البحث السابع:

المرونة النفسية كمتغيّر معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى السعوديات في مرحلة منتصف العمر

إعداد :

أ.د/ مجدّة السيد علي الكشكي
أستاذ علم النفس الاكلينيكي بكلية الآداب
جامعتي الملك عبد العزيز وأسيوط

د/ شذا جميل خصيفـــــان
أستاذ علم النفس المشارك بكلية الآداب
جامعـــــة الملك عبد العزيـــــز

أ/ مها عبدالمعطي الشيخ
أخصائية نفسية بمستشفى الملك عبدالعزيز بمكة المكرمة

المرونة النفسية كمتغيّر معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى السعوديات في مرحلة منتصف العمر

أ.د/ مجدّة السيد علي الكشكي د/ شذا جميل خصيفـــــان
أستاذ علم النفس الاكلينيكي بكلية الآداب أستاذ علم النفس المشارك بكلية الآداب
جامعتي الملك عبد العزيز وأسيوط جامعـــــة الملك عبد العزيـــــز
أ/ مها عبدالمعطي الشيخ
أخصائية نفسية بمستشفى الملك عبدالعزيز بمكة المكرمة

• **المستخلص** :
هدفت الدراسة الحالية إلى التعرّف على المسارات الدالة للعلاقة بين المرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السعوديات في منتصف العمر، وكذلك العلاقة بين المرونة النفسية وكلا من :أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي ،والتعرّف على العلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي والكشف عن الفروق بين متوسطات المرونة النفسية وأبعادها ،وأزمة منتصف العمر وأبعادها،و الفراغ الوجودي وأبعاده لدى عينة الدراسة وفقا لمتغير(الحالة الاجتماعية). وقد تم اختيار عينة عشوائية بلغ حجمها (٤٠٩) سيدة سعودية في المدي العمري من(٣٥ -٦٥) سنة، وتم التحقق من فروض الدراسة باستخدام الأدوات الآتية: مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر إعداد:ريان وكالتبينو (Ryan&Caltabiano,2009) ترجمة وتقنين الباحثة، ومقياس أزمة منتصف العمر إعداد : شيك (sheck,1996) ترجمة وتقنين الباحثة . ومقياس الفراغ الوجودي إعداد الباحثة، وتم معالجة البيانات إحصائيا باستخدام تحليل المسار ،ومعامل الارتباط(بيرسون)، وتحليل التباين (ANOVA) ، و اختبار (LSD) للمقارنة البعدية، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود مسارات دالة إحصائيا للمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة ، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية وأبعادها وأزمة منتصف العمر وأبعادها باستثناء العلاقة الدالة بين بُعد الخوف من الشيخوخة وبُعد المثابرة. كما وجدت علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي ، ولم توجد علاقة دالة إحصائيا بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي ماعدا العلاقة بين بُعد الخوف من الشيخوخة وبُعد العُزلة، ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات عينة الدراسة على الدرجة الكلية للمرونة النفسية وأزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي تبعا للحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة -أرملة) ، فيما عدا البُعد الخاص بأزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات فقد كانت الفروق لصالح المطلقات.

الكلمات المفتاحية : المرونة النفسية - أزمة منتصف العمر - الفراغ الوجودي - السعوديات – تحليل المسار .

Psychological Resilience as a Moderator Variable of the Relationship Between Midlife Crisis and Existential Vacuum in a Sample of Middle-Aged Saudi Women

Prof. Dr. Majdah El-Sayed Ali El-Keshky, Dr. Shaza Jamil Khossifan
Mr. Maha Abdel Moaty Al-Sheikh

Abstract
The study aimed to identify the significant paths of the relationship between psychological resilience as a moderator variable of the relationship between midlife crisis and existential vacuum of middle-aged Saudi women as well as the relationship between psychological

resilience and both: midlife crisis and existential vacuum, identify the relationship between midlife crisis and existential vacuum and to reveal the differences between the averages (means) of psychological resilience and its dimensions; midlife crisis and its dimensions; existential vacuum and its dimensions in the study sample according to the (social status) variable. A random sample of (409) Saudi women was selected in the age range of (35-65) years. The hypotheses of the study were verified using the following tools: The Psychological Resilience Scale in Midlife (RIM Scale) by Ryan& Caltabiano 2009, translated and validated by the researcher; Midlife Crisis Scale by Sheck 1996, translated and validated by the researcher and Existential Vacuum Scale by the researcher. Data were treated statistically using path analysis, correlation coefficient (Pearson), analysis of Variance (ANOVA) and LSD test for Post - hoc comparison. The results of the study revealed that there are statistically significant paths of psychological resilience as a moderator variable of the relationship between midlife crisis and the existential vacuum in the study sample and that there is no statistically significant relationship between psychological resilience and its dimensions and midlife crisis of and its dimensions except for the significant relationship between the dimension of fear of aging and the dimension of perseverance. A statistically significant relationship between psychological resilience and existential vacuum was also revealed but there was no statistically significant relationship between midlife crisis and existential vacuum except for the relationship between the dimension of fear of aging and the dimension of isolation. There were no statistically significant differences between the means (averages) of scores of the study sample on the total score of the psychological resilience, midlife crisis and existential vacuum according to the marital status (single - married - divorced - widow), with the exception of the dimension of midlife crisis related to the self; Differences were in favor of divorced women.

Ke yWords: Psychological Resilience - Midlife Crisis - Existential vacuum- Saudi women- path analysis.

- **مقدمة** :

إن مرحلة منتصف العمر من أكثر مراحل النمو الإنساني إفزاعًا للفرد، حيث تتناقص القوى الحيوية الجسمية والجنسية لدى الفرد ويفقد قدرته على الإنجاب ، ويبدأ الفرد بالتّخلي عن الخصائص الجسمية والسلوكية للرشد ليبدأ الدخول في عهد جديد تنشأ فيه خصائص جسمية وسلوكية جديدة، والانتقال لهذه المرحلة يتطلب إعادة تكيّف للتغيّرات الجسمية والأدوار المتغيّرة (صادق و أبوحطب،٢٠١٧)، ومن أهم هذه التغيرات (انقطاع الطمث) لدى النساء أو ما يُسمّى بسن اليأس ،وتعاني المرأة خلال هذه الفترة (١٥٠) عرضا صحيا فسيولوجيا ونفسيا (توفيق ،٢٠١٤) ، من بينها تغيّرات نفسية كالاكتئاب

والقلق وفقدان التركيز والمشكلات المتعلقة بالذاكرة ونوبات الخوف الشديد والتقلبات المزاجية(هروود،٢٠٠٦).

وحسب ديجليكسي وآخرون (Dziegielewski et al.,2002) فإن مرحلة منتصف العمر تتميز بتفاعل معقد للأدوار والمسئوليات المتعددة ويحاول الأفراد تحقيق التوازن بين العمل والأسرة والاحتياجات الشخصية ، كذلك التركيز على الشباب والنظرة السلبية للشيخوخة تخلق ضغطا إضافيا خاصة عند النساء ، وترجع أزمة منتصف العمر إلى أن الأفراد في منتصف العمر يشرعوا في تقييم حياتهم فيما يتعلق بالمرحلة التي وصلوا إليها وهل استطاعوا تحقيق طموحاتهم ورغباتهم ، ويشمل هذا الاستجواب إعادة تقييم الأهداف الشخصية والعلاقات الأسرية والوظيفية والمستقبل ومعنى الحياة وهذه التساؤلات قد تسبب لكثير من الأشخاص عدم الارتياح والخوف والقلق والاكتئاب. (Ryan&Caltabiano,2009)، وتضيف ويفر(Weaver,2009) إلى معاناة الذين يتعرضون لأزمة منتصف العمر من الإحباط الناجم عن الفراغ الوجودي والذي يتجلى في ازمة التقاعد والشيخوخة ، ووفقا لأريكسون فإن هذه المرحلة هي عمر الأزمة التي وصفها (الانتاجية مقابل الركود)، ويفسّر كل من ترامـا و فينوس(Trama&Venus,2012) ذلك بأن الشخص الذي يسعى إلى تحقيق معنى في الحياة فإنه يتجه نحو الإنتاجية، بينما الشخص الذي يفتقر إلى المعنى في الحياة يتحرك نحو الركود، أي إدراك حياته على أنها وصلت إلى طريق مسدود.

وترى الباحثة أن الفراغ الوجودي في هذه المرحلة يحتمل أمرين وهما : شعور الشخص بعجزه عن تحقيق المعنى الذي كان يصبو إليه ، أو عدم ملاءمة المعنى الذي كان يعتنقه للمرحلة والأدوار الجديدة ، وتمتّع الفرد بالمرونة النفسية يساعده على إعادة اكتشاف معنى الحياة وفق تغيرات المرحلة، ويؤكدا كل من ريان و كالتابينو (Ryan&Caltabiano,2009) أن الانتقال إلى مرحلة منتصف العمر يعتبر تحديا وفرصة لإحداث تغيير إيجابي وهذا يتطلب تمتع الأفراد بقدر كبير من المرونة للتعامل والتكيف مع هذه الضغوط والتغييرات .

وبناءً على ذلك فإن تعزيز مقوّمات المرونة النفسية لدى الفرد له تأثير إيجابي على خفض أزمة منتصف العمر نتيجة لقدرة الشخص على التكيّف وامتلاكه النظرة الإيجابية المتفائلة لطبيعة المرحلة ،كما أنّ لها دور في خفض الفراغ الوجودي لما تمكن المرونة النفسية الفرد من قدرة على اكتشاف معنى الحياة وعلى هذا الأساس فقد صاغت الباحثة تساؤلات الدراسة بالاعتماد على ما سبقها من دراسات حيث أثبتت دراسة كل من(سمارة،٢٠١٨)و (رسلان،٢٠١٣)و(داغستاني،٢٠١٠)و (النيال،٢٠٠٨) وجود الأزمة لدى الأفراد في منتصف العمر ، كما غاب وجودها في دراسة(الكعبي،٢٠١٣)،(الحربي والحريقي،٢٠١٤)، وقد وجدت دراستي (رسلان،٢٠١٣) و(داغستاني،٢٠١٠) ظهور الأزمة لدى المرأة أكثر من الرجل وذلك نتيجة للتغيرات الفسيولوجية

المصاحبة لمرحلة انقطاع الطمث و مابعدها، وتؤكّد دراستي أبو النجا(٢٠١٣)و (الحربي والحريقي ،٢٠١٤) أن المرأة في منتصف العمر تعاني من الاضطرابات النفسية نتيجة للتغيرات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والأسرية التي يترتّب عليها تغيّرات نفسية سلبية. ومن بين هذه التغيرات الشعور بالفراغ الوجودي Existential Vacuum والذي يكمن في الشعور باليأس والإحباط، والملل والوحدة أو العزلة حسب ما أكدته العديد من الدراسات هاكنسون وآخرون(Hakansson et al., 2014)، غدوش وآخرون (Gaydosh et al.,2019)،ألونسو وآخرين(Alonso et al., 2012) ،تشان وآخرون(Chan et al., 2018)، ويتأثّر مستوى الفراغ الوجودي لدى السيدات في منتصف العمر بالعديد من المتغيرات مثل الحالة الاجتماعية ،فقد وجدته دراسة(عبدالمجيد و الكناني،٢٠١٢) لدى المطلقات و (محمد،٢٠١٤) لدى الأرامل. كما أن مستوى أزمة منتصف العمر يتغيّر صعودا تبعا للحالة الاجتماعية ابتداءا بالعزاب فالمتزوجون فالمطلقون فالأرامل ، أما (سمارة،٢٠١٨) وجدتها ترتفع لدى المطلقات ، كما يشتد ظهور الأزمة في الفئة العمرية من(٤٠ -٤٩) حسب دراسات(رسلان،٢٠١٣ ؛ الطراونة،٢٠١٤ ؛ سمارة،٢٠١٨). ونتيجة للتّباين في نتائج الدراسات المتعلقة بأزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي رأت الباحثة تسليط الضوء عليهما لدى السيّدات باختلاف حالتهنّ الاجتماعية والكشف عن وجود تأثير إيجابي للمرونة النفسية على أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي المصاحب لها . حيث وجدت دراستي بحاتي وشاه (Bhatti&shah,2017)، و(السيد،٢٠١٧) أن المرونة النفسية لها دور إيجابي في التغلّب على الأزمات النفسية.

ومن هنا يُمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي: هل توجد مسارات دالة إحصائيا للمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السعوديات في منتصف العمر ؟

ويتفرّع عن هذا السؤال عدة تساؤلات:

- هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر لدى عينة الدراسة؟
- هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة ؟
- هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة علي مقياس أزمة منتصف العمر تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس الفراغ الوجودي تبعا لمتغيرالحالة الاجتماعية ؟

• **أهداف الدراسة** :

تتحدد أهداف الدراسة الحالية في التعرّف على المسارات الدالة للعلاقة بين المرونة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة ، وكذلك العلاقة بين المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر ، والعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي بالإضافة إلى العلاقة بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي والكشف عن الفروق بين متوسطات المرونة النفسية وأبعادها ،وأزمة منتصف العمر وأبعادها،و الفراغ الوجودي وأبعاده لدى عينة الدراسة وفقا لمتغير (الحالة الاجتماعية).

• **أهمية الدراسة** :

تنبثق اهمية الدراسة من خلال الأهمية النظرية والتطبيقية لها علي النحو التالي :

• **الأهمية النظرية** :

- تكتسب الدراسة أهميتها من أهمية المرحلة التي تدرسها حيث أن الأفراد فيها يُناط بهم مسؤوليات عديدة ويواجهون ضغوط نفسية عديدة ،وهذه المرحلة لم تنل حظها الكافي من الاهتمام البحثي.
- مواكبة الاتجاهات الحديثة في علم النفس حيث أنها تسعى للدمج بين علم النفس الإيجابي والنظرية الوجودية في تناول المشكلات النفسية.
- الاسهام في إثراء المكتبة العربية وسد الفجوة المعرفية في ظل التباين في نتائج الدراسات السابقة.
- تفتح الدراسة الحالية المجال للباحثين والمهتمين لإجراء دراسات أخرى على نفس العينة من خلال النتائج والتوصيات والمقترحات المطروحة.

• **الأهمية التطبيقية** :

- لفت اهتمام المعنيين بإعداد البرامج الإرشادية الوقائية أو البرامج الإرشادية العلاجية لتفعيل دور المرونة النفسية في التغلب على أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي .
- إثراء المكتبة النفسية المحلية والعربية بترجمة وإعداد مقاييس مقننة على البيئة المحلية تناسب مرحلة منتصف العمر.
- تكوين قاعدة معرفية وتطبيقية تساعد مقدمي برامج الارشاد الوقائي للتعامل مع الضغوط التي يتعرّض لها الأفراد في مرحلة منتصف العمر .
- الاسهام في وضع حلول للقضايا المتعلقة بالتغيرات الناشئة عن أزمة منتصف العمر من خلال توصيات الدراسة.

• **حدود الدراسة** :

ترتكز حدود الدراسة الحالية على :

- الحد الموضوعي : اهتمت الدراسة الحالية بالمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السعوديات في منتصف العمر.

- الحد الزماني : أُجريت الدراسة الحالية خلال الفترة من ١٤٣٨هـ -١٤٤٠هـ .
- الحد المكاني : تم تطبيق الدراسة الحالية في المملكة العربية السعودية .
- الحد البشري : تم تطبيق الدراسة الحالية على مجموعة من النساء في منتصف العمر في المدى العمري من ٣٥ - ٦٥ سنة.

- **مصطلحات الدراسة** :

- **المرونة النفسية** Psychological Resilience :

تُعرّفها الجمعية الأمريكية لعلم النفس(APA,2015) بأنها "العمليات التي تؤدي إلى التكيف الناجح مع تجارب الحياة الصعبة من خلال المرونة العقلية ،العاطفية والسلوكية وتنظيم المطالب الخارجية والداخلية" (APA,2015:910). وعرّفها(علوان والطلاع، ٢٠١٤: ١٨١) بـ"القدرة على إعادة التوازن النفسي والتوافق الفعال مع كافة الضغوط التي تواجه الشخص من خلال تحمل المسئولية ومواجهة المشكلات". ويوجد اختلاف في الترجمة العربية لمصطلح Resilince فهناك مرادفات لهذا المصطلح مثل (الصمود النفسي أو المرونة الإيجابية أو كفاءة المواجهة) وتبنّت الباحثة مصطلح المرونة النفسية لأنه الأقرب للمعنى اللغوي وكذلك الأقرب دلالة حيث أن مصطلح Resilince لا يشمل المقاومة والتكيف الإيجابي تجاه المواقف الضاغطة فقط بل القدرة على الاستفادة من هذه الضغوط ونضج الشخصية من خلالها .

وتُعرّفها الباحثة إجرائيا بأنها القدرة على التكيف والمثابرة على إعادة التوازن النفسي أمام الضغوط من خلال الشعور بالمسئولية والقدرة على ضبطها والكفاءة الذاتية في مواجهتها مع القدرة على الاستفادة من الدعم الاجتماعي وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصة من خلال مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر إعداد: (Ryan &Caltabiano,2009) ترجمة الباحثة .

- **أزمة منتصف العمر** :Midlife crisis

حسب تعريف (APA,2015) فإنها "فترة من الكرب النفسي تحدث لبعض الأفراد خلال السنوات الوسطى من مرحلة البلوغ ، وتمتد من سن ٣٥ -٦٥سنة تقريبا ، قد تتعلق الأسباب بأحداث الحياة الهامة والمخاوف والمشكلات الصحية والمهنية"(APA,2015:652). وتُعرّفها ويفر(Weaver,2009:69)بأنها" حالة نفسية يغلب عليها الشك والقلق يشعر خلالها الفرد بعدم الراحة عند إدراك أن نصف العمر قد انتهى وهي فترة مليئة بالضغوط حيث أنها تشتمل على التأمل وإعادة تقييم الانجازات".

وتتبنّى الباحثة التعريف الإجرائي لشيك (sheck,1996) حيث عرّفها بـ"أنها مفهوم متعدد الأبعاد حُدّدت أبعاده بمشكلات منتصف العمر تتعلق بالذات ، ومشكلات منتصف العمر تتعلّق بالآخرين ، ومشكلات منتصف العمر تتعلق بالخوف من الشيخوخة "، وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصة من خلال مقياس أزمة منتصف العمر من إعداد شيك (1996) ترجمة الباحثة .

• **الفراغ الوجودي** : Existential Vacuum

يُعرّفه كوبرCopper بأنه"حالة من انعدام المعنى تحدث للأفراد في فترات مختلفة من حياتهم المراهقة بعد التقاعد أو في فترات الأزمة يؤدي إلى اضطراب وجودي وقد يؤدي إلى انحرافات سلوكية"(كوبر،١٠٥:٢٠١٥). وتعرّفه الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA,2015:395)"عدم القدرة على إيجاد أو خلق معنى في الحياة ، مما يؤدي إلى الشعور بالفراغ والعزلة والعبث واللا هدف".

وتُعرّف الباحثة الفراغ الوجودي إجرائيا بأنه حالة من فقدان المعنى تُواجه السيّدات في منتصف العمر .وتنطوي على الشعور بالملل و باليأس والعجز عن الاهتمام بالحياة وتقاس بالدرجة التي تحصل عليها المفحوصة من خلال مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر إعداد الباحثة.

• **مرحلة منتصف العمر** :Middle age

مرحلة منتصف العمر حسب معجم الطب النفسي هي "الفترة ما بين ٤٠ – ٦٠ سنة، وتتميز بالتراجع في الوظائف الحيوية، وهي أكثر تحديدا في المرأة نظرا لانقطاع الدورة الشهرية" (الشربيني،٢٠٠٣: ٢٨) .

وتعرّفها الباحثة إجرائيا بأنها مرحلة انتقالية تمتد ما بين (٣٥ –٦٥)سنة ، يواجه الفرد فيها العديد من التغيرات الفسيولوجية والهرمونية تجعله أكثر عرضة لحدوث تغيّرات نفسية سلبية .

• **الدراسات السابقة**:

• **الدراسات المرتبطة بالمرونة النفسية في منتصف العمر**:

استهدفت دراسة يونج وآخرون (Jung et al.,2013) إيجاد خصائص المرضى ذوي المرونة المنخفضة لتوضيح تأثيرها السريري على اضطرابات الاكتئاب أو القلق، بلغت عينة الدراسة (١٢١) مريضاً من مرضى العيادات الخارجية ممن تم تشخيصهم بالاكتئاب أو إضطرابات القلق، وأظهرت النتائج أن انخفاض الروحانية تعد مؤشرا رائدا للمجموعات ذات المرونة المنخفضة. بالإضافة إلى ذلك، ارتبط انخفاض الهدف من الحياة مع المجموعات ذات المرونة المنخفضة والمتوسطة. بينما يميز القلق الشديد خصائص المجموعات المنخفضة والمتوسطة من المرونة.

وسعت دراسة (فايد،٢٠١٣) إلى تحديد العوامل الاجتماعية والديموجرافية المرتبطة بالصمود النفسي والاجتماعي لدى الأرملة بعد صدمة وفاة الزوج،، وبلغت عينة الدراسة (١٦٣أرملة) تراوحت أعمارهن ما بين (٣٥ – ٦٥) سنة، وكشفت الدراسة عن وجود ارتباط سالب بين مستوى الصمود النفسي والاجتماعي لدى الأرملة والعمر الزمني، وعدم وجود ارتباط دال بين مستوى الصمود النفسي والاجتماعي لدى الأرملة والمستوى التعليمي، وكذلك توجد فروق دالة بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في مستوى الصمود النفسي والاجتماعي لصالح مرتفعي المساندة، وبينت الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا بين العاملات وغير العاملات من الأرامل في مستوى الصمود النفسي

والاجتماعي بعد صدمة وفاة الزوج لصالح العاملات ، وكذلك توجد فروق دالة إحصائيا في القدرة على الصمود النفسي والاجتماعي بعد صدمة وفاة الزوج بين الأرامل وفقا لسنوات الترمل لصالح الفئة الأكثر من ٨ سنوات. كما قامت دراسة تاجي وآخرون(Tagay et al.,2016) بتحديد العلاقة بين الكفاءة الذاتية العامة والمرونة والرضا عن الحياة ومدى اسهام متغيري المرونة والرضا عن الحياة في التنبؤ بالكفاءة الذاتية العامة، وقد أجريت على (٣١٠) من البالغين في منتصف العمر في بوردور ، وأثبتت الدراسة أن هناك علاقة ايجابية بين الكفاءة الذاتية العامة والمرونة والرضا عن الحياة كما ظهر أن المرونة والرضا عن الحياة تتنبأ بشكل كبير في الكفاءة الذاتية العامة.

وهدفت دراسة (السيد،٢٠١٧) إلى تحديد أحداث الحياة الضاغطة التي تتعرض لها الأرملة بعد وفاة زوجها، ومحاولة فحص العلاقة بين التعرض للأحداث الضاغطة وظهور الأعراض الاكتئابية، ودور الصمود النفسي المعدّل لهذه العلاقة لدى عينة من الأرامل، وتأثير بعض المتغيرات الديموغرافية على متغيرات البحث .و تكونت عينة الدراسة من ١٠٠ أرملة من محافظة سوهاج، وقد بيّنت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين شدة أحداث الحياة الضاغطة لدى السيدات الأرامل والأعراض الاكتئابية. كما توصّلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين درجات الصمود النفسي الكلية وأبعاده ودرجة الأعراض الاكتئابية. كما دعمت نتائج الدراسة دور الصمود النفسي المعدّل للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والأعراض الاكتئابية، وقد أوضحت النتائج أن الأرملة العاملة أكثر تعرّضا و تأثّرا بأحداث الحياة الضاغطة من الأرملة غير العاملة ، كما أنّ ساكني المدينة أكثر تعرّضا وتأثّرا بأحداث الحياة الضاغطة من ساكني الأرياف .

وسعت دراسة بحاتي وشاه (Bhatti&shah,2017) إلى دراسة دور المرونة كوسيط بين الرفاه النفسي ومعنى الحياة لدى ضحايا الفيضانات في باكستان. اشتملت عينة الدراسة على (٤٠٠) من ضحايا الفيضانات في منطقة البنجاب تتراوح أعمارهم بين ٢٥ و٥٥ سنة. وتوصلت الدراسة إلى فعالية دور المرونة كوسيط في رفع مستوى الرفاه النفسي ومعنى الحياة. كما أوضحت نتائج الدراسة أن الإيمان بالله واليوم الآخر يزيد من مرونة الشخص وقدرته على الصمود. وقد سجّل الأشخاص الذين يؤمنون بأن حياتهم لها معنى ولها هدف مستوى عالٍ في الرفاه النفسي وفي المرونة .

- **الدراسات المرتبطة بأزمة منتصف العمر** :

أجرى كل من (الحربي والحريقي،٢٠١٤) دراسة للكشف عن مدى انتشار أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالسعادة الزوجية، لدى عينة بلغت(٤٣٦) من معلمي ومعلمات المدينة المنورة، وأسفرت النتائج عن غياب أزمة منتصف العمر لدى العينة، وارتباطها سالبا مع السعادة الزوجية، وعدم وجود فروق جوهرية تبعا للجنس أو العمر في أزمة منتصف العمر، بالإضافة إلى وجود فروق جوهرية في

الأزمة تعزى للحالة الاجتماعية لصالح الأرامل ، وأسفرت النتائج عن وجود أثر دال إحصائيا للأسباب المهنية والنفسية والاجتماعية والفسيولوجية والأسرية في ارتفاع أزمة منتصف العمر.

و بحثت دراسة برغ وآخرون (Berg, et al., 2017) في التأثيرات السلبية للعلاقات الأسرية السيئة خلال مرحلة الطفولة والمراهقة وما يترتب على ذلك من أزمات نفسية في مرحلة منتصف العمر. اشتملت عينة الدراسة على (١٣٣٤) من المراهقين الفنلنديين بمتوسط عُمر (١٦) سنة وتم متابعتهم عند بلوغهم السنوات (٢٢، ٣٢، ٤٢) سنة. في هذه الدراسة تم قياس المشاكل الأسرية التي تتمثل في سوء العلاقة بين الأم والأب ومع الأبناء، وضعف الدعم الأبوي والمشاكل الموجودة في البيئة المنزلية. كما تم تحليل الآثار غير المباشرة للعلاقات الأسرية للمراهقين وتأثيرها على الصحة العقلية عند سن ٤٢ سنة في صورة عيوب مُختلفة قد تظهر على أفراد العينة مثل: الأعراض الجسدية والنفسية، العلاقة والحالة الزوجية، ومستوى التعليم والبطالة والإصابة بالاكتئاب الشديد عند بلوغ أفراد العينة لسن (٢٢، ٣٢، ٤٢)سنة. بيّنت النتائج دور العلاقات الأسرية السيئة في الإصابة بمشاكل وأعراض مرضية نفسية متعددة عند البلوغ وعند الوصول لمرحلة منتصف العُمر. كما أشارت النتائج إلى أن العلاقات الأسرية السيئة في مرحلة الطفولة وبدايات المراهقة قد تؤدي لمشاكل خطيرة في مرحلة منتصف العُمر لذلك يجب السعي نحو تحقيق الهناء الذاتي للأطفال والمراهقين.

واهتمّت دراسة (سمارة، ٢٠١٨) بالتعرف على أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات ، والتعرّف على أثر بعض متغيرات الدراسة مثل العمر، والحالة الاجتماعية. وقد بلغت العينة (٤٨٠) امرأة عاملة ، وخلصت النتائج إلى وجود الأزمة بدرجة متوسطة لدى أفراد العينة ، و وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات العينة تُعزى لمتغيّر العمر لصالح الأعمار (٤٥ -٥٠) والحالة الاجتماعية لصالح(مطلقة) .

- **الدراسات المرتبطة بالفراغ الوجودي في منتصف العمر**:

هدفت دراسة ألونسو، وآخرين (Alonso, et al., 2012) إلى تقييم الشعور بالوحدة والرضا عن الحياة والعوامل التي تؤثر في الصحة النفسية لدى مجموعة من النساء الإسبانيات في مرحلة منتصف العمر. اشتملت عينة الدراسة على (١٨٢) امرأة تتراوح أعمارهن بين (٤٠:٦٠) سنة، أشارت نتائج الدراسة إلى أن الشعور بالوحدة مرتبط بالحالة النفسية فكلما ساءت الحالة النفسية زاد مُعدل الشعور بالوحدة. كما أن الشعور بالوحدة وعدم الرضا عن الحياة مرتبط لدى النساء في مرحلة منتصف العُمر بعوامل شخصية مثل عدم وجود شريك أو زيادة الوزن بالإضافة إلى العوامل البيولوجية. كما ثبت أن المتغيرات الديموغرافية مثل المنطقة السكنية ومستوى الدخل يُمكن أن تُساهم في زيادة

شعور النساء بالوحدة خلال مرحلة منتصف العمر مثل فهذه العوامل يُمكن أن تزيد أو تُقلل من الشعور بالوحدة .

سعت دراسة (عبدالمجيد و الكناني،٢٠١٢)إلى قياس الفراغ الوجودي لدى المطلقات وقد بلغت العينة ٢٥٠ مطلقة في مدينة بغداد واثبتت وجود الفراغ الوجودي لدى المطلقات و عدم وجود فروق دالة إحصائيا ترجع لمدة الزواج ومدة الطلاق.

تحقّقت دراسة هاكنسون وآخرون(Hakansson et al., 2014)من وجود مشاعر اليأس والإحباط في فترة منتصف العُمر ،وأنّ لها تأثير طويل المدى على الصحة الإدراكية مع تقدم العُمر وقد تزيد من شدة واحتمالية الإصابة بمرض الزهايمر عند الوصول لمراحل متقدمة من العُمر. تكونت عينة الدراسة من (١٤٠٩) شخص في فترة منتصف العُمر بعمر متوسط يبلغ(٥٠) سنة وذلك في نهايات ١٩٧٧م وتم إعادة فحص هذه العينة بعد ٢١ عامًا أي في سنة ١٩٩٨م، أي عند متوسط عُمر (٧١,٤) سنة. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود مشاعر اليأس في مرحلة منتصف العمر و أن هناك علاقة دالة إحصائيا تؤكد العلاقة بين مشاعر اليأس والإحباط في فترة منتصف العُمر والإصابة بأعراض الضعف الإدراكي أو المعرفي والإصابة بمرض الزهايمر.

قامت دراسة (محمد، ٢٠١٤) بالتعرّف على علاقة الفراغ الوجودي وتجاوز الذات بالتصورات المستقبلية لدى معلمات المرحلة الإبتدائية الأرامل ،واشتملت عينة البحث على (٣٠٠)معلمة أرملة ، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فراغ وجودي لدى المعلمات الأرامل، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الفراغ الوجودي وتجاوز الذات ، وكذلك علاقة ارتباطية موجبة بين الفراغ الوجودي والتصورات المستقبلية السالبة .

أما دراسة غدوش وآخرين (Gaydosh et al.,2019) فقد ركزت على دراسة مستويات اليأس لدى المراهقين الأمريكيين بصفة عامة وتطور هذا اليأس مع التقدم في العُمر في الولايات المتحدة. اشتملت عينة الدراسة على عدد (١٨٤٤٦) من البيض والسود ذوي الإصول الإسبانية وكذلك السود من غير الإسبان وتم متابعة هذه العينة وفقا للدراسة الطولية من سنة ١٩٩٤م وحتى ٢٠١٧م؛ وتم اختيار هذه العينة من بين البالغين الذين تم تصنيفهم بأنهم يُعانون من أعراض اليأس والاكتئاب. أشارت نتائج الدراسة إلى: أنّ اليأس يرتفع بصفة عامة بين المشاركين البالغين ويستمر في الارتفاع مع الوصول إلى فترة منتصف العُمر وهذا التزايد قد يكون أحد العوامل التي تؤدي لزيادة نسبة الوفاة لدى هذه الفئة كما أن تسجيل درجات عالية من اليأس لم تقتصر على البيض أو الذين يعيشون في مناطق ريفية ولكن نسبة اليأس عامة وشاملة عند كل الأمريكيين البالغين دون التفرقة بسبب اللون أو غيره.

- **تعقيب عام حول الدراسات السابقة** :

من خلال عرض الدراسات السابقة فإنها تختلف باختلاف متغيراتها ، ففي متغير المرونة النفسية اتفقت الدراسات على دور المرونة النفسية الإيجابي في مقاومة الضغوط والقدرة على التكيف في الأزمات ، وفي متغيّر أزمة منتصف العمر فقد اختلفت الدراسات في وجود الأزمة لدى العينة كما اتفقت على أن ارتفاع الأزمة يعود إلى الأسباب المهنية والنفسية والاجتماعية والفسيولوجية والأسرية كما وجدت دراستي (الحربي والحريقي،٢٠١٤)و(سمارة، ٢٠١٨) بأن المطلقات والأرامل هم أكثر عرضة لأزمة منتصف العمر ، وقد وجدت دراسة غدوش وآخرين (Gaydosh, et al.,2019) ارتفاع اليأس -أحد أبعاد الفراغ الوجودي - لدى الأفراد في مرحلة منتصف العمر . وقد استفادت الدراسة الحالية من هذه النتائج في وضع الفروض وتحليلها وسد الفجوة المعرفية من خلالها ،وتتميز الدراسة الحالية باختلاف تناولها للمتغيرات السابقة حيث تهدف إلى التعرّف على دور المرونة النفسية كمتغيّر معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى السيّدات في منتصف العمر، وتتفق مع الدراسات السابقة في معرفة الفروق وفق(الحالة الاجتماعية) لدى عينة الدراسة

- **فروض الدراسة** :

بعد عرض المفاهيم الخاصة بالمرونة النفسية وأزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي في منتصف العمر ، ونتائج الدراسات السابقة بهذا الصدد ، يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:

- توجد مسارات دالة إحصائيا للمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السيّدات في منتصف العمر.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر لدى عينة الدراسة.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة.
- توجد علاقة دالة إحصائيا بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة -أرملة).
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة علي مقياس أزمة منتصف العمر تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة -أرملة).
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس الفراغ الوجودي تبعا لمتغيرالحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة -أرملة).

• منهج الدراسة وإجراءاتها

• **منهج الدراسة** :

استُخدم المنهج الوصفي بشقيه (الارتباطي و المقارن) وذلك لمناسبته لتحقيق أهداف الدراسة.

• **مجتمع الدراسة والعيّنة** :

شمل مجتمع الدراسة النساء السعوديات في مرحلة منتصف العمر في المدى العمري من ٣٥ – ٦٥ سنة .

واشتملت الدراسة على عينتين كما يلي :

- عينة الدراسة الاستطلاعية: تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٠٠) سيدة سعودية روعي عند اختيارهن ان يكن في المدي العمري من (٣٥ – ٦٥) سنة بمتوسط عمري مقداره (٤٣,٦٧)وانحراف معياري قدره(٧,٦٢)عاما وتم تطبيق أدوات الدراسة الحالية للتأكد من صدقها وثباتها .
- عينة الدراسة الأساسية : تم تجميع بيانات عينة الدراسة من خلال الاستبيانات الموزعة الكترونيا على عدد (٤٥٠)سيدة استُبعد منهن(٤١) سيدة لعدم انطباق شروط العينة عليهن (المدي العمري من ٣٥ – ٦٥ سنة ، وأن تكون الجنسية سعودية) وبلغ عدد العينة في صورتها النهائية (٤٠٩) في المدي العمري من(٣٥ – ٦٥) سنة بمتوسط عمري قدره(٤٦,٥) وانحراف معياري قدره(٦,٣)عاما ويوضح الجدول التالي توزيع عينة الدراسة وفقا للمتغيرات الديموغرافية.

جدول (١): توصيف عينة الدراسة

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
الحالة الاجتماعية Marital Status	متزوج	359	87.8
	أعزب	13	3.2
	أرمل	12	2.9
	مطلقة	25	6.1
المستوى التعليمي Educational level	دراسات عليا	50	12.2
	جامعي	313	76.5
	ثانوي	42	10.2
	غير متعلم	4	0.98

من خلال الجدول يتضح أن عدد المتزوجات ٣٥٩ (٨٧,٨٪) وعدد العزباوات ١٣ (٣,٢٪) بينما عدد المطلقات ٢٥ (٦,١٪) وعدد الأرامل بلغ ١٢ (٢,٩٪) ، وهذا يدل على أنّ الغالبية العظمي من عينة الدراسة متزوجات ،وهذا يرجع إلي المرحلة العمرية للعينة ولطبيعة المجتمع السعودي الذي يُعطي أهمية كبرى للزواج وتكوين أسرة . كما يظهر ارتفاع المستوى التعليمي للعينة فقد بلغت نسبة مستوى الدراسات العليا (١٢,٢٪)، ومستوى الجامعيات (٧٦,٥٪) أما الثانويات فيمثلن (١٠٪) من العينة ، والأميات لاتتجاوز نسبتهن (٠,٩٨٪).

• **أدوات الدراسة** :

• **مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر** : **اعداد ريان وكالتابيانو** (٢٠٠٩)

تم ترجمته للغة العربية وعرضه على الخبراء لتدقيقه لغويا وعلميا، ويتكون المقياس من (٢٥) فقرة تتمثّل في خمسة أبعاد وهي :الكفاءة الذاتية ، الدعم الاسري والاجتماعي، المثابرة ، الضبط الداخلي ، القدرة على التكيف . تتراوح الدرجات ما بين (٠ -٤) وفقا لمقياس ليكرت الخماسي على النحو التالي: (٤ - أوافق تماما) (٣ – أوافق) ،، (٢ - محايد) ، (١ – لا أوافق) ،(صفر – لا أوافق تماما) ، أما الفقرات العكسية وهي (٦، ١٢، ١٣، ١٧، ١٩، ٢٠، ٢٣) فتُصحّح على النحو التالي: (٠ - أوافق تماما) ، (١– أوافق) ، (٢ - محايد) ، (٣ – لا أوافق) ، (٤ – لا أوافق تماما) ، وبذلك تتراوح درجات المستجيبين ما بين (٠ -١٠٠) وكلما ارتفعت الدرجة فإنها تعكس مرونة أعلى .

• **الخصائص السيكومترية للمقياس** :

بالنسبة للصدق فقد تم إجراء التحليل العاملي وقد ظهرت سبع عوامل وتم الإبقاء على خمس عوامل وهي : الكفاءة الذاتية ونسبة التباين (١٧,٢٦٪)،(الاستفادة من الدعم الاجتماعي والأسري ونسبة التباين(١١,١٦٪)، المثابرة ونسبة التباين(٩,٢٪)،الضبط الداخلي ونسبة التباين(٨,٩٦٪)،القدرة على التكيف ونسبة التباين(٥،٩٣٪)، بالإضافة إلى صدق الارتباط بمحك وهو مقياس كونور -ديفيدسون (CD-RISC,2003)وقد بلغ معامل الارتباط(٠،٨١) عند مستوى معنوية (٠،١)ودلت النتائج على أن المقياس يتمتّع بدرجة عالية من الصدق . كما تم التحقق من الثبات عن طريق معامل الفا كرونباخ الذي بلغ (٨٧،)وطريقة التجزئة النصفية وبلغت قيمة معامل سبيرمان براون (٠،٨٨)وتدل النتائج على أن المقياس يحظى بدرجة عالية من الثبات .

• **صدق وثبات المقياس** :

للتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس تم تطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية السابق الاشارة إليها للتأكد من صدق وثبات الأداة كما يلي :

• **أولا** : **الصدق** Valid:

للتحقّق من أن مقياس أزمة منتصف العمر يتمتّع بالصدق وأنّه يقيس ما وُضع لقياسه استُخدم صدق الاتساق الداخلي بالإضافة إلى التحليل العاملي .

• **صدق الاتساق الداخلي** Internal Consistency :

لاستخراج صدق الاتساق الداخلي قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط بيرسون بين كل من : درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، و درجة كل بعد من ابعاد المرونة النفسية في منتصف العمر (الكفاءة الذاتية ، الدعم الاسري والاجتماعي، المثابرة، الضبط الداخلي و القدرة على التكيف) والدرجة الكلية للمقياس . والجدولان (٢) ، (٣) يوضحان هذه النتائج :

جدول (٢) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه بمقياس المرونة النفسية في منتصف العمر

البعد	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط
الكفاءة الذاتية	1	.703**	4	.658**	15	.566**	24	.532**
	2	.668**	8	.685**	18	.662**	-	-
	3	.616**	9	.676**	20	.416**	-	-
الدعم الأسري والاجتماعي	5	.674**	11	.651***	16	.686**	25	.403**
المثابرة	6	.491**	17	.531*	10	.712**	13	.624**
الضبط الداخلي	7	.586**	22	.664**	23	.652**	-	-
القدرة على التكيف	12	.653**	14	.626**	19	.603**	21	.571**

◆◆ معاملات دالة عند مستوي معنوية ٠,٠١

من جدول (٢) يتضح أن معاملات الارتباط بين فقرات أبعاد مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر والدرجة الكلية علي البعد الذي تنتمي إليه تراوحت ما بين ٠,٤٠٣ – ٠,٧١٢ وجميعها معاملات موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية .

جدول (٣) :معاملات ارتباط بيرسون بين ابعاد مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر والدرجة الكلية

الأبعاد	معامل الارتباط
الكفاءة الذاتية	0.794**
الاستفادة من الدعم الاسري والاجتماعي	0.730**
المثابرة	0.924**
الضبط الداخلي الضبط الداخلي	0.847**
القدرة على التكيف	0.784**

◆◆معاملات دالة عند مستوي معنوية ٠,٠١

من خلال جدول (٣) يتضح أن معاملات ارتباط جميع أبعاد مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر بالدرجة الكلية على المقياس دالة عند مستوي ٠,٠١ ، وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق تجعلنا على ثقة من نتائجه.

- **التحليل العاملي التوكيدي** Confirmatory Factor Analysis (CFA)

تم حساب التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المرونة النفسية في منتصف العمر حيث تم حساب درجات التشبع لكل متغير، ثم حساب الصدق التمييزي والتقاربي -بالاعتماد على درجة الأعتمادية المركبة CR ومتوسط التباينات المفسرة AVE -لكل بُعد من أبعاد المقياس (الكفاءة الذاتية والدعم الأسري والأجتماعي والمثابرة والضبط الداخلي والقدرة علي التكيف). فالبُعد الذي تقل قيمة الأعتمادية المركبة له عن 0.6 يتم حذفه من المقياس كذلك فإن البُعد الذي يقل فيه متوسط التباينات المفسرة عن 0.5 يتم حذفه أيضا من المقياس.

يتضح من الجدول (٤) أن قيم الصدق والثبات المتمثلة في الاعتمادية المركبة CR ومتوسط التباينات المفسرة AVE لأبعاد مقياس المرونة النفسية معيارية حيث أنها تجاوزت الحد الأدنى المعياري. بينما ظهر أنّ قيم التشبّعات (التقديرات المعيارية) لكلا من الفقرة(٢٠ وَ ٢٥) أقل من 0.6 لذا وجب حذفهم من النموذج.

جدول (٤): التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر (PR)

الأبعاد	الفقرات	التقديرات المعيارية	التقديرات اللامعيارية	الخطأ المعياري	المعنوية المحسوبة	الأعتمادية المركبة	متوسط التباينات المفسرة
الكفاءة الذاتية	PR1	.660	1.950	.344	0.000	0.769	0.500
	PR2	.656	1.485	.273	0.000		
	PR8	.738	1.918	.331	0.000		
	PR9	.736	2.021	.349	0.000		
	PR20	◆.307	1.000				
الدعم الأسري والأجتماعي	PR11	.603	2.937	.832	0.000	0.618	0.520
	PR16	.603	2.929	.830	0.000		
	PR25	◆.251	1.000				
المثابرة	PR17	.608	1.000			0.681	0.510
	PR10	.681	2.034	.332	0.000		
الضبط الداخلي	PR7	.981	.133	.069	0.053	0.666	0.500
	PR22	.666	1.000				
القدرة على التكيف	PR19	. 718	1.005	.154	0.000	0.610	0.542
	PR21	.676	1.000				

◆ يتم حذفهم لأن قيمة التشبع أقل من 0.6

• **ثانيا: الثبات** Reliable:

لحساب ثبات مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر تم استخدام طريقتي ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية ،ودرجات البنود الزوجية لعينة الدراسة الاستطلاعية، وبعد ذلك تم تصحيح معاملات الارتباط الناتجة باستخدام معادلة جتمان، و الجدول (٥) يبين ذلك :

جدول(٥) :معاملات الثبات لمقياس المرونة النفسية في منتصف العمر بأبعاده

الابعاد	معاملات الفاكرونباخ	التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح بمعادلة جتمان
الكفاءة الذاتية	0.866	0.796	0.803
الدعم الاسري والاجتماعي	0.717	0.638	0.706
المثابرة	0.724	0.719	0.852
الضبط الداخلي	0.722	0.704	0. 727
القدرة على التكيف	0.692	0.650	0.687
المقياس ككل	0.861	0.850	0.859

من الجدول (٥) أن معاملات ثبات الدرجة الكلية وجميع أبعاد مقياس المرونة النفسية في منتصف العمر تتمتع بمعامل ثبات مقبول حيث تراوحت معاملات الثبات بطريقة ألفاكرونباخ ما بين ٠,٦٩٢ – ٠,٨٦٦ ، في حين تراوحت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية ما بين ٠,٦٣٨ – ٠,٨٥٠ ، وتراوحت هذه المعاملات بعد التعديل باستخدام معادلة جتمان ما بين ٠,٦٨٧ – ٠,٨٥٩ مما يدل علي ان المقياس ككل وجميع أبعاده يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات .

• **مقياس أزمة منتصف العمر : إعداد شيك**(1996)

تم استخدام المقياس بعد ترجمته للعربية ويتكوّن هذا المقياس من (١٥) عبارة تتمثّل في ثلاثة أبعاد وهي : مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات ، ومشكلات منتصف العمر المتعلقة بالآخرين ، و مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة . وقد تم وضع بدائل الإجابة وفقا لأسلوب ليكرت الرباعي : تنطبق علي تماما / تنطبق علي / لا تنطبق علي / لا تنطبق علي تماما ، والتي

تُمنح الأوزان الاتية (٤، ٣، ٢، ١) ، أما الفقرات (١، ٤، ٦، ، ٧، ٨، ١١، ١٤)فتُصحح بطريقة عكسية وتُعطى الأوزان (١، ٢، ٣، ٤) . وتُمثّل الدرجة العالية في مقياس أزمة منتصف العمر وجود هذه الأزمة والعكس صحيح.

- **صدق وثبات المقياس** :

تم التحقق من صدق وثبات المقياس عن طريق : استخراج الصدق البنائي للمقياس وأبعاده الذي أظهر ارتباط البنود بالأبعاد التي تقيسها حيث تراوحت معاملات الارتباط بين(٠،٤٧ -٠،٧٩)، كما ظهر ارتباط أبعاد المقياس بالدرجة الكلية حيث بلغت معاملات الارتباط(٠،٧٨ - ٠،٨٢ - ٠،٧٤). كما تم استخراج ثبات المقياس بطريقة ألفا -كرونباخ للمقياس ، وقد بلغ معامل ثباته (٠،٧١).

- **الخصائص السيكومترية لمقياس أزمة منتصف العمر في الدراسة الحالية** :

تم التحقق من الشروط السيكومترية للمقياس بتطبيقه علي عينة الدراسة الاستطلاعية السابق الاشارة إليها

- **أولا** : **الصدق** :

للتحقّق من أن مقياس أزمة منتصف العمر يتمتّع بالصدق وأنّه يقيس ما وُضع لقياسه استُخدم صدق الاتساق الداخلي بالإضافة إلى التحليل العاملي التوكيدي .

- **صدق الاتساق الداخلي**:

لاستخراج صدق الاتساق الداخلي تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل من : درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، و درجة كل بعد من ابعاد أزمة منتصف العمر(مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالذات ، مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالآخرين و مشكلات منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة) والدرجة الكلية للمقياس. والجدولان (٦) ، (٧) يوضحان هذه النتائج :

جدول (٦)قيم معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه بمقياس أزمة منتصف العمر

أزمة منتصف العمر المتعلقة	فقرات البعد	معامل الإرتباط	فقرات البعد	معامل الإرتباط	فقرات البعد	معامل الإرتباط	فقرات البعد	معامل الإرتباط
بالذات	1	.540**	7	.658**	10	.585**	15	.585**
	5	.658**	9	.610**	11	.536**	-	-
بالآخرين	2	.329**	6	.588**	13	.550**	-	-
	3	.483**	12	.518**	14	.665**	-	-
بالخوف من الشيخوخة	4	.796**	8	.816**	-	-	-	-

◆ معاملات دالة عند مستوي معنوية ٠,٠١

من خلال جدول (٦) يتضح أن معاملات الارتباط بين فقرات أبعاد مقياس أزمة منتصف العمر والدرجة الكلية علي البعد الذي تنتمي إليه تراوحت ما بين ٠,٣٢٩ – ٠,٨١٦ وجميعها معاملات موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية .

جدول (٧) :معاملات ارتباط بيرسون بين ابعاد مقياس أزمة منتصف العمر والدرجة الكلية عليه

الأبعاد	معامل الارتباط
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	0.716**
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالآخرين	0.914**
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	0.879**

◆◆ دالة عند مستوي معنوية ٠,٠١

من الجدول (٧) يتضح أن معاملات ارتباط جميع أبعاد مقياس أزمة منتصف العمر بالدرجة الكلية علي المقياس دالة عند مستوي ٠,٠١ ، وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية .

• **التحليل العاملي التوكيدي** (CFA)

تم حساب درجات التشبع (التقديرات المعيارية والتقديرات اللامعيارية) لكل متغير ثم حساب الصدق (التميزي والتقاربي) لكل بُعد من أبعاد هذا المقياس (أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات وأزمة منتصف العمر المتعلقة بالأخرين وأزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة).

جدول(٨): التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس أزمة منتصف العمر (MC)

الأبعاد	المتغيرات	التقديرات المعيارية	التقديرات اللامعيارية	الخطأ المعياري	المعنوية المحسوبة	الاعتمادية المركبة	متوسط التباينات المفسرة
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	MC5	.708	1.000			0.818	0.561
	MC10	.639	.822	.104	0.000		
	MC11	.179*	.292	.099	0.003		
	MC15	.795	.694	.097	0.000		
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالأخرين	MC2	.067*	1.000			0.625	0.500
	MC3	.656	3.649	3.793	.328		
	MC13	.642	9.934	10.159	.٠33		
	MC14	.724	7.380	7.580	.339		
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	MC4	.672	.207	.217	.339	0.877	0.835
	MC8	.663	1.000				

◆ يتم حذفهم لأن قيمة التشبع أقل من 0.6

يتضح من الجدول اعلاه أن(٢، الصدق والثبات لأبعاد مقياس أزمة منتصف العمر المتمثلة في الاعتمادية المركبة CR ومتوسط التباينات المفسرة AVE معيارية حيث أنها تجاوزت الحد الأدنى المعياري. ويتم حذف كلا من الفقرة (٢ ،١١) لأن قيم التشبع (التقديرات المعيارية) أقل من 0.6.

• **ثانيا: الثبات**:

لحساب ثبات مقياس أزمة منتصف العمر استُخدمت طريقتي ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية ،ودرجات البنود الزوجية لعينة الدراسة الاستطلاعية، وبعد ذلك تم تصحيح معاملات الارتباط الناتجة باستخدام معادلة جتمان، و الجدول (٩) يوضح هذه النتائج :

جدول (٩)معاملات الثبات لمقياس أزمة منتصف العمر بأبعاده

الابعاد	معاملات الفاكرونباخ	التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح بمعادلة جتمان
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	0.821	0.766	0.790
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالآخرين	0. 675	0.656	0.699
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	0.661	0.661	0.662
المقياس ككل	0.719	0.610	0.641

يتضح من خلال الجدول (٩) أن معاملات ثبات الدرجة الكلية وجميع أبعاد مقياس أزمة منتصف العمر تتمتع بمعامل ثبات مرتفع حيث تراوحت معاملات الثبات باستخدام طريقة ألفا كرونباخ ما بين ٠,٦٦١ – ٠,٨٢١، في حين تراوحت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية ما بين ٠,٦١ – ٠,٧٦٦ ، وبعد التصحيح باستخدام معادلة جتمان تراوحت معاملات الثبات ما بين ٠,٦٤١ – ٠,٧٩٠ مما يدل علي ان المقياس ككل وجميع أبعاده يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات مما يطمئن باستخدامه في الدراسة الآتية:.

- **مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر** :

قامت الباحثة بتصميم مقياس الفراغ الوجودي للأفراد في منتصف العمر لعدم وجود مقياس يقيس هذا المتغير للبالغين في منتصف العمر - في حدود علم الباحثة -ويشمل المقياس (٢٩) عبارة تتوزّع على الأبعاد الآتية :

- بُعد اللامعنى ويشمالفقرات: :(١،٤، ٥، ٩، ١٤، ١٦، ٢٠، ٢٢، ٢٣، ٢٧)
- بُعد الملل: ويشمل الفقرات : (٢،٨، ١٠، ١٥، ٢٦، ٢٨)
- بُعد العُزلة:يأس: ويشمل الفقرات: (٣، ٧، ١١، ١٣، ١٧، ١٩، ٢٤)
- بُعد العُزلة : ويشمل الفقرات : (٦،١٢، ١٨، ٢١، ٢٥، ٢٩)

أولا: بدائل الاجابة وفقا لمقياس ليكرت الخماسي بحيث تُوضع الدرجات وفق الترتيب الآتي :(٤ - أوافق تماما) ،(٣ – أوافق) ،، (٢ - محايد)، ، (١ – لا أوافق) ،(صفر – لا أوافق تماما) ، أما الفقرات العكسية وهي (٢ - ٧ - ٩ - ١٠ - ١٦ - ١٩ - ٢٣ - ٢٩) فتُصحّح وفق الترتيب : (صفر -أوافق تماما) ، (١ – أوافق)،(٢ - محايد) ، (٣ – لا أوافق) ،(٤ – لا أوافق تماما)، وبهذا تتراوح اجابات المفحوصين بين (٠ -١١٦) ، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع مستوى الفراغ الوجودي لدى الفرد .

- **صدق وثبات مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر** :

للتحقق من صدق وثبات المقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة الدراسة الاستطلاعية السابق الاشارة إليها وكانت النتائج كما يلي :

- **أولا** : **الصدق** :

للتحقّق من أن مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر يتمتّع بالصدق وأنّه يقيس ما وُضع لقياسه تم استخدام ثلاثة أنواع من الصدق وهي : الصدق الظاهري و صدق الاتساق الداخلي بالإضافة إلى التحليل العاملي بنوعيه الاستكشافي والتوكيدي .

• **الصدق الظاهري** Face Validity:

وقد تحقق الصدق الظاهري للأداة بعرض فقراته وأبعاده على عدد من المحكمين المتخصّصين في الإرشاد والقياس النفسي، وقد تم حساب النسبة المئوية لآراء السادة المحكّمين على بنود المقياس وتتراوح النسب المئوية لاتفاق السادة المحكمين على البنود بين (٧٠ -١٠٠٪) واستنادا على آراء المحكمين تم قبول (٢٩) عبارة من أصل(٣١) عبارة مع اقتراح التعديل على بعضها.

• **صدق الاتساق الداخلي** :

لاستخراج صدق الاتساق الداخلي تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل من : درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ، و درجة كل بعد من أبعاد الفراغ الوجودي في منتصف العمر (اللامعنى ، الملل ، العجز واليأس ، والعزلة) والدرجة الكلية للمقياس. والجدولان (١٠) ، (١١) يوضحا هذه النتائج :

جدول (١٠):قيم معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي إليه بمقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر

البعد	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط	فقرات البعد	معامل الارتباط
اللامعنى	1	.603**	9	.427**	20	.742**	27	.692**
	4	.685**	14	.686**	22	.654**	-	-
	5	.723**	16	.510**	23	.649**	-	-
الملل	2	.669**	10	.450**	26	.762**	-	-
	8	.785**	15	.762**	28	.817**	-	-
العجز واليأس	3	.706**	11	.739**	17	.707**	24	.654**
	7	.432**	13	.701**	19	.589**	-	-
العزلة	6	.670**	18	.765**	25	.763**	-	-
	12	.590**	21	.661**	29	.476**	-	-

◆◆ معاملات دالة عند مستوي معنوية ٠,٠١

من جدول (١٠) يتضح أن معاملات الارتباط بين فقرات أبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر والدرجة الكلية علي البعد الذي تنتمي إليه تراوحت ما بين ٠,٤٢٧ — ٠,٨١٧ وجميعها معاملات موجبة ودالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية .

جدول (١١):معاملات ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر والدرجة الكلية

الأبعاد	معامل الارتباط
اللامعنى	0.942**
الملل	0.894**
العجز واليأس	0.895**
العزلة	0.889**

◆◆معاملات دالة عند مستوى معنوية ٠,٠١

من الجدول (١١) يتضح أن معاملات ارتباط جميع أبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر بالدرجة الكلية علي المقياس دالة عند مستوى ٠,٠١ وبذلك يتضح ان المقياس يتسم بقدر من الصدق يسمح بتطبيقه في الدراسة الحالية .

• **التحليل العاملي الاستكشافي** Exploratory Factor Analysis (EFA) :

في جدول (١٢) نستعرض نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر حيث تم حساب درجات التشبع لكل فقرة (من ١ – ٢٩) ثم حساب الصدق (التميزي والتقاربي) كما ورد أعلاه ودرجة اعتمادية كل بُعد من أبعاد هذا المقياس (اللامعني والملل والعجز واليأس والعزلة).

جدول (١٢): التحليل العاملي الاستكشافي لأبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر (EV)

البُعد	الفقرات	درجة التشبع	الاعتمادية المركبة	متوسط التباينات المفسرة	البُعد	الفقرات	درجة التشبع	الاعتمادية المركبة	متوسط التباينات المفسرة
اللامعنى	EV1	.237**	0.830	0.540	العجز واليأس	EV3	.467**	0.698	0.537
	EV4	.640				EV7	.400**		
	EV5	.699				EV11	.616		
	EV9	.314**				EV13	.645		
	EV14	.686				EV17	.111**		
	EV16	.510**				EV19	.540**		
	EV20	.732							
	EV22	.605							
	EV23	.236**				EV24	.717		
	EV27	.655							
الملل	EV2	.617	0.815	0.570	العزلة	EV6	.495**	0.667	0.501
	EV8	.620				EV12	.345**		
	EV10	.408**				EV18	.715		
	EV15	.715				EV21	.368**		
	EV26	.740				EV25	.700		
	EV28	.727				EV29	.567**		

◆◆ يتم حذفهم من التحليل لأن قيمة التشبع أقل من 0.6

يتضح من الجدول اعلاه أن قيم درجات التشبع كلها كانت معيارية ماعدا بعض المتغيرات التي قيم التشبع لها أقل من 0.6 كما هو موضح بالجدول أعلاه حيث أن قيم درجات التشبع لها تقل عن 0.6 لذا وجب حذفها من التحليل. بينما كانت كلا من درجة الاعتمادية المركبة CR و متوسط التباينات المفسرة AVE معيارية حيث أنها تجاوزت الحد الأدنى المعياري لجميع الفقرات .

• **التحليل العاملي التوكيدي** : (CFA)

يعرض جدول (١٣) نتائج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر حيث تم حساب درجات التشبع لكل متغير ثم حساب الصدق (التميزي والتقاربي) لكل بُعد من أبعاد هذا المقياس (اللامعنى والملل والعجز واليأس والعزلة). ويتضح من الجدول (١٣) أن قيم الصدق والثبات المتمثّلة في الاعتمادية المركبة CR ومتوسط التباينات المفسرة AVE لأبعاد مقياس الفراغ الوجودي معيارية حيث أنها تجاوزت الحد الأدنى المعياري لجميع الفقرات. بينما قيم التشبعات لكلا من الفقرتين EV2, EV22 أقل من 0.6 لذا وجب حذفهم من النموذج. واستنادا على التحليلين العاملي الاستكشافي والتوكيدي فإنه تم حذف البنود التالية (١، ٢، ٣، ٦، ٧، ٩، ١٠، ١٢، ١٦، ١٧، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٩) .

جدول (١٣): التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر

الأبعاد	الفقرات	التقديرات المعيارية	التقديرات اللامعيارية	الخطأ المعياري	المعنوية المحسوبة	الاعتمادية المركبة	متوسط التباينات المفسرة
اللامعني	EV4	.625	1.000			0.822	0.536
	EV5	.684	1.096	.093	0.000		
	EV14	.678	1.041	.089	0.000		
	EV20	.729	1.096	.089	0.000		
	EV22	◆.582	1.095	.106	0.000		
	EV27	.656	1.082	.095	0.000		
الملل	EV2	◆.302	1.000			0.808	0.514
	EV8	.637	3.254	.576	0.000		
	EV15	.719	3.773	.653	0.000		
	EV26	.755	3.261	.560	0.000		
	EV28	.750	3.767	.647	0.000		
العجز واليأس	EV11	436.	1.000			0.697	0.524
	EV13	.617	1.190	.120	0.000		
	EV24	.687	1.032	.097	0.000		
العزلة	EV18	.745	1.000			0.712	0.533
	EV25	.742	1.009	.071	0.000		

◆ يتم حذفهم لأن قيمة التشبع أقل من 0.6

- **ثانيا: الثبات** :

لحساب ثبات مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر استخدمت الباحثة طريقتي ألفا كرونباخ و التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية ،ودرجات البنود الزوجية لعينة الدراسة الاستطلاعية، وبعد ذلك تم تصحيح معاملات الارتباط الناتجة باستخدام معادلة جتمان، و الجدول (١٤) يبين ذلك :

جدول (١٤) :معاملات الثبات لمقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر بأبعاده

الأبعاد	معاملات ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية	معامل الثبات بعد التصحيح بمعادلة جتمان
اللامعنى	0.878	0.756	0.846
الملل	0.811	0.683	0.798
العجز واليأس	0.845	0.761	0.790
العزلة	0.742	0.590	0.739
المقياس ككل	0.936	0.872	0.957

يتضح من جدول (١٤) أن معاملات ثبات الدرجة الكلية وجميع أبعاد مقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر تتمتع بمعامل ثبات مقبول حيث تراوحت معاملات الثبات بطريقة ألفاكرونباخ ما بين ٠,٧٤٢ – ٠,٩٣٦ ، وتراوحت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية ما بين ٠,٥٩٠ – ٠٨٧٢ ، وبعد التعديل بمعادلة جتمان تراوحت معاملات الثبات ما بين ٠,٧٣٩ – ٠,٩٥٧مما يدل على ان المقياس وجميع أبعاده يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات.

- **الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة** :

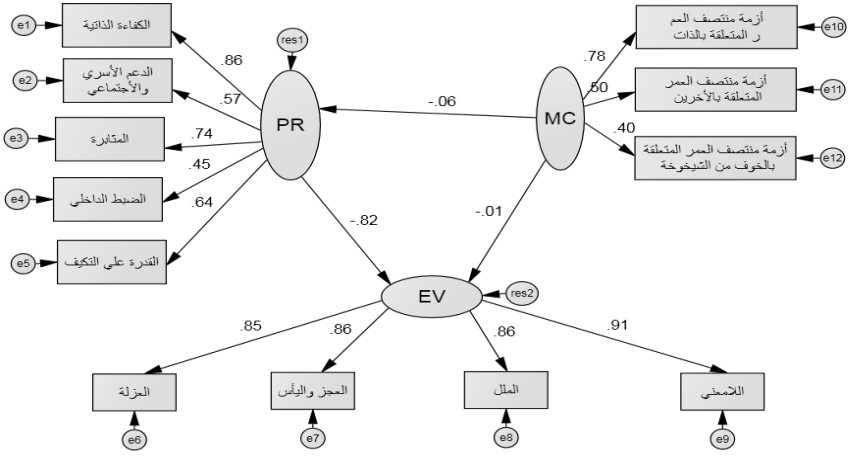
◀◀ تحليل المسار *Path Analysis* : للتعرف على دور المرونة النفسية كمتغيّر معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى العينة .

- معامل الارتباط*ANOVA*: : للتعرف على العلاقات بين كل من المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي .
- تحليل التباين *ANOVA* : للتعرّف على الفروق تبعا للحالة الاجتماعية في متوسطات أزمة منتصف العمر وأبعادها.
- اختبار *LSD* : للمقارنة اوتفسيرها: متوسطات أبعاد أزمة منتصف العمر تبعاً للحالة الاجتماعية .

- **نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها** :

- **نتيجة الفرض الأول والذي ينص على " توجد مسارات دالة إحصائيا للمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السيّدات في منتصف العمر.**

وللتحقق من صحة الفرض تم بناء نموذج سببي (casal Model) بناء على أساس نظري من خلال مراجعة واستقراء النماذج والدراسات ذات الصلة وتحديد أهم المتغيّرات المرتبطة بها، واختبار وضعها في النموذج باستخدام أسلوب تحليل المسار Path Analysisببرنامج IBM SPSS AMOS v24 كما هو موضّح في الشكل (١):



شكل (١): نموذج تحليل مسار المرونة النفسية متغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر و الفراغ الوجودي

وهناك مجموعة من المعايير أو المؤشرات أو المحك التي تصف نماذج تحليل المسار بشكل عام وتسمى بجودة توفيق النموذج goodness of fit أو مؤشرات حسن المطابقة لنموذج تحليل المسار والتي ان لم تتحقق في النموذج فأن النموذج يصبح فقير أو لا يرقي إلى تقدير واختبار الفرضيات الاحصائية (Hair et al., 2010). وفي الجدول التالي عرض لأهم هذه المعايير او المحكات والقيم المعيارية لها ثم مقارنتها بالقيم المحسوبة من النموذج محل الدراسة .

جدول (١٥): مؤشرات حسن المطابقة للنموذج

المعيار أو المحك	القيمة المعيارية	القيمة المحسوبة	الملائمة
مربع كا/ درجات الحرية	تنحصر بين ١ إلى ٣	1.420	ملائم
المعنوية المحسوبة (Sig)	أكبر من 0.05	0.108	ملائم
مؤشر حسن المطابقة Goodness of Fit Index (GFI)	أكبر من 0.90	0.90	ملائم
مؤشر حسن المطابقة المصحح Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)	أكبر من 0.90	0.91	ملائم
مؤشر المطابقة المقارن Comparative Fit Index (CFI)	أكبر من 0.90	0.93	ملائم
مؤشر جذر متوسط مربعات خطأ الاقتراب Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)	اقل من 0.05	0.045	ملائم

من الجدول (١٥) يتضح أن النموذج ملائم لتطبيق اختبارات الفرضيات الإحصائية حيث أن كل المؤشرات او المحكات كانت ملائمة بعد اجراء عمليات التحسين على النموذج Modification indices . وبذلك يمكن التحقق من الفرض من خلال نتائج تحليل المسار لبيان الأثر غير المباشر للفراغ الوجودي وعلاقته بأزمة منتصف العمر بوجود المرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة و ذلك باستخدام حزمة AMOS المضافة إلى الحزمة الإحصائية IBM SPSS كما في الجدول (١٦):

جدول (١٦): اختبار العلاقة بين أزمة منتصف العمر و الفراغ الوجودي في وجود المرونة النفسية كمتغير معدل (وسيط) للعلاقة

التأثير	مسار العلاقة	التقديرات المعيارية	التقديرات اللامعيارية	الخطأ المعياري	المعنوية المحسوبة
التأثير الإجمالي Total Effect	أزمة منتصف العمر ---> الفراغ الوجودي	0.038	0.008	0.009	0.028
التأثير غير المباشر Indirect effect	أزمة منتصف العمر ---> المرونة النفسية ---> الفراغ الوجودي	0.050	0.010	0.314	0.000

وقد ظهرت العلاقة غير المباشرة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي في وجود المرونة النفسية كمتغير معدّل (وسيط) للعلاقة، حيث أن مقدار التأثير 0.010 وهو تأثير إيجابي للعلاقة وهذا معناه أنه توجد مسارات دالة احصائيا للمرونة النفسية كمتغير معدّل للعلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة من السيدات في منتصف العمر.

وهذه النتيجة تدل على أن السيّدة التي تتمتّع بمرونة نفسية عالية فإنها تستطيع التعامل مع التغيّرات الفسيولوجية والنفسية التي تحدث لها في منتصف العمر وبالتالي تنخفض لديها أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي المرتبط بها .

وتتفق هذه النتيجة مع دراستي (السيد،٢٠١٧) و(Bhatti&shah,2017) فقد دلّت هذه الدراسات على أهمية دور المرونة النفسية الوسيط في مواجهة أي أزمات أو ضغوطٍ يمر بها الفرد، وترى الباحثة أن في مرحلة منتصف العمر تظهر الحاجة الملحة إلى المرونة النفسية نظرا لعدم تقبّل السيدة التغيرات التي تطرأ عليها في هذه المرحلة ، كما أنّ هذه التغيّرات جاءت بعد فترة طويلة من

الاستقرار والانهماك في الادوار التي كانت تقوم بها في مرحلة الشباب . والتي تؤدي إلى اتجاهين وهما الشعور بالنّدم على عدم تحقيق معنى الحياة الذي كانت تطمح إليه أو الشعور بعدم ملاءمة المعنى السابق للمرحلة والأدوار الجديدة التي ينبغي التكيّف معها فتنخفض قيمة المعنى لدى الشخص ويكون أكثر عرضة للفراغ الوجودي .

ويرى بيكر(Becker,2006) أن في هذه الفترة يزداد البحث مجدّدا عن معنى الحياة الذي يواجه الفرد مع مسائل الحرية والمسؤولية جنبا إلى جنب مع الشعور المؤلم بالعزلة والمحرّك الأول لهذه المسائل الوجودية هي مسألة (مواجهة الموت والفناء). كما نستدل من خلال نظرية بيك Peck في تفسيرها لأزمة منتصف العمر التي وضّحت الدور الفعّال للمرونة النفسية في القدرة علي اكتشاف معنى الحياة الجوهري للسيدة في هذه المرحلة ، حيث أن النظرية أكدت على أن المرونة العقلية والانفعالية تساعد الأفراد في مرحلة منتصف العمر على الانفتاح على الخبرات الجديدة والأدوار الجديدة والقدرة على التكيف أثناء التعرّض لفقدان أو تدهور بعض هذه العلاقات وبالتالي الوصول إلى الحكمة والجانب المميّز لدى الفرد (صادق و أبوحطب،٢٠١٧).

ومن هنا نرى أهمية تعزيز المرونة النفسية لخفض أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي ، وتؤكد الباحثة على ضرورة إكساب السيدة في مرحلة منتصف العمر المهارات اللازمة لرفع مستوى المرونة النفسية لديها عن طريق برامج إرشادية متخصصة ، فالمرونة ليست سمة وإنما عملية يمكن اكتسابها عن طريق التدريب والممارسة .

- **الفرض الثاني والذي ينص على** : "**توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر لدى عينة الدراسة**".

وقد تم استخدام معامل الارتباط(بيرسون) للتحقق من الفرض كما في الجدول (١٧):

جدول (١٧): معاملات الارتباط بين أزمة منتصف العمر والمرونة النفسية

الابعاد	الكفاءة الذاتية	الدعم الأسري والاجتماعي	المثابرة	الضبط الداخلي	القدرة على التكيف	الدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	-.033	-.033	-.012	-.045	-.003	-.036
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالأخرين	-.012	-.049	0.02	0.004	0.033	-.004
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	-.063	-.070	-.126*	-.028	-.028	-.086
الدرجة الكلية لأزمة منتصف العمر	-.053	-.075	-.056	-.035	0.002	-.062

◆ معنوي عند مستوي معنوية ٠,٠٥

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أن وجود الأزمة لا يرتبط بالمرونة النفسية فالشخص قد يصل إلى الأزمة رغم وجود قدر كاف من المرونة النفسية وحسب دراسة (الحربي والحريقي ،٢٠١٤)فقد ترجع الأزمة للأسباب الفسيولوجية

والنفسية والأسرية والمهنية والاجتماعية لدى الفرد، وتؤيدها في هذه النتيجة العديد من الدراسات مثل دراسة بيرغ وآخرون(Berg et al.,2017) ،و (سمارة ٢٠١٨) وحيث أنه لا توجد دراسات سابقة تؤكد وجود هذه العلاقة أو تنفيها فقد تم اللجوء إلى الاستدلال من خلال علاقة المرونة النفسية بمتغير العمر ، فقد وجدت دراسة (فايد،٢٠١٣) علاقة سالبة بين المرونة النفسية والعمر الزمني، أي أنّه كلما زاد العمر الزمني قلّت المرونة النفسية ، وفي المقابل لم تجد دراسة (السيد،٢٠١٧) أثر لمتغير العمر في مستوى المرونة النفسية. وهذا يعني أنه لا يُمكن التأكيد على أن مستوى المرونة النفسية يتأثّر بالتغيرات في هذه المرحلة العمرية . وبذلك نستطيع القول بعدم وجود علاقة بين المرونة النفسية وأزمة منتصف العمر.

وترى الباحثة أن المرونة النفسية لا ترتبط بوجود الأزمة بشكل مباشر ولكنها تتفاعل مع المتغيرات الأخرى وتؤدّي إلى تخطي الأزمة بنجاح أي أنها تعمل دور العامل الوسيط لخفض الأزمة عن طريق علاقتها مع المتغيرات الأخرى كما تؤكده النتائج السابقة من الدراسة .

وبالنسبة لوجود علاقة دالّة بين مشكلات أزمة منتصف العمر المتعلّقة بالخوف من الشيخوخة والمثابرة، فقد ترجع هذه النتيجة إلى أن الخوف من الشيخوخة والقلق من تراجع القدرات الجسمية والمعرفية يورث شعور العجز واليأس فتنخفض لديه المثابرة و الرغبة في الكفاح من أجل إعادة التوازن للحياة بعد الشدائد ، وبالنسبة للمرأة فإن المخاوف المتعلقة بالشيخوخة قد ترتبط بفقدان الدور الإنجابي ، وتتفق دراستي (Gaydosh, et al.,2019) ، (Hakansson, et al., 2014) على وجود مشاعر اليأس في مرحلة منتصف العمر، وقد وجدتها (Hakansson, et al., 2014) مرتبطة بأعراض الضعف الإدراكي أو المعرفي ، وبذلك فإن ارتفاع الخوف من الشيخوخة يؤدي إلى الشعور بالعجز واليأس الذي يؤدي بدوره إلى انخفاض مستوى المثابرة.

- **نتيجة الفرض الثالث والذي ينص على: "توجد علاقة دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة".**

وقد تم التحقق من الفرض من خلال تحليل الارتباط (باستخدام معامل ارتباط بيرسون) بين المرونة النفسية والفراغ الوجودي كما في الجدول (١٨):

جدول (١٨): معاملات الارتباط بين الفراغ الوجودي والمرونة النفسية

الابعاد	الكفاءة الذاتية	الدعم الأسري والاجتماعي	المثابرة	الضبط الداخلي	القدرة على التكيف	المرونة النفسية الدرجة الكلية
اللامعنى	-.466**	-.393**	-.460**	-.290**	-.433**	-.569**
الملل	-.436**	-.327**	-.404**	-.163**	-.441**	-.500**
العجز واليأس	-.426**	-.291**	-.466**	-.260**	-.427**	-.520**
العزلة	-.317**	-.409**	-.331**	-.112*	-.324**	-.412**
الفراغ الوجودي الدرجة الكلية	-.477**	-.400**	-.476**	-.243**	-.469**	-.577**

♦معنوي عند مستوي معنوية ٠,٠٥ ♦♦ معنوي عند مستوي معنوية ٠,٠١

وتتفق دراستي يونج وآخرون(Jung et al.,2013)، وبحاتي وشاه (Bhatti&shah,2017) مع هذه النتيجة حيث وجدتا علاقة إيجابية دالة بين المرونة النفسية ومعنى الحياة ، وبالتالي فإن المرونة النفسية ترتبط بالفراغ الوجودي بعلاقة سلبية كما ظهر في هذه النتيجة.

وتفسّر الباحثة وجود العلاقة بين المرونة النفسية ومعنى الحياة بأنّ المرونة النفسية تتغذّى على المعنى إذ أنها تعني التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والمعنى من الحياة يمدّ الفرد بقيمة هذه القدرة ، ومعنى الحياة يتغذّى كذلك على المرونة النفسية إذ أن الفرد الذي يتمتّع بالمرونة النفسية في الشدائد والمحن سيشعر بمعنى المعاناة الذي يُقوّي معنى الحياة ، طبقا لما وصفه فرانكل بأن معنى الحياة يمكن اكتشافه عن طريق ثلاث موارد : معنى العمل ، معنى القيم (مثل الحب) ، معنى المعاناة بأن يعيش المرء حالة من المعاناة يستشعر من خلالها مسئوليته في الحياة فيسمو على آلامه (فرانكل،٢٠١٢)، ومن خلال هذه العلاقة فإن الفراغ الوجودي في مرحلة منتصف العمر يُمكن أن يُضعِف مستوى المرونة النفسية فلا يستطيع الفرد التوافق مع أزمة منتصف العمر ، أو أن يُؤدي تعزيز المرونة النفسية إلى انخفاض مستوى الفراغ الوجودي في منتصف العمر .

- **الفرض الرابع والذي ينص على**: "**توجد علاقة دالة إحصائيا بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي لدى عينة الدراسة** ".

وقد تم التحقق من هذا الفرض من خلال تحليل الارتباط (باستخدام معامل ارتباط بيرسون) بين الفراغ الوجودي وأزمة منتصف العمر كما في الجدول (١٩):

جدول (١٩): معاملات الارتباط بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي

الابعاد	اللامعني	الملل	العجز واليأس	العزلة	الفراغ الوجودي الدرجة الكلية
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	0.012	0.058	-.004	0.007	0.024
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالأخرين	-.015	0.053	-.037	0.028	0.009
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	0.034	0.047	0.063	.151**	0.072
أزمة منتصف العمر(الدرجة الكلية)	0.015	0.08	0.009	0.089	0.052

◆◆ معنوي عند مستوي معنوية ٠,٠١

من خلال هذه النتيجة يتضح أن العلاقة بين أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي غير دالّة وتختلف هذه النتيجة مع النظريات التي وجدت أن المسائل الوجودية وضرورة وجود معنى للحياة لها أهمية خاصة في هذه المرحلة ويفسر كل من تراما و فينوس (Trama&Venus,2012) أن الأزمة التي أشار إليها اريكسون (الإنتاجية مقابل الركود) بأن الشخص الذي يسعى إلى تحقيق معنى في الحياة فإنه يتجه نحو الإنتاجية، بينما الشخص الذي يفتقر إلى المعنى في الحياة يتحرك نحو الركود، أي إدراك حياته على أنها وصلت إلى طريق مسدود

وبالنسبة لعلاقة مشكلات أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة فقد ظهر ارتباطها بالعزلة، وهذه النتيجة تتفق مع العديد من النظريات مثل نظرية يونج وأريكسون ونيوغارتن بأن الفرد في هذه المرحلة ينمو لديه الوعي بمحدودية العلاقات مع الآخرين ويتّجه إلى التفرّد Individuation حسب وصف يونج و التوجّه المتزايد نحو الداخل Interiorityعند نيوغارتن، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة ألونسو، وآخرين ,.Alonso et al) (2012 التي وجدت أنّ الشعور بالوحدة وعدم الرضا عن الحياة مرتبط لدى النساء في مرحلة منتصف العُمر بعوامل شخصية مثل عدم وجود شريك أو زيادة الوزن بالإضافة إلى العوامل البيولوجية. وكل هذه العوامل تتجلّى في المشكلات المتعلقة بالخوف من الشيخوخة.

- **الفرض الخامس والذي ينص على** : "**توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس المرونة النفسية تبعا للحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة - أرملة)**".

تم التحقق من هذا الفرض باستخدام اختبار تحليل التباين ANOVA للدرجة الكلية لمتغير المرونة النفسية في منتصف العمر وأبعادها تبعا للحالة الاجتماعية كما يتّضح في الجدول (٢٠):

جدول (٢٠): نتائج تحليل التباين للمرونة النفسية في منتصف العمر وأبعادها تبعا للحالة الاجتماعية

المتغير	قيمة ف المحسوبة F	درجات الحرية Df	المعنوية المحسوبة Sig.	الدلالة الإحصائية
المرونة النفسية (الدرجة الكلية)	0.530	(3,349)	0.662	غير دال إحصائيا
الكفاءة الذاتية	.154	(3,349)	.927	غير دال إحصائيا
الدعم الأسري والاجتماعي	1.039	(3,349)	.375	غير دال إحصائيا
المثابرة	.994	(3,349)	.396	غير دال إحصائيا
الضبط الداخلي	.435	(3,349)	.728	غير دال إحصائيا
القدرة على التكيف	.680	(3,349)	.565	غير دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول عدم دلالة الفروق لمقياس المرونة النفسية في منتصف العمر وأبعادها تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية ، بالرغم من أن المرونة النفسية تتأثّر وتتفاعل مع المتغيرات النفسية والاجتماعية والبيئية كما فسرها نموذج المرونة متعدد الأبعاد(MSMR) (Liu,et al.,2017)حيث أشار إلى أهمية الحالة الاجتماعية في البُعد الاجتماعي -البيئي ؛ وبناء على ذلك فقد افترضت الباحثة وجود تأثير للحالة الاجتماعية باعتبار أن الطلاق والترمّل والعنوسة تُمثّل عامل خطر على الصحة النفسية لدى السيدة في منتصف العمر، إلا أن هذه النتيجة أظهرت تلاشي الفروق حسب الحالة الاجتماعية وتتسق هذه النتيجة مع تفسير جارميزيGarmezy وروترRutter للمرونة النفسية في إطار عوامل الحماية والخطر ،فقد افترض روتر في نموذجه أنه لا يمكن أن تكون عوامل الخطر والحماية لها تأثيرات مماثلة في جميع الظروف لدى جميع الناس، و يجب الانتباه إلى وجود عوامل خطر سببية ،فمثلا ، يتم تحديد الطلاق عامل خطورة في كثير من الأحيان ،إلا أنه لا يمثل خطر إلا إذا كان هناك خلاف وصراع بين الوالدين. و يرى أنه من الأفضل تقييم الاحتياجات الفردية في تلك

الظروف ، أما جارميزي فقد وصف ثلاثة نماذج لتغيير مسار الخطر وهي النموذج التعويضي (وجود عوامل تعويضية تُخفف التعرّض لعوامل الخطورة ولا تتفاعل معها)،نموذج الحماية مقابل الضعف(حدوث تفاعل بين عوامل الوقاية والخطر مما يؤدي إلى تخفيف آثار عوامل الخطر وتعزيز التأثير الايجابي لعوامل الحماية)، و نموذج التحدّي (أن تعمل عوامل الخطر على تعزيز الضبط الداخلي والقدرة على التكيّف)(Shean.2015).

ولذا فإنه يمكن التأكيد على النتيجة التي توصّلت إليها الدراسة الحالية.

- **نتيجة الفرض السادس: والذي ينص على :"وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة علي مقياس أزمة منتصف العمر تبعا للحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة - أرملة)".**

تم التحقق من هذا الفرض باستخدام تحليل التباين للدرجة الكلية وكذلك الأبعاد لمتغير أزمة منتصف العمر(الذات والأخرين والخوف من الشيخوخة) تبعاً للحالة الاجتماعية . كما في الجدول (٢١) :

جدول (٢١): نتائج تحليل التباين للدرجة الكلية لأزمة منتصف العمر وأبعادها تبعاً للحالة الاجتماعية

المتغير	قيمة ف المحسوبة F	درجات الحرية Df	المعنوية المحسوبة Sig.	الدلالة الإحصائية
أزمة منتصف العمر (الدرجة الكلية)	1.538	3.349	0.204	غير دال إحصائيا
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	2.958	3,349	.032	دال إحصائيا
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات بالآخرين	2.079	3,349	.103	غير دال إحصائيا
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالخوف من الشيخوخة	.420	3,349	.739	غير دال إحصائيا

من الجدول (٢١) الخاص بتحليل التباين لأبعاد أزمة منتصف العمر تبعا للحالة الاجتماعية نجد أن الفروق للدرجة الكلية و للأبعاد الخاصة بهذا المقياس كلها كانت غير دالة احصائيا حيث أن قيمة المعنوية المحسوبة (.Sig) أكبر من 0.05 ماعدا متغير أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات حيث أظهرت النتائج أنه دال معنويا (قيمة المعنوية المحسوبة = 0.032). وللتعرّف على مصدر الفروق في هذا البعد تم استخدام اختبار LSD للمقارنة البعدية ويوضح الجدول (٢٢) نتائج المقارنات البعدية.

جدول (٢٢) نتائج اختبار LSD للمقارنة البعدية بين متوسطات أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات تبعاً للحالة الاجتماعية

البُعد	المستوي (I)	المستوي (J)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة المعنوية	الدلالة الإحصائية
أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات	عزباء	متزوجة	-.37596	.080	غير دال إحصائيا
		مطلقة	-.57333	.024	دال إحصائيا
		أرملة	-.38889	.183	غير دال إحصائيا
	متزوجة	مطلقة	-.22351	.055	غير دال إحصائيا
		أرملة	.07506	.648	غير دال إحصائيا
	مطلقة	أرملة	.29857	.129	غير دال إحصائيا

ونخلص من ذلك إلى عدم وجود فروق دالة لأزمة منتصف العمر وأبعادها تبعا للحالة الاجتماعية سوى البعد الخاص بأزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات وتحديدا الفروق بين العزباء والمطلقة والفروق لصالح المطلقة.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات (سمارة، ٢٠١٨؛ الحربي والحريقي،٢٠١٤) والتي دلت على وجود فروق جوهرية في أزمة منتصف العمر تبعا للحالة الاجتماعية ، حيث أشار العلماء إلى أهمية العوامل الاجتماعية في تأثيرها على أزمة منتصف العمر (وونج وآخرون ،٢٠١٩)، إلا أن النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية لم تُظهر تأثيرا للحالة الاجتماعية في الدرجة الكلية لأزمة منتصف العمر ، وتعزو الباحثة ذلك إلى تأثير المتغيرات الدخيلة مثل المستوى التعليمي وحيث ان نسبة الجامعيات ومستوى الدراسات العليا يُمثّلن (٨٨٪) من حجم العينة ،فقد يملكن درجة متقاربة من الوعي بأزمة منتصف العمر، وقدرة على اكتساب المعلومات الصحيحة التي تُعينهنّ على تخطّي الأزمة مما يؤدي إلى تلاشي الفروق في الحالة الاجتماعية ، وبحسب تفسير نظرية نيوغارتنNeugarten لأزمة منتصف العمر فإن الأزمة تحدث عند حدوث التغيرات لدى الفرد في الوقت الذي لا يتوقعه(نقلا عن:المفدى،١٩٩٥) ، كما أن جهل المرأة بحقيقة سن اليأس قد يؤدي إلى توقع المرأة ما هو أسوأ ، بينما معرفتها بسن اليأس يقلل من الكرب بتقليل مخاوفها والسماح لها للتمييز بين الجوانب الجسمية والنفسية لأعراضها (شحته،٢٠١٥). أما فيما يتعلّق بوجود فروق دالة في البعد المتعلق بأزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات تبعا للحالة الاجتماعية لصالح المطلقات ، فقد جاءت هذه النتيجة متفقة مع ما توصلت إليه دراسة (سمارة،٢٠١٨) حيث كانت الفروق لصالح المطلقة في أزمة منتصف العمر ، كما تختلف مع (الحربي والحريقي،٢٠١٤) التي وجدت ارتفاع الازمة لصالح الأرامل .

وتفسّر الباحثة ظهور هذه النتيجة بأنّ الضغوط التي تعاني منها المطلّقة في المجتمع السعودي تؤدّي إلى مشكلات مثل عدم الرضا عن الذات حيث أن المجتمع السعودي لم يتخلص من النظرة السلبية للمرأة المطلّقة ، بالإضافة إلى أنّ العبء الأكبر من مسؤولية الأبناء يقع على عاتق المرأة بعد الطلاق وهذا يُشكل ضغطا إضافيّا عليها.

وهذه النتيجة تتسق مع نظريتي ليفنسونLevenson وبريمBrim بشأن الفجوة بين الطموحات والإنجاز في تفسيرهما لأزمة منتصف العمر (النيال،٢٠٠٨)، فعندما تبدأ مرحلة إعادة تقييم الماضي لدى المرأة المطلّقة، فقد تشعر بالإحباط لأنها لم تُحقق النجاح في الحياة الزوجية . وبذلك تزداد مشكلات أزمة منتصف العمر المتعلقة بالذات لدى المطلقة أكثر من غيرها. ونخلص من ذلك ضرورة البحث عن الاحتياجات الإرشادية للمرأة المطلّقة ،ورفع مستوى الوعي لديها ، كما يفيد تعزيز المرونة النفسية لديها في خفض المشكلات المتعلقة بالذات في هذه المرحلة .

- **الفرض السابع والذي ينص على :" وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات عينة الدراسة على مقياس الفراغ الوجودي تبعا للحالة الاجتماعية (عزباء – متزوجة – مطلقة - أرملة).**

تم التحقق من هذا الفرض من خلال تحليل التباين للدرجة الكلية وكذلك الأبعاد لمتغير الفراغ الوجودي (اللامعنى والعجز واليأس والملل والعزلة) تبعا للحالة الاجتماعية . كما في الجدول التالي :

جدول (٢٢) نتائج تحليل التباين للدرجة الكلية لمقياس الفراغ الوجودي في منتصف العمر

المقياس	قيمة ف المحسوبة F	درجات الحرية Df	المعنوية المحسوبة Sig.	الدلالة الإحصائية
الفراغ الوجودي	0.826	(3,349)	0.480	غير دال إحصائيا
اللامعنى	.623	(3,349)	.600	غير دال إحصائيا
الملل	.489	(3,349)	.690	غير دال إحصائيا
العجز واليأس	1.004	(3,349)	.391	غير دال إحصائيا
العزلة	.464	(3,349)	.708	غير دال إحصائيا

من خلال الجدول يتضح عدم دلالة الفروق في الفراغ الوجودي وأبعاده تبعا للحالة الاجتماعية وتختلف هذه النتيجة مع دراسة(عبدالمجيد و الكناني،٢٠١٢) التي أثبتت وجود الفراغ الوجودي لدى المطلقات في منتصف العمر ، ودراسة (محمد،٢٠١٤) التي وجدته لدى الأرامل؛ وتعتبر هذه النتيجة مؤشّر إيجابي دال على قدرة المرأة السعودية باختلاف حالتها الاجتماعية على اكتشاف معنى الحياة الملائم للمرحلة والأدوار الجديدة ، وبهذا يظهر عدم وجود تأثير للحالة الاجتماعية على وجود الفراغ الوجودي لدى المرأة السعودية في منتصف العمر .

- **توصيات الدراسة** :

من خلال نتائج الدراسة فإن الباحثة توصي بالآتي:

- إقامة برامج إرشادية جمعية متخصّصة تحت إشراف مركز إرشاد نفسي مُعتمد من وزارة الصحة لرفع مستوى المرونة النفسية لدى السيدة في مرحلة منتصف العمر للتغلّب على أزمة منتصف العمر والفراغ الوجودي .
- حث وسائل الإعلام لتفعيل دورها في التوعية و تثقيف المرأة بالتغيرات الفسيولوجية والنفسية التي تحدث لها في مرحلة منتصف العمر خلال اليوم العالمي للمرأة، حيث أن استبصار المرأة له دور وقائي في الحد من أعراض أزمة منتصف العمر.
- رفع وعي الزوجين بأزمة منتصف العمر والتغيرات التي تؤثّر على جودة العلاقة الزواجية عن طريق إقامة دورات تثقيفية متخصّصة من قبل جمعيات الإرشاد الزواجي .
- توفير الدعم المادّي والنفسي من قبل المؤسسات الاجتماعية المعنيّة بالمطلقات والأرامل وتهيئة ظروف العمل لهنّ، لما لها من أثر في الحد من المشكلات التي تُعاني منها المرأة المطلّقة في هذه المرحلة.

- **بحوث مقترحة** :

- برنامج إرشادي قائم على المرونة النفسية لخفض حدة أعراض أزمة منتصف العمر لدى عينة من البالغين مرحلة منتصف العمر.

- برنامج إرشادي قائم على المرونة النفسية لخفض مستوى الفراغ الوجودي لدى عينة من البالغين مرحلة منتصف العمر .
- دراسة جودة العلاقة الزواجية وعلاقتها بأزمة منتصف العمر.
- اتجاهات المرأة نحو مرحلة منتصف العمر "دراسة عبر ثقافية" .

• قائمة المراجع :

- أبو النجا،أمينة(٢٠١٣) . البروفايل العصابي لدى المرأة في منتصف العمر في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية "دراسة وصفية- اكلينيكية" ، *مجلة كلية التربية*، ع١٥٦ ،ج٣: ٥٧٣-٦٢٢.
- توفيق، دعاء (٢٠١٤). تأثير برنامج حركى مقترح على بعض مؤشر الكفاءة الصحية وعلاقتها بمقومات جودة الحياة لدى السيدات فى مرحلة منتصف العمر .*المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة* ، ع٧٠ ، ١٦٩-١٩٦.
- الحربى، نايف و الحريقي، نهال (٢٠١٤). أزمة منتصف العمر و علاقتها بالسعادة الزوجية لدى المعلمين و المعلمات .***دراسات عربية في التربية وعلم النفس*** ، ع ٤٥، ج ١ ، ٨١-١٣٠.
- الداغستاني، سناء (٢٠١٠). أزمة منتصف العمر لدى موظفى الدولة وعلاقته ببعض المتغيرات .***مجلة كلية الآداب جامعة بغداد*** ، ع٩٤ ،٦٤١-٦٧١ .
- رسلان، نحلاء (٢٠١٣). المتغيرات المنبئة بأزمة منتصف العمر لدى عينة من المعلمين والمعلمات .***دراسات عربية في التربية وعلم النفس*** ، ع٤٠، ج٤ ، ٢٤٧-٢٨٦.
- سمارة،محمد (٢٠١٨) . *أزمة منتصف العمر لدى النساء العاملات في المحافظات الشمالية الفلسطينية في ضوء بعض المتغيرات* ، رسالة ماجستير ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين .
- السيد، هند(٢٠١٧) . *الصمود النفسي كمتغير للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والأعراض الاكتئابية لدى الأرامل* ، رسالة ماجستير ، جامعة سوهاج ، مصر.
- الشربيني ، لطفي (٢٠٠٣). *معجم مصطلحات الطب النفسي* . الكويت :مؤسسة الكويت للتقدم العلمي .
- شحتة، مروى(٢٠١٥). *استبيان الكرب النفسي في سن اليأس* ، القاهرة :دار الكتاب الحديث .
- صادق،آمال وأبو حطب،فؤاد(٢٠١٧). *نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين* ، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الطراونة،إيمان(٢٠١٤). *الخبرة الصادمة وعلاقتها بأزمة منتصف العمر لدى المصابين العسكريين في الأردن*، رسالة ماجستير، جامعة مؤته، الأردن.
- علوان، نعمات و الطلاع، عبدالرؤوف (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادى لتنمية الثقة بالنفس وأثره في زيادة المرونة الإيجابية: دراسة على عينة من أفراد الشرطة الفلسطينية .*مجلة جامعة الأقصى - سلسلة العلوم الإنسانية* ، مج١٨، ع٢ ، ٢١١-١٧٦ .
- عبدالمجيد،نبيل و الكنانى،لينا (٢٠١٢).قياس الفراغ الوجودى لدى المطلقات ، *مجلة العلوم التربوية والنفسية* ، ع٩٢، ٢٧-٧٧.
- فايد، فريد (٢٠١٣). بعض العوامل الإجتماعية والديموجرافية المرتبطة بقدرة الأرملة على الصمود بعد صدمة وفاة الزوج وتصور مقترح من منظور نظرية الأزمة في خدمة الفرد لتحسين مستوى الصمود النفسى والإجتماعى ، *دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية*، ع٣٥ ،ج١٥، ٦٧٣٧-٦٨٠٦ .
- فرانكل،فيكتور(٢٠١١). *الإنسان والبحث عن المعنى :معنى الحياة والعلاج بالمعنى* ، "ترجمة "طلعت منصور، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
- الكعبي، سهام (٢٠١٣). أزمة منتصف العمر وعلاقتها بالقلق الوجودي لدى منتسبي الجامعة .*مجلة أداب المستنصرية* ، ع ٦٠ ، ٥٠٢-٥٥٧.
- كوبر،ميك(٢٠١٥). *العلاجات النفسية الوجودية* ، "ترجمة"طه عدوى وَ رانيا الصايم،مراجعة:طلعت منصور، القاهرة:مكتبة الأنجلو المصرية.

- محمد،نور(٢٠١٤) . *الفراغ الوجودي وتجاوز الذات وعلاقتهما بالتصورات المستقبلية لدى الأرامل* ، رسالة دكتوراة، جامعة ديالى ، العراق .
- المفدّى،عمر (١٩٩٥). أزمة منتصف العمر مقارنة عمرية على عينة من المجتمع السعودي . *حولية كلية التربية–جامعة قطر* ، ع(١٢)،٥١٧–٥٤٨.
- النيال،مايسة(٢٠٠٨): *أزمة منتصف العمر دراسة مقارنة عبر مرحلة الرشد* ، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- هروود،جانيت(٢٠٠٦): *كيف تتخطين سن اليأس؟* . "ترجمة"قسم الترجمة بدار الفاروق، القاهرة:دار الفاروق.
- وونج،دانيال وَ هل،كمبرلي وَ جوستيك،شيريل وَ هرناندیز،لوسي(٢٠١٩) : *ارشاد الأفراد عبر مراحل الحياة* ، "ترجمة" مجدة الكشكي وَ عبير خياط ، جدة: مركز النشر العلمي – جامعة الملك عبدالعزيز .

- Alonsoa.A, Trabalón-Pastor.M, Varaa.C, Chedraui.Peter &Pérez-López.F(2012) Life satisfaction, loneliness and related factors during female midlife. *Maturitas* ,72 , 88–92.
- Berg. N., Kiviruusu. O., Karvonen. S., Rahkonen. O., Huurre .T. (2017). Pathways from problems in adolescent family relationships to midlife mental health via early adulthood disadvantages ± a 26-year longitudinal study. *PLOS ONE*, 12(5) ,1-16, doi: e0178136.
- Becker, D.,(2006) Therapy for the Middle-Aged: The Relevance of Existential Issues, *American Journal of Psychotherapy*, 60 (1), 87-99.
- Bhatti ,M.,& Shah ,A. (2017). Meaning in Life and Psychological Well-Being among Flood Victims in Pakistan: The Moderating Role of Resilience. *Bahria Journal of Professional Psychology*, 16(2), 8-73.
- Chan C., Tilburg W.,Igou E., Poon C., Tam K.,Wong V.,Cheung S.(2018) Situational meaninglessness and state boredom:Cross-sectional and experience-sampling findings. *Motivation and Emotion*, 42,555–565.
- Gaydosh,L. , Hummer,R., Hargrove,T. , Halpern,C. , Hussey,J., Whitsel,E., Dole,N. ,… Harris,K. (2019). The Depths of Despair Among US Adults Entering Midlife. *AJPH open-Themed Research* ,109(5), 774-780.
- Hair, J., Black, W., Babain, B. & Anderson, R. (2010) *Multivariate data analysis*. (7th ed.) Pearson: Prentice Hall.
- Håkansson K., Soininen H., Winblad B.& Kivipelto M. (2015) Feelings of Hopelessness in Midlife and Cognitive Health in Later Life: A Prospective Population-Based Cohort Study. *PLoS ONE*, 10(10): e0140261. doi:10.1371/journal. pone.0140261.
- Jung A., Young E.,Dai J., Hyeon W., Jung J.,Tae S.,Chang U., Jeong H.(2013) Characteristics associated with low resilience in

patients with depression and/or anxiety disorders. *Qual Life Res* ,22, 231–241 .

- Liu, J., Reed ,M., & Girard, T. **(**2017). Advancing resilience: An integrative, multi-system model of resilience **,** *Personality and Individual Differences,* 111 , 111-118 .
- Ryan, L., &Caltabiano, M. (2009). Development of a New Resilience Scale: The Resilience in Midlife Scale (RIM Scale) . *Asian social scince*,5(11), 39-51.
- Shean,M.(Ed.) (2015). *Current theories relating to resilience and young people,* Melbourne : Victorian Health Promotion Foundation.
- Sheck ,D. (1996). Midlife Crisis in Chinese Men and Women . *journal of psychology* , 130(1) , 109-119 .
- Tagay, O., Karatas, Z., Bayar, O. & Savi-Cakar, F. (2016). Resilience and life satisfaction as the predictors of generalself-efficacy. *Global Journal of Counseling and Guidance in Schools: Current Perspectives*. 6(1), 11-17.
- Trama, S., & Venus, (2012**).** Meaning in life in late adulthood: Role of spiritual transcendence and generativity**.** *Indian Journal of Positive Psychology*,*3*(2), 212-216.
- VandenBos,G.(Ed.).(2015*). APA dictionary of psychology.* (2nd ed.)**.** Washington, DC:the American Psychological Association**.**
- Weaver , Y. (2009). Mid-Life A Time of Crisis or New Possibilities? **.***Existential Analysis*,*20*(1), 69-78.

❋❋❋❋❋❋❋