

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -  
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس وعلوم التربية



مذكرة مقدمة لإستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي

الميدان : العلوم الاجتماعية

الشعبة : علم النفس

التخصص : علم النفس عمل وتنظيم وتسيير الموارد البشرية

من إعداد الطالب:

كهر يمينة برهان

تحت عنوان :

## مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة

دراسة إستكشافية بمفتشيات العمل (ورقلة، الوادي، غرداية، الأغواط)

نوقشت يوم : 2022/06/06

### لجنة المناقشة

- |               |                         |                  |
|---------------|-------------------------|------------------|
| رئيسا ومناقشا | جامعة قاصدي مرباح ورقلة | أ/د.فايزة رويم   |
| مشرفه ومقررا  | جامعة قاصدي مرباح ورقلة | أ/د.غربي صبرينة  |
| مناقشا        | جامعة قاصدي مرباح ورقلة | أ/د. باوية نبيلة |

# شكر وتقدير

أتوجه بالحمد والشكر لله تعالى عزوجل بإيق بجلال وجهه وعظيم سلطانه وعلى توفيقه وإيمانه لنا في إتمام هذا العمل أمليين أن يتقبله خالصا لوجهه الكريم.

يسعدني أن أقدم بجزيل الشكر والإمتنان للأستاذة الدكتورة والمشرقة " غري صبيحة" التي تم بفضل جهدهما المتواصل وتوجيهاتهما السديدة في إنجاز هذا العمل المتواضع فلما نبى كل الوفاء والتقدير وكذلك نخص بالشكر لعائلتي الكريمة وإلى أختي برمان وسيلة التي قدمت لي يد العون، وتمنى لها التوفيق في حياتها.

كما أقدم بالشكر والإمتنان للدكتور عطية عمام بوزيدي، وجميع أساتذة قسم علم النفس وعلوم التربية، ولايفوتني الشكر الجزيل لأساتذتي : محبان عبد الحادر، مزياني الوناس، محمد قوارح، سميلة خالدي، زعطوط رمضان على دعمهم ومساندتهم، وإلى عمال مكتبة الجامعة "كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية"، وإلى كل عمال المكتبة الجموية للعمل بورقلة لتقديم يد المساعدة لإنجاز هذا العمل، وإلى طلبة دفعة علم النفس عمل وتنظيم، وبالأخص سवालح عتيقة، وإلى كل من ساهم ولو بكلمة فله كل الشكر والتقدير.

أشكرهم جزيل الشكر وأدعو الله أن يوفقي لما فيه الخير والسداد

كريمينة برمان

## ملخص الدراسة

أجريت الدراسة الحالية بهدف التعرف على مستوى الصحة النفسية (الرفاه، الضيق) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة ، وكذا التعرف على الفروق في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير (الجنس، الحالة الإجتماعية، الأقدمية).

ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة تم الإعتماد على المنهج الوصفي الإستكشافي المناسب للدراسة الحالية وذلك بإستخدام إستبيان الرفاه النفسي، وإستبيان الضيق النفسي من إعداد العالم (ماسي وآخرون) المترجم من طرف الباحث عطية عصام بوزيدي 2020 ، بعد التأكد من من خصائصه السيكومترية والتي أكدت على صلاحيته للإستخدام على عينة الدراسة الأساسية ، وقد طبق على عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة (ورقلة، الوادي، غرداية، الأغواط) والتي تم إختيارها بطريقة العينة العشوائية الطبقية والبالغ عددهم 132 عامل موزعين على المفتشيات الولائية للعمل التابعة للإختصاص الإقليمي لورقلة .

وقصد معالجة البيانات تم الإعتماد على إختبار "ت" للعينة الواحدة تم حساب المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للكشف عن مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) وإختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين ، وإختبار تحليل التباين الأحادي الإتجاه ANOVA. وذلك بإستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS 25 وقد تم التوصل إلى النتائج التالية :

- مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة مرتفع.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لتغير الحالة الإجتماعية .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.

وقد نوقشت نتائج الدراسة في ضوء الجانب النظري وبعض الدراسات السابقة والواقع المعاش ، وخلصت بتقديم بعض المقترحات .

**الكلمات المفتاحية :** الصحة النفسية، الرفاه النفسي، الضيق النفسي ، عمال المفتشية الجهوية للعمل

بورقلة .



## Study summary

The current study was conducted with the aim of identifying the level of mental health (well-being, distress) among the workers of the regional fetish for work in Ouargla, as well as identifying the differences in the level of mental health due to the variable (sex, marital status, seniority).

In order to achieve the objectives of the study, the descriptive approach was relied on in collecting data and information, since the study was exploratory in its premise and then extended to study the differences, using the psychological well-being questionnaire, and the psychological distress questionnaire prepared by the scientist (Massi et al.) translated by researcher Attia Issam Bouzidi 2020, after Verification of its psychometric properties, which confirmed its suitability for use on the basic study sample, and it was applied to the workers of the regional inspectorate for work in Ouargla (Ouargla, El-Wadi, Ghardaia, Laghouat), which was selected by a stratified random sampling method. Regional of Ouargla.

In order to process the data, the single-sample t-test was calculated. The arithmetic mean and the hypothetical mean were calculated to detect the level of mental health (psychological well-being, psychological distress), the t-test for two independent groups, and the one-way analysis of variance (ANOVA) test. This was done by using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS 25) program, and the following results were obtained:

The level of mental health (psychological well-being, psychological distress) at work among workers of the regional inspectorate for work in Ouargla is high.

- There are no statistically significant differences in the level of mental health (psychological well-being, psychological distress) at work among workers of the regional inspectorate for work in Ouargla due to the gender variable.
- There are no statistically significant differences in the level of mental health (psychological well-being, psychological distress) at work among the workers of the Regional Inspectorate for Work in Ouargla due to the change in social status.
- There are no statistically significant differences in the level of mental health (psychological well-being, psychological distress) in the work of the workers of the regional inspectorate for work in Ouargla due to the variable of seniority.

The results of the study were discussed in the light of the theoretical side, some previous studies and the lived reality, and concluded by presenting some proposals.

**Key words:** mental health, psychological well-being, psychological distress, workers of the regional inspectorate for work in Ouargla



## فهرس المحتويات

الصفحة	المحتوى
	الشكر والتقدير
أ	ملخص الدراسة
ج	فهرس المحتويات
و	فهرس الجداول
ز	فهرس الأشكال
1	مقدمـة
<b>الجانب النظري : الإطار العام للدراسة</b>	
<b>الفصل الأول : مشكلة الدراسة وإِعتباراتها</b>	
4	1 تحديد مشكلة الدراسة
9	2 فرضيات الدراسة
9	3 أهمية الدراسة
10	4 أهداف الدراسة
10	5 التعريف الإجرائي لمتغير الدراسة
11	6 حدود الدراسة
<b>الفصل الثاني : الصحة النفسية في العمل ومركباتها</b>	
13	- تمهيد
13	1 التطور التاريخي لإشكالية الصحة النفسية في العمل
15	2 مفهوم الصحة النفسية في العمل
16	3 خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية
17	4 النظريات المفسرة للصحة النفسية
17	1.4- النظرية التحليلية
18	2.4- النظرية السلوكية
19	3.4- النظرية الوجودية
20	4.4- النظرية الإنسانية
21	5 مقاربات الصحة النفسية في العمل
21	1.5 - المقاربة السببية
21	2.5- المقاربة المعرفية
22	3.5- المقاربة النفس-ديناميكية

22	6 مركبات الصحة النفسية في العمل
23	1.6- مفهوم الرفاه النفسي
24	1.1.6- أبعاد الرفاه النفسي
26	2.1.6- العوامل المرتبطة بالرفاه النفسي في العمل
29	3.1.6- نماذج الرفاه النفسي في العمل
30	2.6- الضيق النفسي
30	2.6- مفهوم الضيق النفسي
31	1.2.6- أعراض الضيق النفسي
32	2.2.6- النظريات المفسرة للضيق النفسي
34	3.2.6- نموذج المتعدد المستويات لـ (Marchand, Durand et Deners(2006)
35	- 4.2.6- العوامل المرتبطة بالضيق النفسي في العمل.
36	- خلاصة الفصل
	<b>الجانب الميداني</b>
	<b>الفصل الثالث : إجراءات الدراسة الميدانية</b>
38	<b>تمهيد</b>
38	- منهج الدراسة
38	<b>أولا : الدراسة الإستطلاعية</b>
38	1- الهدف من الدراسة الإستطلاعية
39	2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية
39	3- وصف أداة الدراسة الإستطلاعية
41	4- بعض الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة
48	<b>ثانيا : الدراسة الأساسية</b>
48	1 وصف عينة الدراسة الأساسية
51	2 وصف أداة الدراسة الأساسية
52	3 +الأساليب الإحصائية المستخدمة
53	<b>خلاصة الفصل</b>

الفصل الرابع : عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة	
55	تمهيد
55	1 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتيجة التساؤل الأول
63	2 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الأولى
65	3 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثانية
67	4 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتيجة الفرضية الثالثة
71	الإستنتاج العام
71	الإقتراحات
74	المراجع
78	الملاحق



## فهرس الجداول

الرقم	العنوان	صفحة
01	توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية	39
02	توزيع فقرات إستبيان الرفاه النفسي	40
03	توزيع فقرات إستبيان الضيق النفسي	41
04	صدق المقارنة الطرفية لمقياس الرفاه النفسي	42
05	الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه لمقياس الرفاه النفسي	43
06	الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس الرفاه النفسي	44
07	يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الضيق النفسي	44
08	الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه لمقياس الضيق النفسي	45
09	الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس الضيق النفسي	46
10	يوضح معامل الثبات لمقياس الرفاه النفسي قبل وبعد التعديل	46
11	يوضح ثبات مقياس الرفاه النفسي بإستخدام ألفا كرومباخ	47
12	يوضح معامل الثبات لمقياس الضيق النفسي قبل وبعد التعديل	47
13	يوضح ثبات مقياس الضيق النفسي بإستخدام ألفا كرومباخ	48
14	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس	48
15	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الحالة الإجتماعية	49
16	توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الأقدمية	50
17	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الرفاه النفسي	55
18	نتائج إختبار "ت" للعينة الواحدة (الرفاه النفسي)	57
19	يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الضيق النفسي	59
20	نتائج إختبار "ت" للعينة الواحدة (الرفاه النفسي)	61
21	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الرفاه النفسي تبعاً للجنس	63
22	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الضيق النفسي تبعاً لمتغير الجنس	64
23	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الرفاه النفسي تبعاً للحالة الإجتماعية	65
24	يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الضيق النفسي تبعاً للحالة الإجتماعية	66
25	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي الإتجاه في الرفاه النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية	67
26	يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي الإتجاه في الضيق النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية	68



## فهرس الأشكال

صفحة	العنوان	شكل رقم
28	الإطار التنظيمي الذي يبرز العوامل المرتبطة بالرفاه النفسي في مكان العمل.	01
29	العوامل المؤثرة على الرفاه النفسي في العمل	02
34	نموذج المتعدد المستويات	03
49	توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغير الجنس	04
50	توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغير الحالة الإجتماعية	05
51	توزيع أفراد العينة تبعاً لمتغير الأقدمية	06
56	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد الرفاه النفسي	07
58	يوضح مستوى الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة	08
59	يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد الضيق النفسي	09
61	يوضح مستوى الضيق النفسي لدى عينة الدراسة	10

لقد فرض التغيير والتطور المتسارع والمستمر في كافة مجالات الحياة ضغوطا وتأثيرات على النواحي النفسية والاجتماعية للأفراد والمجتمعات ، وبمأن البيئة التنظيمية جزء من هذه المجتمعات فهي ليست بمعزل عن تلك التأثيرات ، ذلك للمكانة الهامة التي يحتلها العمل في حياة الأفراد فهو يعد من العوامل المؤثرة على صحة الفرد النفسية ، والجسمية فمن الناحية الإيجابية يعزز العمل الصحة النفسية ويرفع من التقدير الإيجابي للذات. (سمية الجعافرة، 2005، ص28) ، ومن الناحية السلبية قد يسبب العمل تدهور الصحة النفسية ويؤدي في بعض الحالات إلى الاحتراق والاكنتاب النفسي .وفي ذات السياق أشار ( أرجايل، 1971 ) إلى أن بيئة العمل هي مواقف إجتماعية تتضمن في جوهرها أشكالا مختلفة من مسببات القلق والاكنتاب وغيرها من الإضطرابات النفسية مما يؤدي إلى إختلال الصحة النفسية (شافية بن حفيظ، 2015، 168).

يعد المورد البشري من الموارد الهامة والأساسية في كفاءة المنظمات وفعاليتها وفي تحقيق أهدافها ، الأمر الذي يتوجب على هاته المنظمات التركيز على الجانب النفسي للعامل لماله من أهمية وتأثير كبير على مستوى أدائه وسلوكه التنظيمي ، فقد يتعرض العمال لمختلف الإضطرابات كالقلق والخوف والإحباط والغضب بسبب تلك العوامل التي تشمل القضايا التنظيمية ، رداءة التواصل ومحدودية المشاركة في إتخاذ القرارات ، طول ساعات العمل أو عدم مرونته وغير ذلك من الأسباب التي تنعكس سلبا على حالتهم النفسية والصحية وكذا على علاقاتهم الإجتماعية وآدائهم داخل المنظمة ومن جهة أخرى يرى بعض الباحثين أن تقييم الصحة النفسية لا يجب أن يتم من خلال الأعراض المرضية فقط كالقلق والاكنتاب وإنما يجب الأخذ بعين الإعتبار تواجد الأعراض الإيجابية للصحة النفسية وإعادة النظر في تناول هذه الأخيرة من منظور أحادي الإتجاه ه إلى منظور ثنائي الإتجاه (keyes, 2005) أي جانبها الإيجابي (الرفاه النفسي) والسلبى (الضيق النفسي).

وبالتالي يساهم تقييم الصحة النفسية في زيادة الوعي والإهتمام بالعمال وبصحتهم النفسية وكذلك في سرعة إتخاذ وإيجاد الحلول والإستراتيجيات العملية القابلة للتنفيذ وذلك للحد من العوائق والمشكلات التنظيمية التي قد تظهر في بيئة العمل .

تعد مفتشية العمل من المؤسسات التي تسهر على تطبيق التشريعات والأنظمة الخاصة بعالم الشغل والتي تهدف إلى تحقيق الإستقرار والتوازن بين أطراف علاقة العمل وتحويل الصراع بين العمال وأرباب العمل إلى الحوار والتفاهم، وهذا ما يتوجب على العاملين إلى بدل مزيد من الجهد في التعامل والمواجهة المباشرة مع الأفراد وكذا مواجهة الصعوبات أثناء تأديتهم لهامهم.

وبالتالي فهي بحاجة ماسة إلى الإهتمام بصحة عمالها من أجل بلوغ مستوى عالي من الاحترافية في تقديم خدمات ذات جودة ونوعية تضمن البقاء والإستمرارية لذات المؤسسة .

ونظرا لهاته الأهمية التي يكتسيها موضوع الصحة النفسية في تحقيق أهداف المنظمات جاءت الدراسة الحالية للكشف أو لمعرفة مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي، والضيق النفسي) في العمل

لدى عيرة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة وذلك حسب الخطة التالية :

في الجانب النظري إشتهل على فصلين ،الفصل الأول تم استعراض مشكلة الدراسة،وتساؤلاتها،أهميتها وأهدافها، وكذا فرضيات الدراسة إلى جانب التعاريف الإجرائية للمفاهيم الواردة في الدراسة ثم حدودها،أما الفصل الثاني فقد تم تناول أدبيات الدراسة ل وضع الخلفية النظرية العلمية لها، و الجانب الميداني إشتهل على فصلين ، الفصل الثالث تمثل في إجراءات الدراسة الميدانية .وضم منهج الدراسة،والدراستين الإستطلاعية والأساسية حيث تم التطرق في الدراسة الإستطلاعية إلى هدفها،ووصف العينة ، ووصف الأداة ، وبعض الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة .أما الدراسة الأساسية إشتهلت على وصف العينة ،وصف الأداة ،والأساليب الإحصائية المستخدمة.

أما الفصل الرابع فقد تضمن عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة .

واختتمت الدراسة بتقديم عرض عام للنتائج المتوصل إليها مع ذكر بعض الإقتراحات . وإدراج قائمة المراجع والملاحق .

# الجانب النظري

- الفصل الأول : مشكلة الدراسة وإعتمباتها
- الفصل الثاني : الصحة النفسية في العمل  
ومركباتها

## الفصل الأول : مشكلة الدراسة وإعتمباتها

- 1 - تحديد مشكلة الدراسة
- 2 - فرضيات الدراسة
- 3 - أهداف الدراسة
- 4 - أهمية الدراسة
- 5 - التعريف الإجرائي لمتغير الدراسة
- 6 - حدود الدراسة

## 1- تحديد مشكلة الدراسة :

يعتبر الإهتمام بالصحة النفسية للفرد من القضايا الرئيسية الملحة التي تفرض نفسها على المجتمعات ككل وعلى المؤسسات والمنظمات بشكل خاص لما تمثله من أهمية كبيرة للعمال من الناحية الاقتصادية والإنسانية على حد سواء، فقد أوضحت دراسة أجريت في الوم أ (ستيوارت وزملاؤه) سنة 2003 أن 10% من العاملين يعانون سنويا من أعراض الإكتئاب وأن أهم أعراض تلك المعاناة هي الشعور بالإرهاق المستمر وضعف القدرة على تركيز الإنتباه في أثناء العمل، وحدد ستيوارت وزملاؤه قيمة ساعات العمل المهدورة بسبب الإصابة بمرض الإكتئاب العصابي في الوم أ بمبلغ 44 بليون دولار سنويا، أما كسلر وزملاؤه فقد حددوا قيمة أيام التغيب عن العمل بسبب الإكتئاب في الوم أ أيضا بحوالي 17 بليون دولار سنويا، ولهذا زاد إهتمام الدولة في الوم أ وأرباب ومؤسسات العمل به ذا الجانب فصدرت تشريعات تفرض على بعض المؤسسات الصناعية توظيف اختصاصيين نفسيين صناعيين، كمازاد إهتمام مديري كثير من مؤسسات العمل بتطوير برامج لتحسين خدمات الصحة النفسية. (سمية الجعافرة، فارس حلمي، 2005، ص281)

ومن جانب آخر تذكر مسنجر أنه رغم التطور الهائل في مجال رعاية من يعانون من الإضطرابات النفسية في بيئة العمل، فإن الدراسات المسحية مازالت تشير إلى وجود مؤسسات كثيرة (في الوم أ مثلا) لا تعتمد دوريا على أدوات الفحص النفسي لتقييم الحالة النفسية لمن تعترم توظيفهم، وكذلك لفحص العاملين لديها من أجل تقديم الخدمات والبرامج العلاجية المناسبة عند الضرورة، فبالرغم من المكانة الهامة التي يحتلها العمل في حياة الفرد إلا أنه عندما يكون تنظيم العمل سيئا يمكن أن يؤثر ذلك سلبا على صحة العامل النفسية ورفاهيته، ففي دراسة أجريت سنة 2000 في 15 دولة أوروبية أكد فيها 56% من أفراد العينة أنهم يحسون بارتفاع عالي لنسق العمل، و 40% يشعرون برتابة في عملهم والبقية يفقدان السيطرة على مهامهم، وفي دراسة أخرى على القطاعات التجارية أكدت على أن 60% من عينة الدراسة يقولون بأن العمل يؤثر سلبا على صحتهم. (Valeyre, 2006, p73)

هذا ما يؤكد الدور الذي تلعبه الصحة النفسية بقطبيها (الإيجابي والسلبي) على أداء العامل وإنتاجيته داخل المنظمة، فموضوع الصحة النفسية في العمل تم تناوله على أنه مفهوم أحادي القطبية يعني الخلو من الإضطرابات النفسية والأمراض، وهو تناول قاصر دحضته الأدبيات النظرية في الصحة النفسية ولعل أهم منظور منظمة الصحة العالمية (PHW) .

حيث أكدت على أن الصحة النفسية تناول ثنائي القطبية من خلال الرفاه والضيق اي بمعنى أنها لاتتضمن الأعراض السلبية فقط بل أيضا وجود العناصر الإيجابية كما أوصى بها **massé et all** ، كما لاحظنا غياب مقاييس للصحة النفسية تقيس المفهوم من شقيه السلبي والإيجابي .

وتعرف منظمة الصحة العالمية 1946 الصحة النفسية بأنها " حالة تامة من الرفاه " .الإرتياح، الهناء، طيب الوجود، التمتع" بدني وعقلي للشخص وليس مجرد الخلو من المرض أو العجز.

(عطية بوزيدي، 2020، ص10-12)

كما يعرفها الزهران 2005 بأنها " حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك وليست مجرد غياب أو البرء من أعراض المرض النفسي " (نظيرة حمودة ، 2021، ص4).

فالصحة النفسية من جانبها الإيجابي (الرفاه النفسي) ،تعد من المفاهيم الحديثة التي تدخل الدراسات العربية بشكل غير كافي ، فعرف بأنه حالة وجدانية إيجابية تعكس شعور الفرد بالسعادة نتيجة لما يتعرض له من مصادر السعادة الشخصية متمثلة في الصحة الجسم ية والنفسية ووجود أهداف محددة وتقدير الذات والثقة بالنفس والتعليم والنجاح الدراسي والمستقبل المهني ومصادر السعادة الإجتماعية والمتمثلة في الحب الأسري والعلاقات الطيبة مع الأصدقاء .. (بن سميشة، 2020، ص127).

فالسعادة التي يشعر بها الفرد تشكل الهدف الأساسي للحياة البشرية ، فتحقيق الرفاهية من خلال الزيادة في الشعور بالسعادة ، كما تشير الرفاهية النفسية إلى ازدهار الفرد وتحقيق لإمكاناته وإستغلال قدراته إلى أقصى حد ممكن .

ونجد من بين أهم الدراسات التي تناولت موضوع الرفاه النفسي دراسة مروان الطاهر الزعبي (2009) " جودة علاقات العمل الإجتماعية وعلاقتها بمستوى الإلتزام الوظيفي والرفاه النفسي للموظفين " هدفت إلى بحث علاقة جودة علاقات العمل الإجتماعية (العلاقة بين الزملاء، والعلاقة مع الرؤساء ) بمستوى الإلتزام الوظيفي ومستوى شعور الموظف بالرفاه النفسي في العمل، طبقت على عينة 157 حالة ، وقد أشارت نتائج تحليل الانحدار إلى وجود علاقة إيجابية بين المستوى المرتفع للعلاقات الاجتماعية في العمل وكل من الإلتزام الوظيفي والشعور بالرفاه النفسي في العمل.

دراسة نسرين خوري " 2019" الرفاهية النفسية وعلاقتها بالذكاء الإنفعالي والتفاؤل وقد بينت الدراسة إرتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى أفراد العينة .التي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الرفاهية

النفسية والذكاء الإنفعالي والتفاؤل ، إختيار 147 طالب .وتوصلت إلى النتائج التالية ( وجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين درجات الطلاب في الرفاهية النفسية والذكاء الإنفعالي لدى طلبة الجامعة . وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الذكور والإناث في الرفاهية النفسية .

دراسة نسرين خوري " 2019" الرفاه النفسي عند المتقاعدين المصابين بالأمراض المزمنة لدى عينة من المتقاعدين المصابين بأمراض مزمنة وقد بينت الدراسة إرتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى أفراد العينة . ، إختيار 32 متقاعد .وتوصلت إلى النتائج التالية ( إرتفاع مستوى الرفاه النفسي لدى أفراد العينة ، مستوى عالي من الرفاه لدى أفراد العينة مقارنة بالأصغر سنا ).

دراسة "حمودة نظيرة (2020) بعنوان " الرفاه النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي " فقد استهدفت التعرف على العلاقة بين الرفاه النفسي والأداء الوظيفي لدى عمال الحماية المدنية بمدينة تفرت ، وإعتمدت المنهج الوصفي العلائقي وتم إختيار 90 عامل عن طريق الحصر الشامل وتوصلت إلى النتائج التالية (يوجد مستوى مرتفع في الرفاه النفسي لدى عمال الحماية المدنية بمدينة تفرت، لا توجد فروق دالة إحصائيا في الرفاه النفسي لدى عمال الحماية المدنية بمدينة تفرت تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية و الأقدمية والرتبة الوظيفية).

دراسة توجي عائشة (2020) بعنوان الرفاه النفسي لدى موظفي الملاحة الجوية للخطوط الجوية الجزائرية هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الرفاه النفسي لدى موظفي عينة 130 موظف إنتقائهم بطريقة عشوائية وأعتمد على المنهج الوصفي الإستكشافي ، وتم التوصل إلى النتائج التالية (هناك مستوى مرتفع من الرفاه النفسي في العمل لدى موظفي الملاحة الجوية بالخطوط الجوية الجزائرية ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي لدى موظفي الملاحة بالخطوط الجوية الجزائرية تعزى لمتغير الجنس (ذكر/أنثى).

و دراسة (carol.d.ryff,1989) بعنوان " معنى الرفاه النفسي " طبقت دراسته لعينة 321 مقسمة ما بين الشباب ومتوسطي العمر وكبار السن . و دراسة (peter.war,1990) .تمثل في قياس الرفاه النفسي وجوانب أخرى من الصحة النفسية توصف أدوات جديدة لقياس الرفاه ،العينة مكونة من 1686 لأصحاب الوظائف ، دراسة (vépartement dagenais–desmarais,2010) بعنوان " معرفة الرفاه النفسي في العمل " تهدف إلى تطوير تصور للرفاهية النفسية في العمل ، وهي دراسة إستكشافية طبقت على 20 عامل كندي .وتجريبي 1.080 في كيبك.

و دراسة (louise lambert,2015) بعنوان " الأطر التأسيسية لعلم النفس الإيجابي " يهدف إلى تحديد المفاهيم المختلفة للرفاه من خلال النظريات النفسية المعاصرة .



فمن خلال كل هذه الدراسات فإن للرفاه النفسي مكانة لدى مختلف المجتمعات والثقافات وسعى الجميع بوصفه هدفاً أسمى للحياة لإرتباطه بالحالة المزاجية والرضى عن الحياة وتقدير الذات وتحقيقها (سرميتي 2014، العنتري، 2017، ص189).

إلا أن الرفاه قد يتعرض للخطر عندما تكون المشاعر سلبية متطرفة أو طويلة الأمد تتدخل في قدرة الشخص على الأداء في حياته اليومية، (خوري، 2019، ص16)، وهذا ما يعرف بالضيق النفسي الذي يعتبر من المؤشرات السلبية للصحة النفسية ونظراً لقلّة الدراسات العربية والجزائرية خاصة، فهو حالة ذاتية تحوي أعراض مرتبطة بالقلق، العدوانية، الإكتئاب الهيجان، الإنهاك، الإنسحاب الإجتماعي، ومشاكل معرفية (massé et al.1998).

فالضيق النفسي عبارة عن "مجموعة من الأعراض السيكوسوماتية الملاحظة عند الفرد، والتي يستجيب لها الجسم ويقاومها في مختلف مواقف الحياة وتتمثل هذه الإستجابات في سلوكيات صادرة كالقلق والإكتئاب وكذلك عن اضطرابات معرفية الذاكرة والتركيز، التعب نقص في الإرادة، اضطرابات النوم." (bouterfas,2014,p37).

ومن بين الدراسات التي تناولت هذا الموضوع دراسة بوزيدي عصام، 2021 بعنوان "بناء نموذج تنبؤي للصحة النفسية في العمل لدى الأساتذة العاملين في المؤسسات التربوية"، بولاية الجلفة، والتحقق من مطابقته للواقع وتم تقدير الصحة النفسية من خلال مركبتها الإيجابية وتمثلت في أبعاد مقياس الرفاه النفسي لـ 1998. masse et all. ومركبتها السلبية من خلال أبعاد مقياس الضيق النفسي masse et all.1998 وأبعاد مقياس الإحترق المهني. ومقاييس أخرى، ودراسة فضيلي فتيحة بعنوان "بناء نموذج نظري للصحة النفسية في العمل" حيث أستندت على متغيرات مستقلة وغير مستقلة ووسيطية ومعدلة وعلى مؤشرات الصحة النفسية في العمل (الرفاهية، الضيق النفسي في العمل).

دراسة (hayasaka et ses collaborateurs,2007)، أشارو إلى أن ظروف العمل الفيزيقية مثل درجة الحرارة، الغبار، الإضاءة، التهوية والضوضاء تحفز على ظهور الضيق النفسي وأن بيئة العمل الغير مرضية للفرد تزيد من إمكاني ظهور الضيق النفسي، ودراسة (2003), marchand et all حيث كشفوا في دراساتهم بأن الحجم الساعي الغير منظم، وساعات العمل الطويلة تساهم في ظهور أعراض الضيق النفسي.

دراسة (2006) Mursula et al أكدت أن عبء العمل يزيد من معدل الغيابات المرضية وغيرها من العوامل التي إهتمت بها الدراسات الأجنبية والتي تكون سبب في ظهور الضيق النفسي. ومما سبق فإن الصحة النفسية لم تقتصر على الأعراض المرضية كالقلق والإكتئاب وإنما تم تناول المظاهر الإيجابية كذلك.

وفي دراستنا سيتم قياس الصحة النفسية من خلال المركبين ، الإيجابية والمتمثلة في الرفاه النفسي والمركبة السلبية من خلال أبعاد الضيق النفسي لفئة عمال مفتشية العمل بورقلة والتي تتمثل مهمتهم في حماية تطبيق قانون العمل الصادر من طرف الدولة الجزائرية ف هي مكلفة بالمراقبة و التفتيش ، تقديم المعلومات و الإرشاد و مساعدة العمال و مستخدميهم ، إجراء المصالحة و تبليغ النصوص التشريعية و إعلام الجماعات المحلية و الإدارة المركزية بظروف العمل و مدى تطبيق النصوص التشريعية و التنظيمية.فأي تقصير وخرق للأحكام التشريعية والتنظيمية يوجه إنذارات وتحرير محاضر مخالفة في المؤسسات الوطنية أو الخاصة أو الأجنبية. هذا من جهة ، إضافة للأعمال الإدارية الأخرى التي يقوم بها العامل وغيرها من المهام الموكلة له، ونظرا للدور الكبير ال ذي يلعبه إلا أنه يواجه صعوبات وضغوط في العمل التي تؤثر على صحتهم النفسية وكذا علاقاتهم الإجتماعية

ومن هذا المنطلق تم صياغة مشكلة بحثنا في هذا السؤال العام التالي :

ما مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي،الضيق النفسي) لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة؟.

وعليه نطرح تساؤلات الدراسة :

- 1-مامستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة؟
- 2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس ؟ .
- 3-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لتغير الحالة الإجتماعية؟ .
- 4-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية؟.

## 2-فرضيات الدراسة :

- 1 -ما مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة ؟
- 2 -توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .
- 3 -توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لتغير الحالة الإجتماعية .
- 4 -توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.

## 3-أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة في أهمية الموضوع في حد ذاته ألا وهو الصحة النفسية في العمل وفي آثاره ونتائجه، على الفرد والمنظمة وماهي الإضافات التي يمكن أن تقدمها هذه الدراسة في مجال البحث العلمي وبالأخص مجال علم النفس عمل وتنظيم ويمكننا تقسيم أهمية الدراسة إلى:

### أ-الأهمية النظرية :

- \* تسليط الضوء على موضوع الصحة النفسية في العمل وأهميته الكبيرة في العمل .
- \* إثراء المكتبة العلمية بمعلومات ومعارف جديدة فيما يخص موضوع الدراسة ، خاصة مع قلة الدراسات التي تتناول هذا الموضوع بالأبعاد المدروسة .
- \* نتوقع أن تساهم النتائج المتحصل عليها في الدراسة الحالية في ظهور دراسات أخرى تثري المكتبة العلمية .
- \* أهمية العينة التي تناولتها الدراسة .

### ب- الأهمية التطبيقية :

- \* تعتبر هذه الدراسة من الدراسات القليلة التي نحاول من خلالها التعرف واقعيا على مستوى الصحة النفسية في العمل بمركبيها الإيجابي والسلبي (الرفاه النفسي و الضيق النفسي). فإذا كان الرفاه مرتفع عن الضيق فالصحة النفسية جيدة فيكون التعزيز ، وإذا كان العكس فالصحة النفسية سيئة ،وهنا تستلزم تقديم النصح والإرشادات المناسبة .

\* كذلك الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية من خلال تقديم توجيهات وتعميمها على كامل المفتشيات العمل بالجزائر من أجل مساعدة العمال على تحقيق صحة نفسية جيدة في العمل وبالتالي أداء جيد .  
\* توفير أداة لقياس الصحة النفسية في العمل بمركبيها الثنائي.

#### 4- أهداف الدراسة : تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق مايلي :

□ التعرف على مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي ) لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة.

□ التعرف على الفرق في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي ) في العمل لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس، الحالة الإجتماعية، الأقدمية.

#### 5- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة وأبعادها :

1.5- الرفاه النفسي: التعريف الإجرائي : هو ذلك الشعور الإيجابي الذي يتميز به عمال مفتشية العمل والتمثل في التحكم في الذات والأحداث،السعادة في العمل،الإندماج الإجتماعي،تقدير الذات،التوازن العقلي،العلاقة الإيجابية مع الآخرين، والتي يعبر عنها بالدرجة التي يتحصل عليها المفحوص من خلال إجابته على فقرات مقياس الرفاه النفسي (لماسي وآخرون 1998) المطبق في الموسم الجامعي 2021-2022.

#### 2.5-أبعاد الرفاه النفسي :

- أ- السعادة في العمل : هو ذلك الشعور بالإرتياح والسرور أثناء أداء العامل لعمله .
- ب - الإندماج الإجتماعي : هو قدرة العامل على التكيف والإنسجام والتعامل مع الظروف الإجتماعية .
- ت - تقدير الذات : هي تلك السمة أو الصفة الشخصية التي يمتلكها العامل والتي بدورها ترتبط بإحترامه لنفسه ومهارته .
- ث - التوازن العقلي: وهو ذلك التفكير المتزن الذي يتميز به العامل في تسييره لحياته .
- ج - التحكم في الذات والأحداث : هي قدرة الفرد على ضبط نفسه والسيطرة عليها وسط الظروف الحياتية .
- ح - العلاقة الإيجابية مع الآخرين : هي إمتلاك الفرد علاقات عالية الجودة مع الآخرين

3.5- الضيق النفسي: التعريف الإجرائي : هو شعور العامل بعدم الإرتياح من جراء الأحداث الضاغطة والتي تتسبب في ظهور أعراض والمتمثلة في القلق والإكتئاب ،الهيجان والعدوانية،الإستنزاف الذاتي، الرغبة في الإنفصال والتي يعبر عنها بالدرجة التي يتحصل عليها المفحوص من خلال إجابته على فقرات مقياس الضيق النفسي (لماسي وآخرون 1998) المطبق في الموسم الجامعي 2021-2022.

#### 4.5- أبعاد الضيق النفسي :

- أ- الإستنزاف الذاتي : هو ذلك التفكير السلبي الذي يستهلك قدرة العامل .
- ب- الهيجان/العدوانية: هي قابلية وسرعة غضب العامل إتجاه الزملاء.
- ج- القلق/الإكتئاب: هي حالة إنفعالية يتعرض لها العامل عندما يشعر بخوف أو تهديد أو حزن .
- خ -الرغبة في فك الإرتباط الإجتماعي (الإنفصال): هو إنسحاب أوانعزال العامل عن كل مايحيط به .
- 6- حدود الدراسة : تتحدد هذه الدراسة بشريا وزمنيا ومكانيا في إطار الحدود التالية :
- 1 -الحدود البشرية : تتمثل الحدود البشرية لهذه الدراسة في عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة .
  - 2 -الحدود الزمنية : تم تطبيق هذه الدراسة في الفترة الممتدة من فيفري إلى 25 ماي خلال الموسم الجامعي 2021-2022 م.
  - 3 -الحدود المكانية: تتحدد مكانيا هذه الدراسة مكانيا في المفتشيات العمل والمتمثلة في : المفتشية الولائية بورقلة، المفتشية الولائية غرداية، المفتشية الولائية الوادي، المفتشية الولائية الأغواط .

## الفصل الثاني : الصحة النفسية في العمل

### ومركباتها

- تمهيد

- 1 التطور التاريخي لإشكالية الصحة النفسية في العمل
  - 2 مفهوم الصحة النفسية في العمل
  - 3 خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية
  - 4 النظريات المفسرة للصحة النفسية
  - 5 مقاربات الصحة النفسية في العمل
  - 6-مركبات الصحة النفسية في العمل
- مفهوم الرفاه النفسي
- مفهوم الضيق النفسي

تمهيد

يعتبر مفهوم الصحة النفسية في العمل من المفاهيم الواسعة جدا . والكتابات التي أحصيت حول المفهوم كانت تركز على الأعراض للصحة النفسية كالقلق، الإكتئاب، الضغط المهني، الضيق والشدة، الإرتياح والرضا، الإستقلالية، إشباع الحاجات والدافعية، الولاء ..مما يصعب معرفة من يتمتع بصحة نفسية جيدة، ولقد أكد أنه لتقديم أي إستراتيجية تدخل لعلاج الصحة النفسية أو الوقاية يجب أولا تقديم مفهوم واضح للصحة النفسية في العمل .ففي هذا الفصل سوف نتطرق إلى مفهوم الصحة النفسية في العمل ، نظرياتها ومقارباتها ،مركباتها ...

1- التطور التاريخي لإشكالية الصحة النفسية في العمل:

إن البدايات الأولى للإهتمام بصحة العمال ظهرت مع بداية القرن العشرين في الأدب الأمريكي ، تبعاً للثورة الصناعية وما صاحبها من تطور تكنولوجي في مختلف المؤسسات الصناعية، ولم يقتصر هذا التغيير في طبيعة العمل، ولكن أيضا في الظروف الاقتصادية والإجتماعية في العالم الغربي (Holt,1990)، ولغاية سنوات 1960، إنتشر إستعمال الآلات والتكنولوجيات الحديثة وبعض المواد الخطيرة المصنعة، وهنا حاول الباحثون البحث في إشكالية وجوب تسهيل اوتشجيع النظام التaylorي، هذه الأخيرة ترمز إلى إستخدام تنظيم العمل، وحسب (Selon Wallon(1930) ، فإن تنظيم العمل يجتهد أن يفصل الفكر والحركة من منظور إنتاجي أو زيادة الأداء، وتودي إلى تحسين مركبات الإشباع لدى العاملين . ولاقت نظرية تنظيم العمل لتaylor إنتقادات في طريقة تعاملها مع الإنسان العامل، وتقليل دوره لحساب الآلة، (Davezies, 1997, p . 89)

وشهدت الفترة من نهاية 1960 إلى منتصف 1980 تحولا كبيرا، هذه الحقبة شهدت بروز صراع عمالي حول ظروف العمل بين نقابات العمال وأرباب العمل، وواجهت المؤسسات خطر دوران العمل في المصانع، وتم الإعتراف بضرورة سن قوانين لتحسين ظروف العمل، وبعده حصلت تطورات إجتماعية وسياسية ساهمت في تغليب المنطق الإنساني والإنتاجي بعد أن كان هذا الأخير هو السائد في المؤسسات، وسعى المهتمون بصحة العامل إلى تحسين موارد الأفراد لمواجهة التحديات المتسارعة بهدف تحسين الأداء وإنتاجية المنظمة، واليوم المهنيون بدؤو يهتمون أكثر فاكتر برفاهية العمال وأيضا صحتهم الجسمية (Bouterfas, N., .23) ,2014, p

وحسب (Holt, 1989) هذه التغييرات أدت إلى ظهور حركية إتسمت بحدثين تاريخيين هما : أعمال Selye(1956) حول الضغط المهني، وساعدت هذه الأعمال في التحقق هل الأمراض كالقرحة المعدية، والضغط الدموي، التي وصفت بالأوبئة هي ناتجة عن تعرض الأفراد للضغط في العمل، والحدث الثاني سنة 1970 وهو إتفاق الصحة والسلامة المهنية في الولايات المتحدة الأمريكية ويهدف إلى ضمان توفير محيط خالي من الأخطار المهنية، وأنشئت في السنة الموالية المعهد الوطني للصحة والسلامة المهنية (NIOSH)، وهو يهتم بوضع معايير الصحة في مراكز

لعمل، وبمرور السنوات إستطاع هذا المعهد تطوير إستراتيجيات وقائية من الإضطرابات النفسية والعقلية، وتم تنظيم مؤتمر للصحة النفسية في العمل سنة 1990، بالشراكة مع جمعية علم النفس الأمريكية (APA) أما الأعمال في أوروبا وفرنسا تحديدا، كانت أكثر قدما حول الصحة في العمل وتعود إلى بدايات القرن 18، حيث بين (Vatin 1990) في مؤلفه أن العمل أصبح موضوعا للبحث العلمي بداية من الدراسات التي تقارن بين الإنتاج الآلي للإنسان وإنتاج الآلة الصادر من فيزياء العمل، هذا المنحى الآلي أصبح موضوع دراسة فيزيولوجية لمعرفة كمية الطاقة التي يحرقها الجسم اللازمة الأداء عمل معين، مرتكزة على أعمال Lavoisier، وفيزيولوجيا العمل هي التيار العلمي السائد بين القرنين 19 و20 ميلادي وتغيرت تسميتها إلى علم النفس الفيزيولوجي وظهرت دراسات حول العلاقة بين العمل الذهني والبدني وأثرهما الفيزيولوجي، ومنه أخذ التيار العلمي طابعا إقتصاديا واجتماعيا إهتم بالفرد العامل، هذا ماسمح بظهور علم تسيير العمل، ولقد أوضحت الباحثة (Billiard 1998) في أطروحتها حول تاريخ علم نفس العمل في فرنسا أن محاولات علم النفس الفيزيولوجي كانت فاشلة وذلك يعود حسبها لسببين وهو غياب مفاهيم ملائمة للإنهاك والتعب في ذلك الوقت، وأيضا لحدائثة الإختبارات النفسية والإحصاء ومنه فإن الإهتمام أصبح مركزا تدريجيا حول علم النفس التقني أكثر من إشكالية علم النفس الفيزيولوجي الذي طويت صفحاته كتخصص علمي حسب الباحثة سنة 1920، وظهر مايسمى بعلم النفس المرضي في العمل وخصصت فصلا في دراستها حول هذا الحدث. (جفال مقران ودوقة أحمد، 2017)

إن عودة الإهتمام بموضوع الصحة في العمل في الولايات المتحدة الأمريكية من خلال البحوث التي دعمها مركز NIOSH حول الضغط المهني، ولقد تطورت الأعمال حوله حيث تم الكشف عن عوامل بيئة العمل الموضوعية المسببة للضغط كالضوضاء، وقت وكمية العمل، وأيضا الإهتمام بالعوامل النفسية والإجتماعية المحيط العمل كالعلاقات بين الأفراد، الإستقلالية في إتخاذ القرار والدعم الإجتماعي .. وهي محددات للصحة النفسية في العمل، وتوصل الباحثون لوجود علاقة إرتباطية خطية بين مصادر الضغط وأعراضه على صحة الفرد.

ونظرا لغياب تعريف واضح للصحة في العمل، ل جأ بعض الباحثين إلى القيام بإحصاء المحددات الأساسية للصحة في العمل تكون بالدرجة الأولى انطلاقا من الأفراد الذين لديهم استشارات عند الطب العقلي وبالتالي المعاناة من اضطرابات نفسية خطيرة، إضافة الى التركيز على تصنيف موحد و انماط الشخصية المختلفة التقييم الصحة النفسية في العمل، أما النوع الثاني من المؤشرات فهو استعمال العلاج العيادي ويكون الثالث عن طريق استعمال أدوات التقييم الذاتي الأعراض المرضية، هذه الأخيرة تسمح بقياس إما الارتياح النفسي أو الضيق النفسي بصفة عامة أو أبعاد خاصة بالصحة العقلية مثل الاكتئاب، القلق و تقدير الذات، و يتمثل النوع الرابع في الاعتماد على مؤشرات الفعالية الوظيفية التي تكشف عن قدرات الفرد



للاستجابة لمتطلبات المهام و القيام بالنشاطات المقدمة له، فبعض المؤشرات المستعملة في الواقع عادة ما تكون تقيس الرضا عن العمل أو جد متخصصة، تقيس جانب فقط من الوظائف، و السلوكيات مثل التغيب و الأداء المنخفض. و النوع الخامس من المؤشرات يتمثل في المؤشرات الايجابية للصحة في العمل التي تختلف عن المؤشرات السابقة و هي الأكثر أهمية منها تتمثل في النمو الذاتي ، تحقيق الذات تحقيق الأهداف المقيمة من طرف الفرد و قدرات التكيف. (عطية بوزيدي، 2020، ص20)

ومنه نستخلص أن موضوع الصحة النفسية في العمل لقي إهتمام كبيرا، لما له الدور الكبير في تحسين إنتاج المؤسسات من خلال الإهتمام بصحة العاملين وهذا مايفسر توافر المؤلفات والدراسات حوله .

## 2- مفهوم الصحة النفسية في العمل :

لقد ركزت كثير من الدراسات حول الصحة النفسية على المؤشرات أو الأعراض السلبية وطرق التدخل لعلاجها، وهو غير كافي لوصف تركيبة الصحة النفسية، ولعرض مفهوم الصحة النفسية في العمل، علينا الإجابة على التساؤل التالي: ماذا يقصد بالصحة النفسية في العمل؟

يعرفها حامد الزهران الصحة النفسية (2005) على أنها " حالة دائمة نسبيا يكون الفرد فيها متوافقا نفسيا مع نفسه وبيئته ويشعر بالسعادة مع نفسه والآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة ، حسن الخلق ، يعيش في سلام وأمان.

ويصفها مصطفى فهمي (1987) على أنها تتضمن مفهومين، الأول يشير إلى البرء من أعراض المرض النفسي أو العقلي، في حين المفهوم الثاني يشير إلى التوافق مع النفس، ومع المجتمع، وهذا يؤدي إلى حياة خالية من التأزم والإضطراب، وملئة بالتحمس، (أحمد أبو أسعد، 2015)

ويعرفها عبد السلام عبد الغفار (1996) على أنها حالة تكامل طاقات الفرد المختلفة بما يؤدي إلى حسن إستثمارها، مما يؤدي إلى تحقيق وجود الفرد .

كما عرفها " 1946(OMS) حالة من الرفاهية الجسدية،العقلية،والإجتماعية...و ليس مجرد إنعدام المرض أو العجز"

وعرفها FOUCHER (2004) هي قدرة الفرد على التكيف في أماكن العمل وفي الوسط الذي يتواجد فيه". (فتيحة فضيلي ، ص2)

وعرفت المنظمة العالمية للصحة (1946) حالة من الرفاه الكاملة ، جسدياً أو بدنية وعقلية للشخص ولا يجب إختزالها في مجرد غياب المرض أو العجز (عصام بوزيدي، 2020، ص25)

ونستخلص مما سبق أن معظم الباحثين يتفقون على أن الصحة النفسية هي توافق الفرد مع نفسه وبيئته وانها حالة إيجابية تتضمن التمتع بصحة العقل والجسم وليست مجرد غياب أو خلو من أعراض المرض النفسي .

**3- خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية :** لكي يمكن القول أن فرداً ما يتمتع بقدر وافر من الصحة النفسية يجب توفر بعض الخصائص منها:

**\*التوافق ويضم جانبين:**

أ- **التوافق الاجتماعي:** ويشمل التوافق الأسري والمدرسي والمهني والاجتماعي بمعناه الواسع.

ب- **التوافق الشخصي:** وهو الرضا عن النفس.

**\*الشعور بالسعادة مع النفس :** ودلائل ذلك الراحة، الأمن، الثقة، احترام الذات، تقبل الذات، التسامح مع الذات، والطمأنينة.

**\* الشعور بالسعادة مع الآخرين :** ويظهر ذلك من خلال احترام الآخرين، إقامة علاقات اجتماعية، الانتماء للجماعة، التعاون مع الآخرين، تحمل المسؤولية الاجتماعية، حب الآخرين والثقة بهم.

**\*تحقيق الذات واستغلال القدرات :** يظهر في فهم النفس التقييم الواقعي للقدرات والإمكانيات، تقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعياً، تقدير الذات ، وبذل الجهد في العمل والرضا عنه والكفاية والانتاج.

**\* القدرة على مواجهة مطالب الحياة: والذي يتم بـ:**

- النظرة السليمة للحياة ومشاكلها .

- العيش في الحاضر والواقع.

- بذل الجهد في حل المشاكل.

- القدرة على مواجهة الإحباطات اليومية

- تحمل المسؤوليات الشخصية والاجتماعية.

- الترحيب بالأفكار الجديدة.

- السيطرة على البيئة والتوافق معها

\*التكامل النفسي: يتحقق من خلال:

-الأداء الوظيفي الكامل المتناسق للشخصية جسديا وعقليا واجتماعيا ودينيا .

- التمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي .- العيش في سلامة وسلام :يظهر في التمتع بالصحة النفسية والجسمية والاجتماعية ،الإقبال على الحياة والتمتع بها.،التخطيط للمستقبل بثقة وأمان .

(عايدة ناجي،2020، ص 504)

#### 4- النظريات المفسرة للصحة النفسية

##### 1.4-النظرية التحليلية Analytique Theory:

يرى مؤسس هذه النظرية سيغموند فرويد (Freud,s) أن الإنسان السوي والسليم نفسيا هو الإنسان الذي الأنا" لديه قدرتها الكاملة على التنظيم والإنجاز، ويمتلك مدخلا لجميع أجزاء "الهو" ويستطيع ممارسة تأثيره عليه ولا يوجد هناك عداء طبيعي بين الأنا والهو لأنهما منتميان لبعضهما البعض ولا يمكن فصلهما عمليا عن بعضهما في حالة الصحة . (سامر رضوان، 2009،ص35).

ويرى أصحاب التحليل النفسي أن الصحة النفسية الجيدة تكمن في قدرة الأنا على التوفيق بين أجهزة الشخصية المختلفة ومطالب الواقع، أو في الوصول إلى حل معقول للصراع الذي ينشأ بين هذه الأجهزة و مطالب الواقع، غير أنهم يرون أن الإنسان لا يستطيع أن يصل إلى تحقيق جزئي ل صحته النفسية إذ لا يستطيع الإنسان أن يحصل على السعادة والتقدم معا وبشكل كامل وإذا حدث أن نتمرد وتنشق الدوافع والغرائز اللاشعورية المجتمعة في الهو يتولد ما يسمى بالاضطراب النفسي في حين تكون متناسقة في حالة الصحة النفسية. ( عبد السلام عبد الغفار، 2001،ص31).

فنظرية التحليل النفسي تبين بان الصحة النفسية الجيدة تتحقق للفرد عندما يكون هناك توازن بين الأنا والهو والأنا الأعلى وأن أي خلل في عدم موازنة الأنا بين الهو والأنا الأعلى يحدث اضطراب للصحة النفسية .

#### 2.4- النظرية السلوكية Behavioral Theory:

تعتبر النظرية السلوكية أن السلوك الإنساني ما هو إلا مجموعة من العادات تعلمها الفرد أو اكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، وتتحكم في تكوينها قوانين الدماغ، وأن الاضطراب الانفعالي ناتج من العوامل التالية:

- الفشل في اكتساب أو تعلم سلوك مناسب.
- تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة أو مرضية.
- مواجهة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع معها اتخاذ قرار مناسب.

وعلى نحو أكثر تحديدا يعتقد السلوكيون أن السلوك الشاذ ينمو عن طريق الاشتراط، وإنه عن طريق استخدام مبادئ الاشتراط يمكن أن ينتج الشفاء . وبكلمات أخرى، يقوم المعالج السلوكي ع لى افتراض أن الاشتراط الكلاسيكي و الاشتراط الإجرائي يستطيع تغيير سلوك غير مرغوب إلى نموذج أكثر مرغوبة من السلوك (حسين فايد، 2004، ص64).

وعليه فإن حسب هذه النظرية يتم تفسير السلوك وفق ما يحدث من تغيرات فيزيولوجية عصبية، يعبر عنها بالمثير والاستجابة، وأن الارتباط بينهما ارتباط فيزيوكيميائي والمحور الرئيسي لهذه النظرية هو عملية التعلم، وأن نمو الشخصية وتطورها يعتمد على التدريب والتعلم.

ومن أهم ممثليها دولارد (Dollard) وميلر (Miller) وسكينر (Skinner) وأيزنك (Ayznek) وتقرر هذه المدرسة أن سلوك الفرد هو محصلة التفاعل العادة مع الدافع " السلوك = العادة × الدافع " أي استجابة للحافز مضافا إليه اهتمامات الشخص ورغباته ومشاعره والشخص السوي هو الذي تعلم واستجاب بالأسلوب الصحيح، في حين أن الممرض النفسي هو تعلم خاطئ، أو "عادة متعلمة سيئة" (محمد عبد الله، 2004، ص203).

ووفقا لهذا التوجه فإن الصحة النفسية السليمة للفرد ما هي إلا مجموع العادات والسلوكيات الفعالة والمناسبة التي اكتسبها الفرد من محيطه، وعبر مراحل نموه، والتي تساعد على إشباع حاجاته وتحقيق طموحه بشكل مقبول اجتماعيا، يأخذ بعين الاعتبار ثقافة المجتمع وعاداته، مما يؤدي إلى تناسق مطالب الفرد ومطالب المجتمع، وبهذا فإن سلوكيات الفرد الظاهرة واستجاباته للمواقف المتباينة، واتخاذها لمختلف القرارات يكون سليما ومتجانسا فعلا وواقعا، مما يدل على أن الفرد في هذه الحالة يتمتع بالصرحة النفسية.

### 3.4- النظرية الوجودية:

تعني الوجودية محاولات الشخص أن يحس بوجوده من خلال إيجاد معنى لهذا الوجود، ثم يتولى مسؤولية أعماله الخاصة كلما حاول أن يعيش طبقا لقيمه ومبادئه

ومنه اهتم الاتجاه الوجودي بالأجزاء الغير النامية من الشخصية على عكس التحليل النفسي وعلم النفس الفرويدي ينطلق التحليل الوجودي من الإنسان السليم، ويعتبر المرض شكلا قاصرا من الصحة، ويتجنب التحليل الوجودي الحديث عن عصابات وتضررات الإنسان. ويؤكد على أنه حتى في العصابات يمكن إيجاد مساحات متدرجة من الحرية ينبغي توسيعها وهو المبدأ الذي ينادي به أنتونوفسكي كذلك.

وعندما يقود المريض على أساس الأجزاء السليمة الباقية من نفسيته نحو الاعتراف بنفسه وبالعالم، أو توكيد ذاته والعالم، بدلا من البحث في أعماقه عن دوافع شاذة أو عن الصدمات التي لا يمكن إصلاحها أو عن مشاعر النقص، فإنه يشعر بأنه مفهوم بشكل أفضل

ويؤكد أصحاب الاتجاه الوجودي على خمسة مبادئ أساسية في تفسير السلوك المرضي

- السياق: أي الموقف والمجال الذي يحدث فيه السلوك في ضوء خبرة الشخص نفسه.

: الهدف: لأن لكل سلوك (سوي أو مرضي) غاية وهدف، فهو بمثابة وظيفة في حياة الشخص. • الدراما الشخصية للعلاقة المتبادلة بين الشخص والآخرين : فكلما كانت هذه العلاقة مضطربة كان ذلك دليل الاضطراب النفسي.

• الأحداث الحاسمة والحرجة: التي يمر بها الشخص في ضوء مرحلة نموه.

• تجسيد السلوك المرضي: وتعبيره عن الشخصية بكاملها وبكل مقوماتها.

في حين يضع الفلاسفة الوجوديين خمسة معايير للصحة النفسية:

• الفرد المتمتع بالصحة النفسية هو القادر على خلق حالة من الاتزان بين الأشكال

الثلاثة للوجود: الوجود المحيط بالفرد، الوجود الخاص بالفرد، والوجود المشارك في العالم.

• تتطلب الصحة النفسية الالتزام بالنسبة إلى الحياة والسعي وراء الأهداف التي يختارها الفرد.

• قدرة الفرد على تحمل مسؤولية حياته.

• توحيد أو تكامل الشخصية. و أخيرا تتحقق الصحة النفسية من خلال الشعور الذاتي أو إدراك الذات من

خلال الإرادة. (قدورنوبيات، 2013، ص78)

فإن لم يستطع الفرد أن يدرك معنى الوجود، ولم يشعر بالحرية ولا يتحمل مسؤولية أعما له واختياراته، ولا يتقبل نواحي ضعفه، أو غير مدرك للتناقضات فذلك يعني الاضطراب النفسي، والصحة النفسية السيئة .

#### 4.4- النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن الصحة النفسية هي مدى تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً، سواء لتحقيق حاجاته النفسية كما عند (ماسلو) أو المحافظة على الذات كما عند (روجرز) حيث يقوم هذا المنحى على ثلاث معتقدات أساسية هي

- أن الإنسان خير بطبيعته أو على الأقل محايد، وأن المظاهر السلوكية السيئة أو العدوانية تنشأ بفعل ظروف البيئة.

و أن الإنسان حر ولكن في حدود معينة، فهو حر في اتخاذ ما يراه من قرارات، وقد يكون هناك مواقف وظروف تحد من حريته.

- التأكيد على السلامة أو الصحة النفسية، الدراسة النفسية يجب أن تتوجه إلى

الكائن الإنساني السليم وليس الأفراد العصائيين أو الذهانيين.

ويعتبر كارل روجرز أحد أهم أعمدة المنحى الإنساني أن الفرد يمر في حياته بخبرات عديدة، والخبرة في كل شيء، أو موقف يعيشه الفرد في زمان ومكان معين ويتفاعل الفرد معها وينفعل بها، يؤثر فيها ويتأثر بها. والخبرة متغيرة ويحول الفرد خبراته إلى رموز يدركها وقيّمها في ضوء مفهوم الذات، وفي ضوء المعايير الاجتماعية أو يتجاهلها (على أنها لا علاقة لها ببنية الذات)، أو ينكرها أو يشوهها (إذا كانت غير مطابقة مع بنية الذات)، والخبرات التي تتفق وتتطابق مع مفهوم الذات ومع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى الراحة والخلو من التوتر وإلى التوافق النفسي (حامد زهران، 1997، ص 70).

أما ماسلو فيعتقد أن الإنسان خير بطبعه، ويحدد الوسائل التي يستطيع الناس من خلالها تحقيق جهودهم على الرغم من إحباط ومصادر القلق في المجتمع المعاصر وعرف هذه العملية بتحقيق الذات، وأعظم مساهمة له في بناء هرم الحاجات

ويرى أن السبب الأول للمشكلات النفسية هو: الفشل في إشباع الحاجات الأساسية مثل الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمن والحب والتقدير وتحقيق الذات . (قدور نوبيات، 2013، ص 82 )

ومنه يمكن القول أن الصحة النفسية حسب هذا المنحى تكمن في تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً، وذلك بالمحافظة على الذات، كما هو عند روجرز، أو تحقيق الحاجات كما هو عند ماسلو، ويكون الاختلاف في مستويات الصحة النفسية تبعاً لاختلاف ما يصلون إليه من مستويات في تحقيق إنسانيتهم.

5- مقاربات الصحة النفسية : ويستند البحث في الصحة النفسية في العمل على ثلاث مقاربات أو تناولات.

1.5- المقاربة السببية : وجاءت من العلوم التجريبية وتستند على تنظيم العمل، لأنها وضعية موضوعية وليس ديناميكية. تهدف إلى تقدير اسباب الصحة النفسية بواسطة الاستبيان، هذه المؤشرات متصلة بعوامل داخلية في العمل (العبء في العمل)، صعوبات ممارسة الدور في المنظمة ( الصراع في العمل)، العلاقات الاجتماعية ( العلاقات بين الأفراد مضطربة)، تطوير المسار المهني (انعدام الأمان الوظيفي)، والى المناخ التنظيمي (التسيير أوتوقراطي أو تشاركي)، ومن خلال تحديد هذه العوامل الخاصة بالصحة النفسية استطاع الباحثون تصميم نماذج خطية سببية تتضمن العديد من التقسيمات لحالات العمل ، ومن خلال دراسات كمية يتم فحص هذه العوامل، وحسب هذه المقاربة فالفرد يعمل في بيئة عدوة تسبب الأذى إذ أنه من الضروري تحديد هذه العوامل المرضية المختلفة قصد إزالتها والتنبؤ بظهور مشكلات الصحة النفسية في العمل .

2.5- المقاربة المعرفية: تستند هذه المقاربة إلى مبادئ علم النفس المعرفي، مشكل الصحة النفسية ينظر إليه على أنه فشل تكيف للفرد، وهي تبحث عن فهم لماذا بعض العوامل تولد أو تسبب انفعالات سلبية، ووفق هذا المنظور فإنه ينظر إلى مشكلات الصحة النفسية على أنها مرتبطة بتصورات الأفراد وليس العوامل المكونة لبيئة العمل النفسية والاجتماعية والتنظيمية، وهذه التصورات بدورها تتأثر بعدة عوامل بما فيها تصور الفرد لأهمية العامل هذا في حد ذاته، وتداعياته على حي اة الفرد والتهديد الذي يمثله، ومدى سيطرة الفرد لإحتواء الموقف، ومنه إمكانية التحكم فيه أو الفشل في ذلك، في هذا السياق العديد من البحوث التي حاولت تبيان تأثير مختلف ملامح الشخصية، أو المعتقدات وأيضاً المواقف في وجه الحياة بصفة عامة او في العمل بصفة خاصة ، هذه المقاربة تتمحور حول التصورات والمواقف الفردية التي تؤدي إلى تشجيع السلوكيات المتمركزة حول الفرد لعدم توفر التنظيم في العمل حسبها، أي أن استراتيجيات هذه المقاربة تتلخص في كونها تؤدي إلى جر الفرد لتغيير ادراكه وتصوراته حول التوترات والضغوطات المحتملة، ومنه تحسين استراتيجياته في التعامل مع عوامل الضغط، هذه المقاربة تتناول العوامل النفس مرضية الكامنة وراء الروابط المؤكد عنها من طرف المقاربة السببية لكنها مقيدة لأن مشاكل الصحة النفسية في العمل حسبها مرتبطة بفشل جهود الأفراد جهود في التكيف ، من مآخذ هذه المقاربة لاتعطي أهمية للفروقات الفردية في القدرة على مواجهة التوتر والقلق . (عصام بوزيدي، 2020، ص22،21)

3.5- المقاربة النفس-ديناميكية: المقاربة النفس ديناميكية المنبثقة من العلوم التأويلية أو التفسيرية، وحسبها الصحة النفسية هي التفاعل الديناميكي لثلاثة عقلانيات : الموضوعية، الذاتية، والإجتماعية، وتهدف لفهم العمليات النفسية التي يحدثها العمل، فالعقلانية الموضوعية تتطابق مع عقلانية المواقف بالنسبة لأهداف الإنتاج. ، ونعني به مجموع السلوكيات المرتبطة بتعليمات المشرفين في العمل، من حيث فارق التوقيت بين المهام المطلوبة والمهام الفعلية التي يقوم بها العامل، وهذا الفارق يمكن أن يؤثر على صحة الفرد او يك ون مصدر معاناة عقلية، ويكون اعتمادا على ما إذا كانت المنظمة تسمح للعمال بإبداء رأيهم والحكم على هذا التناقض الحادث الذي يسبب لهم المشكلات في الواقع العملي .والعقلانية الذاتية في محيط العمل تتعلق بمجموع مجهودات شخص بغية الحصول على هويته في العمل، حيث من المن اسب أن العمل يتماشى مع التمثيلات المعرفية التي يملكها الفرد عن نفسه ما يكفل له تكوين هويته المهنية والراقي بها، العقلانية الاجتماعية تماثل عقلانية الأنشطة والأعمال بالنسبة للمعايير الموضوعية، والقيم المشتركة.وتقوم "هذه القواعد بتحدي الطرق المقبولة لانجاز العمل بنفس الطريقة، وايضا بأفضل من ذلك، هم نتيجة النقاش والتبادلات بين العمال.. وهنا يقصدون مفهوم الفعالية، إذن حسب المقاربة النفس ديناميكية فإن مفهوم الصحة في العمل هو نتيجة لتفاعل (ديناميكي) بين الفرد والنشاطات والمهام في المؤسسة (نعني أهداف المنظمة)، وفريق العمل من زملاء ومشرفين، وعندما يختل أحد عناصر هذه الديناميكية أو التفاعل، تختل الصحة العقلية، هذه المقاربة تهتم بالتعرف على المركبات التي تسمح للعامل الحفاظ على التوازن على حساب الصعوبات التي يواجهها في العمل، عوض تحديد مختلف العوامل المحيطة بالرفاه او الضي ق في العمل . (عصام بوزيدي، 2020، ص23)

ومنه نستخلص بأن المقاربات الثلاث: المقاربة السببية تهدف إلى تقدير أسباب الصحة النفسية المتصلة بعوامل داخلية في العمل ، أما المقاربة المعرفية أن مشكل الصحة النفسية في العمل هو عدم تكيف الأفراد في العمل أما النفس ديناميكية تحسب أن الصحة النفسية هي تفاعل ديناميكي لثلاث عقلانيات الموضوعية والذاتية والإجتماعية وتهدف لفهم العمليات التي يحدثها العمل .

## 6- مركبات الصحة النفسية في العمل :

بعد التغيرات التي طرأت في مفهوم الصحة النفسية ، إستطاع بعض الباحثين أمثال Massé et al ، تقديم تعريف لها يشمل المركبات الإيجابية (الرفاه النفسي) والسلبية (الضييق النفسي) وفيمايلي سنفصل كل مركبة على حدى .



## 1.6 - تعريف الرفاه النفسي: psychological Well-being

\* لغة: في اللغة العربية يقصد بكلمة **Well-being** من الناحية اللغوية: خير، صالح، رفاة، سعادة وهذا ما أشار إليه ( البعلبكي، البعلبكي منير، 2008 ) أما في قاموس علم النفس: انشراح، رفاة، سعادة حسب (زهران، 1987، ص 564). (خوري، 2019، ص 30)

\* اصطلاحاً: اختلف الباحثون في تعريف الرفاه كل حسب مساره و منطلقاته ولن نجد له تعريف موحد، إلا أن هذا لا يمنع من وجود عناصر مشتركة بين مختلف هذه التعاريف وفي هذا الصدد تعرف مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة الأمريكية الرفاه بأنه: "نتيجة ايجابية لها مغزى عند الناس وكثير من قطاعات المجتمع فهي المؤشر الذي يوضح لنا ما إذا كان الناس يرون أن حياتهم تسير على ما يرام."

وجاء في تعريف (Ryff , 1995,P721) بأنه: "مجموعة واسعة من الأفكار الايجابية التي تشمل التقييمات الايجابية عن الذات و حياة المرء الماضية ( قبول الذات )، والشعور باستمرار النمو والتطور كشخص ( نمو الشخصية )، والاعتقاد أن حياة المرء هادفة وذات معنى (هدف في الحياة )، وامتلاك علاقات جيدة مع الآخرين (علاقات ايجابية مع الآخرين )، القدرة على إدارة المرء حياته والعالم المحيط به بفعالية (التمكن البيئي) والشعور بالقدرة على اتخاذ القرار الحكم الذاتي). ( فهاد المري، 2018، ص 344)

وحسب ديه ( 2012 ): استخدم مصطلح الرفاه النفسي لأنه شائع الاستخدام بين علماء النفس وهو "حالة من السعادة النفسية ولكنه لا يعني بالضرورة السعادة، كما أنه لا يتضمن مفهوم الدلال والترف والرفاهية، كما قد يفهم من استخدامنا لهذه الكلمة . وأضافت أنه عند الحديث عن فئة المرفهون نفسياً فإننا لا نقصد الناس الذين لا تخلوا حياتهم من المشكلات والاضطرابات وحتى الأمراض، وإنما لديهم صفات تمكنهم من الاستمرار مقارنة مع غيرهم ومواصلة حياتهم الهانئة رغم الظروف . (خوري 2019، ص30)

وتعرفه ميبيرج (Meeberg 1993): بأنه شعور الفرد بالرضاعن حياته بصفة عامة، وقدرته النفسية على الحكم عن حياته الخاصة بقناعة وحكمة، وقبول لصحته الجسمية والنفسية والاجتماعية كما يحددها هو بنفسه، أو من خلال التقييم الموضوعي من الآخرين بأن الظروف الحياتية لهذا الشخص جيدة وأمنة ولا يوجد ما يهددها.

- وعرفها روجيرسون Rogerson (1999) بأنها: العلاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته، وهذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر وأحاسيس الفرد ومدركاته، وأهمية دور البيئة والعوامل الثقافية .

وعرفها تري Tree (2009) بأنها النظرة الإيجابية والإقبال على الحياة، والاعتقاد بإمكانية تحقيق الأهداف والرغبات في الحاضر والمستقبل، واحتمالية حدوث الخير والجوانب الإيجابية من الأشياء بدلا من الانزلاق في الشر والجانب السيئ. (سارة السويلم، 2019، ص510)

ومن خلال مختلف التعاريف نستنتج بأن الرفاهية النفسية هو ذلك الشعور الداخلي الإيجابي الذي يتكون لدى الفرد والذي يعكس السعادة النفسية والرضى عن حياته والاعتقاد بتحقيق الأهداف والرغبات والقدرة على حل المشكلات وتقبل الذات .

### 1.1.6- تعريف الرفاه النفسي في العمل

تعرف الهيئة الاتحادية الإماراتية للموارد البشرية الحكومية الرفاه النفسي الوظيفي ( في الميثاق الوطني للسعادة و الإيجابية سنة 2016) « بأنه مجموعة من البرامج والمبادرات والخدمات التي تهدف لتعزيز وتحسين الصحة النفسية والجسدية والعقلية للموظفين، لما تمثله من أهمية في تطوير سلوكهم وأدائهم الوظيفي وإنتاجيتهم، وتحسين دافعيتهم للعمل مما ينعكس إيجابا على سعادتهم وولائهم وإنتمائهم المؤسسي الوظيفي حيث يمكن تحقيق الرفاه النفسي من خلال بيئة عمل سعيدة وإيجابية »

كما عرفته (Fisher 2014) بأنه «حالة ذهنية إيجابية ومرضية متعلقة بالعمل وتنتج سم بالقوة والتفاني والاستيعاب»

كثيرا ما يرتبط مفهوم الرفاه النفسي في العمل بمفهوم الرضا الوظيفي في الدراسات العربية و الأجنبية على حد سواء إلا أن جوهر الرفاه النفسي في العمل يتمحور حول المشاعر المرتبطة بالعمل حيث إن عددا من Eudaimonic البرنات النظرية في السلوك التنظيمي تظهر على الأقل تداخلا جزئية مع الرفاه النفسي، وتشمل هذه الأنشطة المشاركة في العمل، والازدهار، والتدفق، والتحفيز الجوهري بمعنى العمل . (عائشة توجي، 2020، ص45)

وتشير نظرية (وور) إلى أن الرفاه النفسي يقاس من خلال ما يوفره العمل من بهجة (Pleasure) واستثارة (Arousal). وتعني البهجة وجود مه مات يستمتع بها الفرد ويرغب في القيام بها (مثل مهمات متغيرة، ومهمات تحتاج إلى تعاون، و علاقات عمل جيدة، وجو من المرح، و تعامل مع آخرين، و... إلخ) مما يخلق جوا من البهجة والمرح في نفس الموظف . أما المهمات التي تحتوي على استثارة فهي مهمات تعمل على خلق حالة من الاندفاع و الترقب (مثل مهمات تحتاج إلى تفكير، وإبداع، وتحد، واستخدام مهارات معرفية متقدمة، وتعلم مستمر، ومتابعة للتطورات في الميدان، وم مسؤوليات عالية، و... إلخ) وتسبب خلق حالة من الاستثارة الدائمة والاندفاع المطرد لدى الموظف. (مروان الزغبى، 2009، ص469)

### 1.1.6- أبعاد الرفاه النفسي:

يتكون الرفاه النفسي طبقاً لنموذج " كارول ريف " والذي يندرج تحت مدخل " السعادة " من ستة عوامل أو أبعاد أساسية مرتبطة بعضها البعض وهي كالاتي :

#### \*الاستقلالية: Autonomy

تعرف كارول ريف ( 1989), وكارول ريف و بيرتون سينجر ( 1998 ), وكارول ريف وآخرين ( 2004) أن الاستقلالية تعني " الشعور باستقلال وتفرد الذات , وأن يكون الفرد قادر على مواجهة الضغوط الاجتماعية والتفكير والتصرف بطرق خاصة به وقدرته على تنظيم سلوكه من داخله و تقييم ذاته تبعاً لمعايير شخصية والاستقلالية بهذا المعنى تشير إلى تفرد الذات self determination وتقرير المصير " .

#### \*تقبل الذات: self acceptance

يشير علاء كلفلي ( 1990: 27) إلى أن: "تقبل الفرد لذاته يعني أن يتقبلها بإيجابياتها وسلبياتها وألا يرفضها أو يكرهها . لأن رفض الذات أو كراهيتها يترتب عليه عجز ال فرد عن تقبل الآخرين تقبلاً حقيقياً وتقبل الفرد لذاته لا يعني بالطبع الرضا السلبي عن الذات بل أن هذا التقبل لا يمنع من نقد ال فرد لذاته ومحاسبتها, وأن يقيم سلوكه باستمرار إلى أن يصل بالفرد لحالة من تطوير الذات , وهي تعنى ألا يقع الفرد بتقبله لذاته كما هي بل عليه أن يحاول تحسينها وتطويرها , والتطوير يحدث بتأكيد جوانب القوة ومحاولة التغلب على النفاث ومناطق الضعف والتخلص من العيوب والتقليل من أثرها على الأقل فتقبل الذات بداية لتحسينها لأن من يرفض ذاته لن يحاول تطويرها "

\*الهدف في الحياة: purpose in life تشير كارول ريف, C, Ryff وكارول ريف وبيرتون سينجر, C, Ryff and singer, B ومونيكا اردليت, M Ardlet: " أن الهدف في الحياة من أهم المؤشرات الدالة على الصحة النفسية والرفاهية النفسية, ويتضمن هذا المتغير معتقدات الشخص حول هدفه في الحياة و معنى حياته , كما أن مفهوم النضج Maturity يؤكد على الفهم العميق للهدف في الحياة وكذلك الشعور بالتوجه والقصد"

#### \*العلاقات الاجتماعية والايجابية بالآخرين : Positive Relationship with others

تشير كارول ريف, كارول ريف و بيرتون سينجر: " أن العلاقات الايجابية بالآخرين من أهم مؤشرات و معالم الصحة النفسية والرفاهية النفسية حيث تشير العديد من النظريات إلى أهمية العلاقات الذات شخصية الدافئة والموثوق فيها , فالأشخاص المؤكدين لذواتهم يوصفوا بأنهم يملكون مشاعر قوية من التعاطف والحب لكل الكائنات البشرية كما أنهم يمتلكون صدقات حميمة وهي أحد محكمات النضج.

( شند وآخرون, 2013, ص 676 )

\*التمكن من البيئة: Environmental mastery |

تعتبر كارول ريف القدرة على اختيار وخلق البيئة الملائمة لظروف الفرد وقيمة النفسية من أهم المؤشرات المحددة للصحة النفسية ومن المعروف أن الشخص الناجح يستلزم المشاركة في مجالات وأنشطة ذات معنى ودلالة تتخطى الذات , وتتطلب عملية النمو مدى الحياة والقدرة على الإدارة والتحكم في بيئة معقدة تشمل عددا كبيرا من الأنشطة الخارجية.

وتم تلخيص أبعاد الرفاه النفسي حسب ( Ryff and Singer , 2008 ) كالآتي :  
- \*الاستقلالية: وتشير إلى استقلالية الفرد وقدرته على اتخاذ القرار ومقاومة الضغوط الاجتماعية وضبط و تنظيم السلوك الشخصي أثناء التفاعل مع الآخرين . - التمكن البيئي، وهو قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف والتحكم في كثير من الأنشطة والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة وتوفير البيئة المناسبة والمرونة الشخصية

\* النمو الشخصي: وهو قدرة الفرد على تنمية وتطوير قدراته وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة والشعور بالتفاؤل - العلاقات الايجابية قدرة الفرد على تكوين وإقامة صدقات و علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من الود والتعاطف والثقة المتبادلة , والنقمة والتأثير , والصدقة والأخذ والعطاء - الهدف في الحياة قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والإصرار على تحقيق الأهداف - تقبل الذات. ويشير إلى القدرة على تحقيق الذات والاتجاهات الايجابية نحو الذات والحياة الماضية . وتقبل المظاهر المختلفة للذات بما فيها من جوانب ايجابية وأخرى سلبية. ( نظيرة ، 2021، ص 16)

إذا من خلال ما سبق ذكره يمكننا أن نستنتج أن الرفاه النفسي يتكون من ستة أبعاد أساسية فتوفرها لدى الفرد يجعله يشعر بالرفاه النفسي وبالتالي تحقيق صحة نفسية جيدة، والتي تتمثل في الاستقلالية والقدرة على اتخاذ القرارات والقدرة على التحكم وتنظيم ما يحيط به أي التمكن البيئي بالإضافة إلى النمو أو النضج الشخصي أي القدرة على تطوير الذات والقدرات الشخصية وتكوين علاقات اجتماعية ايجابية مع الآخرين، وأن يكون لديه هدف في الحياة التي يعيشها وتقبل الذات كما هي ومحاولة تطويرها للأحسن.

## 2.1.6- العوامل المرتبطة بالرفاه النفسي في العمل

- العوامل المرتبطة بالرفاه النفسي في العمل حسب "Griffin & Danna"

تشير الدراسات إلى أن الرفاه النفسي من المفترض أن يتأثر بثلاث مجموعات عامة من العوامل التقنية حسب كل من (Griffin & Danna,1999)

تتمثل في :

أ - السوابق: ترتبط مجموعة من العوامل بما يسمى بالسوابق و تتمثل في :

\*إعدادات العمل : فمن الواضح أن المخاطر الصحية، والمخاطر الأمنية، والمخاطر، من الممكن أن تخلق بيئة عمل خطيرة، والتي بدورها تؤثر سلبا على الصحة والرفاه بين العمال ، وبالنتيجة المباشرة، قد يؤثر غياب هذه المخاطر المختلفة تأثير إيجابية على الصحة والرفاه النفسي.

\*السمات الشخصية : حيث تلعب السمات الشخصية دورا في تحديد المدى الذي قد يعرض به أي فرد مؤشرات المستويات عالية أو منخفضة من الصحة والرفاه في بيئة تنظيمية معينة، فأكثر العوامل الشخصية التي تم بحثها على نطاق واسع هي نمط السلوك وموضع السيطرة ( Griffin1999 & Danna )

إن نمط السلوك من النوع A يعني عموما أن الفرد لا يقود سيارته، أو يكون قادرة على المنافسة، أو يشارك في الوظيفة، أو عدائية في حين تركز تدابير تحديد مواقع السيطرة على السيطرة المبتصرة، فالأشخاص الذين يطلق عليهم وصف "مركز الضبط داخلي " يعتقدون أن سلوكياتهم هي المحددات الرئيسية لما يحدث لهم ، و الأشخاص الذين لديهم مركز الضبط خارجي " يعتقدون أن التأثيرات الخارجي، مثل الحظ أو قوى أخرى، من العوامل الأكثر أهمية في تحديد ما يحدث في حياتهم (Fisher 2014).

\*الضغط المهني : فعلى نحو متصل ولكن متميز ، فإن الضغوط المهنية، الناشئة عن الإفتقار إلى الملائمة بين الإحتياجات الفردية و متطلبات البيئة، سوف تخلف أيضا تأثيرا مباشرة على صحة والرفاه الموظفين في العمل، وفيما يلي المصادر المحتملة للضغط المهني، كما تصورها (Marshall & Cooper1987):

-العوامل الجوهرية في المهمة بما في ذلك الحمل الزائد على العمل أو الحمل المنخفض، أعمال النقل، ساعات العمل الطويلة، و جودة بيئة العمل المادية؛ غموض الدور في المنظمة، والنزاع حول الأدوار ، ودرجة المسؤولية عن الآخرين، العلاقات في العمل مع الرؤساء والزملاء والمرؤوسين؛ انعدام الأمن الوظيفي والتطوير الوظيفي؛ الهيكل التنظيمي والمناخ بما في ذلك عدم المشاركة والتشاور الفعال وسوء التواصل ...

ب-النتائج : كما يحدد الإطار التنظيمي للعوامل المتعلقة بالرفاه في العمل مجموعتين مترابطتين من نتائج الرفاه في مكان العمل (Griffin & Danna1999) ، من خلال :

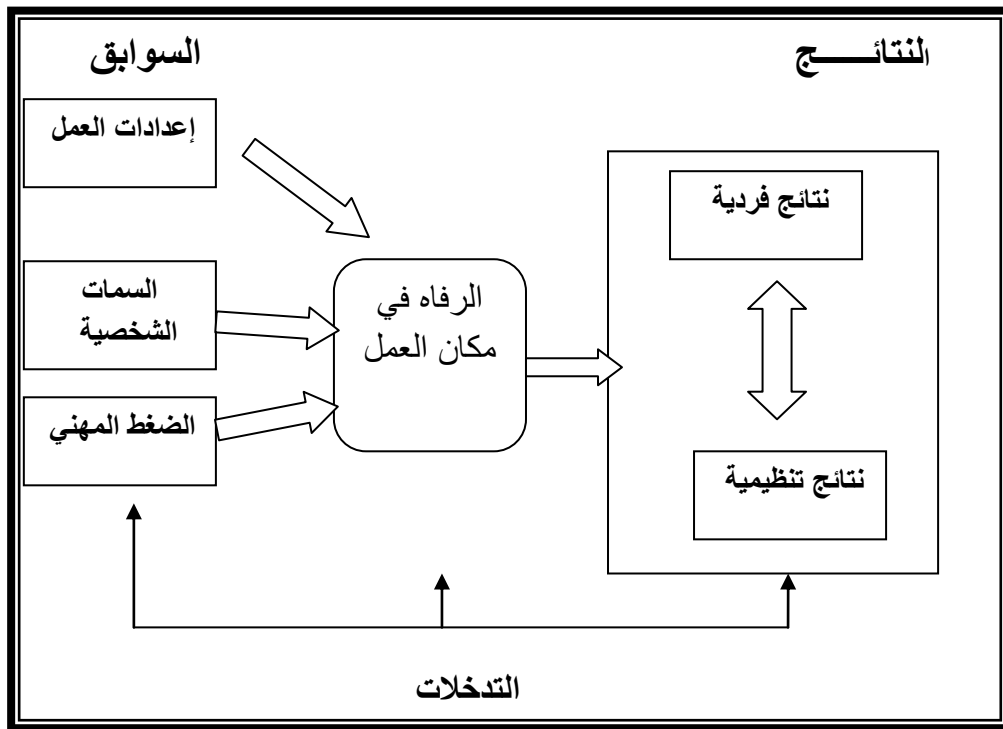
-نتائج مترتبة على الأفراد : ومن بين العواقب التي قد تترتب على الأفراد هي العواقب البدنية والنفسية والسلوكية.

- نتائج مترتبة على المنظمة : بما في ذلك تكاليف التأمين الصحي، و تدني الإنتاجية، و التغيب عن العمل، فهي أكثر إرتباطاً بالمنظمات ، وقد تكون العواقب المادية على المستوى الفردي مرتبطة بوضوح بالعواقب على المستوى التنظيمي.

ج-التدخلات : وأخيرا، يتم تسليط الضوء على دور التدخلات و تأثيرها المحتمل على كل من السوابق و النتائج في تحقيق الرفاه في مكان العمل، فعلى سبيل المثال، تم تنفيذ العديد من التدخلات الموجهة على

المستويين التنظيمي والفرد في محاولة لتحسين ظروف السلامة والعمل في مكان العمل، أو تخفيف أو تقليل الضغوطات المهنية المحتملة، أو تحسين آليات مواجهة الفرد للضغوطات .، وهذا بدوره ينبغي أن يرتبط بزيادة الرفاه النفسي الموظفين وصحتهم مع ما يصاحب ذلك من تحسينات في النتائج الفردية والتنظيمية . (عائشة توجي، 2020، ص49-52)

و الشكل الموالي يوضح ذلك:



شكل رقم (1) الإطار التنظيمي الذي يبرز العوامل المرتبطة بالرفاه النفسي في مكان العمل (Danna &

Griffin, 1999)

ومما سبق يمكن القول بأنه توجد عوامل تؤثر على الرفاه في مكان العمل، وما تخلفه من نتائج على الفرد والمنظمة وأن التدخلات على المستويين (الفردية، المنظمة) يساهم في تحقيق تحسينات على هذه النتائج، وهذا ما ينتج عنه تحقيق الرفاهية في العمل .

- العوامل المؤثرة على الرفاه النفسي في العمل حسب " al & Bryson2014

تتقسم العوامل المؤثرة على الرفاه النفسي في العمل وكما هو موضح في الشكل رقم (6) إلى

\*عوامل متعلقة بالفرد :حيث تنقسم بدورها إلى

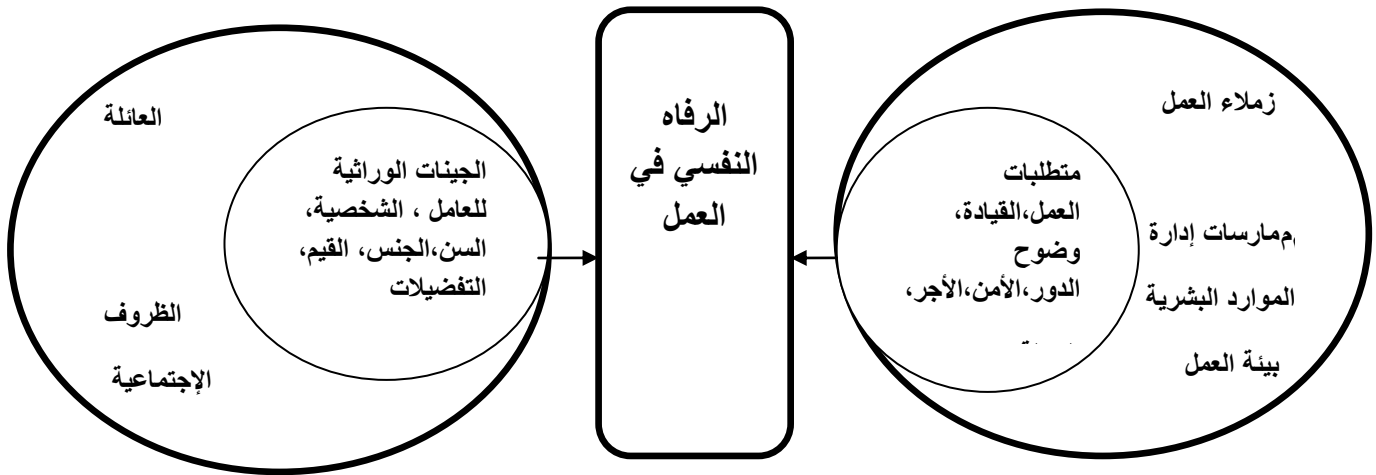
- عوامل خاصة كالجينات الوراثية للعامل، السن، الجنس ، الشخصية و القيم و التفضيلات.

- وعوامل عامة كالظروف الإجتماعية .

\*عوامل متعلقة بالعمل :

- عوامل متعلقة بخصوصية العمل كمتطلبات العمل ، و ضوح الدور ، القيادة ، الأجر ، الأمن ، و العدالة.

- عوامل متعلقة بالظروف المحيطة بالعامل كزملائه في العمل ، ممارسات إدارة الموارد البشرية ، بيئة العمل.



شكل رقم (2) العوامل المؤثرة على الرفاه النفسي في العمل (Bryson & al 2014 P 33)

حسب الشكل يوجد عوامل متعلقة بالفرد وعوامل متعلقة بالعمل تؤثر على الرفاه النفسي في العمل وهي مرتبطة بزيادة الرفاه النفسي للموظفين وصحتهم أو نقصانه .

### 3.1.6- نماذج الرفاه النفسي في العمل:

النماذج المتعلقة بالرفاه النفسي في بيئة العمل وتتمثل هذه النماذج في مايلي :

\* نموذج ( Warr ( 1987, 2009 ) : البيئة و خاصة الخصائص المرتبطة بالعمل تؤثر على الرفاه رو بالنسبة له الرفاه والبيئة مرتبطين ارتباطا خطبا . ويوجد نوعان من الخصائص المرتبطة بالعمل أولا : الخصائص الخارجية للوظيفة تتطابق مع الرات ، ومع الأمن والسلامة البدنية والوضع الاجتماعي تصورات

حول المسار المهني، ومع كل من دعم المشرفين والعدالة . ثانياً: الخصائص الداخلية للعمل تشير إلى استخدام الكفاءات ، والرقابة في العمل ، وإلى تنوع العمل ، وإلى محيط العمل ، و الأدوار في العمل ، وإلى التبادلات الاجتماعية ، وإن غياب هذه الخصائص يسهل تدهور الرفاهية للفرد وزيادة الخ صائص الخارجية فوق حد معين يعيقها أيضاً ، وهي تظهر عندما تصل الخصائص إلى عتبة مثالية ، وهذا النموذج يأخذ بعين الاعتبار فقط المحيط والعوامل .

\*نموذج ( Danna et Griffin ) ( 1999 ): هنا ينظر للرفاه على أنه يتطابق مع الرضا الذي يشعر به الفرد في مواجهة الحياة العامة والخبرات في العمل (الرضا أو عدم الرضا عن الأجر، فرص الترقية العلاقات مع الزملاء ...). يزواج مفهوم الرفاه هنا جيداً بين المحثات النفسية مثل تأثيرات الإحباط والقلق و المحثات الفيزيولوجية مثل ضغط الدم واضطرابات الصحة الجسدية العامة.

\*نموذج ( Daniels ) ( 2000 ): الرفاه النفسي في العمل هو مفهوم عاطفي يحدث بخمسة متصلات هي : الكتابة - اللذة، القلق - جهد، تعب - قوة، ملل - حماس، غضب - رباطة جأش أو الهدوء.

\* النموذج المساعد على كشف الصحة التنظيمية ( Cotton et Hart ) ( 2003 ): الرفاه في العمل هو مزيج للضيق والروح المعنوية والرضا في العمل.

### \*نموذج الصحة النفسية في العمل ( Dagenais-Desmarais ) ( 2010 )

: يقترح نموذج من محورين ، المحور الأول: هو الكرة المرجعية التي تشير إلى الخبرة الإيجابية المعاشة من طرف الفرد في العمل ، هذه الكرة المرجعية تحوي ثلاث كرات : الكرة الفردية تمثل الحالة الإيجابية للفرد بالنسبة لذاته ، ثم الكرة العقلانية تشير إلى الحالة الإيجابية للفرد من خلال تفاعله الاجتماعي في عمله ، وأخيراً الكرة التنظيمية تشير إلى التفاعل بين الفرد والمنظمة ، المحور الثاني: وتمثل الآلية التي من خلالها العامل يطور خبرته الإيجابية. (بوزيدي ، 2020، ص 39 - 40 )

وبعد عرض المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية ، سنعرض المؤشرات السلبية لها وهي الضيق النفسي

### 2.6- الضيق النفسي : psychological distress يعرف كحالة ذاتية تحوي أعراض

مرتبطة بالقلق، العدوانية، الإكتئاب، الهيجان، الانهاك، الانسحاب الاجتماعي، ومشاكل معرفية (1998). (Massé et al.,

ويعرف الضيق النفسي على أنه مجموعة من الأعراض السيكوسوماتيكية الملاحظة عند الفرد، التي يستجيب لها الجسم ويقاومها، في مختلف مواقف الحياة، و تتمثل هذه الاستجابات في سلوكيات صادرة كالقلق و الإكتئاب و كذلك عن اضطرابات معرفية ( الذاكرة و التركيز ) التعب، نقص في الإرادة، اضطرابات النوم،

(Bouterfas ,2014, p 37)



كذلك أنه اضطراب نفسي يعاني منه الفرد الذي تبدو عليه أعراض نفسية فيزيولوجية و سلوكية غير خاصة بمرض ما، أي مجموعة من الأعراض غير المحددة و التي تشمل الاكتئاب ، القلق ، الهيجان، الانعزال عن المجتمع بالإضافة إلى اضطرابات معرفية. (جفال ودوقة، 2017، ص 111).

واتضح كذلك من استعراض الأدبيات ، وجود باحثين آخرين ركزوا في تعريفهم للضيق النفسي على الأثر الذي يحدثه هذا الأخير على الجانب الاجتماعي للفرد؛ حيث عرفه ( Brewer، 1984) نقلا عن (عبد جاسم، 2018) بأنه حالة من الانهيار النفسي المتمثل بضعف الأداء الاجتماعي، الشعور بالعجز من تحقيق أي شيء يستطيع القيام به، و عدم القدرة على إيجاد حل مناسب للأزمات التي يمر بها الفرد. كما اتفق الباحث Demarais وزملاؤه (2000) مع الباحثين Mirowsky و Ross (2002) نقلا عن (Cloutier 2011) على أن الضيق النفسي يتكون من عرضين رئيسيين يرتبطان ارتباطا وثيقا ويتمثلان في الاكتئاب و القلق. (نزيهة زواني، 2021، ص317)

الضيق أيضا يتمثل في نوع من المعاناة النفسية "، وصعوبة في العيش يشعر بها من خلال الانفعالات و شعور بالإكتئاب ، والحزن، والاحباط والقلق، وبتفق عليه أنه يأخذ شكل معاناة الذات " ويدرج ضمن عملية عدم تقدير الذات وتبذل الشخصية، مما يجعل الفرد يشك في قدراته، ويفقد تقديره، ويتجه نحو لوم نفسه حول ما يحدث له، هذا التوقع الذي يحدث له والانغلاق على الذات يظهر كمصطلح مركزي تبنى حوله لغة الضيق (Massé et al, 1998, p 57).

من خلال التعاريف السابقة نستنتج أن الكتاب والباحثين وصفوا الضيق على أنه مجموعة من الإضطرابات النفسية مصحوبة بإضطرابات فيزيولوجية تظهر على الأفراد، وهو كنتيجة لفشل الفرد في التعامل مع المنغصات والضغوطات.

### 1.2.6- أعراض الضيق النفسي :

منظمة الأمن المدني بكيبك Organisation de la sécurité civile du Québec ، قامت بتصنيف أعراض الضيق النفسي إلى أربعة أنواع:

1-جسمية ( التعب، العصبية، آلام الظهر، الصداع، شعور بثقل في الصدر، زيادة ضربات القلب، التوترات العضلية والأرق).

2- معرفية (صعوبة اتخاذ القرارات، حالات تشتت الانتباه(النسيان، مشاكل في التركيز والانتباه، التشاؤم).

3- انفعالية (تهيج، القلق، الاكتئاب، الغضب والاستثارة).

4- سلوكية (التشاجر، العدوانية، تقلبات المزاج، العزلة، عدم التعبير، المواقف المتصلبة، السلبية، سوء

استعمال القهوة، الكحول والمخدرات والإفراط في استهلاك الأدوية). (نزيهة زواني، 2021، ص317)

### 2.2.6 - النظريات المفسرة للضيق النفسي:

- نظرية ابيقراط: وهي أقدم نظريات الأنماط في الأمزجة ( القرن الخامس قبل الميلاد ) حيث قسم الأمزجة الى أربعة أنواع تبعا لنوع السائل التي يغلب في جسم الإنسان:

\* المزاج الدموي (نسبة الى الدم) ويتميز أصحاب هذا المزاج السرعة والمرح والانفعال الشديد السريع

\* المزاج السوداوي ( نسبة الى المرارة السوداء وهو الدم الم تخثر في الطحال): ويتميز أصحاب هذا المزاج سرعة الاكتئاب وبطء الاستثارة.

\* المزاج الصفراوي (نسبة الى المرارة الصفراء من الكبد) ويتميز أصحابه بسرعة الغضب وقوة الانفعالات الحزينة

\* المزاج البلغمي (نسبة الى البلغم من الحلق ) : ويتميز أصحاب هذا المزاج بالبلادة والبطيء والضعف والانفعالات الهادئة. (كرم, 1966ص 52)

- نظرية كرتشمير : جاءت محاولة كريتشمير بوضع نظرية في الأنماط الجسمية رابطا بين الناحية الجسمية والصفات النفسية فقد توصل عن طريق دراسة الحالات الاستجابات العقلية لمر ضاه في حالات الجنون الدوري (هوس وإكتئاب) و جنون الفصام العقلي الى القول بتقسيم الشخصية الى أربعة أنماط :

- النمط البدني (كبير البطن قصير الأطراف مع الميل للإزدياد الوزن خاصة بزيادة العمر ) : ويتميز بالمرح والانبساطية والاجتماعية والصراحة وسرعة القلب في الحالات الانفعالية وأطلق عليه النمط الشخصية السوية أي أنه عرضة لذهان الهوس والاكتئاب.

- النمط النحيل (نحيف البطن طويل الأرجل مع الميل الى الطول والهزال ) ويتميز بالانطواء والاكتئاب والاستجابة استجابة غير مناسبة و الوسط الاجتماعي والتعصب , وأطلق على هذا النمط الشخصية الفصامية أي أن صاحبها عرضة الذهان الفصام.

- النمط الرياضي ( عريض الم رُئيين نحيف الأرداف ) ويتميز صاحبه بالنشاط والعوانية . النمط غي المنتظم .

-نظرية سيلبرجر: تعد نظريته في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط عنده فلقد ربط بين الضغط والقلق الحالة , ويستبعد ذلك من القلق كسمة , كما اهتم بطبيعة الضغوط البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة بين حالات القلق الناتجة عنها , وفسر العلاقات بينهما وبين ميكانزمات الدفاع التي تساعد في تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت , إنكار , إسقاط) وتستدعي التجنب , ويميز سيلبرجر بين مفهوم الضغط ومفهوم الفلق الا, فالقلق عملية انفعالية تشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تنسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي , أما كلمة تهديد فتشير التقدير والتفسير الذاتي لموقف خاص على أنه خطي أو مخيف

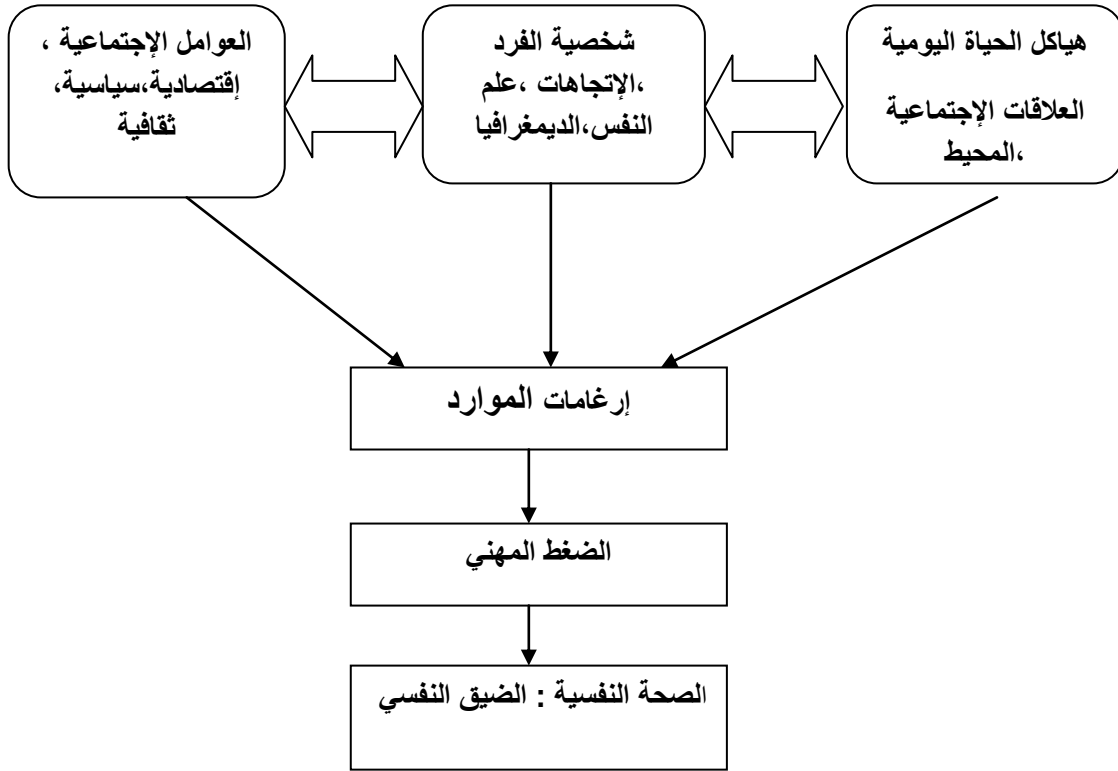
، وكان لنظرية سيلبرجر نتيجة خاصة في فهم طبيعة القلق واستفادت منها كثير من الدراسات تحقق خلالها ، صدق فيروز ومسلمات نظريته. (ولي، 1999ص 67-68)

4-2-نظرية نوكس: أكد نوكس في نظريته لمواجهة ضغوط الحياة ، على العوامل الشخصية للأفراد والتي من خلالها يمكن تحديد أو اختيار الأسلوب أو الإستراتيجية المناسبة للتكيف مع العوامل الضاغطة بحسب شخصياتهم ومقدار الدعم النفسي أو الاجتماعي الذي يتوفر لهم، وإن أحداث الحياة الضاغطة جدا يمكن أن تجعل أساليب التكيف معها أمرا صعبا ، وتجعل من الصعب التركيز على العمل وحل المشكلات والتعامل مع الإحباط . (سيد، 2007 ص 54)

-النظرية البيولوجية: ترى وجهة النظر البيولوجية و أن الموارد البيولوجية تتوجه في المواقف الضاغطة إلى الأجهزة الضرورية المطلوبة التي لا مناص من توفرها لمواجهة التحديات القائمة التي تهدد الفرد . وان الكائن الحي ، سواء هرب من الموقف أم تصدى له وتحدها ، فان جسمه سيكون بأمس الحاجة إلى الطاقة الزائدة ، وبأسرع ما يمكن ، وذلك تمكينا له ليقوى على مغالبة الموقف الذي هو فيه ان كثيرا من التغيرات البيولوجية التي تصاحب الاستجابة للضغط الحاصل ، إنما هي تغيرات مصممة لتعبيئ احتياطي الطاقة والوقود المخزن في الجسم ومن ثم تحويلها إلى شكل يلائم الإستعمال المباشر تم نقل ذلك الوقود ومعه الأوكسجين اللازم لإنحراقه إلى الأعضاء التي تكون بأمس الحاجة إليه وبخاصة إلى الدماغ و العضلات الرئيسية من الجسم وهذا يتم في العادة على حساب الأجهزة البيولوجية. ( عزيز، 2005، ص 18)

ومن خلال ما سبق يمكن القول بأن كل من هذه النظريات اختلفت في تفسيرها للتغيرات التي تحدث للفرد منها م ايفسرها من خلال السائل الذي يغلب على الفرد هي التي تحدد هدوءه أو إنفعاله ومنها ما ربطت ما بين الناحية الجسمية والصفات النفسية ، وكذلك نظريات تبحث في فهم طبيعة القلق ، كما جاءت نظريات أخرى تبحث في كيفية مواجهة ضغوط الحياة من خلال معرفة العوامل الشخصية للفرد ومن خلالها تحدد الأسلوب الملائم لتكيف الفرد مع العوامل الضاغطة ، وكذلك كيف تسهم الموارد البيولوجية في مواجهة التحديات التي تهدد الفرد .

6-3.2- نموذج المتعدد المستويات لـ (Marchand, Durand et Deners 2006)



Marchand, Durand et Deners شكل (3) نموذج المتعدد المستويات لـ (2006)

حيث صمموا نموذج (الشكل) متعدد المستويات المحددات الصحة العقلية في المهن اليدوية، هذا النموذج يوضح أن الأروامات والموارد المستخدمة في بيئة العمل، بنية الحياة اليومية والبنية الإجتماعية، تولد ضغوطا وردود فعل غير مرغوب فيها يمكن أن تؤدي إلى الضيق النفسي، والفرد حسب النموذج هو طرف في العلاقة بين مركبات بيئته الإجتماعية، هذه العلاقات تمت في مكان داخل بيئة اجتماعية اوسع محددة بسياق اجتقاعي، سياسي، اقتصادي وثقافي خاص. (عطية بوزيدي، 2020، ص46)

#### 4.2.6) العوامل المرتبطة بالضيق النفسي في العمل.

في هذا الموضوع سنعرض نتائج بعض الدراسات المتعلقة بالضيق النفسي في ميدان العمل التسلط الضوء على بعض العوامل التي يمكن أن تؤثر فيه.

- ظروف العمل الفيزيائية، مثل درجة الحرارة الغبار ، الاضاءة ، التهوية و الضوضاء تحفز على ظهور الضيق النفسي، وأن بيئة العمل الغير مرضية للفرد تزيد من امكانية ظهور الضيق النفسي.
  - توقيت العمل الغير مناسب، وعدد ساعات العمل يمكن أن تؤثر على الصحة العقلية للعمال حيث ان الحجم الساعي الغير منتظم، وساعات العمل الطويلة تساهم في ظهور أعراض الضيق النفسي.
  - عبء العمل يزيد من معدل الغيابات المرضية
  - المنافسة العالية، والمسؤولية الكبيرة، وضغط الوقت وساعات العمل الطويلة تساهم في الضيق النفسي .
  - دعم الزملاء والمشرفين ، المستوى التعليمي ، هي مرتبطة سلبيا مع الضيق النفسي، وأن المهنة لا تشكل عاملا تفسيريا للضغط النفسي مثلا، خصائص المهن تفسر ما نسبته 01% إلى 03%، من درجة الضيق النفسي لدى العمال.
  - رتبة العمل و التشنجات العضلية وإضطرابات الرقبة، هم مرتبطون الى حد كبير بالضيق النفسي
  - بعض المهن تتطلب مستوى عالي من المسؤولية وعبء عمل، مثل عمال النقل العمومي، عمال المطاعم، والادارة العمومية .فهم معرضون لأخطار نفسية كبيرة وهو العيش في مستوى من الضيق النفسي.
- (عطية بوزيدي ،2020،ص47)

خلاصة الفصل :

إنطلاقاً مما تم عرضه في هذا الفصل ، من مفاهيم ونظريات ومقاربات حول الصحة النفسية في العمل وأهم مركباتها ويتضح بأنها ذات أهمية كبرى تعود على الفرد والمجتمع والمنظمة ، فهي تزرع السعادة والإستقرار والتكامل بين الأفراد ولها الدور في إختيار الأساليب العلاجية السليمة والمتوازنة للمشكلات .

وأن الصحة النفسية في العمل هو مفهوم ثنائي القطبية أي لا يتضمن الأعراض السلبية فقط وإنما وجود العناصر الإيجابية ( الرفاه والضييق النفسي ) وهذا ما اعترف به الكثير من الباحثين امثال اشيل ، ماسي وآخرون ، كيس . حيث يمثلان أهم المركبات لتقييم الصحة النفسية فالرفله النفسي يعتمد على الصحة الجيدة والعلاقات الايجابية مع الآخرين والقدرة على تطوير ونمو الشخصية ،اما الضيق النفسي حالة من المعانات الوجدانية تتميز بأعراض إكتئابية كفقدان الإهتمام والحزن والتشاؤم وأعراض القلق كالانشغال والإحساس الدائم بالتوتر .

## الجانب الميداني

### الفصل الثالث : إجراءات الدراسة الميدانية

#### تمهيد

- منهج الدراسة

#### أولا : الدراسة الإستطلاعية

- 1- الهدف من الدراسة الإستطلاعية
- 2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية
- 3- وصف أداة الدراسة الإستطلاعية
- 4- بعض الخصائص السيكمترية لأداة الدراسة

#### ثانيا : الدراسة الأساسية

- 1 - وصف عينة الدراسة الأساسية
- 2 - وصف أداة الدراسة الأساسية
- 3 + الأساليب الإحصائية المستخدمة

#### خلاصة الفصل

تمهيد :

تحتاج كل دراسة إلى إطار منهجي يتفق مع طبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث والأهداف التي يسعى للوصول إليها ، وفي هذا الفصل الخاص بالإجراءات المنهجية للدراسة سيتم التطرق إلى منهج الدراسة المعتمد ، ووصف مجتمع الدراسة والعينة وكذلك الدراسة الإستطلاعية والأدوات التي تم إستخدامها في جمع البيانات والإجراءات التي تم إتباعها للتحقق من صدق هذين الأداتين وثباتهما ، ثم التطرق إلى الدراسة الأساسية وصولاً إلى الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل ومعالجة بيانات الدراسة .

1 منهج الدراسة :

من الضروري أن أي دراسة من الدراسات العلمية لن تستطيع الوصول إلى هدفها بدقة وموضوعية دون الإعتماد على منهج والذي يعني الطريق الأقصر والأسلم للوصول إلى الهدف المنشود .  
(عبد الرحمان بدوي ، 1977، ص7)

واعتماد المنهج الوصفي الإستكشافي كونه يدرس الظاهرة كما هي في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كميًا وكيفيًا ، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفاً رقمياً ويوضح مقدار هذه الظاهرة.  
(محمد عبيدات وآخرون 1999، ص20)

- أولاً: الدراسة الإستطلاعية :

تعتبر الدراسة الإستطلاعية عموماً ليس فقط للتحقق من صلاحية أدوات البحث، ولكن لتعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته و تجميع ملاحظات و التعرف على أهمية البحث وتحديد فروضه .  
(عبد الحفيظ مقدم ، 2003 ، ص 48)

1- الهدف من الدراسة الإستطلاعية :

للدراسة الإستطلاعية جملة من الأهداف نذكر منها :

- التعرف على خصائص العينة محل الدراسة
- التأكد من مدى صلاحية أداة الدراسة من حيث الصدق والثبات لإجل إستخدامها في الدراسة الأساسية .

- التأكد من توفر متغيرات الدراسة في مجتمع البحث

- التعرف على أهم الصعوبات التي قد تعرقل سير الدراسة الأساسية



2- وصف عينة الدراسة الإستطلاعية :

تمثلت عينة الدراسة الإستطلاعية بـ 30 عامل أختيروا بطريقة عشوائية بمفتشية العمل بورقلة وتم إسترجاع 30 إستبيان ، والجدول الموالي يبين توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية .

الجدول رقم ( 01 ) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية حسب المتغيرات المدروسة

المتغير	العدد	النسب المئوية	المجموع
الأقدمية	[13-2]	57%	100%
	[25-14]	30%	
	[37-26]	13%	
الجنس	ذكر	50%	100%
	أنثى	50%	
الحالة الإجتماعية	أعزب	33%	100%
	متزوج	67%	

يمثل الجدول ( 01 ) توزيع أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية حسب المتغيرات الديمغرافية التالية : الأقدمية ، الجنس والحالة الإجتماعية ولقد قدرت الأقدمية لعمال مفتشية العمل بورقلة في المجال من [13-2] بـ 17 بنسبة 57%، والمجال من [25-14] بـ 9 بنسبة 30%، و[37-26] بـ 4 بنسبة 13%، وقدر عدد العمال الذكور بـ (15) بنسبة 50% والإناث بـ (15) بنسبة 50% وقدر عدد العمال العزاب بـ 10 بنسبة 33%، والمتزوجين بـ 20 بنسبة 67%.

3- وصف أداة الدراسة الإستطلاعية:

يلجأ الباحثون في أي دراسة علمية إلى استخدام العديد من الأدوات والوسائل لجمع المعلومات حول الظاهرة التي يريد دراستها أو تخصص موضوعه، ويعتبر الإستبيان من أهم الوسائل أو الأدوات المستخدمة في جمع المعلومات والبيانات عن الأفراد، ويرجع ذلك لأسباب عديدة منها أن الإستبيان إقتصادي نسبياً، ويمكن إرساله إلى أشخاص في مناطق بعيدة، كما أن الأسئلة أو المفردات موحدة من فرد لآخر، ويمكن ضمان سرية الإجابات، كما أنه يمكن صياغة الأسئلة لتناسب أغراض معينة ومحددة.

(عبد الحفيظ مقدم، 2003، 746)

وتم الإعتماد في دراستنا الحالية على أداة " الإستبيان " في جمع المعلومات اللازمة للكشف عن مستوى الصحة النفسية في العمل ، حيث تم تبني أداتين لقياس الصحة النفسية في العمل ، إستبيان الرفاه النفسي في العمل والضيق النفسي من إعداد العالم (ماسي وآخرون 1998) المترجم من طرف الباحث عطية عصام بوزيدي 2020، والذي يتكون من 25 فقرة موزعة على 06 أبعاد بالنسبة لإستبيان الرفاه النفسي و 23 فقرة وأربعة أبعاد بالنسبة لإستبيان الضيق النفسي .

#### أ - إستبيان الرفاه النفسي

وتم الإعتماد في الدراسة الحالية على إستبيان الرفاه النفسي من إعداد العالم (ماسي وآخرون 1998) المترجم من طرف الباحث عطية عصام بوزيدي 2020 ، والذي يتكون من 25 فقرة و 05 بدائل للأجوبة (تقريبا أبدا، نادرا، نصف الوقت، في كثير من الأحيان، تقريبا دائما ) و 06 أبعاد(التحكم في الذات والأحداث، السعادة في العمل، الإندماج الإجتماعي، تقدير الذات، التوازن العقلي، العلاقة الإيجابية مع الآخرين).

#### جدول رقم ( 02 ) يبين توزيع فقرات إستبيان الرفاه النفسي .

أرقام الفقرات التي تقيسها	أبعاد الرفاه النفسي
4-3-2-1	التحكم في الذات والأحداث
9-8-7-6-5	السعادة في العمل
13-12-11-10	الإندماج الإجتماعي
17-16-15-14	تقدير الذات
21-20-19-18	التوازن العقلي
25-24-23-22	العلاقة الإيجابية مع الآخرين
<b>25 فقرة</b>	<b>06 أبعاد</b>

يطلب من المجيب أن يحدد درجة موافقته على ما جاء فيها ، وذلك على سلم ذو خمس درجات (ليكرت) فأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها العامل في كل بند هي 5 وأدنى درجة هي 1 وهي كالتالي :

- تقريبا أبدا : 1 ، نادرا : 2 ، نصف الوقت : 3 ، في كثير من الأحيان: 4 ، تقريبا دائما: 5-

مع العلم أن جميع فقرات المقياس موجبة الصياغة .

ب إستبيان الضيق النفسي

وتم الإعتماد في الدراسة الحالية على إستبيان الضيق النفسي من إعداد العالم (ماسي وآخرون 1998) المترجم من طرف الباحث عطية عصام بوزيدي 2020 ،والذي يتكون من 23 فقرة و 05 بدائل للأجوبة (تقريبا أبدا، نادرا، نصف الوقت، في كثير من الأحيان، تقريبا دائما ) و 04 أبعاد(الإستنزاف الذاتي، الهيجان/العدوانية، القلق/الإكتئاب، الرغبة في فك الإرتباط الإجتماعي (الإنفصال)

جدول رقم ( 03) يبين توزيع فقرات إستبيان الضيق النفسي .

أبعاد الضيق النفسي	أرقام الفقرات التي تقيسها
الإستنزاف الذاتي	7-6-5-4-3-2-1
الهيجان/العدوانية	12-11-10-9-8
القلق/الإكتئاب	17-16-15-14-13
الرغبة في فك الإرتباط الإجتماعي (الإنفصال)	23-22-21-20-19-18
04 أبعاد	23 فقرة

يطلب من المجيب أن يحدد درجة موافقته على ماجاء فيها ، وذلك على سلم ذو خمس درجات (ليكرت) فأقصى درجة يمكن أن يحصل عليها العامل في كل بند هي 5 وأدنى درجة هي 1 وهي كالتالي :

- تقريبا أبدا : 1 ، نادرا : 2 ، نصف الوقت : 3 ، في كثير من الأحيان:4 ، تقريبا دائما:5

مع العلم أن جميع فقرات المقياس موجبة الصياغة .

4- بعض الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة :

للتأكد من صلاحية الأداة تم حساب الصدق والثبات بإستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS) النسخة (25) وفيما يلي وصف لكل خاصية على حدى :

أولاً: مقياس الرفاه النفسي :

**1.4- الصدق:** يعتبر الصدق الخاصية الأساسية الأولى التي يجب أن تتوفر في وسيلة القياس بصفة عامة والإختبار بصفة خاصة ، والصدق بتعبير بسيط هو أن يقيس الإختبار ماوضع لقياسه.

(بشرى إسماعيل ،2004، ص84)

واعتمدت الدراسة الحالية على طريقتين لقياس الصدق، وهما صدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق الداخلي وفيما يلي وصف لكل طريقة على حدى.

**1.1.4-الصدق التمييزي :** (صدق المقارنة الطرفية) : حيث تقوم هذه الطريقة على مقارنة متوسط درجات

الأقوياء بمتوسط درجات الضعفاء في نفس الميزان بالنسبة لتوزيع الدرجات، وتم تطبيق ذلك بإتباع الخطوات التالية :

- رصد مجموع درجات كل فرد من أفراد العينة الاستطلاعية على بنود المقياس .
- ترتيب مجموع درجات أفراد العينة تصاعديا . (من الأصغر إلى الأكبر)
- استخراج الدرجات الدنيا والعليا بنسبة - 33 % لكل منهم.
- تطبيق إختبار ( ت ) لدلالة الفروق بين المتوسطات .
- . والجدول التالي يوضح نتائج المعالجة الإحصائية للمقارنة الطرفية:

**جدول رقم(04) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الرفاه النفسي**

التقنية الإحصائية الدرجات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	دال عند مستوى
الدرجات الدنيا	10	85.70	8.02	-5.15	18	0.01
الدرجات العليا	10	116.70	17.25			

من خلال الجدول (04) يتضح أن المتوسط الحسابي للفئة الدنيا بلغ 85.70 بإنحراف معياري قدره

8.02 ، والمتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ 116.70 بإنحراف معياري 17.25، وبلغ قيمة "ت"

المحسوبة تساوي (-5.15) عند مستوى دلالة قدره (0.01) وهذا يدل أن الفرق قد كان ذو دلالة إحصائية وعليه يمكن القول بأن الأداة صادقة وتقيس فعلا ما أعدت لأجله .

#### 2.1.4- صدق الإتساق الداخلي :

قامت الطالبة في الدراسة الحالية بحساب صدق الإتساق الداخلي للمقياس وذلك بحساب معاملات الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ويوضح الجدول معاملات الإرتباط كما يلي :

#### جدول (05) الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه لمقياس

##### الرفاه النفسي

معامل الإرتباط	رقم الفقرة	البعد	معامل الإرتباط	رقم الفقرة	البعد
0.388*	س14	تقدير الذات	0.618**	س1	التحكم في الذات والأحداث
0.360*	س15		0.703**	س2	
0.976**	س16		0.637*	س3	
0.340	س17		0.665**	س4	
0.634**	س18	التوازن العقلي	0.754**	س5	السعادة في العمل
0.817**	س19		0.830**	س6	
0.675*	س20		0.701**	س7	
0.744**	س21		0.572**	س8	
0.869**	س22	العلاقة الإيجابية مع الآخرين	0.647**	س9	الإندماج الإجتماعي
0.757**	س23		0.755**	س10	
0.815*	س24		0.577**	س11	
0.630**	س25		0.640**	س12	
			0.470**	س13	

\* دالة عند 0.05

\*\* دالة عند 0.01

يتضح من الجدول (05) أن قيم معامل الإرتباط كل بنذ من البنوذ مع بعده موجب ودال إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) أو مستوى (0.01) مما يدل على صدق إتساق كل بنذ مع بعده ماعدا البنذ رقم 17 والذي كان معامل إرتباطه مع بعده غير دال إحصائيا ، مما يدل على عدم صدق إتساقه مع بعده وبالتالي يتم حذفه.

جدول (06) الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس

الرفاه النفسي

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	البعد
0.656**	التحكم في الذات والأحداث
0.754**	السعادة في العمل
0.499**	الاندماج الإجتماعي
0.808**	تقدير الذات
0.536**	التوازن العقلي
0.512**	العلاقة الإيجابية مع الآخرين

\*دالة عند 0.05

\*\* دالة عند 0.01

يتضح من الجدول (06) وجود دلالة إحصائية للارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس والأمر الذي يدل على صدق الإتساق الداخلي .

ثانيا : مقياس الضيق النفسي :

1.1.4-الصدق التمييزي : (صدق المقارنة الطرفية) :

جدول رقم(07) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الضيق النفسي

دال عند مستوى	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد الأفراد	التقنية الإحصائية الدرجات
0.01	18	-8.56	5.30	30.10	10	الدرجات الدنيا
			6.49	52.80	10	الدرجات العليا

من خلال الجدول (07) يتضح أن المتوسط الحسابي للفئة الدنيا بلغ 30.10 بإنحراف معياري قدره 5.30 ، والمتوسط الحسابي لفئة العليا بلغ 52.80 بإنحراف معياري 6.49، وبلغ قيمة "ت" المحسوبة تساوي (-8.56) عند مستوى دلالة قدره (0.01) وهذا يدل أن الفرق قد كان ذو دلالة إحصائية وعليه يمكن القول بأن الأداة صادقة وتقيس فعلا ما أعدت لأجله .

2.1.4- صدق الإتساق الداخلي :

قامت الباحثة في الدراسة الحالية بحساب صدق الإتساق الداخلي للمقياس وذلك بحساب معاملات الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ويوضح الجدول معاملات الإرتباط كما يلي :

جدول (08) الإرتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه لمقياس

الضيق النفسي

معامل الإرتباط	رقم الفقرة	البعد	معامل الإرتباط	رقم الفقرة	البعد
0.749**	ف13	القلق /الإكتئاب	0.418*	ف1	الإستنزاف الذاتي
0.730**	ف14		0.663**	ف2	
0.817**	ف15		0.598**	ف3	
0.651**	ف16		0.739**	ف4	
0.564**	ف17		0.547**	ف5	
0.706**	ف18	الرغبة في فك الإرتباط الإجتماعي	0.500**	ف6	الهيجان /العدوانية
0.414*	ف19		0.407*	ف7	
0.641**	ف20		0.458*	ف8	
0.800**	ف21		0.455*	ف9	
0.635**	ف22		0.371*	ف10	
0.530**	ف23		0.739*	ف11	
			0.530**	ف12	

\* دالة عند 0.05

\*\* دالة عند 0.01

يتضح من الجدول (08) أن قيم معامل الإرتباط كل بند من البنود مع بعده موجب ودال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) أو مستوى (0.01) مما يدل على صدق إتساق كل بند مع بعده

جدول (09) الإرتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس

الضيق النفسي

معامل الإرتباط مع الدرجة الكلية	البعد
0.842**	الإستنزاف الذاتي
0.621**	الهيجان/ العدوانية
0.760**	القلق/ الإكتئاب
0.901**	الرغبة في فك الإرتباط

\*دالة عند 0.05

\*\* دالة عند 0.01

يتضح من الجدول (09) وجود دلالة إحصائية للإرتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس والأمر الذي يدل على صدق الإتساق الداخلي .

4. 2- الثبات:

"الإختبار ثابت يعني مدى الدقة والإستقرار والإتساق في نتائج الأداة لو طبقت مرتين فأكثر على نفس الخاصة في مناسبات مختلفة . " (بشير معمرية، 2007 ، ص 167)

وقد تم حساب ثبات أداتي الدراسة الحالية بطريقتين هما التجزئة النصفية وطريقة ألفاكرونباخ وفيما يلي شرح بالتفصيل لكل طريقة على حدى.

أولا : حساب ثبات مقياس الرفاه النفسي:

حيث تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخدام طريقتين هما:

1.2.4-حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية

جدول رقم (10) يوضح معامل الثبات لمقياس الرفاه النفسي قبل وبعد التعديل

N	تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان براون	معامل الإرتباط قبل التصحيح
30	0.802	0.67



من خلال الجدول (10) يتضح أن معامل الارتباط قبل التصحيح قدر بـ (0.67) وبعد التعديل باستخدام معادلة سبيرمان براون قدر بـ (0.80) وهو يشير إلى أن قيمة معامل الثبات مرتفعة وهذا يدل على أن مقياس الرفاه النفسي ثابت وصالح للإستخدام في الدراسة الأساسية .

#### 2.2.4- حساب الثبات باستخدام معادلة ألفا كرومباخ:

بلغ معامل الثبات بعد حذف بند ضعيف حيث قدرت قيمته بـ 0.85 وهي قيمة مرتفعة مما يؤكد ثبات المقياس وصلاحيته للإستعمال في الدراسة الحالية .

#### جدول رقم (11) يوضح ثبات مقياس الرفاه النفسي باستخدام ألفا كرومباخ

عدد الفقرات	معامل ألفا كرومباخ
23	0.85

ثانيا : حساب ثبات مقياس الضيق النفسي:

حيث تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخدام طريقتين هما:

#### 1.2.4- حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية

#### جدول رقم (12) يوضح معامل الثبات لمقياس الضيق النفسي قبل وبعد التعديل

N	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح المعامل بمعادلة سبيرمان براون
30	0.78	0.88

من خلال الجدول (12) يتضح أن معامل الارتباط قبل التصحيح قدر بـ (78) وبعد التعديل باستخدام معادلة سبيرمان براون قدر بـ (88) وهو يشير إلى أن قيمة معامل الثبات مرتفعة وهذا يدل على أن مقياس الضيق النفسي ثابت وصالح للإستخدام في الدراسة الأساسية .

#### 2.2.4- حساب الثبات باستخدام معادلة ألفا كرومباخ:

بلغ معامل الثبات ألفا كرومباخ بـ (0.82) وهي قيمة مرتفعة مما يؤكد ثبات المقياس وصلاحيته للإستعمال في الدراسة الحالية .

#### جدول رقم (13) يوضح ثبات مقياس الضيق النفسي باستخدام ألفا كرومباخ

عدد الفقرات	معامل ألفا كرومباخ
23	0.82

#### ثانيا: الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من صدق أداة الدراسة وثباتها، تم تطبيقها ميدانيا على عينة الدراسة والمتمثلة في عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة (ورقلة ، الأغواط، غرداية، الوادي) ، ولقد تطلب تطبيق الإستبيان عدد من الإجراءات الرسمية ، حيث حصل الباحث على الموافقة من المفتشية الجهوية للعمل بورقلة لتطبيق أداة الدراسة ، كما تم الحصول على إحصائيات على عدد العمال وتوزيعهم على المفتشيات الولائية ، وبعد ذلك قام الباحث بتوزيع الإستبيان على أفراد العينة .

#### 1 وصف عينة الدراسة الأساسية:

لغرض توخي الموضوعية في النتائج لجأت الطالبة إلى توسيع حجم العينة قدر الإمكان، ثم الأخذ بعين الإعتبار ظروف تطبيق الأداة، فقد اعتمدنا في اختيار العينة على طريقة العينة العشوائية الطبقية ، و قدر عدد أفراد المجتمع الأصلي بـ 200 عامل من المفتشيات الولائية للعمل (ورقلة، الأغواط غرداية، الوادي). وقد تم توزيع 160 إستبيان وتم إسترجاع 145 ولكن تم الإعتماد على نتائج 132 إستبيان لعدم صلاحية البقية. و تم إجراء الدراسة الأساسية إبتداءا من شهر مارس 2021 .

#### -توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية:

\* توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس (النوع الإجتماعي):

#### الجدول (14) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

النسبة %	التكرار	الجنس
60.6%	80	ذكر
39.4%	52	أنثى
100%	132	المجموع

يتضح من الجدول (14) أن عدد الذكور بلغ عددهم 80 عامل مايقارب نسبة 60.6% في حين قدر عدد الإناث بـ 52 عاملة بنسبة 39.4%



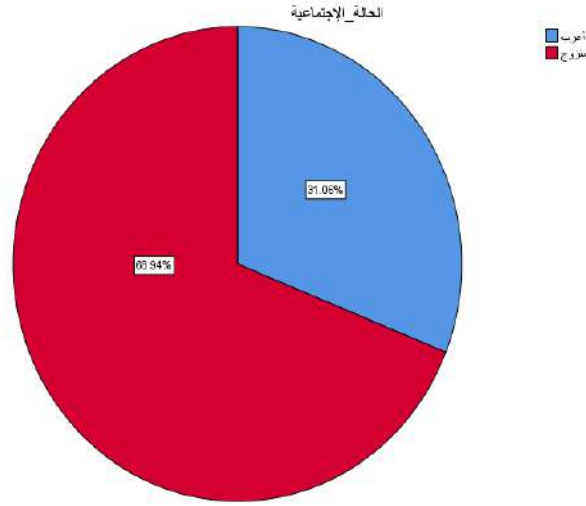
الشكل رقم (4) يوضح توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الجنس

\* توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الحالة الإجتماعية:

الجدول (15) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الحالة الإجتماعية

النسبة %	التكرار	الحالة الإجتماعية
31.10%	41	أعزب
68.9%	91	متزوج
100%	132	المجموع

يتضح من الجدول (15) أن عدد المتزوجين بلغ عددهم 91 عامل مايقارب نسبة 68.9% و عدد العازبين قدر عددهم بـ 41 عامل بنسبة 31.10%.



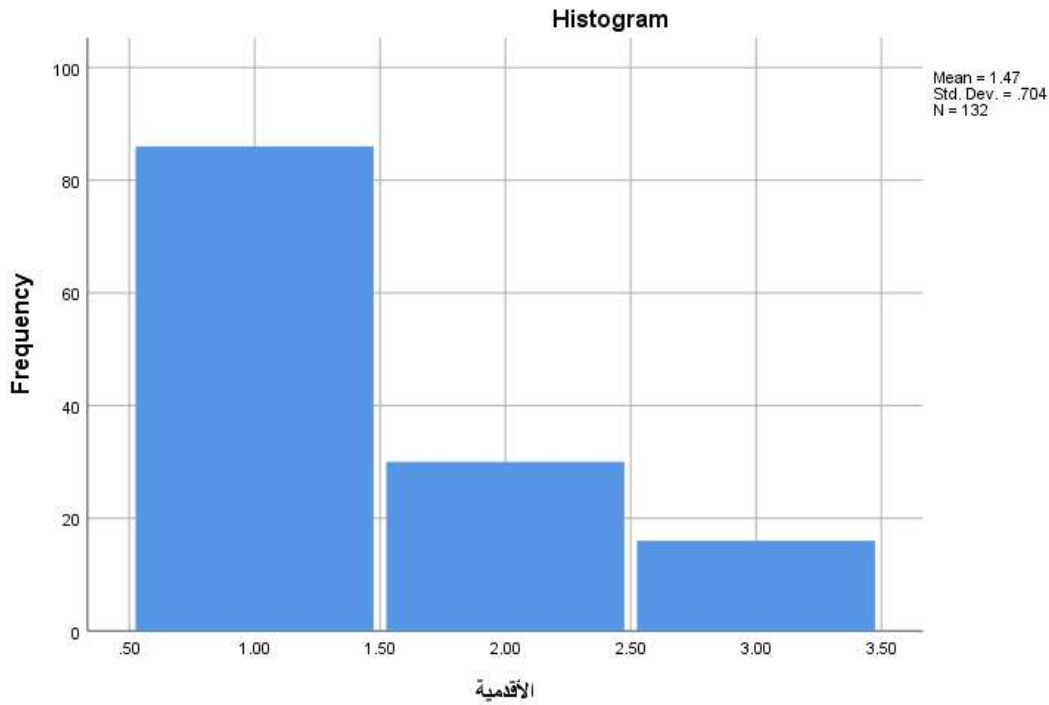
الشكل رقم (5) يوضح توزيع أفراد العينة تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية

\* توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الأقدمية:

الجدول (16) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الأقدمية

الأقدمية	التكرار	النسبة المئوية
[14،2]	86	65.2%
[27،15]	30	22.7%
[28 فما فوق]	16	12.1%
المجموع	132	100%

يتضح من الجدول (16) أن عدد عمال مفتشية العمل ذوي الأقدمية في العمل من المجال [2،14] قدر بـ 86 بنسبة 65.2% ، في حين كان تمثيل عمال مفتشية العمل ذوي الأقدمية في العمل من المجال [15،27] بـ 30 عامل بنسبة 22.7% ، وفي المجال [28 فما فوق] كان عددهم 16 بنسبة 12.1%.



الشكل رقم (6) يوضح توزيع فراد العينة تبعا لمتغير الأقدمية

## 2 وصف أداة الدراسة الأساسية :

من أجل الكشف عن مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة ، تم الإعتماد على مقياسين لقياس الصحة النفسية في العمل ، مقياس الرفاه النفسي ، والضيق النفسي من إعداد العالم (ماسي وآخرون 1998) المترجم من طرف الباحث عطية عصام بوزيدي وقد ضمت الأدوات بعد التأكد من صدقهما وثباتهما ، فبالنسبة لأداة الرفاه تمثلت بـ 06 أبعاد (التحكم في الذات والأحداث، السعادة في العمل، الاندماج الإجتماعي، تقدير الذات، التوازن العقلي، ال علاقة الإيجابية مع الآخرين) ، وبلغ عدد فقراتها بـ 23 فقرة أما أداة الضيق النفسي تمثلت في 04 أبعاد: (الإستنزاف الذاتي، الهيجان /العوانية، القلق/الإكتئاب، الرغبة في فك الارتباط الإجتماعي ) .و بلغ عدد فقراتها 23 فقرة.

### 3- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

تتميز جل البحوث العلمية باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية والتي تناسب موضوع الدراسة وذلك من أجل التوصل إلى معطيات كمية تساعد الباحث في قياس الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأداة الدراسة واختبار الفرضيات المطروحة، ولعرض وتحليل وتفسير ومعالجة نتائج الدراسة الأساسية تم الاعتماد على برنامج التحليل الإحصائي في العلوم الإجتماعية **SPSS25** في ذلك، وتتمثل هذه الأساليب الإحصائية في ما يلي:

- استخدام التكرارات والنسب المئوية للتعبير عن حجم توزيع أفراد العينة على المتغيرات الديمغرافية (الجنس، الحالة الإجتماعية، الأقدمية).
- المتوسط الحسابي: استخدم لحساب متوسطات درجات عينة الدراسة في الرفاه النفسي والضيق النفسي
- الإنحراف المعياري: تم استخدامه لحساب درجة إنحراف القيم عن المتوسط
- معامل الارتباط بيرسون (pearson): وتم استخدامه لحساب معامل الارتباط ما بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية للمقياس، وحسابه ما بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس
- معادلة سبيرمان براون: استخدم لتصحيح معامل الارتباط لحساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية.
- استخدام إختبار "ت" T-TEST لمجموعتين مستقلتين لمعرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية للفرضية الثانية والفرضية الثالثة.
- استخدام إختبار "ت" T-TEST لعينة واحدة لمعالجة التساؤل الأول "حساب مستوى الرفاه النفسي والضيق النفسي".
- استخدام إختبار التحليل التباين الأحادي الإتجاه (ANOVA): لمعرفة الفروق بين المجموعات وداخل المجموعات للفرضية الرابعة.

## خلاصة :

تعتبر إجراءات الدراسة الميدانية أمر ضروري لكل باحث من أجل بلوغ أهداف الدراسة ، لإن ذلك يعطي أكبر قدر ممكن من الموضوعية في النتائج ، لذا تم الإستعانة بالمنهج الوصفي الإستكشافي كونه ملائم للدراسة ، وعلى عينة قوامها 132 عامل من المفتشية الجهوية للعمل بورقلة ، حيث طبق عليهم إستبيان (الرفاه النفسي والضيق النفسي ) وتم حساب بعض الخصائص السيكمترية للأداة وإختبارها حيث أعتد الباحث على درجة عالية من الصدق والثبات ، وقد حددت الأساليب الإحصائية الأنسب للدراسة وسيتم عرض وتحليل وتفسير ومناقشة البيانات المتحصل عليها .

# الجانب الميداني

– الفصل الرابع : عرض وتحليل وتفسير ومناقشة

نتائج الدراسة

– تمهيد

– عرض وتحليل وتفسير ومناقشة التساؤل الأول

– عرض وتحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى

– عرض وتحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية

– عرض وتحليل وتفسير ومناقشة الفرضية الثالثة

– الإستنتاج العام والإقتراحات

– قائمة المراجع

– الملاحق



**تمهيد :**

في هذا الفصل سيتم عرض وتحليل نتائج البحث التي تم التوصل إليها ثم تفسيرها ومناقشتها، ومقارنتها بالدراسات السابقة ثم الوصول إلى استنتاج عام خاص بالدراسة وإعطاء بعض المقترحات .

**1 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج التساؤل الأول :**

تنص على مايلي: ما مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي ، الضيق النفسي ) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة؟ وللاجابة على ذلك قامت الطالبة بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، كما تم تحديد مستويات الصحة النفسية وحساب الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الفعلي من خلال إختبار (ت) لعينة واحدة وفيما يلي عرض لهذه النتائج:

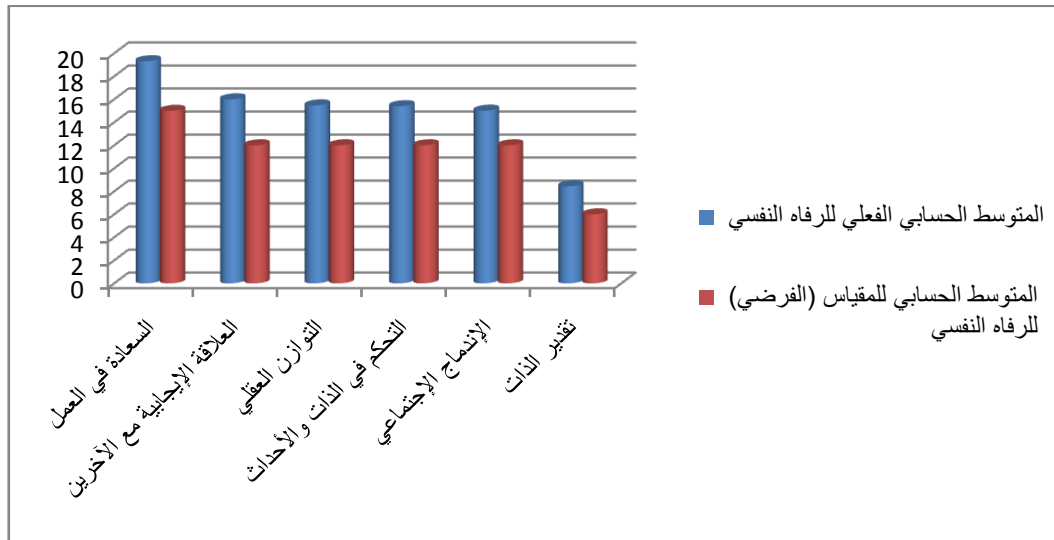
**اولا : مستوى الرفاه النفسي :** \* فيما يلي جدول يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للرفاه وأبعاده:

**جدول (17) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الرفاه النفسي**

متغيرات الدراسة	المتوسط الحسابي للمقياس (الفرضي)	المتوسط الحسابي الفعلي	الانحراف المعياري
الرفاه النفسي	السعادة في العمل	15	3,93
	العلاقة الإيجابية مع الآخرين	12	3,27
	التوازن العقلي	12	3,23
	التحكم في الذات والأحداث	12	2,8
	الاندماج الاجتماعي	12	2,73
	تقدير الذات	6	1,85
	<b>المجموع</b>	<b>69</b>	<b>89,63</b>

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن درجات المتوسط الحسابي للمقياس أقل من درجات المتوسط الفعلي لأبعاد الرفاه النفسي فبالنسبة لأبعاد الرفاه سجلنا تصدر بعد السعادة في العمل في المرتبة الأولى حيث قدر متوسطه الحسابي الفعلي بـ **19,31** بإنحراف معياري بلغ **3,93** وكان متوسطه الحسابي في المقياس (15)، يليه بعد العلاقة الإيجابية مع الآخرين بمتوسط حسابي فعلي

قدره بـ **16** بإنحراف معياري بلغ **3.27** وكان متوسطه الحسابي في المقياس ( **12** ) مما يدل على أن هذين البعدين أكثر إهتماماً من قبل العمال ، ثم في المرتبة الثالثة نجد بعد التوازن العقلي حيث قدر متوسطه الحسابي الفعلي بـ **15.47** بإنحراف معياري بلغ **3.23** وكان متوسطه الحسابي في المقياس ( **12** ) ، أما في المرتبة الرابعة بعد التحكم في الذات والأحداث حيث قدر متوسطه الحسابي الفعلي بـ **15.4** بإنحراف معياري بلغ **2.8** وكان متوسطه الحسابي في المقياس ( **12** ) ، أما المرتبة الخامسة نجد بعد الإدماج الاجتماعي حيث قدر متوسطه الحسابي بـ **15.01** بإنحراف معياري بلغ **2.73** وكان متوسطه الحسابي في المقياس ( **12** ) وفي المرتبة الأخيرة بعد تقدير الذات حيث قدر المتوسط الحسابي الفعلي بـ **8.44** بإنحراف معياري بلغ **1.85** وكان متوسطه الحسابي في المقياس ( **6** ) وما يمكن ملاحظته أن المتوسطات الحسابية الفعلية للمقياس مرتفعة عن المتوسطات الحسابية للمقياس وذلك من خلال المجاميع المبينة في الجدول حيث قدر مجموع المتوسطات الحسابية الفعلية للمقياس **89,63** مقارنة بالمتوسطات الحسابية للمقياس التي بلغ مجموعها **69** .



شكل رقم (07) يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد الرفاه النفسي

\* تحديد مستوى الرفاه وحساب الفروق بين المتوسط الحسابي الفعلي والمتوسط الحسابي للمقياس

فما بتحديد مستويات الرفاه فكانت كالآتي :

لدينا عدد بنود الرفاه النفسي 23 فقرة وعدد البدائل 05 فتكون العملية كالتالي :

$$23 = 1 * 23$$

$$115 = 5 * 23 \text{ ، } \frac{115 - 92}{3} = 30.66 \text{ ، } \frac{92}{3} = 30.66$$

[ 53.66 ، 23 ] منخفض

[ 84.33 ، 53.67 ] متوسط

[ 115 ، 84.34 ] مرتفع

\* حساب المتوسط الفرضي :  $3 * 23 = 69$  (منتصف البدائل 5) = 69

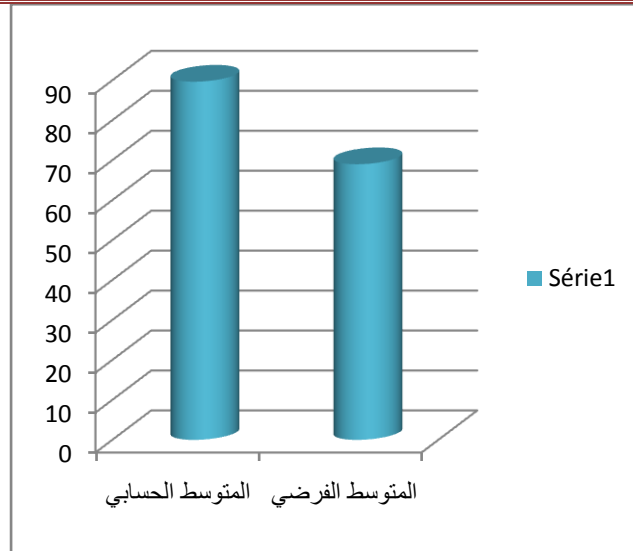
حساب الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي الفعلي للرفاه:

فيما يلي جدول يوضح ذلك:

جدول رقم (18) يوضح نتائج اختبار "ت" للعينة الواحدة

المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
89.66	69	13.12	131	18.08	0.01

يتضح من الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي تقدر بـ 89.66 وهي تقع في المجال [ 84.34 ، 115 ] وهو المستوى المرتفع وبالمقارنة مع قيمة المتوسط الفرضي والمقدر بـ 69 وبعد حساب الفرق بين المتوسط وباستخدام اختبار ت لعينة واحدة والذي قدر بـ 18.08 ، إتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين المتوسط الفرضي والمتوسط الفعلي ومنه نستنتج أن مستوى الرفاه النفسي مرتفع لدى عمال مفتشية العمل .



شكل رقم (08) يوضح مستوى الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة

من خلال النتائج المتحصل عليها للتحقق من مستوى الرفاه النفسي لدى عمال مفتشية العمل بورقلة والموضحة في الجدول رقم (18) يتضح جليا أن مستوى الرفاه النفسي بالمؤسسة مرتفع وتعني هذه النتيجة أنه كلما زاد التركيز على أبعاد الرفاه النفسي داخل مفتشية العمل كلما انعكس ذلك إيجابا على أداء العمال وعلى صحتهم النفسية ، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن لدى العمال علاقات إجتماعية إيجابية مع الآخرين سواء في إطار العمل أو خارجه ، وعلاقات صداقة وثقة متبادلة فيما بينهم ومساندة بعضهم البعض في مختلف الظروف الحياتية ، ويمكن إرجاع ذلك أيضا إلى وجود بيئة عمل مساعدة تساهم في زيادة الرفاه النفسي لدى العمال مادية كانت أو معنوية ومن جهة أخرى فالصحة والرفاه مهمان بسبب تأثيرهما المباشر على العمال والمنظمات وهذا ما أكدته دراسة ريان وآخرون 1997 أن العوامل النفسية لها ارتباط قوي بالحيوية الذاتية الإيجابية وأنها تتأثر بالأعراض الجسدية للأمراض المختلفة .

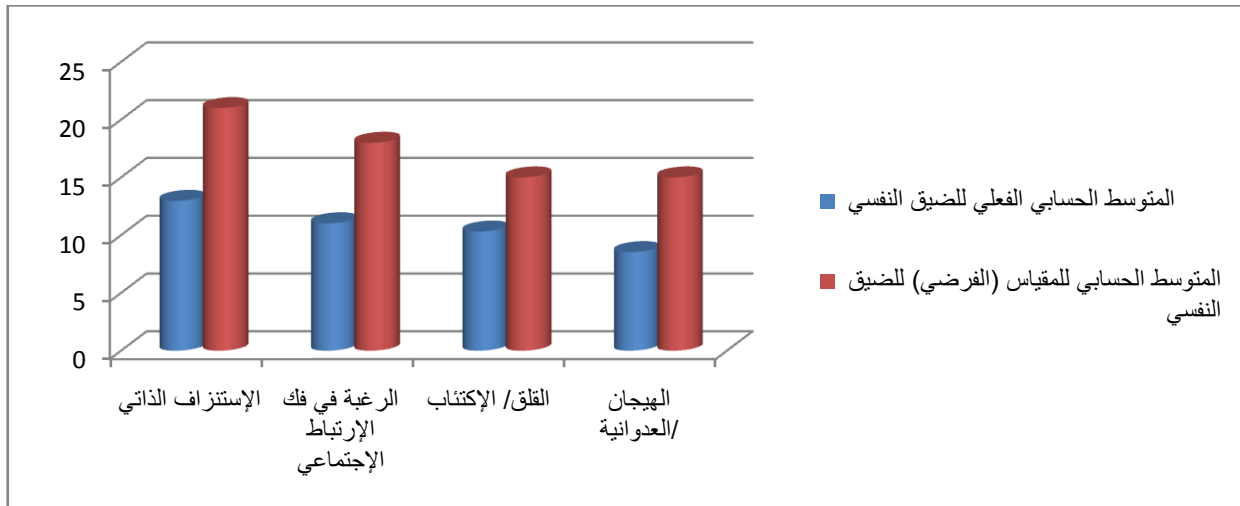
وتتفق نتيجة هذه الدراسة الحالية مع دراسة (حمودة نظيرة ، 2021) والتي توصلت إلى أن مستوى الرفاه النفسي مرتفع لدى عمال الحماية المدنية بولاية تفرت ، وكذلك دراسة (مروان الطاهر الزغبي ، 2009) مستوى الرفاه مرتفع بالنسبة لعمال مصنع لإنتاج الأغذية المعلبة بعمان ، وكذلك دراسة (نسرین خوري، 2019) التي توصلت إلى مستوى الرفاه النفسي مرتفع لدى المتقاعدين المصابين بالأمراض المزمنة .

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (سهيل مقدم، دحو سمية، 2017) والذي توصل إلى أن هناك مستوى متوسط لشعور الموظفين الجمركيين بالإرتياح النفسي ، ودراسة (عيشة علة، نوري الود، 2017) توصلت بان مستوى الرفاه النفسي متوسط لدى العاملين بالمستشفيات الحكومية .

ثانيا : مستوى الضيق النفسي : \* فيما يلي جدول يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للضيق وأبعاده:

جدول (19) يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الضيق النفسي

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي الفعلي	المتوسط الحسابي للمقياس (الفرضي)	متغيرات الدراسة	
5,06	12,97	21	الإستنزاف الذاتي	الضيق النفسي
4,52	11,03	18	الرغبة في فك الارتباط الإجتماعي	
4,30	10,31	15	القلق / الإكتئاب	
3,38	8,53	15	الهيجان / العدوانية	
17.26	42.84	69	المجموع	



شكل رقم (9) يوضح المتوسطات الحسابية لأبعاد الضيق النفسي

يتضح من خلال الجدول رقم (16) أن درجات المتوسط الحسابي للمقياس أكبر من درجات المتوسط الحسابي الفعلي لأبعاد الضيق النفسي، فبالنسبة لأبعاد الضيق سجلنا تصدر بعد الإستنزاف الذاتي في المرتبة الأولى حيث قدر متوسطه الحسابي الفعلي بـ 12,97 بإنحراف معياري بلغ 5,06 وكان متوسطه الحسابي في المقياس (21)، يليه بعد الرغبة في فك الارتباط الإجتماعي بمتوسط حسابي فعلي قدر بـ 11,03 بإنحراف معياري بلغ 4,52 وكان متوسطه الحسابي في المقياس (18)

مما يدل على وجود بعض السمات السلبية يتميز بها بعض العمال ثم في المرتبة الثالثة بعد القلق / الإكتئاب بمتوسط حسابي فعلي قدر بـ **10.31** بإنحراف معياري بلغ **4.30** وكان متوسطه الحسابي في المقياس (15) وفي الأخير بعد الهيجان/العدوانية بمتوسط حسابي فعلي قدر بـ **8,53** بإنحراف معياري بلغ **3,38** وكان متوسطه الحسابي في المقياس (15). ومايمكن ملاحظته أن المتوسطات الحسابية الفعلية للمقياس منخفضة عن المتوسطات الحسابية للمقياس وذلك من خلال المجاميع المبينة في الجدول حيث قدر مجموع المتوسطات الحسابية الفعلية للمقياس **42.84** مقارنة بالمتوسطات الحسابية للمقياس التي بلغ مجموعها **69**.

\* تحديد مستوى الضيق وحساب الفروق بين المتوسط الحسابي الفعلي والمتوسط الحسابي للمقياس

قمنا بتحديد مستويات الضيق فكانت كالآتي :

لدينا عدد بنود الضيق النفسي 23 فقرة وعدد البدائل 05 فتكون العملية كالتالي :

$$23 = 1 * 23$$

$$115 = 5 * 23 \quad ، \quad 115 - 23 = \frac{92}{3} = 30.66 \quad ، \quad \text{بدأ المجال من عدد بنود المقياس } 23 \text{ ونظيف إليه قيمة } 30.66$$

[ 53.66 ، 23 ] منخفض

[ 84.33 ، 53.67 ] متوسطة

[ 115 ، 84.34 ] مرتفع

\* حساب المتوسط الفرضي:  $3 * 23 = 69$  (منتصف البدائل 5) = 69

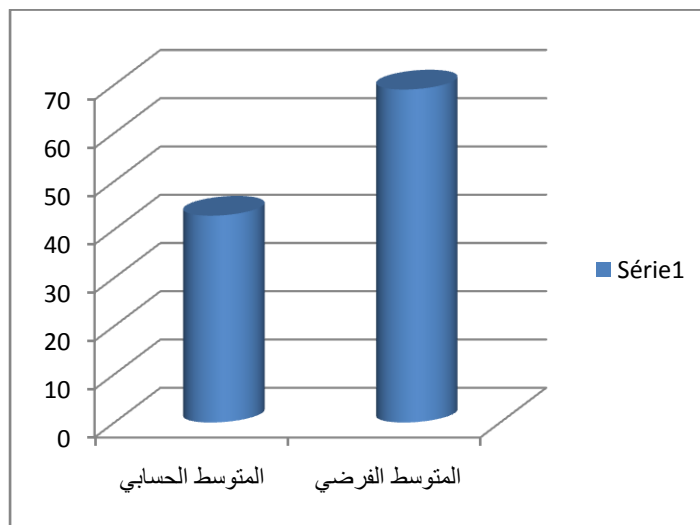
حساب الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي الفعلي للضيق:

فيما يلي جدول يوضح ذلك:

جدول رقم (20) يوضح نتائج اختبار "ت" للعينة الواحدة

المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
42.86	69	15.53	131	-19.32	0.01

يتضح من الجدول أن قيمة المتوسط الحسابي تقدر بـ 42.86 وهي تقع في المجال [ 23، 53.66 ] وهو مستوى منخفض وبالمقارنة مع قيمة المتوسط الفرضي والمقدر بـ 69 وبعد حساب الفرق بين المتوسط وباستخدام اختبار ت لعينة واحدة والذي قدر بـ -19.32، إتضح أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 ومنه نستنتج أن مستوى الضيق النفسي منخفض لدى عمال مفتشية العمل .



شكل رقم (10) يوضح مستوى الضيق النفسي لدى عينة الدراسة

ويمكن تفسير انخفاض مستوى الضيق النفسي لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل إلى أن الضيق النفسي يأتي في معظمه من المصادر التي توجد في مجال العمل وتفرض كم زائد من التعب والقلق على العامل الذي يترتب عليه درجة عالية من التوتر والقلق، وما يلاحظ أن عمال المفتشية يسعون للتغلب عليها وتجنبها والتقليل منها، في داخل العمل و خارجه، وما توضحه النتائج المتحصل عليها بالنسبة للضيق النفسي يبين أنه لاتخلوا أي بيئة عمل من مسببات القلق والصعوبات والمشاكل في العمل، حيث وبالرغم من ارتفاع مستوى الصحة النفسية لدى عمال المفتشية إلا أن ذلك لا يمنع من وجود نسبة من الضيق النفسي لدى

العمال والتي قدرت حسب الجدول رقم (20) بـ 42.84 % وهاته النسبة تختلف حدثها من منظمة إلى أخرى ، فكغيرها من المنظمات يواجه عمال مفتشية العمل بعض الصعوبات والمشاكل التي يسعون إلى التكيف معها تمثلت في :عدم مصداقية عملية تقييم الأداء ،كما يواجهون صعوبات في رتابة العمل وتحديد المهام بطريقة غير مدروسة ، إلى جانب ذلك يواجه المفتشين نقص في وسائل التنقل لأداء المهام المتمثلة في الزيارات التفتيشية وكذلك نقص الحماية اللازمة عند تأديتهم لمهامهم خارج المؤسسة وغيرها من الصعوبات التي يتضح أنهم يسعون إلى التعامل معها وإحتوائها.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (زواني نزيهة ، 2021) التي توصلت إلى أن مستوى الضيق النفسي متوسط لدى المرضى الناجين من وباء كوفيد .19

وبعد حساب مستوى الرفاه النفسي والضيق النفسي إتضح أن مستوى الرفاه النفسي مرتفع على مستوى الضيق النفسي ومن خلاله نستنتج أن عمال المفتشية العمل يتمتعون بصحة نفسية جيدة .



2- عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى :

تنص الفرضية على أنه : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس " ، لمعالجة هذه الفرضية إحصائياً تم استخدام إختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين لدراسة الفروق حسب متغير الجنس وهذا بعد التأكد من شروطها وهي أن تكون العينة عشوائية ، البيانات كمية ، وإعتدالية البيانات وتم التوصل إلى النتائج التالية:

أولاً: الرفاه النفسي :

جدول رقم (21) يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الرفاه النفسي تبعاً للجنس

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
الذكور	80	89.87	13.23	130	0.22	0.82	غير دال
الإناث	52	89.34	12.92				

يتضح من الجدول (21) بأن قيمة متوسط الرفاه لدى الذكور يقارب متوسط الرفاه لدى الإناث والمقدران على التوالي ب 89.87، 89.34، كما أن قيمة ت تقدر 0.22 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه يمكننا رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .

يمكن تفسير ذلك بأن الرفاه النفسي ليس له خصوصية تتعلق بجنس العامل أو الموظف وذلك يرجع للفرص المتاحة لجميع فئات العمال ذكورا وإناثا فعندما تكون الفرصة متاحة ومتساوية وتكون القوانين المعمول بها داخل المنظمة يخضع لها الجميع دون وجود تمييز بين العمال والعاملات ، يمكننا القول بأن هاته المنظمة يتمتع عمالها بصحة نفسية عالية .

وإتفقت هذه الدراسة الحالية مع دراسة (مسعودي محمد، 2016) التي توصلت إلى أنه لا توجد فروق في مستوى الإرتياح النفسي بإختلاف الجنس لدى المعلمين ، كما إتفقت مع دراسة (عيشة، نوري الود، 2017) التي توصلت إلى عدم وجود فرق في الرفاه النفسي لدى العاملين بالمستشفيات الحكومية (اطباء وممرضين) تعزى لمتغير الجنس، واتفقت مع دراسة (عبادو أمال، 2013) ترى بأن الإرتياح الشخصي في مكان العمل لا يختلف بين الجنسين .

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة (توجي عائشة، 2021) التي ترى وجود إختلاف في الرفاه النفسي لدى موظفي الملاحه الجوية للخطوط الجوية الجزائرية تبعاً لمتغير الجنس ، كذلك دراسة (بن زاهي، 2018)

حيث توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية حول مستوى الشعور بالإرتياح النفسي لدى عينة من الشباب الناشط بالجمعيات الجزائرية حيث كان مستوى الإرتياح عالي بالنسبة للذكور مقارنة بنشاطات الإناث . أما دراسة (bryson& al .2019) سجلت مستوى أعلى في الرفاه النفسي للإناث مقارنة بالذكور .

### ثانيا: الضيق النفسي

جدول رقم (22) يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الضيق النفسي تبعا لمتغير الجنس

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
الذكور	80	42.40	16.26	130	-0.42	0.67	غير دال
الإناث	52	43.57	14.46				

يتضح من الجدول (22) بأن قيمة متوسط الضيق لدى الذكور يقارب متوسط الضيق لدى الإناث والمقدران على التوالي ب 42.40، 43.57، كما أن قيمة ت تقدر 0.42 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه يمكننا رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضيق النفسي لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .

ويمكن تفسير ذلك هو أن البعض يرى أن البناء الجيني والهرموني للإناث يجعلهم يتفاعلون مع المواقف بشكل مختلف عن ما يدركه الذكور ، إلا أن الواقع في الوسط المهني وفي الوقت الراهن لم يعد يفرق بين الذكور والإناث، فكلاهما يعملان في ظروف مهنية واحدة ويزاولون نفس المهام ، فهم يواجهون نفس المشاكل اليومية سواء داخل المنظمة أو خارجها ولهم مشاعر وأحاسيس وإنفعالات تتوافر لدى الذكر والإناث .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة الحالية مع الدراسة الأجنبية (هوانغ وآخرون، 2021) التي تشير بأنه لا يوجد تأثير الجنس على الضيق النفسي لدى ضباط الشرطة في الصين أثناء تفشي وباء كوفيد 19 ، وكذلك دراسة

( GUO وآخرون، 2020) توصلت إلى عدم وجود فروق تبعا للجنس في الإكتئاب والقلق واعراض الضغط مابعد الصدمة التي استخدمت لقياس الضيق النفسي لدى مرضى كوفيد 19. إضافة إلى دراسة (زواني نزيهة ، 2021) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الضيق النفسي لدى المرضى الناجين من الوباء المستجد كوفيد 19 حسب الجنس.

وتختلف نتائج الدراسة مع دراسة (Erkinb، 2021 و Durana) التي وجدت أن درجات الضيق النفسي أعلى لدى الرجال مقارنة بالنساء .

2 عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية :

-تنص الفرضية على أنه : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية". لمعالجة هذه الفرضية إحصائياً تم استخدام إختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين لدراسة الفروق حسب الحالة الإجتماعية وتم التوصل إلى النتائج التالية:

أولاً: الرفاه النفسي :

جدول رقم (23) يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الرفاه النفسي تبعاً للحالة الإجتماعية

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
غير متزوج	41	89.65	14.08	130	-0.005	0.89	غير دال
متزوج	91	89.67	12.75				

يتضح من الجدول (23) بأن قيمة متوسط الرفاه لغير المتزوجين يقارب متوسط الرفاه لدى المتزوجين والمقدران على التوالي ب 89.65، 89.67، كما أن قيمة ت تقدر ب 0.005 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه يمكننا رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاه النفسي لدى ع مال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية .

يمكن تفسير النتائج المتحصل عليها إلى أن كل من فئة المتزوجين و الغير متزوجين ليس لديهم فوارق كبيرة في الأهداف والطموحات وفي علاقاتهم مع الآخرين وفي إندماجهم الإجتماعي الأمر الذي ينعكس إيجاباً على سلوكياتهم وأدائهم لأعمالهم خاصة في بيئة العمل التي تجمعهم ، كما يمكن إرجاع عدم وجود إختلاف في الرفاه النفسي لدى عينة الدراسة إلى التأثير المماثل لأهمية ومكانة العمل بالنسبة للمتزوجين وغير المتزوجين ولأسرهم ودوره في تعزيز الصحة النفسية وزيادة التقدير الإيجابي لذواتهم وبشكل عام هم يواجهون التحديات والصعاب نفسها في العمل لذلك ينعدم الفرق بينهما في الشعور بالرفاه النفسي .

وكما يمكن تفسير ذلك بأن المتزوجين عندما يتوفر لهم الإستقرار والجو الملائم في البيت ويتقاسمون مسؤوليات الحياة الزوجية، ويتفهم الطرفان لوضعيات بعضهم البعض الذي بدوره يخفف من المشاكل الحياتية مما يؤدي إلى تحقيق الراحة النفسية لهما والتي تنعكس بالإيجاب على العمل والتي تظهر في الترقية

لمناصب أعلى والزيادة في الدخل الشهري وبالتالي تحقيق متطلبات الأسرة وإشباع حاجاتهم وتحقيق الشعور بالرفاه النفسي ، أما بالنسبة لغير المتزوج فحصوله على منصب عمل يكون قد خلصه من شبح البطالة وهذا يشعره بإرتياح نفسي ويجد نفسه مرغما على التعامل مع متطلبات المنظمة بإيجابية . كذلك غياب الإرتباط الأسري الذي يخفف عليه أعباء ومسؤوليات الحياة الزوجية، مع مساندة الأهل له تحقق له راحة نفسية ، كما يشترك الغير المتزوج والمتزوج في حسن العلاقة فيما بينهم وعلاقاتهم الإيجابية مع زملائهم في العمل و مع الآخرين .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة الحالية مع دراسة (حمود نظيرة ، 2021) والتي توصلت إلى أنه لا توجد فروق في الرفاه النفسي لدى عمال الحماية المدنية بتقريت تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية، كذلك دراسة ( دحو سمية، سهيل مقدم، 2017 ) تشير إلى عدم وجود فرق في الإرتياح النفسي لدى عمال الجمارك بوهران تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية .

إضافة إلى دراسة (شيخي مريم، 2014) التي ترى أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى الأستاذ الجامعي حسب الحالة الإجتماعية .

#### ثانيا :الضيق النفسي :

جدول رقم (24) يوضح نتائج إختبار "ت" للفروق في الضيق النفسي تبعا للحالة الإجتماعية

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
غير متزوج	41	45.36	14.55	130	1.24	0.21	غير دال
متزوج	91	41.73	15.91				

ينضح من الجدول (24) بأن قيمة متوسط الضيق النفسي لغير المتزوج يقارب متوسط الضيق لدى المتزوج والمقدران على التوالي ب 45.36، 41.73 ، كما أن قيمة ت تقدر ب 0.21 وهي غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ومنه يمكننا رفض فرضية البحث وقبول الفرض الصفري والذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضيق النفسي لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية .

ويمكن تفسير ذلك بأن رغبة الموظف الغير المتزوج في بناء مستقبله والبحث عن طرق وأساليب لتحسين واقعه المعيشي والمهني نجده أيضا سائد عند الموظف المتزوج ،كما أن الغير المتزوج والمتزوج يعملون بنفس الظروف وبنفس الطريقة وملزمين بأداء دورهم المهني بشكل سليم، يخضعون لنفس القوانين والتعليمات واللوائح التنظيمية فهم عمال مسؤولين عن تحقيق أهداف المؤسسة التي يعملون بها وبهذا فإن الضيق النفسي يتأثر بعوامل أخرى قد تكون سببا مباشر له .

### 3 - عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

-تنص الفرضية على أنه : " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصحة النفسية (الرفاه النفسي، الضيق النفسي) لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية" وتم معالجة الفرضية إحصائيا باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي ANOV وتم التوصل إلى النتائج التالية :

أولا :الرفاه النفسي :

جدول رقم (25) يوضح نتائج تحليل التباين في الرفاه النفسي تبعا لمتغير الأقدمية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
بين المجموعات	362.825	2	181.413	1.054	0.35	غير دال
داخل المجموعات	22208.508	129	172.159			
المجموع الكلي	22571.333	131				

يتضح من الجدول (25) أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغت قيمته (362.82) وتمثلت درجة الحرية بقيمة (2) وقيمة مربع المتوسطات (181.413) واما قيمة مجموع المربعات داخل المجموعات قدرت بـ (22208.508) بدرجة حرية (129) وقيمة مربع المتوسطات (172.159) أما قيمة (F) لكل منها قدرت بـ (1.054) وهي غير دالة إحصائيا حيث بلغ قيمة sig=0.35 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نرفض الفرضية التي تقضي بوجود فروق دالة إحصائيا في الصحة النفسية بالنسبة للرفاه النفسي حسب متغير الأقدمية ونقبل الفرض الصفري الذي ينفي بوجود فروق في الرفاه النفسي حسب الأقدمية لدى عينة الدراسة .

يمكن تفسير ذلك بأن عمال المفتشية العمل بإختلاف سنوات عملهم فهم يعيشون نفس ظروف العمل ويشتركون في حبهم لعملهم ويشعرون بالراحة النفسية والسعادة أثناء تأدية واجباتهم ومسئولياتهم رغم الضغوط والمخاطر التي يتعرضون لها ، يقدمون المساعدة والإرشاد لزملائهم في العمل وحتى الأشخاص الأخرين خارج مجال العمل، كما أن مفتشية العمل وتنظيمها يعمل على الحفاظ على المورد البشري بتحسين كفاءته وتكوينه وخلق جو تنافسي مما يعطي الفرصة للموظف أن يبدي رغبة في التطور وتقديم الأفضل بغض النظر عن أقدميته لذلك لاتوجد فروق في الرفاه النفسي بالنسبة لمتغير الأقدمية داخل بيئة العمل . وهذا مايسهم في تطوير المؤسسة واستمرارية العمل كما يحافظ على سمعة المؤسسة ورفيها ، وتتفق نتيجة هذه

الدراسة مع دراسة (مسعودي محمد ، 2016) التي كشفت عن عدم وجود فروق دال إحصائيا في مستوى الرفاه النفسي لدى المعلمين في المدرسة الابتدائية ستغانم تعزى لمتغير الأقدمية ، كذلك دراسة (حمودة نظيرة، 2021) والتي أشارت إلى عدم وجود تأثير الأقدمية على الرفاه النفسي لدى عمال الحماية المدنية بتقريت ، بالإضافة إلى دراسة (دحو سمية، سهيل مقدم ، 2017) التي تشير بعدم وجود فروق في الإرتياح النفسي لدى عمال الجمارك بوهران تعزى لمتغير الأقدمية .

ثانيا :الضيق النفسي :

جدول رقم (26) تحليل التباين الأحادي الإتجاه (ANOVA) في الضيق النفسي تبعا لمتغير الأقدمية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	مربع المتوسطات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار الإحصائي
بين المجموعات	771.189	2	385.595	1.61	0.20	غير دال
داخل المجموعات	30858.356	129	239.212			
المجموع الكلي	31629.545	131	/			

يتضح من الجدول (26) أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغت قيمته (771.189) وتمثلت درجة الحرية بقيمة (2) وقيمة مربع المتوسطات (385.595) واما قيمة مجموع المربعات داخل المجموعات قدرت بـ (30858.356) بدرجة حرية (129) وقيمة مربع المتوسطات (239.212) أما قيمة (F) لكل منها قدرت بـ(1.61) وهي غير دالة إحصائيا حيث بلغ قيمة sig=0.20 وهي أكبر من

مستوى الدلالة 0.05 ومنه نرفض الفرضية التي تقضي بوجود فروق دالة إحصائية في الصحة النفسية بالنسبة للضييق النفسي حسب متغير الأقدمية ونقبل الفرض الصفري الذي ينفي بوجود فروق في الضيق النفسي حسب الأقدمية لدى عينة الدراسة .

يمكن أن نفسر النتيجة المتحصل عليها أن عمال مفتشية العمل على إختلاف سنوات عملهم وبالرغم من أن أغلبهم لديهم أقدمية في العمل في المجال [14.2]حيث بلغ عددهم 86 عامل يمثلون 65.2% من العينة الكلية فهم يرون بأنهم قادرون على التحكم في بيئة العمل ومواجهة المشكلات التنظيمية وإعتمادهم على الطرق المناسبة والناجعة لحل المشكلات وتنفرد نتيجة الدراسة الحالية بهذه النتيجة ولم نجد دراسة تطرقت لوجود تأثير الضيق النفسي لمتغير الأقدمية .

# الإستنتاج العام والإقتراحات



## الإستنتاج العام :

من خلال دراسة مستوى الصحة النفسية (الرفاه النفسي ،الضيق النفسي) لعمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة،وكذا الكشف عن الفروق بإختلاف الجنس، والحالة الإجتماعية ، الأقدمية. تم التوصل إلى النتائج الآتية :

-مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي ) في العمل لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة مرتفع

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي) في العمل لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي) في العمل لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لتغير الحالة الإجتماعية .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي ، الضيق النفسي) في العمل لدى عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.

وقد قام الباحث بتفسير ومناقشة هذه النتائج بناء على ما توصلت إليه الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع دراستنا الحالية .

## الإقتراحات :

على ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية سنقدم بعض الإقتراحات منها

والتي سنعرضها في النقاط الآتية :

- 1- تعزيز الصحة النفسية وذلك بتطوير جوانب العمل الإيجابية ونقاط القوة لدى الموظفين
- 2-العدالة في تقسيم المهام
- 3 -ضرورة أن تتوفر مفتشية العمل على دورات تكوينية لعمالها لتجديد المعارف وهذا في ظل التغيرات الحاصلة.
- 4 -خلق منصب أخصائي في علم النفس عمل وتنظيم في المفتشية الجهوية للعمل لتقديم المساعدة للعمال .

- 5- إعداد مقاييس الصحة النفسية بقطبيها الثنائي تتلائم مع المجتمع الجزائري .
- 6- توفير مستلزمات وإحتياجات متطلبات العمل التي تساهم في الأداء الجيد والذي يعود بالفائدة للمنظمة.

كما تقترح الدراسة الحالية مواضيع لدراسات مستقبلية مثل:

- 1-الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى عمال أعوان الشبايبك البريد والمواصلات .
- 2- الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى عمال أعوان الشبايبك بالبلديات .
- 3- الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى عمال أعوان الحماية المدنية بورقلة.
- 4-الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى الممرضات بالمستشفيات .
- 5- الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى عمال الحراسة بالشركات البترولية .
- 6-الصحة النفسية (الرفاه،الضيق) لدى عمال مفتشية التجارة .

# المراجع

# المراجع

## المراجع باللغة العربية :

### أولا : الكتب

- بشرى إسماعيل .(2004).القياس النفسي .ط1.القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بشير معمريه.(2007).القياس النفسي وتصميم أدواته.الجزائر.منشورات الحبر تعاونية عيسات إيدير
- حامد زهران.(1997).الصحة النفسية والعلاج النفسي .ط1.القاهرة:عالم الكتب
- حسين فايد.(2004).علم النفس المرضي.ط1.الإسكندرية:طيبة للنشر والتوزيع
- سامر رضاوان.(2009).الصحة النفسية.ط1.عمان:دار المسيرة
- عبد الحبار محمد عزيز.(2005) .علم النفس الفيزيولوجي.ط1.الكويت: دار الكتب الحديثة.
- عبد الحفيظ مقدم.(2003).الإحصاء و القياس النفسي والتربوي.ط3.الجزائر:ديوان المطبوعات الجامعية.
- عبد الرحمان بدوي.(1977) .مناهج البحث العلمي.ط3.الكويت:وكالة المطبوعات
- عبد السلام عبد الغفار.(2001).مقدمة في الصحة النفسية.ط1.القاهرة:دار النهضة العربية.
- محمد عبد الله.(2004).مدخل إلى الصحة النفسية.ط1.عمان:دار الفكر .
- محمد عبيدات وآخرون.(1999).منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات .ط1.عمان.الأردن:دار وائل للنشر .

- مصطفى خليل الشرقاوي .(2014).علم الصحة النفسية.ط1.القاهرة:دار النهضة العربية

### ثانيا :المذكرات والرسائل الجامعية :

- جفال مقران.(2017).علاقة الدافعية الصادرة عن العزم الذاتي بالصحة النفسية للعامل في ضوء المقاربة الإجتماعية المعرفية.أطروحة دكتورا.جامعة الجزائر.الجزائر.
- حسن علي سيد.(2007).أساليب التعامل مع الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضى الوظيفي ونوع التأهيل وأنماط يونك للشخصية لدى معلمي المدار الابتدائية.أطروحة دكتورا.كلية التربية.جامعة بغداد.
- سارة السويلم.(2019).الرفاهية النفسية لدى عينة من طالبات جامعة الحدود الشمالية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية.ماجستير توجيه والإرشاد التربوي.معهد الدراسات العليا التربوية.جامعة الملك عبد العزيز.السعودية.
- عائشة توجي.(2020).الرفاه النفسي لدى موظفي الملاحة الجوية للخطوط الجوية الجزائرية.مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي.في علم النفس عمل وتنظيم.جامعة ورقلة .

- عطية عصام بوزيدي (2020). بناء نموذج تنبؤي للصحة النفسية في العمل لدى الأساتذة العاملين في المؤسسات التربوية. رسالة دكتورا. جامعة ورقلة
- فتيحة فضيلي (ب.س). نحو بناء نموذج نظري للصحة النفسية في العمل. جامعة التكوين المتواصل، مركز خروية، الجزائر.
- قدور نوبيات (2013). علاقة الكدر الزوجي بكل من الصحة النفسية والوضى عن الحياة لدى عينة من المتزوجين. أطروحة دكتورا في علم النفس الإجتماعي. جامعة قاصدي مرياح ورقلة .
- محمد جاسم ولي (1999). دور الضغوط وأساليب التعامل معها وعلاقتها بالرضى الوظيفي لدى المعلمات والمعلمين. رسالة ماجستير. كلية التربية جامعة المستنصرية.
- نسرین خوري (2019). الرفاه النفسي لدى مرتفعي ومنخفضي الشعور بالوحدة النفسية من المتقاعدين المصابين بارتفاع ضغط الدم. أطروحة دكتورا الطور الثالث فرع علم النفس تخصص علم النفس الصحة. كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية. جامعة سطيف.
- نظيرة حمودة (2021). الرفاه النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى عمال الحماية المدنية بمدينة تڤرت. مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي. في علم النفس عمل وتنظيم. جامعة ورقلة .
- ثالثا: الدوريات والمقالات العلمية :**

- أحمد أبو سعد (2015). معنى الحياة لدى العاملين في وزارة الصحة وعلاقته بأسلوب الحياة لديهم في محافظة الكرك. الجامعة الأردنية. عمان .
- العيد بن سميشة (2020). ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الترويحي الرياضي والرفاهية النفسية لدى الطلبة الجامعة. مجلة إتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس. جامعة دمشق. المجلد 14. العدد 1.
- سلوى الفهاد المري (2018). الخصائص السيكومترية للرفاه النفسي لدى الإناث المصابات بأعراض مزمنة. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية. الرياض. جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمان. العدد 5.
- سمية الجعافرة، فارس حلمي (2005). الصحة النفسية للعاملين وعلاقتها ببعض جوانب بيئة العمل في قطاع الصناعات الدوائية الأردنية. دراسات العلوم الإنسانية والإجتماعية. الأردن. مجلد 32. العدد 2.
- شافية بن حفيظ، هاجر مناخ (2015). مستوى الصحة النفسية لدى عينة من القابلات العاملات في المؤسسة الإستشفائية المتخصصة بالأم والطفل. دراسات نفسية وتربوية. جامعة قاصدي مرياح ورقلة الجزائر. عدد 15.
- شند، وآخرون (2013). مقياس الرفاهية النفسية للشباب الجامعي مجلة الإرشاد النفسي. مركز الإرشاد النفسي. مصر. دار منظومة الرواد في قواعد المعلومات العربية. العدد 36

- عايدة ناجي (2020). الصحة النفسية والسيكوسوماتية وعلاقتها بالأداء المهني لدى القابات. مجلة العلوم الإنسانية لجامعة ام البواقي، لمجلد 07، العدد 02
- مروان الطاهر الزعبي (2009). جودة علاقات العمل الإجتماعية وعلاقتها بمستوى الإلتزام الوظيفي والرفاه النفسي للموظفين. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية. الجامعة الأردنية. مجلد 36. العدد 2.
- نزيهة زواني (2021). الضيق النفسي لدى المرضى الناجين من الوباء المستجد كوفيد19 في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الرسالة للدراسات والبحوث الإنسانية. جامعة الجزائر. تيزي وزو. مجلد 6. العدد 3.

## \*المراجع باللغة الأجنبية\*

- Bouterfas, N., & Desrumaux, P. (2014, juillet). Vers un modelé de la sante psychologique au travail des agents du social et de l'insertion : quels inducteur organisationnels, psychosociaux et personnels sur le bien- être, la détresse et l' \_épuiement ? Thèse de doctorat, Université de lille3.
- Davezies, P. (1997). Evolution des organisations du travail et atteintes à la santé Travailler.
- Keyes, C. L. M. (2005). Une conception élargie de la santé mentale. Revue Québécoise
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélair, S., & Battaglini, A. (1998b). Élaboration et validation d'un outil de mesure du bien-être psychologique: L'ÉMMDEP, Revue Canadienne de Santé Publique, 89(5).
- Valeyre A. (2006b), Conditions de travail et santé au travail dans l'Union européenne : des situations contrastées selon les formes d'organisation, Document de travail,

# الملاحق

**ملحق رقم (01):** يوضح إستبيان الدراسة الحالية

جامعة قاصدي مرباح – ورقلة-

كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية.

قسم علم النفس وعلوم التربية.

تخصص علم النفس عمل وتنظيم

إستبيان

البيانات الشخصية:

الجنس: ذكر  ، أنثى

الأقدمية:  سنة ، الحالة الإجتماعية: غير متزوج  متزوج

سيدي / سيديتي المحترم (ة):

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر نضع بين يديك هذه العبارات ونرجو منك الإجابة عنها بشكل كامل بكل صدق وصراحة وتؤكد أنه لا يوجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة إنما الإجابة الأكثر ملائمة هي الإجابة التي تنطبق عليك، وذلك بوضع علامة (X) أمام الخانة الملائمة، ومع العلم أن إجابتك لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي وأنها ستحظى بالسرية الكاملة.

مثال توضيحي: ضع علامة (X) في الخانة المناسبة.

تقريبا دائما	في كثير من الأحيان	نصف الوقت	نادرا	تقريبا أبدا	
	X				- اعرف كيف اواجه بكل ايجابية الوضعيات الصعبة

عند قراءتك لهذه الفقرة ووجدت أنها تنطبق عليك أحيانا ضع علامة (X)

وشكراً على تعاونك



الرقم	العبارات	تقريبا أبدا	نادرا	نصف الوقت	في كثير من الأحيان	تقريبا دائما
1	اعرف كيف اواجه بكل ايجابية الوضعيات الصعبة					
2	اجد حولا لمشاكلي دون عناء					
3	انا في الغالب هادئ وثابت					
4	لقد تمكنت من ترتيب الأشياء بوضوح عندما تواجهني وضعيات معقدة					
5	اشعر بانني بصحة ، وفي لياقة عالية					
6	لدي معنويات جيدة					
7	لدي انطباع بانني حقا استمتع واعي ش الحياة على اكمل وجه					
8	اشعر بانني في حال جيدة مع نفسي ، وفي سلام مع ذاتي					
9	اجد الحياة مثيرة، وارادت الاستمتاع بكل لحظة فيها					
10	احافظ على ذوق ممارسة هواياتي ونشاطاتي المفضلة خارج عملي					
11	كنت استيقظ باكرا، وانجزت الكثير في عملي					
12	كنت اشعر بالفضول والاهتمام لكثير من الأشياء					
13	لدي اهداف وطموحات					
14	اشعر بالثقة.					
15	اشعر بانني مفيد					
16	اجد عملي مشوقا ولدي الرغبة في الاستفادة من ذلك					
17	اعمل في اعتدال ، مع تفادي الوقوع في المبالغة					
18	لدي توازن بين نشاطاتي المهنية والعائلية والشخصية					
19	اشعر بانني متوازن عاطفيا.					
20	ابتسم بسهولة					
21	انا مساوي لذاتي ،طبيعي، في كل الظروف					
22	أشعر أن مزاجي جيد، واستطيع اضحاك زملائي في العمل					
23	انا دائم الاستماع لزملائي					

الرقم	العبارات	تقريبا أبدا	نادرا	نصف الوقت	في كثير من الأحيان	تقريبا دائما
1	اشعر بالنقصان وان قيمتي متدنية.					
2	لدي الشعور بانني غير نافع في عملي.					
3	افتقر الى الثقة بنفسي.					
4	أبقى بعيدا عن زملائي قدر الامكان					
5	اجد صعوبة في مواجهة مشاكلتي.					
6	لدي انطباع بان زملائي لا يحبونني.					
7	لدي انطباع بانني ضيعت مسيرتي المهنية.					
8	انا على خلاف مع زملائي في العمل.					
9	انا عدواني مع زملائي، ومن اجل لاشيء					
10	انا متغطرس وغير مهذب مع زملاء العمل.					
11	افتقد للصبر					
12	انا احساس جدا تجاه زملائي، واغضب من اي تعليق موجه لي.					
13	أشعر بالانشغال وعدم الارتياح في عملي					
14	اشعر بانني حزين.					
15	اشعر بانني مكتئب، او كأني أنزل الى الهاوية.					
16	اشعر بحال سيئة بداخلي .					
17	اشعر بالإجهاد عندما أكون تحت الضغط					
18	اشعر بانه لاتوجد لدي رغبة في العمل، ولم أعد مهتم					
19	أنا اقل احتراما لافكار وارااء زملائي					
20	ليس لدي رغبة في ان افعل المزيد مهما يكن.					
21	في الغالب افتقد الى المبادرة، انا قليل الاقدام.					
22	لدي الرغبة في ترك والتنازل عن عملي					
23	اجد صعوبة في التركيز على عملي					

## ملحق رقم (02) صدق المقارنة الطرفية (الرفاه، الضيق)

بنسبة 33% الرفاه النفسي

### Group Statistics

	المبحوثين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	الدنيا الدرجات	10	85.7000	8.02842	2.53881
	العليا الدرجات	10	116.7000	17.25656	5.45700

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	.674	.422	-5.151-	18	.000	-31.00000-	6.01867	-3.64477-	-18.35523-
	Equal variances not assumed			-5.151-	12.722	.000	-31.00000-	6.01867	44.03153-	-17.96847-

### الضيق النفسي

### Group Statistics

	المبحوثين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	الدنيا الدرجات	10	30.1000	5.30094	1.67631
	العليا الدرجات	10	52.8000	6.49444	2.05372

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	1.448	.244	-8.563-	18	.000	-22.70000-	2.65100	28.26954-	17.13046-
	Equal variances not assumed			-8.563-	17.306	.000	-22.70000-	2.65100	28.28560-	17.11440-

## ملحق رقم (03) صدق الإتساق الداخلي

### إنتماء الفقرة للبعد \*الرفاه النفسي ، الضيق النفسي\*

#### 1- الرفاه النفسي \*البعد الأول

##### Correlations

		1بعد	1س	2س	3س	4س
1بعد	Pearson Correlation	1	.618**	.703**	.637**	.665**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	30	30	30	30	30
1س	Pearson Correlation	.618**	1	.363*	.104	.131
	Sig. (2-tailed)	.000		.049	.586	.490
	N	30	30	30	30	30
2س	Pearson Correlation	.703**	.363*	1	.108	.350
	Sig. (2-tailed)	.000	.049		.570	.058
	N	30	30	30	30	30
3س	Pearson Correlation	.637**	.104	.108	1	.409*
	Sig. (2-tailed)	.000	.586	.570		.025
	N	30	30	30	30	30
4س	Pearson Correlation	.665**	.131	.350	.409*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.490	.058	.025	
	N	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*البعد الثاني :

##### Correlations

		2البعد	5س	6س	7س	8س	9س
2البعد	Pearson Correlation	1	.754**	.830**	.701**	.572**	.647**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.001	.000
	N	30	30	30	30	30	30
5س	Pearson Correlation	.754**	1	.672**	.324	.178	.295
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.081	.347	.114
	N	30	30	30	30	30	30
6س	Pearson Correlation	.830**	.672**	1	.359	.404*	.475**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.051	.027	.008
	N	30	30	30	30	30	30
7س	Pearson Correlation	.701**	.324	.359	1	.391*	.339
	Sig. (2-tailed)	.000	.081	.051		.033	.067
	N	30	30	30	30	30	30
8س	Pearson Correlation	.572**	.178	.404*	.391*	1	.265
	Sig. (2-tailed)						
	N	30	30	30	30	30	30

	Sig. (2-tailed)	.001	.347	.027	.033		.156
	N	30	30	30	30	30	30
9س	Pearson Correlation	.647**	.295	.475**	.339	.265	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.114	.008	.067	.156	
	N	30	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*البعد الثالث :

### Correlations

		3البعد	10س	11س	12س	13س
3البعد	Pearson Correlation	1	.755**	.577**	.640**	.470**
	Sig. (2-tailed)		.000	.001	.000	.009
	N	30	30	30	30	30
10س	Pearson Correlation	.755**	1	.342	.234	.109
	Sig. (2-tailed)	.000		.064	.213	.566
	N	30	30	30	30	30
11س	Pearson Correlation	.577**	.342	1	.054	.010
	Sig. (2-tailed)	.001	.064		.778	.958
	N	30	30	30	30	30
12س	Pearson Correlation	.640**	.234	.054	1	.284
	Sig. (2-tailed)	.000	.213	.778		.128
	N	30	30	30	30	30
13س	Pearson Correlation	.470**	.109	.010	.284	1
	Sig. (2-tailed)	.009	.566	.958	.128	
	N	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*البعد الرابع :

### Correlations

		4البعد	14س	15س	16س	17س
4البعد	Pearson Correlation	1	.388*	.360	.976**	.340
	Sig. (2-tailed)		.034	.050	.000	.066
	N	30	30	30	30	30
14س	Pearson Correlation	.388*	1	.769**	.196	.655**
	Sig. (2-tailed)	.034		.000	.300	.000
	N	30	30	30	30	30
15س	Pearson Correlation	.360*	.769**	1	.186	.483**
	Sig. (2-tailed)	.050	.000		.326	.007
	N	30	30	30	30	30
16س	Pearson Correlation	.976**	.196	.186	1	.170
	Sig. (2-tailed)	.000	.300	.326		.368

N		30	30	30	30	30
س17	Pearson Correlation	.340	.655**	.483**	.170	1
	Sig. (2-tailed)	.066	.000	.007	.368	
N		30	30	30	30	30

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## البعد الخامس

### Correlations

		5البعد	س18	س19	س20	س21
5البعد	Pearson Correlation	1	.634**	.817**	.675**	.744**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	30	30	30	30	30
س18	Pearson Correlation	.634**	1	.535**	.156	.172
	Sig. (2-tailed)	.000		.002	.411	.364
	N	30	30	30	30	30
س19	Pearson Correlation	.817**	.535**	1	.349	.510**
	Sig. (2-tailed)	.000	.002		.059	.004
	N	30	30	30	30	30
س20	Pearson Correlation	.675**	.156	.349	1	.403*
	Sig. (2-tailed)	.000	.411	.059		.027
	N	30	30	30	30	30
س21	Pearson Correlation	.744**	.172	.510**	.403*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.364	.004	.027	
	N	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## البعد السادس

### Correlations

		6البعد	س22	س23	س24	س25
6البعد	Pearson Correlation	1	.869**	.757**	.815**	.630**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000
	N	30	30	30	30	30
س22	Pearson Correlation	.869**	1	.748**	.620**	.326
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.079
	N	30	30	30	30	30
س23	Pearson Correlation	.757**	.748**	1	.539**	.156
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.002	.409
	N	30	30	30	30	30

س24	Pearson Correlation	.815**	.620**	.539**	1	.343
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002		.063
	N	30	30	30	30	30
س25	Pearson Correlation	.630**	.326	.156	.343	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.079	.409	.063	
	N	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## 2- مقياس الضيق النفسي

### الإتساق الداخلي

#### الCorrelations

		المحور الأول	1ف	2ف	3ف	4ف	5ف	6ف	7ف
الأول_المحور	Pearson Correlation	1	.418*	.663**	.598**	.739**	.547**	.500**	.407*
	Sig. (2-tailed)		.022	.000	.000	.000	.002	.005	.026
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
1ف	Pearson Correlation	.418*	1	.317	.375*	.184	.067	.055	.072
	Sig. (2-tailed)	.022		.088	.041	.331	.724	.772	.704
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
2ف	Pearson Correlation	.663**	.317	1	.499**	.536**	.205	.493**	-.005
	Sig. (2-tailed)	.000	.088		.005	.002	.278	.006	.981
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
3ف	Pearson Correlation	.598**	.375*	.499**	1	.577**	.066	.341	-.108
	Sig. (2-tailed)	.000	.041	.005		.001	.728	.065	.569
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
4ف	Pearson Correlation	.739**	.184	.536**	.577**	1	.509**	.226	-.112
	Sig. (2-tailed)	.000	.331	.002	.001		.004	.229	.555
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
5ف	Pearson Correlation	.547**	.067	.205	.066	.509**	1	.026	-.002
	Sig. (2-tailed)	.002	.724	.278	.728	.004		.892	.993
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
6ف	Pearson Correlation	.500**	.055	.493**	.341	.226	.026	1	.137
	Sig. (2-tailed)	.005	.772	.006	.065	.229	.892		.471
	N	30	30	30	30	30	30	30	30

ف7	Pearson Correlation	.407*	.072	-.005	-.108	-.112	-.002	.137	1
	Sig. (2-tailed)	.026	.704	.981	.569	.555	.993	.471	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		الثاني_المحور	ف8	ف9	ف10	ف11	ف12
الثاني_المحور	Pearson Correlation	1	.458*	.455*	.371*	.739**	.530**
	Sig. (2-tailed)		.011	.012	.044	.000	.003
	N	30	30	30	30	30	30
ف8	Pearson Correlation	.458*	1	.465**	.306	.143	-.027
	Sig. (2-tailed)	.011		.010	.100	.450	.887
	N	30	30	30	30	30	30
ف9	Pearson Correlation	.455*	.465**	1	.333	.088	.221
	Sig. (2-tailed)	.012	.010		.072	.643	.241
	N	30	30	30	30	30	30
ف10	Pearson Correlation	.371*	.306	.333	1	-.024	.097
	Sig. (2-tailed)	.044	.100	.072		.901	.611
	N	30	30	30	30	30	30
ف11	Pearson Correlation	.739**	.143	.088	-.024	1	.035
	Sig. (2-tailed)	.000	.450	.643	.901		.854
	N	30	30	30	30	30	30
ف12	Pearson Correlation	.530**	-.027	.221	.097	.035	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.887	.241	.611	.854	
	N	30	30	30	30	30	30

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		الثالث_المحور	ف13	ف14	ف15	ف16	ف17
الثالث_المحور	Pearson Correlation	1	.749**	.730**	.817**	.651**	.564**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.001
	N	30	30	30	30	30	30
ف13	Pearson Correlation	.749**	1	.471**	.482**	.533**	.216
	Sig. (2-tailed)	.000		.009	.007	.002	.252
	N	30	30	30	30	30	30
ف14	Pearson Correlation	.730**	.471**	1	.589**	.317	.119
	Sig. (2-tailed)	.000	.009		.001	.087	.532
	N	30	30	30	30	30	30
ف15	Pearson Correlation	.817**	.482**	.589**	1	.422*	.406*
	Sig. (2-tailed)	.000	.007	.001		.020	.026
	N	30	30	30	30	30	30



ف16	Pearson Correlation	.651**	.533**	.317	.422*	1	.137
	Sig. (2-tailed)	.000	.002	.087	.020		.471
	N	30	30	30	30	30	30
ف17	Pearson Correlation	.564**	.216	.119	.406*	.137	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.252	.532	.026	.471	
	N	30	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Correlations

		الرابع_المحور	ف18	ف19	ف20	ف21	ف22	ف23
الرابع_المحور	Pearson Correlation	1	.706**	.414*	.641**	.800**	.635**	.530**
	Sig. (2-tailed)		.000	.023	.000	.000	.000	.003
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف18	Pearson Correlation	.706**	1	-.038	.573**	.430*	.361*	.331
	Sig. (2-tailed)	.000		.842	.001	.018	.050	.074
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف19	Pearson Correlation	.414*	-.038	1	-.015	.309	.050	.139
	Sig. (2-tailed)	.023	.842		.938	.096	.791	.464
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف20	Pearson Correlation	.641**	.573**	-.015	1	.402*	.201	.050
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.938		.027	.286	.792
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف21	Pearson Correlation	.800**	.430*	.309	.402*	1	.451*	.462*
	Sig. (2-tailed)	.000	.018	.096	.027		.012	.010
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف22	Pearson Correlation	.635**	.361*	.050	.201	.451*	1	.323
	Sig. (2-tailed)	.000	.050	.791	.286	.012		.081
	N	30	30	30	30	30	30	30
ف23	Pearson Correlation	.530**	.331	.139	.050	.462*	.323	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.074	.464	.792	.010	.081	
	N	30	30	30	30	30	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## ملحق رقم (04) الإتساق الداخلي

إتماء البعد للمقياس ككل \* الرفاه النفسي ، الضيق النفسي \*

### الرفاه النفسي

#### Correlations

		1 البعد	1 الكلي_المجموع
1 البعد	Pearson Correlation	1	.656**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.656**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Correlations

		2 البعد	1 الكلي_المجموع
2 البعد	Pearson Correlation	1	.754**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.754**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Correlations

		3 البعد	1 الكلي_المجموع
3 البعد	Pearson Correlation	1	.499**
	Sig. (2-tailed)		.005
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.499**	1
	Sig. (2-tailed)	.005	
	N	30	30

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

#### Correlations

		4 البعد	1 الكلي_المجموع
4 البعد	Pearson Correlation	1	.808**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.808**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		5 البعد	1 الكلي_المجموع
5 البعد	Pearson Correlation	1	.536**
	Sig. (2-tailed)		.002
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.536**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		6 البعد	1 الكلي_المجموع
6 البعد	Pearson Correlation	1	.512**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	30	30
1 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.512**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### \*الضيق النفسي

### Correlations

		الأول_المحور	2 الكلي_المجموع
الأول_المحور	Pearson Correlation	1	.842**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
2 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.842**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		الثاني_المحور	2 الكلي_المجموع
الثاني_المحور	Pearson Correlation	1	.621**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
2 الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.621**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		الثالث_المحور	2الكلي_المجموع
الثالث_المحور	Pearson Correlation	1	.760**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
2الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.760**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		الرابع_المحور	2الكلي_المجموع
الرابع_المحور	Pearson Correlation	1	.901**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	30	30
2الكلي_المجموع	Pearson Correlation	.901**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	30	30

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**ملحق رقم (05) ثبات الفا كرومباخ – التجزئة النصفية**  
لمقياس الرفاه النفسي و الضيق النفسي

الرفاه النفسي

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.859	23

التجزئة النصفية

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.743
		N of Items	12 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.311
		N of Items	12 <sup>b</sup>
Total N of Items			24
Correlation Between Forms			.670
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.802
	Unequal Length		.802
Guttman Split-Half Coefficient			.715

a. The items are: 1س, 3س, 5س, 7س, 9س, 11س, 13س, 15س, 17س, 19س, 21س, 23س.

b. The items are: 2س, 4س, 6س, 8س, 10س, 12س, 14س, 16س, 18س, 20س, 22س, 24س.

ثبات الفا كرومباخ للضيق النفسي

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.825	23

التجزئة النصفية للضيق النفسي

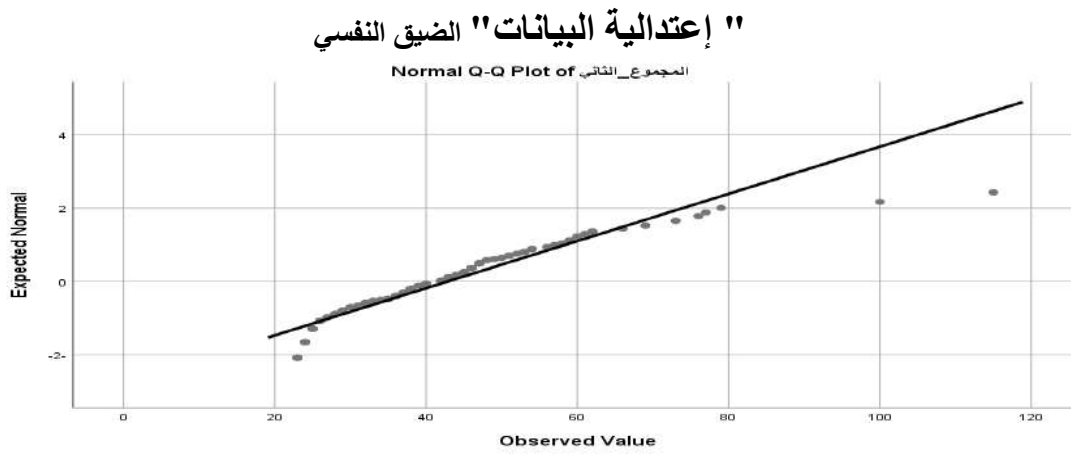
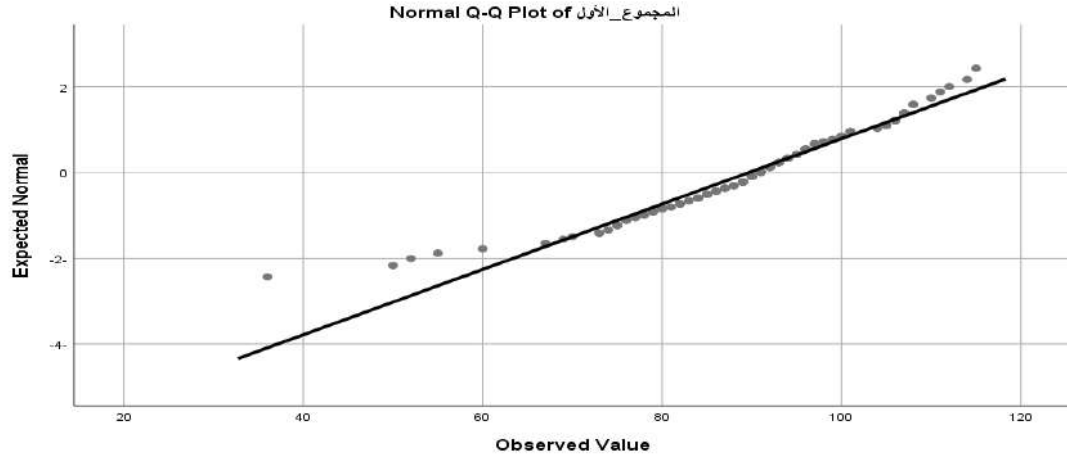
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.623
		N of Items	12 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	.740
		N of Items	11 <sup>b</sup>
Total N of Items			23
Correlation Between Forms			.787
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.881
	Unequal Length		.881
Guttman Split-Half Coefficient			.881

a. The items are: 1ف, 3ف, 5ف, 7ف, 9ف, 11ف, 13ف, 15ف, 17ف, 19ف, 21ف, 23ف.

b. The items are: 2ف, 4ف, 6ف, 8ف, 10ف, 12ف, 14ف, 16ف, 18ف, 20ف, 22ف.

**ملحق رقم (06) "إعتدالية البيانات" الرفاه النفسي، الضيق النفسي**



## ملحق رقم (07) إختبار الفرضيات

التساؤل الأول : مامستوى الصحة النفسية (الرفاه، الضيق) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة؟

\* المتوسط الحسابي للرفاه النفسي

### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الأول_المجموع	132	89.6667	13.12632	1.14250

\*المتوسط الحسابي للضيق النفسي

### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الثاني_المجموع	132	42.8636	15.53856	1.35246

### One-Sample Test

Test Value = 69

	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
الثاني_المجموع	-19.325-	131	.000	-26.13636-	-28.8118-	-23.4609-

\*إختبار الفرضية الأولى \* 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الجنس .

اولا: الرفاه النفسي

### Group Statistics

	الإجتماعي_النوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الأول_المجموع	ذكر	80	89.8750	13.33443	1.49083
	أنثى	52	89.3462	12.92191	1.79195

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الأول_المجموع	Equal variances assumed	.024	.877	.225	130	.822	.52885	2.34673	-4.11387-	5.17156
	Equal variances not assumed			7.22	111.53	0.821	0.52885	2.33102	4.08998-	5.14768

ثانيا : الضيق النفسي

Group Statistics

	الإجتماعي_النوع	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الثاني_المجموع	ذكر	80	42.4000	16.26879	1.81891
	أنثى	52	43.5769	14.46883	2.00647

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الثاني_المجموع	Equal variances assumed	.000	.983	-.424	130	.672	1.17692	2.77661	-6.67012	4.31627
	Equal variances not assumed			-.435	117.874	.665	1.17692	2.70819	-6.53995	4.18610

\*إختبار الفرضية الثانية \* 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الحالة الإجتماعية .

اولا: الرفاه النفسي

Group Statistics

	الإجتماعية_الحالة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الأول_المجموع	غير متزوج	41	89.6585	14.08831	2.20022
	متزوج	91	89.6703	12.75065	1.33663

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means				95% Confidence Interval of the Difference		
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الأول_المجموع	Equal variances assumed	.286	.594	-.005	130	.996	-.01179	2.47846	-4.91512	4.89154
	Equal variances not assumed			-.005	70.693	.996	-.01179	2.57441	-5.14540	5.12181



ثانيا: الضيق النفسي :

### Group Statistics

	الإجتماعية_الحالة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الثاني_المجموع	غير متزوج	41	45.3659	14.55121	2.27252
	متزوج	91	41.7363	15.91214	1.66805

### Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means					95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الثاني_المجموع	Equal variances assumed	.052	.820	1.244	130	.216	3.62959	2.91660	-2.14056	9.39974
	Equal variances not assumed			1.288	83.890	.201	3.62959	2.81899	-1.97639	9.23557

\*إختبار الفرضية الثالثة \* 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية ( الرفاه النفسي، الضيق النفسي) في العمل لدى عينة من عمال المفتشية الجهوية للعمل بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية

\* إختبار الرفاه النفسي ANOVA

### Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
الأول_المجموع	Based on Mean	.460	2	129	.632
	Based on Median	.176	2	129	.839
	Based on Median and with adjusted df	.176	2	93.899	.839
	Based on trimmed mean	.223	2	129	.800

### ANOVA

الأول\_المجموع

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	362.825	2	181.413	1.054	.352
Within Groups	22208.508	129	172.159		
Total	22571.333	131			

## \*الضيق النفسي

### Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
الثاني_المجموع	Based on Mean	.815	2	129	.445
	Based on Median	.833	2	129	.437
	Based on Median and with adjusted df	.833	2	112.309	.437
	Based on trimmed mean	.828	2	129	.439

### ANOVA

الثاني\_المجموع

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	771.189	2	385.595	1.612	.203
Within Groups	30858.356	129	239.212		
Total	31629.545	131			