلبي لتقدمي في العمر	82.8	1.16	متوسطة
.41	أشعر بأن الحياة بلا معنى	2.87	1.32	متوسطة
.42	أشعر بآلام في مفاصلي عند القيام بأي مجهود	32.8	1.23	متوسطة
.43	بدأ لدي شعور متزايد بعدم قدرتي على تحقيق أهدافي لأنني أتوقع الموت في أية لحظة	2.80	1.31	متوسطة
.44	أشعر بألم في أسناني	2.80	1.22	متوسطة
.45	أشعر بأنني في حالة من الضياع والأسى	2.80	1.33	متوسطة
.46	تراودني فكرة أن أفراد عائلتي سيتركونني وحيدة في يوم من الأيام	2.79	1.29	متوسطة
.47	لم يبق لي من العمر بقية لتحقيق أهدافي التي خططت لها في سنوات عمري المبكرة	92.7	1.21	متوسطة
.48	أشعر بسرعات دقات القلب من وقت لآخر	82.7	1.17	متوسطة
.49	أعتقد أنني في مرحلة من العمر لن تمكنني من إنجاز كثير من الأهداف التي كنت أرمي إلى تحقيقها	2.77	1.18	متوسطة
.50	أشعر باليأس والقنوط	2.77	1.33	متوسطة
.51	ينتابني إحساس بالضعف وقلة الحيلة	2.77	1.18	متوسطة
.52	ليس عندي طموح وأهداف واضحة في الحياة	2.74	1.23	متوسطة
.53	أعاني من مشكلات في المعدة، رغم عدم وجود سبب عضوي لذلك	2.72	1.20	متوسطة
.54	لن أكون قادرة على مواجهة المشكلات في المستقبل	2.68	1.32	متوسطة
.55	أشعر بالإحباط من وضعي الصحي	2.67	1.16	متوسطة
.56	أشعر أن أسرتي تهتم بغيري أكثر مني على غير السابق	72.6	1.30	متوسطة
.57	توحي ملامح وجهي بتقدم عمري مما جعل الآخرين يعاملونني بطريقة سلبية عن السابق	42.6	1.20	متوسطة

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأزمة
.58	أظن أن قراراتي الأسرية لم تعد حكيمة	2.61	1.24	متوسطة
.59	تطاردني الأحلام والكوابيس المزعجة	92.5	1.21	قليلة
.60	أعاني من فقدان الشهية وعدم الرغبة في الأكل	2.55	1.20	قليلة
.61	أرى أن صحتي تسوء	82.4	1.08	قليلة
.62	أنا لم أعد قادرة على الحصول على العلاج اللازم	2.46	1.13	قليلة
.63	أشعر بالغثيان والدوخة بشكل متكرر	52.4	1.10	قليلة
.64	أشعر بقوة داخلية تدفعني إلى تعديل مسار حياتي	2.30	1.04	قليلة
.65	أنا راضية عن حياتي في هذا العمر	2.15	0.91	قليلة
.66	ينشغل تفكيري كثيراً بعلاقتي الأسرية	2.14	1.01	قليلة
.67	أرى أنني قد نجحت في حياتي الماضية	2.13	0.86	قليلة
.68	أنا مطمئنة عن أحوالي الصحية الحالية	2.09	0.88	قليلة
.69	أنا مقتنعة بعلاقتي مع أقربائي	2.07	0.93	قليلة
.70	لدي قدرة على القيام بعملي سواء داخل المنزل ام خارجه	1.96	0.84	قليلة
.71	يحترمني من هم أصغر مني سناً	1.90	0.80	قليلة
	الدرجة الكلية	2.82	0.68	متوسطة

يتضح من الجدول (7) أن مستوى أزمة منتصف العمر لدى عينة من النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية قد بلغت بمتوسط حسابي (2.82) ونسبة مئوية (56.4) وبانحراف معياري بلغ (0.68) على الدرجة الكلية للمجالات، وهذا يدل على أن أزمة منتصف العمر متوفرة بدرجة متوسطة لدى عينة الدراسة من المشاركات في البحث، في حين تراوحت النسب المئوية للفقرات (38.0) و (73.2) وهي للفقرات (يحترمني من هم أصغر مني سناً) من المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به) و(أرى أن القدر يحمل لي أخبار سارة عن المستقبل) من المجال الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل).

ويتضح أيضاً من نتائج نفس الجدول أن ما نسبته (4.0%) من فقرات مقياس أزمة منتصف العمر قد حصلت على درجة استجابة كبيرة وهي موزعة على المجالات الثاني (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل)، والأول (الشعور بالرضا عن الحياة)، والسادس(الفجوة بين الطموح

والإنجاز)، وأن ما نسبته (77.7%) من فقرات مقياس أزمة منتصف العمر قد حصلت على درجة استجابة متوسطة وهي فقرات موزعة على مجالات الدراسة الثمانية، في حين أن ما نسبته (18.3%) من فقرات الدراسة قد حصلت على درجة استجابة قليلة وهي فقرات موزعة على المجال الثامن (الضغوط الصحية)، والسادس (الفجوة بين الطموح والإنجاز)، والسابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به).

ويفسر الباحث هذه النتيجة لمستوى أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية بالأسباب التالية:

1. الصعوبات الاقتصادية المتمثلة بالبطالة والأجور المتدنية التي تعاني منها النساء العاملات.
2. الضغوطات النفسية التي تتعرض لها النساء العاملات خصوصاً من تتحمل منهنَّ مسؤوليات المنزل وواجباته.
3. الأوضاع الصحية التي تعاني منها النساء العاملات وخصوصاً عند ازدياد أعمارهنَّ والذي بدوره ينشأ عن الإرهاق في العمل، وفي تأدية الواجبات المنزلية والقلق على أفراد الأسرة.
4. الشعور بالتقدم بالسن وفقدان لبعض العمليات الحيوية التي تعاني منها النساء، والتي بدورها تسبب أزمة لديهنَّ.

وتتفق هذه النتائج مع نظرية أريكسون (erikson) المفسرة لأزمة منتصف العمر وتدعمها والتي ترى أن الأزمة تحدث نتيجة لتدخل الاعتبارات الاجتماعية في معادلة النمو النفسي للفرد، والتي تنشأ حسب أريكسون (erikson) نتيجة لمشاكل الركود الشخصي والآثار النفسية والاجتماعية الملازمة لتطور الإنسان وقد تدفع الفرد باتجاه التقدم والازدهار، أو التخبط والنكوص إلى الخلف.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الحربي والحريقي(2013) كما وتختلف مع دراسة المفدى(1995) التي خلصت إلى أن أزمة منتصف العمر ما هي إلا ظاهرة ثقافية تتعلق بالمجتمع الغربي، الذي ترتبط المادة بنمط حياته وبتعويله على القوة والنشاط، حيث أنه تبين أن الأزمة لاتقتصر على المجتمع الغربي.

ينما تتفق مع دراسة رسلان(2013)، ودراسة الداغستاني(2010)، ودراسة فرويند وريتر (Freund & Ritter, 2009)، ودراسة إنتراكامهاند وآخرون (Intrakamhang,etal, 2008)، ودراسة كوي وآخرون (Choi،etal.2005) ودراسة وألميديا وهورن (Almeida& Horn, 2004 ، ودراسة لاكمان (Lachman, 2004) التي أشارت إلى وجود أزمة منتصف العمر لدى عينة من المبحوثات بنسب متفاوتة من مجتمع الى آخر.

ثانياً : النتائج المتعلقة بفرضيات الدراسة

النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى: والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير العمر.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجدول الاتي تبين ذلك.

جدول(8): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	8.323	2	4.162	9.195	*0.000
	خلال المجموعات	215.895	477	.4530		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول(8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة الثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والثامن (عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والضغوط الصحية). في حين لا يوجد فروق في المجال الأول والمجال السابع (الشعور بالرضا عن الحياة، الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، يوضح الجدول (9) نتائج المقارنة البعدية

الجدول (9): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير العمر في الدرجة الكلية، وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
	35 إلى أقل من 40 سنة	40 الى أقل من 45 سنة	-0.27	*0.000

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية		من 45 إلى 50 سنة	-0.24	*0.008
	40 إلى أقل من 45 سنة	من 45 إلى 50 سنة	0.03	0.73

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (35 وأقل من 40 سنة) ومستويات (40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة) في الدرجة الكلية وفي المجالات الثاني بين مستوى(35 وأقل من 40 سنة) ومستويات(40 وأقل من 45 سنة)، والثالث والرابع والخامس والثامن(عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والضغوط الصحية) بين مستويات(35 وأقل من40 سنة) ومستويات(40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (40 وأقل من 45 سنة، ومن 45 إلى 50 سنة).

ويفسر الباحث ذلك، بأن الزيادة في العمر تؤدي إلى أزمة نفسية، وذلك نتيجة للتغيرات البيولوجية التي تحدث للفرد مثل التغير في الجسم، وفقدان لبعض العمليات الحيوية أو قلتها والوصول إلى سن اليأس، وانقطاع الطمث والتي بدورها تنعكس على الحالة النفسية للمرأة والتفكير بنظرة المجتمع والمحيطين لها، بالإضافة للخوف من المستقبل لحدوث طارئ يتعلق بالمرض أو العمل.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج الحربي والحريقي (2013) بينما تتفق مع نتائج دراسة (النيال، 2008)، ودراسة ألميديا وهورن (Almeida & Horn, 2004) من حيث وجود أثر لمتغير العمر.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:والتي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (10) يبين ذلك.

الجدول (10): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	16.937	3	5.646	12.964	*0.000
	خلال المجموعات	207.282	476	0.4350		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية،

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (11) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (11): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	عزباء	متزوجة	0.05	0.44
		مطلقة	-0.62	*0.000
		أرملة	-0.32	*0.02
	متزوجة	مطلقة	-0.68	*0.000
		أرملة	-0.38	*0.005
	مطلقة	أرملة	0.30	0.08

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (عزباء، ومطلقة وأرملة) ولصالح (مطلقة، وأرملة) كذلك وجدت فروق بين (متزوجة ومطلقة وأرملة)ولصالح ومستوى(مطلقة، وأرملة).

ويفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن القلق النفسي الذي تسببه حالات الطلاق على المرأة في المجتمع الفلسطيني، وما يصاحبه من ضغوطات نفسية، والذي تتحمل المرأة الجزء الأكبر منه، حيث أن النظرة الاجتماعية للمطلّقة في المجتمع العربي عموماً ليست منصفة، وما يخلفه الطلاق

من أزمات نفسية وخصوصاً عند تقدم الزمن والكبر بالسن وانخفاض عمليات الجسم الحيوية، والذي بدوره يعمل على خلق أزمة لدى المرأة خصوصاً في مجتمع محافظ مثل المجتمع الفلسطيني، والأوضاع الاقتصادية الصعبة التي تعاني منها النساء المطلقات في ظل انخفاض مستوى الدخل، وخصوصاً إذا كانت المرأة تتحمل مسئولية المنزل الأمر الذي يؤدي إلى قلق في التفكير في سد الاحتياجات الاقتصادية والتفكير المتشائم نحو المستقبل.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الحربي، والحريقي ،2013) و(الداغستاني، 2010)، وماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي أظهرت فروقاً تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:والتي تنص على: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير الدخل الشهري.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (12) يبين ذلك:

الجدول (12): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	10.003	3	3.334	7.409	*0.000
	خلال المجموعات	214.215	476	0.450		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية، تعزى لمتغير الدخل الشهري في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة الأول، والثاني، والثالث، والرابع، والخامس، والسادس، والثامن (الشعور بالرضا عن الحياة، عدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة نحو المستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة

والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والضغوط الصحية). في حين لا يوجد فروق في المجال السابع (الرضا عن الوسط الذي أعيش به)

وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (13) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (13): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير الدخل الشهري في الدرجة الكلية وفي مجالات الدراسة

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	أقل من 2000 شيكل	من2000-3000 شيكل	0.05	0.53
		من3001-4000 شيكل	0.14	0.12
		أكثر من 4000 شيكل	0.48	*0.000
	من2000-3000 شيكل	من3001-4000 شيكل	0.08	0.24
		أكثر من 4000 شيكل	0.42	*0.000
	من3001-4000 شيكل	أكثر من 4000 شيكل	0.34	*0.001

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (من 4000 شيكل فأكثر) ومستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل) في الدرجة الكلية ولصالح مستويات (أقل من 2000 شيكل)، و(من 2000 إلى 3000 شيكل)، و(من 3001 إلى 4000 شيكل).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بالمسئولية الكبيرة التي تتحملها المرأة العاملة، خصوصاً عند تحملها واجب الإنفاق على الأسرة في ظل الانخفاض الحاد في مستوى الدخل، نتيجة للأوضاع الاقتصادية السيئة وما يصاحبه من ارتفاع حاد في مستوى المعيشة وغلاء مستلزمات الحياة والذي يولد تفكير وقلق نحو المستقبل والأحداث المصاحبة له.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي كشفت عن وجود فروق تعزى لصالح الدخل المتدني، ودراسة لو(Lu,) 2010 التي كشفت عن وجود فروق دالّة إحصائياً تعزى لمتغير الدخل الشهري.

النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة: والتي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (14) يبين ذلك.

الجدول (14): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	9.444	3	3.148	6.977	*0.000
	خلال المجموعات	214.775	476	0.451		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول (14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية تعزى لمتغير المستوى التعليمي في الدرجة الكلية وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (15) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (15): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المستوى التعليمي في الدرجة الكلية

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	توجيهي فأقل	دبلوم	0.22	0.05
		بكالوريوس	0.34	*0.001
		ماجستير فأعلى	0.59	*0.000
	دبلوم	بكالوريوس	0.12	0.10
		ماجستير فأعلى	0.37	*0.002
	بكالوريوس	ماجستير فأعلى	0.25	*0.21

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستويات (توجيهي فأقل، ودبلوم) ومستويات (بكالوريوس، وماجستير) في الدرجة الكلية ولصالح مستويات (توجيهي فأقل، و دبلوم)

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن التعليم وخصوصاً التعليم الجامعي يمكن المرأة المتعلمة من فهم الواقع الذي تعيشه، وبالتالي تعمل على توعيته بالأحداث التي تطرأ عليها مما يخفف من حدة آثارها السلبية على القلق النفسي والاجتماعي والاقتصادي الذي يعيشه، ويمكن أن يؤدي إلى امتلاك مستوى تعليمي عالٍ إلى الحصول على عمل بدخل جيد يخفف من وطأة الأزمة الاقتصادية التي المرأة بالمجتمع وهذا يقلل من حدوث قلق، وبالتالي يحد من وجود أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الشهري (2009)، ونتائج دراسة ماكفادين وراوسون سوان (McFadden & Rawsan Swan, 2012) التي أظهرت فروقاً تعزى لمتغير المستوى التعليمي. كما وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الداغستاني(2010) التي لم تظهر فروقاً تُعزى لصالح المستوى التعليمي.

النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة والتي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير مكان السكن.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (16) يبين ذلك.

الجدول (16): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	15.970	2	7.985	18.289	*0.000
	خلال المجموعات	208.249	477	0.437		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول (16) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات

الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن في الدرجة الكلية وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (17) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (17): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير مكان السكن في الدرجة الكلية

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	مدينة	قرية	-0.23	*0.000
		مخيم	-0.53	*0.000
	قرية	مخيم	-0.30	*0.002

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة** ($\alpha \leq 0.05$)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (مدينة) ومستويات (قرية، ومخيم) في الدرجة الكلية، وكانت الفروق تعود لصالح مستويات (قرية، ومخيم). كذلك وجود فروق بين مستوى (قرية) ومستوى (مخيم) ولصالح مستوى (مخيم).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن الضغوط الاجتماعية والاقتصادية التي يعاني منها سكان القرى والمخيمات، والتي تتمثل في الحد من حرية المرأة نتيجة لسيادة المجتمع الذكوري في القرى، أما بالنسبة للمخيمات، فتتمثل معاناة سكانها من الإكتظاظ السكاني، والبطالة، وقلة فرص العمل، والأوضاع الاقتصادية السيئة، والتي بدورها تنعكس على واقع المرأة في النظرة القاتمة نحو المستقبل والتفكير به.

النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة: والتي تنص على لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات النساء العاملات حول أزمة منتصف العمر تعزى لمتغير المحافظة.

ولفحص الفرضية، فقد استخدم الباحث تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) ونتائج الجداول (18) تبين ذلك.

الجدول (18): نتائج تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق في استجابات عينة الدراسة نحو أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	بين المجموعات	12.226	2	6.113	13.755	*0.000
	خلال المجموعات	211.992	477	0.444		
	المجموع	224.218	479			

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول (18) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين متوسطات استجابات عينة الدراسة ، أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية تعزى لمتغير المحافظة في الدرجة الكلية.وللتعرف على مصدر الفروق، فقد تم استخدام اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، ويوضح الجدول (19) نتائج المقارنة البعدية.

الجدول (19): نتائج اختبار (LSD) للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية تعزى لمتغير المحافظه في الدرجة الكلية

المجال	المستوى(I)	المستوى(J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	رام الله والبيرة	الخليل	0.02	0.76
		نابلس	-0.32	*0.000
	الخليل	نابلس	-0.34	*0.000

***دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)**

يتضح من الجدول السابق وجود فروق بين مستوى (نابلس) ومستويات (رام الله والبيرة، والخليل) في الدرجة الكلية وفي المجال الأول، والثاني، والثالث، والرابع ، والخامس، والسادس، والسابع، (الشعور بالرضا عن الحياة، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القاتمة للمستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوى الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن، والفجوة بين الطموح والإنجاز، والرضا عن الوسط الذي أعيش به) وأن هذه الفروق تعود لصالح مستويات (نابلس). كذلك وجود فروق بين مستوى (نابلس) ومستوى (الخليل) ولصالح مستوى (نابلس).

ويفسر الباحث هذه النتيجة بأن محافظة نابلس تعاني من أوضاع اقتصادية أكثر سوءاً من بقية المحافظات الأخرى، وذلك نتيجة لقلة فرص العمل، وقلة الدخل إن وجدت، بالنسبة للنساء العاملات وهذا بدوره ينعكس على المرأة العاملة فيها، وحيث أن مستوى الاجور في محافظة نابلس أقل منها في مقارنة بالمحافظات الأخرى.

التوصيات:

في ضوء النتائج السابقة للدراسة، خرج الباحث بعدة توصيات، أبرزها:

1. تفعيل البرامج الإرشادية للنساء العاملات عن طريق المؤسسات والوزارات التي تعنى بشؤون المرأة في مثل هذا العمر، وذلك من أجل تحسين قدراتهنّ النفسية والاجتماعية على مواجهة متغيرات تلك المرحلة العمرية والتعايش معها.
2. تنمية الثقافة النفسية والاجتماعية لدى النساء العاملات، وذلك إمّا من خلال مؤسسات العمل، أو من خلال المؤسسات الاجتماعية العاملة في المناطق المختلفة، أو من خلال وسائل الإعلام المختلفة، وذلك من أجل التقليل من حدّة أعراض الأزمة لدى الفئة المستهدفة من النساء.
3. بناء برامج تعمل على تحسين تقدير الذات لدى النساء العاملات في المحافظات الفلسطينية، وذلك من أجل رفع مستوى التوجه نحو الحياة وتحسين جودتها.
4. قيام المؤسسات التعليمية العليا بتدريس مقررات تهتم بمرحلة منتصف العمر ضمن مراحل النمو الإنساني وضرورة مواجهة أعراضها، وذلك لأهميتها في الفترة النمائية للفرد عند بلوغه هذه المرحلة.
5. قيام المؤسسات الاجتماعية المعنيّة بالمطلقات بالعناية بهنّ ودعمهنّ معنوياً ومادياً، وتحسين ظروف عملهِنَّ وذلك للتخفيف من وطأة أعراض أزمة منتصف العمر لديهِنَّ.
6. الاهتمام بالأسرة وتوعيتها وتثقيفها حول مراحل النمو المختلفة لأفرادها، بما فيها مرحلة منتصف العمر، وذلك لزيادة الروابط الاجتماعية فيما بين أفرادها للتغلب على المشاكل الاجتماعية والنفسية التي يمكن أن تواجهها.
7. يقترح الباحث القيام بإجراء دراسات حول الاحتراق النفسي للنساء في منتصف العمر، من أجل الكشف عن وجود مؤشرات لتلك الأزمة ومقدارها ووضع استراتيجيات التغلب عليها.
8. القيام بدراسات حول أزمة منتصف العمر لدى عينات أخرى مختلفة، من أجل الكشف عن وجود مؤشرات لتلك الأزمة ومستوى هذه المؤشرات.

المصادر والمراجع

أولاً: المراجع العربية

الحربي، نايف والحريقي، نهال. (2013). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين والمعلمات. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس،45(1):130-181.

حلمي، ماجدة .(2008). مشاكل الصحة بعد الخمسين: شباب دائم وعظام بدون هشاشة. القاهرة: مكتبة الشروق الدولية.

الداغستاني، سناء. (2010). أزمة منتصف العمر لدى موظفي الدولة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة كلية الآداب، جامعة بغداد،94 :641-671.

رسلان، نجلاء. (2013). المتغيرات المنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (ASEP)،40(4):247-286.

سليمان، سناء. (2006). أزمة منتصف العمر لدى المرأة والرجل بين اليأس والأمل. القاهرة: عالم الكتب.

الشهري، أمل. (2009). زملة أعراض مرحلة منتصف العمر لدى المرأة وعلاقتها بتقدير الذات والإكتئاب والمساندة الاجتماعية في ضوء متغيري التعليم والعمل. (رسالة دكتوراه غير منشورة)، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن للبنات. الرياض، المملكة العربية السعودية.

العازمي، أحمد. (2014)."مدى إسهام بعض المتغيرات بالتنبؤ بجودة الحياة لدى الأفراد في منتصف العمر في الكويت . مجلة كلية التربية، (56): 573-612.

عامر، نادية. (2022). الدعم الأسري المدرك لدى الزوجة في ضوء محدثات أزمة منتصف العمر وعلاقتها بأساليب مواجهتا للضغوط الحياتية. مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية، 8(39):1145-1215

عثمان، علان. (2010). اتجاهات مديري المدارس الحكومية الثانوية نحو تطبيق إدارة المعرفة في المحافظات الشمالية في فلسطين". جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

العنزي، مريم. (2018). التسامح والطموح لدى الفتيات في منتصف العمر باختلاف متغيري الزواج والعمل في محافظة القريات. مجلة الفنون والاب وعلوم الانسانيات والاجتماع، كلية الامارات للعلوم التربوية، (49): 134-166.

كردي، سميرة. (2012). أزملة أعراض منتصف العمر وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من السيدات المنجبات بمدينة الطائف. مجلة علم النفس، 25(95):25-61.

محمود، إجلال. (2008). أزمة منتصف العمر: المحدثات، الأعراض المصاحبة، عمليات التحمل والمواجهة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، 18(59):143-177.

المفدى، عمر. (1995). أزمة منتصف العمر ، مقارنة عمرية على عينات من المجتمع السعودي، حولية كلية التربية، جامعة قطر،(12): 517-548.

النيال، مايسة. (2008).دراسة مقارنة عبر مرحلة الرشد. القاهرة: دار المعرفة الجامعية.

النيال، مايسة. (1998):"أزمة منتصف العمر: دراسة مقارنة في الشخصية المصرية". قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة الإسكندرية، مصر.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Almeida, D. M. & Horm, M. C. (2004). Is Daily Life More Stressful During Middle Adulthood? In O. G. Brim; C. D. Ryff & R. C. Kessler (Eds.), How Healthy Are We? A National Study of Well-Being at Mid-Life (pp 425-451). Chicago: University of Chicago Press.

Freund, A. & Ritter, J. (2009). Midlife crisis. **adebate. Gerontology**,.5 (55):582-591.

Intarakamhang, U.Ragharan, C.choochom, O. & Sucaromana, A.(2008).Causal Relation Analysis and Indices of Midlife Crisis of Employed, Married Thai Women. **Journal of Population and social studies**, 16(2):73-89.

Lachman, M. E. (2004). Development in Midlife. **Annual Review of Psychology**, 55: 305-331.

Levinson, D. (1976). Periods in Adult Development of Men Ages 18-54**. Counseling Psychologist** . 6: 21-25.

Lu. L (2010). Leisure & Depression in Midlife: A Taiwanese National Survey of Middle-aged Adults. **Journal of Health Psychology,** 16 (1):137–147.

McFadden, J. R. & Rawson Swan, K. T. (2012). Women during midlife: Is It transition or crisis? **Family & Consumer Sciences Research Journal**, 40 (3), pp:313- 325.

Nema. Sh. (2013). Effect of Marital Adjustment in Middle-Aged Adults. **International Journal of Scientific & Research Publications**, 3(9): 2250-3153

Weaver,Y.,(2009). Midlife-A Time of Crisis or New Possibilities. **Existential Analysis** 20(1): 69-78.