



الملخص العربي :

يمثل الوقت عنصرا هاما في حياتنا اليومية و في المجتمع العملي ولا سيما وقت المرأة باعتبارها المسئولة الاولى عن تحقيق الاهداف الاسرية المنشودة. (١) ويلقي الوقت أهمية كبرى في الاسلام فيقول سبحانه وتعالى :- " والله يقدر الليل والنهار " وقوله تعالى " فلا الشمس ينبغي لها أن تدرك القمر ولا الليل سابق النهار وكل في فلك يسبحون " صدق الله العظيم. إن هذه الايات القرآنية تدل دلالة قاطعة علي أهمية الوقت وضرورة استثماره وإدارته بشكل فعال. من قبل الافراد والجماعات والمؤسسات الاجتماعية والاقتصادية (٢) إن خروج المرأة للعمل واكتساب العيش مثلها مثل الرجل أمام المجتمع. مبدأ لم يعترف به ولم يلق رضي من الكثيرين. والي اليوم نجد التقاليد والافكار الرجعية تتحكم في آراء بعض العائلات في هذا الوضع , ولكن عجلة الزمن لايمكن أن تعود الي الوراء (٣). فمع التقدم الحضاري وما حققته المرأة من مستوي تعليمي وثقافي واجتماعي كان لا بد لها أن تشارك الرجل في حمل مسؤولية الحياة, ومع ازدهار المدينة وما يتبع ذلك من إرتفاع مستوي المعيشة, وما يتطلبه من زيادة في المشاركة في أعباء الحياة علي واجباتها المنزلية وخاصة تربية الاطفال . (٤) وإن إنتشار الصناعات والالات, وما قدمته الاختراعات الحديثة من تسهيلات لربة البيت وللعائلة ككل خفف من عبء تلك المسؤولية ولزاما علي المرأة أن تسهم في زيادة دخل الأسرة فخرجت للعمل (٥) وكان لنزول المرأة الي ميدان العمل أثر فعال في مضاعفة الإنتاج العام وزيادة القوي العاملة, فالتعاون بين الرجل والمرأة في الميدان الاقتصادي لا بد سيؤدي الي زيادة الإنتاج الذي له أكبر الاثر في رفع المستوي المعيشي للأمة. (٦) وتزامنا مع مباشرة المرأة بالعمل أصبح هناك تركيز علي تعليم المرأة ومكافحة أميتها, فارتفع مستوي التعليمي عندها وأصبح الوعي يلعب دورا هاما لديها, هذا الوعي الذي يعزز عندها بعد ان انفتح أمامها مجال التعليم وأصبح بمقدورها الدراسة . فتطورت المرأة إقتصاديا واجتماعيا وعلي الرغم من نجاح المرأة الذي حققته بقدرتها علي ممارسة مهنتها وبتحقيق بعض اهدافها الشخصية (٧) الا ان هناك مصاعب تواجهها داخل الأسرة والعمل بسبب عدم الإدارة الجيدة للوقت بين المهنة والأسرة. (٨)

طريقة البحث:

ومن هذا المنطلق تمحورت هذه الدراسة في التعرف علي كيفية إدارة الوقت واستغلاله بالشكل الصحيح من قبل المرأة العاملة وذلك من خلال هذه الاهداف:-

ماهية ادارة الوقت.

كيفية استغلال الوقت بالشكل الصحيح

علاقة ادارة الوقت للمرأة العاملة بالاسرة

ما هي ادارة الوقت: ادارة الوقت هو نظام لاستغلال الوقت باعلي درجة ممكنة من الكفاءة

والفعالية(روبينسטרن , وثير و ايفانس (٢٠٠٤)

كيفية استغلال الوقت بالشكل الصحيح:

١- حدد وقت للجدولة والتخطيط. (الفشل في التخطيط يؤدي الي التخطيط للفشل)

(مورجينسטרن ٢٠٠٤)

٢- تجنب التأجيل

٣- معرفة اين يضيع الوقت. وذلك بتسجيل الاعمال اليومية. (د.كوثر كوجاك ٢٠٠٥).

٤- المرونة في تنظيم الوقت. حتي نبتعد عن المخاوف عند تنظيم الوقت. (دود, وسندهن

٢٠٠٥)

٥- تجنب القيام بعدة اعمال في وقت واحد.(بيكويث ٢٠٠٦)

ولمعرفة مدي ادارة الوقت للمرأة العاملة بمدينة طرابلس:-

ثم توزيع أستبيان علي (٣٠٠) عينة عشوائية من الامهات العاملات بمدينة طرابلس في جهات مختلفة (مستوصف الحرية, مدرسة عمار ضوء, مدرسة علي الجزيري, مصرف الصحاري, شركة مسارات) وذلك لمعرفة اراء المرأة العاملة في تنظيم الوقت. وشمل الاستبيان علي الحالة الاجتماعية, دوافع خروجها للعمل, أثر خروجها للعمل علي الاسرة والاعمال المنزلية, والمشاكل والمعوقات التي تواجهها أثناء العمل, وكيفية إدارة الوقت بحيث تحقق التوازن بين العمل والمنزل.

ومن ابرز المؤشرات التي ظهرت في هذه الدراسة النتائج التالية :

جدول (١) بالحالة الاجتماعية للمرأة العاملة

جدول (أ) توزيع أفراد العينة حسب العمر

النسبة %	العدد ٣٠٠	الفئة العمرية
٢٣.٣٣ %	٧٠	٢٥-٢٠
٥٠ %	١٥٠	٣٥-٢٦
١٦.٦٧ %	٥٠	٤٥-٣٦
٩.٠٠ %	٢٧	٥٥-٤٦
١.٠ %	٣	٥٥ وما فوق

مجلة الإقتصاد المنزلى - مجلد ٢٥ - العدد الثالث - ٢٠١٥

جدول (ب) توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي

النسبة %	العدد ٣٠٠	المستوى الدراسي
٣.٣٣%	١٠	متوسط
٢٠.٠%	٦٠	ثانوى
١٨.٣٣%	٥٥	مهنى
٥٨.٣٣%	١٧٥	جامعى وما فوق

جدول (ج) التوزيع النسبى لأفراد العينة حسب نوع عمل المرأة

النسبة %	العدد ٣٠٠	نوع العمل
٢٠%	٢٢٨	هيئات حكومية
١٦.٦٧%	٥٠	قطاع خاص
٧.٣٣%	٢٢	أعمال حرة

جدول (د) التوزيع النسبى لأفراد العينة حسب عدد ساعات عمل المرأة في اسبوع

النسبة %	العدد ٣٠٠	عدد الساعات
٢٠%	٦٠	٥-٢
٧٦.٦٧%	٢٣٠	٨-٦
٣.٣٣%	١٠	١٣-١٠

جدول (٢) التوزيع النسبى لأفراد العينة حسب اسباب الخروج للعمل

النسبة %	العدد ٣٠٠	أسباب العمل
١٦.٦٧%	٥٠	لائثبات الذات
٥٥%	١٦٥	تحسين مستوى الاقصادى للأسرة
٢٨.٣٣%	٨٥	اسباب مادية خاصة بها

جدول (٣) التوزيع النسبى لأفراد العينة حسب تأثير خروج المرأة للعمل

نعم	%	لا	%	أثر خروج المرأة للعمل
٢٩٠	٩٦.٦٧%	١٠	٣.٣٣%	لم يحدث تغير فى العلاقة الزوجية
٢٨٩	٩٦.٣٣%	١١	٣.٦٧%	حدوث تغير فى العلاقة مع الاسرة
٢١٥	٧١.٦٢%	٨٥	٢٨.٣٣%	حدوث التغير للافضل
٢٥٠	٨٣.٣٣%	٥٠	١٦.٦٧%	مساعدة الابنا فى المنزل
٢٤٠	٨٠%	٦٠	٢٠%	حدوث تنظيم للوقت أفضل من بداية العمل

جدول (٤) التوزيع النسبي لافراد العينة للمرأة العاملة حسب مساعدة الزوج

مساعدة الزوج	نعم	%	لا	%
حث الزوج على المساعدة في أعمال المنزل	٢٠١	٦٧	٩٩	٣٣.٠
قيام الزوج بشرا مستلزمات المنزل	٩٩	٣٣.٠	٢٠١	٦٧.٠٠
قيام الزوج بجلب المياه للمنزل	٢٥٥	٨٥.٠٠	٤٥	١٥.٠٠
قيام الزوج بأخذ أفراد الاسرة للطبيب وشراء الادوية	٢٤٣	٨١.٠٠	٥٧	١٩.٠٠
قيام الزوج بمتابعة الدراسة للاطفال	٨٧	٢٩.٠٠	٢١٣	٧١.٠٠

جدول (٥) التوزيع النسبي لافراد العينة حسب تنظيم الوقت

تنظيم الوقت	العدد ٣٠٠	النسبة %
يوجد وقت خاص للقراءة	١٢٠	٤٠%
وجود وقت لمشاهدة الاذاعة المرئية مع أفراد الاسرة	١٩١	٦٣.٦٧%
وجود وقت للعناية بالاطفال	٢١١	٧٣%
متابعة الاطفال في دروسهم	٢٥٥	٨٥%
وجود خطة معينة بتنظيم الوقت	٢٢٥	٧٥%
وجود وقتلقيام بالاعمال المنزلية	١٩٥	٦٥%
وجود وقت محدود للنوم	٢١١	٧٠%
وجود خطة موضوعة كل يوم	٢٨٩	٨٩.٣٣%
وجود اسلوب معين لقضاء يوم العطلة	١٦٦	٥٥.٣٣%
وجود وقت محدود للقيام بالزيارات الاجتماعية	٢٥٥	٨٥%

جدول (٦) التوزيع النسبي لافراد العينة حسب مشاعر المرأة العاملة

القدرة على تنظيم الوقت	نعم	%	لا	%
الإعتراف بعدم القدرة على تنظيم الوقت	٩٠	٣٠	٢١٠	٧٠
الشعور بالحاجة للنصح والإرشاد	٢٢٥	٧٥	٧٥	٢٥
الشعور بالراحة بالوضع الحالى	٢٥٣	٨٤.٣٣	٤٧	١٥.٦٧
وجود وعى لأهمية الوقت وطرق إستغلاله	٢٥٥	٨٥	٤٥	١٥.٠
الشعور بالعمل يؤثر على الواجبات المنزلية	١٧٩	٥٩.٦٧	١٢١	٤٠.٣٣

جدول (٧) التوزيع النسبي لافراد العينة على من يقوم بمساعدة المرأة العاملة

من يقوم بمساعدة المرأة العاملة في البيت	نعم	%	لا	%
وجود من يساعد في أعمال المنزل	٢٤١	٨٠.٣٣	٥٩	١٩.٦٢
الزوج	٦٧	٢٥.٣٣	٢٣٣	٧٧.٦٧
الابن	٣٠	٢٢.٣٣	٢٧٠	٩٠.٠
الابنة	١٢٨	٤٢.٦٧	١٧٢	٥٧.٣٣
أحد الأقارب	١٦	٥.٣٣	٢٨٤	٩٤.٦٧
خدم	٠	٠	٣٠٠	١٠٠

النتائج والمناقشة :

يوضح الجدول (١١) ان غالبية عدد أفراد العينة للعاملات تتراوح اعمارهن ما بين ٢٦ - ٣٥ سنة بنسبة ٥٠% تليها الفئة العمرية من ٢٠ - ٢٥ سنة بنسبة ٢٣.٣٣% وكانت أقل فئة عمرية من من العاملات من سن ٥٥ وما فوق بنسبة (١%)، و جدول (١ب) لوحظ في هذا الجدول ان اكثر من ٥٠% من العدد الكلي للمرأة العاملة كان مستوي تعليمهن جامعي وما فوق بنسبة ٥٨.٣٣% وكانت اقل نسبة ٣.٣٣% لمستوي الدراسي المتوسط بينما وجد أن التعليم الثانوي كانت نسبته اعلي من التعليم المهني للمرأة العاملة بنسبة ٢٠.٠% للتعليم الثانوي وللتعليم المهني ١٨.٣٣% من العدد الكلي. اما بالنسبة لعمل المرأة وجد أن اكثر من ٥٠% من عدد أفراد العينة يزاولن مهنة حكومية تمثل (التدريس والصحة) بنسبة ٧٦%، اما القطاع الخاص كمدارس خاصة وحضانة كانت النسبة ١٦.٦٧% واقل نسبة كانت ٧.٣٣% بدو لهن أعمال حرة في منازلهن، وهذا يدل علي أن اغلب أفراد العينة من محدودى الدخل ولديهن أوقات معينة للعمل المحدود. ومن الجدول (١١) وجد ان أغلبية افراد العينة بدو لهن العمل بمعدل ٦-٩ ساعات في الاسبوع وان اوقات العمل مناسبة لهن بنسبة ٧٦.٦٧% مم لا يتفق مع ما جات به (اريج عبد الرحمن الشماسي ٢٠١٠) علي ان ساعات العمل للمرأة العاملة بجدة ٧ ساعات في اليوم مم يرهق المرأة العاملة. وان ٢٠٥ منهن يزاولن العمل بمعدل ٢-٥ ساعات في الاسبوع واقل نسبة كانت ٣.٣٣% مما يدل علي ان أوقات العمل كانت مناسبة للمرأة العاملة. اظهر جدول (٢) ان اكثر من ٥٠% من اجمالي افراد العينة كان المساهمة في تحسين مستوي الاقتصادي للأسرة هو السبب الرئيسي في خروج المرأة للعمل بنسبة ٥٥% مما يؤيد (الدكتور محمد الدقس (١٣) وفرحات نادية(٥)) علي السبب الرئيسي لخروج المرأة الي العمل نظرا الي حاجتها الماسة للمال. وان نسبة ٢٨.٣٣% كان السبب طبيعي اي بعد اتمام التعليم أما نسبة ١٦.٦٧% كانت لإثبات الذات مما يؤيد (الدكتور محمد الدقس (١٣) والدكترة كاميليا عبد الفتاح (٤)) يشير علي ان كثيرا من النساء يعملن لإثبات وجودهن وبناء شخصيتهن والشعور بالقيمة الذاتية لهن.

جدول (٣) وجد ان نسبة ٩٦.٦٧% من اجمالي العينة لم يحدث لهن تغيير في العلاقة الزوجية عند خروجهن الي العمل، بينما نسبة ٩٦.٣٣% حدث تغيير في علاقتهن بالاسرة وهذا التغيير كان للافضل بنسبة ٧١.٦٢%، حيث انها اصبحت في تنظيم وقتها من بدايتها للعمل بنسبة ٨٠% و اوضح الجدول كذلك ان نسبة ٨٣.٣٣% تقوم الام بتدريب ابنائها علي مساعدتها في المنزل مما يوفر لها الوقت لعمل اشياء اخري . اما جدول رقم (٤) نجد ان المرأة العاملة تحث زوجها علي المساعدة في اعمال المنزل بنسبة ٦٧%، وحيث ان الزوج له مسؤوليات اخري خارج المنزل فهو يقوم بجلب المياه بنسبة ٨٥.٠% ومراجعة الطبيب لأفراد الاسرة وشراء الدواء بنسبة ٨١.٠%، وقد لوحظ من الجدول نفسه ان اغلبية افراد العينة تقوم بشراء مستلزمات المنزل ٦٧.٠% بعد روجعها من العمل، اما فيما يخص مدي متابعة الدراسة للأطفال بنسبة للزوج فقد كانت المتابعة قليلة مقارنة بالزوجة بنسبة ٢٩% و ٧١% للمرأة العاملة فهو لا يقوم بمتابعة دروس الاطفال نظرا لطول فترة عمله خارج المنزل.. من الجدول (٥) نجد ان المرة العاملة اللببية يوجد لديها خطة يومية في تنظيم اعمالها وخطة يومية في تنظيم وقتها بنسبة ٨٩.٣٣% كما ان لديها وقت في متابعة اطفالها من الناحية الدراسية ووجود وقت محدد للزيارات بنسبة ٨٥% لكل منهما، وان نسبة ٧٥% لديها خطة معينة لتنظيم الوقت، بينما وجد ان المرأة العاملة ليس لديها الوقت للقراءة والمطالعة بنسبة ٤٠%، وبنسبة ٦٣.٦٧% لديها وقت لمشاهدة

مجلة الإقتصاد المنزلي - مجلد ٢٥ - العدد الثالث - ٢٠١٥

الاذاعة المرئية مع افراد الاسرة وبنسبة ٧٣% لديها وقت للعناية بالاطفال, ولديها وبنسبة ٧٠% وقت للنوم وبنسبة ٦٥% لديها وقت للقيام بالاعمال المنزلية, اما بنسبة ٥٥.٣٣% لديها وقت محدد لقضاء يم العطلات. الجدول رقم (٦) نجد ان اعلي نسبة هي ٨٥% من فئة العينة لديها وعي لاهمية الوقت وطرق استغلاله وان ١٥% ليس لديها وعي باهمية الوقت وطرق استغلاله, وان ٧٠% من افراد العينة الكلية تبين ان المرأة العاملة تخجل من الاعتراف بعدم قدرتها علي تنظيم الوقت وتحتاج الي المشورة والنصح في عملية تنظيم الوقت بنسبة ٧٥% , وان ٨٤.٣٣% يشعرون بالراحة لوضعهم الحالي بدون تنظيم للوقت. كما ان لدي المرأة العاملة شعور بان عملها يؤثر علي واجباتها داخل المنزل ومن هنا نجد ان الحاجة الي تقديم النصح والارشاد عن طريق وسائل الاعلام وذلك لرفع مستوي المرأة العاملة في كيفية ادارة وقتها من جدول (٧) نجد ان نسبة ٨٠.٣٣% من اجمالي عدد افراد العينة للمرأة العاملة ان لديهم من يقوم بمساعدتهم في الاسرة وذلك علي النحو التالي :- وجد ان اغلبية المساعدة من قبل الابنة بنسبة ٤٢.٦٥% يليها الزوج بنسبة ٢٥.٣٣% مما يؤيد نتائج (فرحات نادية (٥)) التي تقول ان نسبة الأزواج اللذين يساعدون زوجاتهم في الاعمال المنزلية الي ٣٨.٣% . ثم الابن بنسبة ٢٢.٣٣% وقل نسبة كانت للاقارب بنسبة ٥.٣٣% بينما لا توجد مستخدمين لدي افراد العينة.

التوصيات:

- الاهتمام بتوعية المرأة الليبية العاملة وغير العاملة اجتماعيا وثقافيا واقتصاديا وتزويدها بمهارات القدرة علي اتخاذ القرار منذ الصغر .
- توفير دورات للمرأة لتعليمها ادارة الوقت وتنظيمه.
- معالجة مشكلة المواصلات من حيث تتحمل الجهات التي تعمل لديها المرأة مسئولية نقل العاملات من والي مكان عملهن.
- تأمين دور حضانة ورياض الاطفال حتي يتسني للمرأة العاملة العمل بدون ضغوط نفسية.

المراجع:

- ١- الكسندر روي, ١٩٩٩, "اساسيات ادارة الوقت" الجمعية الامريكية للإدارة , ترجمة مكتبة جريدة الرياض, الطبعة الاولى.
- ٢- بورك بررس, ٢٠٠١ " تنظيم الوقت واولويات ساسة الادرة المثلي " الطبعة العربية الاولى مكتبة لبنان ناشيونال , بيروت.
- ٣- المسيلم محمد يوسف, ١٩٩٤ "إستعمال الوقت وإدارته بفعالية من وجهة نظر الهندسين" بحث منشور في مجلة الربيع جامعة الاسكندرية.
- ٤- عبد الفتاح كاميليا, ٢٠٠٩, " سيكولوجيا المرأة العاملة" دار الثقافة العربية للطباعة جمهورية مصر العربية.
- ٥- فرحات نادية, ٢٠٠١ " خروج المرأة للعمل وأثره علي العلاقات الاسرية" دراسة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع , الجزائر. ٢٠٠١.

مجلة الإقتصاد المنزلى - مجلد ٢٥ - العدد الثالث - ٢٠١٥

- ٦- زهرة حسونة/تماضر, ١٩٩٤ " تأثير عمل المرأة علي تماسك الاسرة في المجتمع العربي,مجلة الامن والحياة, الجزائر. ١٩٩٤
- ٧- الطاهر مناوي, ١٩٨٥ "المرأة وواجبات المنزل والتزامات الشغل " مجلة الجيش العدد ٢٥٢ الجزائر.
- ٨- سامي محمد ملحم, ١٩٩٣ " مشكلة التوافق لدي المرأة العاملة في كل من الاردن والسعودية" المجلة العربية للتربية, عدد ٢ تونس, المنطقة العربية للثقافة والعلوم.
- ٩- كوجك كوثر, ٢٠٠٥ " الادارة المنزلية " الطبعة العاشرة , دار عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة القاهرة.
- ١٠- قمحية وليد , ٢٠٠٤ " دليل المرأة العصرية " الطبعة الاولى المعتر للنشر والتوزيع عمان.
- ١١- مصطفى صلاح, ٢٠٠١ " الادارة والتخطيط التربوي " الطبعة الاولى دار القلم والتوزيع دبي.
- ١٢- الشماسي اريج, ٢٠١٠ " عدد ساعات العمل الرسمي للمرأة العاملة وأثرها علي إنتاجيتها", بجدة
- ١٣- الدقس محمد, ٢٠٠٥ " التغير الاجتماعي بين النظرية والتطبيق " الاردن
- ١٤- الفقي إبراهيم, ٢٠٠٩ " إدارة الوقت " الطبعة الثانية, دار الابداع للنشر والتوزيع , مصر القاهرة.
- ١٥- جرار سمير, ١٩٩٨ "الاصول والاسس العلمية" تخصص إدارة مكتبية, لبنان.
- ١٦- أحمد محمد, ٢٠٠٤ " المرأة وتحولات عصر جديد" الدار العربية للنشر والتوزيع , القاهرة.
- ١٧- رفعت سلام, ١٩٩٠, " فن إدارة الوقت" دار الكتب المصرية, القاهرة.
- ١٨- مجلة نورا, ٢٠١٢ العدد ٩٤ مجلة اسبوعية.

References:

- 1- Beckwith, S. (2006),July). Unleash Your PDA,s Power. Black Enterprise.
- 2- Dodd, P., & Sundheim, D. (2005) The 25 Best Time Management Tools Techniques. How to Get More Done Without Driving Yourself Crazy. A Arbor, MI: Peak Performance Press, Inc.
- 3- Morgenster: (2004) :Time Management from the Inside Out. New York.Henry Holt and Company.
- 4- Rubinstein, J., Meyer,D. & Evans, J.(2001).Executive control of cogn processes in task switching. Journal of Experimental Psychology- Hun

Abstract:

Time Management for working women imbalance between work time and family time. The researcher has made an attempt to study sample of 300 married working women in the city of Tripoli. Were the form was filled as an interview data to illustrate time management for working women> The data were analysed according to this factor. The data of the survey showed that most of the respondent were working in the Government, and most of them were working for financial reason, to support their families, and the lowest proportion of the respondents were having private jobs, they were working only to show their confidence as a member of the society . The survey also showed that most of the respondents believed that their work affected their relationship with their families, but the lowest proportion of the respondents believed that their life changed to the best.. The research also found that most of the working women managed their time in helping their children in their study, and they have managed to have time for their social life. The research found some negative challenges for married working women. They become victims to the pressure of working and as an outcome they are forced to sacrifice the rewards that they receive at home, because of the rewards that they get from work