



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 / عبيد محمود الدويك

أستاذ الإدارة بقسم إدارة مؤسسات
الأسرة والطفولة ووكيل الكلية للدراسات
العلية
والبحوث كلية الاقتصاد المنزلي

أ. د / كامل عمر عارف

أستاذ إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة
(إدارة المنزل) - ووكيل الكلية لشئون البيئة
وتنمية 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

(2015 م - 1436 هـ)

بسم الله الرحمن الرحيم

(فَأَمَّا الزُّبُرُ فَنَزَّلَهُمْ جُعَاءً وَأَمَّا إِنَّا فَنَعَالُنَا سَفَيِمٌ كُنُفِيَا لَأَرْضٍ) **صدق الله العظيم**

سورة الرعد : 17

إهداء

إلى والدي....والدتي
زوجي ورفيق دربي
أهدي إليكم هذا العمل اعترافا بفضلكما على الذي ليس له حدود قبل البحث وأثناء
البحث وإلى ما لانهاية
إلى مالك.... مريم.....أسرتي....
هذا العمل ثمرة جهد مشترك

"شكر وتقدير"

"الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله"

إلهي ... بديع السماوات والأرض ، وخالقها على غير مثال سابق لك الحمد علما أسديت من فضل وأسبغت من نعم ، ووقفت إليه من جهد ، وألقيت على طريقبطني من أنوار سار في هديها حتى بلغ غايته المرجوة ، فذلك فضلك تؤتيه من تشاء يا ذا الفضل العظيم حمدا كما يليق بجلال 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 تتقدم باسمي معاني الشكر والعرفان والتقدير للأستاذ الدكتور كامل عمر عارف أستاذ الإدارة 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 إخراجة ، وهذا دين علي لن أنساه أبداً ، الله أسأل أن يجزيه عني خير الجزاء

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

كما يطيب للباحثة أن تتقدم بأسمى آيات الحب والتقدير والعرفان بالجميل إلى الدكتورة وفاء محمد خليل أستاذ مساعد إدارة المنزل كلية التربية النوعية جامعة الفيوم على ما أسهمت به من علم وافر ووقت ثمين وعون صادق ونصح غال في مساعدة الباحثة منذ أن كان هذا البحث نبتة صغيرة في ذهنها حتى استوى على سوقه ، فأسألك اللهم النعيم الذي لا يحول ولا يزول عنها في الدنيا والآخرة وأدم عليها فضلك وعونك

كما يطيب للباحثة أن تتقدم بأسمى 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 أسهمت به من علم وافر ووقت ثمين وعون صادق ونصح غال في مساعدة الباحثة منذ أن كان هذا البحث نبتة صغيرة في ذهنها حتى استوى على سوقه ، فأسألك اللهم النعيم الذي لا يحول ولا يزول عنها في الدنيا والآخرة وأدم عليها فضلك وعونك

كما أتقدم باسمي 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 تفضلهما بفحص ومناقشة الرسالة فلهما منى عظيم التقدير.

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

كما أتقدم بكل ما مضى من عمري وما بقي شكراً وتقديراً إلى والدي نبع العطف والطمأنينة والذي ساعدني كثيراً وبث في نفسي الحماسة لتذليل عقبات البحث وكان له الفضل في اتخاذ الكثير من القرارات وأمى فيض البركة والدعاء والسكينة والعطاء بلا مقابل ، اللهم لن يبلغ شكري المتواضع مرتبة عطائهما الأعظم فاجزهما اللهم عني خيراً وبارك في عمرهما وانعم عليهما بسعادة الدارين .

كما أتقدم بدعائي لله عز وجل أن يديم على والدتي زوجي الصحة والعافية وبارك لنا فيها لما قدمته من دعوات ومتابعة لأولادي أثناء سفرى فلها منى خالص الشكر والتقدير . أما رفيق دربي وزوجي فتنضب الكلمات ويعجز اللسان عن ايجاد الكلمات التي تفيه حقاً .. فله منى جزيل الشكر عن صبره وتحمله معي مشقة أظهار هذا البحث وخالص دعائي أن يرزقه الله خير الجزاء وأن يمن على أسرتي بالصحة وسعادة الدارين .

و أشكر أخوتي وأصدقائي الذين قدموا لي أيدي العون و الدعوات فاجزهم اللهم عني خيراً . وأخيراً . فما قصدت بهذا العمل إلا وجه الله ، اللهم فاجعله خالصاً لوجهك الكريم وما توفيقي إلا بالله

الباحثة

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 وأفرع الأرجونوميكس
52	• أولا :الأرجونوميكس البدني
53	• ثانيا :الأرجونوميكس الذهني "الإدراكي"
53	• ثالثا :الأرجونوميكس التنظيمي

رقم الصفحة	المحتوى
53	• رابعا :الأرجونوميكس البيئي
54	• خامسا :الأرجونوميكس العاطفي
54	• المبادئ 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 البدني
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 الذهني الإدراكي
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 بالضوضاء
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

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

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

قائمة الجداول

رقم الجدول	محتوى الجدول	الصفحة
1	الوسائل التنقيفية تبعا للاستراتيجية	34
2	أنواع المشاكل الأرجونومية المسببة للإخفاق	49
3	قياس شدة الإضاءة بالليكس	74
4	قياس شدة الضوضاء بالديسيل	75
5	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمحل الإقامة	196
6	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لسن ربة الأسرة	197
7	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا للحالة الاجتماعية لربة الأسرة.	198
8	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمدة زواج ربة الأسرة	199
9	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لتعليم ربة الأسرة	200
10	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لعمل ربة الأسرة	201
11	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمستوى مهنة ربة الأسرة	202
12	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لمستوى الدخل الشهري للأسرة.	203
13	توزيع أفراد العينة الأساسية للدراسة تبعا لعدد أفراد الأسرة	204
14	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمحل الإقامة	205
15	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لسن ربة الأسرة	206
16	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا للحالة الاجتماعية لربة الأسرة.	207
17	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمدة زواج ربة الأسرة	208
18	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لتعليم ربة الأسرة	209
19	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لعمل ربة الأسرة	210
20	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمستوى مهنة ربة الأسرة	211
21	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لمستوى الدخل الشهري للأسرة.	212
22	توزيع أفراد العينة التجريبية للدراسة تبعا لعدد أفراد الأسرة	213
23	نتائج تحكيم عبارات استبيان الاعتبار الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية	217
24	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور الأرجونوميكس البدني	219
25	قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة محور الأرجونوميكس الذهني " الإدراكي "	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 الاعتبار 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

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

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

الصفحة	محتوى الجدول	رقم الجدول
328	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لتعليم ربة الأسرة .	79
328	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لتعليم ربة الأسرة	80
329	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لعمل ربة الأسرة	81
330	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لمستوى مهنة ربة الأسرة .	82
330	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لمستوى مهنة ربة الأسرة	83
331	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا للدخل الشهري للأسرة.	84
332	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا للدخل الشهري للأسرة	85
333	تحليل التباين لاستجابات ربات الأسر عينة الدراسة الأساسية على مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لعدد أفراد الأسرة.	86
333	دلالة الفروق بين متوسطات درجات استجابات أفراد العينة الأساسية على مجالات مقياس الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا 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 المنزلية	89
340	قيم معاملات الارتباط بين استبيان الاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية ومقياس مجالات الكفاءة الإدارية لربة الأسرة ومتغيرات الدراسة	90
345	الأهمية النسبية للمتغيرات المستقلة (تعليم ربة الأسرة – مدة الزواج – مهنة ربة الأسرة – السن) في تفسير تباين وعي ربات الأسر بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية تبعا لإوزان معاملت الانحدار ودرجة الارتباط .	91
346	الأهمية النسبية للمتغيرات المستقلة (تعليم ربة الأسرة – مدة الزواج – مهنة ربة الأسرة – السن) في تفسير تباين الكفاءة الإدارية لربة الأسرة تبعا لأوزان معاملات الانحدار ودرجة الارتباط	92
347	الفروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث التجريبية في الوعي بالاعتبارات الأرجونومية في أداء الأعمال المنزلية قبل تطبيق البرنامج وبعده	93
348	مقدار مربع إيتا ومقدار حجم التأثير	94
349	الفروق بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة التجريبية في الوعي بمجالات الكفاءة الإدارية لربة الأسرة قبل التطبيق البرنامج وبعده	95
350	مقدار مربع إيتا ومقدار حجم التأثير .	96