



جامعة عين شمس
كلية التربية النوعية
قسم الاقتصاد المنزلي

فاعلية برنامج إرشادى لتنمية وعي ربة الأسرة بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية وأثرها على كفاءتها الإدارية

The effectiveness of the Extension Education Program
for the development of awareness housewife with
Ergonomics considerations In household chores
and its effect on their Managerial efficiency

رسالة مقدمة من

شيماء أحمد أحمد النويري

المدرس المساعد بقسم الاقتصاد المنزلي - كلية التربية النوعية - جامعة الفيوم
استكمالاً للحصول على درجة دكتوراة الفلسفة في التربية النوعية
قسم الاقتصاد المنزلي - تخصص إدارة المنزل

إشراف

أ. د / عبير محمود الدويك

أستاذ الإدارة بقسم إدارة مؤسسات
الأسرة والطفلة ووكيل الكلية للدراسات
العليا
والبحوث كلية الاقتصاد المنزلي

أ. د / كامل عمر عارف

أستاذ إدارة مؤسسات الأسرة والطفلة
(إدارة المنزل) - ووكليل الكلية لشئون البيئة
وتربية المجتمع كلية التربية النوعية
جامعة عين شمس

د / أميرة حسن عبد العال
مدرس إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي
كلية التربية النوعية جامعة عين شمس

أ.م.د / وفاء محمد خليل

أستاذ مساعد إدارة المنزل بقسم الاقتصاد
المنزلي كلية التربية النوعية جامعة الفيوم

(1436 هـ - 2015 م)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(فَإِنَّمَا الَّذِي يُدْعَىٰ بِهِ جُفَاعَاءٌ وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ) صدق الله العظيم

سورة الرعد : 17

إهداء

إلى والديوالدتي

زوجى ورفيق دربى

أهدى إليكم هذا العمل اعترافا بفضلكم على الذي ليس له حدود قبل البحث وأثناء
البحث وإلى ما لانهاية
إلى مالك مريم..... أسرتي
هذا العمل ثمرة جهد مشترك

"شكرا وتقدير"

"الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لننهضي لو لا أن هدانا الله"

إلهي ... بديع السماوات والأرض ، وحالها على غير مثال سابق لك الحمد علماً أسدت من فضل وأسبغت من نعم ، ووقفت إليه من جهد ، وألقيت على طريق بحثي من أنوار سار في هديها حتى بلغ غايتها المرجوة ، فذلك فضلك تؤتيه من تشاءياً ذا الفضل العظيم حمداً كما يليق بحال وجهك وعظيم سلطانك . وأصلي وأسلم على النبي الخاتم ومعلم البشرية الأول ، ورائدها إلى الخير وهاديها بالحق إلى الحق محمد (صلى الله عليه وسلم) وبعد

يسعد الباحثة أن تقدم باسمى معاني الشكر والعرفان والتقدير للأستاذ الدكتور كامل عمر عارف أستاذ الإدراة ووكيل الكلية لشئون تنمية البيئة وخدمة المجتمع كلية التربية النوعية جامعة عين شمس . على ما بذله من جهده ووقته وعلمه الوافر الذي ذلل الكثير من الصعاب وفتح مغاليق الأبواب ، وله الشكر على ما قدم من نصائح ومراجع وأبحاث من بداية هذا البحث وحتى إخراجه ، وهذا دين على لن أنساه أبداً ، الله أسأل أن يجزيه عنى خير الجزاء

يطيب للباحثة أن تقدم باسمى آيات التقدير والشكر والعرفان للأستاذة الدكتورة عبير محمود الدولي أستاذ إدارة المنزل بقسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة ووكيل للدراسات العليا والبحوث كلية الاقتصاد المنزلي جامعة حلوان والذي كان لتوجيهاتها أكبر الأثر في انجاح هذا البحث ، فكلمات الشكر لا توفيها حقها فيما قدمته من توجيهات أضاءت جوانب البحث ، فجعلته يظهر بصورة الحالية ، الله أسأل أن يجزيها خير الجزاء من بسطة العلم ووفرة الصحة وزيادة العمر وسعادة في الدنيا والآخرة .

كما يطيب للباحثة أن تقدم باسمى آيات الحب والتقدير والعرفان بالجميل إلى الدكتورة وفاء محمد خليل أستاذ مساعد إدارة المنزل كلية التربية النوعية جامعة الفيوم على ما أسمحت به من علم وافر ووقت ثمين وعون صادق ونصح غال في مساعدة الباحثة منذ أن كان هذا البحث نبتة صغيرة في ذهنتها حتى استوى على سوقة ، فأسأل الله العين الذي لا يحول ولا يزول عنها في الدنيا والآخرة وأدم عليها فضلك وعونك

كما يطيب للباحثة أن تقدم باسمى آيات الحب والتقدير والعرفان بالجميل إلى الدكتورة أميرة حسن عبد العال مدرس إدارة المنزل بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية جامعة عين شمس على ما أسمحت به من علم وافر ووقت ثمين وعون صادق ونصح غال في مساعدة الباحثة منذ أن كان هذا البحث نبتة صغيرة في ذهنتها حتى استوى على سوقة ، فأسأل الله العين الذي لا يحول ولا يزول عنها في الدنيا والآخرة وأدم عليها فضلك وعونك

كما أتقدم باسمى معاني التقدير والاحترام للذين نسجوا معي خيوط الحلم وأضاءوا لي الطريق فسرت في بحثي بفضل نصائحهم وتوجيهاتهم وجهدهم الصادق وأخص منهم :
الأستاذة الفاضلة الدكتورة نجوي سيد عبد الجواد أستاذ إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة - كلية الاقتصاد المنزلي - جامعة حلوان والأستاذة الفاضلة الدكتورة لمياء محمد الأمبابي حسن أستاذ مساعد إدارة المنزل

بقسم الاقتصاد المنزلي كلية التربية النوعية جامعة عين شمس على تفضيلهما بفحص ومناقشة الرسالة فلهمما منى عظيم التقدير.

كما أشكر كل من شارك في الحكم على أدوات البحث من أساتذة وأعضاء هيئة التدريس بكل من كلية التربية نوعية الفيوم وتربية نوعية عين شمس واقتصاد منزلي حلوان والفنون التطبيقية جامعة حلوان ، لهم وافر الشكر والتقدير لما قدموه لي من توجيهات علمية وخبرة عملية وتسهيلات ومساعدات في تطبيق أدوات البحث . وأخص بالشكر الاستاذ الدكتور أحمد حيدر مصطفى أستاذ الأرجonomiks بكلية الفنون التطبيقية - جامعة حلوان عرفانا وتقديرا لما قدمه من وقت وعلم واسعة صدر لكل ما واجه الباحثة من صعوبات فله من الله خير الجزاء ومن الباحثة وافر الشكر .

كما أتقدم بكل ما مضي من عمري وما بقي شكرأً وتقديراً إلى والدي نعم العطف والطمأنينة والذي ساعدنـي كثيراً وبيـث في نفسي الحماسة لتأليل عقبات البحث وكان له الفضل في اتخاذ الكثير من القرارات وأميـ فيـض البرـكةـ والـدـعـاءـ والـسـكـينةـ والـعـطـاءـ بلاـ مـقـابـلـ ، اللـهـمـ لـنـ يـلـغـ شـكـريـ المـتـواـضـعـ مـرـتـبـةـ عـطـائـهـمـ الـأـعـظـمـ فـاجـزـهـمـ اللـهـ عـنـيـ خـيـرـاـ وـيـارـكـ فـيـ عـمـرـهـمـ وـانـعـمـ عـلـيـهـمـ بـسـعـادـةـ الدـارـينـ .

كما أتقدم بدعائـي اللـهـ عـزـ وـجـلـ أـنـ يـدـيمـ عـلـىـ وـالـدـةـ زـوـجـيـ الصـحـةـ وـالـعـافـيـةـ وـيـارـكـ لـنـاـ فـيـهـاـ لـمـاـ قـدـمـتـهـ مـنـ دـعـوـاتـ وـمـتـابـعـةـ لـأـوـلـادـ أـثـنـاءـ سـفـرـىـ فـلـهـاـ مـنـ خـالـصـ الشـكـرـ وـالتـقـدـيرـ .

أما رفيق دربي وزوجي فتنصب الكلمات ويعجز اللسان عن ايجاد الكلمات التي تفيـهـ حقـةـ .. فـلـهـ مـنـ جـزـيلـ الشـكـرـ عـنـ صـبـرـهـ وـتـحـمـلـهـ مـعـيـ مشـقـةـ أـظـهـارـ هـذـاـ الـبـحـثـ وـخـالـصـ دـعـائـيـ أـنـ يـرـزـقـهـ اللـهـ خـيـرـ الـجـزـاءـ وـأـنـ يـمـنـ عـلـىـ أـسـرـتـىـ بـالـصـحـةـ وـسـعـادـةـ الدـارـينـ .

وـأشـكـرـ أـخـوتـيـ وـأـصـدـقـائـيـ الـذـينـ قـدـمـوـاـ لـيـ أـيـدـيـ الـعـونـ وـالـدـعـوـاتـ فـاجـزـهـمـ اللـهـ عـنـيـ خـيـرـاـ .
وـأـخـيـرـاـ . فـمـاـ قـصـدـتـ بـهـذـاـ الـعـملـ إـلاـ وـجـهـ اللـهـ ، اللـهـمـ فـاجـعـلـهـ خـالـصـاـ لـوـجـهـكـ الـكـرـيمـ

الباحثة

ومـاـ تـوـفـيقـيـ إـلـاـ بـالـلـهـ

محتويات الرسالة

رقم الصفحة	المحتوى
17-1	الفصل الأول : مدخل إلى البحث
1	المقدمة
4	مشكلة البحث
9	أهداف البحث
10	أهمية البحث
11	فروض البحث
12	منهج البحث
12	حدود البحث
13	أدوات البحث
13	الخطوات الإجرائية للبحث
15	المصطلحات والتعريفات الإجرائية
149 -18	الفصل الثاني : الإطار النظري
18	مقدمة
41-20	المبحث الأول : البرنامج الإرشادي
20	مفهوم البرنامج
21	أنواع البرامج
24	أسس بناء البرامج الإرشادية
26	مبادئ بناء البرامج الإرشادية
26	الخصائص العامة للبرامج الإرشادية
27	أهمية وضع البرامج الإرشادية
29	أهمية البرامج الإرشادية في مجال إدارة المنزل
29	خطوات بناء البرنامج
40	الفرق بين البرامج الإرشادية والبرامج التعليمية
40	المشكلات التي تواجه عملية بناء البرنامج الإرشادي
76-42	المبحث الثاني : الأرجونوميكس
42	تعريف الأرجونوميكس
45	نشأة الأرجونوميكس
45	الأرجونوميكس في مصر
46	طبيعة وأهداف علم الأرجونوميكس
48	مؤشرات النجاح
48	عواقب الأخفاق
50	معوقات استخدام الأرجونوميكس
51	الأرجونوميكس وتصميم المنتجات
51	مجالات وأفراع الأرجونوميكس
52	أولاً : الأرجونوميكس البدني
53	ثانياً : الأرجونوميكس الذهني "الإدراكي"
53	ثالثاً : الأرجونوميكس التنظيمي

رقم الصفحة	المحتوى
53	• رابعا :الأرجونوميكس البيئي
54	• خامسا :الأرجونوميكس العاطفي
54	• المباديء الأساسية للأرجونوميكس
57	• الفئات الخاصة والأرجونوميكس
58	• أولا: المرأة ..
59	• ثانيا: الأطفال ..
60	• ثالثا: المسنين ..
61	• رابعا: المعاقين ..
61	• الأرجونوميكس وإدارة المنزل ..
62	• أوجه العلاقة بين الأرجونوميكس وإدارة المنزل ..
63	• تطبيق الاعتبارات الأرجونومية في إدارة المنزل ..
63	أولا : الاعتبارات الأرجونومية للأرجونوميكس البدنى
64	• قواعد لتحقيق الوضع المناسب لجسم الإنسان ..
64	• أهم المشاكل التي تقابل الباحثين أثناء تحليل مكان العمل.
67	• بعض القواعد الأرجونومية السليمة أثناء أداء العمل.
70	ثانيا : الاعتبارات الأرجونومية للأرجونوميكس الذهنى الأدراكي
70	[1] أولا : تصميم النظم ..
71	[2] ثانيا: الخطوات الأساسية في عملية تصميم النظم
72	ثالثا : الاعتبارات الأرجونومية للأرجونوميكس البيئي
73	[1] القواعد الأرجونومية السليمة المتعلقة بالبيئة البصرية
74	[2] القواعد الأرجونومية السليمة المتعلقة بدرجة الحرارة والرطوبة
74	[3] القواعد الأرجونومية السليمة المتعلقة بالصوضاء
149 -77	المبحث الثالث : الكفاءة الإدارية
77	• مقدمة ..
79	• مفهوم الكفاءة ..
80	• مفهوم الكفاءة الإدارية ..
82	• أبعاد الكفاءة الإدارية ..
84	• القدرات المرتبطة بالكفاءة الإدارية ..
85	• العوامل المؤثرة على الكفاءة الإدارية ..
88	• عناصر تقويم الكفاءة الإدارية ..
89	• الكفاءة في مراحل العملية الإدارية:
91	• تحديد الأهداف ..
93	• التخطيط ..
96	• التنظيم ..
98	• التنفيذ ..
101	• التقييم ..
103	• اتخاذ القرارات ..
104	• مجالات الكفاءة الإدارية ..

رقم الصفحة	المحتوى
104	أولاً: <مجال الغذاء والصحة
105	1- تحديد الأهداف
106	2- التخطيط لإدارة الغذاء
116	3- التنفيذ في إدارة الغذاء
116	4- التقييم في إدارة الغذاء
117	ثانياً: <مجال الملابس والمفروشات.....
117	1- مجموعة من الاعتبارات لحفظ الملابس
118	2- الأرجونوميكس في تصميم الملابس
118	ثالثاً : <مجال المسكن وتجهيزاته
120	1- العوامل التي يجب مراعاتها عند شراء أثاث المسكن
120	2- عناصر التصميم [الإضاءة – الألوان – الأرضيات – الحوائط – الأسفف – الأثاث – التهوية – الفتحات]
123	رابعاً: مجال تكنولوجيا الأجهزة والأدوات المنزلية وصيانة المرافق
123	1- الأجهزة والأدوات المنزلية
126	• تصنيف الأدوات والأجهزة المنزلية
129	• العوامل المؤثرة في الاستخدام
132	• الاعتبارات الأرجونومية للسلامة في استخدام الأجهزة والأدوات المنزلية
133	2 - صيانة المرافق المنزلية
133	[أ] الصيانة [تخطيط أعمال الصيانة – مفهوم تخطيط الصيانة]
136	[ب] المرافق المنزلية [المفهوم – عناصر المرافق المنزلية]
140	• السلامة في صيانة المرافق المنزلية
143	• الاعتبارات الأرجونومية للسلامة في صيانة المرافق المنزلية
143	• العلاقة بين تنمية كفاءة ربة الأسرة وعلم الأرجونوميكس
146	• تنمية كفاءة ربة الأسرة لعملها المنزلي
192 -150	الفصل الثالث: البحوث والدراسات السابقة
166 -151	أولاً: دراسات سابقة مرتبطة بالاعتبارات الأرجونومية
166	• التعليق على الدراسات السابقة المرتبطة بالاعتبارات الأرجونومية
186 -169	ثانياً: دراسات سابقة مرتبطة بالكافاءة الإدارية لربة الأسرة
187	• التعليق على الدراسات السابقة المرتبطة بالكافاءة الإدارية
191	• التعليق العام على أهم نتائج البحوث والدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث
285 -193	الفصل الرابع: الدراسة الميدانية
193	• أولاً : منهج البحث
194	• ثانياً : عينة البحث
204 -196	• وصف عينة البحث الأساسية
213 -205	• وصف عينة البحث التجريبية
214	• ثالثاً : إعداد وبناء أدوات البحث:

رقم الصفحة	المحتوى
214	• استمارة البيانات العامة.....
214	• استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية
224	• مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة.....
234	• برنامج إرشادي لتنمية وعي ربة الأسرة بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية وأثرها على كفاعتها الإدارية.....
248 -240	• الإجراءات التنفيذية للبرنامج.....
252	• إجراء التحليلات الإحصائية.....
285 -253	• برنامج إرشادي لتنمية وعي ربة الأسرة بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية وأثرها على كفاعتها الإدارية.....
360 -286	الفصل الخامس: النتائج ومناقشتها
290 -286	• أولا : النتائج الوصفية.....
350 -291	• ثانيا : التحقق من صحة الفروض
321 -291	• الفرض الأول
336 -322	• الفرض الثاني
339 -337	• الفرض الثالث
344 -339	• الفرض الرابع
346 -345	• الفرض الخامس
350 -346	• الفرض السادس
351	• ملخص لأهم نتائج البحث
358	• توصيات البحث
360	• البحوث المقترنة
371 -361	• ملخص البحث باللغة العربية
372	• مستخلص البحث باللغة العربية
400 -374	• المراجع
394 -374	* أولا : المراجع العربية
400 -395	• ثانيا : المراجع الأجنبية
400	• ثالثا : موقع الانترنت
437 -401	• الملحق
16-1	• ملخص البحث باللغة الإنجليزية
19-17	• مستخلص البحث باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

رقم الجدول	محنوي الجدول	الصفحة
1	الوسائل التثقفية تبعا للأستراتيجية	34
2	أنواع المشاكل الأرجونومية المسببة للإخفاق	49
3	قياس شدة الإضاعة بالليكس	74
4	قياس شدة الضوضاء بالديسيبل	75
5	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا ل محل الإقامة	196
6	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لسن رب الأسرة	197
7	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا للحالة الاجتماعية لربة الاسرة.	198
8	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمدة زواج رب الأسرة	199
9	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لتعليم رب الأسرة	200
10	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لعمل رب الأسرة	201
11	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمستوى مهنة رب الأسرة	202
12	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمستوى الدخل الشهري للاسرة.	203
13	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لعدد أفراد الأسرة	204
14	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا ل محل الإقامة	205
15	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لسن رب الأسرة	206
16	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا للحالة الاجتماعية لربة الاسرة.	207
17	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمدة زواج رب الأسرة	208
18	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لتعليم رب الأسرة	209
19	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لعمل رب الأسرة	210
20	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمستوى مهنة رب الأسرة	211
21	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمستوى الدخل الشهري للاسرة.	212
22	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لعدد أفراد الأسرة	213
23	نتائج تحكيم عبارات استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الاعمال المنزلية	217
24	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور الأرجونوميكس البدنى	219
25	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور الأرجونوميكس الذهني "الادراكي "	220
26	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور الأرجونوميكس البيئي .	221
27	الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية لكل محور من محاور الاستبيان ودرجة الاستبيان ككل	222
28	قيم معامل الثبات لمحاور استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية	223
29	نتائج تحكيم عبارات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة	227
30	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور مجال الغذاء والصحة .	229
31	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور مجال الملابس والمفروشات	230
32	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور مجال المسكن وتجهيزاته	230
33	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور مجال تكنولوجيا الأجهزة والأدوات المنزلية وصيانة المرافق	231
34	قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس ككل .	232

الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
232	قيم معامل الثبات لمحاور مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة	35
238	الدروس التي تناولتها جلسات البرنامج وتاريخ عرضها	36
-240	محتوى جلسات البرنامج الإرشادي لتنمية وعي ربة الأسرة بالاعتبارات	37
248	الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية وأثرها على كفاءتها الإدارية	
286	الأهمية النسبية لوعي ربات الأسر لمحاور استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية .	38
288	الأهمية النسبية لوعي ربات الأسر لمجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة	39
289	النسبة المئوية لاستبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية (التطبيق القبلي)	40
290	النسبة المئوية لمقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة (التطبيق القبلي)	41
292	الفروق في متوسط استجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لمحل الإقامة	42
294	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً للسن	43
295	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدني تبعاً للسن .	44
296	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهني " الادراكي " تبعاً للسن .	45
297	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً للسن .	46
398	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً للحالة الاجتماعية لربة الأسرة.	47
299	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدني تبعاً للحالة الاجتماعية لربة الأسرة .	48
300	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً للحالة الاجتماعية لربة الأسرة .	49
301	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة.	50
302	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدني تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة.	51
302	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهني " الادراكي " تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة.	52
303	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة.	53
304	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة	54
305	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدني تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة	55
305	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهني " الادراكي " تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة	56
306	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة	57

الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
	الأرجونوميكس البيئي تبعاً لمستوى تعليم ربة الأسرة	
307	دلالة الفروق في متوسط استجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لعمل ربة الأسرة	58
309	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة	59
309	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدنى تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة	60
310	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهنی "الادرaki" تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة	61
311	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة	62
312	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً للدخل الشهري للأسرة	63
312	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدنى تبعاً للدخل الشهري للأسرة	64
313	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهنی "الادرaki" تبعاً للدخل الشهري للأسرة	65
314	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً للدخل الشهري للأسرة	66
315	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعاً لعدد أفراد الأسرة	67
315	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البدنى تبعاً لعدد أفراد الأسرة .	68
316	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس الذهنی "الادرaki" تبعاً لعدد أفراد الأسرة	69
317	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على الأرجونوميكس البيئي تبعاً لعدد أفراد الأسرة	70
-318	ملخص نتائج الفرض الأول.	71
321		
323	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لمحل الإقامة .	72
324	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للسن .	73
324	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للسن	74
325	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للحالة الاجتماعية لربة الأسرة ..	75
325	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للحالة الاجتماعية لربة الأسرة	76
326	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة	77
327	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لمدة الزواج لربة الأسرة .	78

الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
328	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لتعليم ربة الأسرة .	79
328	دلاله الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لتعليم ربة الأسرة	80
329	دلاله الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لعمل ربة الأسرة	81
330	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة .	82
330	دلاله الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لمستوى مهنة ربة الأسرة	83
331	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للدخل الشهري للأسرة.	84
332	دلاله الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً للدخل الشهري للأسرة	85
333	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لعدد أفراد الأسرة.	86
333	دلاله الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لعدد أفراد الأسرة	87
-334 336	ملخص نتائج الفرض الثاني	88
337	قيم معاملات الارتباط بين مقياس مجالات الكفاءة الإدارية لربة الأسرة واستبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلي	89
340	قيم معاملات الارتباط بين استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلي و مقياس مجالات الكفاءة الإدارية لربة الأسرة ومتغيرات الدراسة	90
345	الأهمية النسبية للمتغيرات المستقلة (تعليم ربة الأسرة – مدة الزواج – مهنة ربة الأسرة – السن -) فى تفسير تباين وعي ربات الأسر بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزليه تبعاً لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط .	91
346	الأهمية النسبية للمتغيرات المستقلة (تعليم ربة الأسرة – مدة الزواج – مهنة ربة الأسرة – السن) فى تفسير تباين الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعاً لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط	92
347	الفروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث التجريبية في الوعي بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزليه قبل تطبيق البرنامج وبعده	93
348	مقدار مربع ايتا ومقدار حجم التأثير	94
349	الفروق بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة التجريبية في الوعي ب المجالات الكفاءة الإدارية لربة الأسرة قبل التطبيق البرنامج وبعده	95
350	مقدار مربع ايتا ومقدار حجم التأثير .	96