

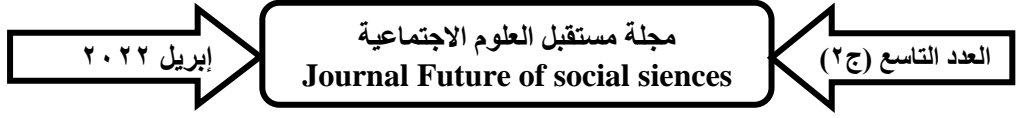
**برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات  
الحياتية للمرأة المطلقة**

A proposed program from the perspective of social  
group work to develop the life skills of divorced  
women

**إعداد**

**د/ الشيماء أحمد يوسف**

مدرس خدمة الجماعة  
كلية الخدمة الاجتماعية جامعة حلوان



برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة  
تاريخ إستلام البحث: ٢٠٢٢/٢/١٦ م تاريخ النشر: ٢٠٢٢/٤/١ م

المستخلص:

يعد الطلاق أحد مظاهر التفكك الأسري وهو إعلان لفشل التوافق وانهايار الحياة الزوجية وتسبقه مرحلة من الشقاق والنزاع تتمثل مظهره في اختفاء الأهداف المشتركة بين الزوجين وظهور اتجاهات العدوانية واللامبالاة في العلاقات الزوجية، وتمثل المرأة المطلقة ثروه بشريه تحتاج لمن يرعاها ويساعدها على مواجهه مشكلاتها النفسيه والاجتماعيه والصحيه واشباع احتياجاتها المختلفه والاستقاده من خبراتها ومواصله نشاطها وتشجيعها على ممارسه انشطه انتاجيه مناسبه، كما تعد المهارات الحياتيه ضمن المتطلبات الضروريه والمهمه لتكيف المراه المطلقه ومساييرتها للتغيرات السريعه التي يتصف بها هذا العصر فالمرآه المطلقه في حاجه ماسه الى مجموعه مهارات تمكنها من التعايش مع الحياه ومواجهه مشكلاتها بطريقه اكثر ايجابيه وكذلك تمكنها من التفكير البناء والاعتماد على نفسها في اتخاذ قراراتها. واستهدفت تلك الدراسة التوصل إلى برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة وتنتمي هذه الدراسة للدراسات الوصفية وتوصلت الدراسة إلى وضع برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة.

**الكلمات المفتاحية:** المهارات الحياتية، المرأة المطلقة، خدمة الجماعة.

A proposed program from the perspective of social group work to  
develop the life skills of divorced women

### Abstract

Divorce is one of the manifestations of family disintegration. It is an announcement of the failure of harmony and the collapse of marital life. It is preceded by a stage of disunity and conflict. Its manifestations are the disappearance of common goals between spouses and the emergence of aggressive and indifferent tendencies in marital relations, a divorced woman represents a human resource that needs someone to take care of her and help her to face her psychological, social and health problems, satisfy her various needs, benefit from her experiences, continue her activity and encourage her to practice appropriate productive activities. Life skills are also among the necessary and important requirements for the adaptation of a divorced woman and her coping with the rapid changes that characterize this era, a divorced woman is in dire need of a set of skills that will enable her to live with life and face her problems in a more positive way, as well

as enable her to think constructively and rely on herself in making her decisions. The study aimed to come up with a proposed program from the perspective of social group work to develop the life skills of divorced women. This study belongs to descriptive studies

**Keywords:** life skills, divorced woman, social group work.

أولاً: مشكلة الدراسة:

تمثل الأسرة الوحدة الأساسية في المجتمع بل هي الجماعة الأولى التي تنبثق منها العلاقات الاجتماعية والانسانية والأسرة كنظام اجتماعي يتضمن قواعد تنظيم العلاقات داخلها فيما يتصل بالاختيار الزوجي أو تقسيم العمل أو توزيع الأدوار ولا يمكن فهم هذه القواعد إلا في إطار فهم طبيعة هذا الكيان الأسري. (B.kammerman, 2014,p.16)

ويعد الطلاق أحد مظاهر التفكك الأسري وهو إعلان لفشل التوافق وانهايار الحياة الزوجية وتسبقه مرحلة من الشقاق والنزاع تتمثل مظهره في اختفاء الأهداف المشتركة بين الزوجين وظهور اتجاهات العدوانية واللامبالاة في العلاقات الزوجية. (مصطفى، ٢٠٠٣، ص ١٢٢)

فظاهرة الطلاق ظاهرة خطيرة تتفاقم في مجتمعاتنا يوماً بعد يوم، والتي تدفع بالأزواج ممن لم يتجاوزوا الثلاثين من العمر إلى الانفصال عن بعضهم، لتتولد عن ذلك مشاكل إجتماعية خطيرة تصيب الآباء والأبناء على السواء، ومن يقع في محيطهم القريب او البعيد. (الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء، ٢٠١٧)، وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسته محرم (٢٠٠٣) التي تمكنت من الرصد لواقع العزلة الاجتماعية للمطلقات واختبار فعاليته برنامج من منظور خدمة الجماعه يعتمد على الممارسه العامه كاحد المداخل الحديثه في خدمه الجماعه لتخفيف العزله الاجتماعيه لدى المطلقات، واثبتت نتائج الدراسه وجود خروج داله احصائيا عند مستوى معنويه ٠,٠٥ بين درجات العزله الاجتماعيه للمطلقات قبل وبعد برنامج التدخل المهني وذلك لصالح القياس البعدي، وكذلك نتائج دراسته همام (٢٠٠١) والتي استهدفت اختبار فعاليته نظريه الازمه في خدمه الفرد لمساعدته المرأة المطلقه على تنميه مسؤولياتها الاجتماعيه وذلك من خلال برنامج التدخل المهني وتوصلت هذه الدراسه الى ان فعاليته ونجاح نظريه الازمه في خدمه الفرد توقف على ادارته التعاون المطلقه مع الاخصائي الاجتماعى ودرجه استعدادها وتعاون الانساق البيئيه الاخرى.

وتعتبر المرأة المطلقة أكثر المتضررين من الطلاق ومدى معانيتها الاجتماعية والنفسية لهذا الامر حيث ان حجم هذا الضرر يختلف من مجتمع لآخر وحسب البيئة التي

تعيش فيها والظروف الاجتماعية التي تختلف من امرأة لأخرى تنتاب المطلقة وشعورها بالخوف والقلق من المستقبل، ما يجعلها تسعى لاعاده تنظيم وهيكله حياتها الاجتماعية والاقتصادية التي طرأت عليها بعد الطلاق، حيث يتضح ان الاثار الاجتماعية للمرأة المطلقة اكثر من الاثار النفسية ومنها نظره المجتمع لها والتي تختلف تماما من قبل وقوع الطلاق. وما قد تتعرض له من ضغوط اجتماعية واقتصادية ومن علامات الاستفهام التي تكثر حول حياتها. (عياد، ٢٠١٥، ص١٤٧)، وهذا ما أكدت عليه نتائج العديد من الدراسات والأبحاث العلمية التي أجريت علي المرأة المطلقة منها ما يلي:

دراسة هوج (Huge 2010) والتي استهدفت التعرف على الصعوبات والضغوط التي تواجه المطلقات وتوصلت إلى أن الصعوبات المالية من أهم وأخطر الضغوط التي تواجه المطلقات بما لها من تأثير على تلبية الاحتياجات الصحية، والتعليمية، والمعيشية.

دراسه مسعود (٢٠١٣) والتي هدفت الى اختبار ممارسه نموذج العلاج بالمعنى في خدمه الفرد للتخفيف من الاضرار الناتجه عن الطلاق للفتيات في المرحلة المبكره للزواج في المناطق العشوائيه واثبتت النتائج بانه توجد علاقه ايجابيه داله احصائيا بين ممارسه نموذج العلاج بالمعنى في خدمه الفرد للتخفيف من الاضرار الناتجه عن الطلاق للفتيات في مرحله المبكره للزواج في المناطق العشوائيه كما اكدت على صحه جميع فروضها الفرعيه.

دراسه عبد الحميد (٢٠١٩) استهدفت اختبار فعاليه برنامج التدخل المهني المصمم وفقا لنموذج التركيز على المهام في اطار خدمه الفرد لتحسين الاداء الاجتماعي لدى المطلقات العاملات وبرزت نتائجها عن وجود خروج معنويه ذات دلاله احصائيه بين متوسطات درجات حالات المجموعه التجريبيه في القياسيين القبلي والبعدى لصالح القياس البعدى على مقياس الاداء الاجتماعي للمطلقات وكما اكدت على صحه جميع فروضها.

دراسه ازيداه واخرون (azadeh& et al 2010) استهدفت الدراسه تصميم نموذج قائم على اليقظه ومقاومه الحياه غير الوجوديه والتواصل الاجتماعي وعلاقتها بالبحث عن المعنى في الحياه لدى النساء المطلقات وتوصلت النتائج ان تصميم الاطر النظرية والنماذج المهنية سيوفر امكانيه تصميم تدخلات علاجيه وتعليميه اكثر دقه للباحثين العاملين مع النساء المطلقات.

دراسه ابراهيم (٢٠١٨) استهدفت اختبار برنامج التدخل المهني من خلال ممارسه اساليب نظريه الذات لتحسين تقرير الذات للمطلقات قبل الدخول بهند والتخفيف من حده المشكلات التي تواجه المطلقات واكدت نتائجها على صحه فروضها وبالتالي تحقيق اهدافها.

دراسه الكعبي (٢٠٠٨) استهدفت اختبار ممارسه المدخل الواقعي في خدمه الفرد والتخفيف من حده المشكلات الاجتماعيه لدى المراه المطلقه وقد اظهرت نتائج الدراسه ان هناك علاقه ايجابيه داله احصائيه بين ممارسه المدخل الواقعي في خدمه الفرد والتخفيف من حده المشكلات الاجتماعيه والاسريه والاقتصاديه لدى المراه المطلقه.

دراسه عجوه (٢٠٠٥) الى التعرف على اثر برنامج يحتوي على مجموعه من المهارات الوالديه موجهها لمجموعه من الامهات المطلقات ويتحملن مسؤوليه رعايه اطفالهن ظهور خروج داله احصائيه بين المجموعه التجريبيه والمجموعه الضابطه على كل من كمتغير نوعيه الوالديه لدى الامهات والاندفاعيه والسلوك العدواني لدى امهات اطفال الامهات المستهدفين وذلك من خلال مرحله التقييم البعدي.

دراسه عثمان (٢٠١٦) هدفت الى اختبار العلاقه بين استخدام العلاج المتمركز حول الحل في خدمه الفرد وتحقيق المسانده الاجتماعيه للمطلقات واسفرت نتائج الدراسه انه توجد علاقه داله احصائيا بين استخدام العلاج المتمركز حول الحل في خدمه الفرد وتحقيق المسانده الاجتماعيه للمطلقات كما اكدت على صحه جميع فروضها وبالتالي تحقيق اهدافها. والمهارات الحياتيه متعدده ومتنوعه وترتبط بالافراد في جميع مراحل نموهم وفي جميع جوانب حياتهم فمنها على سبيل المثال مهارات التعرف على الذات وكيف يدير الفرد حياته ومهارات الاتصال التي تساعد الفرد على التفاعل مع الاخرين وعلى التحكم في انفعالاته معهم ومهارات النمو ومهارات المحافظه على الصحه ومهارات التعامل مع البيئه الماديه والاجتماعيه المحيطه بالفرد ومهارات الصداقه. (ابراهيم، ٢٠١٠، ص١٥٢)

وبالتالي تمثل المراه المطلقه ثروه بشريه تحتاج لمن يرعاها ويساعدها على مواجهه مشكلاتها النفسيه والاجتماعيه والصحيه واشباع احتياجاتها المختلفه والاستفادة من خبراتها ومواصلة نشاطها وتشجيعها على ممارسه انشطه انتاجيه مناسبه، كما تعد المهارات الحياتيه ضمن المتطلبات الضروريه والمهمه لتكيف المراه المطلقه ومسايرتها للتغيرات السريعه التي يتصف بها هذا العصر فالمرآه المطلقه في حاجه ماسه الى مجموعه مهارات تمكنها من التعايش مع الحياه ومواجهه مشكلاتها بطريقه اكثر ايجابيه وكذلك تمكنها من التفكير البناء والاعتماد على نفسها في اتخاذ قراراتها. (ابراهيم، ٢٠١٢، ص١٦٥) وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات والبحوث والتي تمثلت فيما يلي:

دراسة أحمد وأخرون (2019) Ahmed & et al والتي استهدفت تطوير التدريب على المهارات الحياتيه على اساس الثقافه الاسلاميه في ايران وتحديد فعاليتها في سعادته

النساء المطلقات ومرونتهن وتوصلت الدراسة إلى ان التدريب على المهارات الحياتيه كان له اثر في زياده سعادته ومرونه الجماعه التجريبيه مقارنة بالجماعه الضابطه وفقا للنتائج فان برنامج المهارات الحياتيه الوعي الذاتي والتعامل مع الاجهاد والتعاطف القائم على الثقافه الاصيليه هو برنامج مناسب وفعال للمطلقات ويمكن ان يؤثر تنفيذه على سعادته هؤلاء الافراد ومرونتهن.

دراسه سيسيليا وآخرون (2020) Cecilia & et al استهدفت الدراسه تقويم فعاليه جماعه التمكين للنساء الصينيات المطلقات من المهارات الحياتيه في هونج كونج واسفرت النتائج عن مقارنة بالبيانات التي تم الحصول عليها قبل التدخل عن تغييرات كبيره في مستوى المهارات بالتمكين بعد خمس جلسات جماعيه ودعمت النتائج وفعاليه التمكين للنساء الصينيات المطلقات من اكتساب المهارات الحياتيه لديهم.

دراسه ماجوشيدلو وأمبور (2017) Maghsoodloo, Amoopour هدفت الى تقييم فعاليه التدريب على مهارات التفكير الايجابي ومهارات الحياه والقدرة على الصمود لدى المطلقات وتوصلت الدراسة إلى ان التدريب على مهارات التفكير الايجابي له وتأثير ايجابي كبير على صمود المطلقات كرئيسات للأسر ولكن ليس له اي تأثير معنوي على مهارات الحياه ٠٠,٠٥.

وهنا تعتبر تنميه المهارات الحياتيه للمراه المطلقه من الجوانب الهامه التي تساعد المراه على مواجهه مشكلاتها وتحسين ادائها الاجتماعي ومن ثم تحسين نوعيه حياتها فقد اكدت الكثير من الكتابات على اهميه تنميه المراه للمهارات الحياتيه.

وان امتلاك المراه المطلقه للمهارات الحياتيه يزودها بسلاح التعايش والتكيف والنجاح والقدرة على تحقيق الاقتصاد الفعال بالآخرين وهذا من اسمى غايات التعليم المنشود في اي مجتمع يزيد لابنائهم حياة مستقلة افضل وعلى الجانب الاخر فان تعلم المهارات الحياتيه يساعد المجتمع بشكل كبير في اعداد افراده بشكل يجعلهم قادرين على مواجهه كل ما يستجد من تغييرات على الساحة الدولييه والقوميه من خلال اتقان مقومات التعليم مدى الحياه مقومات التفكير العلمي والناقد ومهارات الاتصال الفعال والتعاون مع الاخرين هذا الى جانب امتلاك مقومات المواطنه الصالحه. (مصطفى ٢٠٠٨) وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات منها:

دراسه زهرا وآخرون (2019) Zahra & et al والتي استهدفت التحقق من فعاليه التدريب على المهارات الحياه لتنظيم العاطفه المعرفيه وتعديل ما بعد الطلاق لدى النساء

المطلقات وظهرت نتائج الدراسة ان التدريب على مهارات الحياه كان له تاثير بشكل كبير على التكيف بعد الطلاق لدى المطلقات كما اوضحت ان التدريب على مهارات الحياه في التنظيم المعرفي العاطفي وفي تحسين التوافق بعد الطلاق لدى المطلقات يمكن ان يلعب دورا في ذلك.

دراسه ريهامي وأخرون (2019) Rahimi & et al والتي استهدفت تطوير برنامج تدريب على المهارات الحياتيه مهارات الوعي الذات والتعامل مع الاجهاد والتعاطف وظهرت نتائج الدراسه ان برنامج التدريب على المهارات الحياتيه المبني على الثقافه الاسلاميه هو برنامج مناسب وفعال لتمكين المراه المطلقه من مهارات الحياه.

دراسهإلهام وأخرون (2019) Elham & et al والتي استهدفت محاوله لفحص العلاقه بين المهارات الحياتيه والطلاق وتوصلت الى اهميه دور وتأثير هام للمهارات الحياتيه في تفسير الطلاق العاطفي من بين ابعاد المهارات الحياتيه كانت مهارات حل المشكلات والتواصل الفعال والتعاطف هي الانواع الاكثر فعاليه في التنبؤ بالطلاق العاطفي.

دراسه الشنبري (٢٠١٥) والتي إستهدفت التعرف على دور برنامج المهارات الحياتيه في تحقيق الامن الاسري وكذا التعرف على طبيعه ونوعيه المهارات الحياتيه التي حققت الامن الاسري وظهرت نتائج الدراسه ان افراد عينه الدراسه اكتسبوا المهارات الاتصال التفاعل مع الاخرين اكتسبوا مهاره اداره الوقت واكتسبوا مهاره اتخاذ القرار وحل المشكلات الاسريه.

دراسه نادية وأخرون (2020) Nadia & et al والتي هدفت الى معرفه تاثير مهارات الحياه على المواقف المختلفه وظهرت النتائج ان التدخل كان فعالا على المتغيرات المدروسه ويمكن استنتاج ان التدريب على المهارات الحياه مفيد للغاية في تعزيز الصحه النفسيه للمراه التي عانت من ازمه طلاق.

دراسه أوتابي (2020) Alotaibi هدفت الى اقتراح برنامج من منظور الخدمه الاجتماعيه لتنميه المهارات الحياتيه للمراه المطلقه مبكرا من خلال تحديد اهم المهارات الحياتيه التي يجب تطويرها فيما بينه وتوصلت النتائج الدراسه ان مهارات حل المشكلات واتخاذ القرار والتفكير النقدي كانت متوفره بشكل كبير بين المطلقات مبكرا في حين كانت مهارات الاتصال والتعامل مع الاخرين اقل ما هو متاح وابرز المعوقات التي تحول دون لعب الخدمه الاجتماعيه ادوارها في تطوير تلك المهارات.

ونظرا للعديد من المشكلات التي تعاني منها المرأة نتيجة الطلاق وكذلك حاجتها إلي تنمية المهارات الحياتية لديها فقد قامت الباحثة بإجراء دراسة لتقدير الموقف للتعرف علي أهم



المهارات الحياتية التي تحتاج إليها المرأة المطلقة، وقد اظهرت النتائج ان المراه المطلقة تواجه نقصا في العديد من المهارات الحياتيه وكان من اهمها الجهل في اتباع الاسلوب العلمي لمواجهه المشكلات والبحث عن الحلول من خلال التعرف على الاسباب للوصول الى انسب الحلول وايثرها والسلبيه في الاتصال والاستفاده من ذوي الخبرات والتواكل وعدم البحث عن الموارد المتاحة في المجتمع، وقد حددت الباحثة أهم تلك المهارات طبقا لوجهة نظر المستفيدات (المطلقات) من خدمات الجمعية التي تم تطبيق الدراسة فيها:

- مهارة حل المشكلات.
- مهارة الاتصال.
- مهارة اتخاذ القرار.
- مهارة استثمار الموارد.

وهذا ما أكدت عليه العديد من الدراسات والبحوث أيضا والتي أشارت إلي ضرورة تنمية مهارات المرأة المطلقة وتحديد أهم تلك المهارات منها ما يلي:

دراسه المرشد (٢٠١٦) الى اعداد تصور مقترح لممارسه النموذج الحياه في خدمه الاجتماعيه لتنميه المهارات الحياتيه للمراه المعيلة وقد اظهرت النتائج ان المراه المعيله تواجه نقصا في العديد من المهارات الحياتيه وكان من اهمها الجهل في اتباع الاسلوب العلمي لمواجهه المشكلات والبحث عن الحلول من خلال التعرف على الاسباب للوصول الى انسب الحلول وايثرها والسلبيه في الاتصال والاستفاده من ذوي الخبرات والتواكل وعدم البحث عن الموارد المتاحة في المجتمع.

دراسه زيتاب وأخرون (2012) zehtab et al استهدفت الدراسه التحقق من فعاليه التدريب على المهارات الحياتيه بشأن الحد من قلق المطلقات وتوصلت النتائج الى ان التدريب على المهارات الحياتيه تسبب في انخفاض كبير في درجات القلق في الجماعه التجريبيه بدلا من الجماعه الضابطه.

دراسه بولكان (2016) Bolkan, Kaya الهدف الاساسي منها هو دراسه اثار برنامج التربيه النفسيه للمهارات الحياتيه على مستويات الادراك الذاتي للمراه المطلقه وتظهر النتائج الدراسه ان المهارات الحياتيه لم تكن على المشاركين في برنامج التنقيف النفسي باستخدام وقتهم بشكل جيد لكن ادراكهم لذاتهم والحصول على الدعم من المقاييس الدنيا لتحقيق الذات من الداخل الدعم الداخلي الموجه قد زاد بشكل ملحوظ.

دراسه القحطاني (٢٠٢٠) هدفت الى التحقق من فاعليه برنامج تدخل مهني لتنمية المهارات الاجتماعيه لدى الفتيات من الاسر المطلقه وتوصلت نتائج الدراسه الى وجود خروج ذات دلالة احصائية عند مستوى ٠,٠٥ في متوسط درجات المهارات الاجتماعيه بين افراد المجموعه الواحده في القياس القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي.

ومهنه الخدمه الاجتماعيه بوصفها من اهم المهن الانسانيه التي تعني بالاسره لتطوير اساليبها الفنيه للتعامل مع الاسره حيث تؤدي المهنة في مختلف جوانب الخدمات الوقائيه والعلاجيه والانمائيه التي تقدم للاسره وكذلك تعمل على تخطيط البرامج وتنسيق الموارد ورصد امكانيات المجتمع لرعايه الاسره وهي بذلك تستخدم طرقا واستراتيجيات وتكنيكات خاصه بها. (محمود، ٢٠٠٨، ص.٥٢)

والأخصائي الاجتماعي هو العنصر الاساسي في ممارسه مهنة الخدمه الاجتماعيه في اي مجال من المجالات والتي يعتبر مجال رعايه المراه المطلقه احدها كان لا بد من الاهتمام بممارسته من نماذج المهنيه التي تساعد على اداء ادوارهم مهنيه داخل مؤسسات رعايه المراه المطلقه على اعلى مستوى. (عوض، ٢٠٠٨، ص.٥٧) وهذا ما أكدت عليه نتائج العديد من الدراسات والتي أشارت لأهمية الخدمة الاجتماعية والأخصائي الاجتماعي وطريقة العمل مع الجماعات في تنمية المهارات الحياتية مثل:

دراسة عياد (٢٠١٤) والتي أكدت علي أهمية تقويم دور الاخصائي الاجتماعي في اكساب المراه المعيله المهارات الحياتيه مهاره حل مهاره المشاركه المجتمعيه مهاره تكوين علاقات اجتماعيه ووضحت نتائج الدراسه ان قدره المراه على تحمل المسؤوليه جاءت في الترتيب الاول كما اوضحت الدراسه ان قدره المراه على حل المشاكل التي تواجهها جاءت في الترتيب الثاني ثم جاء في المرتبه الاخيريه قدره المراه على تكوين العلاقات الاجتماعيه فان هناك دور للاخصائي الاجتماعي في اكساب المراه المعيله المهارات الحياتيه. (عياد، ٢٠١٤).

دراسه حجازي(٢٠١٦) هدفت الى تنمية مهارات حل المشكلات لخفض اغراض ما بعد الطلاق وبرزت نتائج الدراسه وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات افراد المجموعه التجريبيه في القياسيين القبلي والبعدي في كل بعد من ابعاد مقياس مهارات حل المشكلات والدرجه الكليه للمقياس لصالح القياس البعدي واكدت ايضا صحه جميع فروضها الفرعية.

دراسة بي بي زوهريا وحسيني (2015) R. Hossein. S. Bi Bi Zohreh. دراسة استهدفت التحقق من فعالية العلاج الجماعي المعرفي والتدريب الجماعي للمهارات الحياتية على الاكتئاب ونوعيه الحياه والصدق المعرفي الفوقي للنساء المطلقات لقد اظهرت النتائج ان العلاج الجماعي المعرفي الفوقي حسن بشكل كبير المعتقدات الايجابية حول القلق والتحسين السريري العام ومؤشر الانطباع وكذلك الرضا السريري. (Bi Bi Zohreh. R. Hossein.) (S2015)

دراسة هاشم (٢٠٢٠) استهدفت الدراسة اختبار فاعليه نموذج الحياه من منظور الممارسه العامه في الخدمه الاجتماعيه في تخفيف حده الضغوط الاجتماعيه النفسيه الاقتصاديه التي تعاني منها المطلقات وتوصلت نتائج الدراسه الى فاعليه استخدام نموذج الحياه من منظور الممارسه العامه في الخدمه الاجتماعيه في التخفيف من حده الضغوط التي تعاني منها المطلقات.

دراسة عبيد(٢٠٢١) هدفت الدراسه الى التعرف على فاعليه العلاج المعرفي السلوكي لتنمية الشفقه بالذات وتحقيق الصمود النفسي لعينه من المطلقات المترددات على محكمه الاسره وتوصلت نتائج البحث الى فاعليه البرنامج المستخدم في تنميه الشفقه بالذات وتحسين الصمود النفسي لدى عينه البحث. (عبيد، ٢٠٢١)

دراسة السيد (٢٠٢١) سعت الى تحقيق هدف رئيس تمثل في اختبار فاعليه النموذج الانتقائي في خدمه الفرد في تنميه المرونه الايجابيه لدى المطلقات واثبتت نتائج الدراسه صحه الفرد الرئيس ومؤداه توجد علاقه ايجابيه ذات دلالة احصائيه بين استخدام النموذج الانتقائي في خدمه الفرد ونموذج المرونه الايجابيه لدى المطلقات كما اكدت على صحه فروضها الفرعية.

دراسة احمد (٢٠٢١) هدفت الى تحقيق هدف رئيس تمثل في اختبار فاعليه استخدام نموذج الحياه من منظور الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه في تنميه الدعم الاجتماعيه للمطلقات حديثا واثبتت نتائج الدراسه على صحه الفرد الرئيس ومؤداه توجد علاقه ايجابيه ذات دلالة احصائيه بين استخدام نموذج الحياه من منظور الممارسه العامه للخدمه الاجتماعيه وتنميه الدعم الاجتماعيه للمطلقات حديثا كما اكدت على صحه فروضها الفرعية. فتلك المهارات تجعل السلوك الاجتماعي للافراد مقبولا وتساعدهم على التخطيط الوظيفي الصحيح في المستقبل وصنع القرار وتكوين علاقات ايجابيه اجتماعيه سليمة.

ومن هنا يتضح لنا اهمية تنميه المهارات الحياتيه للمراه المطلقه لكي تتمكنها من مواجهه مشكلاتها ومن تطوير ادائها الاجتماعي وخاصه المهارات التي ترتبط بعلاقاتها الاجتماعيه ومجال اتصالاتها وبقدرتها على اتخاذ قرار ناجح وعلى تحديد وتحليل مشكلاتها وقدراتها على استثمار الموارد وغيرها من المهارات اللازمه لحياتها.

والخدمه الاجتماعيه من المهن التي يمكن ان تلعب دورا هاما في موعدها هذه المشكله والحد منها مع بقيه المهن والعلوم الاخرى عن طريق جهودها المهنيه في مجال الاسره حيث ان الخدمه الاجتماعيه الاسريه تهتم ضمن ما تهتم بالعلاقات الاجتماعيه في المحيط الاسره والمحافظة على حسن وسلامه وايجابيه هذه العلاقات كما ان لها دورا بناء في الكيان الاجتماعي يؤدي الى التعاون والتقارب بين اعضائها. (عفيفي، ٢٠٠٨، ص.٨٧)

وطريقة خدمة الجماعة تستخدم كوسيله لمساعدته اعضائها على النمو وتحقيق الاهداف وحل المشكلات وتنميه اتجاهاتهم ومهاراتهم الايجابيه من خلال المشاركه الجماعيه الفعاله وذلك من خلال استخدام النماذج والمهارات والادوار والاساليب المكانيه تحقيق الاهداف الوقائيه والعلاجيه والانمائيه للطريقه. ( خليل، ٢٠١٣، ص.١٦٥)

وبالتالي طريقه خدمه الجماعه كاحدى طرق مهنة الخدمه الاجتماعيه تمارس في العديد من المجالات المجتمعيه ومنها مجال رعايه المراه كاحد الاساسيه التي تتعامل معها الطريقه واذا كان الاهتمام بالمراه في الظروف العاديه امرا واجبا في انه يصبح مطلبا ملحا وامرا ضروريا في ظروف المراه المطلقه من اجل مساعدتها على مواجهه ما يقابلها من مشكلات استنادا لما يتوفر لدى طريقه التعامل مع الجماعات من نظريات ومدخل ونماذج علميه ومهنيه عديده. ( منقريوس، ٢٠١٥، ص.١٣٢)

فالمهارات الحياتية المعرفه والسلوك الايجابي والاتجاهات والقيم والقدرة على ان تعرف كيف تفعل الاشياء او تصل الى الاهداف المنشوده وهي تشمل كفاءات مثل التفكير الناقد والابداع والقدرة على التنظيم والمهارات الاجتماعيه ومهارات الاتصال وحل المشكلات والقدرة على التعاون على اساس ديمقراطي. ( عبد المعطي، ٢٠٠٨، ص.١٧٩)

والمهارات الحياتيه مجموعه من القدرات والاستعدادات النسبيه اللازمه للفرد للاطلاع الحياتيه له في حياته اليوميه من قبل اداره المنزل ووضع الميزانيه والتخطيط واعداد واجبات الطعام والحفاظ على نظافه المنزل والصحه الشخصيه والوصول الى الفرص التعليميه والمهنيه المناسبه للفرد والاستفادة من توظيف النظام الاجتماعي القائم من اجل الحصول على المساعده المطلوبه والحفاظ على التفاعلات الاجتماعيه الايجابيه مع الاخرين في المجتمع.

ويمكن القول بانها درجة اتقان الفرد لمجموعه من السلوكيات كما تبدو منعكسه خلال تفاعله مع الاخرين ومحاولاته لاقامه علاقات شخصيه متبادله بنجاح وتفكير واتخاذ قرار سليم وتفاعله مع مواقف الحياه بضغطها المختلفه. ( ابراهيم، ٢٠١٢ )  
فالمهارات الحياتيه في هذه الدراسه هي القدر اللازم من المهارات اللازمه للمراه المطلقه لممارسه حياتها اليوميه ونشاطاتها الحياتيه مثل مهارات اتخاذ القرارات واستثمار الموارد والمشاركه واداره الوقت والاتصال والتواصل مع الاخرين.

وتسعى طريقه العمل مع الجماعات إلى تطوير أساليبها وتكنيكاتها من خلال أفضل التدخلات المهنية التي تتمتع بمستوى عال من الكفاءة والفاعلية ويجب على الأخصائيين الاجتماعيين أن يكونوا حريصين على الاستزادة والمعرفية والمهارية وهكذا يتضح لنا أن فهم الأفراد من خلال الجماعة انما يتطلب معرفة بالمعطيات النظرية التي تساعد على فهم الأفراد من خلال دورة حياتهم كذلك أيضاً كيفية التأثير في البناء الاجتماعي وسلوك الأعضاء وسياقهم الاجتماعي. (منقريوس، ٢٠٠٩، ص ٢١٤ )

حيث إن طريقه العمل مع الجماعات تهدف إلى مواجهة المشكلات من خلال البرامج الجماعية لمساعدتهم على تحقيق أغراضهم الفردية والجماعية من خلال ممارسة برامج مخططة تتلاءم مع الاحتياجات.

وأن طريقه العمل مع الجماعات تهدف إلى مواجهة المشكلات من خلال البرامج الجماعية لمساعدتهم على تحقيق أغراضهم الفردية والجماعية من خلال ممارسة برامج مخططة تتلاءم مع الاحتياجات، وتسعى الممارسة المهنية لطريقه العمل مع الجماعات إلى إحداث تغييرات في الفرد من خلال الجماعة.

ولذلك تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤل الرئيسي: ما البرنامج المقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة ؟  
أهمية الدراسة:

- ١- تزايد الاهتمام بمجال رعاية المرأة المطلقة سواء على المستوى القومي أو الدولي وذلك لزيادة أعدادهم مما يتطلب العمل معهم لتنمية مهاراتهم الحياتية وإعطاءهم الفرصة للمشاركة في المجالات المختلفة داخل المجتمع
- ٢- وضع برامج للمهارات الحياتية اللازم تنميتها للمرأة المطلقة التي قد تعينها على القيام بمسئولياتها المستقبلية.

٣- أهمية ممارسة النماذج والمداخل العلمية والمهنية لطريقة خدمة الجماعة في رعاية المرأة المطلقة.

٤- أهمية طريقة خدمة الجماعة باعتبارها من أهم الطرق التي تساعد في الكشف عن واقع الممارسة وتفعيلها في مجال رعاية المرأة المطلقة.

٥- إثراء الجانب المعرفي بالتوصل إلى برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة. أهداف الدراسة: حيث يتمثل الهدف الرئيسي للدراسة فيما يلي: التوصل إلى برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة.

وينبثق من هذا الهدف مجموعة من الأهداف الفرعية:

- تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة.
- تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة.
- تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة.
- تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة.

تساؤلات الدراسة: حيث يتمثل التساؤل الرئيسي للدراسة فيما يلي: ما البرنامج المقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة ؟

وينبثق من هذا الهدف مجموعة من التساؤلات الفرعية:

- ما دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة.
- ما دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة.
- ما دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة.
- ما دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة.

مفاهيم الدراسة وإطارها النظري:

أ. تعريف المهارة:

المهارة هي عمل له هدف محدد يمكن تعلمه، و يتضمن الإجراءات التي يتم تنفيذها بالتسلسل والتي يمكن تنظيمها بطريقة تتطوي على توفير الجهد وتقييمها من حيث صلتها (Trevithick، ٢٠١٢، ص. ١٥٥).

كما تعرف المهارة على انها انماط التفاعل الناجح مع البيئة وتحقق للفرد ما يصبو بدون ان يترك اثار سلبية على الاخرين.

وهي القدرة على القيام بالاعمال المعقدة بسهولة ودقة مع القدرة على التكيف الالاء للظروف المتغيرة. ( حبيب، ٢٠٠٨، ص. ٩٩ ).

كما تعرف المهارة على أنها القدرة على القيام بالأعمال الحركية المعقدة بسهولة والدقة مع القدرة على تكيف الأداء للظروف المتغيرة وهناك درجات مختلفة للمهارة ويمكن التعرف عليها عن طريق اختبارات المهارة التي تمكن من معرفة مدى اكتساب المهارات اللازمة لممارسة مهنة معينة. (بدوي، ١٩٩٣، ص ٣٧٨).

#### ب. تعريف المهارات الحياتية:

المهارات الحياتية هي القدرة على انجاز المهمة المطلوبه باتقان وفي الوقت المحدد مع وجود الرغبة لدى الشخص لتحقيق ذلك. ( ابو النصر ٢٠٠٦ ص. ٧٧)

كما انها المهارات اللازمة للفرد لممارسه حياته اليومية ونشاطاته الحياتيه في البيئه وتشمل هذه المهارات مهارات اداره الوقت والجهد اتخاذ القرارات الاتصال مع الاخرين وحسن اختيار واعداد وتناول الغذاء الصحي والعنايه بالملبس والمسكن. ( عطيه ٢٠٠٧ ص. ٥٩)

وتعد المهارات الحياتيه احد اشكال التغيير المطلوب احداثه بهدف اعداد الفرد للحياه في المجتمع من خلال ما تضيف على الشخصيئه الانسانيه من تفاعل ايجابي على كافه الجوانب بصفه عامه. (منقربوس. ٢٠٠٥ ص. ١٨)

وهي مهارات قابلة للتحويل تمكن الأفراد من التعامل في الحياة اليومية واحراز التقدم والنجاح في المدرسة والعمل والحياة الاجتماعية.

كما انها تهئ الفرص للأفراد في حياتهم اليومية كما انهم يدركونها أيضا في سياق المميزات الاجتماعية الخاصة بهم ومساهماتهم تجاه التغيير الاجتماعي. (اليونيسيف، ٢٠١٨، ص. ١٦)

#### تعريف المهارات الحياتية الإجرائي:

وتقصد الباحثة بتلك المهارات طبقا لدراستها وطبقا لدراسة تقدير الموقف التي قامت بإجرائها هي تلك المهارات التي تستمر باستمرار الحياة وتساعد المرأة المطلقة على مواجهة مشكلاتها واشباع احتياجاتها والتعامل مع البيئة المحيطة والتي اتضحت فيما يلي:

- مهارة حل المشكلات.
- مهارة الاتصال.
- مهارة اتخاذ القرار.
- مهارة استثمار الموارد.

**ج. مفهوم المراه المطلقة:**

تعرف المراه المطلقة بأنها تلك المراه التي انتهت علاقته زوجها بموجب اصدار او اعلان قانوني ببطلان هذه الرابطة بينها وبين زوجها بمعنى رفع قيد النكاح في الحال او المال. (شليبي، ١٩٩٠، ص.٨٥)

وتنقسم المراه المطلقة الى: (الطهطاوي، ٢٠٠٠، ص.٧٩)

- المطلقة بحكم القانون وهي المراه التي طلقها زوجها بموجب اصدار او اعلان قانوني.
- المطلقة المختلعه وهي التي تعطي زوجها ما اعطاها وتزيد من مالها.
- المطلقة المفتديه وهي التي تقتدي نفسها ببعض ما اعطاها زوجها وتمسك ببعضه.
- المطلقة المبارئه وهي التي برات زوجها من قبل ان يدخل بها.

**ويقصد بمفهوم المراه المطلقة في هذه الدراسة:**

هي المرأة التي تم تطبيقها والتي تحتاج إلى تنمية مهاراتها الحياتية والتي تم تحديدها في إطار دراسة تقدير الموقف والتي أجرتها الباحثة وهي:

- مهارة حل المشكلات.
- مهارة الاتصال.
- مهارة اتخاذ القرار.
- مهارة استثمار الموارد.

**د. أهمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة**

- ان المهارات الحياتية تجعل المرأة قادره على التفاعل الصحيح بينهما وبين الاخرين وبينها وبين البيئه وهذا يساعدها على عرض افكارها ومعايشه المجتمع والتعامل مع المواقف التي تواجهها تجعلها اكثر فعاليه في مواجهه التحديات والمشكلات التي تواجهها في حياتها.

- تمكن المرأة من الارتباط بالمجتمع والتعرف على قضاياها وتعددها للتفاعل مع ما يمر به من احداث ومشكلات.

- تكسب المرأة خبرات مباشرة عن طريق التفاعل المباشر بالاشخاص والظواهر وكتبتها الاحساس بمشكلات المجتمع وتولد لرؤيها الرغبه في حلها.

- تساعد المرأة على النضج الاجتماعي واكتساب قوه نفسيه امام الغير .

- لها أهمية في اثراء علاقات المراه بنفسها وبغيرها واكسابها القدره على تقييم جوانب القوه

والضعف. ( جاد الله، ٢٠١٢، ص.٢٤١)



- تساعدها على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي.
- تنمي لديها قدره على اتخاذ القرار.
- يساعدها على تطوير فهم الذات والتخطيط الجيد. ( فرحان، ٢٠١٧، ص.١٩٦.)
- هـ. أهداف المهارات الحياتية للمرأة المطلقة:
  - إتاحة الفرصة لها لتحمل مسؤوليتها امام نفسها وامام المجتمع.
  - تنميه الوعي الذاتي لديها. ( عبد المعطي، ٢٠٠٨، ص.٨٧ )
  - تنميه قدره المراه على حل المشكلات الحياتيه في البيئه المحيطه بها.
  - تحسين ممارساتها الحياتيه المختلفه فالمراه تحتاج المهارات الحياتيه في كل شؤون الحياه الخاصه والاسريه والعملية وغيرها.
  - تزويد المرأة بالمعلومات والخبرات الحياتيه التي يحتاجها في مواقف الحياه المختلفه. (مقدادي، ٢٠١٣، ص.٢١٢)
- و.المهارات التي يجب ان تتدرب عليها المراه المطلقة:
  - ان تكون من المهارات التي يستفيد منها الفرد في حياته.
  - ان تساعدها على حسن التعامل مع الاخرين.
  - ان تساعدها على التعامل في المواقف المختلفه.
  - ان تساعدها في المواقف التي يتم فيها اتخاذ القرار.
  - ان تساعدها في تحقيق نمو الرقي به في المجتمع التي تعيش فيه.
- ز. ابعاد المهارات الحياتيه: (ابراهيم، ٢٠٠٩، ص.١٧٥ )
  - الجانب العقلي المعرفي.
  - الجانب الوجداني الانفعالي.
  - الجانب السلوكي الادائي في المهاره.
- ح. العوامل المؤثره على تنميه المهارات الحياتيه للمراه المطلقة:
  - العلاقه المدعمه اي وجود ما يدعم اكتساب المهاره وغياب هذه العلاقه الداعمه تجعل المراه تميل الى اهمال المهاره ووجود المدعم يؤثر ايجابيا في تعليم المهاره.
  - التعليمات معظم تعليمات اداء المهارات الحياتيه مكتسبه من البيت والمدرسه والجامعه وهناك تعليمات للدراسه والحفاظ على الصحه والعمل ويجب تعلمها بطريقه صحيحه في المدرسه والجامعه.

- اتاحة الفرصة الاعتماد على الاخرين يسبب صعوبه في اكتساب المهاره فيجب اتاحة الفرصة للمرأة لممارسه المهارة.
- التفاعل مع الاقران قد يكون تعلم المهارات من الزملاء والبيئه المحيطه مفيدا او ضارا حسب طبيعه المهارات وهؤلاء الزملاء. (العلی، ٢٠١٥، ص.٦٦)
- ط. تصنيفات المهارات الحياتية للمرأة المطلقة
- هناك العديد من التصنيفات المهارات الحياتيه تختلف باختلاف المؤسسات والمنظمات التربويه واختلاف مجال كل باحث فمجموعه الظروف تجعل شخص ما يحتاج الى مهارات حياتيه لا يحتاجها شخص اخر لان لديه بالفعل فان كل شخص له ظروفه الخاصه التي تحكم عليه اكتساب مهارات معينه من اجل ان تجعل حياته اكثر توفقا واستقلالا. (فرحان، ٢٠١٧)
- وقد اشار تقرير منظمه الصحه العالميه ١٩٩٣ الى ١٠ مهارات اساسيه اعتبرها اهم مهارات الحياه بالنسبه للفرد وهي:
- مهارة اتخاذ القرار.
- مهارة حل المشكله.
- مهارة التفكير الابداعي.
- مهارة التفكير الناقد.
- مهارة الاتصال الفعال.
- مهارة العلاقات الشخصيه.
- مهارة الوعي الذاتي.
- مهارة التعاطف.
- مهارة التعايش مع الانفعال.
- مهارة التعايش مع الضغوط.
- سادساً: الإجراءات المنهجية للدراسة:
- نوع الدراسة: تنتمي هذه الدراسة إلى نمط الدراسات الوصفية للظواهر المختلفه وتم تحديد نوع الدراسة ارتباطاً بمشكلة الدراسة والهدف من دراستها حيث تهدف تلك الدراسة التوصل إلى برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة.
- منهج الدراسة: المسح الاجتماعي بالعينة لتحديد مجتمع الدراسة من المرأة المطلقة.
- أدوات الدراسة: إتمدت الدراسة على الأداة الآتية:
- مقياس مطبق على المرأة المطلقة لتنمية المهارات الحياتية.

- مقياس مطبق على الاخصائيين الاجتماعيين للتوصل إلى برنامج مقترح من منظور خدمة الجماعة لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة.

مراحل إعداد المقياس:

أولاً: تحديد موضوع المقياس وأبعاده:

قامت الباحثة بإعداد المقياس بعد الاطلاع على الجزء النظري الخاص بالدراسة والاطلاع على المقاييس المتشابهة وفي ضوء ذلك تم تحديد الأبعاد الآتية:

البعد الأول: تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة.

البعد الثاني: تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة.

البعد الثالث: تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة.

البعد الرابع: تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة.

ثانياً: جمع عبارات المقياس:

بعد الاطلاع على الجزء النظري الخاص بالدراسة والاطلاع على المقاييس المتشابهة كونت الباحثة المقياس في صورته الأولية كالآتي:

البعد الأول: تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة وتضمن ١٣ عبارة.

البعد الثاني: تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة وتضمن ١٣ عبارة.

البعد الثالث: تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة وتضمن ١٤ عبارة.

البعد الرابع: تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة وتضمن ١١ عبارة.

ثالثاً: مرحلة التحكيم:

بعد أن قامت الباحثة بإعداد دليل المقياس في صورته الأولية قامت بعرضه على

بعض المحكمين من السادة الأكاديميين المتخصصين في الخدمة الاجتماعية والبحث

الاجتماعي وعددهم ( ١٠ ) وتم تحكيم المقياس من حيث: ١- ارتباط كل عبارة بالبعد المراد

قياسه. ٢- سلامة صياغة العبارة. ٣- وضوح العبارة.

٤- حذف أي عبارة غير مناسبة أو مرتبطة بالبعد وإضافة بعض العبارات التي يرونها

مناسبة.

وقد قامت الباحثة نتيجة لهذا التحكيم بحذف العبارات التي لم يتفق عليها ٨٠% من المحكمين

كما تم إضافة بعض العبارات الأخرى وإعادة صياغة بعض العبارات وبذلك أصبح المقياس

في صورته النهائية كما يلي:

البعد الأول: تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة وتضمن ١١ عبارة.

**البعد الثاني:** تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة وتضمن ١٠ عبارة.

**البعد الثالث:** تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة وتضمن ١٠ عبارة.

**البعد الرابع:** تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة وتضمن ٨ عبارة.

وقد وضعت الباحثة تدرجاً ثلاثياً لتصحيح المقياس وهي:

( نعم - إلي حد ما - لا ) بحيث تعطي ٣ درجات إلى نعم ودرجتان إلى حد ما ودرجة واحدة

للا بالنسبة للعبارات الايجابية والعكس بالنسبة للعبارات السلبية.

**رابعاً: ثبات أدوات المقياس:**

تم إجراء ثبات المقياس باستخدام إعادة الاختبار على عدد ( ١٥ ) من السيدات

المطلقات خلال ١٥ يوم واستخدام معامل سييرمان وتم حساب معامل ثبات أبعاد المقياس

والمقياس ككل كما هو موضح بالجدول التالي:

**جدول ( ١ ) يوضح معاملات ثبات وصدق أبعاد المقياس ككل**

م	المعاملات الإحصائية الأبعاد	معامل الثبات	معامل الصدق الإحصائي
١	البعد الأول	٠,٩٣	٠,٩٦
٢	البعد الثاني	٠,٩٦	٠,٩٨
٣	البعد الثالث	٠,٩٥	٠,٩٧
٤	البعد الرابع	٠,٩٣	٠,٩٦
	المقياس ككل	٠,٩٤	٠,٩٧

- تم حساب معامل الصدق الإحصائي باستخدام الجذر التربيعي للثبات.

- وتبين من الجدول السابق أن أبعاد المقياس والمقياس ككل يتسم بدرجة عالية من الصدق والثبات

حيث بلغ معامل الثبات الكلي ٠,٩٤ ومعامل الصدق ٠,٩٧.

**خامساً: المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة:**

تم استخدام اسلوب الإحصاء الوصفي والإحصاء التحليلي من خلال المعاملات الإحصائية التالية:

- الوسط الحسابي للمتغيرات الكمية في وصف مجتمع الدراسة، حساب الأوزان ومتوسط

الأوزان والقوى النسبية للعبارات والأبعاد الخاصة بأداة الدراسة.

**خامساً: مجالات الدراسة:**

**المجال المكاني:** جمعية جنات الخلود وتم اختيارها للأسباب التالية:

١- توافر عينة الدراسة.

٢- ترحيب الجمعية بإجراء الدراسة.

- ٣- ان الجمعية تخدم المرأة المطلقة واسرتها.
- ٤- تساعد المرأة المطلقة من خلال دورات تدريبية وارشادية فى كافة جوانب الحياة.
- المجال البشري:** عينة من السيدات المطلقات المترددات على الجمعية وبلغ عددهم ( ٨٠ ) وقت اجراء الدراسة وفقاً للشروط الآتية:
- ١- أن يكون السن من ٢٠ : ٤٠ سنة.
- ٢- أن تكون من المترددات على الجمعية.
- ٣- ان تكون حاصلة عل دورات تدريبية وارشادية لتنمية المهارات الحياتية.
- فريق العمل بالجمعية بلغ عددهم ١٠ مفردة.
- المجال الزمني:** وهي تعتبر فترة جمع البيانات من الميدان والتي تحددت في الفترة من ٢٠٢١/١٠/١٥ وحتى ٢٠٢٢/١/٧م.

جدول ( ٢ ) يوضح خصائص عينة البحث من فريق العمل والسيدات المطلقات

السيدات المطلقات (ن=٨٠)			فريق العمل (ن=١٠)		
%	عدد	المتغير	%	عدد	المتغير
١٥ %	١٢	الفئة العمرية أقل من ٢٥	٢٠ %	٢	النوع ذكر
٢٠ %	١٦	-٢٥	٨٠ %	٨	أنثى
٣٥ %	٢٨	-٣٠			
٣٠ %	٢٤	٣٥ فأكثر			
٥ %	٤	الحالة التعليمية أمية	٦٠ %	٦	الفئة العمرية ٢٥ -
٥ %	٤	تقرأ وتكتب	٣٠ %	٣	٣٥ -
٤٠ %	٣٢	مؤهل متوسط	١٠ %	١	٤٥ فأكثر
٥٠ %	٤٠	مؤهل عالي			
١٥ %	١٢	عدد الابناء ١	٨٠ %	٨	الحالة التعليمية مؤهل عال
٥٠ %	٤٠	٢	٢٠ %	٢	ماجستير
٢٥ %	٢٠	٣			
١٠ %	٨	٤			
٧٥ %	٦٠	الحالة العملية تعمل	٣٠ %	٣	مدة العمل ٢ -
٢٥ %	٢٠	لا تعمل	٥٠ %	٥	٤ -
			٢٠ %	٢	٦ فأكثر
			١٠٠ %	١٠	الحصول على دورات نعم
			.	.	لا

بالنسبة لعينة الدراسة من فريق العمل:

يتضح من الجدول السابق أن ٨٠% من عينة الدراسة إناث و ٢٠% ذكور وأن نسبة ٦٠% من عينة الدراسة تقع في الفئة العمرية ما بين ٢٥ إلى أقل من ٣٥ سنة بينما جاء في الترتيب التالي الفئة العمرية من ٣٥ إلى أقل من ٤٥ سنة بنسبة ٣٠% وأخيراً من ٤٥ سنة فأكثر بنسبة ١٠% بينما نسبة الحاصلين على مؤهل عال جاءت في الترتيب الأول بنسبة ٨٠% ثم يأتي في الترتيب الثاني الحاصلين على الماجستير بنسبة ٢٠% كما أن مدة العمل من ٤ سنوات إلى أقل من ٦ سنوات بلغت نسبتهم ٥٠% ومدة من سنتين إلى أقل من ٤ سنوات في الترتيب التالي بنسبة ٣٠% ومن ٦ سنوات فأكثر في الترتيب التالي بنسبة ٢٠%، وأتضح أن جميع عينة الدراسة حصلوا على دورات بنسبة بلغت ١٠٠%.

أما بالنسبة لعينة الدراسة من السيدات المطلقات:

يتضح من الجدول السابق أن نسبة ٣٥% من عينة الدراسة تقع في الفئة العمرية من ٣٠ إلى أقل من ٣٥ سنة بينما جاء في الترتيب التالي الفئة العمرية من ٣٥ سنة فأكثر بنسبة ٣٠% وفي الترتيب الثالث من ٢٥ إلى أقل من ٣٠ سنة بنسبة ٢٠% وأخيراً الأقل من ٢٥ سنة بنسبة ١٥% بينما وجد أن ٥٠% من عينة الدراسة حاصلات على مؤهل عال و ٤٠% منهن حاصلات على مؤهل متوسط بينما نسبة ٥% للأميات وتقرأ وتكتب. وبالنسبة لعدد الإبناء فوجد أن نسبة ٥٠% لعدد ٢ من الإبناء و ٢٥% لعدد ٣ أبناء ونسبة ١٥% لعدد ١ من الإبناء وأخيراً نسبة ١٠% لعدد ٤ أبناء. بينما الحالة العملية لعينة الدراسة فجاءت تعمل بنسبة ٧٥% ولا تعمل ٢٥%.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

من وجهة نظر الأخصائيين:

جدول (٣) تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة (ن=١٠)

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التخطيط السليم.	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٢	تزويد المرأة المطلقة بالمعلومات عن أسباب المشكلات.	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٣
٣	تزويد المرأة المطلقة بالقدرة على ترتيب المشكلات حسب أهميتها	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٤	المساعدة في التعرف على كل جوانب المشكلة	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٢

م	العبرة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
٥	الاستعانة بخبرة الآخرين في مواجهة المشكلات	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٦	اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التعلم الذاتي	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٢
٧	اكتسابها القدرة على التفكير في بدائل حل المشكلات	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٨	تحديد الأسباب الأكثر تأثير في المشكلة	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٢
٩	اكتسابها القدرة على جمع المعلومات لايجاد حلول سريعة للمشكلة	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
١٠	القدرة على البدء بحل الجزء السهل من المشكلة	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	١
١١	القدرة على اختيار اسرع حل للمشكلة	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٣
	المجموع	٩٤	١٤	٢	٣١٢		١٠,٤	
	المتوسط الحسابي	٨,٥	١,٣	٠,٢	٢٨,٤		٠,٩٤	
	النسبة (%)	٨٥,٥	١٢,٧	١,٨				
	القوة النسبية							٩٤%

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة حل المشكلة) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٣١٢) بمتوسط بلغ (٢٨,٤) وبوزن مرجح (١٠,٤) وكذلك بقوة نسبية بلغت ٩٤%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد ( ٩٤ ) مفردة يمثلون نسبة (٨٥,٥%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (١٤) مفردة بنسبة (١٢,٧%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٢) مفردة يمثلون نسبة (١,٨%).

كما أظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارات "اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التخطيط السليم" و "تزويد المرأة المطلقة بالقدرة على ترتيب المشكلات حسب أهميتها" و "الاستعانة بخبرة الآخرين في مواجهة المشكلات" وعبارة "اكتسابها القدرة على التفكير في بدائل حل المشكلات" و "اكتسابها القدرة على جمع المعلومات لايجاد حلول سريعة للمشكلة" و "يوضح أفكاره حتى لا يحدث سوء فهم" جاءت في الترتيب الأول بمتوسط مرجح بلغ (٢,٩) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٦٧). وجاء في الترتيب الثاني عبارات "يتبادل الأفكار والمعلومات مع زملاءه" و "اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التعلم الذاتي" و "تحديد الأسباب الأكثر تأثير في المشكلة" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨) وبوزن مرجح (٠,٩٣٣). أما الترتيب الثالث فكان للعبرة "تزويد المرأة المطلقة بالمعلومات عن أسباب المشكلات" و "القدرة على اختيار اسرع حل

للمشكلة" بمتوسط مرجح (٢,٧) ووزن مرجح (٠,٩)، وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة مسعود (٢٠١٢)، المعصوبي (٢٠١٥)، حجازي (٢٠١٦)، عثمان (٢٠١٦)، هاشم (٢٠٢٠)، Huge (2020)، zehtabet et al (2012) والتي أدت نتائجها علي ضرورة القيام بتشجيع المرأة المطلقة على اكتساب المهارات الحياتية وذلك سوف يساعدها بطريقة مباشرة في مواجهة مشكلاتها وتعلمها كيفية حل تلك المشكلات.

#### جدول (٤) دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة (ن=١٠)

م	العبرة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	اكسابها القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين.	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
٢	القدرة على تبادل الافكار والمعلومات مع الآخرين.	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٣	الإشتراك في المناسبات الاجتماعية.	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
٤	التواصل مع المسؤولين لحل المشكلات.	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣
٥	الإشتراك في الأنشطة المختلفة بالجمعية.	٧	٢	١	٢٦	٢,٦	٠,٨٦٧	٥
٦	تبادل الآراء مع الآخرين لمواجهة المواقف المختلفة.	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٧	التواصل مع ذوي الخبرة لاتخاذ القرارات الخاصة بهم.	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٤
٨	القدرة على التعامل مع الضغوط.	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٩	القدرة على التكيف مع الآخرين.	٧	٢	١	٢٦	٢,٦	٠,٨٦٧	٥
١٠	تطوير مهاراتها الاجتماعية الايجابية في الاتصال بالآخرين.	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
	<b>المجموع</b>	٨٦	١١	٣	٢٨٣		٩,٤	
	<b>المتوسط الحسابي</b>	٨,٦	١,١	٠,٣	٢٨,٣		٠,٩٤	
	<b>النسبة (%)</b>	٨٦	١١	٣				
	<b>القوة النسبية</b>							٩٤%

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة الاتصال) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٨٣) بمتوسط (٢٨,٣) ووزن مرجح (٩,٤) وكذلك بقوة نسبية بلغت ٩٤%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد (٨٦) مفردة يمثلون نسبة (٨٦%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (١١) مفردة بنسبة (١١%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٣) مفردة يمثلون نسبة (٣%). كما أظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة " اكسابها القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين" و " الإشتراك في المناسبات الاجتماعية" جاءت في الترتيب الأول



بمتوسط مرجح بلغ (٣) وبوزن مرجح بلغ (١). وجاء في الترتيب الثاني عبارات " القدرة على تبادل الافكار والمعلوكات مع الآخرين" و" تبادل الآراء مع الآخرين لمواجهة المواقف المختلفة" و" القدرة على التعامل مع الضغوط" و" تطوير مهاراتها الاجتماعية الايجابية في الاتصال بالآخرين" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٩) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٦٧) وفي الترتيب الثالث جاءت عبارة" الاتصال بالمسئولين لحل المشكلات" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٣٣). وجاء في الترتيب الرابع عبارة" التواصل مع ذوي الخبرة لاتخاذ القرارات الخاصة بهم" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٧) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩). كما جاءت عبارة" الاشتراك في الانشطة المختلفة بالجمعية" و" القدرة على التكيف مع الآخرين" في الترتيب الخامس بمتوسط مرجح بلغ (٢,٦) وبوزن مرجح بلغ (٠,٨٦٧)، وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة كلا من همام(٢٠٠١) ، عياد (٢٠١٤)، المعصوبي (٢٠١٥)، المرشد (٢٠١٦)، احمد (٢٠٢١) Rahimi & et al 2019، ٢٠٢١، وللاتي أشارتا إلي أن المهارات الحياتية تساعد الفرد على التكيف الايجابي مع الآخرين ومواجهة التحديات اليومية في الحياة لأنها من أهم المتطلبات الضرورية لتفاعلات الفرد مع الآخرين في المجتمع الذي يعيش فيه من خلال مهارة الاتصال، ولن يظهر ذلك إلا من خلال مساعدة المرأة الملقاة علي الإتصال والتفاعل مع الآخرين.

#### جدول (٥) تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة (ن=١٠)

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	تزويد المرأة المطلقة بالخبرات الحياتية للمواقف	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣
٢	اكتسابها المعارف حول بدائل القرار	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٣	القدرة على اختيار البديل المناسب	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣
٤	الاستعانة بنصائح الآخرين قبل اتخاذ القرار	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣
٥	مشاركة أفراد الأسرة في اتخاذ القرار	٧	٢	١	٢٦	٢,٦	٠,٨٦٧	٥
٦	القدرة على تحمل مسؤولية اتخاذ القرار	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
٧	جعلها أكثر فاعلية في مواجهة التحديات	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٤
٨	القدرة على معرفة ايجابيات وسلبيات القرار	٧	٢	١	٢٦	٢,٦	٠,٨٦٧	٥
٩	بناء الثقة بالنفس لاتخاذ القرار السليم	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٤
١٠	التفكير بشكل منظم قبل اتخاذ القرار	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
	المجموع	٨٣	١٣	٤	٢٧٩		٩,٣	
	المتوسط الحسابي	٨,٣	١,٣	٠,٤	٢٧,٩		٠,٩٣	
	النسبة (%)	٨٣	١٣	٤				
	القوة النسبية							٩٣ %

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة اتخاذ القرار) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٧٩) بمتوسط (٢٧,٩) ووزن مرجح (٩,٣) وقوة نسبية بلغت ٩٣ %.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد (٨٣) مفردة يمثلون نسبة (٨٣%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (١٣) مفردة بنسبة (١٣%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٤) مفردة يمثلون نسبة (٤%).

وأظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة "القدرة على تحمل مسئولية اتخاذ القرار" و"التفكير بشكل منظم قبل اتخاذ القرار" احتلت الترتيب الأول بمتوسط مرجح (٣) ووزن مرجح (١). وجاء في الترتيب الثاني عبارة "اكتساب المعارف حول بدائل القرار" بمتوسط مرجح (٢,٩) ووزن مرجح (٠,٩٦٧).

أما في الترتيب الثالث جاءت عبارة "تزويد المرأة المطلقة بالخبرات الحياتية للمواقف" و"القدرة على اختيار البديل المناسب" و"الاستعانة بنصائح الآخرين قبل اتخاذ القرار" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨) ووزن مرجح (٠,٩٣٣). وجاء في الترتيب الرابع عبارة "جعلها أكثر فاعلية في مواجهة التحديات" و"بناء الثقة بالنفس لاتخاذ القرار السليم" بمتوسط مرجح (٢,٧) ووزن مرجح (٠,٩). وجاء في الترتيب الاخير عبارة "مشاركة أفراد الأسرة في اتخاذ القرار" و"القدرة على معرفة ايجابيات وسلبيات القرار" بمتوسط مرجح (٢,٦) ووزن مرجح (٠,٨٦٧) ، وهذا ما أكدت عليه نتائج دراسة كلا من عثمان(٢٠١١)، الشنبري (٢٠١٥) ، عبدالحמיד (٢٠١٩)، عبيد (٢٠٢١)، (Bolkan, kaya (2016) وللاتي أشارتا إلي أنه لا بد من اكتساب المرأة المطلقة القدرة على اتخاذ القرار لأن ذلك سوف يساعدها علي مواجهة أعباء الحياة، وخاصة أن متطلبات الحياة مستمرة باستمرار الحياة وأن اتخاذ القرارات السليمة تساعدها على مواجهة واشباع احتياجاتها والتعامل مع البيئة المحيطة بها كما تساهم في تحمل المسئولية لديها.

جدول (٦) تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة

(ن=١٠)

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	القدرة على استخدام الموارد بطريقة سليمة	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٢	القدرة على استحداث بدائل لمواجهة المواقف الحياتية	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
٣	محاولة تحسين الدخل	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
٤	استثمار قدرات كل فرد في الأسرة	٨	٢	٠	٢٨	٢,٨	٠,٩٣٣	٣
٥	القدرة على تحقيق الاستقلال الذاتي للمرأة المطلقة	٧	٢	١	٢٦	٢,٦	٠,٨٦٧	٥
٦	القدرة على الاستفادة من خدمات المجتمع	٩	١	٠	٢٩	٢,٩	٠,٩٦٧	٢
٧	الاستفادة بكل ما هو متاح في المنزل	٨	١	١	٢٧	٢,٧	٠,٩	٤
٨	الاستفادة من الخدمات المقدمة من الجمعية	١٠	٠	٠	٣٠	٣	١	١
	<b>المجموع</b>	٦٩	٩	٢	٢٢٧		٧,٦	
	<b>المتوسط الحسابي</b>	٨,٦	١,١	٠,٣	٢٨,٤		٠,٩٥	
	<b>النسبة (%)</b>	٨٦,٣	١١,٢	٢,٥				
	<b>القوة النسبية</b>							
						٩٥%		

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة استثمار الموارد) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٢٧) بمتوسط (٢٨,٤) وبوزن مرجح (٧,٦) وقوة نسبية بلغت ٩٥%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد (٦٩) مفردة يمثلون نسبة (٨٦,٣%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (٩) مفردة بنسبة (١١,٢%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٢) مفردة يمثلون نسبة (٢,٥%). وأظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة "محاولة تحسين الدخل" و"الاستفادة من الخدمات المقدمة من الجمعية" احتلت الترتيب الأول بمتوسط مرجح (٣) وبوزن مرجح (١). وجاء في الترتيب الثاني عبارة "القدرة على استخدام الموارد بطريقة سليمة" و"القدرة على الاستفادة من خدمات المجتمع" بمتوسط مرجح (٢,٩) وبوزن مرجح (٠,٩٦٧). أما في الترتيب الثالث جاءت عبارة "القدرة على استحداث بدائل لمواجهة المواقف الحياتية" و"استثمار قدرات كل فرد في الأسرة" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨) وبوزن مرجح (٠,٩٣٣). وجاء في الترتيب الرابع عبارة "الاستفادة بكل ما هو متاح في المنزل" بمتوسط مرجح (٢,٧) وبوزن مرجح (٠,٩). وجاء في الترتيب الخامس عبارة "القدرة على تحقيق الاستقلال الذاتي للمرأة المطلقة" بمتوسط مرجح (٢,٦) وبوزن مرجح (٠,٨٦٧)، وهذا ما اتفقت عليه نتائج دراسات كلا من دراسة الكعبي (٢٠٠٨)، المرشد (٢٠١٦)، القحطاني (٢٠٢٠)، السيد (٢٠٢١)، Elham & et al (2019) واللاتي أشارتا إلي أن المرأة المطلقة لا يمكنها أن يعيش بمعزل عن الآخرين والتفاعل مع متطلبات الحياة ولا بد من استثمار

الموارد المتاحة لديها لأن هذه المتطلبات مستمرة باستمرار الحياة وهذا سيساعدها على اشباع احتياجاتها والتعامل مع البيئة المحيطة ويساهم في تحمل المسؤولية.  
من وجهة نظر المرأة المطلقة:

جدول ( ٧ ) دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة (ن=٨٠)

م	العبرة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التخطيط السليم.	٧٣	٦	١	٢٣٢	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٢	تزويد المرأة المطلقة بالمعلومات عن أسباب المشكلات.	٧١	٤	٥	٢٢٦	٢,٨٢	٠,٩٤٢	٤
٣	تزويد المرأة المطلقة بالقدرة على ترتيب المشكلات حسب أهميتها.	٦٨	٩	٣	٢٢٥	٢,٨١	٠,٩٣٨	٥
٤	المساعدة في التعرف على كل جوانب المشكلة .	٧١	٤	٥	٢٢٦	٢,٨٢	٠,٩٤٢	٤
٥	الاستعانة بخبرة الآخرين في مواجهة المشكلات.	٦٥	١٠	٥	٢٢٠	٢,٧٥	٠,٩١٧	٧
٦	اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التعلم الذاتي.	٦٥	١٠	٥	٢٢٠	٢,٧٥	٠,٩١٧	٧
٧	اكتسابها القدرة على التفكير في بدائل حل المشكلات.	٧٣	٦	١	٢٣٢	٢,٩	٠,٩٦٧	١
٨	تحديد الأسباب الأكثر تأثير في المشكلة.	٦٧	٧	٦	٢٢١	٢,٧٦	٠,٩٢١	٦
٩	اكتسابها القدرة على جمع المعلومات لإيجاد حلول سريعة للمشكلة.	٧٠	٧	٣	٢٢٧	٢,٨٤	٠,٩٤٦	٣
١٠	القدرة على البدء بحل الجزء السهل من المشكلة .	٧٤	٢	٤	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٢
١١	القدرة على اختيار اسرع حل للمشكلة	٦٧	٧	٦	٢٢١	٢,٧٦	٠,٩٢١	٦
	<b>المجموع</b>	٧٦٤	٧٢	٤٤	٢٤٨٠		١٠,٣	
	<b>المتوسط الحسابي</b>	٦٩,٥	٦,٥	٤	٢٢٥		٠,٩٣	
	<b>النسبة (%)</b>	٨٦,٨	٨,٢	٥				
	<b>القوة النسبية</b>							٩٣%

يتضح من الجدول السابق والخاص بالبعد الأول (مهارة حل المشكلة) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٤٨٠) بمتوسط بلغ (٢٢٥) وبوزن مرجح (١٠,٣) وكذلك بقوة نسبية بلغت ٩٣%. وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد ( ٧٦٤ ) مفردة يمثلون نسبة (٨٦,٨%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (٧٢) مفردة بنسبة (٨,٢%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٤٤) مفردة يمثلون نسبة (٥%). كما أظهرت نتائج

الجدول السابق أن عبارة "اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التخطيط السليم" و"اكتسابها القدرة على التفكير في بدائل حل المشكلات" جاءت في الترتيب الأول بمتوسط مرجح بلغ (٢,٩) وبيوزن مرجح بلغ (٠,٩٦٧). وجاء في الترتيب الثاني عبارة القدرة على البدء بحل الجزء السهل من المشكلة بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٨) وبيوزن مرجح (٠,٩٥٨). أما الترتيب الثالث فكان للعبارة "اكتسابها القدرة على جمع المعلومات لإيجاد حلول سريعة للمشكلة" بمتوسط مرجح (٢,٨٤) وبيوزن مرجح (٠,٩٤٦). وجاء في الترتيب الرابع عبارة "تزويد المرأة المطلقة بالمعلومات عن أسباب المشكلات" و"المساعدة في التعرف على كل جوانب المشكلة" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٢) وبيوزن مرجح (٠,٩٤٢). ويأتي في الترتيب الخامس عبارة "تزويد المرأة المطلقة بالقدرة على ترتيب المشكلات حسب أهميتها" بمتوسط مرجح (٢,٨١) وبيوزن نسبي (٠,٩٣٨). وجاء في الترتيب السادس عبارة "تحديد الأسباب الأكثر تأثير في المشكلة" و"القدرة على اختيار أسرع حل للمشكلة بمتوسط مرجح بلغ (٢,٧٦) وبيوزن مرجح بلغ (٠,٩٢١). أما الترتيب السابع فقد جاءت عبارة "الاستعانة بخبرة الآخرين في مواجهة المشكلات" و"اكتساب المرأة المطلقة القدرة على التعلم الذاتي" بمتوسط مرجح (٢,٧٥) وبيوزن مرجح (٠,٩١٧).

وهذا ما اتفقت معه نتائج دراسة كلا من دراسة مسعود (٢٠١٢)، المعصوبي (٢٠١٥) وللاتي أشارتا إلي ضرورة تشجيع المرأة المطلقة على اكتساب المهارات الحياتية لمساعدتها في مواجهة مشكلاتها، كما يلاحظ أن القوة النسبية من وجهة نظر الأخصائيين الاجتماعيين بلغت ٩٤% بينما القوة النسبية من وجهة نظر المرأة المطلقة بلغت ٩٣%.

#### جدول (٨) تحديد دور خدمة الجماعة لتنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة (ن=٨٠)

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	اكتسابها القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين.	٧٢	٤	٤	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٥
٢	القدرة على تبادل الأفكار والمعلومات مع الآخرين.	٧٤	١١	٥	٢١٩	٢,٧٤	٠,٩١٣	٦
٣	الاشتراك في المناسبات الاجتماعية	٧١	٨	٢	٢٣١	٢,٨٩	٠,٩٦٣	٣
٤	الاتصال بالمسؤولين لحل المشكلات	٧٤	٥	١	٢٣٣	٢,٩١	٠,٩٧١	٢
٥	الاشتراك في الأنشطة المختلفة بالجمعية	٧٠	٨	٢	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٥
٦	تبادل الآراء مع الآخرين لمواجهة المواقف المختلفة	٧٣	٤	٣	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٤

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
٧	التواصل مع ذوي الخبرة لاتخاذ القرارات الخاصة بهم	٧٧	٣	٠	٢٣٧	٢,٩٦	٠,٩٨٨	١
٨	القدرة على التعامل مع الضغوط	٧٢	٤	٤	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٥
٩	القدرة على التكيف مع الآخرين	٧٤	١١	٥	٢١٩	٢,٧٤	٠,٩١٣	٦
١٠	تطوير مهاراتها الاجتماعية الايجابية في الاتصال بالآخرين	٧٤	٥	١	٢٣٣	٢,٩١	٠,٩٧١	٢
	<b>المجموع</b>	<b>٧٣١</b>	<b>٦٣</b>	<b>٢٧</b>	<b>٢٢٨٦</b>		<b>٩,٥</b>	
	<b>المتوسط الحسابي</b>	<b>٧٣</b>	<b>٦,٣</b>	<b>٢,٧</b>	<b>٢٢٨,٦</b>		<b>٠,٩٥</b>	
	<b>النسبة (%)</b>	<b>٨٩</b>	<b>٧,٧</b>	<b>٣,٣</b>				
	<b>القوة النسبية</b>							<b>% ٩٥</b>

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة الاتصال) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٢٨٦) بمتوسط (٢٢٨,٦) وبوزن مرجح (٩,٥) وكذلك بقوة نسبية بلغت ٩٥%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد (٧٣١) مفردة يمثلون نسبة (٨٩%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (٦٣) مفردة بنسبة (٧,٧%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٢٧) مفردة يمثلون نسبة (٣,٣%).

كما أظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة "التواصل مع ذوي الخبرة لاتخاذ القرارات الخاصة بهم" جاءت في الترتيب الأول بمتوسط مرجح بلغ (٢,٩٦) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٨٨). وجاء في الترتيب الثاني عبارة "الاتصال بالمسؤولين لحل المشكلات" و" تطوير مهاراتها الاجتماعية الايجابية في الاتصال بالآخرين" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٩١) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٧١) وفي الترتيب الثالث جاءت عبارة "الاشترك في المناسبات الاجتماعية" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٩) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٦٣). وجاء في الترتيب الرابع عبارة "تبادل الآراء مع الآخرين لمواجهة المواقف المختلفة" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٨) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٥٨). كما جاءت عبارة "اكتسابها القدرة على تكوين علاقات مع الآخرين" و" الاشتراك في الانشطة المختلفة بالجمعية" و" القدرة على التعامل مع الضغوط" في الترتيب الخامس بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٥) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩٥) بينما جاء في الترتيب السادس عبارة "القدرة على تبادل الافكار والمعلوكات مع الآخرين" و" القدرة على التكيف مع الآخرين" بمتوسط مرجح بلغ (٢,٧٤) وبوزن مرجح بلغ (٠,٩١٣).

واتفقت هذه النتائج مع دراسة المعصوبي (٢٠١٥)، (Rahimi & et al (2019) وللاتي أشارتا إلي أن المهارات الحياتية تساعد الفرد على التكيف الايجابي مع الآخرين ومواجهة

التحديات اليومية في الحياة لأنها من أهم المتطلبات الضرورية لتفاعلات الفرد مع الآخرين في المجتمع الذي يعيش فيه من خلال مهارة الاتصال، مما يجعلها تساعد المرأة المطلقة علي تطوير مهارتها الإجتماعية، ويلاحظ أن القوة النسبية من وجهة نظر الأخصائيين الاجتماعيين بلغت ٩٤% بينما القوة النسبية من وجهة نظر المرأة المطلقة بلغت ٩٥%.

#### جدول (٩) دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة (ن=٨٠)

م	العبارة	نعم	إلى حد ما	لا	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	تزويد المرأة المطلقة بالخبرات الحياتية للمواقف	٦٨	٩	٣	٢٢٥	٢,٨١	٠,٩٣٨	٤
٢	اكتساب المعارف حول بدائل القرار	٧٢	٤	٤	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٣
٣	القدرة على اختيار البديل المناسب	٧٤	١١	٥	٢١٩	٢,٧٤	٠,٩١٣	٥
٤	الاستعانة بنصائح الآخرين قبل اتخاذ القرار	٧٢	٤	٤	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٣
٥	مشاركة أفراد الأسرة في اتخاذ القرار	٧٣	٤	٣	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٢
٦	القدرة على تحمل مسؤولية اتخاذ القرار	٧٢	٤	٤	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٣
٧	جعلها أكثر فاعلية في مواجهة التحديات	٧٤	٥	١	٢٣٣	٢,٩١	٠,٩٧١	١
٨	القدرة على معرفة ايجابيات وسلبيات القرار	٦٨	٩	٣	٢٢٥	٢,٨١	٠,٩٣٨	٤
٩	بناء الثقة بالنفس لاتخاذ القرار السليم	٧٣	٤	٣	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٢
١٠	التفكير بشكل منظم قبل اتخاذ القرار	٦٨	٩	٣	٢٢٥	٢,٨١	٠,٩٣٨	٤
	المجموع	٧١٤	٦٣	٣٣	٢٢٧١		٩,٤	
	المتوسط الحسابي	٧١,٤	٦,٣	٣,٣	٢٢٧,١		٠,٩٤	
	النسبة (%)	٨٨,١	٧,٨	٤,١				
	القوة النسبية							٩٤%

يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة اتخاذ القرار) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (٢٢٧١) بمتوسط (٢٢٧,١) وبوزن مرجح (٩,٤) وقوة نسبية بلغت ٩٤%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد ( ٧١٤ ) مفردة يمثلون نسبة (٨٨,١%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (٦٣) مفردة بنسبة (٧,٨%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (٣٣) مفردة يمثلون نسبة (٤,١%).

وأظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة "جعلها أكثر فاعلية في مواجهة التحديات" في الترتيب الأول بمتوسط مرجح (٢,٩١) ووزن مرجح (٠,٩٧١). وجاء في الترتيب الثاني عبارات "مشاركة أفراد الأسرة في اتخاذ القرار" و "بناء الثقة بالنفس لاتخاذ القرار السليم" بمتوسط مرجح (٢,٨٨) ووزن مرجح (٠,٩٥٨). أما في الترتيب الثالث جاءت عبارات "اكتساب المعارف حول بدائل القرار" و "الاستعانة بنصائح الآخرين قبل اتخاذ القرار" و "القدرة على تحمل مسؤولية اتخاذ القرار" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٥) ووزن مرجح (٠,٩٥). وجاء في الترتيب الرابع عبارة "تزويد المرأة المطلقة بالخبرات الحياتية للمواقف" و "القدرة على معرفة إيجابيات وسلبيات القرار" و "التفكير بشكل منظم قبل اتخاذ القرار" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨١) ووزن مرجح (٠,٩٣٨). و أخيراً عبارة "القدرة على اختيار البديل المناسب" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٧٤) ووزن مرجح (٠,٩١٣). حيث أشارت عبيد (٢٠٢١)، (Bolkan, kaya (2016) وللاتي أشارتا إلى أنه لا بد من اكتساب القدرة على اتخاذ القرار لأن المتطلبات مستمرة باستمرار الحياة وأن اتخاذ القرارات السليمة تساعد الفرد على مواجهة واشباع احتياجاته والتعامل مع البيئة المحيطة وتساهم في تحمل المسؤولية للمرأة المطلقة، ويلاحظ أن القوة النسبية من وجهة نظر الأخصائين الاجتماعيين بلغت ٩٣% بينما القوة النسبية من وجهة نظر الشباب بلغت ٩٤%.

**جدول (١٠) تحديد دور خدمة الجماعة في تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة**

(ن=٨٠)

م	العبارة	نعم	لا	لا إلى حد ما	مجموع الأوزان	المتوسط المرجح	الوزن المرجح	الترتيب
١	القدرة على استخدام الموارد بطريقة سليمة.	٧٤	١	٥	٢٣٣	٢,٩١	٠,٩٧١	٢
٢	القدرة على استحداث بدائل لمواجهة المواقف الحياتية.	٧١	٢	٨	٢٣١	٢,٨٩	٠,٩٦٣	٣
٣	محاولة تحسين الدخل.	٧٧	٠	٣	٢٣٧	٢,٩٦	٠,٩٨٨	١
٤	استثمار قدرات كل فرد في الأسرة.	٧٤	٥	١١	٢١٩	٢,٧٤	٠,٩١٣	٦
٥	القدرة على تحقيق الاستقلال الذاتي للمرأة المطلقة.	٧١	٢	٨	٢٣١	٢,٨٩	٠,٩٦٣	٣
٦	القدرة على الاستفادة من خدمات المجتمع.	٧٣	٣	٤	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٤
٧	الاستفادة بكل ما هو متاح في المنزل.	٧٠	٢	٨	٢٢٨	٢,٨٥	٠,٩٥	٥
٨	الاستفادة من الخدمات المقدمة لهن.	٧٣	٣	٤	٢٣٠	٢,٨٨	٠,٩٥٨	٤
	<b>المجموع</b>	٥٨٣	١٨	٥١	١٨٣٩		٧,٦	
	<b>المتوسط الحسابي</b>	٧٢,٩	٢,٢	٦,٤	٢٢٩,٩		٠,٩٥	
	<b>النسبة (%)</b>	٨٩,٤	٢,٨	٧,٨				
	<b>القوة النسبية</b>							



يتضح من الجدول السابق والخاص (مهارة استثمار الموارد) ان استجابات عينة الدراسة جاءت بمستوى مرتفع حيث بلغ المجموع الوزني (١٨٣٩) بمتوسط (٢٢٩,٩) وبوزن مرجح (٧,٦) وبقوة نسبية بلغت ٩٥%.

وبلغ عدد من أجابوا بنعم على عبارات هذا البعد (٥٨٣) مفردة يمثلون نسبة (٨٩,٤%) وبلغ عدد من أجابوا إلى حد ما (٥١) مفردة بنسبة (٧,٨%) وبلغ عدد من أجابوا بلا (١٨) مفردة يمثلون نسبة (٢,٨%).

وأظهرت نتائج الجدول السابق أن عبارة "محاولة تحسين الدخل" احتلت الترتيب الأول بمتوسط مرجح (٢,٩٦) وبوزن مرجح (٠,٩٨٨). وجاء في الترتيب الثاني عبارة "القدرة على استخدام الموارد بطريقة سليمة" بمتوسط مرجح (٢,٩١) وبوزن مرجح (٠,٩٧١). أما في الترتيب الثالث جاءت عبارة "القدرة على استحداث بدائل لمواجهة المواقف الحياتية" و"القدرة على تحقيق الاستقلال الذاتي للمرأة المطلقة" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٩) وبوزن مرجح (٠,٩٦٣). وجاء في الترتيب الرابع عبارات "القدرة على الاستفادة من خدمات المجتمع" و"الاستفادة من الخدمات المقدمة من الجمعية" بمتوسط مرجح (٢,٨٨) وبوزن مرجح (٠,٩٥٨). أما في الترتيب الخامس جاءت عبارة "الاستفادة بكل ما هو متاح في المنزل" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٨٥) وبوزن مرجح (٠,٩٥). وفي الترتيب السادس جاءت عبارة "استثمار قدرات كل فرد في الأسرة" وذلك بمتوسط مرجح بلغ (٢,٧٤) وبوزن مرجح (٠,٩١٣).

واتفقت تلك النتائج مع دراسة كلا من الكعبي (٢٠٠٨)، (Elham & et al (2019) حيث أن الانسان لا يمكنه أن يعيش بمعزل عن الآخرين والتفاعل مع متطلبات الحياة لا بد من استثمار الموارد المتاحة لأن المتطلبات مستمرة باستمرار الحياة وهذا يساعد الانسان على اشباع احتياجاته والتعامل مع البيئة المحيطة ويساهم في تحمل المسؤولية.

ويلاحظ أن القوة النسبية من وجهة نظر المرأة المطلقة بلغت ٩٥% بينما القوة النسبية من وجهة نظر المرأة المطلقة بلغت ٩٥%.

الإجابة علي التساؤل الرئيسي للدراسة والقائل بأنه: ما البرنامج المقترح من منظور طريقة دمة الجماعة في تنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة.

أ. أهداف البرنامج المقترح:

يتحدد الهدف العام للبرنامج في تنمية المهارات الحياتية للمرأة المطلقة، ويمكن تحقيق الهدف العام من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

١ - تنمية مهارة حل المشكلة للمرأة المطلقة.

٢ - تنمية مهارة الاتصال للمرأة المطلقة.

٣ - تنمية مهارة اتخاذ القرار للمرأة المطلقة.

٤ - تنمية مهارة استثمار الموارد للمرأة المطلقة.

ب. أدوار الإخصائي الاجتماعي في البرنامج المقترح:

١. دور المعلم: حيث يتضمن هذا الدور إكساب المرأة المطلقة المهارة لمواجهة المشكلات، وإكسابهن القدرة على تحديد المشاكل، ووضع البدائل للحلول، وإكسابهن القدرة على حل المشكلة.

٢. دور المرشد: ويتضمن هذا الدور مساعدة المرأة المطلقة على الوصول إلى حلول ممكنة لعلاج مشكلاتهن وبث الثقة والطمأنينة في نفوسهن.

٣. دور الوسيط: حيث يقوم الإخصائي بمساعدة المرأة المطلقة والأنساق الأخرى التعامل مع الموقف الإشكالي وذلك لاستثمار الموارد المتاحة في المجتمع.

٤. دور المنمي: ويتضمن هذا الدور العمل على تنمية وعي المرأة المطلقة بأهمية المهارات الحياتية.

٥. دور المخطط: وذلك من خلال إتاحة الفرصة للمرأة المطلقة للممارسة في الأنشطة المختلفة لتنمية المهارات الحياتية.

ج. الإستراتيجيات المستخدمة في البرنامج المقترح:

١. إستراتيجية إعادة البناء المعرفي: من خلال تزويد المرأة المطلقة بالمعلومات والحقائق التي تهدف إلى تنمية المهارات الحياتية.

٢. إستراتيجية بناء العلاقات الأسرية: وتفيد هذه الاستراتيجية في زيادة التفاهات، والاتصالات السليمة وعلاج الخلل في علاقة المرأة المطلقة والمجتمع المحيط بها، وذلك من خلال بناء اتصالات داخل نسق الأسرة، وكذلك بناء اتصالات خارج النسق الأسري، فيما يتعلق بعلاقة المرأة المطلقة مع الأنساق الأخرى ( الأقارب، والجيران، والمجتمع المحلي المحيط).

٣. إستراتيجية الإقناع: حيث يستخدمها الأخصائي مع المرأة المطلقة لتوعيتها بضرورة تنمية المهارات الحياتية لديها.

٤. إستراتيجية المشاركة: وذلك من خلال تشجيع المرأة المطلقة على المشاركة في البرامج، والأنشطة الخاصة بالبرنامج المقترح، والخاصة بالمؤسسة ليتم توعيتها بضرورة تنمية المهارات الحياتية لديها.

٥. إستراتيجية التشجيع: حيث يقوم الأخصائي الاجتماعي بتشجيع المرأة المطلقة على تنمية المهارات الحياتية لديها.
- ٦- إستراتيجية التدعيم الذاتي: وذلك من خلال التخفيف من حدة المشاعر السلبية للمرأة المطلقة التي تسبب القلق، والإحباط، والتوتر، وكذلك تشجيعهن على المشاركة في الأنشطة التي تؤدي إلى الاندماج والتعاون مع الآخرين.
- د. التكنيكات المستخدمة في البرنامج المقترح:
١. المناقشات الجماعية: وذلك من خلال المناقشات وتبادل الآراء والأفكار بين الأخصائي الاجتماعي وبين المرأة المطلقة من أجل معرفة احتياجات وخصائص ومشكلات المرأة المطلقة والوصول إلى حلول ممكنة لمشكلاتها.
٢. المحاضرات: وذلك من أجل الثراء المعرفي والتزود بالمعلومات والمعارف من قبل المتخصصين في النواحي الأسرية والتعليمية وذلك لمساعد المرأة المطلقة من أجل تنمية المهارات الحياتية لديها.
٣. الندوات: وذلك من أجل الارتقاء بذوي الخبرات والمهارات في المجالات المختلفة لتنمية وعي المرأة المطلقة بالمشكلات الاجتماعية وتنمية المهارات الحياتية لديها.
- ٤ - لعب الأدوار: استخدام الباحث لعب الأدوار وقام الباحث بعقد مناقشات جماعية لإلقاء الضوء أكثر على طبيعتها. وأفاد هذا التكنيك في زيادة فهم أعضاء الجماعة لضرورة تنمية المهارات الحياتية لديهن.
- ٥- تكنيك النمذجة السلوكية: وقد استخدم الباحث نماذج للتحدث في موضوعات الخاصة بابعاد المهارات الحياتية لإعطائهم النموذج الإيجابي.
- ٦- تحسين أساليب الاتصال: يتم ذلك بين أعضاء الجماعة والمؤسسة التي يتعاملن معها وتيسير استعادة أعضاء الجماعة من الموارد.
- هـ. مهارات أخصائي خدمة الجماعة:
- ١- مهارة بناء العلاقة المهنية.
- ٢- مهارة حل المشكلة.
- ٣- مهارة إدارة المناقشة.
- ٤- المهارة في إدارة واستثمار الوقت.
- ٥- مهارة الملاحظة.
- ٦- مهارة العمل مع الفريق.

## المراجع:

١. ابراهيم، ازهار محمد عيسوي (٢٠١٨): ممارسة نظرية الذات لتحسين تقدير الذات للمطلقات قبل الدخول بهن، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، القاهرة، ع ٦٠، ج ٨.
٢. ابراهيم، سليمان عبدالواحد يوسف (٢٠١٠): المهارات الحياتية ضرورة حتمية في عصر المعلوماتية رؤية سيكو تربوية، القاهرة، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، ط ١.
٣. ابراهيم، عطيات أحمد (٢٠٠٩): ممارسة خدمة الجماعة واكساب الفتيات الأميات المهارات الحياتية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٢٦، ج ٣.
٤. ابو النصر، مدحت محمد (٢٠٠٦): لغة الجسم \_ دراسة في نظرية الاتصال الانساني غير اللفظي، ط ١، القاهرة، مجموعة النيل العربية.
٥. أحمد، صفاء ابوبكر (٢٠٢١): فعالية نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية في تنمية الدعم الاجتماعي للمطلقات حديثاً، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم، مج ٢٤، ع ٢٤.
٦. بدوي، أحمد زكي (١٩٩٣): معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، بيروت، مكتبة لبنان ط ٢.
٧. الجهاز المركزي للتعبئة والإحصاء ٢٠١٧.
٨. جادالله، السيد حسن البساطي السيد (٢٠١٢): التدخل المهني بنموذج الحياة من منظور الممارسة العامة للخدمة الاجتماعية وتنمية المهارات الحياتية للمرأة المعيلة، المؤتمر الدولي العلمي الخامس والعشرون، ج ٨، جامعة حلوان، كلية الخدمة الاجتماعية.
٩. حبيب، جمال شحاتة (٢٠٠٨): الممارسة العامة منظور حديث الخدمة الاجتماعية، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
١٠. حجازي، شيماء ابراهيم مبروك (٢٠١٦): تنمية مهارات حل المشكلات لخفض أعراض ما بعد الطلاق المبكر، مجلة البحث العلمي في الآداب، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ع ١٧، ج ٢.
١١. خليل، هيام شاكر (٢٠١٣): نماذج ونظريات في ممارسة خدمة الجماعة، القاهرة، دار نور الايمان للنشر والطباعة.

١٢. السيد، بسام السيد رزق (٢٠٢١): فعالية النموذج الانتقائي في خدمة الفرد في تنمية المرونة الايجابية للمطلقات، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الفيوم، مج ٢٥، ع ٣٤.
١٣. الشنبري، ايمان بنت سعد جابر (٢٠١٥): دور برنامج المهارات الحياتية في تحقيق الأمن الأسري، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والادارية، قسم علم الاجتماع، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
١٤. الطهطاوي، علي (٢٠٠٠): الخلع في ضوء الكتاب والسنة، القاهرة، المكتبة المحمودية.
١٥. عبدالمعطي، احمد حسين، مصطفى، دعاء محمد (٢٠٠٨): المهارات الحياتية، القاهرة، دار السحاب للنشر والتوزيع، ط ١.
١٦. عبدالموجود، محمد عزت، اسكاروس، فليب (٢٠٠٥): تنمية المهارات الحياتية لدى طلاب التعليم الثانوي في إطار مناهج المستقبل، القاهرة، المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية.
١٧. عبدالحמיד، منى سيد (٢٠١٩): فعالية نموذج التركيز على المهام في خدمة الفرد لتحسين الاداء الجماعي للمطلقات العاملات، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، القاهرة، ع ٦١، ج ٥.
١٨. عبيد، محمد حسن محمد (٢٠٢١): فعالية برنامج معرفي سلوكي في خدمة الفرد لتنمية الشفقة بالذات وتحسين الصمود النفسي لدى عينة من المطلقات، مجلة كلية الخدمة الاجتماعية للدراسات والبحوث الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم، مج ٢٢، ع ٢٢، ج ٣.
١٩. عثمان، مروة محمد فؤاد (٢٠١٦): استخدام العلاج المتمركز حول الحل في خدمة الفرد وتحقيق المساندة الاجتماعية للمطلقات في المجتمع السعودي، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، القاهرة، ع ٥٦، ج ٧.
٢٠. عثمان، نهلة السيد عبدالحמיד (٢٠١١): ممارسة العلاج المعرفي السلوكي لتنمية المهارات الحياتية لدى المرأة بعد مرحلة الأمية، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٣٠، ج ٧.
٢١. عوجة، عائشة محمد محمود (٢٠٠٥): اثر برنامج مقترح في المهارات الوالدية على نوعية الوالدية لدى الأمهات المطلقات الحاضنات وعلى الاندفاعية والسلوك والاكتئاب لدى أطفالهن من كلا الجنسين، رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الاردنية، عمان.

٢٢. عطية، علي حسين محمد (٢٠٠٧): فاعلية وحدة دراسية قائمة على النشاط في الدراسات الاجتماعية لتنمية المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، كلية التربية، جامعة عين شمس، ع ١٣.
٢٣. عفيفي، عبدالخالق محمد (٢٠٠٨): الخدمة الاجتماعية المعاصرة ومشكلات الاسرة والطفولة، بورسعيد، مكتبة الجلاء.
٢٤. العلي، ريم عبدالعزيز محمد (٢٠١٥): تصور مقترح لتنمية بعض المهارات الحياتية لطالبات جامعة سلمان بن عبدالعزيز، مجلة التربية، جامعة عين شمس، ع ٣٩٦، ج ٣.
٢٥. عوض، أحمد محمد أحمد (٢٠٠٨): العلاقة بين الاعداد المهني للأخصائي الاجتماعي وأدائه المهني في مؤسسات المسنين، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٢٥٤، ج ١.
٢٦. عياد، شيماء سعد علي القصبي (٢٠١٤): تقويم دور الأخصائي الاجتماعي في اكساب المرأة المعيلة المهارات الحياتية من منظور طريقة خدمة الجماعة، رسالة ماجستير، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٢٧. عياد، هاني جرجس (٢٠١٥): التكيف الاجتماعي للمرأة المطلقة في المجتمع المصري: دراسة ميدانية في محافظة الغربية. للجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين للنشر.
٢٨. فرحان، سحر بدر عيد (٢٠١٧): اثر مدخل تكاملي بين ادوار الأخصائي الاجتماعي والأخصائي النفسي لتحسين المهارات الحياتية لطلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أسيوط.
٢٩. القحطاني، هاجر محمد مفلح (٢٠٢٠): فاعلية برنامج مهني لتنمية المهارات الاجتماعية لدى الفتيات من الأسر المطلقة بمدينة الرياض، مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية، جامعة الملك سعود، الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية، ع ٦٤.
٣٠. الكعبي، موزة بنت ناصر (٢٠٠٨): استخدام المدخل الواقعي في خدمة الفرد للتخفيف من حدة المشكلات الاجتماعية لدى المرأة المطلقة، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ٢٤٤، ج ٣.
٣١. محرم، علي ابراهيم (٢٠٠٣): فاعلية برنامج في خدمة الجماعة لتخفيف العزلة الاجتماعية للمطلقات، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع ١٥٤، ج ١.

٣٢. محمود، خالد صالح (٢٠٠٨): فاعلية التركيز على المهام في التخفيف من حدة النزاعات الزوجية للمتزوجين حديثاً، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث.
٣٣. المرشد، مزاد عبدالرحمن (٢٠١٦): تصور مقترح لممارسة نموذج الحياة في الخدمة الاجتماعية لتنمية المهارات الحياتية للمرأة المعيلة، مجلة الخدمة الاجتماعية، الجمعية المصرية للأخصائيين الاجتماعيين، القاهرة، ع٥٦، ج٣.
٣٤. مسعود، محمد عبدالحميد احمد عبدالحميد (٢٠١٣): ممارسة نموذج العلاج بالمعنى في خدمة الفرد للتخفيف من الاضرار الناتجة عن الطلاق في المرحلة المبكرة للزواج، المؤتمر العلمي الدولي السادس والعشرون للخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ج٦.
٣٥. مصطفى، مجدي محمد (٢٠٠٣): الوعي بظاهرة الطلاق، المؤتمر العلمي السادس عشر كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، المجلد الأول، القاهرة.
٣٦. المعصوبي، ماريما حسن محمد (٢٠١٥): فاعلية برنامج ارشادي معرفي في تنمية المهارات المعرفية لدى النساء المطلقات، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، فلسطين.
٣٧. مقدادي، يوسف موسى (٢٠١٣): فاعلية برنامج توجيه جمعي في تنمية المهارات الحياتية دراسة شبه تجريبية على عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مدينة اربد، مجلة اتحاد الجامعات العربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة دمشق، ع٣، ج١١.
٣٨. منقريوس، نصيف فهمي وآخرون (٢٠١٥): عمليات الممارسة في خدمة الجماعة، القاهرة، مطبعة دار نور الايمان للنشر والطباعة، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان.
٣٩. هاشم، صفاء فضل (٢٠٢٠): ممارسة نموذج الحياة من منظور الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية في تخفيف حدة الضغوط التي تعاني منها المطلقات،
٤٠. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الانسانية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ع٥٠، ج٣.
٤١. همام، سامية عبدالرحمن (٢٠٠١): فعالية نظرية الأزمة في خدمة الفرد في تنمية المسؤولية الاجتماعية لدى المطلقات، المؤتمر العلمي الدولي الرابع عشر للخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ج١.
42. Azadeh F, Shokouh N, Abdullah S (2010): Designing A model based on mindfulness, nonexistetial resistance to life and sociability

- focusing on search for meaning in life in divorced women science direct procedia – social and behavioral sciences, vol. 5.
43. (42) Barker, Robert (2000) The social work Dictionary, USA, NASW, press 7.
  44. (43) Zahra S, Leilla S, Hakimah H (2019): Effectiveness of coping skills training on cognitive emotion regulation and adjustment after divorce in divorced women, Islamic azad university, tahrán, iran, medical journal of mashad university of medical sciences, vol 61.
  45. (44) Know, thyself (2009): flow cart life skills, USA, peacock publishers.
  46. (45) Nadia R, Ali D, Najmeh A, Majed M, Lale S (2020): The effect of coping skills training on dysfunctional attitudes and happiness in divorced women, Bam university of medical sciences, Bam, iran, journal of advanced pharmacy education & research published by sper publication.
  47. (46) Ceclia I, W chan, Yu chan, Vivian W, Q lou (2020): Evaluating an empowerment group for divorced Chinese women in hong kong, sage journals research on social work practice, vol 12, No 4.
  48. (47) Elham D, Mohamed S, sayed M (2019): The survey of relationship between life skills and emotional divorce, divorced women, Islamic azad university, tehrán , iran, quarterly journal of women and society, vol 9.
  49. (48) Fatemeh maghsoodloo, massoud amoopoure (2017): Effectiveness of positive thinking training on resilience in divorced women heading households supported by welfare organization in district 5 of Tehran, journal of fundamentals of mental health, vol 19.
  50. (49) Bi Bi zohreh, R tabadkan, hossein S (2015): To compare the effectiveness of the metacognitive group therapy and the group training of the life skills on improving the depression quality of life, the style of ruminative response and metacognition in the divorced women, iran, university of medical sciences iranian journal of psychiatry and clinical psychology, vol 21.
  51. (50) Nouf M (2020): A proposed program for developing early divorces women's life skills, A social serves perspective, journal of educational and social research, vol 10.
  52. (51) zehtab najafi, salami S (2012): The effectiveness of life skills training on reducing anxiety of divorced women, alzahra university, tehrán, iran, journal women and culture, vol 4.



53. (52)B.kamerman, Sheila (2014): Families overview in Richard 1, Edwards ET. AL., Encyclopedia of social work, 19th, V2, NASW, U.S.A.
54. (53)Huge, Wolcott (2010): Towards Understanding the Reasons For Divorce, Australian Institute Of Family, Studies Working On20.
55. (54) Trevithick, Pamela(2012):social work skills and knowledge,3rd, Aptara Inc., New Delhi, India.