NATIONAL CENTER FOR EDUCATIONAL
RESEARCH AND DEVELOPMENT

النموذج السببى للعلاقة بين المتغيرات الاجتماعية والكفاءة الأكاديمية والقلق لدى المراهقين من أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر

إعـداد

د. عمرو رفعت عمر

أستاذ الصحة النفسية المشارك

كلية التربية – جامعة بور سعيد

الناشر

المركز القومى للبحوث التربوية والتنمية بالقاهرة

جمهورية مصر العربية يناير ٢٠١١م

ملخص البحث

تتأثر مرحلة منتصف العمر بالعديد من المتغيرات الاجتماعية التى تلعب دورًا كبيرًا فى تحديد أهم سمات الأشخاص الذين يمرون بهذه الفترة؛ فالطلاق ، والتفكك الأسرى ، وفقد الشريك ، والتغيرات الجسمية المرتبطة بالإفرازات الغددية ، والعلاقات الاجتماعية ، وعلاقات العمل ، والاستقرار الاقتصادى ، والشعور بالحزن ، كلها تمثل أهم العوامل التى تظهر فيها شخصية الفرد فى هذه المرحلة .

ولذلك هدفت هذه الدراسة إلى :

- الوقوف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر ، والشعور بالقلق ، وتحسين الكفاءة الأكاديمية لدى أبناء الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة .
- التوصل إلى أفضل النماذج السببية التى تفسر العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية ، وأزمة منتصف العمر والقلق والكفاءة الأكاديمية لدى أبناء الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة .

ولتحيق ذلك ، استخدمت الدراسة ثلاثة مقاييس هى : مقياس أزمة أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر ، ومقياس حالة القلق .

وقد طبقت هذه الأدوات على عينة من النساء اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر ، وأولادهن المراهقين ، وقد بلغ حجم العينة (٦٠) أنثى ممن ثبت مرورهن

بأزمة منتصف المر حسب الاختبار المطبق ، (٩٠) طالبًا وطالبة فى المرحلة الثانوية من أولادهن .

واستخدمت الدراسة المنهج الوصفى بأسلوب الدراسة الارتباطية ، حيث يقوم على دراسة العلاقات المتبادلة (الارتباطية) بين متغيرات الدراسة وفق النموذج السببى .

وقد دلت نتائج الدراسة الميدانية على تحقق الفروض التالية :

- توجد علاقة إيجابية دالة بين المتغيرات الاجتماعية (أساليب المعيشة ، والقيم والعادات والتقاليد ، والمهنة ، والثقافة ، والحالة الاجتماعية) وأزمة منتصف العمر .
- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) من خلال أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.
- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) والقلق كحالة كمتغير نهائى (داخلى) من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط .
- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الأكاديمية والقلق حالة كمتغيرات نهائية (داخلية) من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط .

وتوصى الدراسة فى ضوء ما توصلت إليه من نتائج بما يلى :

- ضرورة تقديم العون إلى الأمهات اللائى يمررن بفترة منتصف العمر عن طريق تقديم البرامج الإرشادية اللازمة لهن لمواجهة هذه الأزمات .

انموذج السببى للعلاقة بين المتغيرات الاجتماعية والكفاءة الأكاديمية والقلق لدى المراهقين من أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر

إعداد

د. عمرو رفعت عمر (*)

مقدمة :

ظهر مصطلح أزمة منتصف العمر فى أدبيات علم النفس على يد جيكوس Jaques (١٩٦٥) فى مقالة بعنوان "الموت وأزمة منتصف العمر" حيث أشارت إلى أنها تماثل أزمة البلوغ والمراهقة، ثم ظهرت كتابات أريك إريكسون Ereckson ونظريته حول المراحل التى يمر بها الفرد منذ الميلاد حتى الشيخوخة، وآراء دانيال ليفنسون ونظريته عن مراحل حياة الإنسان، وتركيزه على الفترة العمرية الممتدة بين ٣٥-٤٢ عامًا، واعتبرها مرحلة حرجة فى حياة الإنسان، قد يتعرض فيها إلى أزمة منتصف العمر ***(Wrigts, 2003)***.

وتشير كولن (Collin, 2003) من خلال مسحها التراث النفسى الذى اهتم بدراسة أمة منتصف العمر، إلى أن هذه الأزمة تحدث بشكل مفاجئ دون مقدمات، وقد تستمر بضع سنوات قد يخرج منها الفرد بمنطلقات جديدة، وبداية حياة جديدة تختلف عن ذى قبل، وقد تمر بأمن وسلام ويعود الفرد إلى حالته الأولى قبل حدوث الأزمة.

(*) أستاذ الصحة النفسية المشارك – كلية التربية – جامعة بور سعيد .

والشائع أنه بسبب التغيرات الغدية glands التى تحدث فى منتصف العمر يشعر الفرد بأعراض التوتر والقلق والأرق والكآبة، وإذا كانت هذه الأعراض لا تحدث للجميع وحتى عند من تحدث لهم" فإنها تحدث بدرجات متفاوتة بين شخص وآخر، كما تلعب الثقافة وأساليب التنشئة الوالدية، والمعايير الاجتماعية، والقيم والعادات، والتقاليد، دورًا كبيرًا فى حدوث هذه الأزمة بدرجات متفاوتة أو عدم حدوثها ٠

وهذه الفترة تعتبر من الفترات التى نظر إليها علماء نفس النمو بنظرة فاحصة، خاصة وما يصاحبها من تغييرات تؤدى إلى حدوث هذه الأزمة، ويطلق عليها أزمة منتصف العمر Middle age Crisis كما تبنى علماء آخرون مصطلح تحولات منتصف العمر Middle age transition ***(Wolf , 2006)***.

ومن الطريف أن بعض الصحفيين والكتاب وبعض العامة من الناس يطلقون أو يستخدمون كلمة المراهقة المتأخرة للإشارة إلى بعض التصرفات الغريبة لبعض النساء والذكور الذين تجاوزوا عمر الأربعين أو الخامسة والأربعين أو بعد ذلك، وهو بالطبع يعنى شيئًا مختلفًا لدى المتخصصين أى الإشارة إلى الجزء الأخير من المراهقة، وهو بطبيعة الحال لا ينطبق على هذه المرحلة.

وتجدر الإشارة إلى أن هناك تسميات أخرى لهذه الظاهرة أقل شيوعًا مثل سن اليأس للرجال Man Menpause ، وكذلك كلمة Middle sence ، وكلمة midolescence ، وهى كلمة مركبة من كلمتى : وسط العمر والمراهقة ، وتعنى أنها تشبه المراهقة ***(Borland, 2005)***.

وترتبط أزمة منتصف العمر ارتباطًا وثيقًا بالتوافق الزواجى، وما يرتبط به من سأم وغربة، وقد يؤدى إلى اضطرابات مؤلمة، وقلقُ ًا، يؤثر على العلاقة الشخصية على الزوج والأبناء، مما يؤثر تأثيرًا مباشرًا على وضع الأبناء الأكاديمى وكفاءتهم الأكاديمية ***(Schuyler, 2006)***.

كما تهتم فى هذه المرحلة بمظهرها الخارجى، حيث ترتدى أفخر الثياب، والعطور، وتبالغ فى الزينة، حتى تكسر حاجز الفلق الذى ينتابها من عبور بوابة الزمن وأنها غير مرغوبة من الآخرين، وهو ما ينعكس على علاقاتها الشخصية مع الزوج والأبناء والأصدقاء، ووجد أن لهذا وأبلغ الأثر على الأبناء خاصة من هم فى عمر المراهقة من حيث إدراك أنفسهم بصورة جيدة، أو فى تحقيق طموحاتهم، أو كفاءتهم الأكاديمية ***(Mendenhall, 2008)***.

وفى هذه المرحلة يبدأ الأفراد فى الاهتمام بجيل آخر حيث يتولون تنشئة وتربية أولادهم، وتمتد هذه العناية إلى سنوات منتصف العمر، ويطلق العلماء على هذه المرحلة الإنتاجية Generativity ، وليس هذا هو الإحساس الوحيد فى هذه المرحلة، حيث تتسع وجهات نظر الفرد ومداركه فى منتصف العمر، ويتسم بما يسميه العلماء بالمسئولية الإنتاجية نحو كل الكائنات البشرية، حيث يتضح ذلك فى حب الفرد لعمله وأفكاره، بحبه لأولاده، وإن لم تتح الفرصة أمام الشخص لإظهار مهاراته وخبراته أو العناية بالآخرين، فقد يعانى شعورًا بالجمود وبالتالى يشعر بالغربة عن كل ما أنتجه أو تركه وراءه ***(William, 2003)***.

والقلق كحالة من الصفات الملاحقة لأزمة منتصف العمر، ويمكن تعريفه على أنه حالة انفعالية تؤدى إلى عدم الشعور بالسعادة، أو هو مجموعة من

الظروف التى تتميز بالشعور المؤدى إلى الاضطراب والقلق والتى تؤثر فى الجهاز العصبى الإرادى، ويؤدى هذا القلق إلى عدم ثقة من يمرون بهذه الأزمة فى أنفسهم، وعدم قدرتهم على أداء الكثير من الأعمال التى يمكن القيام بها، مما يؤدى إلى أن يصبح القلق أحد السمات الرئيسة لمن يمرون بأزمة منتصف العمر، كما أن القلق يسيطر على هؤلاء الأفراد مما لا يمكنهم من متابعة أولادهم بصورة جيدة، خاصًا من هم فى عمر المراهقة، مما يسبب حدوث مشكلات كثيرة فى الإنجاز الأكاديمى لهم ***(Marean, E, 2002)***.

وكذلك فإن الكفاءة الأكاديمية تمثل الخصائص النفسية التى تميز الأفراد، وترتبط ارتباطًا وثيقًا بالقلق الذى يرتبط بدوره بأزمة منتصف العمر، وترتبط الكفاءة الأكاديمية بقدرات ثلاث : هى القدرة على استخدام مزيج من المعلومات السابقة اللغوية والواقعية ، وذلك للوصول إلى إدراك وفهم للمحتوى، والقدرة على استخدام الاستراتيجيات الملائمة لتعزيز المعرفة بالمحتوى؛ والقدرة على استخدام الاستراتيجيات الملائمة لإنهاء المهارات الأكاديمية مع عدم وجود فهم كامل وجيد للمحتوى ***(White, 2004)***.

مشكلة البحث :

بينت نتائج دراسات (Miles, 2003 P Michalos, 2006, Atwood & Sholtz, 2008) أن فترة متصف العمر تتعرض للكثير من الأزمات، مثل افتقاد الشريك، وكبر الأبناء واستقلالهم، وفقد الأصدقاء، وانعدام الثقة بالنفس، وتقليل احترام الذات، ونقد الذات، وعدم تحقيق النجاح المأمول من الحياة، القلق المتزايد

من المستقبل، وعدم القدرة على التأثير فى أبنائهم بالطريقة المرجوة ؛ مما يؤثر على كفاءتهم الأكاديمية.

كما تتأثر هذه المرحلة من العمر بالعديد من المتغيرات الاجتماعية التى تلعب دورًا كبيرًا فى تحديد أهم سمات الأشخاص الذين يمرون بهذه الفترة؛ فالطلاق، والتفكك الأسرى، وفقد الشريك، والتغيرات الجسمية المرتبطة بالإفرازات الغددية، والعلاقات الاجتماعية، وعلاقات العمل، والاستقرار الاقتصادى، والشعور بالحزن، كلها تمثل أهم العوامل التى يمكن أن تظهر فيها شخصية الفرد فى هذه المرحلة.

كما بين (عمر المندى، ١٩٩٥، مايسة النيال، ١٩٩٨؛ سناء سليمان، ٢٠٠٦؛ Wojnar, 2003؛ Thurston & Meadow, 2003) أن المرأة فى هذه المرحلة العمرية ونتيجة لما تعرض له من تغيرات جسمية ترتبط بالإفراز الهرمونى وخاصة هرمون الاستيروجين، ووفق مكان المعيشة إن كان حضرًا أو ريفًا، والحالة الصحية والتعليمية، تكون معرفة للمرور بهذه الأزمة، وما يصاحبها من تأثير مباشر على التعامل مع الأبناء خاصة لمن يمر منهم بفترة المراهقة حيث التأثر المباشر بهذه الأزمات،مما يسبب الكثير من التوترات التى يعانى منها المراهق، وتؤثر على إنجازه الأكاديمى، وكفاءته الأكاديمية، وقدرته على التركيز والعمل مما يتطلب وقفة لدراسة الموقف ومواجهة هذه المشكلة.

مما سبق يمكن أن نصيغ مشكلة الدراسة فى الأسئلة الآتية :

- ما طبيعة العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وحدوث أزمة منتصف العمر وأثرها على أبناء الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة؟
- هل يمكن استخدام نموذج المتغيرات الاجتماعية وأثرها على أزمة منتصف العمر فى دراسة العلاقات السببية المباشرة بين أبعاد المتغيرات الاجتماعية والقلق كحالة وأزمة منتصف العمر وتحسين الكفاءة الأكاديمية لدى أبنائهن؟
- هل يمكن استخدام نموذج المتغيرات الاجتماعية وأثرها على أزمة منتصف العمر فى دراسة العلاقات السببية غير المباشرة بين أبعاد المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والقلق كحالة والكفاءة الأكاديمية؟

أهمية الدراسة :

- تكمن أهمية الدراسة الحالية فى أنها تحاول أن تقدم نموذجًا مقترحًا لبيان العلاقات السببية المباشرة وغير المباشرة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والقلق كحالة.
- محاولة إدخال نماذج جديدة فى مجال الصحة النفسية وتطبيقها فى مجال المراهقة وكذلك تحسين الكفاءة الأكاديمية وخفض القلق.
- تقديم نموذج قابل للتطبيق عن طريق برامج المستقبل لاستخدام نموذج متغيرات الحياة مع أزمة منتصف العمر فى تحسن الكفاءة الأكاديمية وخفض القلق لدى أبناء من يمرون بها.

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى :

- الوقوف على طبيعة العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر ، والشعور بالقلق ، وتحسين الكفاءة الأكاديمية لدى أبناء الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة٠
- التوصل إلى أفضل النماذج السببية التى تفسر العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والقلق والكفاءة الأكاديمية لدى أبناء الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة٠

المصطلحـــات :

أزمة منتصف العمر Mid-life crices :

تعرف بأنها فترة من العمر غير محددة تمامًا، ولكن فى الأغلب تتم بين عمر الأربعين والستين، وتتضمن إما تغييرًا سريعًا أو تغيرًا مهمًا فى الشخصة، أو كليهما، مما يؤدى إلى التنافر، مع إحساس الفرد بهويته، جماعاته المرجعية المعتادة، أدواره، مبادئه، قيمه، علاقته الزوجية، العلاقة مع الأبناء، لذلك فإن إطار حياته بأكمله يكون تحت التساؤل (Bris, 2004)٠

القلق كحالة Anxiety State :

يمكن تعريفه بأنه "حالة انفعالية تؤدى إلى عدم الشعور بالسعادة أو هو مجموعة من الظروف التى تتميز بالشعور المؤدى إلى الاضطراب والقلق والتى تؤثر على الجهاز العصبى الإرادى ***(Marean, 2002)***٠

الكفاءة الأكاديمية Academic Competence :

تعرف على أنها "المهارات والقدرات اللازمة للنجاح فى الدراسة والتى يمكن الإشارة إليها بواسطة الإنجاز أو الأداء الأكاديمى الفعلى أو الوهمى ***(Lang & Jacqueline & Richard, 2009)***.

الإطار النظرى والدراسات السابقة :

أزمة منتصف العمر ظاهرة طبيعية محتملة الحدوث، تنتشر بين الذكور والإناث، ولكن يختلف توقيت حدوثها من فرد لآخر فى مرحلة الرشد، وشأنها شأن أى أزمة يتعرض لها الفرد، فهى تؤثر على التوازن النرجسى Narcissistic Balance ، وهى الحالة التى يتوافر فيها توازن منسجم بين الأنا والأنا الأعلى، والتعرض لهذه الأزمة يؤدى إلى تغيرات مؤلمة نحو الذات (***Schulin, 2005***).

ويتفق ***أوكنر وباركر*** ***(O'Conner, 2003 & Parker, 2005)*** على أن هذه المرحلة هى مرحلة البحث عن الهوية، إذ يتعرض الفرد فيها لمراجعة دقيقة عن إنجازاته وتقييم عام متفحص لخطوات حياته، وهى الفترة التى يتعرض فيها الفرد إلى الشك فى ذات، فضلاً عن معاناته من أعراض عصابية شتى يتصدرها اليأس والاكتئاب والقلق.

وقد ارتبط خطأ فى التراث النظرى مفهوم سن اليأس لدى النساء عند وصولهن إلى مرحلة انقطاع الطمث ومنع التبويض، وما يعترى المرأة من بعض التغيرات النفسية، تتصدرها أعراض أقرب إلى العصابية، مع انخفاض تقديرها لذاتها، وفقدان الثقة بالذات، وتستمر لفترة طويلة، وما يرتبط بها من بوادر أزمة منتصف العمر ومن الذين أطلقوا هذه التسمية ***(عمر المغدى، ١٩٩٥؛ بورلاند Borland, 1978) ولكن (أحمد عبد الخالق، مايسة النيال، ١٩٩٠)*** اعترضا

على هذه التسمية؛ لأن ذلك يقلل إلى قدر كبير من تقدير المرأة لذاتها وإحساسها أنها أصبحت لا قيمة لها فى المجتمع، وبالطبع هذا غير صحيح فى رأيهما٠

واختلف العلماء فى طبيعة هذه المرحلة، فمنهم من يرونها تتسم بالاستقرار والهدوء، لأن مرحلة التقلبات الانفعالية قد انتهت مع نهاية مرحلة المراهقة، ولكن علماء آخرين يرون أن هذه المرحلة ليست مرحلة استقرار، بل مرحلة تغيير وتحول هرمونى، وفجوة بين الطموح والإنجاز، وإدراك عدم إمكانية تحقيق الأهداف، واستيقاظ الأحلام (الأمانى)، مع تبدل العلاقات الأسرية، وتغيير الأدوار الاجتماعية ***(Brain, 2004)***٠

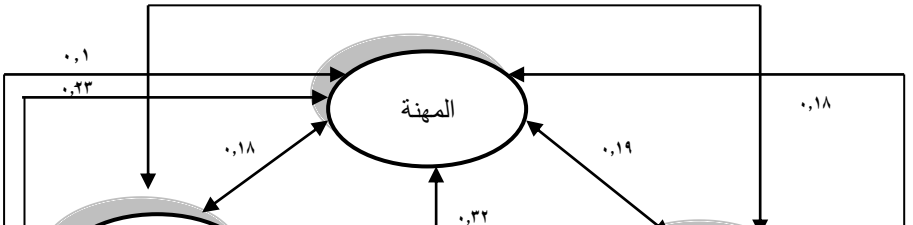
ولعل تسمية هذه المرحلة بسن اليأس أو الإياس إشارة إلى التغيرات الهرمونية التى تحدث فى جسم المرأة، فيقل فيها إفراز هرمون الإستيروجين الذى له أهمية بالغة فى حياة المرأة، حيث إن كلمة أستروجين باللغة العلمية اللاتينية تعنى الحرارة، وكأن هذا الهرمون هو الذى يعطى المرأة الحرارة فتظهر بذلك المظهر الحيوى، وقسم العلماء سن اليأس عند المرأة إلى "سن اليأس الطبيعى وهو ما بين (٤٠-٥٠) سنة عندما لا تستطيع المبايض أداء الوظيفة، وسن اليأس المبكر وهو قبل سن الأربعين عندما تتوقف وظائف المبيض، وسن اليأس المتأخر وهو ما بعد الخمسين عندما تتوقف الدورة الشهرية؛ وسن اليأس الصناعى وهو ما دون سن محددة عندما تتوقف المبايض نتيجة الاستئصال والإشعاعات (***سناء سليمان، ٢٠٠٦، ص ٢٦-٢٨***).

ومن الدراسات الطريفة التى أجريت على هذا المصطلح دارسة ***وايتكينز (Watkins, 2007)*** التى بينت أن مصطلح سن اليأس للرجال فى الأدب

الأمريكى من خلال مقالات بدأت فى ثلاثينيات القرن الماضى حتى عام ١٩٥٠، ثم اختفى، ثم عاد إلى الظهور مرة أخرى فى عام ١٩٩٠ على يد مجموعة من الباحثين والمتخصصين، حيث ارتبطت أزمة منتصف العمر عند الرجال بالتوازى مع النساء فى نفس الأعراض، حيث يؤثر نقص إفراز هرمون التستسيترون عند الرجال بظهور بعض الأعراض المشابهة للنساء عند نفس السن بنقص البروجيستيرون، مما دعت الحاجة إلى اللجوء إلى العيادات الطبية لكى يتم أخذ المشورة والدواء اللازم لعبور هذه المرحلة.

وقد أكدت ***كوادريو*** ***(Quadrio, 2006)*** أن ثقافة المجتمع بما تشمله من متضمنات المعايير الاجتماعية، والتقاليد، والعادات، والقيم الأخلاقية، وأساليب التنشئة الوالدية، وكذلك العمر، والمهمة، تلعب دورًا لا يستهان به فى هذه الأزمة، فنظرة المجتمع إلى تقدم العمر، وإلى قدرة الفرد على الإنجاز، تؤثر على نظرة الفرد لذاته من حيث تقدم عمره، وهبوط قواه الجسمية والجنسية، وقدرته على الإنجاز ومن ثم حدوث الأزمة بنفس الدرجة التى يقيم المجتمع الفرد من خلالها.

وقد اقترح ***ليفنسون*** ***(Levinson, 1976)*** نموذجًا بين تأثير هذه المعايير على حدوث الأزمة وما يمكن أن يترتب عليها من عوامل أخرى مثل تقدم الأبناء والكفاءة الأكاديمية لهم، وحدوث القلق للوالدين، ويتمثل النموذج فى الشكل التالى:



شكل (١)

نموذج نظرى للعلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر

(Levinson, 1976)

والحقيقة أن ارتباط أزمة منتصف العمر بالثقافة بما تشمله من مكونات لهو ارتباط واضح، فعلى أساس موقف المجتمع والثقافة من التغيرات ومن بلوغ الفرد لسن معينة، يتحدد إدراك الفرد إلى حد كبير بحالته عند بلوغه هذه السن مثل الريف والحضر.

ويرجع كل من هارى ولامب (Hary, Lamb, 2003) أسباب هذه الأزمة إلى عوامل خارجية عرضية، وعوامل عضوية داخلية، وعوامل اجتماعية ووجودية.

ومن أسباب أزمة منتصف العمر أن الفرد فى هذه المرحلة ينسى ذاته، وينهمك فى الانشغال بأعماله، ويعانى من القهر الروتينى والمكاسب الزائفة، ومن ثم فهو ينسى الاستمتاع بهذه الفترة من العمر، كما لا يستطيع أن يقطف ثمار الاستقلالية والحرية، والاستعداد لمراحل الضعف التالية بما قام بتخزينه فى مرحلة وسط العمر الفائقة الثراء والعطاء.

ويعد ***ليفنسون (Levinson, 1976)*** أول من قام بدراسة أزمة وتحول وسط العمر دراسة علمية ، وذلك بتتبع (طوليًا) أربع مجموعات من الذكور فى أربعة مجالات من العمل "عمال ، ومديرى أعمال ، وأكاديميين فى تخصص البيولوجى، ووراثيين" وتتلخص نظريته فى أن الفرد يمر بتغيير مرتبط بالعمر قد يتأثر بالتنميط الاجتماعى، ولكن – أى هذا التغيير – لا يعتمد عليه ففى الفترة بين سن ٣٥–٤٢ يصل الفرد إلى أعلى ذروة الرشد وعندها يشعر أنه مهما أنجز حتى وقته فإنه ليس ما يريد، وإنما ما يريد الآخرون، وقد أطلق عليها مرحلة "أن يصبح الفرد لنفسه" وعند نهايتها يتصل الفرد فى مرحلة تحول وسط العمر midlife transition وقد يمر هذا التحول بشكل سلس أو قد يتضمن اضطرابًا عنيفًا، وفى رأى ليفنسون أن الفرد سيمر بهذا التحول سواء كان ناجحًا أو فاشلاً لأنه لم يستطع تحقيق النجاح، وإن كان فقد يرى أن ما وضعه من أهداف أقل مما لديه من إمكانات، إلا أن هذا الشعور لا يعده ليفنسون أزمة وإن كان وقتًا صعبًا للفرد، ويضرب أمثلة لبعض البارزين الذين مروا بأزمة فى حدود سن الأربعين ولكنهم خرجوا منها – حسب رأيه – بإنجاز علمى وعمل إبداعى، ومن هؤلاء يونج، وفرويد، وغاندى وفهم من لم يستطع التكييف معها فدمر نفسه.

وأشارت سكلير Schuyler, 2006 فى دراستها إلى أن الفرد يمر فى حياته بعدد من الأطوار : الطفولة، والبلوغ، والنضج، والعمل، والزواج، والأطفال، واستقلال الأولاد ، وفقد الزوج أو الزوجة ، والإصابة بالأمراض ، وقلق الموت" وعلى الفرد أن يعايش كل هذه التغيرات، ويواجهها بالرضا بالواقع، ووضع الخطط لموجهة كل مرحلة لكى يتسنى له مواجهة الأزمات التى تواجه كل مرحلة.

كما بينت مكوير Mc Quaide, 2007 من خلال الدراسة إلى قامت بتطبيقها على مجموعة كبيرة من النساء فى المرحلة العمرية (٣٥-٤٥) سنة فى مدينة نيويورك، أن هذه المرحلة تتسم بنقص هرمون البروجيسترون وما يصاحبه من أعراض الهبات الحرارية، هشاشة العظام، أمراض القلب، مرحلة العش الفارغ empty nest، قلة الخصوبة، العزلة، الهجر، الاكتئاب، القلق، الوفاء الذاتى. كما بينت نتائج هذه الدراسة أن الكثير من النساء يمكن أن ينجحن فى المرور من هذه المرحلة بيسر وسعادة، عندما يتوافر لديهنَّ الدخل الاقتصادى الجيد، والثقة فى النفس، ووجود الأصدقاء، والصحة العامة الجيدة، وتقدير الذات المرتفع، وحسن السمعة، والتأثير المرتفع فى الآخرين، والأنا الأعلى الجيدة، وأهداف جيدة للمستقبل، وتخطيط جيد للمستقبل، والفخر بالخبرات الجيدة فى حياتها، والمعتقدات الجيدة اتجاه الحياة، ووجود النماذج الجيدة من الأقارب والأصدقاء الذين اجتازوا هذه الفترة بنجاح.

بينما اتفقت نتائج دراسات كورنيك ؛ متدنهال؛ ويليام (Curtice, 2002; Mendenhall, 2008; William, 2003) على أن الفرد يمر بتغيرات جذرية فى هذه المرحلة، وعليهم أن يحاولوا أن التكيف مع ما هو واقع من ظروف صحية،

وعوامل خارجية وبيئية محيطة، وأن يبحثوا باستمرار عن العوامل التى تخفض من هذه الضغوط والقلق ومن ثم يمكن أن يمروا منها بسلام وسعادة٠

ومن الدراسات العربية القليلة فى حدود علم الباحث التى أجريت على هذه المرحلة العمرية دراسة مايسة أحمد النيال (١٩٩٨) وهدفت هذه الدراسة إلى بيان وجود علاقة بين أزمة منتصف العمر والتوكيدية، التوجه نحو الإنجاز، والشعور بالأمان مقابل الشعور بعدم الأمان، وتكونت عينة الدراسة من (٥٥١) فردًا فى مرحلة الرشد من (٣٠-٥٩) عامًا، وتم تقسيمهم إلى رشد مبكر، أواسط العمر، ورشد متأخر، وبعد تطبيق المقاييس المناسبة لمتغيرات الدراسة، وجمع البيانات وتحليلها إحصائيًا، بينت النتائج أن مرحلة الرشد المتوسط أو أواسط العمر هى التى يتعرض فيها الفرد لأزمة منتصف العمر، وذلك إذا ما قورن مع مرحلتى الرشد المبكر أو الرشد المتأخر، كما دلت النتائج على وجود ارتباط موجب بين أزمة منتصف العمر وكل من التوجه نحو الإنجاز، وعدم الشعور بالأمان، وارتباط سالب بين أزمة منتصف العمر والتوكيدية، وهو ما لم يتحقق فى مرحلة الرشد المبكر أو المتأخر٠

وكذلك دراسة جتمان (Gutman,1976) على عينة من اللبنانين فى أواسط العمر وعينة مقابلة من الأوروبيين الأمريكيين فى المرحلة العمرية ذاتها، وبعد استخدام اختبار TAT أسفرت نتائج الدراسة على عدد من المؤشرات المهمة حول طبيعة هذه المرحلة، فبينت أن الفرد فى هذه المرحلة يتأثر بالمتغيرات الداخلية والخارجية وبتقدم العمر نفسه، ولكن الثقافة لا يكون لها سبب مباشر فى هذه الأزمة، كما أن المرأة تصير أقل عطفًا، ويزداد الاهتمام بالعمل٠

ودراسة عمر عبد الرحمن المغدى، ١٩٩٥م والتى أجراها على عينة من الذكور . والسعوديين قوامها (٢٠٤) أفراد، تراوحت أعمارهم بين ٢٦-٥٥ عامًا، والتى لم تسفر عن ظهور أزمة تميز مرحلة أواسط العمر، أى حول سن الأربعين فى المجتمع السعودى، وقد استخدم الباحث مقياس أزمة منتصف العمر الذى قام بإعداده، وله أربعة أبعاد هى : الجسم؛ العمل؛ الأسرة؛ والحياة٠

ويصاحب هذه المرحلة عددًا من الأعراض النفسية مثل "نوبات القلق، وعدم القدرة على التركيز، والارتباك، والكآبة، وسرعة الغضب، وضعف الذاكرة، والشعور بالوحدة ، والأرق، والاكتئاب، والوسواس، والخوف الشديد" وكذلك من الأعراض الاجتماعية لهذه المرحلة "الفتور من الزوج والأولاد، والملل من الزوج والأولاد خاصة من هم فى عمر المراهقة، والانقسام الفكرى عن الزوج والأولاد، والانقسام العاطفى عن الزوج والأولاد (McQuaide, 2007)٠

ويؤثر القلق فى تحقيق الإنجاز الأكاديمى والرياضى، وهو يرتبط ارتباطًا شديدًا مع الحالة الانفعالية للفرد (Wolfolf, 2000) وقد ارتبط مفهوم القلق بالدافعية فى كثير من البحوث النفسية، بما لها من آثار مشتركة فى الحالة الانفعالية للفرد، ومايمكن أن يؤديه فى ضوء وجود حالة القلق أو عدم وجود الاتجاهية أو الدافعية السليمة، كما أن البحوث أشارت إلى أن القلق يؤثر فى دافعية الفرد فيقلل من تحقيق طموحاته ***(Heckhmsen, 1999)***.

ومن هنا كان الارتباط بين القدرة على أداء الأشياء والقلق، ومن ثم القدرة على مواجهة ما يترتب على أزمة منتصف العمر، والقلق انفعالاً يتميز بالشعور بخطر مسبق وتوتر وحزن، ويقصد به أيضًا صعوبة التركيز العقلى فى الأداء

المعرفى أو غيره من الأعمال أو الحساسية المفرطة، والشعور بالغربة وعدم الرضا عن الذات.

وقد أكد جنار ***(Wojnar, 2003)*** أن القلق من أهم العوامل التى ترتبط بأزمة منتصف العمر، وذلك من خلال عينة من النساء (ن = ٤٠) فى المرحلة العمرية (٤٥-٥٥) عامًا، وطبق عليهم اختبار القلق، والاكتئاب، والصحة النفسية، وكانت العينة من اللواتى لديهن خبرات غير سارة فى هذه المرحلة، ومن جمع البيانات وتحليلها إحصائيًا، دلت النتائج على دور كل من القلق والاكتئاب فى الأعراض المصاحبة لهذه المرحلة.

وأيد مالبيور (Muhlbauer, 2004) نتائج جنار فى دراسته التى أجراها على (ن = ٥٣٠) من النساء فى المرحلة العمرية (٣٥-٥٢) عامًا، وطبق عليهن استمارة أسئلة حول طبيعة هذه المرحلة كما تراها النساء، وعلاقة التغيرات البيولوجية التى تتعرض لها النساء فى هذا الوقت، بكل من القلق كجانب نفسى، والثقافة البيئية كمتغير اجتماعى، وبعد تحليل نتائج هذه البيانات، توصلت الدراسة إلى أن أزمة منتصف العمر لمن يتعرض لها من النساء ترتبط إلى قدر كبير بالقلق على الذات، وعلى المستقبل، وعلى الأبناء من حيث القلق عليهن خاصةً فى مرحلة المراهقة، وعلى أدائهن الأكاديمى، وعلى وضع المرأة الاجتماعى، كما تأثرت النساء كثيرًا بالثقافة البيئية التى قد تزيد أو تقلل من قدر المرأة فى هذا الوقت.

أما كاجلى (Cagle, 2007) فقد رأت أن هناك عوامل أربعة تؤثر فى الإناث فى هذه المرحلة العمرية، وتؤدى إلى إحداث هذه الأزمة، وهذه العوامل هى الأسرة كمركز تتعرض فيه إلى القلق بمصادره المتعددة، والضغوط الخاصة بالعمل

المنزلى وكذلك الضغوط النفسية والمنزلية؛ والعمل حيث تتعرض المرأة إلى قلق المستقبل والضغوط المستقبلية فى العمل، وضغوط المسئولية تجاه أداء العمل، والتعزيز الداخلى حيث يؤثر على الأداء النفسى ، من حيث مواجهة هذه العوامل، ثم الحفاظ على الذات من خلال التكامل الذاتى، والتأمل الروحى، والسلوكيات الروحية الراقية، وكل هذه العوامل كيف يمكن لها أن تسهم فى مواجهة النساء للضغوط الناتجة عن مرض السكر .

وفى دراسة ***كونبوى ودومار*** ***(Conboy & Domar, 2001)*** أقيم مسح عن طريق النت لعدد (ن = ٤٤٨) أنثى (٣٥-٦٥) عامًا، ولم يؤخذ فى الاعتبار (اتجاهاتهن، ومعتقداتهن، ومظاهرهن، وظروفهن) عند سن اليأس، وتكون المقياس المطبق من ١٨٩ بندًا تقيس أبعاد (جودة الحياة؛ ، وعادات وأساليب الحياة، وأعراض القلق، ومصادر المعلومات من سن اليأس) وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيًا، دلت النتائج على تحقيق فروض ثلاثة، التقرير الذاتى عن سن اليأس وجد أنه :

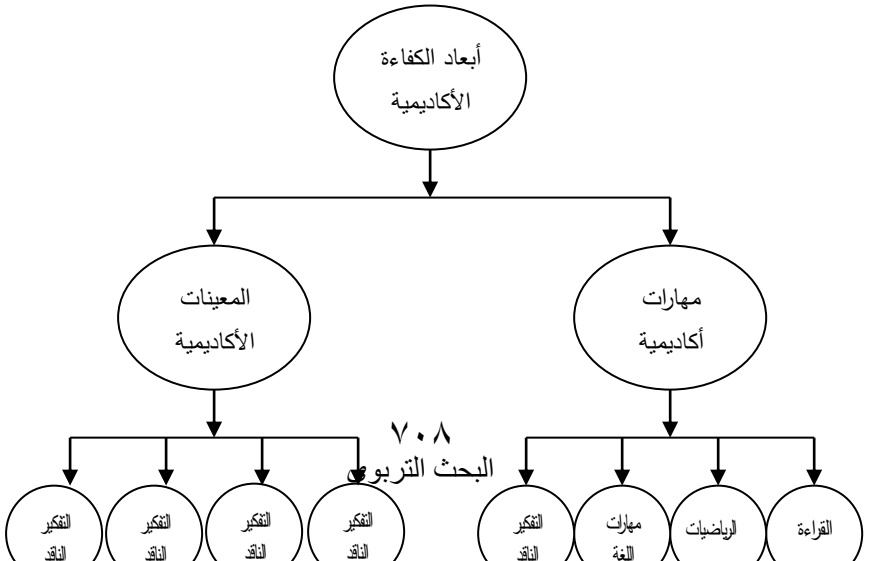
١- يرتبط ارتباطًا سالبًا مع السلوك الصحى.
٢- يرتبط ارتباطًا موجبًا مع القلق؛
٣- يرتبط ارتباطًا موجبًا مع الضغوط، كما دلت التقارير الذاتية على أن التعب، والآلام فى العضلات، والآلام فى المفاصل، ونفاذ الصبر من أهم ما يرتبط بأزمة منتصف العمر.

كما أن الكفاءة الأكاديمية للنساء اللواتى يمررن بفترة منتصف العمر تحدد إلى قدر كبير إمكانية حدوث هذه الأزمة، أو مرور الأم منها بسلام، لما لها من

علاقة مباشرة فى خفض قلق الأم على الأبناء خاصة المراهقين منهم فى هذه المرحلة، ونقدها الذاتى لنفسها، وإحساسها بالتقصير فى جانب أبنائها ، ومن ثم تدخل فى منعطفات أزمة منتصف العمر.

ومن المبادئ الأساسية التى تساعد الطلاب على تحسين كفاءتهم الأكاديمية تدريس الاستراتيجيات الأكاديمية بطريقة سلسلة، وأن تؤسس هذه الاستراتيجيات بحيث تناسب قدرات كل شخص، وأن تتم بصورة تفاعلية بين المرسل والمستقبل، وأن يكون المحتوى التعليمى من الأهمية، والتشويق ، والإثارة ، بحيث يحفز الطالب على أن يقبل عليه (Stephen & James, 2002).

ويمكن إجمالى اقتراحات العلماء لأبعاد الكفاءة الأكاديمية فى الشكل التالى:



شكل (٣)

أبعاد الكفاءة الأكاديمية

(Diperna, 2004, 55).

وحدد (***حمدى الفرماوى، ٢٠٠٢ : ١٩٤***) مهارات الاستذكار بأنها "مهارة التنظيم الذاتى للتعلم، ومهارة تحمل الضغوط الأكاديمية، ومهارة فاعلية الذات الأكاديمية، ومهارة إدارة وتنظيم الوقت"، كما بين الباحث أن مهارة الاستذكار تعتمد على "مكان المذاكرة ووقتها، وكيفية الاستعداد للدرس والاستماع إليه، وطرق المذاكرة، والاستعداد للامتحانات وأدائها، والتخصص، والمادة الدراسية".

أما عن عادات الاستذكار فقد بين (***فتحى عبد الحميد، ١٩٩٥، آيات عبد المجيد، ٢٠٠٢***) أن هذه العادات الجيدة تكمن فى "تجنب التأخير، طرق المذاكرة؛ الرضا عن المعلم؛ وتقبل التعليم)، وعادات الاستذكار هى الطرق الشخصية التى يستخدمها الأفراد فى التعامل مع المعلومات فى أثناء علمية التعلم، فعملية الاستذكار تحتاج إلى توافر عادات ومهارات سلوكية تؤثران على مستوى التحصيل الدراسى.

وتتحدث (***مها العجمى، ٢٠٠٣***) عن دور الأم فى إكساب أبنائها المهارات الأساسية للتدريس والاستذكار، والنجاح فى الدراسة، أى فى التقدم الأكاديمى، حيث تبين أن مهارات الاستذكار Study Skills تشير إلى مجموعة الأنماط السلوكية المتعلمة من الآخرين، خاصة من الأم والأسرة، وذلك بالتقليد والاسترشاد، وكذلك من مصادر التعلم المختلفة التى يستخدمها المتعلم فى الإنجاز الأكاديمى فى المواد الدراسية المختلفة، وفى مراحله العمرية المتعددة.

وأكد ***وايت*** ***(White, 2009)*** أن دور الأم التى تمر بفترة منتصف العمر أساسى فى إكساب أولادها المراهقين المهارات الأساسية فى الاستذكار، حيث إن هذه المهارات هى الأساس فى الكفاءة الأكاديمية للأبناء، فعلى الأم أن تعلم أولادها كيفية المذاكرة، وتنظمها لهم، وتوفر المناخ الأكاديمى الدافع للنجاح والإنجاز.

وعلى العكس من ذلك تمامًا فقد أكدت نتائج الأبحاث أن "المشكلات العقلية" وسوء العلاقة بين الآباء؛ وتوتر العلاقات داخل أفراد الأسرة الواحدة، وحدوث الأزمات للأمهات فى مرحلة منتصف العمر، حيث يكون الأولاد فى عمر المراهقة فى غالب الأحيان، وفى مراحل دراسية متقدمة، ويحتاجون إلى التركيز، ولكن العوامل السابقة تؤدى إلى التشتت الذهنى، وإصابة الذاكرة بالوهن؛ لأن الأولاد ينفقون معظم وقتهم فى فض المشاكل الأسرية، ومحاولة خفض قلق الأمهات اللائى يمررن بهذه المرحلة، وعدم القدرة على التركيز فى المذاكرة؛ تراكم الدروس، وعدم القدرة على تنظيم الوقت، وعدم التركيز فى المدرسة ،وسوء العلاقة مع المعلمين.

واتفقت ***(رشا محمد، ٢٠٠٨؛ ابتسام محمود، ٢٠٠٨ ، ٢٣)*** على أن إدارة وتنظيم الوقت من أهم جوانب الكفاءة الأكاديمية، حيث يعتبر عنصرًا متدفقًا لأنه يستخدم مع صفات الفرد للوصول إلى أهدافه ، ومن خلال تطبيق الإدارة يمكن للأفراد الاستفادة من الوقت لتحقيق الصفات المرغوبة للحياة، كما تعنى إدارة الوقت اختيار المهام التى ستقوم بها طبقًا لأولويات صحيحة وأن تعد جدولاً زمنيًا مقابل التنفيذ وأن تقوم بتنفيذ ذلك الجدول الزمنى، وهى تعنى الاستفادة القصوى من هذا الوقت، ومما هو جدير بالذكر أن الأم التى تعود أولادها على إدارة الوقت منذ الصغر، وتدربهم على ذلك جيدًا فى مرحلة المراهقة، سيؤدى إلى تعلم الأبناء كيفية تحقيق النجاح فى حياتهم بصورة عامة، وفى حياتهم الأكاديمية بصورة خاصة٠

وبينت (حصة عبد الرحمن، ٢٠٠٥) أن استراتيجيات إدارة الوقت تشمل "كتابة قائمة بالأهداف، وضع الأولويات؛ عمل قوائم للأداء اليومى؛ والتفكير الإيجابى، كما بين (Kearn &Gardiner, 2007) أن الأسرة تلعب دورًا كبيرًا ومؤثرًا فى إكساب أبنائهم مهارات ضبط الوقت وإدارته بطريقة فعالة، حيث قسم الوقت إلى وقت يصعب تنظيمه (مثل العلاقات الأسرية والاجتماعية)، ووقت يمكن إدارته وتنظيمه (مثل وقت العمل والعطاء)٠

واتفقت نتائج دراسات ***(جمانة عبد المنعم، ١٩٩٨؛ جمال السيد، ٢٠٠٦؛ السيد عبد المنعم، ٢٠٠٨ ، ١٠٤)*** على أن "العادات والتقاليد

الاجتماعية، والعلاقات العائلية والشخصية، والحالة النفسية؛ طبيعة ونوع العمل؛ والعلاقة مع الزملاء، والمشكلات والأزمات المفاجئة، والواجبات والمسئوليات للأم تجاه الأسرة، تحديد الاحتياجات، التركيز على القيام بالأعمال الصعبة؛ تجزئة المهمة، تقييم التقدم فى الإنجاز تلعب جميعًا دورًا أساسيًا فى تنظيم الوقت، وإكساب الأبناء المهارات الجيدة للاستذكار ومن ثم تحقيق الإنجاز الأكاديمي المرغوب، مما يسهم بدوره فى تحسين الظروف الأسرية، والعلاقة بين الأبوين، وإحساس الأم بأنها تؤدى عملاً جيدًا، مما يعود عليها بالنفع وخفض أعراض القلق، وعدم التعرض لأزمات منتصف العمر.

ويمكن إجمالى مهارات إدارة الوقت فى الشكل التالى :

شكل (٣)

مهارات إدارة الوقت (Crandell, 2005)

وقد قام ماكد كرموت (Mc Dcdermott, 2009) بدراسة بين فيها أن أزمة منتصف العمر تؤثر تأثيرًا مباشرًا فى الإنجاز الأكاديمى والمهارات الأكاديمية، وكذلك الكفاءة الأكاديمية لأبناء النساء اللواتى يمررن بهذه الأزمة، وقد أجرى استبيان على (٦) مجتمعات مختلفة من حيث الريف/ الحضر؛ المتقدمة اقتصاديًا/ المتأخرة اقتصاديًا، نسبة التعليم ومرتفعة / نسبة التعليم منخفضة، وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيًا دلت النتائج على أن طبيعة المجتمع، إدارة الذات؛ إدراك قيمة الوقت، تلعب جميعها دورًا كبيرًا فى العبور الآمن من هذه المرحلة، وبما يعود على الأبناء المراهقين فى هذه المرحلة من تقدم أو كفاءة أكاديمية.

كما درس دايموند (Diamond, 2009) أثر حدوث أزمة منتصف العمر على الإنجاز والكفاءة الأكاديمية للمراهقين من الطلاب، حيث اختار عينة من الأمهات اللائى يمررن بهذه الأزمة بعد اختيار دقيق لهم عن طريق اختبار لأزمة منتصف العمر، وتتراوح أعمارهن بين (٣٠-٥٠) عامًا، وتتميز العينة بظروف اجتماعية متشابهة حيث أغلبهن ممن يعيشون بدون الأب، حيث يكون الانفصال أحد الجوانب، أو الهجر للأب عن الأسرة، وبعد ملاحظة سلوك الأبناء المراهقين فى المدرسة، والكفاءة الأكاديمية لهم، توصلت الدراسة إلى أن الأمهات فى هذا العمر واللائى يمررن بهذه الظروف يؤثرن تأثيرًا مباشرًا على سلوك أبنائهن وأدائهن الأكاديمى، فيضطرب الأول وينخفض الثانى، وأوصت الدراسة بالمزيد من البرامج

التى تساعد الأمهات على اجتياز الأمهات لهذه الفترة بأمان لكى يساهمن فى تعديل اتجاهات أبنائهن نحو أنفسهم ونحو المجتمع الذين يعيشون فيه.

كما قدم نسيلرود (Nesselvoade, 2002) فى دراسته حول الكفاءة الأكاديمية للأبناء وأزمة منتصف العمر لدى الأبناء نموذجًا بين فيه أن المراهق الذى تعانى أمه من المرور بهذه الأزمة، وتشعر بالفشل وتحقيق الأهداف، وقلة الوعى بأثر ذلك على الأبناء، عليهم فى هذه الحالة محاولة استيعاب هذه الأزمة من قبل الأم، والتعامل الجيد على الأقران، مع مراعاة التركيز على نشاط واحد، وأداة بطريقة واحدة لكى لا يحدث تشتت كبير وتضييع للجهد٠

كما بين ثرستون وميدو (Thurston & Meadows, 2003) أن منطقة الإقامة من حيث الريف أو الحضر تؤثر فى حدوث هذه الأزمة، وذلك من خلال عينة قوامها (ن = ٢٤) امرأة يقمن فى الريف، ومازال الأبناء يقمن معهن، وتراوحت أعمارهن بين (٤٠-٦٥) عامًا، وحاولت الدراسة بيان أثر مناخ الإقامة، والحالة الاقتصادية، والحالة الاجتماعية، ونوعية الطعام، ووجود أبناء مراهقين فى مراحل التعليم، وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيًا، دلت النتائج على أن الريف بما يتسم به من قواعد وارتباطات عائلية يؤدى إلى خفض احتمالات حدوث هذه الأزمة، وبما يعود بالنفع على رعاية الأبناء وزيادة وتحسين كفاءتهم الأكاديمية٠

وهدفت دراسة ميكالوس (michlos, 2006) إلى بيان أثر نوعية الحياة على عدد من النساء (ن = ٨٨٠) فى فترة منتصف العمر أو الشباب المتأخر كما أطلق عليها الباحث، وبعد تطبيق بطارية اختبارات حول جودة الحياة، والعوامل التى تؤدى إلى جودتها، وكفاءتها، والعوامل التى تؤثر فيها من قبل : الوظيفة، والأصدقاء،

والقلق، والثقة بالنفس، واحترام الذات، وتحقيق الذات، والظروف البيئية، وبعد جمع البايانات وتحليلها إحصائيًا دلت النتائج على أن هناك عوامل أكثر تأثيرًا من غيرها على كفاءة الحياة فى فترة منتصف العمر وتؤثر فى حدوث أزمة منتصف العمر، ويتقدم هذه العوامل القلق، حيث وجد أنه يسبب حدوث الأزمة بدرجة أكبر من العوامل الأخرى يليه وجود شريك العمر المتوافق على شريكته، الأصدقاء، احترام الذات، الثقة بالذات وبينت النتائج أن كفاءة الأبناء الأكاديمية وتفوقهم الدراسى يلعب دورًا كبيرًا فى اجتياز الأم لهذه المرحلة بسهولة، أو تسبب مشاكل لأبنائها فى إنجازهم الأكاديمى.

كما هدفت دراسة ميلز (Miles, 2003) إلى بيان أثر اختلاف الثقافات المختلفة على أزمة منتصف العمر، وتم تطبيق اختبار على عينة من الأفراد (ن = ٢٠٠) ذكر وأنثى فى فترة منتصف العمر، وتناول المقياس عددًا من العوامل هى : ثقافة المجتمع، والعادات والتقاليد، والقلق، والكفاءة الأكاديمية للأبناء، والعلاقات بين الأزواج" وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائيًا، بينت النتائج أن القلق والثقافة وكفاءة الأبناء تلعب دورًا كبيرًا فى اجتياز الأم أو الأب لفترة منتصف العمر بكفاءة عالية دون أزمات حقيقية.

وأجرى نيكولاس (Nichols, 2005) دراسة عن أهم الآثار المترتبة عن الطلاق عند النساء اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر؛ وتكونت عينة الدراسة من (ن = ١٨٠) أنثى من المطلقات فى المرحلة العمرية (٣٥-٤٥) عامًا، وطبق عليهن اختبارًا يبين أهم الآثار المترتبة عن الطلاب فى

حدوث الأزمة، وانعكاساتها على الأبناء، وقد دلت النتائج على أن الأمهات المطلقات أكثر عرضة للقلق والتعرض لهذه الأزمة، وينعكس ذلك على أداء الأبناء الأكاديمى إلى حد كبير، كما أن المكانة الاجتماعية المطلقة، والتغيرات الجسمية، والعلاقات الاجتماعية، وعمل المرأة، والحزن، والإحساس بالذات تلعب دورًا كبيرًا فى هذه الأزمة، وقد أوصت الدراسة بوضع برامج إرشادية جيدة تهتم بالنساء فى هذه المرحلة.

وبين آتوود (Atwood, 2008) أن مرحلة ربع العمر وهى الفترة التى تستمر بين (١٨-٢٩) عامًا تؤثر تأثيرًا مباشرًا فى فترة منتصف العمر، ويعتبر أن هذه الفترة هى فترة تشكيل المعتقدات الاجتماعية والتاريخية والاقتصادية، كما بينت النتائج أن الأسرة كنواة للمجتمع تلعب دورًا كبيرًا فى إكساب الأبناء الاتجاهات السالبة أو الموجبة نحو أنفسهم، وأبنائهم فى المستقبل، وهو ما يؤثر بدوره على الكفاءة الأكاديمية والإنجاز الأكاديمى للأبناء، وكذلك على قلق الأمهات نحو مستقبل أبنائهن.

وفى دراسة ساويرس (Soares, 2010) بين من خلال عينة من النساء اللواتى يمررن بمنتصف العمر (ن = ٥٨٠) أن الأعراض الاكتئابية والقلق يرافقان هذه الفترة إلى حد كبير، كما أن طريقة التفكير، والتعامل مع المواقف بشكل جيد يؤثر فى مرور هذه المرحلة بسلام، وينعكس ذلك على تقبل الأم للإنجاز الأكاديمى للأبناء، وهو ما يجعل الثقة عند الأم والأبناء متبادلة ويعود بالأثر الجيد على أزمة منتصف العمر لدى الأمهات والإنجاز الأكاديمى لدى الأبناء.

وقد أظهرت نتائج الدراسة التى أجراها ميكالى (Mikaela, 2011) أن أزمة منتصف العمر تتأثر بالحالة البدنية إلى حد كبير، ولهذا فقد وضع برنامجًا متقدمًا للكفاءة البدنية للأفراد الذين يمرون بهذه المرحلة،وشمل البرنامج عددًا من التمارين الصباحية المنزلية، وكذلك برامج خاصة تؤدى داخل الصالات الرياضية، وبعد عدد من الجلسات الإرشادية الموازية للبرنامج، لبيان كل ما يتعلق بهذه المرحلة من آثار بدنية ونفسية وعلاقتها بالقلق والأبناء والحالة الاقتصادية، دلت النتائج للاختبار البعدى أن الأمهات اللائى خضعن للبرنامج حدث لهن تأثير جيد ساعدهن على المرور بسلام بهذه المرحلة.

فروض الدراسة :

١- توجد علاقة إيجابية دالة بين المتغيرات الاجتماعية (أساليب المعيشة، والقيم والعادات والتقاليد، والمهنة، والثقافة، والحالة الاجتماعية) وأزمة منتصف العمر.

٢- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exogenous من خلال أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.

٣- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exoquenous والقلق كحالة كمتغير نهائى (داخلى) Endogenous من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.

٤- توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الخارجية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exogenous وكلٌ من الكفاءة الأكاديمية والقلق كحالة كمتغيرات نهائية (داخلية) Endogenous من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط٠

الطريقة والإجراءات :

أولاً : الطريقة :

المنهج :

استخدم الباحث فى هذه الدراسة المنهج الوصفى بأسلوب الدراسة الارتباطية، حيث يقوم على دراسة العلاقات المتبادلة (الارتباطية) بين متغيرات الدراسة وفق النموذج السببى٠

العينة :

تكونت عينة الدراسة من (ن = ٦٠) أنثى ممن ثبت مرورهن بأزمة منتصف العمر حسب الاختبار المطبق، وفى المدى العمرى (٤٠-٤٨) عامًا بمتوسط ٤٤,٦ عامًا وانحراف معيارى ١,٥٣ ، و(ن = ٩٠) طالبًا وطالبة فى المرحلة الثانوية من أولادهن فى المدى العمرى (١٣-١٦) عامًا بمتوسط ١٤,٧ عامًا. وانحراف معيارى ١,٥٦ وتم الحصول على درجاتهن الدراسية من المدارس الإعدادية والثانوية التى

يتبعونها فى محافظة بورسعيد والقاهرة، وتوزيع أفراد العينة يتضح من جدول (١)٠

جدول (١)

توزيع أفراد العينة

المدرسة	عدد الطلاب		الصف الدراسى
	ذكور	إناث	
بورسعيد العسكرية بنين	٣٠	–	الأول الثانوى
مصطفى كامل بنين	١٥	–	الثالث الثانوى
بورسعيد بنات (ع)	–	٣٠	الأول الثانوى
الزهور بنات		١٥	الثالث الثانوى
المجموع	**٤٥**	**٤٥**	

الأدوات :

تكونت أدوات الدراسة من ثلاثة مقاييس هى "مقياس أزمة منتصف العمر؛ مقياس الكفاءة الأكاديمية؛ مقياس القلق؛ وسوف تناولها بالشرح٠

١- **مقياس أزمة منتصف العمر (إعداد الباحث)** :

يتكون هذا المقياس من أربعة أبعاد يندرج تحتها (٤٠) عبارة يجيب عنها المفحوص من جانب النساء اللائى يمررن بفترة منتصف العمر، وتم صياغتها بالرجوع إلى التراث النفسى لهذا الموضوع فقد لاحظ الباحث ندرة البحوث العربية "فى حدود علم الباحث" التى أجريت فى هذا الموضوع ، وهى بالترتيب التاريخى، مقياس تم تطبيقه وقام بإعداد هذا المقياس جتمان (Gutman, 1976) ثم عمر عبد الرحمن المعدى، ١٩٩٥ حيث قام بتصميم مقياس يناسب البيئة السعودية وطبقه على عينة من الذكور فى الفترة العمرية (٢٦-٥٥) عامًا، وتكون المقياس من أربعة أبعاد هى "الجسم، والعمل، والأسرة، والحياة ثم مقياس مايسة النيال (١٩٩٨) والذى وضعت فيه مجموعة من الأبعاد هى: "الإحساس بكبر السن وانخفاض القوة الحيوية للجسم، والوعى بالموت ومتعلقاته، والفجوة بين الطموح والإنجاز ومحاولة البحث عن منطلقات حياتية جديدة، وإدراك عامل الزمن، ومتعلقات أسرية ومهنية تشمل "عدم الرضا الزواجى؛ فجوة فى العلاقة بين الأب وأبنائه؛ وعدم الرضا المهنى" ثم أخضعت الباحثة هذه الأبعاد للتحليل العاملى، وحصلت على الأبعاد التالية مرتبة حسب نسبة التشبع "عدم الشعور بالرضا عن الحياة الزوجية، وعدم الثقة بالنفس والنظرة القائمة للمستقبل، وقلق الموت، والإحساس بانخفاض القوة الحيوية للصحة والجسم، والإحساس بكبر السن وإدراك الزمن؛ والفجوة بين الطموحات والإنجاز والبحث عن منطلقات حياتية جديدة.

ومن المقاييس المستخدمة فى الدراسات الأجنبية، المقياس الذى استخدمه كومباى، دومار (Conboy & Domar, 2007) والذى تكون من (١٨٩) بندًا تحت أربعة أبعاد رئيسة هى : (جودة الحياة، وعادات وأساليب الحياة، وأعراض القلق، ومصادر المعلومات عن سن اليأس) ، وتناول المقياس الأعراض التالية

مرتبة حسب النسبة المئوية للاستبيان الذى تم عمله" الإحساس بالتعب مع حرارة الجسم ٨٩%، ونقص الطاقة ٨٣%، وعدم الصبر على الآخرين ٨٠%، وتعب فى الظهر والعنق والرأس ٨٠%، وإحساس بالاكتئاب ٧٦%، الآلام فى المفاصل والعضلات ٧٦%، وانخفاض القدرة على التحمل ٧٦%، والعصبية ٧٦% وضعف الذاكرة٧٣%، وانخفاض الإنجاز ٧١%، والإحساس بالوحدة ٧٠%، وزيادة الوزن ٦٩%، والرضا عن الحياة ٦٨%، وصعوبات نمو ٦٥%، والهيات الساخنة ٦٣%، وانخفاض القوة البدنية ٦٣%، وخشونة الجلد ٦٣%.

ويتكون المقياس فى صورته النهائية من أربعين عبارة تتدرج تحت أربعة أبعاد هى : (إدراك الأبعاد الجسمية، وإدراك الأبعاد الانفعالية، وإدراك الأبعاد الاجتماعية والاقتصادية، وإدراك الواقع والمستقبل) ، وتستجيب النساء المفحوصات على مقياس متدرج خماسى (موافق مطلقًا)، موافق، لست متأكدًا، غير موافق، غير موافق مطلقًا، وتتراوح الدرجات بين (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ،١) والدرجة الكلية تكون ٢٠٠ والدنيا ٤٠ درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس :

للتحقق من صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من المحكمين، حيث أجمعوا على الفقرات بنسبة ٩٠%، ثم تم حذف البنود التى لم تحظى بالنسبة المطلوبة، ومن هنا فقد وصل العدد الكلى إلى٤٠ بندًا.

كما تم التحقق من الصدق التلازمى باستخدام مقياس أزمة منتصف العمر لمايسة النيال (١٩٩٨) وبلغ قيمة معامل الارتباط ٠,٨٧، كما تم التحقق من عامل الثبات باستخدام إعادة التطبيق، وذلك على عينة من الأمهات الائى يمررن بفترة

منتصف العمر (ن = ٣٠) بفارق شهر واحد، وبلغت قيمة معامل الارتباط٠,٩١، كما بلغت باستخدام معادلة كيبودر – ريتشاردسن ٠,٧٨.

وتم حساب الاتساق الداخلى للمقياس الذى يعتمد على الخطأ المعيارى لجذوره باستخدام معامل ألفا – كرونباخ على عينة من الأمهات اللائى يمررن بهذه المرحلة (ن = ٢٨) وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٨٣ الدرجة الكلية.

٢- مقياس الكفاءة الأكاديمية للمراهقين أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر :

يتكون هذا المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسة يندرج تحتها (٠) عبارة يجيب عنها المفحوص، وتمت صياغتها بالرجوع إلى التراث السيكولوجى لهذا الموضوع، من دراسات حديثة ومقاييس عربية وأجنبية، وبالنسبة للبحوث العربية فقد رجع الباحث إلى العديد من المقياس التى تناولت هذا الموضوع مثل مقياس رمضان محمد (١٩٩٦) حيث تكون المقياس من أربعة أبعاد (دافعية الإنجاز، والتنافس الدراسى، والتعاون الدراسى، والتوافق الدراسى) وتكون من أربعين بندًا، وقام الباحث بإجراءات الصدق العاملى، وألفا كرونباخ للثبات، ومقياس الكفاءة الأكاديمية لمنى حسن (٢٠٠١) وتكون المقياس من أربعة أبعاد (إدارة الوقت، ومهارات الاستذكار، ومهارة تحمل الضغوط الأكاديمية، ومهارة التنظيم الذاتى للتعلم) وتكون المقياس من ٤٨ بندًا، وبحساب الصدق استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلى، ولحساب الثبات استخدمت الباحثة ألفا – كرونباخ للثبات؛ ومقياس الكفاءة الأكاديمية لمنى حسن (٢٠٠١) وتكون المقياس من أربعة أبعاد (إدارة الوقت، ومهارات الاستذكار، ومهارة تحمل الضغوط الأكاديمية، ومهارة التنظيم الذاتى للتعلم) ، وتكون المقياس

من ٤٨ بندًا، ولحساب الصدق استخدمت الباحثة طريقة الاتساق الداخلى، ولحساب الثبات استخدمت الباحثة ألفا – كرونباخ ومعامل إثبات بطريقة التجزئة النصفية.

وكذلك مقياس إدارة الوقت من إعداد أشرف إبراهيم، ٢٠٠٩ وتكون المقياس من أربعة أبعاد (سلوكيات الوعى بإدارة الوقت، سلوكيات التخطيط، سلوكيات المراقبة، مضيعات الوقت) وتكون من ٤٤ بندًا، واستخدم طريقة التجانس الداخلى لحساب الصدق، وكذلك الصدق العاملى التوكيدى، واستخدم لحساب الثبات بطريقة ألفا – كرونباخ.

كما رجع الباحث إلى مقياس إيناس فهمى (٢٠٠٨) لقياس التنظيم الذاتى للتعلم، وتكون المقياس من ثلاثة أبعاد هى (الاستراتيجية المعرفية، والاستراتيجيات السلوكية، والاستراتيجيات البيئية) وتكون من ٦٠ بندًا، واستخدمت الباحثة لتعيين الصدق طريقة الصدق التمييزى أو صدق المقارنة الطرفية والاتساق الداخلى، ولحساب الثبات استخدمت الباحثة طريقتى التجزئة النصفية وألفا كرونباخ.

ومن المقاييس الأجنبية رجع الباحث إلى مقياس الكفاءة الأكاديمية من إعداد نانتونج (Nantong, 2008) وينقسم إلى صورتين، الأولى : يجيب عنها المعلم عن المتعلم ، ويتكون من ثلاثة أبعاد هى : (المهارات الاجتماعية، المشكلات السلوكية، والكفاءة الأكاديمية) ، والصورة الثانية يجيب عنها المتعلم، وهو خاص بالكفاءة الأكاديمية.

وكذلك أفاد الباحث من الشكل الذى قام بوضعه ديبرتا (Dderna, 2009) ، حيث حدد فيها أبعاد الكفاءة الأكاديمية إلى مهارات أكاديمية ومعيبات أكاديمية ، وتشمل المهارات الأكاديمية : (القراءة، والرياضيات، ومهارات

اللغة، والتفكير الناقد، بينما تشمل المعينات الأكاديمية (الدافعية ، والاستذكار، والمهارات الشخصية، والالتزام بالمهمة).

ويتكون المقياس فى صورته النهائية من ثلاثين عبارة تتدرج تحت ثلاث أبعاد هى : (المهارات الأكاديمية، والمعينات الأكاديمية، ومهارات تنظيم الوقت) ويستجيب المراهقون لأمهات يمررن بأزمة منتصف العمر على مقياس متدرج خماسى (موافق مطلقًا، وموافق، لست متأكد، وغير موافق، وغير موافق مطلقًا) وتتراوح الدرجات بين (٥ ، ٤، ٣، ٢، ١) والدرجة الكلية ١٥٠ والدنيا ٣٠ درجة٠

الخصائص السيكومترية للمقياس :

للتحقق من صدق المقياس تم عرضه على مجموعة من المحكمين، حيث أجمعوا على الفقرات بنسبة ٩٠% ثم تم حذف البنود التى لم تحظ بالنسبة المطلوبة، ومن هنا فقد وصل العدد الكلى إلى ٣٠ بندًا.

وتم التحقق من الصدق التلازمى باستخدام مقياس نانتونج (Nantong, 2008) بتطبيق صورتيه على العينة (ن = ٦٠) مراهقًا ومراهقة لأمهات يمررن بأزمة منتصف العمر، وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٨٨، كما تم التحقق من معامل الثبات باستخدام إعادة التطبيق، وذلك على عينة من المراهقين أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر (ن = ٦٠) مراهق ومراهقة بفارق شهر واحد، وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٩٢، وبلغت قيمة الارتباط باستخدام كيودر ريتشاردسن ٠,٧٧

كما تم حساب الاتساق الداخلى للمقياس الذى يعتمد على الخطأ المعيارى بجذوره باستخدام معامل ألفا – كرونباخ على عينة من المراهقين من أبناء الأمهات اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر (ن = ٦٠) وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠,٨١ للدرجة الكلية.

٣- مقياس حالة القلق :

قائمة القلق تشتمل على مقياسين فرعيين هما حالة القلق، وسمة القلق، ويضم كل منها عشرين بندًا ويهدف مقياس حالة القلق إلى تقدير ما يشعر به المفحوص فعلاً الآن أى (فى هذه اللحظة)، فى حين يهدف مقياس سمة القلق إلى تقدير ما يشعر به المفحوص بوجه عام، وتطبق القائمة إما فرديًا أو جماعيًا وليست للقائمة حدود زمنية معينة وقد أعد هذه القائمة سبلبرجر (Spielberger, 1970).

وبين سبيلبرجر أن سمة القلق Trait Anxiety عبارة عن استعداد سلوكى فردى يتسم بمشاعر التوتر والقلق والاستجابة للمواقف المدركة كمواقف تهديدية للذات، أما حالة القلق Stat Anxiety فهى حالة انفعالية مؤقتة تزيد من مشاعر التوتر والخطر المدرك شعوريًا وتزول هذه الحالة بزوال المؤثر أو الضغوط الخارجية، فى حين أن سمة القلق تشبه الطاقة الكامنة حيث إنها تظل كامنة إلى أن تستثار بمثير مناسب فتنطلق فى قوة مناسبة، ولذلك نجد أن الأفراد الذين يتسمون بسمة قلق عالية تكون استجاباتهم عالية للمتغيرات أو الضغوط الخارجية والتى يعبر عنها بحالة القلق وأكثر من الذين لديهم سمة قلق منخفضة.

وأعده إلى اللغة العربية نبيل الزهار (١٩٨٥) ، وذلك من خلال العرض على ثلاثة من أساتذة اللغة الإنجليزية المصريين منفردين، ثم إعداد قائمة تتضمن الترجمات الثلاث، وعرضها على اثنين من أساتذة علم النفس المصريين المتخصصين فى إعداد المقاييس النفسية للوصول إلى الصورة النهائية لترجمة القائمة للغة العربية، ثم تم تطبيق القائمة على عينة من طلاب كلية التربية بجامعة قناة السويس تتكون من (٢٥٠) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقة النهائية تتراوح أعمارهم بين (٢١-٢٢) عامًا، مع إيجاد معامل الاتساق الداخلى، حيث كانت سمة القلق (٠,٩٠) وحالة القلق (٠,٨٩) ثم إعادة التطبيق على ذات العينة بفاصل قدره (٩٠) يومًا، لإيجاد معامل الاستقرار حيث كانت قيمته (٠,٩٤) لسمة القلق، (٠,٩٠) حالة القلق، هى قيمة عالية للاتساق والاستقرار، وفى دراسة قام بها الزهار (١٩٩٠) للتحقق من صدق التكوين Construct Validity والصدق التلازمى Concurrent Validity والصدق التنبؤى Predictive Validity لكل من قائمة حالة القلق وقائمة سمة القلق فى صورتها العربية وذلك على عينة من (٢٠) مريضًا من مرضى السكر المعتمدين على الأنسولين تتراوح أعمارهم بين (١٨-٣٥) عامًا، وقد أثبتت الدراسة أن القائمة فى صورتها العربية تتميز بصدق التكوين والصدق التلازمى والصدق التنبؤى طبقًا للقيم الإحصائية التى تم التوصل إليها من الإجراءات التجريبية فى تخفيض نسبة السكر فى الدم للمرضى، لذا كانت قيم معاملات الثبات والصدق للقائمة فى صورتها العربية ذات قوة تسمح باستخدامها فى المجتمع المصرى.

وفى الدراسة الحالية تم استخدام الجزء الخاص بحالة القلق، وتم استخدام طريقتى إعادة الاختبار والفاكرونباخ على (٣٠) من الإناث فى مرحلة منتصف

العمر ويمررن بأزمة منتصف العمر، وجاءت معاملات الارتباط ٠,٩٣ ، ٠,٨٩ على الترتيب ، وهى دالة عند مستوى ٠,٠١ مما يؤكد الثقة فى ثبات المقياس.

كما تم حساب صدق القائمة بتطبيق القياس الذى أدته مايسة النيال لأزمة منتصف العمر على نفس عينة الدراسة وكان معامل الارتباط بين المقاييس ٠,٧٢، وأيضًا الصدق الذاتى حيث سجل ٠,٧٨ وهى نتائج تشير إلى صدق القائمة، وقابليتها للاستخدام فى الدراسة الحالية.

وكذلك تم تعيين الاتساق الداخلى حيث سجلت ٠,٨٩ وبذلك يتحقق للمقياس الثبات والصدق والاتساق الداخلى مما يسمح بتطبيقه فى الدراسة الحالية.

ثانياً: الإجراءات :

اتبع الباحث الخطوات التالية فى سبيل القيام بهذه الدراسة وتنفيذها :

١- تحديد وانتقاء الأدوات المستخدمة.

٢- انتقاء أفراد العينة من النساء اللائى يمررن بأزمة منتصف العمر وأولادهن المراهقين.

٣- تطبيق أدوات الدراسة على العينة.

٤- تصحيح الاستجابات، وجدولة الدرجات، وإجراء العمليات الإحصائية المناسبة.

٥- استخلاص النتائج وتفسيرها.

٦- صياغة بعض التوصيات التى نبعت مما أسفرت عنه نتائج الدراسة الراهنة، حتى يتسنى الاستفادة منها فى الدراسات المستقبلية.

ثالثاً: التحليل الإحصائى :

لإيجاد العلاقات الارتباطية تم عمل مصفوفة ارتباط لبيان العلاقات المختلفة، ولبناء النماذج بين متغيرات الدراسة تم اللجوء إلى طريقة الانحدار المتعدد Multi Regulation بطريقة Froward step wile.

النتائج والتفسير :

الفرض الأول : والذى ينص على "توجد علاقة إيجابية دالة بين المتغيرات الاجتماعية (أساليب المعيشة، والقيم والعادات والتقاليد، والمهنة، والثقافة، والحالة الاجتماعية) ، وأزمة منتصف العمر.

ولمعالجة هذا الفرض تم إجراء معاملات الارتباط وفق مصفوفة ارتباط تتضح من جدول (٢).

جدول (٣)

مصفوفة الارتباط بين المتغيرات الاجتماعية

	أساليب المعيشة	القيم والعادات	المهنة	الثقافة	الحالة الاجتماعية	أزمة منتصف العمر
أساليب المعيشة	١					
القيم والعادات	٠,٥٢١**	١				
المهنة	٠,٦٨١**	٠,٤٨١**				
الثقافة	٠,٥٠١**	٠,٣١٩*	٠,٣٤٩*			
الحالة الاجتماعية	٠,٤٦١**	٠,٤١٩*	٠,٤٤٨**	٠,٦٥٠**	١	
أزمة منتصف العمر	٠,٣٦١*	٠,٣٣٩*	٠,٤٤٩**	٠,٦٨١**	٠,٦١٨**	

*دالة عند ٠,٠٥ ** دالة عند ٠,٠١

يتضح من مصفوفة الارتباط السابقة وجود علاقة بين متغيرات القيم والعادات والمهنة والثقافة والحالة الاجتماعية وأزمة منتصف العمر على أساليب المعيشة ، حيث سجلت القيم: ٠,٥٢١ ، ٠,٦٨١ ، ٠,٥٠١، ٠,٤٦١، ٠,٣٦١، بينما توجد علاقة ارتباطية بين متغيرات المهنة والثقافة والحالة الاجتماعية وأزمة منتصف

العمر مع القيم والعادات حيث سجلت القيم ٠,٤٨١ ، ٠,٣١٩، ٠,٤١٩، ٠,٣٣٩، بينما توجد علاقة بين الثقافة والحالة الاجتماعية وأزمة منتصف العمر على المهنة حيث سجلت القيم ٠,٣٤٩ ، ٠,٤٤٨ ، ٠,٤٤٩ مع المهنة، كما توجد علاقة بين الحالة الاجتماعية وأزمة منتصف العمر مع الثقافة ، حيث سجلت القيم ٠,٦٥٠ ، ٠,٦٧٧، وتوجد علاقة بين أزمة منتصف العمر والحالة الاجتماعية حث سجلت ٠,٦١٨.

- يتضح من المصفوفة السابقة وجود علاقة دالة بين القيم والعادات وأساليب المعيشة، لأن أسلوب معيشة الفرد يتأثر تأثيرًا شديدًا بقيم وعادات المجتمع، فالمجتمع فى المدينة يختلف عن الريف فى إدراك الكثير من الأمور التى يمكن أن تؤدى إلى حدوث أزمة منتصف العمر لدى النساء، وتقدير الأبناء والزوج لدور الأم يلعب دورًا محوريًا فى هذه النقطة، وهو ما يتوافق مع ما نادى به ليفنسون Levinson, 1976، مايسة النيال ١٩٩٨ من ارتباط أساليب المعيشة مع القيم والعادات للمجتمع.

- كما وجدت علاقة ارتباطيةه دالة بين أساليب المعيشة والمهنة، حيث إن عمل الفرد فى مهنة معنية تضع شخصيته إلى حد كبير، وتؤثر فى إدراك الفرد للآخرين من حوله، وتفرض عليه أسلوب معيشة معينة؛ فالأم التى لا تعمل يمكن أن تتعرض لأزمة منتصف العمر أكثر من التى تعمل، ونوع العمل يلعب دورًا كبيرًا فى ذلك؛ فالعمل الذهنى يختلف عن العمل اليدوى، والأذهان فى العمل، والتعرض لضغوط العمل، تلعب جميعها دورًا كبيرًا فى تقبل المرأة لفترة منتصف العمر، وتمر منها بسلام دون مشكلات أو

أزمات، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج دراسات ***(سناء سليمان، ٢٠٠٦؛ Quadrio, 2006)***.

- ووجدت علاقة إيجابية دالة بين أساليب المعيشة الثقافية، حيث إن الثقافة هى وعاء المجتمع بما يحتويه من كيفية سلوك الأفراد سلوك معين، وتوجهات الأفراد نحو الكثير من الأمور إنما هى تنبع من ثقافة المجتمع، وحينما تكون ثقافة المجتمع داعمة للفرد فى منتصف العمر، وتحث على تقديره من قبل الآخرين ممن حوله فى الأسرة والعمل، يؤدى ذلك إلى اجتياز الفرد لهذه المرحلة بسهولة ويسر، ،هو ما تتفق مع على نتائج دراسات ***(إيدا لوشاى ، ١٩٩٧؛ Marenn, 2002)***.

- ووجدت أيضًا علاقات دالة بين القيم والعادات والمهنة حيث سجلت ٠,٤٨١ وهى دالة عند ٠,٠١ والثقافة حيث سجلت ٠,٣١٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ ، والحالة الاجتماعية حيث سجلت ٠,٤١٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ ، تم أزمة منتصف العمر حث سجلت ٠,٣٣٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ ، وهذه القيم تبين أن القيم والعادات فى أى مجتمع التى تؤثر فى طبيعة المهنة التى تشغل المرأة، فتوافق عادات المجتمع عليها أن تنبذها ، أو تقلل من قدرها، وهوما يعود على المرأة بالشعور بالرضا والسعادة أو العكس من ذلك الشعور بعدم الرضا والرفض وهو ما يتفق على نتائج دراسة (Wojnar, 2003) كما أن القيم والعادات إنما تنبع من ثقافة المجتمع وتتأثر بها وتؤثر فيها، ومن ثم تؤثر بدرجة كبيرة على تقبل المجتمع بثقافته على دور المرأة وتوفير الحماية والرعاية فى هذه الفترة أو معاناة المرأة لرفض ثقافة المجتمع

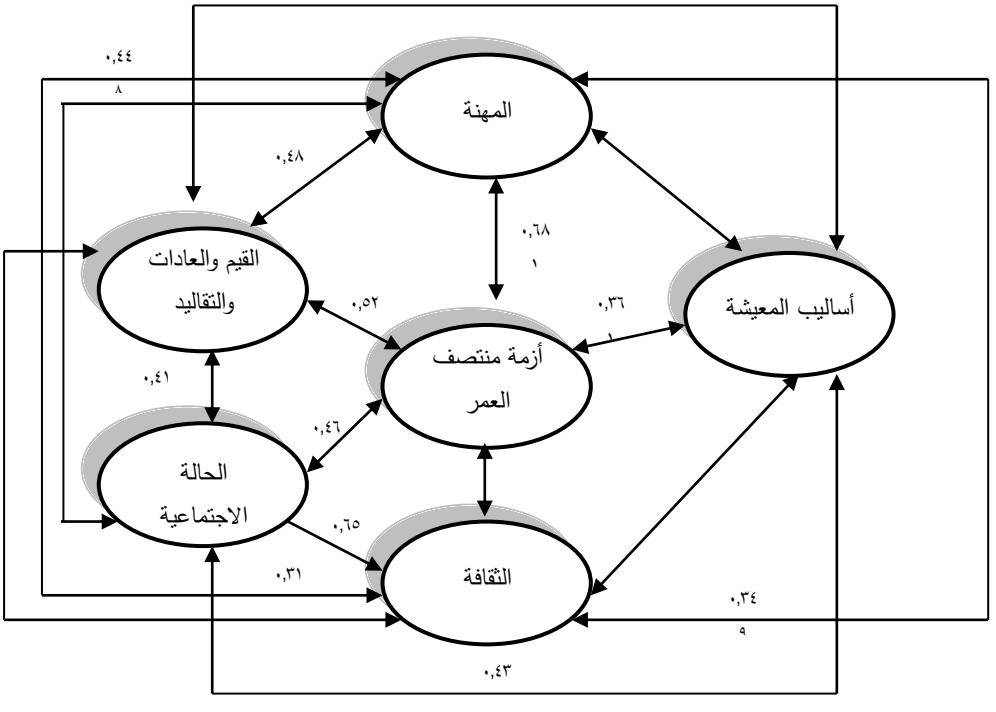
لدورها فى هذه المرحلة، وشعورها بانتهاء مهمتها فى الأسرة مع الزوج والأولاد وإن كان أيضًا فى مجال العمل، وهو ما يتفق مع نتائج دراسات ***(cagle, 2007)*** ، وهذا أيضًا يرتبط مع الحالة الاجتماعية وما يرتبط بها من أزمة منتصف العمر حيث سجلت ٠,٤١٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ ، ٠,٣٣٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ أيضًا مع المتغيرين، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسات ***(Mc Dcdermott, 2004; Watkins, 2007)*** التى أكدت أن فترة منتصف العمر يمكن أن تمر بسلام عند توافق العادات والقيم مع الحالة الاجتماعية للمرأة؛ فالمجتمعات التى لا تنظر إلى المرأة الأرملة أو المطلقة نظرة دونية، تؤثر فى نظرة المرأة لنفسها وإحساسها بذاتها مما يعود عليها بالأمن النفسى ومرور هذه الفترة بسلام.

- وتوجد علاقة بين المهنة من جهة وكلٍّ من الثقافة والحالة الاجتماعية وأزمة منتصف العمر من جهة أخرى ، فقد سجلت قيم ٠,٣٤٩ وهى دالة عند ٠,٠٥ ، ٠,٤٤٨ وهى دالة عند ٠,٠١ ، ٠,٤٤٩ وهى دالة عند ٠,٠١ على الترتيب، حيث تؤثر المهنة تأثيرًا شديدًا على أزمة منتصف العمر من خلال ثقافة المجتمع والحالة الاجتماعية للمرأة، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات ***(Diamond, 2004 ;Raine, 2008)*** فى أن أزمة منتصف العمر سهلة الحدوث عند تضاد بين ثقافة المجتمع والحالة الاجتماعية للمرأة، فبعض المجتمعات بطبيعتها ترفض بعض المهن، والنظر بدونية إلى وضع المرأة فى حالات الطلاق أو فقد الزوج أو غيرها، مما يؤثر تأثيرًا مباشرًا فى الحالة النفسية للمرأة، ويجعلها تحظى برعاية وعناية أقل من الآخرين ويجعلها تعيش فى أزمة كبيرة فى هذا الوقت.

- ووجدت علاقة ارتباطية دالة بين الثقافة وأزمة منتصف العمر من جهة حيث سجلت ٠,٦٨١ وهى دالة عند ٠,٠١، والحالة الاجتماعية من جهة أخرى حيث سجلت ٠,٦٥٠ وهى دالة عند ٠,٠١ وعند اشتراك هذين العاملين معًا نرى تأثيرًا مباشرًا على إحساس المرأة فى هذا العمر بأزمة منتصف العمر، حيث تشترك نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات (Thurston & Medow, 2003), (Adwin & Levenson, 2003) التى بينت أن ثقافة أى مجتمع تلعب دورًا حاسمًا فى تشكيل العقل الواعى للمواطنين، وتشكل نظرتهم لبعضهم البعض فى المواقف المتعددة، وهو ما يعود على شعور الفرد كل النقد أو التقدير بالإحساس بالتفوق والثقة بالذات ومواجهة الأزمات أو العكس العزلة والانكسار والرضوخ للضغوط الاجتماعية والإحساس بالعزلة والقهر.

- ووجدت علاقة دالة بين الحالة الاجتماعية بتأثيرها المباشر منفردة مع أزمة منتصف العمر، حيث سجلت ٠,٦١٨ وهى دالة عند ٠,٠١ وهى درجة توضح الارتباط الكبير بين الحالة الاجتماعية للمرأة فى هذا العمر وحدوث أزمة منتصف العمر، حيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات (Alwin & Levenson, 2002; Conboy, Domer, 2001) التى أكدت أن الحالة الاجتماعية للمرأة تشكل عاملاً رئيسًا فى إدراك المرأة لنفسها، وشعورها بتقدير المجتمع لها، بداية من الزوج، والأولاد، والأسرة، والمجتمع ، وعائد ذلك من الإحساس بالاستقرار النفسى ونقد الذات وكراهية المجتمع.

ويمكن تمثيل العلاقات الارتباطية السابقة من خلال نموذج بنائى للعلاقات بين أبعاد المتغيرات الاجتماعية، وهو ما يتضح من شكل (٤).



شكل (٤)

العلاقات البينية بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر

يتضح من الشكل السابق أنه توجد علاقات ارتباطية بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر، وهى تتفق مع النموذج الذى وضعه لفينسون (Levinson, 2005) فى نموذج الذى بيناه سابقًا.

وبيان أثر كل عامل من العوامل السابقة على المتغيرات التالية "أزمة منتصف العمر، والقلق، والكفاءة الأكاديمية" وبيان نسبة المشاركة فى التأثير عليها ثم اللجوء إلى معادلة الانحدار المتعدد بطريقة ستيب وايز ، كما يتضح من الفروض التالية.

الفرض الثانى : والذى ينص على "توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exgenous والقلق كحالة كمتغير نهائى (داخلى) Endogenous من خلال أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.

ولمعالجة هذا الفرض تم عمل مصفوفة ارتباط بين المتغيرات الاجتماعية والقلق كما يتضح من جدول (٣).

جدول (٣)

مصفوفة الارتباط بين المتغيرات الاجتماعية والأزمة منتصف العمر والقلق

	أساليب المعيشة	القيم والعادات	المهنة	الثقافة	الحالة الاجتماعية	أزمة منتصف العمر	القلق	الكفاءة الأكاديمية
أساليب العيشة	١							
القيم والعادات	٠,٦١٨**							
المهنة	٠,٤٥١**	٠,٤١١**						
الثقافة	٠,٥١٣**	٠,٣١١	٠,٤٢١**					
الحالة الاجتماعية	٠,٥٠١**	٠,٣١١*	٠,٣٦١*	٠,٣١٩*				
أزمة منتصف العمر	٠,٣٨٤*	٠,٤٩٣**	٠,٣٩١*	٠,٣٣١*	٠,٣١١*			
القلق	٠,٤٣٣**	٠,٤٣١**	٠,٣٩٧*	٠,٣٩٧*	٠,٦١١**	٠,٦١٩**	١	

الكفاءة الأكاديمية	*٠,٣١٦	*٠,٣٠٦	*٠,٣٠٨	**٠,٤١٣	**٠,٤٣٠	*٠,٤٦٥	**٠,٤٣٣	١

- دالة عند مستوى ٠,٠٥ ١ ** دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من مصفوفة الارتباط وجود علاقة دالة بين القلق والقيم والعادات حيث سجلت ٠,٦١٨ وهى دالة عند ٠,٠١ حيث تؤثر أساليب معيشة الفرد على القلق كحالة الذى تعانى منه المرأة فى هذه المرحلة فى العمل ؛ فالمرأة التى تتعود على الحرية والانطلاق والأصدقاء والحرية فى العمل، ولها الاستقلال الاقتصادى مما يمكنها من الاعتماد على نفسها اقتصاديًا واجتماعيًا، يخفض القلق إلى حد كبير ، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة ***(Marean, 2002)***.

ووجدت علاقة ارتباطية دالة بين القلق والقيم والعادات حيث سجلت ٠,٤٣١ وهى دالة عند ٠,٠١ وارتباط القلق هنا يرجع إلى طبيعة المجتمعات المنفتحة التى تعطى المرأة الفرصة والاستقلال حتى فى حياتها الأسرية وفى وجود الزوج والأبناء، ولكن بعض المجتمعات تفرض فروضًا كثيرة على بعض النساء مما يجعلهن يشعرن بالتبعية باستمرار وبعمق القلق بداخلهن، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة ***(Lang & Jacqueline Richard, 2009)***

- ووجدت أيضًا علاقة ارتباطية بين القلق والمهنة حيث سجلت ٠,٣٩٧ وهى دالة عند ٠,٠٥ وتدل على أن المهنة تلعب دورًا مؤثرًا فى حدوث حالة القلق لدى الأفراد، لأن المهن الآمنة التى توفر الاستقرار الاقتصادى والعلاقات الطبية والصداقة تؤدى إلى خفض معدل القلق لدى النساء وهو ما أشارت إليه نتائج دراسة ***(Wolf, 2006)***.

- كما وجدت علاقة ارتباطية بين القلق والثقافة، حيث سجلت ٠,٣٩٧ وهى دالة عند ٠,٠٥ وهو ما يشير إلى أن ثقافة المجتمع تكون داعمة بحدوث القلق للنساء فى هذه المرحلة، أو على العكس تساهم فى خفض حالة القلق لديهن، وتكسبهن القدرة على مواجهة كل العوامل التى يمكن أن تصل بها إلى هذا القلق وهو ما يتفق مع نتائج دراسة ***(Mcauaide, 2007)***.

- ووجدت علاقة ارتباطية بين القلق والحالة الاجتماعية حيث سجلت ٠,٦١١ وهى دالة عند ٠,٠١ وهو ارتباط كبير يؤيد أن حالة القلق تنتاب المرأة فى هذه المرحلة العمرية حسب حالتها الاجتماعية، فقد بينت نتائج العديد من الدراسات مثل (***مايسة النيال، ١٩٩٨؛ Curtice, 2002، Mendenhall, 2008***) أن المرأة المطلقة تحظى بدرجة عالية من حالة القلق، عن الأرملة التى كانت تحظى بحياة مستقرة مع زوج جيد، وتمر بسلام من حالة القلق إلى قدر كبير تلك المرأة التى تتمتع بحياة اجتماعية مستقرة.

- ووجدت علاقة ارتباطية قوية بين القلق كحالة وأزمة منتصف العمر حيث سجلت ٠,٦١٩ وهى دالة عند ٠,٠١، حيث إن حدوث هذه الأزمة للنساء فى هذه المرحلة العمرية يتبعه حدوث القلق بدرجة كبيرة، حيث اتفقت نتائج الدراسة الحالية نتائج دراسات ***(سناء سليمان، ٢٠٠٦، William , 2003؛ Michalos, 2006)*** على القلق كحالة نفسية تصيب المرأة فى هذا الوقت، وتنتج عن التغيرات الفسيولوجية والهرمونية والاجتماعية التى تحدث للمرأة، وتؤدى بها إلى القلق من المستقبل، مع استقلال الأولاد نفسيًا، وتحول العلاقة

الزواجية إلى فتور فى أغلب الأحيان، وبعد الأصدقاء، أو وفاة الزوج، أو الانفصال، كل تلك العوامل تلعب دورًا كبيرًا فى حدوث هذه الأزمة.

- ومن هنا يمكن لبيان النموذج السببى بين المتغيرات السابقة تم إجراء خطوات تحليل الانحدار المتعدد بطريقة ستيب وايز، كما فى جدول (٤).

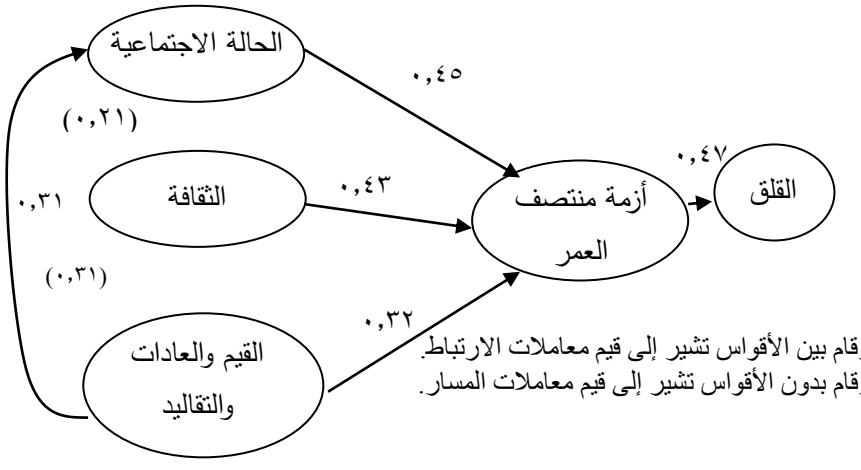
جدول (٤)

تحليل الانحدار المتعدد لاختبار القلق

العوامل	B	Seb	Peta	T	Sig
أزمة منتصف العمر	٦,١٢٣	٠,٤٣٠	٠,٤٧٣	٤,٦١٥	٠,٠١
الحالة الاجتماعية	٠,٦٣٩	٠,٤١٠	٠,٤٥١	٣,١١٥	٠,٠١
الثقافة	٠,٥٣١	٠,٣١٩	٠,٤٣١	٣,٦١٥	٠,٠١
القيم والعادات والتقاليد	٠,٤٢٠	٠,٢١٥	٠,٣٢١	٣,٦١١	٠,٠١

من الجدول السابق يتضح أن نتيجة تحليل الانحدار المتعدد بطريقة forward step – wise multi megaton مع قيم R2 ٠,٣٩ وقيمتها الجدية ٠,٣١ مع المتغير الأول ٠,٢٧ وقيمتها الحدية ٠,٢٥ مع المتغير الثانى ٠,٢١ وقيمتها الحدية ٠,٢٣ مع المتغير الثالث.

ويمكن تمثيل العلاقات السابقة حسب النموذج الخطى الذى يتضح من شكل (٥) :



شكل (٥)

النموذج بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والقلق قيمة R2 = ٠,٣٩

يتضح من الشكل السابق أن هناك علاقة سببية غير مباشرة بين المتغير التابع القلق والمتغيرات المستقلة "المتغيرات الاجتماعية"، كما توجد علاقة سببية مباشرة مع أزمة منتصف العمر، وهو ما يتفق مع الإطار النظرى والدراسات السابقة مثل دراسات (Quadrio, 2006; Marean, 2002; Collin, 2003) والتى بينت أن المتغيرات الاجتماعية تؤثر فى حدوث أزمة منتصف العمر والتى بدرها تؤثر على حدوث القلق كحالة مصاحب لهذه الأزمة.

ولعل إضفاء بعض المتغيرات الاجتماعية يرجع إلى تفاعل المتغيرين معًا، مما أفقدهما التأثير على حدوث أزمة منتصف العمر، مثل أساليب المعيشة والمهنة.

الفرض الثالث : والذى ينص على "توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الاجتماعية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exogenous والكفاءة الأكاديمية كحالة كمتغير نهائى (داخلى) Endogenous من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.

ويمكن الاستعانة بمصفوفة الارتباط فى جدول (٣) لبيان العلاقات بين الكفاءة الأكاديمية والمتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والقلق كحالة كما يلى :

- يتضح من مصفوفة الارتباط وجود علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية وأساليب المعيشة حيث سجلت ٠,٣١٦ وهى دالة عند ٠,٠٥، وتشير نتائج هذه الدراسات إلى أن أساليب معيشة الأم فى منتصف العمر والتى تعانى من أزمة، تنعكس بصورة مباشرة على الكفاءة الأكاديمية لأبنائها المراهقين، وهى هنا تتفق مع نتائج دراسات (Kearn & Gardines, 2007 & Crandell, 2005) التى أشارت إلى أن الأبناء المراهقين بما يتميزون به فى هذه المرحلة العمرية من انفجار عضوى، وتكوين نفسى جديد، يحتاجون إلى رعاية أبوية خاصة، ورعاية أسرية عامة، بحيث يحدث تحقيق لمطالبهم

الفسيولوجية والمادية والمعنوية، وبما يعود على استقرارهم الدراسى وتفوقهم وإنجازهم وتحقيقهم لمزيد من التفوق٠

- كما وجدت علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية والقيم والعادات حيث سجلت ٠,٣٠٦ وهى دالة عند ٠,٠٥ حيث تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات (***حمدى الفرماوى، ٢٠٠٢؛ مها العجمى، ٢٠٠٣؛ Wringts, 2003***) حيث إن القيم والعادات تلعب دورًا كبيرًا فى استقرار الأم نفسيًا ومعنويًا واقتصاديًا أيضًا، مما ينعكس على توفير الجو المناسب للمذاكرة والإنجاز وتحقيق النجاح المطلوب من قبل المراهقين.

- ووجدت علاقة ارتباطية دالة بين الكفاءة الأكاديمية والمهنية حيث سجلت ٠,٣٠٨ وهى قيمة دالة عند ٠,٠٥ وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات (رشا مبروك، ٢٠٩؛ حصة فخرو، ٢٠٠٥؛ جمال ثقافة، ٢٠٠٦؛ Mikaela, 2011; Miles, 2003) حيث إن مهنة الأم تلعب دورًا حاسمًا فى إكساب أبنائها عادات الاستذكار الجيد، والقدرة على إدارة الوقت بطريقة جيدة، لأن المهن العليا القائمة على استخدام القدرات العقلية، تكسب الأبناء مهارات تنظيم الوقت، والتعلم الذاتى والاعتماد على الذات، بل وتجعل الأولاد ينظرون إلى الأم على أنها قدوة يحتذى بها، وتجعل الثقة من النفس عنوانًا لهم، يستطيعون التغلب على مشاكلهم الأكاديمية بالصبر والاتفاق مع الأم على خطة عمل للتغلب على المشكلات التى تواجههم.

- ووجدت علاقة ارتباطية دالة بين الكفاءة الأكاديمية والمهنة حيث سجلت ٠,٣٠٨ وهى قيمة دالة عند ٠,٠٥ وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج

دراسات (رشا مبروك، ٢٠٠٩ ؛ حصة فخرو، ٢٠٠٥؛ جمال ثقافة، ٢٠٠٦؛ Mikaela, 2011p Miels, 2003) حيث إن مهنة الأم تلعب دورًا حاسمًا فى إكساب أبنائها عادات الاستذكار الجيد، والقدرة على إدارة الوقت بطريقة جيدة، لأن المهن العليا القائمة على استخدام القدرات العقلية، تكسب الأبناء مهارات تنظيم الوقت، والتعلم الذاتى، والاعتماد على الذات، بل وتجعل الأولاد ينظرون إلى الأم على أنها قدوة يحتذى بها ، وتجعل الثقة من النفس عنوانًا لهم، يستطيعون التغلب على مشكلتهم الأكاديمية بالصبر والاتفاق مع الأم على خطة عمل للتغلب على المشاكل التى تواجههم.

- ووجدت علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية والثقافة حيث سجلت ٠,٤١٣ وهى دالة عند ٠,٠١ ، حيث تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات (***السيد عبد المنعم حجازى، ٢٠٠٨ ؛ Muhlbauer, 2004***) حيث إن ثقافة المتجمع تلعب دورًا حاسمًا فى قدرة الأم على التعامل مع أولادها حسب منظومة الثقافة التى تتشبع بها، فإن كانت ثقافة الأم التى تحملها قادرة على استيعاب الأم فى هذه المرحلة العمرية بطريقة إيجابية، كان فى قدرة الأم أن تتفاعل تفاعلاً موجبًا مع أبنائها المراهقين، تقدم الدعم المعنوى والمادى اللازم لمرورهم بهذه المرحلة بهدوء وسلام، وتحقيق الكفاءة والإنجاز الأكاديمى الجيد والملائم لهم.
- كما وجدت علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية والحالة الاجتماعية حيث سجلت ٠,٤٣٠ وهى دالة عند ٠,٠١ حيث إن الحالة الاجتماعية لها أثر مباشر فى إحداث أزمة منتصف العمر لدى النساء، أو عبورهن لهذه المرحلة

بسلام، وهو ما ينعكس على الأبناء بصورة مباشرة، وهو ما يتفق مع نتائج دراسات (Stephen & James, 2002 ; Kearn, Gardiner, 2007) التى بينت أن الأم التى تتمتع بالاستقرار الأسرى لديها الدافعية والطموح والقدرة على العطاء، وهى عوامل عند اكتسابها من قبل الأبناء يستطيعون المضى قدمًا فى تحقيق إنجاز أكاديمى جيد، وعلى العكس تمامًا من ذلك فأى خلل فى المنظومة الأسرية يجعل المرأة فى كثير من الأحيان تصاب بالوهن النفسى، وعدم القدرة على العطاء، مما ينعكس على الأبناء فى تحقيق إنجاز أكاديمى جيد.

- ووجدت أيضًا علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية وأزمة منتصف العمر حيث سجلت ٠,٤٦٥ وهى دالة عند ٠,٠١، والدلالة الكبيرة هنا مؤشر لتأثير حدوث أزمة منتصف العمر لدى الأمهات على الكفاءة الأكاديمية للأبناء المراهقين.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات ***(Crandell, 2005; White, 2009)*** التى أكدت أن حدوث أزمة منتصف العمر وفق المنظومة التى تعيشها الأم تؤثر تأثيرًا كبيرًا على قدرة الأم على العطاء بصورة عامة، وعلى المحيط الأسرى والأبناء بصفة خاصة، إذ إن المحيط الخارجى لتعامل الأم قد يتأثر بالسلب عند عدم قدرة الأم على العطاء، ولكن الأبناء خاصة فى مرحلة المراهقة يتأثرون بشدة من التعامل السلبى للأم، وإن كان الدور الاجتماعى للأبناء، هذه المرحلة هو التفوق الدراسى فى أغلب الأسر، فهم بالتالى يحصلون على درجات أكاديمية منخفضة نتيجة لهذه الأزمة.

كما وجدت علاقة دالة بين الكفاءة الأكاديمية من جهة والقلق كحالة من جهة أخرى، حيث سجلت ٠,٤٣٣ وهى دالة عند ٠,٠١ وتشير إلى أن القلق كحالة المصاحب لأزمة منتصف العمر يؤثر مباشرة فى الإنجاز أو الكفاءة الاجتماعية للأبناء المراهقين، وهو هنا يحتل شقين، جانب نفسى ، وجانب مادى وهو ما تبين مع نتائج دراسة (Stephen &* James, 2002) التى بينت أيضًا أن الجانب النفسى يشمل القصور فى التحمل للمواقف الضاغطة والصعبة التى تواجه الأبناء لأن بنيانهم النفسى غير مدعم من الأم التى تصارع الأزمة التى تمر بها، كما أن الجانب المادى يجعل الأبناء فى غياب عن دورهم الأساسى وهو النجاح والتفوق الأكاديمى والانغمار مع الأم التى تعانى من هذه الأزمة٠

ومما سبق ولبيان النموذج السببى يبين المتغيرات السابقة ثم إجراء خطوات تحليل الانحدار المتعدد بطريقة ستيب والتر، ويتضح ذلك من جدول (٥) :

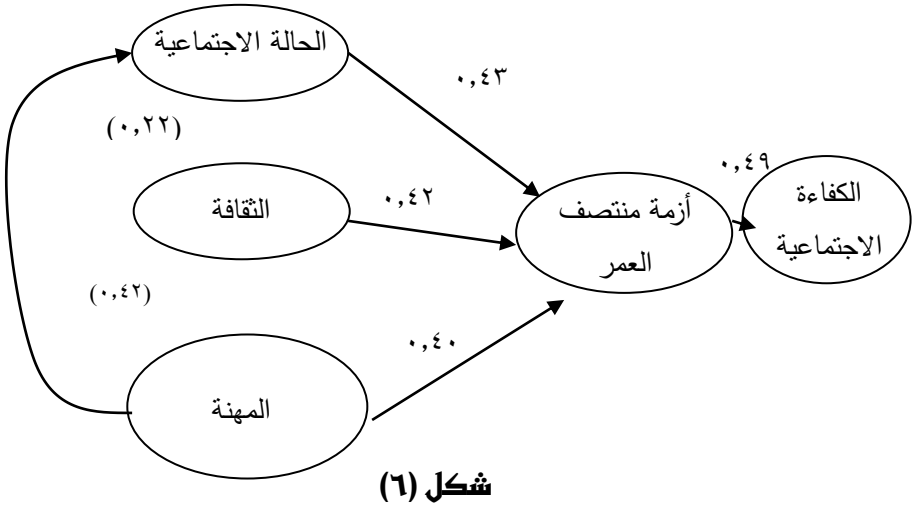
جدول (٥)

تحليل الانحدار المتعدد للكفاءة الأكاديمية

العوامل	B	Seb	Beta	T	Sig
أزمة منتصف العمر	٦,٤٥١	٠,٤١٣	٠,٤٩٣	٣,٦٩١	٠,٠١
الحالة الاجتماعية	٠,٥٩٣	٠,٤٧٩	٠,٤٣٨	٣,١١٨	٠,٠١
الثقافة	٠,٤٣١	٠,١٨	٠,٤٢٨	١٣,٣١١	٠,٠١
المهنة	٠,٤١١	٠,١٨٧	٠,٤٠٣	١٢,٣١٥	٠,٠١

مـن الجـدول السـابق يتضـح أن نتيجـة تحليـل الانحـدار المتعـدد بطريقـة Forward step – wise مع قيم R2 ٠,٤٤ وقيمتها الحدية ٠,٢٢ مـع المتغير الأول ، ٠,٣٧ وقيمتهـا الحديـة ٠,٢٣ ومـع المتغيـر الثـانى، ٠,٣٣ وقيمتهـا الحديـة ٠,٢٥ مع المتغير الثالث.

ويمكن تمثيل ذلك كما فى الشكل (٦).



شكل (٦)

نموذج يبين العلاقة بين المتغيرات الاجتماعية وأزمة منتصف العمر والكفاءة الأكاديمية

يتضـح من الشكل السابق أن النموذج الخطى للعلاقة السببية غير المباشرة بـين المتغيـرات الاجتماعيـة ومتغيـر الكفـاءة الاجتماعيـة كمتغيـر تـابع يبـين أن المتغيرات الاجتماعية تؤثر تأثيرًا مباشرًا فى أزمة منتصف العمر، التى بدورها تؤثر تأثيرًا مباشرًا على الكفاءة الأكاديمية، والمتغيرات الاجتماعية تؤثر تأثيرًا غير مباشر

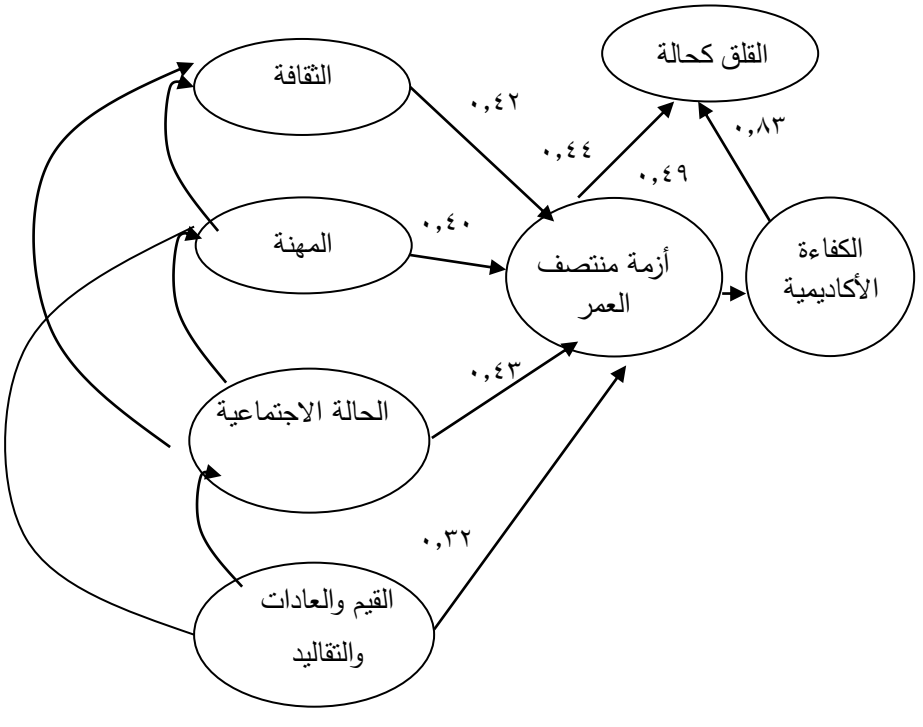
على الكفاءة الأكاديمية، لأن لها أثرًا مباشرًا على حدوث أزمة منتصف العمر والتى بينا فى تفسير منظومة العلاقات الارتباطية دور كل منها فى الأثر على حدوث أزمة منتصف العمر.

ولعل إضفاء بعض العوامل الاجتماعية يرجع إلى التفاعل السلبى منهم عند اشتراكهم معًا مما أدى إلى تقليل دورهما منا وأدى إلى عزلهم مثل القيم والعادات، وأساليب المعيشة.

الفرض الرابع : الذى ينص على "توجد تأثيرات سببية مباشرة وغير مباشرة بين المتغيرات الخارجية كمتغيرات بادئة (خارجية) Exogenous وكلاً من الكفاءة الأكاديمية والقلق كحالة كمتغيرات نهائية (داخلية) Endogenous من خلال متغير أزمة منتصف العمر كمتغير وسيط.

وللتحقق من هذا الفرض ، وذلك من جدول (٥) الذى يشير إلى نتائج تحليل الانحدار المتدرج للأمام Forward step wise وذلك لاعتبار أن المتغيرات الاجتماعية هى متغيرات بادئة Exogenous ومتغير الكفاءة الأكاديمية متغير نهائى Endogenous ومتغيرى أزمة منتصف العمر والقلق كحالة متغيرات وسيطان.

وقد اتضح من نتائج تحليل الانحدار المتدرج للأمام أن المتغيرات الاجتماعية وهى :



شكل (٧)

نموذج يوضح العلاقة المباشرة بين المتغيرات الاجتماعية

وأزمة منتصف العمر، وكذلك بين أزمة منتصف العمر وكلٌ من القلق والكفاءة الأكاديمية، وغير المباشرة تبين المعايير الاجتماعية وكلاً من القلق والكفاءة الأكاديمية

ويتضح من الشكل السابق أن كلاً من القلق كحالة والكفاءة الأكاديمية من أكثر العوامل ارتباطًا بأزمة منتصف العمر، وما يرتبط بها من عوامل نفسية مثل القلق، وهو ما ينعكس سلبًا على الأبناء المراهقين فى اجتياز رحلتهم الأكاديمية بنجاح ويسر، كما أن أزمة منتصف العمر تتأثر بعدد من المتغيرات الاجتماعية مثل الثقافة التى يعيش فيها الفرد، ولما كان الفرد يحمل على كتفيه عادة ثقافة مجتمعة، فهو يتشبع بها إيجابًا وسلبًا، ويعايش أحداثها مؤثرًا فيها ومتأثرًا بها، ولهذا فثقافة المجتمع الذى يعيش فيه الفرد تؤثر مباشرًا فى إدراكه للعمر الذى يمر به، وبعض المجتمعات تجعل الفرد لا يشعر بهذا الوقت ولا يمكن أن يمر بأزمات فيه حينما يتوافر فى هذه المجتمع الصداقة الجيدة، والناحية الاقتصادية الجيدة، والنظام التعليمى الجيد، والعلاقات الأسرية الدافئة، فحينما تجمع معًا تؤثر على مرور الفرد فى هذه المرحلة بطريقة سرية تقلل من حدوث الأزمة بقدر الإمكان وهو ما تبين على نتائج ***(Quadrio, 2006)***.

كما أن المهنة التى يمارسها الفرد ويستمتع بها، ويتوافر فيها شروط الأمن النفسى، والأمن الاقتصادى، والصداقة، والراحة النفسية، والبيئة الدافئة للعمل الجيد، والمناخ الإدارى الجيد لا يمكن أن تبعث فى نفس من يعمل بها إلا الإحساس بالأمان والاستقرار، وحب العمل، والدافع إلى الرغبة والإنجاز، مما ينعكس إيجابًا على أسرته وأبنائه خاصًا المراهقين الذين يحتاجون إلى رعاية خاصة، مما يكون مؤثرًا فى عدم حدوث الأزمة للآباء وتحقيق أكبر قدر من الكفاءة الأكاديمية للأبناء المراهقين وهو ما أشارت إليه نتائج ***(Marean, 2002)***.

أما الحالة الاجتماعية فهى من العوامل التى تؤثر بشدة فى حدوث هذه الأزمة حيث إن هناك مميزات تتميز بها هذه المرحلة، مثل فقد شريك العمر، أو الطلاق، ومرحلة اعتمادا الأبناء على أنفسهم، كل ذلك يجعل الأم خاصة تشعر بالكثير من العوامل التى تسيطر على شخصيتها وتجعلها تدخل فى دوامة الأزمات النفسية، وهذه النتائج تتفق مع نتائج ***(Collin, 2005)***

وتؤيد هذه النتائج دراسة الدوين وليفنسون (Aldwin & Levenson, 2002) حيث أشارت إلى ما يعترى هذه المرحلة من أعراض منها متلازمة العش Nest syndrome والتى تحدث بسبب الفراغ، ورعاية الآباء المسنين، والأبناء المراهقين من جهة أخرى، فهو جيل الساندويتش كما يطلق عليه، وذلك بسبب ظهور الأعراض النفسية الموجبة أو السالبة، مثل الرضا الزواجى، والرضا عن الحياة، والحث للأبناء لزيادة الكفاءة الأكاديمية وكذلك خفض القلق.

والقيم والعادات والتقاليد تلعب دورها فى هذه المرحلة، حيث إن المرأة التى تعيش فى بيئة مفتوحة تسمح لها بممارسة العمل بحرية، ويمكن لها أن تمارس النشاط الرياضى بحرية تامة، يقلل ذلك من الشعور بالإجهاد والتعب والإرهاق الذهنى والبدنى، وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسات ***(Schalin, 2005; Borland, 2005).***

وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه ***(Raine, 2008)*** فى دراسته حيث بين أن من يمرون بأزمة منتصف العمر يحتاجون إلى تدريبات علاجية وتدخل دوائى فى بعض الأحيان، ويقوم هذا العلاج على عدد من الفتيات والأساليب مثل أسلوب

حل المشكلات، وتدريبات عضلية، والاسترخاء، والتدعيم والحفز، وكذلك الحث على المشاركة فى الأنشطة الاجتماعية والرياضة العادية.

ولكن المتأمل لهذه النتائج ووجود العلاقات بينها يعتقد أن هذه المرحلة لا تحمل فى طياتها أى قيم إيجابية، أو أحداث موجبة يمكن أن تؤثر فى حياة الأم، ولكن على العكس من ذلك فهذه المرحلة هى فترة ثرية فى عمر المرأة، يمكن أن تتمتع بها، وتسعد بها ، وتعكس ذلك على أبنائها فى المقام الأول، ثم على زوجها، وأسرتها الكبيرة وعلى محيط عملها بعد ذلك.

فتعتبر هذه المرحلة فرصة حقيقية لنهضة محتملة، بل هى إعادة ولادة بكل ما يعنيه هذا التغيير من متغير كيفى، واكتشاف، وصراحة، وانطلاقة، وإبداع، والظروف الصعبة والسلبيات التى تواجه المرء فى هذه المرحلة يمكن أن تكون الباعث إلى البدايات الطيبة، والإشرافات المتجددة، فانفصال الأولاد، وإعلان فتور العلاقة الزوجية، ووفرة الوقت الذى يسمح بالتفكير والمراجعة، وامتلاك القدرة التى تسمح باختيار الحرية، كل ذلك يعتبر من تحديات المرحلة التى ينتج عن الاستسلام لسلبياتها نهاية بائسة لإنهاك معترب، أما إذا التقط الاتساق كل هذا ليجعل منه فرصًا متجددة، للتغلب على الصعاب؛ فاستقلال الأبناء يسمح بمواجهة أنفسنا، والقدرة تسمح لنا ممارسة حرية أوسع، بدلاً من الخوف من الاختيار ***(إيدا لوشان، ١٩٩٧ :٧).***

ولهذا على المرأة من توثيق العلاقة بين الصحة الجسدية، والتناول الإيجابى لهذه المرحلة من الناحية النفسية والاجتماعية والإبداعية، كما أن التحدى الذى تقدمه هو أعظم فرصة تمنح للإنسان لكى تصبح أكثر صدقًا مع الحياة، ومع ذاتها.

وفى هذه المرحلة تكون السيدة فى أعلى درجات العطاء لأبنائها ولأحفادها وأيضًا لمجتمعها، وأكثر استعدادًا لأداء وظائفها الأخرى المهمة، وهى التربية والتوجيه والحب والحنان والعطاء والمساندة المادية والمعنوية لأفراد أسرتها ***(سناء سليمان، ٢٠٠٦ : ١٧)***.

التوصيات :

فى ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، نطرح التوصيات التالية :

- ضرورة تقديم العون إلى الأمهات اللائى يمررن بفترة منتصف العمر عن طريق تقديم البرامج الإرشادية اللازمة لهن لمواجهة هذه الأزمات.
- ضرورة أن تتضمن البرامج الإرشادية فنيات تحدد للأمهات كيفية التعامل مع مظاهر هذه الأزمة وكيف تتعامل معها، وتقدم العون لها فى مساعدة أولادهن المراهقين على زيادة كفاءتهم الأكاديمية.
- ضرورة تقديم البرامج الهادفة ، بحيث تناسب كل البيئات والفئات والمجتمعات ماديًا واجتماعيًا وثقافيًا.

المـــراجـــع

ابتسام محمود شتات (٢٠٠٨). العلاقة بين إدارة الوقت وأساليب مواجهة الضغوط ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية، ***دكتوراه غير منشورة، /معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.***

آيات عبد المجيد مصطفى (٢٠٠٢). أثر استخدام برنامج إرشادى على تنمية بعض عادات الاستذكار لدى طالبات كلية التربية بمكة المكرمة، ***مجلة علم النفس ، ع٦٢، السنة ١٦، الهيئة العامة للكتاب، ص ص ٣٢-٤٩.***

ايدا لوشان، ترجمة سهير صبرى (١٩٩٧). ***أزمة منتصف العمر الرائعة***، القاهرة، دار شرقيات، ط١.

جمال السيد ثقافة (٢٠٠٦). مهارات إدارة الوقت وعوامل الشخصية ونمط السلوك لدى عينة من طلاب الدراسات العليا، ***مجلة البحوث النفسية التربوية، ع٣، السنة ٢١، كلية التربية، جامعة المنوفية، ص ص ٥٣-٩٢.***

جمانة عبد المنعم (١٩٩٨). إدارة الوقت لدى أعضاء هيئة التدريس والتدريب بالهيئة العامة للتعليم التطبيقى والتدريب بدولة الكويت، ***مجلة العلوم التربوية***، ع١١، ص ٥٣-٧٦.

حصة عبد الرحمن فخرو (٢٠٠٥). مستويات إدارة الوقت لدى طالبات جامعة قطر وتخصصهن الجامعى فى علاقتهما بالتحصيل الأكاديمى

والرضا عن الحياة، ***مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، السنة ٢٤، العدد ٢٧، ص ص ٣٣-٩٤.***

حمدى على الفرماوى (٢٠٠٢). أبعاد عادات الاستذكار فى حالة تكرار سلوك الغش لدى طلبة الجامعة، ***المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد ١٢، عدد ٣٤، تصدر عن الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ص ص ١٨٩-٢١٣.***

رشا محمد مبروك (٢٠٠٩). العلاقة ما بين إدارة الحياة والسعادة لدى طلاب الجامعة، ***مجلة كلية التربية ببورسعيد، العدد ٥، السنة الثالثة، ص ص ٢-٣٧.***

سناء محمد سليمان (٢٠٠٦). ***أزمة منتصف العمر لدى المرأة والرجل بين اليأس والأمل،*** القاهرة، عالم الكتب.

السيد عبد المنعم حجازى (٢٠٠٨). إدارة الوقت لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية وأثرها فى تحقيق بعض الأهداف الجامعية، دراسة ميدانية، ***دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.***

عمر عبد الرحمن المغدى (١٩٩٥) . أزمة منتصف العمر "مقارنة عمرية" على عينات من المجتمع السعودى، ***حوليات كلية التربية، جامعة قطر، العدد ١٢، ص ص ٥١٧-٥٤٨.***

فتحى عبد الحميد عبد القادر (١٩٩٥). الاستراتيجيات المعرفية المستخدمة فى تعلم المهام وعلاقتها بعدات الاستنكار لدى طلاب كلية التربية بجامعة الزقازيق، العدد ٤٨، كلية التربية، جامعة الأزهر، ص ٢٦٢.

مايسة أحمد النيال (١٩٩٨) : أزمة منتصف العمر : دراسة مقارنة فى الشخصية المصرية عبر مرحلة الرشد، ***دراسات نفسية، مجلد ٤ ، ع (٥) ص ص ١٩٣-٢٢٤.***

مهـا محمـد العجمـى (٢٠٠٣) : علاقـة عـادات الاسـتذكار والاتجاهـات نحـو الدراسـة بالتحصيل الدراسى فى المواد التربوية لدى طالبات كلية التربية للبنات بالإحساء، ***مجلة رسالة الخليج العربى التربوية، ع٨٩، ص ص ٣٣-٦٩.***

Aldwin, C. & Levension , M. (2002). Stress, Coping and health at id-life : Adevelopmental Perspective, ***J. of Personality and social Psychology, VOl.113, NO.3, No.3, PP. 181-200.***

Atwood, J. (2008). The Quarter Time Period : An Age of Indulgence, Crisis or Both? COntemp fam ther, Journal ***of Psychology, Vol.2, No.1, PP. 273-295.***

Borland, D. (2005). Research on middle – lfie crists. ***The counseling Psychologist, V. 6, NO.1, PP. 2-9.***

Brin, . (2004). Teeories of the male mid-life crisis. The counseling psychologist, v.6, No.1, PP2-9.

Cagle, C. (2007). Mid-lfie African – American Women with type 2 Diabetes : influence on work and the multicaregiver role. ***J. of Ethnicity & Disease, Vol.12, No.2, PP. 212-222.***

Collin, A. (203). Mid – life crisis and its implications in counseling, ***British Journal of Guldance and Counselling, Vol.7, No.2, PP. 144-152.***

Conboy, L & DOmar, A. (2001). Women at mid-life : Symptoms, attitudes, and choices, an internet based survey, ***J. of Maturitas, Vol.38, P. 129-136.***

Crandell, B. (205). A Social Cognitive View of Self-Precognitive Academic Learning ***Journals of Edcuaitonal Psychology, VOl.81, No.3, PP. 329-339.***

Curtice, J. (2002). The state of election studies : Mid-life Crisis or New Youth, J. Curtice Electroral Studies, 21, PP. 161-168.

Diamond, M., (2004). Accessing *the multitude within : A Psychoanality Perspective on the transformation of Masculinityat mid-lfie, Int.* ***J. Psychanal, Vol.85, P. 45-64.***

Diperna, L. (2004). Nursing Instruct Tours Must also teach Reading and study Skills, Reading Improvements, Vol.4, No.1, PP.38-50.

Gutman, D. (1976). Individual Adaptation in the middle years developmetal issues in the masculine mid – life crisis. J. of derivative psychology. V. IX. No.I.

Hary, R. & Lamb, S. (2003). Social Varible, Mid-Life Crisis with women, ***J. of Counselling Psychlogy, Vol.2, nO.1, PP. 315-330.***

Heckhmsen, M. (1999). Life managent of blind person. Dis. Abs. int. Vol.2, No.2, PP. 321.

Kearn, R. & Gardiner, L. (2007). Academic Studing and the Developmetn of Persoal Skill : A Self – Regulatory Prospective, ***Journal of Educaitonal Psychology,*** Vol.33, No.21, PP. 73-86.

Lang, s. & Jacqueline, R. & Richard, A. (2009). Anxiety, fear, in id-life crisis. Journal of abnormal Psychology, VOl.2, No.4, PP. 306-316.

Levisnon, D. (1976). Periods in the adult development of men ages 18-45. The counseling Psychologist, V. 6, No; PP. 26-25.

Marean, E. (2002). How fears differ from anxiety, Version for mid-life cries peers revieus, ***Journal of abnormal psychology, VOl3, No.2, 245-255.***

McDcdermott, R. (2004). How to avoid a mid-life crisi in your cops. ***Jo. Of Multivariate Behaviroal Research, Vol.37, No.4, PP. 543-561.***

McQuaide, S. (2007). Women at midlife, ***J. of Social work, Volum 43, 1 20-31.***

Mendenhall, R. (2008) Job Loss at mid – life : manger and Excutives fce the "New Risk Economy" ***Social Forces, VO. 87, N.1, 187-209.***

Michalos; A. (2006) Quality oflife of some under – Represented survey Respondents : youth, Aboriginals, and unemployed. ***J. of Social Indicators Research,VOl.79, NO.2, PP 191-213.***

Mikaela, B. (2011). Progression of functional limitation in velation to physical activity : a life course approach ***Joural of Psychology, VOl.11, No.2, P. 259-281.***

Miles, W. (2003) . Mid-life crisis, Kibbutz Style, Shofar Winter journal, Vol.21, nO.2, PP. 82-102.

Muhlbauer, V. (2004). An organizing Framework for collective Identity : Articulation and significance of Multidimen sionality,j. of Amernca n Psychologist, VOl103, NO2, PP. 80-114.

Nesselvoade, j. (2002). Elaborating *the Differential in differentials Psycholoy.* **J. Of Multivariate Behaviroal Research, Vo.37, No.4, PP. 543-561.**

Nichols, W. (2005). Women and mid-life Divorce, ***Journal of Psycho therapy and family , vol.1, nO.2, PP. 427-433.***

O'canner, L. & Parker, R. (2005). Id-life crisis with adult, J. of ***Personlaity and Social Psychlogy, Vol. 13, No.2, PP. 221-235.***

Quadrio, C. (2006). Education impdate the middle years, ***Journal of family theropy, Vol. 7, No.1, PP. 33-37.***

Raine, B. (2008). Mid life crisis what of the future? ***J. of Physiotherapy Reearch International, Vol13, NO.3, PP. 131-136.***

Schulin, L. (2005). On the normal and pathological middle age crisis, ***Personality and social Bulletin, Vol.7, No., 3, PP. 367-385.***

Schuyler, D. (2006). Midlife crisis. J. Clin. Psychiatry, 8, (6), PP.273-282.

Soarces, C. (2010). Can depression be a menopause – associated risk? ***J. of Personalityand Social Psychology, VOl. 3, No.1, PP. 122-148.***

Stephen, R. & James, S. (2002). Test Anxiety and academic Competence : a Comparison of Alternative Models, ***J. of Counselling Psychology, Vol.37, No.3, PP. 313-321.***

Thurs ton, W. & Medow, M. (2003). Rurality and helath : Pespectives of mid-life women. ***J. Of Rural and remote health, VOl3, No.2, PP. 219.***

Watkins, E., (2007). The medicalization of male menopause ***In American Social History of Medicine, VOl.20, No.2, PP. 369-388.***

wlliam, M. (2003). Mid-life Crisis Kibbutz style, J. of Jwish Studies, V.21, 2, PP.82-100.

Wojnar, M. (2003). Assesment and Prevalence of Anxiety, depression in women 45-55 years of age visiting gyncolagical clinies in poland, J. of Arch womens mental health, Vol1.2, No.3, PP. 193-201.

Wolf IR, G. (2000). The self altering process exploring the dynamic nature of life style development and change Westport. Connecticut London. PP. refaces.

Wolf, R. D (2006). Trans formation of life structure and personal paradigm during the mid-life transition, ***J. of Human Relation, V.43, No.10, PP. 957-975.***

Wringts, S. (2003). Personal douments as data in conceptualizing adult Personality development, J. of Personality and social Bulletin, Vol.7, No.3, PP. 367-385.