



البحث

الأول

**فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعى ربان الأسرة
المنزوات حداثاً بالنززين المنزلي وعلاقته بإدارتهن
لموردي الوقت والجهد**

إعداد:

د/ رانيا محمود عبد المنعم سعد

مدرس إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس



فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي وعلاقته بإدارتهن لموردي الوقت والجهد

د / رانيا محمود محمد المنعم سعد

مدرس إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي

كلية التربية النوعية جامعة عين شمس

• المستخلص:

استهدف هذا البحث تحديد فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي وعلاقته بإدارتهن لموردي الوقت والجهد، واشتمل البحث عينة أساسية تمثلت في (٢١٠) ربة أسرة متزوجة حديثاً تم اختيارهن بطريقة صدفية غرضية من ربان الأسر المتزوجات حديثاً من العاملات بجامعة عين شمس ومن الطالبات وخريجات كلية التربية النوعية جامعة عين شمس، وبعض المعارف والأقارب، عاملات وغير عاملات، ومن مستويات اجتماعية واقتصادية مختلفة، بشرط أن تقل مدة زواجهن عن خمس سنوات، وعينة تجريبية تم اختيارهن بطريقة غرضية بناءً على نتائج البحث الأساسية وبلغ عددهن (٤٧) ربة أسرة متزوجة حديثاً وكان هناك تجانس بين ربان الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث التجريبية في أكثر من خاصية فأكثرهن أقل من ٢١ سنة وذوات مستوي تعليمي منخفض، ومن غير العاملات، ومن ذوات الدخل الشهري المنخفض، وتمثلت أدوات البحث في (استمارة البيانات العامة)، استبيان وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي، استبيان إدارة موردي الوقت والجهد، برنامج إرشادي لتنمية وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي، وتبع البحث المنهج الوصفي التحليلي إلى جانب المنهج التجريبي، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠,٠١) بين درجات ربان الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في الإستجابات على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي بمحاوره الأربعة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعاً لإختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري) لصالح ربان الأسر ذوات الفئة العمرية الأكبر، وذات المستويات التعليمية الأعلى، والعاملات، وذات الدخل الشهري المرتفع، كما تبين وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين ربان الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في الإستجابات على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لإختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري) لصالح ربان الأسر ذوات الفئة العمرية الأكبر، وذات المستويات التعليمية الأعلى، والعاملات، وذات الدخل الشهري المرتفع، كذلك إتضح وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية تراوحت بين (٠,٠٥)، (٠,٠١) بين محاور استبيان وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد، بينما أسفرت نتائج البحث التجريبية عن وجود فرق ذو دلالة إحصائية في مستوي وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي بمحاوره الأربعة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) عند مستوي دلالة (٠,٠١) قبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح التطبيق البعدي، وأوصت الباحثة بتفعيل الاستفادة بنتائج هذا البحث في عمل ندوات توعية لربان الأسر المتزوجات حديثاً والطلاب، وتطبيق برامج إرشادية لتنمية الوعي بالتخزين المنزلي لإكساب أفراد الأسرة الوعي السليم نحو التخزين المنزلي وتوضيح أهميته وانعكاسه على إدارة الفرد لموردي الوقت والجهد، كما أوصت بإنشاء موقع على الإنترنت متخصص في إدارة شؤون المنزلية؛ ويضم في محتوياته التخزين المنزلي وعلاقته بإدارة موردي الوقت والجهد.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي - تنمية - وعي - المتزوجات حديثاً - التخزين المنزلي - إدارة موردي الوقت والجهد.

The Effectiveness of a Guidance Program to Develop Awareness of Newly Married Heads of Household with Home Storage and its Relationship to Time and Effort Resource Management

Dr. Rania Mahmoud Abd Elmoneim saad

Abstract:

The current research aimed at determining the effectiveness of a guidance program to develop awareness of newly married heads of household of home storage and its relationship to their management of time and effort suppliers, The research included a basic sample represented by (210) housewives of a newly married family who were chosen in a coincidental manner by housewives of newly married families from workers at Ain Shams University and from female students and graduates of the Faculty of Specific Education Ain Shams University, and some knowledge and relatives, workers and non-workers, and from social levels And different economic conditions, provided that the period of their marriage is less than five years, And an experimental sample was chosen in a purpose based on the main results of the research. They numbered (47) newly married female heads of household and there was homogeneity among newly married heads of household heads. The experimental research sample was in more than one characteristic, as they are both under 21 years old and have a low educational level, and are not working, With low monthly income, the research tools consisted of (public data form, a questionnaire awareness of newly married heads of household in the household storage, a time and effort resource management questionnaire, a pilot program to develop the awareness of newly married heads of households with home storage, and the research followed the descriptive analytical approach in addition to the experimental approach, The results of the research showed that there are statistically significant differences at the level of significance (0.01) between the degrees of newly married heads of household heads, the basic research sample in the responses to the questionnaire awareness of home storage in its four axes (storage and preservation of foods, storage of clothes and their supplements, storage of medicines at home, storage Cleaning materials and chemicals in the home (depending on the variables of the study (age of the head of the family, the educational level of the head of the family, the work of the head of the family, the monthly family income) in favor of female heads of families with the largest age group, and with higher educational levels, workers, and with a high monthly income, There were also statistically significant differences at the level of (0.01) between newly married heads of households, the main research sample in the responses to the questionnaire management of time and effort suppliers according to the difference in the study variables (age of the head of the family, the level of education of the head of the family, work of the head of the family, family income Monthly) for the benefit of heads of households with the largest age group, with higher educational levels, working women, and with a high monthly income. Also, it was found that there is a correlation relationship with statistical significance ranging between (0.05) and (0.01) between the axes of the household heads awareness survey Newlyweds with household storage and dimensions of the time and effort supplier management survey, While the experimental research results resulted in a statistically significant difference in the level of awareness of newly married heads of household in the four-axis household storage (storing and preserving foods, storing

clothes and their accessories, storing medicines at home, storing cleaning materials and chemicals in the home) at the level of significance (0.01) before After applying the program for post application. The researcher recommended activating the utilization of the results of this research in creating awareness seminars for newly married housewives and students, and applying counseling programs to develop awareness of home storage to give family members sound awareness towards home storage and clarify its importance and reflection on the individual management of time and effort suppliers, also recommended the creation of a website specializing in Home Affairs Department It includes home storage and its relationship to time and effort resource management.

Keyword: Counseling program- Development- Awareness- Newly married- Home storage- time and effort resource management.

• مقدمة ومشكلة البحث:

يعد المسكن حاجة من أهم الحاجات الإنسانية، وتتقدم على غيرها من الحاجات البشرية من حيث ضرورة الإشباع ولا تعادلها إلا الحاجة للمأكل والمشرب (هند إبراهيم، أسماء جمال، ٢٠١٨، ١١٤). والمسكن الملائم أحد الركائز الأساسية لأمن واستقرار الإنسان داخل المجتمع، وهنا يتجاوز المسكن مفهوم المأوى؛ فمن الضروري أن يتضمن المسكن العديد من متطلبات الإنسان النفعية والجمالية والنفسية والثقافية والاجتماعية التي تلبي احتياجات كافة المستويات بالمجتمع بهدف التطوير المستمر في مستوى المعيشة وتجديد الطاقة والنشاط لمواصلة أعباء الحياة (أحمد كامل، ٢٠١٧، ١٠٣).

ونتيجة للمتغيرات الاقتصادية أصبح الحصول على مساكن كبيرة وإمتلاكها أمرا صعبا على العديد من الأسر الشابة (على باهمام، ٢٠١٥، ٣). وبما أن الأنشطة الحياتية التي تتم داخل المسكن هي الهدف الأساسي من وراءه لذا يتوقف نجاح المسكن على مقدار ما يحققه من أقصى إستغلال للمساحات والفراغات بداخله لكي يفي بجميع المتطلبات والأنشطة الحياتية لجميع أفراد الأسرة (عضاف قبوري، ٢٠١٨، ١٥٤). فلكي ينجح الفرد في حياته العامة والخاصة ويساهم في تقدم وإزدهار المجتمع الذي يعيش فيه، لابد وأن يحصل على مسكن يحتوي على فراغات تصلح لكافة الأنشطة التي يزاولها (دعاء عبد السلام، رشا علوان، ٢٠١٨، ٣).

ويحاول معظمنا باستمرار توفير المزيد من الأماكن في منازلهم وتحقيق الفوضى اليومية لذا من المهم تدبير أنظمة التخزين في أنحاء المنزل التي من شأنها القضاء على البعثرة وإحداث بعض النظام، وتتنوع أنظمة التخزين بالحجم والوظيفة المعينة لها مما يجعل منها منطقة مثيرة للإهتمام لتحسين المنزل (جوليان كاسل، بيتر بارهم، ٢٠٠١، ٥).

والتخزين من أقدم المهن التي إمتنها الإنسان وذلك منذ عهد نبي الله يوسف بن يعقوب عندما قال لعزیز مصر { قَالَ اجْعَلْنِي عَلَى خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ } (سورة يوسف الآية ٥٥). فلا يكاد يخلو نشاط أي منزل من

فعاليات تخص تخزين ما تحتاج إليه من المستلزمات والمواد بكميات لذلك فإن الهدف الأساسي لوظيفة التخزين هو تقديم خدمة للنشاط الإنتاجي، فوظيفة التخزين تؤثر تأثير كبير أو مباشر في العمليات الإنتاجية وذلك لأنها توفر مستلزمات الإنتاج من خامات ومواد أو قطع غيار أو معدات عند الحاجة إليها (عمر العقيلي وآخرون، ٢٠٠٤، ٥٩).

والتخزين يعنى الإحتفاظ بالمخزون لفترة زمنية وهذه لا تشمل المواد التي تشتري وتستهلك مباشرة، أى أن عملية التخزين ترتبط بعامل الزمن، أما المحافظة على المواد أى الحفاظ عليها بحالتها فيتطلب توفير ظروف تخزين ملائمة بحيث يمكن حفظ هذه المواد من الفساد والتلف (عمر العقيلي وآخرون، ٢٠٠٤، ٦٥).

وتري الباحثة أنه لا بد أن يتوافر لدى ربة الأسرة مجموعة من الإجراءات المتبعة في التخزين المنزلي مثل "أن يكون مكان التخزين مناسب لما يوضع بداخله، ومراعاة أبعاد جسمها عند تخزين الأشياء التي يتم استعمالها بكثرة وأن يكون ارتفاع مستوي تخزينها ما بين الكتف والركبة، ومراعاة ترك مسافة حوالي ١٥٪ من وحدة التخزين فارغة، والإنتباه عند عملية تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية أن تحفظ بعيدا عن مكان المواد الغذائية، ومعرفة الإرشادات المتبعة عند تخزين الملابس ومكملاتها وعند تعاقب الفصول، وأيضا ما يجب مراعاته عند تخزين أو حفظ مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل".

والتخزين لم يكن مستحدثاً بل هو عملية موجودة منذ القدم قام بها الإنسان بطرق وأساليب مختلفة (مرودة إبراهيم، ٢٠١٨، ٧)، حيث إهتم الإنسان منذ القدم بحفظ الأغذية وكان التجفيف هو أول ما إستخدم لحفظ الغذاء من الفساد ويدل ذلك على الآثار القديمة التي إكتشفت، كما عمد الإنسان إلى الإستفادة من طاقة الشمس وحركة الهواء الطبيعية في تجفيف الأغذية، حيث تتوفر الخضر والفواكه بكميات كبيرة أثناء موسم إنتاجها مما يستوجب الحفاظ عليها بطرق عديدة لإستخدامها في وقت ندرتها (وفيقة الحميدان، هدي التركي، ١٤١٢، ٢٨).

والتخزين نوعان نوع يختص بالمواد والمهمات المشتركة فقط أي التخزين قبل بدء الإنتاج، والنوع الثاني تخزين المنتجات تحت الصنع أو الجاهزة لحين إستخدامها، وتركز ربة الأسرة على النوع الأول أكثر من النوع الثاني؛ لأنه يتكامل مع وظيفة الشراء من جهة أخرى (مرودة إبراهيم، ٢٠١٨، ٢٢).

وتعد ربة الأسرة المحرك الأول للمنزل والمدير شؤونه وقيامها بمسؤولياتها الأسرية على أكمل وجه يساعد على تحقيق إستقرار وسعادة الأسرة (منى الخيني، ٢٠١٣، ٣١). وهي المخطط والمنسق الرئيس للمسكن، حيث إنها تقضى معظم وقتها فيه، وفي أداء الأعمال المنزلية اليومية وتتفاعل مع كل جزء منه، وتقوم بإحداث تغيرات وتنسيقات داخلية وتخزينية في البيئة الداخلية

في ضوء ما تفرضه عليها مطالب الحياة الأسرية وبما يلبي إحتياجات أفراد أسرتها الإنسانية (سعدية العقبي، ٢٠١١، ٥). وهي المقررة لعمليات الشراء للأغراض والمستلزمات المنزلية لكل من الأجهزة والأدوات المنزلية والمفروشات والمواد الغذائية وغيرها، وهي التي تقوم بعمليات التخزين لكل الأغراض في المكان الخاص بها (وفاء شلبي واخرون، ٢٠١١، ١٢٢).

وتري الباحثة أن ربوات الأسر يقع على عاتقهن العديد من المسؤوليات وخصوصا فئة المتزوجات حديثا وذلك لقلّة خبراتهن وعدم توافر المعلومات الكافية لديهن في شؤون المنزلية؛ وتزداد هذه الصعوبة إذا كانت ربوة الأسرة من العاملات، وتزداد أكثر عند إنجابها للأطفال؛ فإنه بالرغم من أهمية وظيفة التخزين في المنزل إلا أن كثير من ربوات الأسر المتزوجات حديثا يهملن هذا الأمر لعدم معرفتهن الكافية بالتخزين وفوائده.

وقد أكدت دراسة مروة إبراهيم (٢٠١٨، ١٧٧) قلّة وعي ربوات الأسر حديثات الزواج بمجالات التخزين، كما أوضحت نعمّة رقبان (٢٠٠٧، ١٣) أن كثير من الدراسات أكدوا أن نسبة ٦٥.٤٪ من المساكن تعاني من مشاكل تتعلق بالتخزين وأوصوا بضرورة رفع الوعي التخطيطي للتخزين لربوات الأسر. حيث أشارت تلك الدراسات أن نسبة الفقد من الخضروات والفاكهة على مستوى المستهلك تصل إلى حوالي ٣٠٪. ويرجع ذلك لشراء كميات أكثر من الحاجة الفعلية أو بسبب سوء التخزين وينطبق ذلك أيضا على الملابس والمفروشات والتي تختلف عن الغذاء في أنها سلع معمرة لحد كبير، وكثير من عوامل التلف الذي يحدث لها نتيجة للتخزين الخاطئ، فهناك قواعد أساسية خاصة بأهمية المخزون يقضى بأن يكون المخزون في حدود معقولة، بشرط أن لا يتجاوز حدا معيناً، حيث يترتب على ذلك تجميد للميزانية المالية للأسرة بشكل لا مبرر له (مروة إبراهيم، ٢٠١٨، ٢٣).

وبما أن الملابس تحتل المركز الثاني بعد الغذاء ضمن إهتمامات الأسرة ويسند لها بند ضخم ضمن ميزانية الأسرة لذا كان من الضروري الإهتمام بعنايتها وعملية تخزينها التي تتم تبعا لمواسم السنة ولما كانت عملية تخزين الملابس تتم غالبا بطريقة عشوائية مما يترتب عليه وجود مشكلات قبل إعادة إستعمالها مرة أخرى لذا كان من الضروري إلقاء الضوء على أهمية عملية تخزين الملابس داخل المنزل وطريقة التخزين الصحيحة ووضع أسس علمية سليمة عند إتباعها تصح عملية تخزين الملابس (لمياء أحمد، إيمان محمود، ٢٠٠٨، ٢)

أما عن تخزين الأدوية بالمنزل فأكدت دراسة ميرغني يوسف (٢٠٠٢، ٤٢٢) أن نسبة ٧٩.٧٪ من الأسر المدروسة لديها منتج دوائي واحد على الأقل مخزون في المنزل؛ مما يدعو إلى الإهتمام بتقديم إرشادات لربوات الأسر عند تخزين الأدوية بالمنزل. وبالنسبة لتخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل فتري الباحثة أنه لا يخلو منزل من وجود هذه المواد بداخله، ولكي يتم تخزين

هذه المواد بالمنزل لابد وأن تكون ربة الأسرة علي دراية تامة بأسس تخزينها بالطريقة الصحيحة.

وتعد الإدارة الفعالة للوقت والجهد من تخطيط وتنظيم وتنفيذ ومن ثم تقييم من أهم المؤشرات الأساسية لقياس مدى فعالية العملية الإدارية التي توضح تنظيم الوقت والجهد وإستثماره وتوظيفه وتوزيعه بفاعلية على المهام المختلفة والتي لا تنطلق إلى تغييره، أو تعديله أو تطويره بل إلى استثماره بشكل فعال، ومحاولة تقليل الضائع منه هدرا لتحقيق الأهداف التي تتبناها عملية التخطيط الإداري، وتوجيهه للسلوك نحو إنجاز المهام في الوقت المحدد والملائم (أيمن أحمد، ٢٠٠٦، ٢).

وبما أن التخزين يهدف إلى إستغلال الفراغ وجعله أكثر مرونة في الإحتواء للأغراض والمستلزمات المنزلية وتنسيق تلك الأغراض وترتيبها في هذا الفراغ وتهيئته بطريقة مناسبة توفر سهولة الوصول إلى الأغراض المخزنة وتسهل أداء الأنشطة والأعمال (حنان السيد، رشا راغب، ٢٠١٢، ١)، وهذا ما أكدته دراسة دعاء عبد السلام، رشا علوان (٥، ٢٠١٨)، أن التخزين الجيد وترتيب أماكنه يتيح فرصة الوصول للأغراض المخزنة بطريقة سهلة ومريحة مما يوفر الوقت والجهد لربة المنزل.

وقد أكدت نتائج دراسة وجيد حماد (٢٠١٠، ٢٠٩٩) أن التخطيط والتنظيم الجيد والمسبق لوقت وجهد ربة الأسرة وتبسيطها للأعمال أثناء إدارة شئون المنزل يساعدها علي حسن تكيفها مع حياتها ويعد من أهم الحلول لمواجهة مشكلة تعدد المسؤوليات والشعور بالتعب ومن ثم الرضا عن الحياة .

ولا يوجد شك بأن التركيز على إدارة وتخطيط الوقت والجهد وتبسيط الأعمال يعد هو الإختيار للحياة التي يرغبها الفرد وفي الواقع يمكن أن يحقق له الكثير من المزايا والفوائد ومنها التوازن بين متطلبات الحياة وعدم التشتت في الجهد، والتركيز على الأهداف التي يسعى لتحقيقها، والتفكير بطريقة إيجابية وبناءة، وزيادة الثقة بالنفس، وأيضاً الإلتباه للفرص المتاحة، وأداء الأعمال بطريقة مبسطة، والقدرة علي التفويض الفعال وتقليل التسويق وأيضاً عدم إهدار الوقت والتقليل من آثار ضغط العمل والإجهاد يولد شعور الفرد بالرضا والإطمئنان، وإرتفاع روح المسؤولية ونمو مهارات الإدارة واستفادة الآخرين بإرزياد إهتمامهم بأوقاتهم (سلوى زغلول، ٢٠١٣، ١٠٠٠).

وجودة تخطيط الوقت والجهد الأسري تساعد على التغلب على كثير من مشكلاته وإنجاز أعماله ومسئولياته المتعددة في أقل وقت وجهد ممكن (زينب حقي وألفت الأشي، ٢٠١٣، ١٩٧).

وقد أوضحت دراسات كل من (Demaine (2001, 73) Merz (2003, 95) و(Overton (2004, 113) و(Tett, L., Maclachlan, K (2007, 15) أن تخطيط ربة الأسرة شؤون أسرتها يُجنبها الكثير من المتاعب، وأوصت دراسة

كل من حنان السيد ورشا راغب (٢٠١٢، ٣١)، مروة إبراهيم (٢٠١٨، ٢٠١) بتطبيق البرامج الإرشادية لمقترحات التغلب على مشكلات التخزين. ومن هنا نشأت فكرة البحث التي دفعت الباحثة إلى الإهتمام بتنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي لأهميته البالغة في توفير وإدارة موردي الوقت والجهد، وذلك من خلال تصميم وبناء برنامج إرشادي لتنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي، ومن هنا يمكن بلورة مشكلة البحث في الإجابة على التساؤلات الآتية:

- ◀ ما مدى وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية بالتخزين المنزلي بمحاوره الأربعة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل)؟
 - ◀ ما الأوزان النسبية لمحاور الوعي بالتخزين المنزلي؟
 - ◀ ما الأوزان النسبية لأبعاد إدارة موردي الوقت والجهد؟
 - ◀ هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في متوسط درجات ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي وفقاً لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري)؟
 - ◀ هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في متوسط درجات ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد وفقاً لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري)؟
 - ◀ هل توجد علاقة ارتباطية بين محاور استبيان وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد؟
 - ◀ ما مدى فاعلية البرنامج الإرشادي المعد في تنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي؟
- **أهداف البحث:**

- يهدف هذا البحث بصفة رئيسية إلى قياس فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي وعلاقته بإدارتهن لموردي الوقت والجهد؛ وذلك من خلال الأهداف الفرعية التالية:
- ◀ تعرف مستوى وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية بالتخزين المنزلي.
 - ◀ تحديد الوزن النسبي لمحاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي.
 - ◀ تحديد الوزن النسبي لأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد.
 - ◀ توضيح الفروق بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في الوعي بالتخزين المنزلي تبعاً لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).

- ◀ الكشف عن الفروق بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينت البحث الأساسية في إدارتهن لموردي الوقت والجهد تبعاً لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).
- ◀ الكشف عن طبيعة العلاقة بين وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينت البحث الأساسية بالتخزين المنزلي وبين إدارتهن لموردي الوقت والجهد.
- ◀ تعرف فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي.

• أهمية البحث:

تتمثل أهمية هذا البحث فيما يلي:

- ◀ العمل على تنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين في المنزل، والطرق المختلفة للتخزين بمجالاته المختلفة مما يوفر لهن الوقت والجهد لاحقاً، حيث إن هذه الفئة تنقصهن الكثير من الخبرة إلي جانب أنه تقع على عاتقهن المسؤولية الكاملة لجميع أمور المنزل.
- ◀ يسلط البحث الضوء على بيئة المنزل الذي تقضي فيه ربة الأسرة أغلب أوقاتها، وأهمية تحقيق الموائمة بين ربة المنزل وهذا المنزل من خلال معرفتها للتخزين المنزلي بمحاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) مما يسهل عليها تنظيم وترتيب منزلها وأيضاً سهولة الوصول للأغراض مما يترتب عليه حسن إدارتها لموردي الوقت والجهد.
- ◀ تفيد الدراسة في حل المشكلات التي تواجه ربات الأسر عند توظيف المساحات التخزينية في المنزل والطرق الصحيحة التي يجب إتباعها عند عملية التخزين المنزلي.
- ◀ تعد هذه الدراسة إضافة لمجال التخصص وذلك بسبب قلّة البحوث والدراسات السابقة على حد علم الباحثة التي تناولت التخزين المنزلي بمحاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل).
- ◀ إعداد وتطبيق وتقييم برنامج إرشادي لربات الأسر المتزوجات حديثاً للنهوض بمستوى وعيهن بالتخزين المنزلي، وتلبية احتياجاتهن بأقصى إشباع ممكن، مما يترتب عليه حسن إدارتهن لموردي الوقت والجهد.
- ◀ الاستفادة من نتائج الدراسة في مجال التخصص من خلال التوصل إلي توصيات قد تكون بداية لبحوث جديدة في هذا المجال، كما قد تكون حلول واقعية لمواجهة المشكلات المنزلية التي تواجهها ربة الأسرة والتي تنعكس بدورها على الأسرة والمجتمع.

• الأسلوب البحثي للدراسة:

• أولاً: فروض البحث:

◀ يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في متوسطات درجات محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعاً لاختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).

◀ يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في متوسطات درجات أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لاختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).

◀ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إستجابات ربات الأسر عينة البحث الأساسية لمحاور استبيان التخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد.

◀ يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج الإرشادي لتنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي علي عينة البحث التجريبية لصالح التطبيق البعدي.

• ثانياً: المصطلحات العلمية والمفاهيم الإجرائية:

• الفاعلية: Effectiveness

تقصد بها نادية أبو العينين (٢٠١٣، ١٠) الأثر الذي يمكن أن تحدثه المعالجة التدريسية بعدها عاملاً مستقلاً في أحد المتغيرات التابعة. وتعرفها رانيا عبد المنعم (٢٠١٧، ١٦) بأنها "قياس مدى صلاحية البرنامج المقدم وذلك من خلال مقارنة النتائج بالأهداف الموضوعية ومدى تطابقها". وتعرف الفاعلية إجرائياً بأنها "مدى التطابق بين الأهداف الموضوعية وبين تحقيقها وذلك من خلال قياس المخرجات الفعلية الموضوعية لتحقيق تلك الأهداف وقياس المخرجات المنشودة.

• البرنامج الإرشادي: Counseling Program

يعرفه طه حسين (٢٠٠٤، ٢٨٣) بأنه مجموعة من الخطوات المحددة والمنظمة تستند في أسسها على نظريات الإرشاد النفسي وفنياته ومبادئه، وتتضمن مجموعة من المعلومات والخبرات والمهارات والأنشطة المختلفة والتي تقدم للأفراد خلال فترة زمنية محددة بهدف مساعدتهم في تعديل سلوكياتهم وإكسابهم سلوكيات ومهارات جديدة تؤدي لهم إلي تحقيق التوافق النفسي وتساعدهم في التغلب على مشكلاتهم الحياتية. وتعرفه وفاء الصفتي (٢٠١٢، ١٩٤) بأنه مجموعة من الأنشطة المنظمة والمتراصة على شكل جلسات إرشادية مخططة، تمد ربة الأسرة بالمعلومات والمهارات اللازمة.

ويعرف البرنامج الإرشادي إجرائياً بأنه "خطة علمية محددة ومنظمة يتم من خلالها تقديم مجموعة من المعلومات والمعارف لربات الأسر في صورة جلسات إرشادية ولكل جلسة مجموعة من الأهداف تساهم في إحداث تغيير أو تعديل أو تنمية لمعلوماتهن".

• تنمية: Development

تعرفها هند إبراهيم (٢٠١٢، ١٤) بأنها "عملية بناء وتطوير للمعلومات والمعارف والمهارات بهدف تدعيم القدرات البشرية وتأمين الإستخدام الكامل والكفاء لهذه القدرات في كافة المجالات".

وتعرفها كلاً من رانيا عبد المنعم وأميرة عفيضى (٢٠١٩، ٧) بأنها "مقدار ما حدث من تغيير وزيادة في المعارف والمعلومات التي تساعد على تحقيق الأهداف".

وتعرف التنمية إجرائياً بأنها "تدعيم الفرد بالمعلومات والمعارف التي تساعد على تحقيق الأهداف مما يحقق النمو والتقدم في مختلف المجالات على كافة مستوياتها".

• وعي: Awareness

تعرفه إيمان الوشاحي (٢٠٠٧، ١٢) بأنه "إدراك الفرد للحقائق المتعلقة بظاهرة أو مشكلة ما، وما فيها من علاقات تكشف عن طبيعة الظاهرة أو المشكلة، ومن ثم يتمكن من حسن الفهم والإدراك وتدبر أنسب الأساليب للمساهمة أو الحل".

ويعرفه طه نجم (٢٠١٤، ١٢٣) بأنه "مجموعة من المفاهيم والمعارف والاتجاهات، والمشاعر التي تحدد إدراك وفهم الفرد للواقع المحيط به وتصوراته الراهنة والمستقبلية له".

وتعرفه سليكة القاضي (٢٠١٥، ١٧٨) بأنه "إتجاه عقلي يمكن الفرد من إدراك نفسه والبيئة المحيطة به بدرجات متفاوتة من الوضوء والتعقيد".

ويعرف الوعي إجرائياً بأنه "إحساس الفرد بوجود قصور في شئ ما والبحث عن طرق للخروج من هذا القصور"

• التخزين: Storage

تعرفه حنان السيد ورشا راغب (٢٠١٢، ٦، ٥) بأنه "عملية حفظ الأشياء والأدوات ومستلزمات أفراد الأسرة في الأماكن والفراغات الداخلية للوحدة السكنية على نحو يساعد على حمايتها من التلف وسهولة الوصول إليها، بما يحقق أكثر إستفادة من هذه الفراغات الداخلية".

ويعرف التخزين إجرائياً بأنه "زيادة عمر السلعة مع المحافظة على خصائصها وشغلها حيز أقل، وسهولة استعادتها مرة ثانية وذلك للإستفادة منها بأقصى درجة ممكنة".

• إدارة: Management

عملية توجيه وتخطيط وتنظيم وتنسيق ورقابة وصنع قرار باستخدام طاقة الموارد المالية والبشرية والمعلوماتية لتحقيق هدف ما بكفاءة وفعالية (مجدي غيث، ٢٠١٤، ٢٥).

• إدارة الوقت Time Management

يعرفها ربيع علي (٢٠٠٦، ١٦٣) بأنها "موازنة ما لدينا من ساعات محددة وما يجب علينا أداءه من أعمال في فترة زمنية محددة". ويعرفها ياسر فرج (٢٠٠٨، ١٧) بأنها الإستخدام الجيد والصائب للوقت المحدد والمسموح به لتحقيق غاية ما. وتعرفها منيرة الضحيان (٢٠١٣، ١١٨٦) بأنها "قدرة ربة الأسرة على موازنة ما لديها من ساعات محددة في أداء المهام المختلفة". وتعرف إدارة الوقت إجرائيا بأنها "نجاح ربة الأسرة في تنظيم واستثمار وتوظيف وتوزيع وقتها على المهام المختلفة مع محاولة تقليل الضائع منه هدرًا".

• إدارة الجهد Effort Management

تعرفها إيمان أحمد (٢٠١١، ١٩) بأنها "مقدار الجهد الذي يستطيع الفرد أن يبذله في فترة زمنية محددة أثناء عمل معين دون أن يشعر بالتعب". وتعرفها نعمته رقبان (٢٠١٣، ١٧٣) بأنها "مقدار الجهد الذي يستطيع أن يبذله الفرد في فترة زمنية محددة أثناء أداء عمل معين دون أن يشعر بالتعب". وتعرفها أسماء عبد المجيد (٢٠١٦، ٣٠) بأنها "تخطيط وتنفيذ وتقييم الأفراد لما لديهم من أعمال دون الشعور بالتعب والإرهاق". وتعرف إدارة الجهد إجرائيا بأنها "الإهتمام بتبسيط الأعمال وإستخدام أسهل الطرق وإبتكار الأساليب الفعالة في أداء الأعمال لتجنب الشعور بالتعب".

• ثالثاً: منهج البحث:

استخدم المنهج الوصفي التحليلي، والمنهج التجريبي للملاءمتها لموضوع الدراسة.

• المنهج الوصفي:

يعرفه كل من دلال القاضي ومحمود البياتي (٢٠٠٨، ٦٦) بأنه المنهج الذي يقوم على وصف دقيق وتفصيلي للظاهرة أو المشكلة موضوع البحث وصفاً كمياً، أو نوعياً، ويهدف أولاً لجمع بيانات ومعلومات عن الظاهرة، ثم دراسة وتحليل ما تم جمعه بطريقة موضوعية وصولاً إلى النتائج المفسرة لتلك الظاهرة.

• المنهج التجريبي:

يعرفه كل من إخلاص عبد الحفيظ، ومصطفى باهي (٢٠٠٢، ١٠٧) بأنه التغيير المتعمد والمضبوط والشروط المحدد لواقعة معينة، وملاحظة التغيرات الناتجة في الواقعة ذاتها ثم تفسيرها.

• رابعاً: حدود البحث:

يتحدد هذا البحث على النحو التالي:

• الحدود البشرية للبحث:

- ◀ عينة الدراسة الإستطلاعية: تكونت من (٣٠) ربة أسرة متزوجة حديثاً من المقيمات بمحافظة الشرقية ولم يمر على زواجهن (٥) سنوات، عاملات وغير عاملات، ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية مختلفة، وذلك لتقنين أدوات الدراسة عليهن.
- ◀ عينة الدراسة الأساسية: تكونت من (٢١٠) ربة أسرة متزوجة حديثاً من محافظتي الشرقية والقاهرة، ولم يمر على زواجهن (٥) سنوات، عاملات وغير عاملات، وتم إختيارهن بطريقة صدفية غرضية، ومن مستويات إجتماعية وإقتصادية وتعليمية مختلفة من المعارف والأقارب ومدرسات وموظفات .
- ◀ عينة الدراسة التجريبية: تكونت من (٤٧) ربة أسرة متزوجة حديثاً، تم إختيارهن من الربع الأدنى من العينة الأساسية من منخفضي الوعي بالتخزين المنزلي بمحافظة الشرقية وممن لديهم إستعداد للإشتراك في البرنامج، وتم تجميعهن في حجرة الإقتصاد المنزلي بمدرسة الشربيني الإعدادية بنات بمنيا القمح محافظة الشرقية بعد موافقتهن على تطبيق البرنامج.

• الحدود المكانية للبحث: محافظتي الشرقية والقاهرة .

• الحدود الزمنية للبحث:

تم التطبيق الميداني على عينة الدراسة الأساسية من منتصف شهر سبتمبر حتي نهاية شهر نوفمبر ٢٠١٩م، وعلى عينة الدراسة التجريبية مدة (٣) أسابيع) في الفترة من ١/٥/٢٠٢٠م: ١/٢١/٢٠٢٠م، بواقع جلسيتين أسبوعياً (يومي الأحد والثلاثاء)، ولمدة ساعتين.

• خامساً: أدوات البحث

تم إعداد أدوات البحث بطريقة سهلة وبسيطة وواضحة مع مراعاة الشمولية وقلّة الوقت المخصص لملء هذه الإستمارات، وتم إستخدام الإيميل في التواصل مع بعض ربّات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية لملء الإستمارات وذلك بعد شرح الهدف منها. وقد قامت الباحثة بإعداد أدوات البحث التالية:

- ◀ إستمارة البيانات العامة. (إعداد الباحثة)
- ◀ استبيان وعي ربّات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي. (إعداد الباحثة)
- ◀ استبيان إدارة موردى الوقت والجهد. (إعداد الباحثة)
- ◀ برنامج إرشادي لتنمية وعي ربّات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي. (إعداد الباحثة).

• إستمارة البيانات العامة:

أعدت هذه الإستمارة بهدف الحصول على البيانات العامة والمعلومات التي تفيد في إمكانية تحديد خصائص عينة الدراسة الديموغرافية، وإشتملت

الإستمارة على ما يلي: خصائص المتغيرات الأسرية وتتضمن (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري)، بيانات عن الوعي بمحاور التخزين المنزلي، وإدارة موردى الوقت والجهد.

• إسنيان وعي ربانئ الأسر المنزواجئ حديثاً بالنخزين المنزلي:

قامت الباحثة بإعداد استبيان كان الهدف منه تعرف مدي وعي ربانئ الأسر المنزواجئ حديثاً عينتة البحث الأساسية بالنخزين المنزلي، وتكون الاستبيان في صورته النهائية من (٦٧) عبارة خبرية مقسمة إلى أربع محاور، وتحدد الإستجابة عليها وفق ثلاث خيارات (دائماً، أحياناً، نادراً) علي مقياس متصل (٣، ٢، ١) للعبارات موجبة الصياغة، (٣، ٢، ١) للعبارات سالبة الصياغة، وبذلك تكون أعلى درجة تحصل عليها المفحوصة (٢٠١) وأقل درجة (٦٧)، وتمثل محاور الاستبيان فيما يلي:

• المحور الأول: نخزين وحفظ الأظعمة

بلغ عدد عبارات هذا المحور (٢٧) عبارة تقيس مدي وعي ربانئ الأسر المنزواجئ حديثاً بطرق حفظ وتخزين الأظعمة المختلفة بالمنزل والطريقة المناسبة لحفظ كل نوع من أنواع الطعام بالمنزل (تمليح، تسكير، تعليب، تجفيف، تعقيم بالحرارة، تبريد وتجميد).

• المحور الثاني: نخزين الملابس ومكملانها

بلغ عدد عبارات هذا المحور (١٥) عبارة خبرية تتضمن فقرات عن تنظيف الملابس وتجفيفها جيداً قبل التخزين، والإصلاحات التي تتم لقطع الملابس التالفة قبل تخزينها، وتلميع الأحذية قبل تخزينها، ومواصفات علب التخزين الصحيحة، والجو المناسب للتخزين، والطرق الصحيحة لحفظ وتخزين الملابس الثمينة لفترة طويلة كفستان الزفاف.

• المحور الثالث: نخزين الأدوية فى المنزل

بلغ عدد عبارات هذا المحور (١٥) عبارة خبرية تتضمن فقرات حول الإرشادات المتبعة عند حفظ وتخزين الأدوية فى المنزلية، والأسباب التي تؤدي إلى التخلص من الدواء.

• المحور الرابع: نخزين مواد التنظيف و المواد الكيماوية بالمنزل

بلغ عدد عبارات هذا المحور (١٠) عبارات خبرية تتضمن فقرات حول مدي وعيهن بالطرق الآمنة والصحيحة عند تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل.

• صدق الإسنيان:

إعتمدت الباحثة في ذلك على كل من:

٤ صدق المحتوى Validity Content:

ويقصد به تناول مفردات الإختبارات ومحتوياتها من خلال التحليل المنطقي لمحتوي أداءه القياس، ويتم الحكم على درجة صدق المحتوى

للإختبارات من خلال التمثيل الدقيق لمحتوى الإختبار (سعيد الأسدي، سندس فارس، ٢٠١٥، ١٨٤).

وللتحقق من صدق الاستبيان ومدى مناسبة العبارات وصياغتها للغرض الذي وضعت من أجله؛ تم عرضه في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين المتخصصين بلغ عددهم (١٣) محكم بكلية التربية النوعية بقسم الإقتصاد المنزلي بجامعة عين شمس، وعدد (١) محكم عبر الإيميل بقسم إدارة المنزل والمؤسسات بكلية التربية النوعية بأسوان؛ لإبداء الرأي في مدى ملائمة عبارات الاستبيان وصياغتها لما تهدف إلي تجميعه من معلومات وبيانات، وقد أبدوا موافقتهم على أسئلة الاستبيان بنسبة ٨٩٪ مع تعديل وحذف بعض العبارات في بعض المحاور، وقامت الباحثة بالتعديلات المشار إليها.

٤ صدق التكوين Construct Validity:

تم حساب صدق التكوين بطريقة صدق الإتساق الداخلي عن طريق إيجاد معامل الارتباط باستخدام معامل "بيرسون" كما يتضح من جدول (١) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوي دلالة ٠,٠١ مما يدل على تجانس عبارات ومحاور الإختبار والدرجة الكلية له.

جدول (١) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية لاستبيان الوصي بالتخزين المنزلي

الدلالة	الارتباط	محاور استبيان وعي ربوات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي
٠,٠١	٠,٩١٠	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
٠,٠١	٠,٧٥١	المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها
٠,٠١	٠,٨٠٢	المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل
٠,٠١	٠,٨٦٤	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل

يتضح من جدول (١) أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠,٠١) لإقتربها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس محاور الاستبيان.

• معامل الثبات:

تم حساب الثبات لاستبيان وعي ربوات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي باستخدام كلاً من طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، ومعادلة التصحيح لسبيرمان، وطريقة جيوتمان؛ والجدول (٢) يوضح ذلك، وهي قيم دالة عند مستوي (٠,٠١) لإقتربها من الواحد الصحيح، مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

جدول (٢) قيم معامل الثبات لمحاور استبيان الوصي بالتخزين المنزلي

معامل الفا	التجزئة النصفية	اسبيرمان براون	جيوتمان	محاور استبيان وعي ربوات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي
٠,٨١٤	٠,٧٨٩	٠,٨٥٣	٠,٨٠٢	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
٠,٧٤٢	٠,٧١٧	٠,٧٨١	٠,٧٣٢	المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها
٠,٩١٣	٠,٨٨٥	٠,٩٥٢	٠,٩٠١	المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل
٠,٧٧٦	٠,٧٤٩	٠,٨١٠	٠,٧٦٣	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل
٠,٨٥١	٠,٨٢٦	٠,٨٩٩	٠,٨٤٠	ثبات الاستبيان ككل

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الثبات: معامل الفا، التجزئة النصفية، سبيرمان براون، جيوتمان دالته عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على ثبات الاستبيان.

• إسنيان إدارة موردي الوقت والجهد:

أعد هذا الاستبيان وفقاً للدراسات السابقة والتعريف الإجرائي بهدف تعرف الطرق المتبعة من جانب عينة البحث الأساسية في إدارتهن لموردي الوقت والجهد، وقامت الباحثة بإعداد الاستبيان الذي تكون في صورته النهائية من (٨١) عبارة خبرية مقسمة إلى بُعدين (إدارة الوقت، إدارة الجهد)، وتحدد الإستجابة عليه وفق ثلاث خيارات (دائماً، أحياناً، نادراً) على مقياس متصل (٣، ٢، ١) للعبارة موجبة الصياغة، (١، ٢، ٣) للعبارة سالبة الصياغة، وبذلك تكون أعلى درجة تحصل عليها المفحوصة (٢٤٣) وأقل درجة (٨١)، وتمثل أبعاد الاستبيان ما يلي:

◀ **البُعد الأول:** إدارة الوقت: اشتمل هذا المحور على (٤٥) عبارة خبرية تتضمن (التخطيط، التنفيذ، والتقييم) لإدارة مورد الوقت.

▲ العبارة من (٢٠:١) تقيس التخطيط لمورد الوقت لدي ربّات الأسر عينة البحث ويوضح السلوك الذي تتبعه ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً في التفكير لتحقيق أهدافها وإشباع حاجاتها من خلال إتباعها الطرق الصحيحة للتخطيط الجيد لوقتها.

▲ العبارة من (٣٥:٢١) تقيس التنفيذ لمورد الوقت لربّة الأسرة المتزوجة حديثاً ويوضح سلوكها في كيفية تنفيذها لخطتها وإجرائها لأعمالها بأقل وقت ممكن.

▲ العبارة من (٤٥:٣٦) تقيس التقييم لمورد وقت ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً يوضح كيفية تقييم ربّة الأسرة لخطتها لإجراء أعمالها ومهامها بكفاءة عالية بوقت أقل.

◀ **البُعد الثاني:** إدارة الجهد: اشتمل هذا البُعد على (٣٦) عبارة تقيس طريقة إدارة ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً لإدارة جهدها المبذول عند أدائها لأعمالها المختلفة ويتضمن (التخطيط، التنفيذ، التقييم) لإدارة مورد الجهد.

▲ العبارة من (١٦:١) تقيس التخطيط لمورد الجهد لدي ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً ويوضح الطريقة الذي تتبعها في قدرتها على تبسيط أعمالها لتقليل الجهد المبذول منها عند أدائها لمهامها المختلفة وإشباع حاجاتها من خلال إتباعها الطرق الصحيحة للتخطيط الجيد لتقليل جهدها المبذول.

▲ العبارة من (٢٦:١٧) تقيس التنفيذ لمورد الجهد لدي ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً ويوضح سلوك ربّة الأسرة في كيفية تنفيذها لخطتها وإجرائها لأعمالها بأقل جهد ممكن.

▲ العبارة من (٣٦:٢٧) تقيس التقييم لمورد الجهد لدي ربّة الأسرة المتزوجة حديثاً ويوضح كيفية تقييم ربّة الأسرة لخطتها الموضوعية لإجراء أعمالها ومهامها بكفاءة عالية بجهد أقل.

• صدق الاستبيان:

اعتمدت الباحثة في ذلك على كل من:

١ صدق المحتوى Validity Content:

وذلك بعرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المحكمين المتخصصين بلغ عددهم (١٣) محكم بكلية التربية النوعية بقسم الإقتصاد المنزلي بجامعة عين شمس، وعدد (١) محكم عبر الإيميل بقسم إدارة المنزل والمؤسسات بكلية التربية النوعية بأسوان؛ وذلك لإبداء الرأي في مدى ملائمة عبارات الاستبيان وصياغتها لما تهدف إلي تجميعه من معلومات وبيانات، وقد أبدوا موافقتهم على أسئلة الاستبيان بنسبة ٨٦% مع تعديل وحذف بعض العبارات، وقامت الباحثة بالتعديلات المشار إليها.

٢ صدق التكوين Construct Validity:

تم حساب صدق التكوين بطريقة صدق الإتساق الداخلي عن طريق إيجاد معامل الارتباط باستخدام معامل "بيرسون"، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد (إدارة الوقت / إدارة الجهد) والدرجة الكلية للاستبيان (إدارة موردي الوقت والجهد) كما يتضح من جدول (٣)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على تجانس عبارات وأبعاد الإختبار والدرجة الكلية له.

جدول (٣) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للاستبيان إدارة موردي الوقت والجهد

الارتباط	الدلالة	أبعاد استبيان موردي الوقت والجهد البعد الأول: إدارة الوقت
٠.٧٢٩	٠.٠١	
٠.٨٨٣	٠.٠١	البعد الثاني: إدارة الجهد

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (٠.٠١) لإقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس أبعاد الاستبيان.

• ثبات الاستبيان:

تم حساب الثبات لاستبيان إدارة موردي الوقت والجهد باستخدام كلاً من طريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية، ومعادلة التصحيح لسبيرمان، وطريقة جيوتمان و الجدول (٤) يوضح ذلك، وهي قيم دالة عند مستوى (٠.٠١) لإقترابها من الواحد الصحيح، مما يدل على ثبات الاستبيان وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث.

جدول (٤) قيم معامل الثبات لأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد

أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد البعد الأول: إدارة الوقت	معامل ألفا	التجزئة النصفية	سبيرمان براون	جيوتمان
٠.٩٠٧	٠.٨٧١	٠.٩٤٣	٠.٨٩٢	
٠.٧٨٥	٠.٧٥٩	٠.٨٢٦	٠.٧٧٢	
٠.٨٢٦	٠.٧٩١	٠.٨٦٧	٠.٨١٣	ثبات الاستبيان ككل

يتضح من جدول (٤) أن جميع قيم معاملات الثبات: معامل ألفا، التجزئة النصفية، سبيرمان براون، جيوتمان دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يدل على ثبات الاستبيان.

• البرنامج الإرشادي:

تم إعداد وبناء البرنامج الإرشادي من البيانات المستمدة من استبيان وعي ربات الأسر المتزوجات حديثًا بالتخزين المنزلي حيث تم من خلاله معرفة الاحتياجات المعلوماتية لربات الأسر المتزوجات حديثًا لتنمية وعيهن بالتخزين المنزلي؛ وقد صيغت في صورة جلسات تعليمية إرشادية تشمل كل منها جوانب (معرفية، ومهارية، ووجدانية)، وتم إعداد محتوى جلسات البرنامج وذلك بالاستعانة بالمراجع المتخصصة، كما تم تحديد الوسائل والطرق الإرشادية المستخدمة وتحديد الزمن المطلوب لكل جلسة من الجلسات.

◀ الفئة المستهدفة:

تم اختيار العينة التجريبية من عينة البحث الأساسية وقد بلغت (٤٧) ربة أسرة من العاملات وغير العاملات، ومن المقيمات بمحافظة الشرقية بشرط عدم مرور (٥) سنوات على زواجها، ومن الحاصلات على درجات منخفضة (الربيع الأدنى) في استبيان الوعي بالتخزين المنزلي بعد إبداء موافقتهن ورغبتهن في حضور جلسات البرنامج.

◀ الأهداف العامة للبرنامج:

◀ أولاً: الأهداف المعرفية:

- ▲ تعدد أفكار التخزين داخل المنزل لجعله مرتب.
- ▲ تشرح طرق حفظ الأطعمة.
- ▲ تحدد الطرق المناسبة لحفظ الأطعمة بالمنزل.
- ▲ تعطي أمثلة لأسباب تخزين وحفظ الطعام بالمنزل.
- ▲ تذكر الأطعمة التي يستخدم معها التمليح.
- ▲ تذكر الهدف الخاص بكل طريقة من طرق حفظ الأطعمة.
- ▲ تعطي أمثلة للأطعمة التي يستخدم في حفظها طريقة التسخير.
- ▲ توضح مميزات حفظ الأطعمة بالتجفيف.
- ▲ تحدد الأطعمة التي يستخدم معها التعقيم بالحرارة.
- ▲ تُعرف طريقة حفظ الأطعمة بالتبريد والتجميد.
- ▲ تحدد الأطعمة التي يستخدم معها التبريد والتجفيف.
- ▲ تذكر الإجراءات التحضيرية في الملابس لإستقبال الفصل الجديد.
- ▲ تعطي أمثلة لما يجب إتباعه عند حفظ وتخزين الملابس الثمينة لفترة طويلة.
- ▲ توضح كيفية التخلص من تجمع العث على الملابس المخزنة.
- ▲ تذكر الإرشادات المتبعة عند تخزين الأدوية بالمنزل.
- ▲ تحدد ما يجب إتباعه عند تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل.
- ▲ تقييم مدى صحة الإجراءات المتبعة عند تخزين الأدوية ومواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل .

ثانيا الأهداف المهارية:

- ▲ تعدل السلوكيات الخاطئة بإتباعها أفكار وطرق التخزين الصحيحة.
- ▲ تبتكر أفكار جديدة للتخزين المنزلي لجعل المنزل مرتب.
- ▲ تستغل زوايا المطبخ فى عمل أدراج مبتكرة.
- ▲ تستغل المسافة تحت السلم فى التخزين إن وجدت.
- ▲ تستخدم العلب فى التخزين بدلا من الأكياس.
- ▲ تضيف شماغات وسلال بلاستيكية فى مكان الغسيل.
- ▲ تستخدم الأثاث الوظيفي أو متعدد الأغراض.
- ▲ تضيف قطعة فى الدولاب لتنظيم الأغراض بداخله.
- ▲ تحلل بعض السلوكيات الخاطئة التي تؤدي إلى فساد الأطعمة بالمنزل.
- ▲ تختار أنسب الطرق لحفظ الأطعمة بالمنزل.
- ▲ تحفظ الأطعمة فى المنزل كالخيار والزيتون بطريقة التمليح.
- ▲ تحفظ الأطعمة فى المنزل كالمربي بأنواعها المختلفة بطريقة التسكرير.
- ▲ تحفظ الأطعمة فى المنزل مثل الملوخية والبامية بطريقة التجفيف.
- ▲ تقوم بحفظ الخضروات والأسماك بالتبريد والتجميد.
- ▲ تنظف الملابس وتحفظها جيدا قبل تخزينها.
- ▲ تقوم بإصلاح قطع الملابس التالفة قبل تخزينها.
- ▲ تخزن الأدوية بالمنزل بطريقة صحيحة وأمنة على أسرتها.
- ▲ تحسن التصرف أثناء حفظ المبيدات والكيماويات والمنظفات بالمنزل
- ▲ تلاحظ الوسائل التعليمية المستخدمة.

ثالثا الأهداف الوجدانية:

- ▲ تحرص على تعرف أفكار التخزين المبتكرة
- ▲ تتابع بياهتمام البرنامج لمعرفة أنسب الطرق التي تستخدم بمنزله.
- ▲ تهتم بمعرفة الأطعمة التي يستخدم في حفظها طريقة التمليح.
- ▲ تشعر بالفخر لما تعلمته من إرشادات فى التخزين المنزلي.
- ▲ تبدي إهتمامها بحضور كل جلسات البرنامج.
- ▲ تعتم بمعرفة الإرشادات المتبعة عند تخزين الملابس وخصوصاً الملابس الثمينة.
- ▲ تهتم بمعرفة الإجراءات الصحيحة أثناء عند حفظ الأدوية بالمنزل.
- ▲ تحرص على التعرف بما يجب إتباعه عند حفظ مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل.
- ▲ تقدر خطورة عدم وعيها بالتخزين المنزلي.
- ▲ تتبع كافة التعليمات الخاصة بالتخزين المنزلي.

محتوي البرنامج:

يتضمن البرنامج (٦) جلسات إرشادية لتوعية ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي (أفكار مبتكرة للتخزين لجعل المنزل مرتب، تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية فى المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل).

٤ المدي الزمني:

إستغرق مدة البرنامج (٣) أسابيع وتقدم الجلسات بواقع (٢) جلسة أسبوعياً (يومي الأحد والثلاثاء من كل أسبوع) ولمدة ساعتين في الفترة من ٢٠٢٠/١/٥م: ٢٠٢٠/١/٢١م.

٤ مكان تنفيذ البرنامج:

تم عقد البرنامج في حجرة الإقتصاد المنزلي بمدرسة الشربيني الإعدادية بنات بمنيا القمح محافظة الشرقية.

٤ الطرق والأساليب الإرشادية:

اعتمد البرنامج على المحاضرات المدعمة بوسائل الإيضاح وكذلك استخدام Data Show لعرض الشرائح التي توضح كل ما يخص التخزين المنزلي، كما تم الإعتماد أيضا على أسلوب المناقشة والتقييم المرحلي لكل جلسة لتأكيد التفاعل مع العينة التجريبية ولتقييم الفهم والإستيعاب.

٤ صدق البرنامج:

تم حساب معامل صدق محتوى البرنامج من خلال عرض البرنامج على لجنة التحكيم وذلك بإرسال خطابات موجهة إلي الأساتذة أعضاء هيئة التحكيم والمتخصصين في مجال الإقتصاد المنزلي بكلية التربية النوعية بجامعة عين شمس وقد بلغ عددهم (١٣) محكم، واحتوت هذه الخطابات على تعريف بالبرنامج والهدف منه ومحتواه، وذلك لإبداء آراء سيادتهم في البرنامج من حيث صحة صياغة الأهداف التعليمية والعناصر والوسائل التعليمية ومناسبة التقييم المستخدم في كل جلسة، ومدى مناسبة لربات الأسر المتزوجات حديثا أفراد عينة البحث التجريبية، وتسجيل الملاحظات إن وجدت للإستفادة منها في تعديل البرنامج بما يتناسب مع أفراد العينة، وبناء على ذلك تم إعداد البرنامج الإرشادي في صورته طبقا لآراء السادة المحكمين.

٤ تقييم البرنامج:

تم تقييم البرنامج الإرشادي على ثلاث مراحل:

٤ تقييم قبلي (مبدئي): Initial evaluation

وقد تم إجراء التقييم القبلي علي ربات الأسر المتزوجات حديثا قبل تطبيق البرنامج، وذلك بتطبيق استبيان الوعي بالتخزين المنزلي، بهدف الوقوف على مستوي معلومات وخبرات ربات الأسر المتزوجات حديثا عينة البحث.

٤ تقييم بنائي (مرحلي): Fromative evaluation

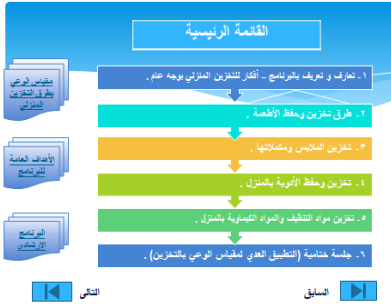
يستمر هذا التقييم طوال فترة تطبيق البرنامج، حيث توجد في نهاية كل جلسة من البرنامج الإرشادي مجموعة من الأسئلة المتعلقة بالموضوع للتأكد من مدى إستيعاب ربات الأسر المتزوجات حديثا (عينة البحث التجريبية) لكل جلسة من جلسات البرنامج الإرشادي على حدا.

٤ تقييم بعدي (نهائي): Summative evaluation

تم إجراء التقييم البعدي عن طريق إعادة تطبيق استبيان وعي ربات الأسر المتزوجات حديثا بالتخزين المنزلي على عينة الدراسة التجريبية وذلك بعد

الإنتهاء من جلسات البرنامج لمقارنة النتائج القبلية والبعديّة وذلك لقياس مدى التحسن في الوعي بالتخزين المنزلي الذي تم تحقيقه من تطبيق البرنامج الإرشادي عليهن.

" برنامج إرشادي لتنمية وعي ربان الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي "





٢- إستغلال السلم إن وجد

التالي <



السابق >



٢- إستخدام حامل معدني لتنظيم الأدوات في المطابخ الصغيرة

التالي <



السابق >



٥- الرفوف تخلق مساحة إضافية للتخزين

التالي <



السابق >



٤- إستخدام العلب بدلاً من الأكياس

التالي <



السابق >



٧- أرفف صغيرة بجوار الباب لحفظ الأحذية

التالي <



السابق >



٦- تنظيم مكان الغسيل
• إضافة لثعابت للغسيل التنظيف
• سلال بلاستيكية لحفظ سائل التنظيف والماسحوق

التالي <



السابق >





٩- أدرج أسفل السرير



٨- الأثاث الوظيفي أو متعدد الأغراض



١١- مقسم الأدرج

- تنظيم الإكسسوارات حتى لا تتشابك
- تنظيم مقننات الرجل (كالعزام - المحفظة - الساعة)



١٠- إضافة قطعة خاصة لتنظيم الأغراض في الدواليب



١٢- إستغلال تجاويف السقف (المنافذ من أعلى)



١٢- الإستفادة من الزوايا





١٥- استخدام أسفل السرير لتخزين الأحذية



١٤- الصناديق والسلال



١٧- استخدام أسفل الحوض في التخزين



١٦- عمل ارفف تخزين فوق السرير



حفظ الغذاء

هو أحد أشكال تكيف الإنسان مع البيئة من أجل البقاء، حيث وجد الإنسان منذ الأزل أن الغذاء لا يتوافر على مدار العام بشكل متساوي، فجاءت فكرة حفظ الغذاء من التلف لفترة طويلة، لأسابيع أو لشهور حتى يكون مخزوناً يتم استهلاكه وقت الحاجة له.



الجلسة الثامنة
تخزين وحفظ الأطعمة



أهداف الجلسة



الصفحة الرئيسية



تخزين وحفظ الأطعمة



مذكرات الجلسة



لماذا نلجأ لتخزين الطعام



١ - لحماية الأطعمة من الفساد

التالي << >> السابق

طرق حفظ الأطعمة

التعليب	التسكير	التملح
التجفيف والتبريد	التجميد بالحرارة	التجفيف

محتويات الجلسة

التالي << >> السابق



٣ - لتوفير أنواع مختلفة من الأطعمة في غير مواسمها

التالي << >> السابق



٢ - لتخزينها وقت الحاجة .

التالي << >> السابق

طرق حفظ الأطعمة

- التعليب
- التسكير
- التملح



التالي << >> السابق



٤ - للكسب المادي

التالي << >> السابق

رابعاً: التجفيف

حفظ الأطعمة بإزالة الماء منها لمنع فسادها.

من مميزات الحفظ بالتجفيف:
* السهولة * قلة التكاليف

التعليق

السّمك - اللحوم - الخضراوات

الحوم

الخضراوات

الأسماك

من أمثلة الأطعمة التي يستخدم معها التجفيف
«عزيرته، ربه المنزلة، اعطج، امثلة أخرى للهواد التي تحفظ بالتجفيف»

التعليق

الزّعتر - النضاع

النضاع

الزّعتر

من أمثلة الأطعمة التي يستخدم معها التجفيف
«عزيرته، ربه المنزلة، اعطج، امثلة أخرى للهواد التي تحفظ بالتجفيف»

التعليق

الملوخية - البامية

البامية

الملوخية

من أمثلة الأطعمة التي يستخدم معها التجفيف

التعليق

غلى الحليب - طهي الطعام

من أمثلة الأطعمة التي يستخدم معها التجفيف بالحرارة
«عزيرته، ربه المنزلة، اعطج، امثلة أخرى للهواد التي تحفظ بالتجفيف بالحرارة»

التعليق

شاهسا: التسليم بالحرارة

تعريض الغذاء لدرجات حرارة مرتفعة لمدة كافية

الهدف منه:
* موت معظم الكائنات الحية الدقيقة عند درجات حرارة عالية

التعليق

☆ اللحم - الأسماك - الخضراوات ☆



الخضراوات

الأسماك

من أمثلة الأطعمة التي يستخدم معها التبريد والتجفيف

التقديم الجسمة

التالي

السبق

سادسا: التبريد والتجميد

حفظ الأطعمة في الشلاجة عند درجات حرارة منخفضة

والهدف منه: * لوقف نمو ونشاط معظم الكائنات الحية الدقيقة وبذلك لا تفسد الأطعمة

التالي

السبق

عند تعاقب الفصول لا بد من اجراء بعض الإجراءات التحضيرية لاستقبال الفصل الجديد،



تجفيف الملابس

التالي

السبق

الجلسة الثالثة

تقنين الملابس ومكملاتها

أهداف الجلسة

الصحة الرئيسية

تجزي الملابس ومكملاتها

ملائكات الجلسة

التالي

١- تنظيف الملابس وتجفيفها جيدا



تنظيف الملابس وتجفيفها جيدا

من الضروري تنظيف قطع الملابس جيدا إما بغسلها بالمسالة الكهربائية، أو عن طريق التنظيف بالبخار قبل تخزينها؛ وذلك لمنع نمو تجمع العث عليها، كما وأنه من الضروري التأكد من جفافها التام.

التالي

السبق

تنظيف الملابس وتجفيفها جيدا

عدم كي الملابس

إصلاح قطع الملابس التالفة

تلصيح الأختية

شراء علب التخزين للصحة

التقنين في الجو المناسب

طرق حفظ وتخزين الملابس النسيبة لفترة طويلة

محتويات الجلسة

التالي

السبق

٣- إصلاح القطع التالفة



يجب التأكد من تخزين الملابس الصالحة وإصلاح التالفة منها قبل تخزينها، مثل خياطة الثقوب، أو تثبيت الأزرار التالفة.

التالي

السابق

٢- عدم كي الملابس قبل تخزينها



لا يجب كي الملابس بالمكواة الكهربائية، أو استخدام النشأة قبل تخزينها؛ لأن كلتا الطريقتين تضعف الألياف وتجعلها عرضة للتمزق مع مرور الوقت.

التالي

السابق

٥- شراء علب التخزين الصحيحة



ينصح بشراء علب التخزين البلاستيكية لتخزين الملابس، وتجنب العلب المصنوعة من الخشب، أو الورق، أو الكرتون المعقود؛ وذلك لأنها تحتوي على مواد كيميائية يمكن أن تنتقل إلى الملابس وتتلفها، كما ومن الممكن أن تتجمع الحشرات على البروتين الموجود في الغراء المستخدم لتصنيع العلب الخشبية، ويجب الحرص على أن لا تكون العلب البلاستيكية محكمة الإغلاق؛ لأن بعض أنواع الأقمشة الطبيعية بحاجة إلى التنفس.

التالي

السابق

٤- تلميع الأحذية



من الضروري أن تكون الأحذية نظيفة وملمعة قبل تخزينها، وينصح بهن الأحذية المصنوعة من الجلد بالقليل من الزيت لجمانها، كما ويجب تخزينها منفصلة عن القطع الأخرى، وينصح أيضا بحشي الأحذية بأوراق نظيفة للحفاظ على شكلها.

التالي

السابق

٧- طريقة حفظ الملابس الثمينة لفترة طويلة



يمكن حفظ الملابس الثمينة مثل فساتين الأعراس لفترة طويلة باتباع الخطوات التالية

التالي

السابق

٦- التخزين في الجو المناسب



من الضروري أن تكون درجة حرارة مكان تخزين الملابس أقل من ٢٣ مئوية، وأن تكون نسبة الرطوبة ٥٥ بالمئة، كما ويمكن تخزينها في أي مكان جاف، وبارد، ونظيف، ومظلم لتجنب عدم تغير لونها.

التالي

السابق

*** طي الملابس أو تعليقها**



قد تحتاج بعض قطع الملابس الثمينة إلى الطي أو التعليق، كما تحتاج قطع الملابس المنسوجة، أو المزينة بالخرز، أو التطريز لتعليق كل طبقة بورق خالي من الأحماض لحمايتها.

التالي

*** شراء مواد التخزين المناسبة**



يجب شراء أكياس تخزين ملابس مصنوعة من أقمشة تسمح للهواء بالدخول مثل قماش المولدين.

التالي

*** عدم تخزين الأحذية أو الحقائق على الأرض**



تجنب تخزين الأحذية أو الحقائق على الأرض؛ وذلك لضمان عدم وصول الرطوبة أو العفن إليها، بل يجب تعليق الأحذية في أوراق خالية من الأحماض، وحفظ الحقائق الثمينة في الأكياس المخصصة لها.

التالي

*** التخزين في البيئة المناسبة**



يجب تخزين الملابس في مكان مظلم ويصله الهواء، وفي حال عدم توفر مثل هذه الظروف يمكن تخزينها في مكان مغلق وتهويتها بين الحين والآخر.

التالي

*** لضمان عدم تجمع العث**



يمكن استخدام طرق طبيعية للتخلص من العث كوضع أكياس صغيرة مليئة بزهر اللافندر، ولكن يجب الحرص على عدم ترك الأكياس ملامسة لقطع الملابس؛ لأنها قد تنتج الزيوت مع مرور الوقت.

التالي

*** عدم تخزين الملابس الجديدة مع القديمة**



يساهم تخزين الملابس القديمة مع الجديدة إلى اختلاط الزيوت العالقة بالملابس القديمة، ولذا ينصح بتنظيف قطع الملابس قبل تخزينها.

التالي



سوء تخزين أو حفظ الدواء يعرضه للتلف وبالتالي يفقد فعاليته وقد يكون صار بالصحة

السابق

التالي

الجلسة الرابعة
تخزين الأدوية في المنزل

أهداف الجلسة

الصفحة الرئيسية

تخزين الأدوية بالمنزل

مذكرات الجلسة

السابق

دولاب حفظ الأدوية



* يستحسن وضع الدواء في صندوق يعلق على جدار إحدى الغرف الأنسب من حيث المرونة (مثل الغرف التي يعمل بها المكيف لفترة أطول) وتكتب على الدولاب بخط واضح دولاب حفظ الادوية

السابق

التالي

والتي عزيزتي ربة المنزل بعض الإرشادات التي نساعدك على تخزين الأدوية في المنزل بطرق صحيحة وأمنة على أسرنا



السابق

التالي



* لا تترك الدواء في السيارة أثناء النهار لساعات طويلة لتجنب تعرضه لحرارة وضوء الشمس وبالتالي نلغته

السابق

التالي

حفظ الإسولين الصحيح لكي لا يثقل

منال



* احفظي الدواء في المكان الذي ينصح به الطبيب أو الصيدلي أو حسب التعليمات المكتوبة على عبوة أو في نشرة الدواء لضمان فعاليته وسلامته

السابق

التالي



* إحتفظي الأدوية في عبوات محكمة الإغلاق لحمايتها من الهواء والرطوبة والتلوث الكيميائي الجرثومي

التالى



السابق



* يجب عدم حفظ كميات كبيرة من الأدوية أكثر من الحاجة أو لفترة زمنية طويلة وذلك لضمان سلامه حفظها وتجنب سوء استعمالها

التالى



السابق



حفظ الأدوية

درجة حرارة الغرفة

في التلاجة

* الكثير من الأدوية يمكن حفظها عند درجة حرارة الغرفة ، بينما بعض الأدوية يتطلب حفظها في التلاجة .

التالى



السابق



فتح وعلق عبوات الأدوية

* يجب عدم فتح عبوات الدواء إلا عند الحاجة فقط ولأقصر مدة ممكنة ، والتأكد من إغلاقها بعد كل مرة بنم فتحها

التالى



السابق

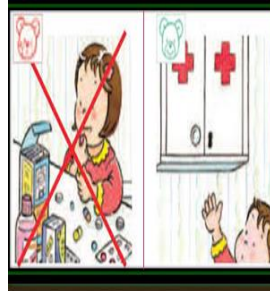


* يجب عدم حفظ أكثر من دواء في علبة واحدة لتجنب حدوث تفاعلات بين الأدوية

التالى



السابق



* إحتفظي الدواء بعيداً عن متناول أيدي الأطفال.

التالى



السابق



* تأكد دائما من تاريخ صلاحية الدواء عند إستلامه وقبل إستعماله مباشرة وخلال فترة حفظه بالمنزل

التالى



السابق



* يجب أن تحفظي الأدوية بعيداً عن أشعة الشمس المباشرة .

التالى



السابق



* تخلصي من الدواء الذي إنتهى تاريخ صلاحيته أوعتبر مطهرة أو لونه أو رائحته

التالى



السابق



* لا تستخدمى الدواء بعد إنتهاء تاريخ صلاحيته حتى وإن لم تشاهد أي تغيير في مظهر الدواء

التالى



السابق



* لا تستعملي قطرة العين لفترة تزيد عن شهر من تاريخ فتح العبوة حتى وإن لم تنتهى صلاحيتها

التالى



السابق



* علمي أن الدواء الذي تفتحي عبوته لا تمتد صلاحيته إلى تاريخ الإنتهاء المحدد على العبوة

التالى



السابق

الجلسة الخامسة
تخزين مواد التنظيف والمواد الكيميائية في المنزل

أهداف الجلسة
الصفحة الرئيسية
تخزين مواد التنظيف
مذكرات الجلسة

التالي

يتم قياس مقدار الماء حسب نوع المادة بعبارة دقيقة ويضاف للتأكد ثم ترح جيداً

* لا تستخدم المصائد الحيوي (بشكل البودر أو المسحوق) لأكثر من أسبوع بعد إضافة الماء إليه وأسبوعين إذا تم حفظه في التلاحة

تقديم الجلسة
التالي
السابق

١ إقرأ التحذيرات والإرشادات للعلبة قبل الاستعمال
٢ إزدي معادن السلامة الخاصة المناسبة عند التعامل مع المواد الكيميائية
٣ لم تهوية المكان عند الاستعمال
٤ غسل اليدين بالماء والصابون

لا تشربها أو تستنشقها
لا تضعها في الماء

* الإحتفاظ بنسخة من تعليمات السلامة لكل مادة موجودة بالمنزل

التالي

* ضرورة تخزينها في أماكن محددة ومغلقة بعيداً عن متناول الأطفال تماماً

التالي

* يجب عدم تعريض المواد المخزنة لأشعة الشمس أو الحرارة.

التالي

* الابتعاد إلى عدم تخزينها بالقرب من المواد الغذائية.

التالي



* يجب التقليل من الكميات المخزنة في المنزل قدر المستطاع.



السابق



* يجب التأكد من أن حاويات المواد الكيميائية محكمة الغلق.



السابق



* يتم وضع كل صنف على حدة في مكان مستقل .



السابق



* يجب المحافظة على درجة حرارة حفظ المواد المخزنة حسب نوعها



السابق



* يجب أن يتم تخزينها بأسلوب يتلاءم مع طبيعة مخاطرها



السابق



* يجب أن يتم تداول المواد الكيميائية بعناية وأن لا تلتقى أو تسقط على الأرض



السابق



* عليك أن تميزي المواد المخزنة بعلامات واضحة (العلامات التحذيرية)



السبق



* إن تكون الأوعية الحاوية للمواد الكيميائية مصنعة من مواد مناسبة لا يحتمل تأثرها بفعل المادة التي تحويها.



السبق



* براعى عند تخزين المواد المتوقعة تلفها أو تأثرها عند اتصالها بالمياه أن تكون في عبوات محكمة الغلق لا يسمح باتصال المياه إليها.



السبق



* يجب أن تحفظ في وضع قائم



السبق



* يجب عدم وضع المواد المخزنة في العمرات والمخارج ولو بصفة مؤقتة



السبق



* يجب التأكد من تخزينها على أرض مستوية ، كما يجب التأكد من قوة الأرفف عند تخزينها على أرفف.



السبق

شكر خاص

عزيزتي ربة الأسرة

أرجو أن أكون قد قدمت لك معلومات مفيدة تساعدك
معد التخزين الخرافي مما يوفر وقتك وجهدك.

وإشراكك ملكة حسن تعاونك ، وإن كان
ليدعي إني أفسد أو مقترح بوجه الأهل
بدي أو مراسلي عبر الإيميل

مع خالص تمنياتي لك ولأسرتك .

د/ زايها محمود عبد المصعب

شكرا لكم

شكرا لكم



سادساً: إجراءات الدراسة الميدانية:

تم تطبيق أدوات البحث على عينة الدراسة الأساسية وقوامها (٢١٠) ربة أسرة متزوجة حديثاً، واستغرق التطبيق شهرين ونصف (من منتصف شهر سبتمبر حتى نهاية شهر نوفمبر ٢٠١٩)، كما تم تطبيق البرنامج على عينة الدراسة التجريبية وقوامها (٤٧) ربة أسرة متزوجة حديثاً واستغرق التطبيق (٣) أسابيع في الفترة من ٢٠٢٠/١/٥م: ٢٠٢٠/١/٢١م (يومي الأحد والثلاثاء من كل أسبوع) ولمدة ساعتين، وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام الحاسب الآلي وقد استخدم برنامج Spss.X وذلك لإجراء الأساليب الإحصائية للتأكد من صحة الفروض.

النتائج تحليلها وتفسيرها:

أولاً: النتائج الوصفية:

٤ وصف عينة البحث الأساسية: فيما يلي وصف لخصائص عينة البحث الأساسية موضحة في الجدول (٥).

جدول (٥) توزيع ربات الأسر عينة البحث الأساسية وفقاً للخصائص الاجتماعية والاقتصادية للأسرة (ن=٢١٠)

النسبة %	العدد	المستوى التعليمي لربة الأسرة	النسبة %	العدد	عمر ربة الأسرة
٢١.٩%	٤٦	متخض	٢٤.٣%	٥١	أقل من ٢١ سنة
٣٣.٨%	٧١	متوسط	٣٦.٧%	٧٧	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة
٤٤.٣%	٩٣	عالي	٣٩%	٨٢	من ٣٠ سنة فأكثر
١٠٠%	٢١٠	المجموع	١٠٠%	٢١٠	المجموع
النسبة %	العدد	دخل الأسرة الشهري	النسبة %	العدد	عمل ربة الأسرة
٢٤.٨%	٥٢	أقل من ٣٠٠٠ جنيه	٦٠%	١٢٦	تعمل
٣٢.٤%	٦٨	من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه	٤٠%	٨٤	لا تعمل
٤٢.٨%	٩٠	من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر	١٠٠%	٢١٠	المجموع
١٠٠%	٢١٠	المجموع			

يتضح من جدول (٥) أن أعلى نسبة من عينة البحث الأساسية كانت لربات الأسر (من سن ٣٠ سنة فأكثر) بنسبة (٣٩٪) بينما أقل نسبة كانت من ربات الأسر تحت سن ٢١ سنة بنسبة (٢٤.٣٪)، كما يتضح أن ما يقرب من نصف عينة البحث الأساسية كانوا من ربات الأسر ذات المستوى التعليمي العالي بنسبة (٤٤.٣٪) بينما كانت أقل نسبة من ربات الأسر ذات التعليم المنخفض بنسبة (٢١.٩٪)، كما يتضح أن أغلب ربات الأسر عينة البحث الأساسية كانت من العاملات بنسبة (٦٠٪)، وأخيراً كانت تمتع نسبة (٤٢.٨٪) من ربات الأسر عينة البحث الأساسية بمستوى دخل مرتفع (٥٠٠٠ فأكثر)، وكانت النسبة الأقل من ربات الأسر من ذوى الدخل المنخفض بنسبة (٢٤.٨٪) بواقع أقل من ٣٠٠٠ جنيه شهرياً.

٤ وصف عينة البحث التجريبية: فيما يلي وصف لخصائص عينة البحث التجريبية موضحة في الجدول (٦).

جدول (٦) توزيع ربات الأسر عينة البحث التجريبية وفقاً للخصائص الاجتماعية والاقتصادية للأسرة (ن=٤٧)

النسبة %	العدد	المستوى التعليمي لربة الأسرة	النسبة %	العدد	عمر ربة الأسرة
٥٥.٣%	٢٦	منخفض	٤٩%	٢٣	أقل من ٢١ سنة
٢٩.٨%	١٤	متوسط	٣٤%	١٦	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة
١٤.٩%	٧	عالي	١٧%	٨	من ٣٠ سنة فأكثر
١٠٠%	٤٧	المجموع	١٠٠%	٤٧	المجموع
النسبة %	العدد	دخل الأسرة الشهري	النسبة %	العدد	عمل ربة الأسرة
٥٩.٦%	٢٨	أقل من ٣٠٠٠ جنيه	٢٩.٨%	١٤	تعمل
٢٧.٧%	١٣	من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه	٧٠.٢%	٣٣	لا تعمل
١٢.٧%	٦	من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر	١٠٠%	٤٧	المجموع
١٠٠%	٤٧	المجموع			

يتضح من جدول (٦) أن أعلى نسبة من عينة البحث التجريبية كانت لربات الأسر (أقل من ٢١ سنة) بنسبة (٤٩٪) بينما أقل نسبة كانت من ربات الأسر من سن ٣٠ سنة فأكثر بنسبة (١٧٪)، كما يتضح أن أكثر ربات الأسر عينة البحث التجريبية كانوا من ذات المستوى التعليمي المنخفض بنسبة (٥٥.٣٪) بينما كانت أقل نسبة من ربات الأسر تتميز بالمستوى التعليمي العالي بنسبة (١٤.٩٪)، كما يتضح أن أغلب ربات الأسر عينة البحث التجريبية كانت من غير العاملات بنسبة (٧٠.٢٪)، وأخيراً كانت تتمتع فقط نسبة (١٢.٧٪) من ربات الأسر عينة البحث التجريبية بمستوى دخل مرتفع (٥٠٠٠ فأكثر)، وكانت النسبة الأعلى من ربات الأسر عينة البحث التجريبية ذات الدخل المنخفض بنسبة (٥٩.٦٪) بواقع أقل من ٣٠٠٠ جنيه شهرياً.

٤ قياس مستوى وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً (عينة البحث الأساسية) بالتخزين المنزلي:

يتضح من جدول (٧) اختلاف النسب المئوية بين وعي ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلي، حيث أتضح أن أغلبية ربات الأسر المتزوجات حديثاً كانوا في مستوى الوعي المنخفض "أقل من ٥٠٪ إلى ٥٥٪"

بنسبة (٥٢.٤%)، وتعمكس النتائج إنخفاض مستوى الوعى بالتخزين المنزلى لى ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية مما يؤكد على أهمية البرنامج المعد.

جدول (٧) يوضح قياس وعى ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلى (ن=٢١)

المجموع	منخفض أقل من ٥٥%		متوسط أكثر من ٧٠%		مرتفع أكثر من ٧٠%		محاور وعى ربات الأسر المتزوجات حديثاً بالتخزين المنزلى
	عدد	نسبة	عدد	نسبة	عدد	نسبة	
٢١٠	٢١٠	١٠٠%	١١٣	٥٣.٨%	٦٥	٣١%	تخزين وحفظ الأطعمة
٢١٠	٢١٠	١٠٠%	١٠٩	٥٢%	٧٣	٣٤.٧%	تخزين الملابس ومكملاتها
٢١٠	٢١٠	١٠٠%	١٠٢	٤٨.٦%	٧٠	٣٣.٤%	تخزين الأدوية فى المنزل
٢١٠	٢١٠	١٠٠%	١١٦	٥٥.٢%	٦٨	٣٢.٤%	تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل
٢١٠	٢١٠	١٠٠%	١١٠	٥٢.٤%	٦٩	٣٢.٨%	الوعى بالتخزين المنزلى ككل

٤ الوزن النسبى لوعى ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية بالتخزين المنزلى:

جدول (٨) الوزن النسبى للوعى بالتخزين المنزلى تبعاً لإستجابات ربات الأسر عينة البحث الأساسية (ن=٢١)

الترتيب	الوزن النسبى	النسبة المئوية%	التخزين المنزلى
الأول	٣٠٦	٢٧.٩%	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
الثانى	٢٩١	٢٦.٦%	المحور الثانى: تخزين الملابس ومكملاتها
الرابع	٢٣٧	٢١.٦%	المحور الثالث: تخزين الأدوية فى المنزل
الثالث	٢٦٢	٢٣.٩%	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل
	١٠٩٦	١٠٠%	المجموع

يتضح من جدول (٨) أن وعى ربات الأسر المتزوجات حديثاً بتخزين وحفظ الأطعمة بالمنزل يأتى فى المركز الأول بنسبة (٢٧.٩%)، يليه الوعى بتخزين وحفظ الملابس ومكملاتها بنسبة (٢٦.٦%) فى المركز الثانى، ثم الوعى بتخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية فى المنزل بنسبة (٢٣.٩%) فى المركز الثالث، ويليهما فى المركز الرابع والأخير الوعى بتخزين الأدوية فى المنزل بنسبة (٢١.٦%).

٤ الوزن النسبى لإدارة ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية لموردي الوقت والجهد:

جدول (٩) الوزن النسبى لإدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لإستجابات ربات الأسر عينة البحث الأساسية (ن=٢١)

الترتيب	الوزن النسبى	النسبة المئوية%	إدارة موردي الوقت والجهد
الثانى	٢٢٤	٤٤.٢%	إدارة الوقت
الأول	٢٨٣	٥٥.٨%	إدارة الجهد
	٥٠٧	١٠٠%	المجموع

يتضح من جدول (٩) أن إدارة الجهد احتلت المرتبة الأولى بنسبة (٥٥.٨%) ويليهما فى المرتبة الثانية إدارة الوقت بنسبة (٤٤.٢%).

• ثانياً: النتائج فى ضوء فروض البحث

النتائج فى ضوء الفرض الأول: الذى ينص على أنه " يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية فى

متوسطات درجات محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعا لإختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء:

٤ إختبار (ت) للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات درجات ربوات الأسر المتزوجات حديثا عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي تبعا لمتغير (عمل ربة الأسرة).

٤ تحليل التباين لإيجاد قيمة (ف) للوقوف علي دلالة الفروق في استبيان وعي ربوات الأسر المتزوجات حديثا بالتخزين المنزلي تبعا لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).

٤ إختبار LSD لإيجاد إتجاه الفروق في حالة وجودها لبعض متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري). والجداول من (١٠) إلي (١٦) توضح ذلك:

• عمر ربة الأسرة.

جدول (١٠) تحليل التباين بين ربوات الأسر لاستبيان الوعي بالتخزين المنزلي تبعا لعمر ربة الأسرة (ن=٢١٠)

الدلالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط المربعات	مجموع المربعات	عمر ربة الأسرة	محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي
٠٠١ دال	٣٤.٧١٧	٢	٣٤٠.٥٩٧	٦٨٠٣.١٩٣	بين المجموعات	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
		٢٠٧	٩٧.٩٨٠	٢٠٢٨١.٩١٥	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٧٠٨٥.١٠٨	المجموع	
٠٠١ دال	٤٦.٥١٣	٢	٣٩٦٩.٧١٠	٧٩٣٩.٤٢١	بين المجموعات	المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها
		٢٠٧	٨٥.٣٤٧	١٧٦٦٦.٧٤٧	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٥٦٠٦.١٦٨	المجموع	
٠٠١ دال	٣٥.٢٥٥	٢	٣٦٤٤.٨٩٩	٧٢٨٩.٧٩٨	بين المجموعات	المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل
		٢٠٧	١٠٣.٣٨٥	٢١٤٠٠.٧٦٤	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٨٦٩٠.٥٦٢	المجموع	
٠٠١ دال	٥٤.٨٩٧	٢	٣٨٠٧.٢١٣	٧٦١٤.٤٢٥	بين المجموعات	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل
		٢٠٧	٦٩.٣٥٢	١٤٣٥٥.٨٥٧	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢١٩٧٠.٢٨٢	المجموع	
٠٠١ دال	٤٦.٩٤٦	٢	٣٥٢٤.٨٢٢	٧٠٤٩.٦٤٥	بين المجموعات	الاستبيان ككل
		٢٠٧	٧٥.٠٨٣	١٥٥٤٢.٢١٤	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٢٥٩١.٨٥٩	المجموع	

يتضح من نتائج جدول (١٠) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربوات الأسر المتزوجات حديثا عينة البحث الأساسية علي استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعا لإختلاف عمر ربة الأسرة، ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة والجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١) دلالة الفروق بين ربوات الأسر لاستبيان الوعي بالتخزين المنزلي تبعاً لإختلاف عمر ربة الأسرة (٢١=٢)

المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ٢٩.٥١	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ٣١.١٨٣	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٤١.٤٥٩
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦٢.١٨٢	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦١٢.٤٥٨	♦♦١٠.٢٧٦	-
المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ٢٤.١١٧	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ٣٥.١٦٩	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٤٢.٨٨٩
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦١١.٥٥٢	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦١٨.٧٧٢	♦♦٧.٧٢٠	-
المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ١٧.٥٣١	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ٢٤.١٥٨	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٣٢.٠٢٧
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦٦.٦٢٧	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦١٤.٤٩٦	♦♦٧.٨٦٩	-
المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ٤٦.١٨٩	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ٥٨.٤٢٠	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٧٠.١٢١
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦١٢.٢٣١	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦٢٣.٩٣٢	♦♦١١.٧٠١	-
الاستبيان ككل			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ١١٦.٨٣٨	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ١٤٨.٩٣٠	من ٣٠ سنة فأكثر م = ١٨٦.٤٩٦
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦٣٢.٠٩٢	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦٦٩.٦٥٨	♦♦٣٧.٥٦٦	-

يتضح من جدول (١١) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي (٠.٠١) في متوسطات درجات الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاورة تبعاً لعمر ربة الأسرة لصالح ربوات الأسر (من سن ٣٠ فأكثر)، وتفسر الباحثة ذلك بأنه كلما زاد عمر ربة الأسرة كلما اكتسبت خبرة أكثر وكانت أكثر وعياً بالمواد المخزنة والطرق الصحيحة لتخزينها، واتفقت مع هذه النتيجة نتيجة دراسة كلا من دعاء عبد السلام، رشا علوان (٢١، ٢٠١٩) حيث وجدوا أنه كلما زاد سن الزوجة كلما زاد إستغلالها للفراغات الداخلية للمسكن وبالتالي يزيد من تخزينها للمواد المختلفة في المنزل.

• المسنوع التعليمي لربة الأسرة.

يتضح من نتائج جدول (١٢) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) في متوسطات درجات ربوات الأسر المتزوجات حديثاً عينته البحث الأساسية علي استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاورة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف

والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعاً لإختلاف المستوى التعليمي لربة الأسرة، ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة، والجدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٢) تحليل التباين بين ربوات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي بمحاورة تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة (ن=٢١٠)

الدلالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط المرابعات	مجموع المرابعات	المستوى التعليمي لربة الأسرة	محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي
٠.٠١ دال	٦٠.٤٤٩	٢	٣٦٢٩.٦٩١	٧٢٥٩.٣٨٢	بين المجموعات	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
		٢٠٧	٦٠.٤٥	١٢٤٢٩.٣١٨	داخل المجموعات	
		٢٠٩		١٩٦٨٨.٧٠٠	المجموع	
٠.٠١ دال	٣١.٦٨٢	٢	٣٣٦٣.٨٩٢	٦٧٢٧.٧٨٤	بين المجموعات	المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها
		٢٠٧	١٠٦.١٧٦	٢١٩٧٨.٤٣٥	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٨٧٠٦.٢١٩	المجموع	
٠.٠١ دال	٣٥.٢٥٥	٢	٣٦٤٤.٨٩٩	٧٢٨٩.٧٩٨	بين المجموعات	المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل
		٢٠٧	١٠٣.٣٨٥	٢١٤٠.٧٤٤	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٨٦٩٠.٥٦٢	المجموع	
٠.٠١ دال	٤٥.٤٠٩	٢	٣٧٣٩.٨٣٠	٧٤٧٩.٦٥٩	بين المجموعات	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل
		٢٠٧	٨٢.٣٥٨	١٧٠٤٨.١١٩	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٤٥٢٧.٧٧٨	المجموع	
٠.٠١ دال	٥١.٧٨٠	٢	٣٧٤٨.٦٩٣	٧٤٩٧.٣٨٦	بين المجموعات	الاستبيان ككل
		٢٠٧	٧٢.٣٩٦	١٤٩٨٦.٠١١	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٢٤٨٣.٣٩٧	المجموع	

جدول (١٣) دلالة الفروق بين ربوات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي بمحاورة تبعاً لإختلاف المستوى التعليمي لربة الأسرة (ن=٢١٠)

المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ٢٥.٥٢٧	متوسط م = ٣٧.٧٥١	عالي م = ٤٦.٦٤٢
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦١٢.٢٢٤	-	-
عالي	♦♦٢١.١١٥	♦♦٨.٨٩١	-
المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ٢٨.٠٦٣	متوسط م = ٣٠.٢٨١	عالي م = ٣٩.٥٥١
منخفض	-	-	-
متوسط	♦٢.٢١٨	-	-
عالي	♦♦١١.٤٨٨	♦♦٩.٢٧٠	-
المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ١٨.١٣٢	متوسط م = ٢٠.٥٧٠	عالي م = ٢٩.٩٦١
منخفض	-	-	-
متوسط	♦٢.٤٣٨	-	-
عالي	♦♦١١.٨٢٩	♦♦٩.٣٩١	-
المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ٤.٤٤٢	متوسط م = ٥٢.٥٩٩	عالي م = ٦٦.٣٥١
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦١١.٨١٧	-	-
عالي	♦♦٢٥.٩٠٩	♦♦١٤.٠٩٢	-
الاستبيان ككل			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ١١٢.١٦٤	متوسط م = ١٤٠.٨٦١	عالي م = ١٨٢.٥٥٥
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦٢٨.٦٩٧	-	-
عالي	♦♦٧٠.٣٤١	♦♦٤١.٦٤٤	-

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات الوعي بالتخزين المنزلي (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف

والمواد الكيماوية بالمنزل، التخزين المنزلي ككل) تبعاً لمتغير المستوى التعليمي لربات الأسر لصالح المستويات التعليمية الأعلى، وتفسر الباحثة ذلك بأنه كلما ارتفع المستوى التعليمي لربة الأسرة كلما ساعدها في الإطلاع والإرتقاء بالمستوى الإدراكي والمعرفي لديها بأهمية التخزين المنزلي وبالتالي زيادة وعيها وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلا من حنان أبو صيري، رشا راغب (٢٠١٢، ١٤، ١٥)، دعاء عبد السلام، رشا علوان (٢٠١٨، ٢٢)، مروة إبراهيم (٢٠١٨، ١٧٨) حيث كانت النتيجة لصالح المستويات التعليمية الأعلى.

• عمل ربة الأسرة:

جدول (١٤) دلالة الفروق بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان الوصي بالتخزين المنزلي بمحاورة تبعاً لعمل ربة الأسرة (ن=٢١٠)

الدلالة	قيمته (ت)	درجات الحرية	العينة	عمل ربة الأسرة		محاورة استبيان الوصي بالتخزين المنزلي
				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة	١٦.٣٥٩	٢٠٨	١٢٦	٣.٩٩١	٤٣.٦٦٩	تعمل
			٨٤	٢.٧٤٨	٣٦.٠٦٨	لا تعمل
المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها	١٣.٣٣٨	٢٠٨	١٢٦	٤.٢٧١	٤٠.٢٢٩	تعمل
			٨٤	٢.٥٥١	٣٦.١٠٣	لا تعمل
المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل	١١.٦٠٥	٢٠٨	١٢٦	٣.٢١٠	٣٠.٦٦١	تعمل
			٨٤	٢.١٥٧	١٨.٨١٩	لا تعمل
المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل	٢٠.١٣٨	٢٠٨	١٢٦	٥.٩٠٥	٧٢.٢٩١	تعمل
			٨٤	٤.١٨٨	٥٤.٢٠٣	لا تعمل
الاستبيان ككل	٣٤.١١٢	٢٠٨	١٢٦	٨.١٠٠	١٨٦.٨٥٠	تعمل
			٨٤	٦.٣٥٨	١٢٥.١٩٣	لا تعمل

يتضح من نتائج جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوصي بالتخزين المنزلي ككل بمحاورة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) وفقاً لعمل ربة الأسرة لصالح ربات الأسر العاملات، وتري الباحثة أن زيادة وعي ربات الأسر العاملات يرجع إلي تبادل المعلومات والخبرات أثناء العمل مما يؤدي إلي زيادة وعيهن بالتخزين المنزلي، هذا إلي جانب أن ظروف عملهن خارج المنزل تفرض عليهن أن يقمن بتخزين المواد المنزلية لإنشغالهن بالعمل أكثر من ربات الأسر غير العاملات التي لديهن متسع من الوقت لعمل عدد مرات تسوق أكثر من ربات الأسر العاملات، وتتفق مع هذه النتيجة نتيجة دراسة كلا من دعاء عبد السلام، رشا علوان (٢٠١٨، ٢٠) حيث كانت النتيجة لصالح العاملات، وتختلف مع دراسة كل حنان أبو صيري، رشا راغب (٢٠١٢، ١٦) حيث كانت النتيجة لصالح غير العاملات.

• دخل الأسرة الشهري:

يتضح من نتائج جدول (١٥) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوصي بالتخزين المنزلي ككل بمحاورة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية

بالمنزّل) تبعاً لإختلاف دخل الأسرة الشهري. ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة، والجدول (١٦) يوضح ذلك.
جدول (١٥) تحليل التباين بين ربات الأسر تبعاً لإختلاف دخل الأسرة الشهري (ن=٢١)

الدلالة	قيمة (ف)	درجات الحرية	متوسط الربعات	مجموع الربعات	دخل الأسرة الشهري	محاور استبيان الوصي بالتخزين المنزلي
٠.٠١ دال	٣١.٢٧٤	٢	٣٥٩٧.٧٨٧	٧١٩٥.٥٧٤	بين المجموعات	المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة
		٢٠٧	١١٥.٤١	٢٣٨١٣.٥٣٤	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٣١٠٩.١٨	المجموع	
٠.٠١ دال	٥٩.٣٨٢	٢	٤٠٥٣.٢٤٥	٨١٠٦.٤٩٠	بين المجموعات	المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها
		٢٠٧	٦٨.٢٥٧	١٤١٢٩.١٨٧	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٢٢٣٥.٦٧٧	المجموع	
٠.٠١ دال	٣٨.٥٦٨	٢	٣٦٧٩.٢٧٧	٧٣٥٨.٥٥٤	بين المجموعات	المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزّل
		٢٠٧	٩٥.٣٩٧	١٩٧٤٧.١١١	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٧١٥.٦٦٥	المجموع	
٠.٠١ دال	٣٩.٥٣٦	٢	٣٤٥٤.٧٧٥	٦٩٠٩.٥٥٠	بين المجموعات	المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزّل
		٢٠٧	٨٧.٣٨٢	١٨٠٨٨.٠٩٥	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢٤٩٩٧.٦٤٥	المجموع	
٠.٠١ دال	٥٤.٩١٩	٢	٣٧٧٠.٩١٤	٧٥٤١.٨٢٨	بين المجموعات	الاستبيان ككل
		٢٠٧	٦٨.٦٦٤	١٤٢١٣.٤٠٩	داخل المجموعات	
		٢٠٩		٢١٧٥٥.٢٣٧	المجموع	

جدول (١٦) دلالة الفروق بين ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوصي بالتخزين المنزلي بمحاورة تبعاً لدخل الأسرة الشهري (ن=٢١)

المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة			
مستوي دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٢٠.١٨٨	من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه م = ٢٢.٤٩١	من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر م = ٣٧.١٥٣
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه	♦٢.٣٠٣	-	-
من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر	♦١٦.٩٦٥	♦١٤.٦٦٢	-
المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها			
مستوي دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٢٢.٢٢١	من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه م = ٣٤.١٥٣	من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر م = ٤٣.٣٦٠
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه	♦١١.٩٣٢	-	-
من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر	♦٢١.١٣٩	♦٩.٢٠٧	-
المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزّل			
مستوي دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ١٥.٥٤٤	من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه م = ٢٦.٠٢٤	من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر م = ٢٨.٢٨١
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه	♦١٠.٤٨٠	-	-
من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر	♦١٢.٧٣٧	♦٢.٢٥٧	-
المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزّل			
مستوي الدخل الشهري للأسرة	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٣٩.٠٣٩	من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه م = ٤١.١٣٦	من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر م = ٦٥.٥٠٨
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه	♦٢.٠٩٧	-	-
من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر	♦٢٦.٤٦٩	♦٢٤.٣٧٢	-
الاستبيان ككل			
مستوي دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٩٦.٩٩٢	من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه م = ١٢٣.٨٠٤	من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر م = ١٧٤.٣٠٢
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٤٠٠٠ جنيه	♦٢٦.٨١٢	-	-
من ٤٠٠٠ جنيه فأكثر	♦٧٧.٣٦٠	♦٥٠.٤٩٨	-

يتضح من جدول (١٦) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات الوعي بالتخزين المنزلي (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل، التخزين المنزلي ككل) تبعاً لمتغير دخل الأسرة الشهري لصالح الدخل الشهري المرتفع، وتري الباحثة أنه مع ارتفاع الدخل الشهري للأسرة يرتفع معه معدل الشراء وبالتالي يوجد ما يمكن تخزينه في المنزل أكثر من ذوي الدخل المنخفض، مما يدعو ربات الأسر ذات الدخل المرتفع إلى العمل على زيادة وعيهن بالتخزين المنزلي، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلا من شيماء نبوي (٢٠٠٧)، مروة عثمان (٢٠٠٣)، ونجوي حسن (٢٠٠٨)، وزينب عبد الصمد (٢٠٠٨)، حنان أبو صيري، رشا راغب (٢٠١٢)، دعاء عبد السلام، رشا علوان (٢٠١٨)، في وجود فروق معنوية بين ارتفاع الدخل الشهري ومدى وعي ربات الأسر، وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع نتيجة مروة إبراهيم (٢٠١٨، ١٧٩) حيث إنها أكدت وجود علاقة ارتباطية عند مستوي دلالة (٠.٠١) بين الدخل الشهري ومجال الغذاء فقط، وأثبتت عدم وجود علاقة ارتباطية بين الدخل الشهري وبين الملابس وأدوات ومواد العناية بالمنزل.

• ملخص نتائج الفرض الأول:

- ◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) تبعاً لعمر ربة الأسرة لصالح ربات الأسر (من سن ٣٠ فأكثر).
 - ◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاوره تبعاً لمتغير المستوي التعليمي لربات الأسر لصالح المستويات التعليمية الأعلى.
 - ◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاوره وفقاً لعمل ربة الأسرة لصالح ربات الأسر العاملات.
 - ◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان الوعي بالتخزين المنزلي ككل بمحاوره تبعاً لمتغير دخل الأسرة الشهري لصالح دخل الأسرة الشهري المرتفع.
- وفي ضوء ما سبق يكون قد تحققت صحة الفرض الأول .

النتائج في ضوء الفرض الثاني: الذي ينص على أنه "يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في متوسطات درجات أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لإختلاف

متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوى التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة) وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء:
 ◀ إختبار (ت) للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية علي استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لمتغير (عمل ربة الأسرة).
 ◀ تحليل التباين لإيجاد قيمة (ف) للوقوف علي دلالة الفروق في استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لبعض متغيرات الدراسة (المستوى التعليمي لربة الأسرة، سن ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).
 ◀ إختبار LSD لإيجاد إتجاه الفروق في حالة وجودها لبعض متغيرات الدراسة.
 (المستوى التعليمي لربة الأسرة، سن ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري).
 والجداول من رقم (١٧) إلي رقم (٢٣) توضح ذلك:

• عمر ربة الأسرة:

جدول (١٧) تحليل التباين بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية علي استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده تبعاً لعمر ربة الأسرة (ن=٢١٠)

أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد	عمر ربة الأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
البعد الأول: إدارة الوقت	بين المجموعات	٧٦٦٢.٧٠٩	٣٨٣١.٣٥٤	٢	٣٢.٢٨٣	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	٢٤٥٦٧.٠٩٥	١١٨.٦٨٢	٢٠٧		
	المجموع	٣٢٢٢٩.٨٠٤		٢٠٩		
البعد الثاني: إدارة الجهد	بين المجموعات	٨٠٨.٦٨٧	٤٠٢٩.٣٤٤	٢	٥٥.٢٥٦	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٥٠٩٤.٦١٤	٧٢.٢٢١	٢٠٧		
	المجموع	٢٣١٥٣.٣٠١		٢٠٩		
الاستبيان ككل	بين المجموعات	٧٤٤.٥٣٦	٣٧٠٧.٢٦٨	٢	٤١.٥٥٨	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٨٤٦٥.٩٨٠	٨٩.٢٠٨	٢٠٧		
	المجموع	٢٥٨٨٠.٥١٦		٢٠٩		

يتضح من نتائج جدول (١٧) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث علي استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) تبعاً لإختلاف عمر ربة الأسرة. ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة، والجدول (١٨) يوضح ذلك.

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوي دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر علي استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) تبعاً لعمر ربة الأسرة لصالح ربات الأسر اللاتي أعمارهن من (٣٠ سنة فأكثر)، وتفسر الباحثة ذلك بأنه كلما زاد عمر ربة الأسرة كلما كان لديها خبرة ودراية ومهارة عالية علي إدارة وتنظيم موردي الوقت والجهد، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة إبتسام الزوم (٢٠١٢، ٢٩)، حيث بينت أن ربات الأسر ذوات الفئة العمرية الأكبر لديها قدرة عالية في إدارة وقتها، كما تتفق أيضاً مع دراسة فاطمة خلف (٢٠١٧، ٢١٠) حيث أثبتت أن إدارة الوقت زداد بزيادة عمر ربة الأسرة، كما يزداد أيضاً

إدارة جهد ربة الأسرة وتزويد مهارة ودراية كلما تقدم عمرها (فاطمة خلف، ٢٠١٧، ٢٢٣)، كما تتفق هذه النتيجة أيضا مع نتيجة دراسة على الضالعين (٢٠٠٨) والتي أظهرت أن ربات الأسر الأعلى سنا أكثر إستغلال للوقت وأيضا أكثر توفيرا في الجهد، وتتفق مع هذه الدراسة جزئيا دراسة (Ebrahimi, H. et,al (2014) في أن قدرة ربة الأسرة علي إدارة مورد الوقت تزيد بتقدم السن.

جدول (١٨) دلالة الفروق بين ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده وفقا لعمر ربة الأسرة (ن=٢١٠)

البُعد الأول: إدارة مورد الوقت			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ٨٢.٢٥٧	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ٩٢.٠١٢	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٩٥.٤٤٥
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦١٠.٧٥٥	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦١٣.١٨٨	♦♦٢.٤٣٣	-
البُعد الثاني: إدارة مورد الجهد			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ٨١.٤٥٥	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ١٠١.٦٢٨	من ٣٠ سنة فأكثر م = ١٢٢.٤١٢
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦٢٠.٢٢٣	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦٤١.٠٠٧	♦♦٢٠.٧٨٤	-
الاستبيان ككل			
عمر ربة الأسرة	أقل من ٢١ سنة م = ١٦٣.٦٦٢	من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة م = ١٩٤.٦٤٠	من ٣٠ سنة فأكثر م = ٢١٧.٨٥٧
أقل من ٢١ سنة	-	-	-
من ٢١ سنة لأقل من ٣٠ سنة	♦♦٣٠.٩٧٨	-	-
من ٣٠ سنة فأكثر	♦♦٥٤.١٩٥	♦♦٢٣.٢١٧	-

• المستوى التعليمي لربة الأسرة:

يتضح من نتائج جدول (١٩) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) تبعاً لإختلاف المستوى التعليمي لربة الأسر. ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة والجدول (٢٠) يوضح ذلك.

جدول (١٩) تحليل التباين بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده تبعاً للمستوى التعليمي لربات الأسر (ن=٢١٠)

أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد	المستوي التعليمي لربة الأسرة	مجموع الربعات	متوسط الدرجات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
البُعد الأول: إدارة الوقت	بين المجموعات	٧٨٣٩.٥٩٨	٣٩١٩.٧٩٩	٢	٤٠.٥٦٤	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	٢٠٠٢.٩٢١	٩٦.٦٣٢	٢٠٧		
	المجموع	٢٧٨٤٢.٥١٩		٢٠٩		
البُعد الثاني: إدارة الجهد	بين المجموعات	٧٩٧٨.٦٦٠	٣٩٨٩.٣٣٠	٢	٤٩.١٧٠	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٦٧٩٤.٤٧٥	٨١.١٣٣	٢٠٧		
	المجموع	٢٤٧٧٣.١٣٥		٢٠٩		
الاستبيان ككل	بين المجموعات	٧٥٢٤.٠٣٠	٣٧٦٢.١٥	٢	٤٨.٢٩١	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٦١٣٦.٠٤٩	٧٧.٩٠٤	٢٠٧		
	المجموع	٢٣٦٥٠.٠٧٩		٢٠٩		

جدول (٢٠) دلالة الفروق بين ربوات الأسر المتزوجات حديثاً عينته البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد وفقاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة (ن=٢١٠)

البعد الأول: إدارة الوقت			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ٧٤.٣٢٩	متوسط م = ٩١.١٢٣	عالي م = ١٤.٤٠١
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦١٦.٧٩٤	-	-
عالي	♦♦٣٠.٧٢	♦♦١٣.٢٧٨	-
البعد الثاني: إدارة الجهد			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ٧٨.٩٦١	متوسط م = ٩٨.٢٢٣	عالي م = ١١٦.٣٢٥
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦١٩.٢٦٢	-	-
عالي	♦♦٣٧.٣٦٤	♦♦١٨.١٠٢	-
الاستبيان ككل			
المستوى التعليمي لربة الأسرة	منخفض م = ١٥٣.٢٩٠	متوسط م = ١٨٩.٣٤٦	عالي م = ٢٢٠.٧٢٦
منخفض	-	-	-
متوسط	♦♦٣٦.٠٥٦	-	-
عالي	♦♦٦٧.٤٣٦	♦♦٣١.٤٨٠	-

يتضح من جدول (٢٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠,٠١) في متوسطات ربوات الأسر على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد (إدارة الوقت، إدارة الجهد، إدارة الوقت والجهد ككل) تبعاً للمستوى التعليمي لربة الأسرة لصالح المستويات التعليمية الأعلى، ويرجع ذلك إلي أنه كلما ارتفع مستوى تعليم ربة الأسرة كلما كانت أكثر تفهماً وتقديراً لموردي الوقت والجهد مما يجعلها تحسن إدارتهما، وتتفق مع هذه النتيجة دراسة أسماء عبد المجيد (٢٠١٦، ١٣٢) حيث كانت نتيجتها لصالح المستوى التعليمي الأعلى، ودراسة فاطمة خلف (٢٠١٧، ٢١٣) في وجود فرق ذو دلالة إحصائية في إدارة ربوات الأسر ذات المستوى التعليمي الأعلى لموردي الوقت والجهد، ويتفق هذا أيضاً مع نتائج دراسة كلا وفاء المعجل (٢٠٠٤)، الحسيني ربحان (٢٠١٠)، سمر أحمد (٢٠١٠)، شرين محمد (٢٠١١)، منيرة الطحيان (٢٠١٣)، حيث بينت هذه الدراسات أنه تزداد قدرة ربة الأسرة على إغتنام وقتها وتقليل جهدها بما يعود عليها بالمنفعة والفائدة بزيادة المستوى التعليمي لربة الأسرة وأيضاً دراسة Mona, H (2013) وتؤكد أن زيادة القدرة على التخطيط للوقت تزيد بارتفاع المستوى التعليمي لربة الأسرة، واختلصت مع دراسة ربيع علي وآخرون (٢٠١٣، ٤٧٩) حيث بينت أن تنظيم الوقت اللازم لأداء العمل المنزلي وفقاً لمستوي تعليم ربة الأسرة كان لصالح المستوى التعليمي المنخفض.

• عمل ربة الأسرة:

جدول (٢١) دلالة الفروق بين ربوات الأسر المتزوجات حديثاً عينته البحث على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد تبعاً لعمل ربة الأسرة (ن=٢١٠)

أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد	عمل ربة الأسرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
البعد الأول: إدارة الوقت	تعمل	١٠٢.٢٣٧	٧.٣٥٨	١٢٦	٢٠٨	١٧.٤٢٩	دال عند ٠,٠١ لصالح العاملات
	لا تعمل	٨٣.٣١٩	٥.٢٢١	٨٤			
البعد الثاني: إدارة الجهد	تعمل	١٠٦.٦٥٨	٧.٥٢١	١٢٦	٢٠٨	٢٤.٥٥١	دال عند ٠,٠١ لصالح العاملات
	لا تعمل	٧٨.١٠٣	٥.٠٢٤	٨٤			
الاستبيان ككل	تعمل	٢٠٨.٨٩٥	٨١٥٣	١٢٦	٢٠٨	٣٢.٢٦٩	دال عند ٠,٠١ لصالح العاملات
	لا تعمل	١٦١.٤٢٢	٦.٦٤٩	٨٤			

يتضح من نتائج جدول (٢١) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) وقفا لعمل ربة الأسرة لصالح ربات الأسر العاملات، وتتفق هذه النتيجة كلياً مع نتائج دراسة كلا من إبتسام الزوم (٢٠١٢، ١٩)، فاطمة خلف (٢٠١٧، ٢٠٠٨، ٢٢٢)، وتختلف مع نتائج دراسة أسماء عبد المجيد (٢٠١٦، ١١٣) حيث أثبتت عدم وجود فروق بين متوسطات درجات ربات الأسر العاملات وغير العاملات.

• دخل الأسرة الشهري:

جدول (٢٢) تحليل التباين بين ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية في استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده تبعاً لدخل الأسرة الشهري (ن=٢١)

أبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد	دخل الأسرة الشهري	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
البعد الأول: إدارة الوقت	بين المجموعات	٧٥٧٩.٧٤٤	٣٧٨٩.٨٧٢	٢	٥٢.٢٣٨	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٥٠١٧.٩٩٨	٧٢.٥٥١	٢٠٧		
	المجموع	٢٢٥٩٧.٧٤٢		٢٠٩		
البعد الثاني: إدارة الجهد	بين المجموعات	٨١٦٠.٣٤٤	٤٠٨٠.١٧٢	٢	٦٤.٥٤٤	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٣٠٨٥.٦٣٢	٦٣.٢١٦	٢٠٧		
	المجموع	٢١٢٤٥.٩٧٦		٢٠٩		
الاستبيان ككل	بين المجموعات	٧٢٠٢.٤٥	٣٦٠١.٢٢٣	٢	٥٦.٤٧٣	٠.٠١ دال
	داخل المجموعات	١٣١٩٩.٤٤٦	٦٣.٧٦٥	٢٠٧		
	المجموع	٢٠٤٠١.٤٩١		٢٠٩		

يتضح من نتائج جدول (٢٢) وجود تباين دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر المتزوجات حديثاً عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) تبعاً لإختلاف دخل الأسرة الشهري. ولتعرف إتجاه دلالة الفروق، تم تطبيق إختبار L.S.D للمقارنات المتعددة والجدول (٢٣) يوضح ذلك.

جدول (٢٣) دلالة الفروق بين ربات الأسر عينة البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده تبعاً لإختلاف دخل الأسرة الشهري (ن=٢١)

البعد الأول: إدارة الوقت			
دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٧٠.٤٢٥	من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه م = ٨٦.٣١٩	من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر م = ١١٨.٨٨١
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه	♦♦١٥.٨٩٤	-	-
من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر	♦♦٣١.٤٥٦	♦♦١٥.٥٦٢	-
البعد الثاني: إدارة الجهد			
دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ٨٤.٤٤٢	من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه م = ١٠٠.٢٦	من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر م = ١١٩.٢٥٥
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه	♦♦١٥.٥٨٤	-	-
من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر	♦♦٣٤.٨١٣	♦♦١٩.٢٢٩	-
الاستبيان ككل			
دخل الأسرة الشهري	أقل من ٣٠٠٠ جنيه م = ١٥٤.٨٦٧	من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه م = ١٨٦.٣٤٥	من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر م = ٢٢١.١٣٦
أقل من ٣٠٠٠ جنيه	-	-	-
من ٣٠٠٠ لأقل من ٥٠٠٠ جنيه	♦♦٣١.٤٧٨	-	-
من ٥٠٠٠ جنيه فأكثر	♦♦٦٦.٢٦٩	♦♦٣٤.٧٩١	-

يتضح من جدول (٢٣) وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد، إدارة موردي الوقت والجهد ككل) تبعا لإختلاف دخل الأسرة الشهري، وذلك لصالح الدخل الشهري المرتفع للأسرة، وقد يرجع ذلك إلي أنه كلما زاد دخل الأسرة وارتفع زادت قدرة ربة الأسرة علي إدارة موردي الوقت والجهد في حياتها وذلك من خلال إقتنائها للحديث من الأدوات والأجهزة الحديثة التي تساعدها على أداء أعمالها بسهولة مما يجعلها قادرة على إنجاز أعمالها بأقل وقت وجهد ممكن، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كلا من إبتسام الزوم (٢٠١٢، ٢٦)، دراسة فاطمة خلف (٢٠١٧، ٢١٨) حيث كانت النتيجة لصالح ربات ذات الدخل الشهري المرتفع، بينما اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أسماء عبد المجيد (٢٠١٦، ١٣٧) حيث أكدت عدم وجود تباين بين الزوجات عينتا البحث بإدارة موردي الوقت والجهد تبعا لدخل الأسرة الشهري.

• ملخص نتائج الفرض الثاني:

◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر المتزوجات حديثا عينتا البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) تبعا لعمر ربة الأسرة لصالح ربات الأسر اللاتي أعمارهن من (٣٠ سنة فأكثر).

◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في متوسطات درجات الأسر المتزوجات حديثا عينتا البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) ، تبعا للمستوي التعليمي لربة الأسرة لصالح المستويات التعليمية الأعلى.

◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر المتزوجات حديثا عينتا البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد ككل بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد) وفقا لعمل ربة الأسرة لصالح ربات الأسر العاملات

◀ توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) في متوسطات درجات ربات الأسر المتزوجات حديثا عينتا البحث الأساسية على استبيان إدارة موردي الوقت والجهد بأبعاده (إدارة الوقت، إدارة الجهد، إدارة موردي الوقت والجهد ككل) تبعا لإختلاف دخل الأسرة الشهري.

وفي ضوء ما سبق يكون قد تحققت صحة الفرض الثاني.

النتائج في ضوء الفرض الثالث: الذي ينص علي أنه "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إستجابات ربات الأسر عينتا البحث الأساسية لمحاور استبيان بالتخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد". وللتحقق من صحة الفرض تم إجراء معاملات الارتباط باستخدام معامل

الإرتباط "بيرسون" بين محاور استبيان التخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد، والجدول (٢٤) يوضح ذلك.

جدول (٢٤) قيم الإرتباط بين محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي وأبعاد استبيان إدارة موردي الوقت والجهد (ن=٢١٠)

أبعاد إدارة موردي الوقت والجهد			إدارة الوقت	إدارة الجهد	إدارة موردي الوقت والجهد ككل
محاور الوعي بالتخزين المنزلي					
المحور الأول: تخزين وحفظ الأطعمة			٠.٩٣٧	٠.٦٢٧	٠.٨٦٤
المحور الثاني: تخزين الملابس ومكملاتها			٠.٦٠٦	٠.٧٥١	٠.٨٣٥
المحور الثالث: تخزين الأدوية في المنزل			٠.٧٩٨	٠.٩١٨	٠.٨٨٨
المحور الرابع: تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل			٠.٨٥٩	٠.٦٤٠	٠.٧٠٩
الوعي بالتخزين المنزلي ككل			٠.٨١٣	٠.٧٢٢	٠.٧٧٤

◆◆ دال عند ٠.٠١ ، ◆ دال عند ٠.٠٥

يتضح من جدول (٢٤) وجود علاقة إرتباطية دالة موجبة عند مستوي دلالة يتراوح ما بين (٠,٠٥)، (٠,٠١) بين كلا من وعي ربات الأسر بالتخزين المنزلي ككل إدارة موردي الوقت والجهد ككل، كما يتضح وجود علاقة إرتباطية موجبة طردية بين الوعي بتخزين وحفظ الأطعمة، وتخزين حفظ الملابس ومكملاتها، وتخزين الأدوية في المنزل، وتخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل، وإدارة الوقت والجهد، وهذا يدل على أنه كلما ارتفع مستوي وعي ربات الأسر بالتخزين المنزلي كلما زادت قدرتها على إدارة موردي الوقت والجهد.

وفي ضوء ما سبق يكون قد تحققت صحة الفرض الثالث.

النتائج في ضوء الفرض الرابع: الذي ينص علي أنه "يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج الإرشادي لتنمية وعي ربات الأسر المتروجات حديثا بالتخزين المنزلي علي العينة التجريبية لصالح التطبيق البعدي"

وللتحقق من هذا الفرض تم إيجاد قيمة "ت" للوقوف علي دلالة الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث التجريبية في الوعي بالتخزين المنزلي قبل وبعد تطبيق البرنامج. والجدول (٢٥) يوضح ذلك.

جدول (٢٥) الفروق بين متوسط درجات ربات الأسر عينة البحث التجريبية في محاور استبيان الوعي بالتخزين المنزلي قبل تطبيق البرنامج وبعده (ن=٤٧)

الدلالة	قيمة (ت)	درجات الحرية	العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	فاعلية البرنامج	
						القبلي	البعدي
دالة عند ٠.٠١	١٩.٨٢١	٤٦	٤٧	٣.٩٣٥	١٧.٨٨٣	القبلي	١٧.٨٨٣
						البعدي	٣٨.٧٢٥
دالة عند ٠.٠١	١٠.١٥٨	٤٦	٤٧	٢.٠٣٥	٩.٥٢٧	القبلي	١.٠٠٢
						البعدي	٢٠.٣٣٦
دالة عند ٠.٠١	١٣.٥٣٦	٤٦	٤٧	٢.٨٨٣	٢٧.٨٨٢	القبلي	١٢.٠٢١
						البعدي	٢٧.٨٨٢
دالة عند ٠.٠١	١٥.٤٤٤	٤٦	٤٧	٣.٣٣٠	١٩.٣٥٧	القبلي	١٩.٣٥٧
						البعدي	٣٦.١١١
دالة عند ٠.٠١	٤٠.٣٢٨	٤٦	٤٧	٨.٩٩٣	٥٨.٧٨٨	القبلي	٤.٣٠٦
						البعدي	١٢٣.٠٥٤

◆◆ دال عند مستوي دلالة ٠.٠١

يتضح من جدول (٢٥) وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي والبعدي لتطبيق البرنامج الإرشادي علي عينة البحث التجريبية في الوعي بالتخزين المنزلي لصالح القياس البعدي، وأن قيم (ت) دالة عند مستوي دلالة (٠,٠١)، لكل محاور الاستبيان، وهذا يدل علي فعالية البرنامج المعد لتنمية وعي ربات الأسر عينة البحث التجريبية بالتخزين المنزلي. ومستوي معلوماتهن في كل المحاور، وترجع الباحثة ذلك إلى التخزين المنزلي وما له من أهمية كبيرة بالنسبة لكل ربات الأسر مما زاد ذلك من تحمسهن وتشجيعهن على تنمية وعيهن بالتخزين المنزلي بكل محاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل)، وهذا يتفق مع نتائج دراسة مروة إبراهيم (٢٠١٨، ١٩٩) التي أثبتت فاعلية البرنامج المصمم لتنمية مجالات التخزين لصالح التطبيق البعدي.

ولتحديد حجم تأثير البرنامج الإرشادي المعد لتنمية وعي ربات الأسر عينة البحث التجريبية بالتخزين المنزلي استخدمت الباحثة إختبار مربع إيتا "N2" عن طريق المعادلة التالية:

$$t^2$$

$$n2 = \frac{t^2}{df} = ٠.٩٧٢$$

ومعرفة حجم التأثير تم تطبيق معادلتها إيتا: $t =$ قيمة (ت) = ٤٠.٣٢٨ ، $df =$ درجات الحرية = ٤٦. وبحساب حجم التأثير وجد إن $n2 = ٠.٩٧٢$ ويمكن تحويل قيمة إيتا $n2$ إلى قيمة "d" المقابلة لها وهى تعبر عن حجم التأثير باستخدام المعادلة الآتية:

$$2\sqrt{n2}$$

$$d = \frac{2\sqrt{n2}}{\sqrt{1-n2}} = ١١.٧٩$$

$$\sqrt{1-n2}$$

ويحدد حجم التأثير ما إذا كان كبيرا أو متوسطا أو صغيرا كالآتي:

$$d = ٠.٢ \text{ حجم تأثير صغير.}$$

$$d = ٠.٥ \text{ حجم تأثير متوسط.}$$

$$d = ٠.٨ \text{ حجم تأثير كبير.}$$

ومما سبق يتضح أن قيمة "d" = ١١.٧٩، وهذا يعنى أن حجم تأثير البرنامج كبير. وبذلك يتضح من مقدار معادلة إيتا أن حجم تأثير البرنامج كبير مما يوضح فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية وعي ربات الأسر عينة البحث التجريبية بالتخزين المنزلي بمحاوره الأربعة (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل). وفي ضوء ما سبق يكون قد تحققت صحة الفرض الرابع.

• ملخص نتائج البحث:

- ◀ أكثر وعي ربات الأسر كان بتخزين وحفظ الأطعمة بالمنزل ويلييه وعيهن بتخزين وحفظ الملابس ومكملاتها، ثم يلييه وعيهن بتخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية وأخيرا الوعي بتخزين الأدوية في المنزل.
- ◀ إدارة الجهد لربات الأسر المتزوجات حديثا احتلت المرتبة الأولى ويليها في المرتبة الثانية إدارة الوقت.
- ◀ وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١)، في محاور الوعي بالتخزين المنزلي ككل تبعا لإختلاف متغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوي التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري) لصالح كل من ربات الأسر الأكبر سنا، وذات المستوي التعليمي الأعلى، ولصالح العاملات، وبالنسبة لمتغير الدخل الشهري فكانت لصالح دخل الأسرة الشهري المرتفع.
- ◀ وجود فروق دالة إحصائية عند مستوي دلالة (٠.٠١) في إدارة موردي الوقت والجهد تبعا لمتغيرات الدراسة (عمر ربة الأسرة، المستوي التعليمي لربة الأسرة، عمل ربة الأسرة، دخل الأسرة الشهري) لصالح كل من ربات الأسر الأكبر سنا، وذات المستويات التعليمية الأعلى، ولصالح العاملات، وبالنسبة لمتغير الدخل الشهري فكانت لصالح دخل الأسرة الشهري المرتفع.
- ◀ توجد علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، (٠.٠٥) بين وعي ربات الأسر المتزوجات حديثا بالتخزين المنزلي وبين إدارتهن لموردي الوقت والجهد.
- ◀ يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات عينة البحث التجريبية في تنمية وعي ربات الأسر المتزوجات حديثا بالتخزين المنزلي قبل وبعد تطبيق البرنامج الإرشادي لصالح التطبيق البعدي.

• توصيات البحث:

- ◀ استنادا إلى ما توصلت إليه نتائج هذه الدراسة، اوصت الباحثة بما يلي:
- ◀ حث وسائل الإعلام المختلفة وخاصة الإعلام المرئي على الإهتمام بعمل ندوات وبرامج إرشادية للوعي بالتخزين المنزلي (أماكن، وطرق) لما له من أثار كبيرة في حياة ربة الأسرة خاصة، والأسرة على وجه العموم.
- ◀ نشر ثقافة التخزين المنزلي بمحاوره (تخزين وحفظ الأطعمة، تخزين الملابس ومكملاتها، تخزين الأدوية في المنزل، تخزين مواد التنظيف والمواد الكيماوية بالمنزل) من خلال إدخال مثل هذه المواضيع الحديثة والتي لم يتطرق لها مسبقا في المواد الدراسية الخاصة بدروس الإقتصاد المنزلي بما يتناسب مع المراحل العمرية.
- ◀ تفعيل الإستفادة بنتائج هذه الدراسة في عمل ندوات توعية لربات الأسر المتزوجات حديثا والطلاب وتطبيق برامج إرشادية لتنمية الوعي بالتخزين المنزلي لإكساب أفراد الأسرة الوعي السليم نحو التخزين المنزلي وتوضيح أهميته وانعكاسه على إدارة الفرد لموردي الوقت والجهد.

◀ اجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تهدف الى زيادة الوعي بالتخزين المنزلي.

◀ يجب على المتخصصين في مجال إدارة المنزل إنشاء موقع على الإنترنت متخصص في إدارة اشؤون المنزلية للأسرة؛ ويضم في محتوياته التخزين المنزلي وعلاقته بإدارة موردي الوقت والجهد.

• المراجع:

• أولاً: المراجع العربية:

- القرآن الكريم، "سورة يوسف"، الآية "٥٥".
- إبتسام بنت عبد الله الزوم (٢٠١٢): "إدارة وقت ربة الأسرة السعودية وأثره على العلاقات الأسرية"، مجلة الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، المجلد (٢٢)، العدد (٤)، مصر.
- أحمد سمير كامل (٢٠١٧): "تكامل المعايير التصميمية للفراغات داخل التجمعات السكنية الفاخرة"، الجمعية العلمية للمصممين، المجلد (٧)، العدد (٢)، إبريل ٢٠١٧، مصر.
- إخلص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي (٢٠٠٢): "طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية"، الطبعة الثانية، مركز الكتاب للنشر، مصر.
- أسماء أحمد عبد المجيد (٢٠١٦): "الوعي بإدارة بعض الموارد وعلاقته بالرضا عن الحياة لدي زوجات الأسر الممتدة"، رسالة ماجستير غير منشور، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مصر.
- الحسيني رجب ربحان (٢٠١٠): "إدارة وقت ربة الأسرة العاملة وأثره على توافقه الزوجي"، المؤتمر السنوي العربي الخامس الدولي الثاني، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، في الفترة من ١٤:١٥ إبريل ٢٠١٠، مصر.
- إيمان شعبان أحمد (٢٠١١): "الإرهاك النفسي للأُم ذات الطفل التوحيدي وعلاقته بإدارة موارد الأسرة"، المؤتمر السنوي العربي السادس والدولي الثالث، كلية التربية النوعية، جامعة بنها، في الفترة من ١٣:١٤ إبريل ٢٠١١، مصر.
- ايمان عبد الله الوشاحي (٢٠٠٧): "فعالية برنامج إرشادي لزيادة وعي وممارسات طلاب الجامعة لوقت الفراغ"، رسالة ماجستير، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مصر.
- أيمن أحمد أحمد (٢٠٠٦): "إدارة الوقت ومضيعاته لدى مديري ومديرات المدارس الأساسية في محافظة رام الله والبيرة في فلسطين"، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة النيلين، السودان.
- جوليان كاسل، بيتر بارهم (٢٠٠١): "تجديد وتجميل المنازل"، ترجمة التعريب والبرمجة، الدار العربية للعلوم ناشرون، الطبعة الأولى، المجلد (١).
- حنان محمد السيد، رشا عبد العاطي راغب (٢٠١٢): "ممارسات ربة الأسرة نحو التخزين في الفراغات الداخلية للمسكن وعلاقتها بالملائمة الوظيفية للبيئة السكنية"، المجلة المصرية للإقتصاد المنزلي، العدد (٢٨)، ديسمبر ٢٠١٢م.
- دعاء عمر عبد السلام، رشا عبد الله علوان (٢٠١٨): "وعي الزوجات بالتكامل الوظيفي والجمالي لمساحات التخزين في الفراغ الداخلي للمسكن الإقتصادي وعلاقته بالرضا السكني"، المؤتمر الدولي السادس والعشرون للإقتصاد المنزلي، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، ٢٣-٢٤ ديسمبر ٢٠١٨ م، مصر.
- دلال عبد الرازق القاضي، محمود مهدي البياتي (٢٠٠٨): "منهجية وأساليب البحث العلمي وتحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS"، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- رانيا محمود عبد المنعم (٢٠١٧): "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي الأمهات بأساليب تنشئة الأبناء في ظل الثورة المعلوماتية وعلاقتها بمهاراتهم الإجتماعية"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة عين شمس، مصر.

- رانيا محمود عبد المنعم، أميرة حسن عفيفي (٢٠١٩): "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعي ربات الأسر بطرق وأساليب السلامة المنزلية وتأثيره على جودة البيئة السكنية"، المؤتمر العلمي السادس والدولي الرابع، كلية التربية النوعية، جامعة عين شمس، في الفترة من ٢٤: ٢٦ فبراير ٢٠١٩، مصر.
- ربيع محمود على (٢٠٠٦): "الإدارة المنزلية الحديثة"، الطبعة الأولى، دار الناشر الدولي، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- ربيع محمود علي، الحسيني رجب ربحان، أيتة عبد المنعم الديسبتي (٢٠١٣): "طبيعة عمل ربة الأسرة وعلاقته بكل من الاتجاه نحو العمل المنزلي والإستقرار الأسري"، مجلة الإقتصاد الزراعي والعلوم الاجتماعية، جامعة المنصورة، المجلد (٤) العدد (٢)، مصر.
- زينب محمد حقي، ألفت عبد العزيز الأشي (٢٠١٣): "إدارة الجودة في الحياة الأسرية وعلاقتها بالرضا عن الحياة"، المؤتمر السنوي (العربي الثامن - الدولي الخامس)، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، في الفترة من ١٠: ١١ إبريل ٢٠١٣، مصر.
- زينب محمد عبد الصمد (٢٠٠٨): "وعي الأمهات بمتطلبات المسكن وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لأطفال المرحلة الابتدائية"، مجلة بحوث الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، المجلد (١٨)، العدد (يناير)، مصر.
- سعدية أسعد العقبي (٢٠١١): "ملائمة البيئة السكنية لإحتياجات الأسرة السعودية وعلاقتها بالتوافق الاجتماعي (دراسة مطبقة في المدينة المنورة)"، رسالة ماجستير، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة حلوان، مصر.
- سعيد جاسم الأسدي، سندس عزيز فارس (٢٠١٥): "الأساليب الإحصائية في البحوث للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية والإدارية العلمية"، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- سلوى محمد زغلول (٢٠١٣): "الوعي بتخطيط الوقت والجهد وعلاقته بجودة الحياة لدي عينت من ربات الأسر"، مجلة البحوث الزراعية الإقتصادية والعلوم الاجتماعية، جامعة المنصورة، مجلد (٤)، العدد (٦)، مصر.
- سليكتة محمد القاضي (٢٠١٥): "دور الإذاعات المحلية في محافظة الخليل في تنمية الوعي الثقافي لدي ربات البيوت - دراسة ميدانية"، مجلة البحوث الإسلامية لبحوث الإنسانية، الجامعة الإسلامية، المجلد (٢٤)، العدد (١)، غزة.
- سمر عبد الوهاب أحمد (٢٠١٥): "إدارة الوقت وأثره على التوافق الزوجي لربة الأسرة العاملة وغير العاملة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.
- شيرين عبد الباقي محمد (٢٠١١): "برنامج إرشادي لتنمية المهارات الإدارية في مواجهة ضغوط العمل وانعكاسها على التوافق الزوجي لدى الزوجات العاملات"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، مصر.
- شيماء أحمد نبوي (٢٠٠٧): "التصميم الداخلي لحجرة طلاب الجامعة وعلاقته بتوافقهم النفسي والاجتماعي"، رسالة ماجستير، كلية الفنون التطبيقية، جامعة المنوفية، مصر.
- طه عبد العاطي نجم (٢٠١٤): "علم اجتماع المعرفة - دراسة في مقولة الوعي والأيديولوجيا"، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
- طه عبد العظيم حسين (٢٠٠٤): "الإرشاد النفسي - النظرية والتطبيق والتكنولوجيا"، الطبعة الأولى، دار الفكر، عمان، الأردن.
- عفاف عبد الله قبوري (٢٠١٨): "الضراغات الداخلية للمسكن وانعكاسها على جودة الحياة الأسرية"، مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، كلية الإمارات للعلوم التربوية، العدد (٢٠)، الإمارات.
- على بن سالم باهمام (٢٠١٥): "صعوبة الحصول على المسكن وإملاكه في ظل المتغيرات الراهنة في المملكة العربية السعودية"، المجلة الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ٢٠١٥، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- على فلاح الضلاعين (٢٠٠٨): "اتجاهات ربة المنزل الأردنية نحو أهمية العمل المنزلي"، مجلة دراسات العلوم الإدارية، المجلد (٣٥)، العدد (١)، مصر.
- عمر وصفي عقيلي، منعم زمزير الموسوي، قحطان بدر العبدلي (٢٠٠٤): "إدارة الموارد (الشراء والتخزين من منظور كمي)"، الطبعة الثانية، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.

- فاطمة مبارك خلف (٢٠١٧): "إدارة ربة الأسرة العاملة لموردي الوقت والجهد وعلاقتها بشعورها بجودة الحياة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة جنوب الوادي، مصر.
- لمياء إبراهيم أحمد، إيمان حامد محمود (٢٠٠٨): "برنامج مقترح لتوعية ربة الأسرة بالأساليب السلمية لتخزين الملابس"، المؤتمر العربي الثاني عشر للإقتصاد المنزلي، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، فى الفترة من ١٩:١٨ أغسطس ٢٠٠٨، مصر.
- مجدى على غيث (٢٠١٤): "مبادئ إدارة الأعمال"، الطبعة الأولى، مكتبة التنمية البشرية، مصر.
- مروة شحاتة إبراهيم (٢٠١٨): "فاعلية برنامج إرشادي لتنمية وعى ربوات الأسر حديثة التكوين ببعض مجالات التخزين"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية النوعية، جامعة الزقازيق، مصر.
- مروة صلاح عثمان (٢٠٠٣): "وعى ربة الأسرة بالبيئة السكنية وأثره على التكيف الإجتماعي للطفل"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة حلوان.
- منى بنت عبد العزيز الخنيني (٢٠١٣): "تخطيط ربة الأسرة لمورد الوقت وعلاقته بأدائها لمسؤولياتها الأسرية"، مجلة الإقتصاد المنزلي، مجلد (٢٣)، العدد (١) ٢٠١٣، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مصر.
- منيرة بنت صالح الضحيان (٢٠١٣): "كفاءة ربة الأسرة فى إدارة الوقت وعلاقته بالأزمات الأسرية"، مجلة البحوث الزراعية الإقتصادية والعلوم الإجتماعية، جامعة المنصورة، المجلد (٤)، العدد (٦)، مصر.
- ميرغنى عبد الرحمن يوسف (٢٠٠٢): "عادات تخزين الأدوية داخل المنزل واستعمالها"، المجلة الصحية لشرق المتوسط، المجلد الثامن، العددان ٣،٢-٢٠٠٢، منظمة الصحة العالمية.
- نادية محمود أبو العينين (٢٠٠٣): "مكملات الملابس الإكسسوار فن الأناقة والجمال"، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- نجوى عادل حسن (٢٠٠٨): "الأداء الوظيفي للمسكن وتأثيره على إدارة الأزمات الأسرية"، مجلة بحوث الإقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، مجلد (١٨)، العدد (يناير)، مصر.
- نعمة مصطفى رقبان (٢٠٠٧): "تأثير المسكن وتجميله"، الطبعة الثانية، دار الكتب والوثائق المصرية، الإسكندرية، مصر.
- نعمة مصطفى رقبان (٢٠١٣): "دليلك إلى الإدارة العلمية لشؤون المنزلية"، الطبعة الثانية، دار السباحة للطبع والنشر، الإسكندرية، مصر.
- هند محمد إبراهيم (٢٠١٢): "تنمية التفكير الإبتكاري للمرأة فى توليف خامات البيئة المنزلية المستهلكة لإدارة مشروعات صغيرة"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الإقتصاد المنزلي، جامعة حلوان، مصر.
- هند محمد إبراهيم، أسماء صفوت جمال (٢٠١٨): "ممارسة ربة الأسرة نحو تحقيق المرونة التصميمية للمسكن الإقتصادي وإنعكاسها على الرضا السكني"، مجله بحوث عربية فى مجالات التربية النوعية، العدد (١٠)، إبريل ٢٠١٨، مصر.
- وجيد محمد حماد (٢٠١٠): "الوعى بإدارة المنزل وعلاقته فى بالممارسات التربوية للأسرة"، المؤتمر السنوي العربي السابع والدولي الرابع، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، فى الفترة من ١١:١٢ إبريل ٢٠١٠، مصر.
- وفاء فؤاد شلبي وحنان السيد أبو صيري و سناء محمد النجار (٢٠١١): "الثقافة الإستهلاكية وترشيد الإستهلاك"، دار الكتب المصرية، القاهرة، مصر.
- وفاء صالح الصفتي (٢٠١٢): "فاعلية تطبيق برنامج إرشادي للحد من مخاطر إستخدام الأدوات والأجهزة المنزلية"، مجلة علوم وفنون، دراسات وبحوث، مجلد (٢٤)، العدد (١)، مصر.
- وفاء عبد الرحمن المعجل (٢٠٠٤): "إدارة الوقت والجهد والمال بالنسبة للسيدات العاملات وغير العاملات فى مدينة الرياض وعلاقته بتبسيط الأعمال المنزلية"، رسالة ماجستير، كلية التربية، الرياض، المملكة العربية السعودية.
- وفيقة عبد الله الحميدان، هدى سلطان التركي (١٤١٢هـ): "إقتصادات المنزل وترشيد الإستهلاك"، مكتبة التربية العربي لدول الخليج، الرياض، المملكة العربية السعودية.

- ياسر أحمد فرج (٢٠٠٨): "إدارة الوقت ومواجهة ضغوط العمل"، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

• ثانياً: المراجع الأجنبية

- Demaine Jack. (2001): "Sociology of Education today", Palgrave publishes LTD, England, p73.
- Ebrahimi, H., Hosseinzadeh, R., Tefreshi, M. Z., & Hosseinzadeh, S. (2014): "Time management behaviors of head nurses and staff nurses employed in Tehran Social Security Hospitals, Iran in 2011. Iranian journal of nursing and midwifery research, 19(2).
- Merz, Joachin, Wolff, Klaus. G.(2003): "The Shadow economy, illicit work and household production" , A microanalysis of West Germany" , Review of Income and Wealth 39(2), June, pp.94-177.
- Mona, B. A. B.H.(2013): "Effect Of Housewife Working Of shift Work System On Money, Time, Planning And It's Relation To Family Stability", A multidisciplinary, journal of global, vol2, n7.
- Overton, Hultman(2004): "The delivery of home modification and repair services an analysis of services in California" , University – of- southern-california.
- Tett, L., Maclachlan, K.(2007): "Adult Literacy and numeracy", Social Capital, Learner identities and self- confidence. Studies in the Education of Adults.

