مؤشرات الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بولاية الاغواط -دراسة ميدانية

(Indicators of psychological stress among workers of the Social Development Agency in A laghouat - a field of study)

محمد صافي*
أستاذ محاضر (أ) جامعة الأغواط؛ مخبر الصحة النفسية
Mohamed Safi
MCA. University of Laghouat, Mental Health Laboratory
Moh.safi@lagh-univ.dz

ناصر جلالي
أستاذ محاضر (أ) جامعة الأغواط؛ مخبر الإرشاد النفسي وتطوير أدوات القياس في الوسط المدرسي
Naceur Djellali
MCA. Laghouat University, Laboratory of Psychological Counseling and Development of Measurement Tools in the School Environment
n.djellali@lagh-univ.dz

تاريخ الاستلام: 2025/06/19 تاريخ القبول: 2025/09/23 تاريخ النشر: 2025/12/07

- **الملخص:** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية بالأغواط، وكذلك معرفة الفروق في مستوى الضغط النفسي لدى عينة الدراسة بحسب كل من متغير السن والجنس، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، وعلى مقياس مستوى الضغط النفسي لصاحبه (رضا مسعودي، 2010) على عينة قوامها 37 عامل من موظفي وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط، وبعد التأكد من صدق وثبات المقياس وتطبيقه في الدراسة الميدانية تم التوصل إلى النتائج التالية:

1- مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط منخفض.

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس.

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير السن.

بالنظر إلى أن مستوى الضغط النفسي منخفض لدى أفراد العينة، وللحفاظ على هذا المستوى نقترح العمل ببرامج للتوعية بالصحة النفسية من خلال تنظيم ورش عمل أو جلسات توعية حول أهمية الصحة النفسية وطرق التعامل مع الضغوطات اليومية بشكل عام. وكذا تعزيز الدعم الاجتماعي وتشجيع بيئة عمل داعمة حيث يمكن للموظفين تقديم الدعم لبعضهم البعض والتعاون الفعال. وعليه فإن أي برامج أو مبادرات تهدف إلى تحسين الرضا الوظيفي أو إدارة الضغط النفسي يجب أن تكون شاملة وتستهدف جميع أفراد العينة دون تمييز بناءً على هذه المتغيرات.

الكلمات المفتاحية: مؤشرات، أعراض، الضغط النفسي، التنمية الاجتماعية.

Abstract: This study aimed to know the level of psychological stress among the workers of the Development Agency in Laghouat, as well as to know the differences in the level of psychological stress among the study sample according to both the age and gender variables. The descriptive approach was relied upon, and the psychological stress level scale of its owner (Redha Massoudi, 2010) was used on a sample of 37 workers from the employees of the Social

*-المؤلف المرسل

Development Agency in Laghouat. After ensuring the validity and reliability of the scale and its application in the field study yielded the following results: The level of psychological stress among workers at the Social Development Agency in Laghouat is low. There were no statistically significant differences in the level of psychological stress among the study sample attributable to gender. There were no statistically significant differences in the level of psychological stress among the study sample attributable to age.

Given that the level of psychological stress among the sample members is low, and to maintain this level, we suggest working on mental health awareness programs by organizing workshops or awareness sessions on the importance of mental health and ways to deal with daily stressors in general. Promote social support and encourage a supportive work environment where employees can support each other and collaborate effectively. Therefore, any programs or initiatives aimed at improving job satisfaction or managing stress should be comprehensive and target all members of the sample without discrimination based on these variables.

Keywords: indicators, symptoms, Stress indicators, social development.

1- مقدمة :

لا يمكن لأي باحث مهما كان تخصصه أن يفصل موضوع بحثه عن البيئة التي يريد ان يطبق فيها أدواته البحثية من خلال معرفة خصائصها الاجتماعية والديموغرافية والمهنية، هذه المحددات الثلاثة تبدوا في نظري مهمة لباحث يريد أن يتناول موضوع الضغوط النفسية في بيئة العمل، وعلى هذا الأساس فإن هذا الموضوع مثل غيره من المواضيع النفسية في بيئة العمل يبدوا متشبعا بالبحث والدراسات السابقة، إلا أن اختيار العينة بدقة قد يعطي للموضوع روحا جديدة تمكن من تقديم دراسة في بيئة لها خصائص ومميزات تبدوا مختلفة عن البيئات التي أخذت حيزا وافرا من البحث والتقصي في هذا الموضوع مثل بيئة التعليم والأعمال الإدارية، بالإضافة إلى قطاع الصحة وغيرها من القطاعات الأخرى.

وعلى هذا الأساس فإن قطاع مثل قطاع " وكالة التنمية الاجتماعية في الجزائر" والذي يأتي تحت وصاية وزارة التضامن الاجتماعي، وهو يقابل في مهامه ونشاطه ما يشبه عمل مؤسسات الدعم الاجتماعي والنفسي للأسرة والمجتمع في دول أخرى يعتبر بيئة مناسبة لفحص مستوى الضغوط النفسية للعاملين في هذا القطاع، وهذا لكون موظفيه يتعاملون بشكل يومي مع أفراد أو أسر يواجهون مشاكل اجتماعية ونفسية واقتصادية حادة، مثل الفقر، العنف المنزلي، الإدمان، الأمراض العقلية، وغيرها .

بالإضافة إلى استماعهم إلى قصص مؤلمة وحالات اجتماعية صعبة تفرض عليهم تقديم الدعم العاطفي للمستفيدين، مما يمكن أن يؤدي إلى إرهاق عاطفي بسبب تعاطفهم مع مثل هذه الحالات، وقد يواجهون نقصًا في الموارد المتاحة لمساعدة المستفيدين، مما يزيد من شعورهم بالإحباط والعجز، كل هذا وغيره يمكن أن يكون مؤشرا يجعل من فحص مستوى الضغوط النفسية لهذه الفئة من العمال مادة مشجعة على البحث والتقصي.

لهذه الاعتبارات فإن الباحثين يطرحان موضوع "مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط" مجالا للدراسة الميدانية تفرضه الأسباب السالفة الذكر بهدف الكشف عن مستوياته وتشخيص أسبابه والخروج باقتراحات من شأنها أن ترافق العاملين في هذا القطاع إلى ضبط بوصلة الوعي بعبء العمل ومسببات الضغوط النفسية فيه حتى لا تبق ضمن الأسباب الكامنة أو المخفية في الحياة المهنية لهؤلاء العمال.

2- الإشكالية:

يعد عمل المؤسسات الاجتماعية الرسمية الموجه لخدمة الفئات الاجتماعية الهشة في الجزائر من بين الأعمال التي تعرف أدوارا مهنية تتسم في كثير من الأحيان بالتعقيد نظرا لما يصاحب العمل الرسمي من واجبات قانونية وأخلاقية تفرض التعامل بواقعية أمام حالات اجتماعية صعبة تستدعي أو تفرض تدخل العاطفة والإنسانية أمامها مثل مظاهر الفقر والحرمان الأسري والعاطفي، العنف المنزلي، حالات ذوي الاحتياجات الخاصة الذين لا يجدون المرافقة من أسرهم بسبب قلة الإمكانيات، كل هذه العوامل من شأنها أن تسهم في خلق بعض المشاعر السلبية تحت تأثير تأثير ضغوط العمل النفسية على عمال المساعدة الاجتماعية مثل الشعور بالاستنزاف العاطفي وفقدان القدرة على التعاطف.

وفي هذا الصدد يزاول عمال وموظفي وكالة التنمية الاجتماعية، التي تنشط تحت وصاية وزارة التضامن الوطني والأسرة وقضايا المرأة، قصد التخفيف من حدة الانعكاسات السلبية الناتجة عن مخطط التعديل الهيكلي على الفئات الاجتماعية الضعيفة، ويتمثل هدفها ا لأساسي في مكافحة الفقر والبطالة والتهميش، الذي يمس الفئات الاجتماعية المحرومة، من خلال مجموعة من البرامج لاسيما برنامج خلايا الجوار التضامنية، الذي تسعى من خلاله لحل بعض المشكلات وتحسين الظروف المعيشية للسكان (قيراوني وشاعة، 2023، ص. 224)، هذا ما يجعل من عمل الخلايا الجوارية مصدرا مثيرا للضغوط النفسية للعاملين فيها فبالإضافة إلى واقع الميادين الذي سبقت الإشارة إليه فإنهم مطالبين بتقديم تقرير دورية عن مهامهم ونشاطاتهم في

الإطار الرسمي لمسؤوليهم المباشرين مما يزيد من عبء العمل المسبب للضغوط النفسية، من هنا يأتي اختيارنا لهذه من الفئة من العمال بقصد التعرف على مدى معاناتهم من الضغوط النفسية.

يمكن لنا أن ننطلق من تصور عام حول الضغوط النفسية يحيط بمفهومها من خلال طرح نسقي متكامل تناولته العديد من الدراسات السابقة حيث يقدمها رضا مسعودي (2010) في دراسة له يقارن فيها بين المعلمين الجزائريين والمعلمين في إمارة دبي في مستوى ظهور مؤشرات الضغط لديهم من خلال ضبطه لتعريف الضغوط النفسية بالإشارة إلى أن معظم هذه التعريفات يندرج ضمن ثلاث فئات رئيسية هي : التعريف على أساس المثيرات المحدثة للإثارة، والتعريف على أساس الاستجابة الصادرة بإزاء المثير، والتعريف على أساس التفاعل بين المثير والاستجابة (مسعودي، 2010، ص.104)، وقد أشار إلى هذا النسق التفاعلي للضغوط النفسية عند تحديد ضبط تعريفها الباحثة (حنان الأحمدي) عندما أحالت إلى التنبيه الذي ذكره وليامز (Williams) والمتمثل في أن هذا المصطلح يعد الأكثر عرضة لسوء الاستخدام من طرف الباحثين حيث غالبا ما يستخدم للتعبير عن السبب والنتيجة في آن واحد، وذلك نتيجة للخلط بين العوامل المسببة للشعور (Pressure)، وبين النتيجة وهي الشعور بالضغط (Stress) (الأحمدي، 2002، ص. 19).

يمكن لنا بعد هذه التوطئة ان نخرج بالنقاط الثلاثة التالية:

أولا- هناك اتجاه عرف الضغوط على أنها أحد المثيرات (القوة) التي تتواجد في البيئة وتحدث تأثيرها على الفرد فتسبب له المشقة والإجهاد، ويمكن أن نسوق لهذا الاتجاه تعريف عبد الرحمان محمد والذي يصفها بأنها تجربة ذاتية لدى الفرد تحدث نتيجة لعوامل في الفرد نفسه، أو عوامل في المنظمة التي يعمل لديها الفرد، مما يؤدي إلى آثار جسمية أو نفسية، أو سلوكية (عبد الرحمان، 1998، ص. 28).

ثانيا- هناك اتجاه ثاني يرى أصحابه أن الضغط هو استجابة الفرد للمثيرات، أي أنه رد فعل نفسي أو فيزيولوجي تترتب عليه تغيرات بيولوجية، ويمثل التعريف التالي هذا المحتوى "إنها ذلك الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانيات، يصاحبه عادة مواقف فشل حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانيات مؤثرا قويا في إحداث الضغط النفسي" (علي، 1999، ص. 414)، فحدوث الضغط يكون نتيجة استجابة سلبية تجاه موقف معين.

ثالثا- أما الاتجاه الثالث فهو الذي حاول أن يقف على قصور الاتجاهين السابقين في كون الضغط النفسي إما أن يكون مثيرا أو استجابة لمثير، ليضبط المفهوم بكونه ذلك التفاعل بين العوامل المثيرة للضغط والاستجابة لها، ويمكن لنا أن نجد في تعريف لازاروس (1966) Lazarus ما يعبر عن هذا المعنى عندما يذهب إلى أن مصطلح الضغوط النفسية يجمع بين المثيرات التي يتعرض لها

الفرد، مضافا إليها الاستجابة المترتبة عليها، علاوة على تقدير الفرد لمستوى الخطر، وأساليب التكيف مع الضغط، والدفاعات التي يستخدمها الفرد أثناء تعرضه لهذه المواقف (محمود، 2002، ص. 3)، فالضغوط هي استجابة تكيفية لدى الفرد تختلف باختلاف خصائصه ومخططه المعرفي، وخبراته السابقة، وعمره وجنسه، وظروفه العامة والخاصة، ونتيجة للتفاعل مع البيئة، مما يؤدي - في حال استمرار التعرض لها غالبا- إلى مشكلات صحية جسمية ونفسية تسبب خللا في وظائف الجسم المختلفة، وتتطور في بعض الأحيان مؤدية إلى الإصابة بأمراض أكثر خطورة (مسعودي، 2010).

وإذا كان لنا أن ندعم هذا الطرح فإن التطرق إلى بعض الدراسات السابقة يكون مفيدا لنا في بناء هذه الإشكالية من حيث دعم محتوى الموضوع بدراسات ميدانية، ففي دراسة لسيف ناصر ودينا أحمد (2022) وبهدف التعرف على أثر ضغوط العمل على الالتزام الوظيفي في المستشفيات الجامعية في الأردن، توصلا الباحثان إلى وجود مستوي مرتفع من ضغوط العمل التي تتعرض لها الممرضات في المستشفيات الجامعية في الأردن، ووجود أثر سلبي ذو دلالة احصائية لضغوط العمل على الالتزام الوظيفي لدي ممرضات المستشفيات الجامعية في الأردن، وإذا كان لنا أن نبين وجه الاستفادة من هذه الدراسة في بحثنا هذا فيمكن أن نقول بأن قياس مستوى الضغوط المهنية لهذه العينة يمكن أن نستفيد منه في دعم وتفسير النتائج النهائية لهذه الدراسة وهذا بالنظر إلى وجه الشبه بين العمل في المستشفيات والعمل في الخدمة الاجتماعية حيث أن الحالات الصعبة في البيئتين يمكن ان تثير مشاعر متشابهة من حيث التعاطف أو الألم أو الحزن الذي يكون سببا في التأثير على مستوى الضغط النفسي والمهني لدى العاملين في مثل هذه القطاعات، وفي دراسة لراضية غضبان وسامية بعلي (2021) وبهدف معرفة دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الضغط النفسي لدي ممرضات كوفيد19 على تكونت العينة من 45 ممرضة يعملون في مصلحة كوفيد 19 بمستشفى الزهراوي ومستشفى سليمان عميرات بالمسلية وتم اختيارها بطريقة قصدية منتظمة، وتم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية (سميرة عبدالله الكردي) وتطبيق مقياس الضغط النفسي (ليفانستاين) وأسفرت الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل من المساندة الاجتماعية والضغط النفسي تعز ى لمتغير الحالة الاجتماعية والسن، وكذلك بعدم وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسي لدي ممرضات كوفيد 19، وقد توصل الباحثين فيصل صيفي ونبيل بحري (2021) في دراسة لهما إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوي الضغط النفسي المدرك وعلاقته بأساليب التعامل لدي الأطباء والممرضين خلال زمن جائحة كوفيد 19، حيث تم استخدام مقياس الضغط

النفسي المدرك (لكوهين)، ومقياس أساليب التعامل (لبولهان)، وتكونت العينة من 126 من أطباء وممرضي المستشفى الجامعي بقسنطينة، وأظهرت الدراسة عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوي الضغط المدرك وأساليب التعامل المرتكزة على المشكلة ووجودها بين مستوي الضغط النفسي المدرك وأساليب التعامل المرتكزة على الانفعال، هذه الدراسات يمكن لها أن تكون داعمة لهذه الورقة البحثية من حيث أنها تتشابه مع عينة هذا البحث في كون أن المكون البشري لعمال (وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط) يتكونون أيضا من أطباء في الصحة العامة بالنظر إلى حاجة الفئات الاجتماعية التي يتعاملون معها إلى المرافقة الصحية والنفسية والاجتماعية.

في دراسة مقارنة لمؤشرات الضغط النفسي لدى المعلمين بالجزائر وفي إمارة دبي توصل رضا مسعودي (2010) إلى وجود فروق جوهرية بين معلمي الجزائر ومعلمي دبي في الاستجابات الجسدية والاستجابات النفسية والاستجابات السلوكية، وفي الدرجة الكلية لمحور الاستجابات، وكذلك في الدرجة الكلية لمحور الأعراض، والدرجة الكلية لقائمة مؤشرات الضغط، وإلى ارتفاع مستويات الضغط النفسي لدى المعلمين في دبي مقارنة بزملائهم في الجزائر، ورغم أن هذه الدراسة طبقت على عينة من المعلمين في بيئتين اجتماعيتين مختلفتين (الجزائر، وإمارة دبي) إلا أن أداة الدراسة المستخدمة فيها كانت من أحد أوجه الاستفادة منها في عملنا هذا حيث تم استخدام نفس الأداة في الجانب الميداني بالنظر إلى محتواها الذي يقيس مستوى الضغوط النفسية عموما.

من هذا المنطلق يمكن لنا أن نخرج بالأسئلة التالية:

- ما مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير السن؟

3- فرضيات الدراسة:

- مستوى الضغوط النفسية لدى عينة من عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط مرتفع.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير السن.

4- أهداف الدراسة:

- التعرف على مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط.
- الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط حسب متغير السن.
- الكشف عن الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط حسب متغير الجنس.

5- أهمية الدراسة:

نظرا لأهمية الدور الذي يقوم به عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط في الميدان من خلال التنقل إلى المواقع والمناطق المحددة والمعنية ببرامج الدعم والمساعدة التي ينبغي أن تقدمها لهذه الفئات فإن العبء المهني والضغط النفسي يكون عاملا بارزا لدى هذه الفئة من العمال وعليه فإن تتناول موضوع الضغوط النفسية والرضا الوظيفي له أهمية كبيرة لعدة أسباب نذكر منها، وجوب ما يمكن أن يقدمه دراسة مستوى الضغوط النفسية لهذه الفئة من العمال، حيث يمكن أن يساعد المؤسسات على تحديد مصادر الضغط وتأثيرها على أداء الموظفين وصحتهم النفسية، وبناءً على هذه المعرفة يمكن تطوير استراتيجيات لتقليل الضغوط وتعزيز الوعي بإدارة الضغوط النفسية ووضعها موضع توجيه يكون مفيدا للصحة النفسية والأداء المهني في أجواء تضع موضوع الضغوط النفسية في العمل ضمن الخطط والاستراتيجيات الصحية لمنظمات العمل.

6- الدراسة الميدانية وإجراءاتها:

6-1- منهج الدراسة:

المنهج هو طريقة تساعد في البحث ولا يستطيع الباحث العلمي الاستغناء عنه وبدون منهج يكون البحث مجرد تجميع للمعلومات لا علاقة له بالواقع العلمي، ويختلف المنهج من دراسة إلى أخرى على حسب طبيعة ومشكلة موضوع البحث وتبعا لاختلاف الباحثين وقدراتهم وإمكاناتهم.

وعليه يمكن تعريف المنهج الوصفي بانه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة اعتمادا على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلا كافيا ودقيقا لاستخلاص دلالاتها والوصول إلى نتائج عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث (الراشدي، 2000، ص. 59).

وبناءً على ما سبق ذكره فقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي الذي يتماشى مع أهداف الموضوع ويساعدنا في الدراسة والتحقق من فرضيات الدراسة وتفسيرها.

2-6-حدود الدراسة:

طبقت الدراسة على عمال وكالة التنمية الاجتماعية، وهذا على مستوى وحدات وكالة التنمية الاجتماعية لولاية الاغواط، في الفترة الزمنية من: 2025/04/01 إلى غاية: 2025/05/30.

3-6- مجتمع الدراسة:

يمكن أن يتم تعريف المجتمع (population) على أنهم جميع الأشخاص أو العناصر، وحدة التحليل (unit of analysis) التي تحتوي على السمات التي يرغب الفرد في دراستها ويمكن أن تكون وحدة التحليل عبارة عن شخص أو مجموعة أو منظمة أو بلد أو شيء أو أي كيان آخر ترغب في استخلاص الاستنتاجات العلمية منه (باتشيرجي، 2015، ص. 188).

وبالتالي فمجتمع الدراسة هو المجموعة الكلية من المفردات أو العناصر التي يهتم بها الباحث في بحثه بقصد جمع البيانات عنها والقيام بإجراءات الدراسة الميدانية على جزء منها يسمى بالعينة بحيث يمكن أن تعمم نتائج البحث عليها وبالنسبة لهذه الدراسة فإن مجتمع الدراسة هو كل عمال وكالة التنمية الاجتماعية لولاية الأغواط والموزعين على مختلف وحداتها.

4-6- عينة الدراسة:

بالنظر إلى العدد المحدود لجميع عمال وكالة التنمية الاجتماعية لولاية الأغواط والبالغ عددهم 47 موظفا، فقد اعتمد الباحث على الحصر الشامل لجميع العمال، حيث شملت العينة النهائية 37 موظفا، وهذا لأن فترة انجاز البحث عرفت وجود 4 موظفين في حالة عطلة، أما الباقي فمنهم فكانوا في حالة توقف تحفظي من طرف الإدارة.

1-4-6- خصائص عينة الدراسة:

الجدول رقم (01) يوضح توزيع العينة الأساسية من حيث الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	27	%73
أنثى	10	%27
المجموع	37	%100,0

يتبين من الجول أعلاه أن نسبة الذكور قد بلغت 73% بحصة 27 فرد من حجم العينة، بينما بلغت نسبة الإناث 27% بحصة 10 أفراد من حجم العينة، وهي نسبة تسمح بإجراء المقارنة لمتغيرات الدراسة في خاصة الجنس.

الجدول رقم (02): يوضح توزيع العينة الأساسية من حيث السن:

السن	التكرار	النسبة
20-30سنة	3	% 8,1
31-40سنة	6	% 16,2
41سنة فأكثر	28	% 75,7
المجموع	37	%100

يتبين من الجدول أعلاه أن الفئات السنية المحددة في أداة الدراسة قد جاءت بنسبة 8,1 % للفئة (20-30سنة) بحصة 3 أفراد، و16,2 نسبة % للفئة (31-40 سنة) بحصة 6 أفراد، ونسبة 27% لفئة (أكثر من 41 سنة) بحصة 28 فرد.

6-5- أداة الدراسة:

بالإضافة إلى جمعنا للبيانات الشخصية، من الجنس، السن، والحالة الاجتماعية، تم الاعتماد على مقياس مؤشرات الضغط النفسي لدى المعلمين لصاحبه (مسعودي، 2010)، وفيما يلي وصف لأداة الدراسة.

6-5-1- وصف مقياس الضغط النفسي:

جاء مقياس الضغط النفسي في دراسة لصاحبه رضا مسعودي في دراسة نشرت في مجلة الوقاية والارغونوميا العدد 3، سنة 2010، حيث طبق في مرحلته الاخيرة بعد عملية الصدق المنطقي (صدق المحكمين) وصدق التكوين الفرضي بمجموع 35 بندا تتناول المؤشرات الفيزيولوجية، المؤشرات النفسية، والمؤشرات السلوكية بحيث يطلب من المفحوص قراءة كل مؤشر وتحديد مدى ظهوره لديه بوضع علامة (x) في الخانة المناسبة أمام واحد من خمس اختيارات هي:

دائما = 5 درجات، غالبا=4 درجات، أحيانا = 3 درجات، نادرا = 2 درجة، أبدا=1 درجة.

البدائل	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
الدرجة	1	2	3	4	5

6-6- الدراسة الاستطلاعية.

لقد تمت الدراسة الاستطلاعية في الفترة الممتدة من 2025/04/01 إلى غاية 2025/04/15 وتم إجراؤها على عينة مكونة من 30 فرد للتأكد من السلامة اللغوية لأداة الدراسة ومدى نجاعتها والتحقق من خصائصها السيكومترية على ألا يتم ادراج أفراد العينة الاستطلاعية في الدراسة الأساسية فيما بعد.

6-6-1- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

1 - صدق أداتي الدراسة:

أولا- صدق المحكمين:

بعد تحضير أداتي الدراسة (مقياس الضغط النفسي) لجأ الباحث في البداية إلى عملية التحكيم حيث تم توزيع الأداتين على (06) ستة أساتذة محكمين من جامعة الأغواط والمركز الجامعي أفلو، وقد تلقينا رد (05) منهم وكانت نسبة القبول لبنود أداتي الدراسة تتجاوز 85 %، مع اقتراح بعض التعديلات على الصياغة اللغوية لبعض البنود، وهو ما تم العمل به.

ثانيا - صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الضغط النفسي:

تم الاعتماد في حساب صدق المقياس على صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب درجة الارتباط بين البند ودرجة البعد الذي ينتمي إليه، والارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للاستبيان، وفي الجدول أدناه نتائج صدق الاتساق الداخلي لاستبيان الضغط النفسي.

جدول رقم (03): يمثل نتائج الصدق الاتساق الداخلي لاستبيان الضغط النفسي.

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
01	*0.276	08	*0.260	15	**0.556	22	**0.883	29	**0.613
02	**0.476	09	**0.603	16	**0.421	23	**0.664	30	**0.653
03	**0.691	10	**0.650	17	**0.747	24	**0.481	31	**0.566
04	**0.409	11	**0.361	18	**0.745	25	**0.503	32	**0.517
05	**0.413	12	**0.639	19	**0.672	26	**0.637	33	**0.570
06	**0.500	13	**0.580	20	**0.593	27	**0.479	34	**0.602
07	**0.386	14	**0.562	21	**0.481	28	**0.433	35	**0.600

يبين الجدول أن معظم معاملات الارتباط المبينة دالة عند مستوى معنوية $0.05 \geq \alpha$ إلا العبارات رقم 01 ورقم 08 اللتين تم حذفهما في استبيان الدراسة الأساسية وبذلك يصير عدد بنود الاستبيان في الدراسة النهائية 33 بندا، ويعتبر المقياس صادقاً لما وضع لقياسه

ثالثا - ثبات أداة الدراسة:

يقصد بثبات الاستبيان أن يعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه عدة مرات متتالية، ويقصد به أيضا إلى أي درجة يعطي المقياس قراءات متقاربة عند كل مرة يستخدم فيها، أو ما هي درجة اتساقه وانسجامه واستمراريته عند تكرار استخدامه في أوقات مختلفة.

أولا - معامل ألفا كرومباخ لقياس ثبات أداة الدراسة:

الجدول رقم (04): معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات الأداتين:

الاستبيان	عدد الفقرات	ألفا كرومباخ
الضغط النفسي	35	0.932

يتبين من النتائج الموضحة في الجدول أعلاه أن قيمة معامل ألفا كرونباخ مرتفعة حيث وصلت إلى0.932 بالنسبة لاستبيان الضغط النفسي، وهذا يعنى أن الثبات مرتفع ودال احصائياً وبذلك نكون قد تأكدنا من صدق وثبات استبيان الدراسة مما يجعله صالحا للتطبيق واستخلاص النتائج.

6-7- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

6-7-1-عرض ومناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الأولى: تنص الفرضية الثانية على ما يلي: "مستوى الضغوط النفسية لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط مرتفع"

الجدول رقم (05): يوضح مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة

الضغط النفسي	المتوسط الفرضي	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية df	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
	155	37	85.22	16.56	36	7.265	0.000

بحساب المتوسط الفرضي (الحد الأدنى× عدد العبارات) + (الحد الأعلى × عدد العبارات)/2. وعليه: (35×1) +(35×5) /2=135.

يتبين من الجدول رقم (05) أن المتوسط الحسابي لمستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة بلغ 85.22، وهو أقل من المتوسط الفرضي المحسوب والبالغ 155، مع انحراف معياري قدره 16.56، وهو ما يعكس تباينًا متوسطًا في استجابات أفراد العينة.

وللتحقق من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي، تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة 7.265 بدرجة حرية تساوي 36. وبالرجوع إلى مستوى الدلالة الإحصائية (Sig) والمحدد بـ 0.000، نلاحظ أن هذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني أن الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي دال إحصائيًا. تشير هذه النتائج إلى أن مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة منخفض.

ويمكن أن نفسر هذه النتيجة بأن عينة الدراسة تتمتع بآليات تكيف قوية وفعالة مع الضغوط النفسية ويتمتعون بمهارات عالية في إدارة التوتر، مثل القدرة على حل المشكلات، أو الدعم الاجتماعي القوي، أو ممارسة الأنشطة الترويحية، أو حتى استخدام استراتيجيات معرفية معينة تساعدهم على إعادة صياغة المواقف الضاغطة بالإضافة إلى المساندة (عائلة، أصدقاء،

مجتمع)، الذي يمكن أن يكون بمثابة حاجز وقائي ضد الضغط النفسي، مما يقلل من تأثير المسببات المحتملة للتوتر والضغط، وبالنظر إلى ما يمكن أن يتمتع به أفراد العينة من مرونة نفسية كون التكوين العلمي للمورد البشري لموظفي وكالة التنمية الاجتماعية يتألف عادة من أخصائيين نفسانيين وأطباء كما سلف ذكر ذلك، بالإضافة إلى هذا فإن الباحث يرجح احتمال تحيز في استجابة المشاركين، فقد يميل البعض إلى إعطاء إجابات "اجتماعية مرغوبة" تظهرهم في صورة إيجابية، وبالتالي يقللون من الإبلاغ عن مستويات الضغط لديهم، أو أن الفترة الزمنية لإجراء الدراسة قد تكون فيها ضغوط أقل من المعتاد حيث تكون مستويات الضغط منخفضة بشكل طبيعي، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة سيف ناصر ودينا أحمد (2022) حيث توصلا الباحثان إلى وجود مستوي مرتفع من ضغوط العمل التي تتعرض لها الممرضات في المستشفيات الجامعية في الأردن.

6-7-2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على ما يلي: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير الجنس ".

الجدول رقم (06) يوضح اختبار"ت" لدلالة الفروق في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس.

المتغير / المقياس	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية df	قيمة ت	قيمة sig	القرار
الضغط النفسي	ذكر	27	83.70	17.98	35	0.911	0.369	غير دال عند 0.05
	أنثى	10	89.30	11.74				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن قيمة **"ت"** بلغت (0.911) عند مستوى الدلالة (0.369) وهي قيمة أكبر من قيمة مستوى الدلالة (0.05)، وبالتالي لم تتحقق الفرضية القائلة بوجود فروق في مستوى الضغط النفسي حسب الجنس.

يمكن تفسير هذه النتيجة المتمثلة في عدم وجود فروق حقيقية ذات دلالة إحصائية أو عملية في مستويات الضغط النفسي بين الرجال والنساء في هذه العينة بالسياق المهني للعينة من حيث تشابه الأدوار والضغوط فقد يكون كل من الرجال والنساء يواجهون أنواعًا متشابهة من الضغوط الحياتية واليومية والمهنية، على سبيل المثال قد تكون الضغوط المتعلقة بالعمل، أو الأعباء الاقتصادية، أو المسؤوليات الأسرية، أو حتى التحديات الاجتماعية العامة منتشرة

بالتساوي بين الجنسين، كما يمكن أن تكون الفروق موجودة ولكن لا يتم الإبلاغ عنها بشكل صريح بسبب الأعراف الاجتماعية. على سبيل المثال، قد يتردد الرجال والنساء في الإبلاغ عن ضغوطهم النفسية بسبب أسباب شخصية ترتبط بالمحيط الاجتماعي والمهني، مما يؤدي إلى انخفاض مصطنع في مستويات الضغط وهي أسباب يصعب ضبطها في البحث العلمي بالنظر إلى الذاتية والتحيز في إجابات أفراد العينة، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصل إليه رضا مسعودي (2010) في دراسته حيث توصل إلى إدراك الإناث للضغط النفسي أعلى من إدراك الذكور ما يعني وجود فروق دالة احصائيا في إدراك الضغط النفسي بين الجنسين لصالح الإناث.

- **عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:** تنص الفرضية السادسة على ما يلي: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير السن".

الجدول رقم (07): يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الضغط النفسي لدى أفراد العينة تبعا لمتغير السن:

السن	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
20-30سنة	3	95,00	8,888
30-40سنة	6	79,67	18,403
41 سنة فأكثر	28	85,36	16,725
المجموع	37	85,22	16,563

المقياس	مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	Sig قيمة	مستوى الدلالة
الضغط النفسي	بين المجموعات	472,508	2	236,254	0,854	0,435	غير دال عند 0.05
	داخل المجموعات	9403,762	34	276,581			
	المجموع	9876,270	36				

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن قيمة "ف" بلغت (0.854) عند مستوى الدلالة (0.435) وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي لا توجد فروق دالة إحصائيا بين المجموعات الثلاث، وبالتالي لم تتحقق الفرضية القائلة " بوجود فروق في مستوى الضغط النفسي بين أفراد العينة تعزى لمتغير السن.

فقد تكون العوامل المسببة للضغط النفسي لدى مجتمع الدراسة (ولاية الاغواط)، متشابهة بشكل كبير عند الفئات العمرية المختلفة، فعلى سبيل المثال قد تكون الضغوط الاقتصادية، أو التحديات الاجتماعية، أو حتى تأثير التغيرات المناخية أو البيئية، تؤثر على مختلف الفئات السنية بطرق متقاربة، فقد يحصل الأفراد من جميع الفئات العمرية على دعم

اجتماعي متماثل نسبيًا يخفف من حدة الضغوط مما يؤدي إلى مستويات ضغط نفسية متشابهة هذه المساندة والدعم نجدها بشكل أو بآخر في بيئة العمل مما يمكن أن يسهم في التقليل من حجم الفروق المحتملة المرتبطة بالسن، بالإضافة إلى هذه الأسباب فقد تختلف طريقة إبلاغ الأفراد عن الضغط النفسي فعلى سبيل المثال قد يكون كبار السن أقل ميلًا للإبلاغ عن ضغوطهم أو قد يكون لديهم منظور مختلف للتعامل معها مقارنة بالشباب أو قد يكون هناك بعض التحفظ والذاتية في التعبير عن ذلك، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة راضية غضبان وسامية بعلى (2021) حيث أسفرت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في كل من المساندة الاجتماعية والضغط النفسي تعز ى لمتغير الحالة الاجتماعية والسن.

- استنتاج عام:

بعد بناء إشكالية هذه الدراسة وتحديد أهدافها والقيام بالدراسة الميدانية توصلنا إلى النتائج التالية:

1- مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط منخفض.

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير الجنس.

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الضغط النفسي لدى عمال وكالة التنمية الاجتماعية بالأغواط تعزى إلى متغير السن.

وبناءً على هذه النتائج يمكن تقديم الاقتراحات التالية :

أولاً- بالنظر إلى أن مستوى الضغط النفسي منخفض لدى أفراد العينة، وللحفاظ على هذا المستوى نقترح العمل ببرامج للتوعية بالصحة النفسية من خلال تنظيم ورش عمل أو جلسات توعية حول أهمية الصحة النفسية وطرق التعامل مع الضغوطات اليومية بشكل عام، حتى لو كانت المستويات الحالية منخفضة.

ثانيا- تعزيز الدعم الاجتماعي وتشجيع بيئة عمل داعمة حيث يمكن للموظفين تقديم الدعم لبعضهم البعض والتعاون الفعال.

ثالثا: بما أن الدراسة لم تظهر فروقاً في مستوى الضغط النفسي بناءً على الجنس والسن، فإن أي برامج أو مبادرات تهدف إلى تحسين الرضا الوظيفي أو إدارة الضغط النفسي يجب أن تكون شاملة وتستهدف جميع أفراد العينة دون تمييز بناءً على هذه المتغيرات.

وفي ضوء هذه النتائج فإن التوصيات المستقبلية تتمثل في آفاق بحثية يمكن أن تتضمن إجراء دراسات متابعة دورية لقياس مستويات الضغط النفسي بعد تطبيق أي من الاقتراحات

المذكورة، لتقييم فعاليتها وإجراء التعديلات اللازمة، وكذلك بدراسة العوامل المؤثرة (سيكولوجية - اجتماعية - بيئية - تنظيمية...، وغيرها) من خلال تطبيق أدوات أخرى لتحديد هذه العوامل التي تسهم في الكشف والحفاظ على الضغط النفسي المنخفض.

- قائمة المراجع:

- الأحمدي حنان عبد الرحيم (2002)، ضغوط العمل لدى الأطباء المصادر والأعراض، مركز البحوث، السعودية: معهد الإدارة العامة.

- الهيجان عبد الرحمن محمد. (1998)، ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، مركز البحوث والدراسات الإدارية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

- باتشيرجي أنول، ترجمة: خالد بن ناضر آل حيان (2015)، بحوث العلوم الاجتماعية المبادئ والمناهج والممارسات، عمان، الأردن: دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

- زرقاني زهرة، وزوبير حنان (2023) المسؤولية الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى أطباء المستشفيات العمومية، دراسة ميدانية في مستشفى يوسف دمرجي، مركز تصفية الدم صالح بالخوجة، مذكرة ماستر غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، تيارت.

- شقير زينب محمود (2002)، مقياس مواقف الحياة الضاغطة، النهضة المصرية.

- صيفي فيصل، وبحري نبيل (2021)، الضغط النفسي المدرك وعلاقته بأساليب التعامل لدي الأطباء والممرضين خلال زمن جائحة كوفيد .19 المجلة الجزائرية للأمن والتنمية، العدد 10، المجلد 03، ص ص 1024-1057.

- علي شعيب (1999) دراسة لبعض مصادر الضغوط النفسية لدى طلاب الثانوية العامة .المؤتمر السنوي للطفل المصري وتنشئته ورعايته، مركز دراسات الطفولة، عين شمس، القاهرة، ص ص 414-425.

- قيرواني محمد أمين، وشاعة بدر الدين (2023) الدور التضامني لمؤسسات العمل الاجتماعي بالجزائر دراسة ميدانية على الخلايا الجوارية للتضامن أنموذجا، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية المجلد 18 العدد01 ، ص ص. 220-251.

- مسعودي رضا. (2010)، مؤشرات الضغط النفسي لدى المعلمين، دراسة مقارنة بين المعلمين في الجزائر ودبي، مجلة الوقايا والأرغنوميا، العدد 03، ص ص. 103-119

- ناصر سيف؛ وأحمد دينا (2022)، أثر ضغوط العمل على الالتزام الوظيفي لدى ممرضات المستشفيات الجامعية في الأردن .المجلة العربية للإدارة، العدد 24، ص ص. 315-336