

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة محمد بوضياف المسيلة



كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي 0202/0202

عنوان المذكرة

مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا  
دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في

تخصص علم النفس العيادي

شعبة علم النفس

اشراف الاستاذ الدكتور:

مرزوقي  
سمير

اعداد الطالبات :

شادي ريهان

لطرش مروة

دواودة دلال

السنة الجامعية 0202/0202

## شكر وتقدير

قال الله تعالى "وان تاذن ربكم لئن شكرتم لازيدنكم ولئن كفرتم ان عذابي لشديد"

سورة ابراهيم الاية 7 الحمد لله عز وجل الذي وهبنا نعمة العقل ووفقنا في انجاز هذا العمل المتواضع وعملا بقوله صلى الله عليه وسلم "من لم يشكر الناس لم يشكر الله" رواه احمد والترمذي

اذ يدعونا واجب الوفاء والعرفان بالجميل ان نتقدم بالشكر والتقدير الى كل من ساهم في هذا البحث على ارسهم الاستاذ الفاضل "مرزوقي سمير" لما قدمه لنا من توجيهات قيمة وعلى اهتمامه الدائم وتوجيهاته ونصحه وصبره في انجاز هذه المذكرة.

كما نتقدم بالشكر والتقدير إلى كافة أساتذتنا الكارم بقسم العلوم الإجتماعية تخصص علم النفس العيادي على ماقدموه لنا طيلة فترة تكويننا.

ولا ننسى الممرضات والممرضون العاملين الذين أجرينا معهم موضوع دارستنا هذه ولم يبخلو علينا بأي معرفة تخص بحثنا.

نتقدم بخالص الشكر والإمتنان إلى كل من هو أهل التقدير والإحترام وجازء الله عنا جميعا خير الجازء .

## الاهداء

الحمد لله وكفى والصلاة والسلام على الحبيب المصطفى

صلى الله عليه وسلم واهله ومن وفى

اما بعد الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا

الدارسية هذه ثمرة الجهد والنجاح.

عظم المارد فهان الطريق لحظة لطالما انتظرناها وحلمنا بها في حكاية

اكتملت فصولها وخيوط انتهى التالق من غزلها فبفضل الله

تعالى اهدي هذا العمل الى

مصدر ثقتي وقنديل ظلامي ونور ايامي الى سندي الى الذي علمني كل

امور الدنيا على حساب جهده وطاقته ابي الغالي.

الى التي انارت دربي بدعائها الى من بسمتها غايتي وما تحت اقدامها

جنتي الى روعي امي الغالية.

كما نتقدم بشكرنا وعرفاننا الى استاذنا المشرف علينا ونشكره على تعبه

معنا مرزوقي سمير.

كذلك اتقدم بشكري وتقديري الى عائلة كل من

شادي.ولطرش.وداودة الذين كانوا لنا الدعم والسند الكبير

طيلة مسيرتنا الدارسية.

شادي ريهان

لطرش مروة

داودة دلال



## ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة :

مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا بمستشفى الزهراوي المسيلة.

وقد حاولنا من خلال هذه الدراسة الاجابة على التساؤلات التالية:

\*ما مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا؟

\*هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس؟

\*هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية؟

وللاجابة عن هذه التساؤلات اقترحنا الفرضيات التالية:

\*مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا مرتفع.

\*توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

\*توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

ولقد تمت الدراسة وفق المنهج الوصفي باعتباره الانسب لوصف الظاهرة وجمع المعلومات عنها ومتابعتها في الميدان للحصول على بيانات حقيقية وتم ذلك بواسطة تطبيق مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش . على عينة قوامها 94 ممرض بمستشفى الزهراوي ولاية مسيلة.

وبعد جمع المعلومات ومعالجتها احصائيا توصلنا الى النتائج التالية :

\*مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا مرتفع.

\* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس. \* لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

وبعدها تمت مناقشة النتائج في ضوء الجانب النظري والدلائل السابقة والمتعلقة بالموضوع واختتمت الدراسة بجملة من التوصيات والاقتراحات.



## قائمة المحتويات



## قائمة المحتويات

| الصفحة | الموضوع                          |
|--------|----------------------------------|
|        | شكر وتقدير                       |
|        | الاهداء                          |
|        | ملخص الدراسة                     |
|        | قائمة المحتويات                  |
|        | قائمة الجداول                    |
|        | قائمة الاشكال                    |
|        | مقدمة                            |
|        | الجانب التمهيدي                  |
|        | الفصل الاول الاطار العام للدراسة |
| 5      | 1 اشكالية الدراسة                |
| 6      | 2 فرضيات الدراسة                 |
| 6      | 3 اهداف الدراسة                  |
| 6      | 4 اهمية الدراسة                  |
| 7      | 5 تحديد مصطلحات الدراسة          |
| 8      | 6 الدارسات السابقة               |
|        | الجانب النظري                    |
|        | الفصل الثاني الاحتراق النفسي     |
| 11     | تمهيد                            |
| 12     | 1 مفهوم الاحتراق النفسي          |
| 13     | 2 اسباب الاحتراق النفسي          |
| 14     | 3 اعراض الاحتراق النفسي          |
| 16     | 4 ابعاد الاحتراق النفسي          |

|    |                                             |
|----|---------------------------------------------|
| 17 | 5 مؤشرات الاحتراق النفسي                    |
| 18 | 6 تشخيص الاحتراق النفسي                     |
| 22 | 7 النظريات والنماذج المفسرة للاحتراق النفسي |
| 23 | 8 العلاج والوقاية من الاحتراق النفسي        |
| 25 | خلاصة                                       |
|    | الجانب التطبيقي                             |
|    | الفصل الثالث اجراءات الدراسة المنهجية       |
| 28 | تمهيد                                       |
| 22 | 1 الدراسة الاستطلاعية                       |
| 31 | 2 منهج الدراسة                              |
| 32 | 3 ادوات الدراسة                             |
| 33 | 4 مجتمع وعينة الدراسة                       |
| 34 | 5 الاساليب الاحصائية                        |
| 36 | خلاصة                                       |
|    | الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة ومناقشتها    |
| 38 | تمهيد                                       |
| 32 | 1 عرض نتائج الدراسة                         |
| 45 | 2 تحليل ومناقشة النتائج                     |
| 47 | خلاصة                                       |
| 48 | خاتمة                                       |
| 42 | استنتاجات                                   |
| 52 | اقتراحات وتوصيات                            |
| 51 | قائمة المصادر والمراجع                      |
|    | الملاحق                                     |

### قائمة الجداول

| رقم | رقم | العنوان | الصفحة |
|-----|-----|---------|--------|
|     |     |         |        |

| الفصل | الجدول |                                                                                                                                   |
|-------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2     | 1      | يوضح مصادر الاحتراق النفسي مصادره وابعاده ومظاهره. 21                                                                             |
| 3     | 2      | يوضح نتائج الثبات للمقياس الكلي. 32                                                                                               |
| 3     | 3      | يوضح نتائج ثبات كل عبارة في مقياس الاحتراق النفسي لدى الممرضين 31                                                                 |
| 3     | 4      | يوضح معامل الارتباط قبل وبعد. 31                                                                                                  |
| 3     | 5      | يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس. 33                                                                                 |
| 3     | 6      | يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة المهنية. 34                                                                        |
| 4     | 7      | يوضح التحقق من شروط التوزيع الطبيعي بالنسبة للاحتراق النفسي. 32                                                                   |
| 4     | 8      | يوضح ترتيب العبارات عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات افراد عينة الدراسة. 42                     |
| 4     | 2      | يوضح مستوى الاحتراق النفسي. 42                                                                                                    |
| 4     | 12     | يوضح نتائج اختبار (t) ودلالاتها الاحصائية بين متوسطات درجات استجابات افراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس. 43 |
| 4     | 11     | يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للاحتراق النفسي. 44                                                                    |

### قائمة الاشكال

| ر<br>قم<br>الفصل | رقم<br>الشكل | العنوان                                       | الصفحة |
|------------------|--------------|-----------------------------------------------|--------|
| 2                | 1            | يوضح نموذج لايتير وماسلاش                     | 00     |
| 2                | 2            | يوضح نموذج تشيرنيس للاحتراق النفسي            | 02     |
| 3                | 3            | يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس | 22     |

|    |                                                        |   |   |
|----|--------------------------------------------------------|---|---|
| 22 | يوضح توزيع افراد عينة الدارسة حسب متغير الخبرة المهنية | 4 | 3 |
|----|--------------------------------------------------------|---|---|



# مقدمة



## مقدمة

استخدم مصطلح الاحتراق النفسي في مجال علم النفس الصناعي والإداري والمهني لأول مرة بالسبعينات من القرن الماضي، أثناء مناقشات فرويدنبجر **fruedenbager** وهو أول من عرف مفهوم الاحتراق النفسي وطبقه على العاملين بالمجال الأكاديمي، لفهم حالة الضغوط الشديدة لديهم المرتبطة بعملهم بمجال الرعاية الصحية .

ويعرف الاحتراق النفسي بأنه الانهك البدني والعقلي والانفعالي، وغياب الارتباط بالعمل والانسانية في التعامل والانجاز المنخفض.

وبمقاله عن الاحتراق النفسي لفريق العمل وصف المؤش ارت الدالة على الاحتراق النفسي وهي المؤش ارت البدنية (التعب المرض والصداع والارق والام المعدة)، والعلامات السلوكية (الغضب السريع، والاحباط، وعدم القدرة على ضبط المشاعر والشك.....). كما اشار الى ان طبيعة المحترق نفسيا تميل الى الاخلاص والالتزام

. 9 (philip,2004,baird,199)

والاحتراق النفسي مشكلة توجد في كثير من المهن ولكنها تنتشر بصورة خاصة في المهن الاجتماعية والانسانية (التي تعمل على مساعدة الناس). وعلى سبيل هذه المهن نذكر مهنة التمريض وهي ركن من الاركان الاساسية في مجال الرعاية الصحية حيث العبء الاكبر يقع على الممرضين والممرضات في تقديم الرعاية والخدمة الامنة للمرضى.

ولكن هم معرضون بكثرة للضغوط المهنية والمشاكل النفسية، خاصة بعد حدوث جائحة كورونا التي اثرت في نفوسهم وكانت سببا في انتاج الضغط والتعب والارهاق لدى الممرضين الذين كانوا في الصفوف الاولى في مواجهة هذا الوباء القاتل. وكونهم مجبرون على التعامل المرضى والتواجد في محيط يكثر فيه احتمال الاصابة بالعدوى اضافة الى قلة المعلومات حول طرق الوقاية والعلاج فقد يكون احساس العاملين في مجال الخدمة

الصحية بضغط العمل اعلى منه في المهن الاخرى وهو ماله اثار سلبية على صحة الفرد وبنية العقلية فت ازيد الضغوط يؤدي الى العديد من المشكلات الصحية كام ارض القلب وارتفاع ضغط الدم والتوتر والشعور بالاحباط والاضطهاد . ( عليوة، 2222، ص 66 )

ومن هذا المنطلق جاء موضوع هذه الد ارسة لتسليط الضوء على ظاهرة الاحت ارق النفسي ، ومعرفة مستوياته وعلاقته ببعض المتغي ارت كالجنس والخبرة المهنية الا وهو " مستوى الاحت ارق النفسي لدى الممرضين بعد جائحة كورونا".

وتم تقسيم البحث على النحو التالي:

**الجانب التمهيدي:**يشمل فصل واحد

**\*الفصل الاول:** خصص للاطار العام للد ارسة وتم فيه تحديد وصياغة الاشكالية وفرضيات الد ارسة واهدافها واهميتها والاشارة الى مفاهيم الد ارسة اضافة الى الد ارسات السابقة.

**الجانب النظر ي:** والذي شمل فصل واحد ايضا

**\*الفصل الثاني:**وهو الفصل الخاص بخلفية النظرية لمتغي ارت الد ارسة تطرقنا فيه الى مفهوم الاحت ارق النفسي واسبابه واع ارضه وابعاده ومؤش ارته ومن ثم تشخيصه يليها النظريات والنماذج المفسرة للاحت ارق النفسي واخي ار كيفية العلاج والوقاية من الاحت ارق النفسي.

**الجانب التطبيقي:** ويشمل فصلين هما

**\*الفصل الثالث:** وهو الفصل الخاص بالطرق المنهجية المتبعة بدءا بالد ارسة الاستطلاعية ثم المنهج المتبع في هذه الد ارسة والادوات المستخدمة فيها ومن ثم التعرف على مجتمع وعينة الد ارسة واختتم الفصل بتقديم الاساليب الاحصائية المطبقة في الد ارسة.

**\*الفصل الرابع:**وهو الخاص بتحليل ومناقشة النتائج المتوصل اليها من خلال الجداول المرفقة ومناقشة الفرضيات على ضوء نظريات الد ارسة والد ارسات السابقة المطروحة.

وفي النهاية قمنا بوضع خاتمة ادرجنا فيها مختلف النتائج التي توصلت اليها الد ارسة ووضع استنتاجات المستخلصة من الد ارسة وانهيناها بوضع بعض التوصيات والاقت ارحات التي يمكن ان تقيد في د ارسات اخرى لنختمها بالم ارجع والملاحق التي تم الاعتماد عليها في انجاز هذه الد ارسة.



# الجانب التمهيدي





# الفصل الأول الاطار العام للدارسة



1 اشكالية الدارسة

2 فرضيات الدارسة

3 اهداف الدارسة

4 اهمية الدارسة

5 تحديد مصطلحات الدارسة

6 الدارسات السابقة

## 1اشكالية الدارسة:

يكتسب قطاع الخدمات الصحية اهمية بالغة في سياسات مختلف الدول والانظمة ، فالخدمة الصحية من بين اهم الخدمات التي تساهم في تحقيق النمو الاقتصادي والاجتماعي كما انها اكثر الخدمات ارتباطا بحياة الانسان وكيانه النفسي والجسدي ومن اكثر القطاعات صعوبة وتعقيدا نظرا لحساسية مهنة هذا القطاع الذي يشكل بيئة عمل مرهقة ومتعبة لموظفيها من اطباء وممرضين وغيرهم وقد يكون هذا الاخير اكثر العمال عرضة للضغوط المهنية.

وتعد مهنة التمريض مهنة محورية في النظام الصحي التي تسير كل التطورات والتغي ارت التي تحدث من حولها وهي من المهن التي تتعامل مع الانسان في اوقات ضعفه والتي يكون في اشد الحاجة الى من ياخذ بيده ويلبي حاجاته البدنية والنفسية والعاطفية، والتمريض مهنة اساسية في مجال الرعاية الصحية ومهنة انسانية وصعبة وشاقة في نفس الوقت تتسم بواجبات تفرض على العاملين وتعتبر مصدر ضغط نفسي على القطاع الصحي من اطباء وممرضين.

ف نجد الممرضين هم الاكثر عملا من غيرهم فهم يقومون بتقديم الخدمات التمريضية سواء قد كانوا قد اكملوا د ارسه التمريض في مدرسة او كلية او جامعة، فنجد ان الممرض هو انسان مهني لديه الحصيله المعرفية والمهارتية التي تمكنه من العمل في مختلف الوحدات الصحية.

حيث نجد هذا العمل من اكثر الاعمال عبئا في المجتمع خاصة في وقت جائحة كورونا التي خلفت اثا ار نفسية واجتماعية على القطاع الصحي وبالاخص الممرضين الذين كانوا يعملون ليلا ونهار دون توقف فتشكل لديهم جانب من الاحت ارق النفسي الذي يعرف بانه حالة من الاعياء النفسي والجسدي تظهر على الفرد بتاثير ضغط العمل الذي يتعرض له ويؤثر في اتجاهاته نحو المهنة التي يعمل فيها بشكل سلبي يمكن تشخيصه بوضوح من خلال سلوكه اثناء العمل وعلاقته مع الاخرين .(عودة،

(1228

كما جاء في تعريف ماسلاش للاحتراق النفسي (maslach,1977) هو فقدان الاهتمام بالاشخاص الموجودين في محيط العمل حيث يحس الفرد بالارهاق والاستن اZF العاطفي الذي يجعله يفقد الاحساس بالانجاز الشخصي وقد بذلك تعاطفه نحو الاخرين .(عوض 2227 ص 14 )

ومن هذا الصدد نرى ان الممرضون يواجهون صعوبات واعباء في مهنتهم خاصة في وقت الجائحة الوبائية مما ادت بهم الى ضغوط كثيرة مارست في ظهور ظاهرة الاحت ارق النفسي لديهم.

ومما سلف ذكره نطرح التساؤلات التالية:

\*مماستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا ؟

\*هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس؟

\*هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية؟

## 2 فرضيات الدراسة

\*مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا مرتفع.

\*توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس.

\*توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

## 3 اهداف الدراسة

-تهدف هذه الدراسة الى مدى التعرف على مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد الجائحة الوبائية كوفيد 94.

-التعرف على الفروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا التي تعزى لمتغير الجنس.

-التعرف على الفروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا التي تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

4 اهمية الدراسة تكمن اهمية الدراسة في هذا الموضوع الى معرفة جوانب وخلفيات هذه الجائحة على فريق التمريض الشاغل في هذا الميدان.

2 البحث في بعض المعارف والمعلومات التي تناولت الجانب النفسي وجانب الاحتراق النفسي للممرضين بعد جائحة كورونا.

3 الكشف عن الحالة النفسية لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا وهو جانب مهم لصالح الجوانب الطبية والصحية.

## 5 تحديد مصطلحات الدراسة

### \*الاحتراق النفسي

**التعريف اللغوي:** تطرقت المعاجم اللغوية العربية الى ان الاحتراق النفسي نوع من الضغوط اصلها ضغط بمعنى الضيق والاكراه على فعل شيء.

**التعريف الاصطلاحي :** الابحاث والدراسات التي تناولت ظاهرة الاحتراق النفسي اخرجت العديد من التعاريف لهذا المصطلح ولكن بالرغم من الاختلاف بين هذه التعريفات الا ان هناك نقاطا اجمع عليها معظم الباحثين وهي ان الاحتراق النفسي عبارة عن خبرة نفسية سلبية داخلية تتضمن المشاعر والاتجاهات والدوافع وتشمل استجابات سلبية وغير ملائمة نحو الغير ونحو الذات ومفهومها وان الاحتراق يحدث على المستوى الفردي.

**التعريف الاجرائي:** هو الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص من خلال الاجابة على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ضمن ابعاده الثلاثة الاجهاد الانفعالي تبدل المشاعر نقص دافعية الانجاز الشخصي.

**\*مهنة التمريض:** تتصف مهنة التمريض بانها مهنة انسانية وهي عبارة عن فن وعلم ينتهجه الممرض لتقديم الخدمات العلاجية للمجتمع والحفاظ على صحة الفرد وبقائه سليما خلال رقوده على سرير الشفاء والحد من المضاعفات التي قد توافق المرض وتتخذ مهنة التمريض جانبان احدهما فني والاخر معنوي. (د علي

مكاوي

(1222 ص 221)

**\*الممرض:** هو الشخص الذي يمارس مهنة التمريض بعد ما انهى دراسته برنامج اساسي في حقل التمريض ومجازا لمهنة التمريض والقيادي في حقل التمريض بالاضافة الى قدرته على العمل كعضو في فريق الطبي.

\***فيروس كورونا -كوفيد12-**: ذلك الفيروس الذي ينتمي الى فيروسات كورونا المعروفة والتي تسبب المرض للانسان والحيوان والذي وصفته منظمة الصحة العالمية بالجائحة والذي ظهر مؤخرًا في مدينة يوهان الصينية في نهايات 2194 وتتجلى اعراضه المرضية في الحمى والارهاق والسعال الجاف والالام حيث ينتقل هذا الفيروس الى الانسان عن طريق القطرات الصغيرة التي تنتشر من الانف او الفم عندما يسعل الشخص المصاب بالفيروس او العطس كما يمكن ان ينتقل من خلال القطي ارت المتناثرة عبر الاسطح المحيطة بالشخص.

## 6 الدراسات السابقة:

9دراسة غازل وفرحاتي 2222 بعنوان الاحتراق النفسي لدى الممرض في ظل جائحة كورونا دراسة حالة ثلاث حالات بمستشفى حكيم سعدان بسكرة

والتي هدفت الى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى الممرض في ظل جائحة كورونا معتمدة على المنهج العيادي باستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي حيث اجريت الدراسة على ثلاث حالات من الممرضين المتواجدين على مستوى المؤسسة الاستشفائية العمومية حكيم سعدان بسكرة تم اختيارها بطريقة قصدية

حيث توصلت الى النتائج الاتية وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى الحالتين الاولى والثانية بينما متوسط من الاحتراق النفسي لدى الحالة الثالثة.

2دراسة شطوف وقاسمي 2222\2221 بعنوان الاحتراق النفسي لدى الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد 12 وعلاقتها ببعض المتغيرات

حيث هدفت الدراسة الى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد 94 وعلاقتها ببعض المتغيرات حيث انطلقت من خلفية نظرية تشير الى تعرض العديد من العاملين في المهن الاجتماعية والانسانية الى الاحتراق النفسي واستخدمت الباحثتان المنهج التحليلي الوصفي من خلال الاعتماد على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي وذلك بعد التحقق من خصائصه السيكمترية من صدق وثبات واشتملت عينة الدراسة على 22 طبيب وطبيبة يعملون في مصلحة كوفيد 94.

فتوصلت الدراسة الى بعض النتائج حيث يعاني الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد 94 من مستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي.

وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في مستويات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس والحالة الاجتماعية والخبرة المهنية.

### 3دراسة بوصلاح وعبد اللطيف 2222\2221 بعنوان المشكلات النفسية المترتبة عن جائحة كورونا لدى عينة من الممرضين دراسة ميدانية بمستشفيات ولاية مسيلة

هدفت هذه الدراسة الى معرفة المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا لدى عينة من الممرضين في بعض مستشفيات ولاية مسيلة ومعرفة اذا كان هناك فروق تعزى لمتغير الجنس والخبرة المهنية اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي المناسب لهذا الغرض وتطبيق استبيان الضغط النفسي والاحتراق النفسي واجريت الدراسة على 33 ممرض وممرضة.

فتوصلت الى النتائج مستوى الاحتراق النفسي المرتب على جائحة كورونا لدى الممرضين مستوى

متوسط عدم وجود فروق دالة على الاحتراق النفسي لمتغير الجنس.

عدم وجود فروق دالة على الضغط النفسي لمتغير الخبرة المهنية .

عدم وجود فروق دالة على الاحتراق النفسي لمتغير الخبرة المهنية.

عدم وجود فروق دالة على الضغط النفسي لمتغير الجنس.

### 4دراسة بن صالح هادية2221 بعنوان الاحتراق النفسي لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا دراسة ميدانية على عينة من الاطباء والممرضين

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الممرضين والاطباء في ظل جائحة كورونا اضافة الى التعرف على الفروق في متغير المهنة على كل بعد من ابعاد الاحتراق النفسي تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي باستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي حيث تكونت عينة الدراسة من 929 ممرض وطبيب من ولايتي تلمسان ومعسكر.

توصلت الدراسة الى نتائج مفادها معاناة الاطباء والممرضين من مستويات متفاوتة من الاحتراق النفسي حيث كانت اعلى نسبة للمعاناة بالانهك الانفعالي الذي قدر ب 38 بالمئة يليه المشاعر الذي بلغ 39 بالمئة في حين انه بالرغم من الانهك الانفعالي المرتفع الا ان افراد العينة سجلوا ارتفاعا في الاحساس بالشعور بالانجاز والذي قدر ب 22 بالمئة الامر الذي يوحي بعدم تاثير الانهك الانفعالي على انجازهم وتقائهم في

العمل في ظل جائحة كورونا كما لم تسفر الد ارسـة على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى  
الاحت ارق النفسي تعزى الى متغير طبيعة المهنة.



## الفصل الثاني الاحتراق النفسي



### تمهيد

- 1 مفهوم الاحتراق النفسي
- 2 اسباب الاحتراق النفسي
- 3 اعراض الاحتراق النفسي
- 4 ابعاد الاحتراق النفسي
- 5 مؤشرات الاحتراق النفسي
- 6 تشخيص الاحتراق النفسي
- 7 النظريات والنماذج المفسرة للاحتراق النفسي
- 8 8 العلاج والوقاية من الاحتراق النفسي
- 9 الخلاصة

## تمهيد:

احتلت ظاهرة الإحت ارق النفسي اهتماما باراز في الد ارسات السيكولوجية في السنوات الاخيرة ،نظ ار لاثارها على قطاع الخدمات حيث تشير اغلب الد ارسات الى ظهور الإحت ارق في المهن التي تقدم المساعدة للآخرين ويؤدي الى تغيي ارت سلبية في العلاقات والاتجاهات والسلوك كرد فعل لضغط العمل ومن بين هذه المهن: " مهنة التمريض".

وفي هذا الفصل سوف نتطرق إلى مفهوم الإحت ارق النفسي ومن ثم أسباب الإحت ارق النفسي وأع ارضه وأبعاده ،يليها مؤش ارت الإحت ارق النفسي وتشخيص الإحت ارق النفسي والنظريات والنماذج المفسرة للإحت ارق النفسي وأخي ار كيفية العلاج والوقاية من الإحت ارق النفسي.

## 1 مفهوم الإحتراق النفسي:

يعتبر مفهوم الإحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً ، ويعتبر فرويد نبرجر أول من استخدم هذا المصطلح في أوائل السبعينات للإشارة إلى الإستجابات الجسمية والإنفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة.

ورغم تعدد التعريفات للاحترق النفسي إلا أن هناك اتفاق على معناه، وفيما يلي نعرض بعض التعريفات لمفهوم الاحتراق النفسي:

\* حيث عرفه المحلل النفسي الأمريكي هربت فرويد نبرجر Herbert Freudenbenger الاحتراق النفسي

عام ( 4791 ) نقلا عن FLAVIIO.FERNANDES 2016 بأنه: مجموعة من الإستجابات الجسمية وإنفعالية سلبية بالضغوط المستمرة في بيئة العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية والذين يرهقون أنفسهم ويستنزفون طاقاتهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة. (Grebott 2008, p77)

ويعرف كيرياكو: kyriaco الاحتراق النفسي بأنه مؤش ارت سلوكية ناتجة عن الضغط النفسي الذي يتعرض له الفرد أثناء العمل لفترة طويلة. (العيصرة معن، 2228، ص 25)

\* وتعرفه ارشدة الحمر (2225): هو حالة نفسية داخلية يشعر بها الفرد نتيجة لضغوط العمل أي أنه استجابة الفرد للتوتر النفسي والضغوط المهنية . (ملال خديجة، 2009، ص 91)

\* أما ماسلاش Maslash3 (1981): فعرفت الإحتراق النفسي بأنه فقدان الإهتمام بالأشخاص الموجودين في محيط العمل، حيث يحس الفرد بالإرهاق والإستن اذف العاطفي، اللذان يجعلان هذا الفرد يفقد الاحساس بالإنجاز ويفقد بذلك تعاطفه نحوه.

\* ويعرف موس moss: الإحتراق النفسي بأنه شعور عام بالإرهاك والذي ربما يتطور عندما يعيش الفرد الكثير من الضغوط والقليل من الرضا . (سماني، 2212 ص 55)

\* أما احمد ثائر عرفه بأنه حالة من الاستن اذف الانفعالي والاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط اضافة الى عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة. (ثائر، 2010، ص 185)

وبعد عرضنا لمجموعة التعريفات الخاصة بالاحتراق النفسي للعديد من الباحثين يمكننا ان نعرف الاحتراق النفسي بأنه عدم القدرة على التوافق مع مطالب العمل وهو حالة من التعب والاجهاد الانفعالي يتميز بالتعب والارهاق والعجز.

## 2 اسباب الإحتراق النفسي:

تجتمع معظم الدارسات السابقة حول موضوع الاحتراق النفسي على ان اسبابه ترتبط في اغلبيتها في بيئة العمل المشحونة بالضغوطات المتميزة بغياب العلاقات الانسانية واولقات العمل الطويلة والجانب المادي الذي لا يعكس احيانا مقدار الجهد المبذول من طرف العامل اضافة الى اسباب اخرى اصبحت تدرس اليوم اكااديميا باستعمال اساليب كمية وكيفية ولقد ارجعت هذه الاسباب الى عاملين اساسيين :

**الاول:** عوامل فردية او نفسية اجتماعية.

**الثاني:** عوامل مرتبطة بالنشاط المهني والتنظيمي للمؤسسة. ( بن عامر، 2217 ص122)

كما حاولت العديد من نظريات الاحتراق النفسي شرح تطور هذا الاضطراب من خلال التفاعلات المتعلقة بالعمل (البيئة والعوامل الشخصية) وقد تبين ان الاحتراق النفسي مرتبط ببعض خصائص بيئة العمل على سبيل المثال فان الظروف المجهدة السائدة في م ارقق الرعاية الصحية بما في ذلك التعرض للموت والصراع بين الاف ارد

والضوضاء والتلوث حيث عثر على ان هذه العوامل تساعد على ظهور الاحتراق النفسي. (بو

**معالي 2212 ص 356)**

ويصف (جمعة 2226 ص426) أسباب الاحتراق النفسي بان اغلبها مرتبط ببيئة العمل وما يتيح من فرص تساعد على تنظيم مستويات الضغوط والاحباط والقهر لفت ارت طويلة من الزمن وفي المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة هذه الاسباب ويمكن تلخيص هذه الاسباب في:

.عبء العمل الازيد.

.المهام البيروقراطية المتازيدة.

.الاعمال الكتابية.

.التواصل الضئيل والمردود الضعيف.

نقص المكافآت وغياب الدعم .( مرشدي 2228 ص325)

اضافة الى الاسباب التي ذكرها (سيد يوسف جمعة ) هناك اسباب اخرى متعلقة بالفرد وشخصيته  
وسماته وخصائصه.

الشخصية ويعرفها **عمار كشرود** في معجمه بانها تشير الى الخصائص والسمات التي تتوافر في تركيب  
بنيان وكيان الشخص.( **كشرود 1224 ص 546**)

ويمكن تصنيف الاف ارد الى نمطين من انماط الشخصية:

**نمط ١** اكثر قابلية للضغط يجب ان ينجز اكبر قدر من الاعمال في اقصر مدة ممكنة ولديه مبالغة في  
طموحاته ويحب سباق الزمن.

**نمط ب** عكس النمط ١ لديه ثقة وهدوء وياخذ الامور ببساطة.

وتضيف (**نشوى كريم دردير 2227 ص458**) بعض الاسباب التي يمكن ان تساهم في حدوث الاحت  
ارق النفسي منها

.العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.

.فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل.

.الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات المهنية.

.الرتابة والملل في العمل.

.ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل.

.الخصائص الشخصية للفرد .( **مدوري 2215 ص222**)

### 3 اعراض الاحتراق النفسي

تبرز اعراض ومظاهر الاحتراق النفسي في عدة اشكال تلازم الفرد والتي تكشف تعرضه لحالة الاحت  
ارق النفسي اهمها:

.الاعراض الانفعالية

-سرعة الانفعال وتقلب في الم ازج ككثرة البكاء .

-نوبات غضب شديدة والاحساس بالذنب.

-التبرير الدائم والانكار واللامبالاة والاستخفاف بالآخرين.

-الاتجاهات المتحجرة والمقاومة الشديدة للتغيير . (القرطي 1228 ص425)

-الاع ارض الخاصة بالعلاقات الشخصية

-عدم الثقة غي المبررة من الآخرين ولومهم.

-التهكم والسخرية من الآخرين والتفاعل مع المستفيدين بشكل الي .(عزت 2226

ص245)

. الاعراض العقلية

-فقدان التركيز وت ازيد الاخطاء المهنية .

-ت ارجع في القوة الذاكرة والنسيان بسهولة.

-صعوبة في اتخاذ الق ارارت ومعالجة المعلومات.

.الاعارض الجسدية

-التعب وتتميل اليدين والقدمين او فقدان الطاقة.

-الدوار والاعماء والتعرق المفرط والارتعاش.

-الام الظهر والرقبة والكتفين والارتعاش.

-الصداع والتوتر العالي.

-تغني ارت في اشكال النوم.

-تغني ارت في الهضم القيء والاسهال او عسر الهضم.

-فقدان الدافع الجنسي .(ابو عبة 2224 ص45)

-اضطرابات في الهرمونات وزيادة الوزن او نقصانه بشكل مفاجئ او تغيير مفاجئ في الشهية.

-عدم انتظام دقات القلب وعدم استيقار ضغط الدم مرض السكري.

**الاعراض السلوكية**

-ضعف الدافعية وفقدان الحماس للعمل.

-تراجع الفرد في علاقاته مع الآخرين ورغبته في الهروب من الواقع.

-الغيابات المتكررة والرغبة في تغيير الوظيفة او تركها .(عطا الله وآخرون 2222 ص82)

-عدم الرضا عن العمل وميل العامل لتقويم ذاته بطريقة سلبية فيما يتعلق بعمله الى جانب ادراكه بانعدام المساندة الادارية له والاحساس بالفشل والعجز عن العطاء .(علي السلمي د.س)

#### **4 ابعاد الاحتراق النفسي**

تعتبر متلازمة الاحتراق النفسي مرحلة غير مرغوب فيها بسبب التأثير السلبي على الطبيب وهذا يرجع للتعرض المستمر والطويل للضغوط النفسية المهنية والمواقف الضاغطة التي لا يمكن تحملها او التعامل معها ونظرا للوضعية الوبائية التي مرت بها البلاد تكون هذه الضغوط مضاعفة وحسب ماسلاش وجاكسون فان مفهوم الاحتراق النفسي يتكون من ثلاث ابعاد وهي :

#### **(emotional exhaustion) الانهاك العاطفي.**

يعتبر الانهاك العاطفي المحور الاساس الذي يركز عليه الاحتراق النفسي والتعبير الأكثر وضوحا لهذه المتلازمة المعقدة فعند وصف حالة الاحتراق النفسي للفرد فاننا غالبا ما نصف تجربته مع الانهاك العاطفي ونظرا لهذا التقارب القوي جعل العديد من الباحثين الى اعتبار ان البعدين الآخرين للمتلازمة عرضيين وغير ضروريين رغم ان بعد الانهاك العاطفي اساسي في الاحتراق النفسي الا انه غير كافي للوصف الكامل للظاهرة.( بومعالي

2212 ص25)

### (depersonalization/cynicism) تبلد المشاعر .

حيث يضيف شيوت وآخرون أن تبلد الشعور يشير إلى اتجاهات ومشاعر الفرد السلبية والساخرة والمستقلة والمبنية للمجهول اتجاه آلاف الآخرين ويتضمن أيضاً الشعور السلبي والشعور بالقسوة والاهمال وتطور مشاعر السخرية وعدم الاحت ارم وعليه يطور هؤلاء اعتقادات وضعية وحقيقة عن الأشخاص الآخرين ويتوقعون الأسوأ لهم وتتأهبهم مشاعر الك ارضية ضدهم ففي هذه المرحلة يفقد هؤلاء آلاف ارضاهم بالغير والتطابق معهم كفرد منهم حسب

(ستانون ريش وايزو اهولا) .(مزياني 2212 ص45)

### (reduced personal accomplishment) تدني الشعور بالانجاز .

يعني بعد تدني الشعور بالانجاز ميل العمال لتقييم انفسهم سلبيا ( بني احمد 2227 ص56 )وتعتبره ماسلاش وجاكسون بانه احساس الفرد بتدني نجاحه واعتقاده ان مجهوده لا فائدة له. ويعتبره شيوت وآخرون انخفاض شعور الفرد بكفاءته وميله الى التقييم السلبي لذاته خاصة فيما يتعلق بعمله مع آلاف الآخرين (مزياني 2212 ص84).

### 5 مؤشرات الاحتراق النفسي

يتميز الاحت ارق النفسي بمجموعة من المؤش ارض الاساسية والمؤش ارض الثانوية التي تميزه عن غيره من الاضط ارباات ويختلف العلماء والباحثين في تصنيفهم لهذه المؤش ارض وهي كالتالي 5.1 المؤش ارض الاساسية

ترى كل من كريستينا ماسلاش وسوازن جاكسون ان الاحت ارق النفسي يتكون من ثلاثة مؤش ارض اساسية وهي :

l'épuisement émotionnel. الاجهاد الانفعالي.

dépersonnalisation. (ملال خديجة 2222 ص 34)

l'réduction de l'accouplissement personnel. نقص الانجاز الشخصي.

ولا يمكننا تشخيص حالة الاحتراق النفسي الا بتوفر هذه الاعراض الثلاثة معا .(ملال خديجة 2222 ص 34)

## 5.2 المؤشرات الثانوية

وتعتبر هذه المؤشرات ثانوية لان وجودها فقط دون المؤشرات الاساسية لا يكون مؤشرا على وجود حالة احتراق نفسي كما انها تمثل مؤشرا لعدة اضطرابات اخرى وعموما يمكن تصنيف هذه المؤشرات ضمن فئات وهيا 5.2.1 المؤشرات الجسمية

وتتمثل في الاجهاد/ الاستنزاف/ تشنج العضلات/ الالام البدنية وابتعاد الفرد عن الآخرين وارتفاع ضغط الدم وتناول الادوية والكحول وامراض القلب والصحة العقلية.

### 5.2.2 المؤشرات العقلية (المعرفية)

وتتمثل بضعف مهاراتها صنع القرار وعيوب في معالجة المعلومات ومشكلات (مخاطر) الوقت والتفكير المفرط بالعمل.

### 5.2.3 المؤشرات الاجتماعية

الانسحاب الاجتماعي والسخرية والفعالية المنخفضة والدعابة الساخرة وتفرغ الضغط في البيت وايضا الارتباطات المنفردة والعزلة الاجتماعية.

### 5.2.4 المؤشرات العاطفية

اهمها الشعور بالاحباط والغضب والاكتئاب والقلق الشعور بالاعياء العاطفي فقدان الحماس وعدم القابلية للعمل النفور من أنشطة الحياة المعتادة عدم الانسحاب على المستوى الشخصي او مع زملاء العمل بالاضافة الى المشاعر السلبية المتمثلة في السخرية التشاؤم اللامبالاة العدوانية عدم الصبر وسرعة الاستشارة.

### 5.2.5 المؤشرات الروحية

عندما يصل الاحتراق الى مرحلة النهاية فان الانا تصبح مهددة من كل شيء تقريبا وتصبح اعراض الضغط الجسدية وتكون الثقة بالنفس متدنية وكذلك تصبح فعالية وتضيع العلاقات الاجتماعية بشكل كبير

وتصبح الحاجة الى التعبير والهروب من الواقع هي الفكرة الرئيسية التي تسيطر على تفكير الشخص وعندما لا يدرك الموظف سوى خيا ارت التقاعد وتغيير الوظيفة والعلاج النفسي والحزن والانتحار في بعض الحالات.(سماني مارد 2211 ص 18)

## 6 تشخيص الاحتراق النفسي

هناك دائما احتمال وقوع التباس في التعرف على تناذر الانهاك المهني وامكانية الخلط بينه وبين اضطرابات نفسية اخرى كالإكتئاب والقلق... الخ.

فهذه الاضطرابات من شأنها ان تأخذ شكلا عياديا مشابه لحالة الاحتراق النفسي.

وبالتالي عند محاولة تشخيص تناذر الانهاك المهني يتوجب الأخذ بعين الاعتبار كل الابعاد بالاضافة الى مجموع الاعراض الجسمية التي عادة ما تظهر في هذا التناذر.

حيث انه غالبا ما يشكل تناذر التعب المزمن بداية لظهور الاحتراق النفسي كما ان مجموع التظاهرات الجسمية لحالات الام الظهر يمكنها هي الاخرى ان تكون مؤشرا اولية تسبق ظهور حالة الاحتراق النفسي

### ا/ الاحتراق النفسي والإكتئاب

بقدر التقارب الذي يشير اليه العديد من الكتاب بين كل من مصطلح الضغط النفسي والاحتراق النفسي هناك كتاب اخرين يصرون على التقارب الكبير والذي يمكن ان يصل الى درجة الخلط بين كل من مفهوم الاحتراق النفسي والإكتئاب. ففي سنة 1949 قام freudenberger بوصف حالة الاحتراق النفسي قائلا "ان الشخص المصاب بهذه الحالة يبدوا وكأنه يعاني من حالة إكتئاب" الا انه تدارك ذلك في سنة (1943) حيث اكد على ان حالة الاحتراق النفسي تكلف كليا عن اضطرابات الإكتئاب فهي عادة ما تكون محدودة في احد ميادين الحياة وهو الميدان المهني (وذلك نظرا لان مؤشرا ارتها واعارضها تخففي ولا تظهر على الفرد عندما يكون خارج ميدان عمله) اضافة الى عدم شعور الفرد بمشاعر الذنب والتي عادة ما تكون مرفقة لاضطراب الإكتئاب وانما نلاحظ شعوره بالغضب والسخط.

### ب / الاحتراق النفسي واضطرابات القلق

ان كل من القلق الضغط النفسي عبارة عن حالات متشابهة ومتقاربة من بعضها البعض الى درجة انه غالبا ما تستعمل هذه الكلمات (القلق الضغط الاحت ارق النفسي) لوصف لنفس الحالة النفسية الا انه من الاكيد وجود

اختلاف فيما بينها بقدر التشابه الذي اشرنا اليه فاضط ارباب القلق معرفة كاحد الاضط ارباب النفسية لها اع ارضها

وتقنياتها العلاجية وبالرغم من اشت اركها مع الضغط النفسي في بعض العناصر والمناطق الا انه يجب التاكيد على ان الضغط النفسي لا يعد اضط اربا نفسيا فالاليات الفيزيولوجية والكيميائية الحيوية المعروفة لحد الان ومتعلقة بحالة الضغط تختلف من اليات القلق .ونشير في نقطة اخرى ان القلق قد يظهر منذ الطفولة وهو متعلق بعدم قدرة الفرد على الكيف مع الضغوط التي يواجهونها.(canaoui،4002) د

### /الاحتراق النفسي والضغط النفسي

ان حديثنا عن حالة الاحت ارق النفسي غالبا ما يقودنا الى الرجوع الى حالة الضغط النفسي فهما مفهومين يصعب التفريق بينهما فبالرجوع الى العديد من التعاريف نجد ان الاحت ارق النفسي يعتبر كاستجابة لحالة ضغط نفسي مزمن لكن ما هي العلاقة بينهما ؟هل هناك استم اررية بين الظاهرتين او انه يجب التمييز بينهما؟

**النقاط المشتركة بينهما:** في الغالب نجد ان الاسباب المؤدية الى الاحت ارق النفسي هي نفسها المتسببة في الضغط النفسي كما ان التوتر الذي يعيش به الفرد في الحالتين (الضغط النفسي والاحت ارق النفسي) ياتي نتيجة لعجز الفرد عن الاستجابات لمتطلبات وضعية معينة وعدم قدرته على تلبيتها.

نقاط الاختلاف :يرتبط ظهور الاحتراق النفسي بمحيط العمل بينما الضغط النفسي فيعود الى التوتر الذي يشعر به الفرد في مختلف ميادين الحياة.

### هـ/ الاحتراق النفسي والاعياء النفسي (neuraasthénie)

في سنة 1868 قام الامريكي (george beavd) هو طبيب مختص في علم الاعصاب بوصف ظاهرة جديدة تعرف ب neurasthénie وهي عبارة عن خلل عصبي يحدث نتيجة ضغوط ناتجة عن الحياة العصرية يصيب بدرجة اولى الاشخاص للذين يعملون لساعات طويلة دون الاستفادة من فترات الراحة ويكون هذا الاضطراب اكثر انتشار لدى الاشخاص الذين ينتمون لطبقات الميسورة ويتميز بظهور عدة اعراض نفسية وجسدية غير مميزة .اذا نلاحظ ان هذا الاضطراب يتشابه كثيرا حالة الاحتراق النفسي الا ان هذا الاخير لا يعتبر اضطرابا عصبيا.

## 7 النظريات والنماذج المفسرة للاحتراق النفسي

وضعت العديد من النظريات التي قامت بتفسير ما يحدث في حالة الاحتراق النفسي وتشير باختصار الى بعض النظريات والنماذج فيما يلي :

### 1 النظريات:

#### \*نظرية التحليل النفسي

يرى اصحاب نظرية التحليل النفسي ان الاحتراق النفسي ناتج عن عملية ضغط الفرد على الانا لمدة طويلة وذلك مقابل الاهتمام بالعمل مما قد يمثل جهدا مستمر لقد ارت الفرد مع قدرة الفرد على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية او انه ناتج عن عملية الكبت او الكف للرغبات الغير مقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية مما ينشأ عنه صراع بين تلك المكونات ينتهي في اقصى م ارحله الى الاحتراق النفسي او انه ناتج عن فقدان الانا المثل

الاعلى لها وحدوث فجوة بين الانا والآخر الذي تعلق به وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها كما انه يمكن استخدام فنيات مدرسة التحليل النفسي لعلاج الاحتراق النفسي كالتنفيس الانفعالي .(رجال

سامية الحاج

## \*النظرية السلوكية

يرى واضعو هذه النظرية ان السلوك هو نتاج الظروف الفيزيائية والبيئية ولم تتجاهل مشاعر واحاسيس الانسان مثلما لم تتجاهل العمليات العقلية الداخلية له مثل الا ارادة والحرية والعقل وحسب السلوكيين فان الاحت ارق النفسي هو حالة داخلية شانه شان القلق و الغضب لهذا نجد ان النظرية السلوكية ترى ان الاحت ارق النفسي هو نتيجة

21

لعوامل بيئية واذا ما تم ضبط تلك العوامل فان من السهولة يمكن التحكم بالاحت ارق النفسي وهذا ما تؤمن بيه العديد من الد ارسات والنظريات العلمية حاليا في اهمية وضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الاداء والانتاجية في مختلف مجالات العمل.

## \*النظرية المعرفية

يرى المعرفيون ان المصاار الذي يحدد سلوك الانسان هو مصدر داخلي بحيث يخالفون لذلك النظرية السلوكية وهذا يعني ان الانسان عندما يكون في موقف معين فانه سوف يفكر بالضرورة في هذا الموقف ويسعى الى الاستجابة من اجل الوصول الى اهداف التي يحددها واذا كان هذا الانسان قد استطاع ان يدرك الموقف اد اركا ايجابيا فان ذلك سيقود بالضرورة الى حالة من الرضا والمعن وية العالية والتكيف الايجابي معه في حين اذا ادرك الانسان هذا الموقف اد اركا سلبيا فان النتيجة الحتمية لهذا الاد ارك السلبي ظهور الاحت ارق النفسي عليه. (رجال سامية 2216 ص 72 ص 75)

## 2 النماذج:

### \*نموذج شفاف واخرون للاحتراق النفسي 1286

يشير هذا النموذج الى المصادر والمظاهر و المصاحبات السلوكية للاحت ارق النفسي وذلك كما هو موضح بالشكل التخطيطي التالي:

### جدول رقم (1) يوضح مصادر الاحتراق النفسي وابعاده ومظاهره

مصادره

|                         |                              |
|-------------------------|------------------------------|
| عوامل خاصة              | عوامل ومتغيرات شخصية         |
| ص ارج الدور             | .الجنس - السن - سنوات الخبرة |
| غموض الدور              | .المستوي التعليمي            |
| عدم المشاركة في الق ارر | .التوقعات المهنية            |
| تاييد اجتماعي رديء      |                              |
| مظاهر الابعاد           | المصاحبات السلوكية           |
| استن ازف انفعالي        | .ترك المهنة                  |
| فقدان الهوية الشخصية    | .زيادة معدل الغيابات         |
| نقص في الانجاز الشخصي   | .التعب لاقل مجهود            |

( نقلا عن الزهارني 2228 ص68 )

#### \*نموذج لايتير وماسلاش latter & maslash

قدم هذا النموذج لأول مرة عام 9433 واجريت عليه بعض التعديلات والتطوي ارت عامي 9449 و 9443 ويفترض هذا النموذج ان الانهاك الانفعالي هو المكون المحوري في عملية الاحت ارق النفسي مع تاكيد على ان الانهاك الانفعالي يتطور اولا في هذه العملية وليس في المرحلة الاخيرة للاحت ارق النفسي ويوضح ذلك:

الشكل رقم (1) يوضح نموذج لايتير وماسلاش

ضغوط ناتجة للتواصل والتفاعل مع الآخرين

(العملاء زملاء العمل المشرفين)



الانهك الانفعالي

ضغوط الدور



اختلال الشعور  
بالهوية  
انخفاض الانجاز الشخصي

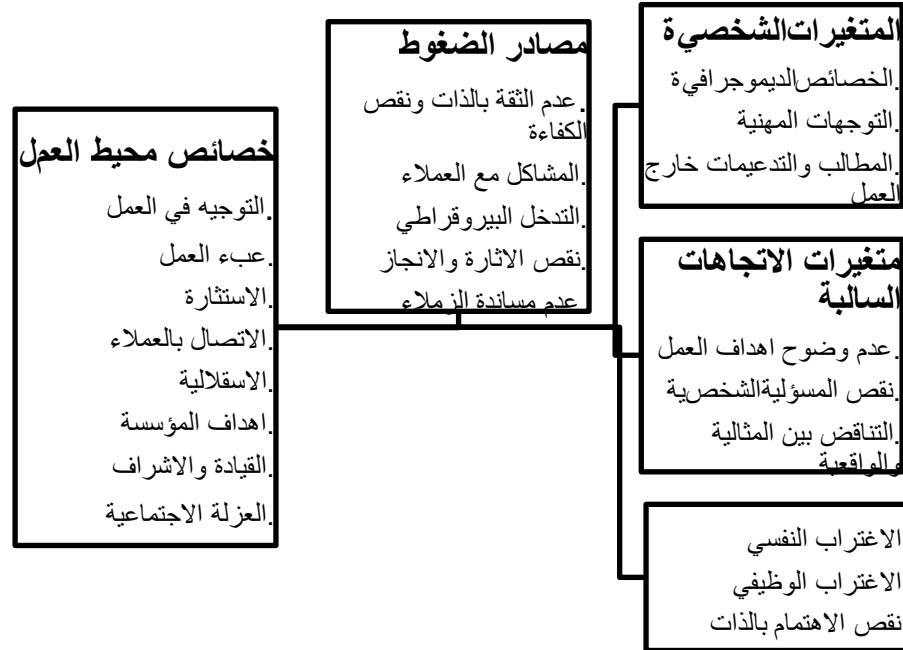
( نقلا عن تباني 2218 ص22 )

\*نموذج تشيرنيس للاحتراق النفسي model cherniss

قدم (cherniss 1985) النموذج الشامل للاحترق النفسي وقد قابل مع معاونيه 23 مهنيًا مبتدئًا في أربعة مجالات هي مجال الصحة. ومجال القانون. ومجال التمريض في المستشفيات العامة. ومجال التدريس

في المدارس الثانوية. وتم مقابلة كل المفحوصين عدة مرات خلال فترة تتراوح من سنة إلى سنتين ويوضح ذلك الشكل التالي نموذج تشيرنيس :

الشكل رقم (2) يوضح نموذج تشيرنيس للاحتراق النفسي



## 8 العلاج والوقاية من الاحتراق النفسي

لا يعتبر الاحتراق النفسي دائم ومستمر ويمكن العلاج منه حيث يوصي بعض الباحثون باتباع الخطوات التالية:

- 1- إدراك الفرد أو تعرف الفرد على الاعراض التي تشير إلى قرب حدوث الاحتراق النفسي.
- 2- تحديد الأسباب من خلال الحكم الذاتي أو باللجوء إلى الاختبار التي توضح له الأسباب.
- 3- تحدي الأولويات في التعامل مع الأسباب التي حددت في الخطوات السابقة فإن الناحية العلمية يصعب التعامل معها دفعة واحدة.

9- تطبيق الأساليب واتخاذ خطوات عملية لمواجهة الضغوط منها

.تكوين صدقات لضمان الحصول على دعم اجتماعي.

.إدارة الوقت.

.تنمية هوايات وحضور الأنشطة الترويحية.

.مواجهة الحياة كتحدى للقدرة الذاتية.

.الابتعاد عن جو العمل كلما امكن.

.الاستعانة بالمتخصصين.

.الاعتداف الشخصى بوجود المشكلة لزيادة الايجابية فى مواجهتها.

8تقييم الخطوات العلمية التي اتبعها الفرد لمواجهة المشكلة للحكم على مدى فعاليتها واتخاذ بدائل  
اذا لزم الامر.(علي عسكر 2223 ص325) ويضيف بعض الباحثين .اخذ الاجازات باسـتم  
ارر.

.ممارسة بعض التمارين الرياضية مثل الركض والسباحة.

.اجراء بعض التمارين التي يقوم بها الشخص اثناء العمل حتى لا يصبح عمله روتينيا.( احمد عوض  
2227 ص65)

## خلاصة

كخلاصة لما تناولناه في الفصل نستخلص ان الاحت ارق النفسي هو فشل العامل في التغلب على

ضغوط العمل

حيث انه حالة نفسية تصيب الفرد بالارهاق والانهاك والتعب الشديد كما نلاحظ ان الاحت ارق النفسي يحدث نتيجة لاسباب تتعلق ببيئة العمل واخرى تتعلق بشخصية الفرد.



## الجانب التطبيقي





## الفصل الثالث اجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1 الدراسة الاستطلاعية

2 منهج الدراسة

3 ادوات الدراسة

4 مجتمع وعينة الدراسة

5 الاساليب الاحصائية

6 خلاصة

### تمهيد

بعد عرضنا في الفصول السابقة للمشكلة محل الدراسة واطارها النظري والذي يعتبر الاساس الرئيسي للدراسة الميدانية يكمله الجانب الميداني الذي بدوره يعد اهم خطوة في البحث العلمي حيث انه هو الذي يثبت او ينفي صحة هذه الحقائق.

## 1 الدراسة الاستطلاعية

تسمى ايضا بالبحث الكشفي او الصياغي وفيه يلجا الباحث لاج اراء د ارسه استطلاعية عندما يكون مقدار ما يعرفه عن الموضوع قليلا جدا لا يؤهله لتصميم د ارسه وصفية وذلك عن طريق اج اراء منهجية محددة تتكافل

لتحقيق اهداف الد ارسه الاستطلاعية وتمثل هذه الد ارسات او الابعاث في الغالب نقطة البداية في البحث العلمي بشقيه النظري والتطبيقي.

البحث الاستطلاعي او الد ارسه العلمية الكشفية الصياغية الاستطلاعية هو البحث الذي يستهدف التعرف على المشكلة فقط.

وتكون الحاجة الى هذا النوع من البحوث عندما تكون مشكلة جديدة او عندما تكون المعلومات عنها ضئيلة وعادة مايكون هذا النوع من البحوث تمهيدا لبحوث اخرى تسعى لايجاد حل للمشكل. الد ارسه الاستطلاعية او الكشفية كما يتضح من اسمها تهدف الى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة وكشف جوانبها وابعادها واحيانا ما يطلق

على هذا النوع من الد ارسات "الد ارسات الصياغية"من منطلق ان هذا النوع من البحوث يساعد الباحث وزملائه من صياغة دقيقة تمهيدا لبحثها بحثا متعمقا في مرحلة تالية ايضا لكونها تساعد الباحثين في وضع الفروض المتعلقة بمشكلة البحث التي يمكن اخضاعها للبحث العلمي الدقيق. (عبد الباسط، 1266

ص454)

## 1.2 اهداف الدراسة الاستطلاعية

-تهيئة الظروف التي تجري فيها البحث والتعرف على العقبات التي تعرقل في اج اراه.

-تحديد العينة الم ارد د ارستها.

-التقرب من اف ارد العينة والمتمثلون في فريق التمريض.

-تحديد الوقت الكافي لتطبيق اداة الد ارسه.

## 1.3 عينة الدراسة الاستطلاعية

من خلال الد ارسه الاستطلاعية تم تطبيق الاداة على عينة مكونة من 99 ممرض من مستشفى الزه اروي بالمسيلة وذلك في شهر فيفري 2123.

حساب معامل الفا كرونباخ:

| معامل الثبات ألفا كرونباخ | عدد العبا ارت |
|---------------------------|---------------|
| 0,613                     | 22            |

الجدول رقم 2) يوضح نتائج الثبات للمقياس الكلي.

يتبين من خلال الجدول اعلاه ان المقياس الكلي وصلت قيمة معامل الثبات الفا كرونباخ 99.1 حيث توضح على ثبات نتائج الاداة.

حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

| الرقم | العبرة                                                                | معامل الثبات | الصدق |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|-------|
| 1     | اشعر ان عملي يستفزني انفعاليا                                         | 0,57         | 1.28  |
| 2     | اشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية كل يوم من عملي                         | 1.82         | 1.28  |
| 3     | اشعر بالانهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف ان علي مواجهة يوم عمل جديد | 1.84         | 1.29  |
| 4     | يمكنني فهم بسهولة ماذا يحس مرضاي                                      | 1.99         | 1.23  |

|    |                                                                           |      |      |
|----|---------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 5  | اشعر انني اتعامل مع بعض المرضى وكانهم اشياء لا بشر                        | 1.93 | 1.32 |
| 6  | ان اتعامل مع الناس طوال اليوم بسبب لي الاجهاد                             | 1.83 | 1.22 |
| 7  | اتعامل بفعالية عالية مع مشاكل مرضاي                                       | 1.99 | 1.23 |
| 8  | اشعر انني افقد السيطرة بسبب عملي                                          | 1.89 | 1.23 |
| 9  | اشعر بان تاثيري ايجابي بسبب عملي مع الناس                                 | 1.92 | 1.23 |
| 10 | اصبحت اكثر قسوة مع الناس بسبب عملي                                        | 1.83 | 1.29 |
| 11 | اشعر بالانزعاج والقلق لان عملي يزيد قسوة عواطفني                          | 1.84 | 1.29 |
| 12 | اشعر بالحيوية والنشاط                                                     | 1.92 | 1.39 |
| 13 | اشعر بالاحباط من ممارستي لعملي                                            | 1.83 | 1.29 |
| 14 | اشعر بانني اعمل في هذه المهنة باجهد كبير                                  | 1.88 | 1.29 |
| 15 | حقيقة لا اهتم بما يحدث لبعض مرضاي                                         | 1.83 | 1.29 |
| 16 | ان العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي لضغوط كبيرة خاصة في فترة الكوفيد        | 1.99 | 1.23 |
| 17 | استطيع بسهولة تهيئة الجو المناسب لاداء عملي على اكمل وجه                  | 1.98 | 1.31 |
| 18 | اشعر بالسعادة وال اراحة بعد انتهاء عملي مع المرضى                         | 1.92 | 1.23 |
| 19 | حققت اشياء كثيرة ومهمة ذات قيمة في ممارستي لهذه المهنة                    | 1.92 | 1.23 |
| 20 | اشعر وكانني على حافة هاوية بسبب ممارستي لمهنة التمريض                     | 1.93 | 1.24 |
| 21 | اتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية اثناء ممارستي لهذه المهنة | 1.99 | 1.31 |
| 22 | اشعر ان بعض المرضى يلومونني عن بعض المشاكل التي تواجههم                   | 1.84 | 1.29 |

الجدول رقم (3) يوضح نتائج ثبات كل عبارة في مقياس الإحتراق النفسي لدى الممرضين.

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن قيم معاملات الثبات لعبا ارت الإحت ارق النفسي ت اروح ت مابين  
 (0,58) في العبارة ( 01/31/15 )، ومابين ( 0,59) في العبارة ( 11/3/15 )، و ( 0,62) في  
 العبارة ( 9/81/19 )، و ( 0,61) في العبارة ( 4/7/16 )، ومابين ( 0,57) في العبارة ( 1/2 )، و  
 ( 0,68) في العبارة ( 5 )، و  
 ( 0,53) في العبارة ( 6 )، و ( 0,54) في العبارة ( 8 )، و ( 0,63) في العبارة ( 20 )، و ( 0,64) في  
 العبارة  
 (21)، وهذا ما يؤكد إرتفاع مستوى الإحت ارق النفسي لدى فريق التمريض.

#### حساب ثبات الفا كرونباخ

| عدد أفراد العينة | تصحيح المعامل بمعادلة<br>سبيرمان ب ارون | معامل الإرتباط قبل التصحيح |
|------------------|-----------------------------------------|----------------------------|
| 14               | 0,711                                   | 0,583                      |

الجدول رقم (4) يوضح معامل الإرتباط قبل وبعد.

يتبين من خلال الجدول ان قيمة معامل الثبات لمقياس الإحت ارق النفسي بلغت 29.1.

#### 2منهج الدراسة:

يعرفه محمد بدوي بأنه: "مجموعة القواعد التي يستعملها الباحث لتفسير ظاهرة معينة بهدف الوصول إلى الحقيقة العلمية، أو أنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة التي تهيمن على سير العقل وتحدد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة. (بوحوش عمار ، 2019، ص 12 )

وبما أن الد ارساة الحالية تهتم بمعالجة موضوع مستوى الإحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا، فسوف نحاول التعرف على مستوى الإحت ارق النفسي وكذلك معرفة الفروق الفردية بين المرضى ومعرفة متغير الجنس لكلا الجنسين، تم تبني المنهج الوصفي الذي كان مناسباً للإستكشاف، حيث يعرف المنهج الوصفي أنه طريقة لوصف الموضوع الم اردد ارساته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها  
 على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها. (المحمودي ، 2019، ص 75)

### 3 أدوات الدراسة:

هي الوسائل المتبعة من قبل الباحث العلمي للحصول على المعلومات والبيانات الذي يريدها ومن ثم تبويبها وتحليلها باستخدام الطريقة الملائمة للتحليل الاحصائي والوصول الى النتائج النهائية التي تمكنه من استخدامها في البحث العلمي ويعتمد اختيار اداة الدراسة المناسبة للبحث العلمي على نوع البحث ومنهجه وطبيعة المعلومات والمشاكل الذي يحتويها البحث. (<https://www.mamaraa.com>)

ولتحقيق اهداف الدراسة الحالية تم استخدام المقياس حيث يعرف انه عبارة عن مجموعة من الاسئلة والاسفسارات المتنوعة والمرتبطة ببعضها البعض الاخر يشكل الهدف او الاهداف التي يسعى اليها الباحث وذلك في ضوء موضوع البحث والمشكلة التي اختارها. (قنديلجي والسامري، 2008، ص 288 )

#### 3.1 صدق الأداة:

يعرف الصدق بانه الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع من اجله. (محمد وآخرون، 1999، ص 133)

حيث اعتمدنا الطرق الاتية للتأكد من صدق الاداة المستخدمة في الدراسة الحالية :

##### 3.1.1 الصدق الذاتي:

وهو يمثل العلاقة بين الصدق والثبات وهو صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من اخطاء القياس ويحسب وفق المعادلة التالية:

معامل صدق = معامل الثبات. (البهي، 1979، ص 553 )

##### 3.1.2 ثبات الأداة:

يعني بالثبات الى أي درجة يعطي المقياس او الاختبار درجات متقاربة عند كل مرة يستخدم فيها وماهو مستوى الارتباط بين درجات القياس ودرجات استخدامه المتكررة على الذات العينة. (خضر، 2004، ص 129 )

الفاكرونباخ نستخدم هذه الطريقة في ثبات البنود الموضوعية والغير موضوعية لتحقيق من الاتساق الداخلي لدرجات الاختبار المستخدم. (كماش، 2016، ص 225 )

### 4مجتمع وعينة الدراسة:

يشير معنى مجتمع الدراسة الى المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث الى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة. (احمد بن مرسل، 0222، ص 22 )

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من ممرضين الذين يعملون في مستشفى الزهراوي بالمسيلة والبالغ عددهم 111 ممرض.

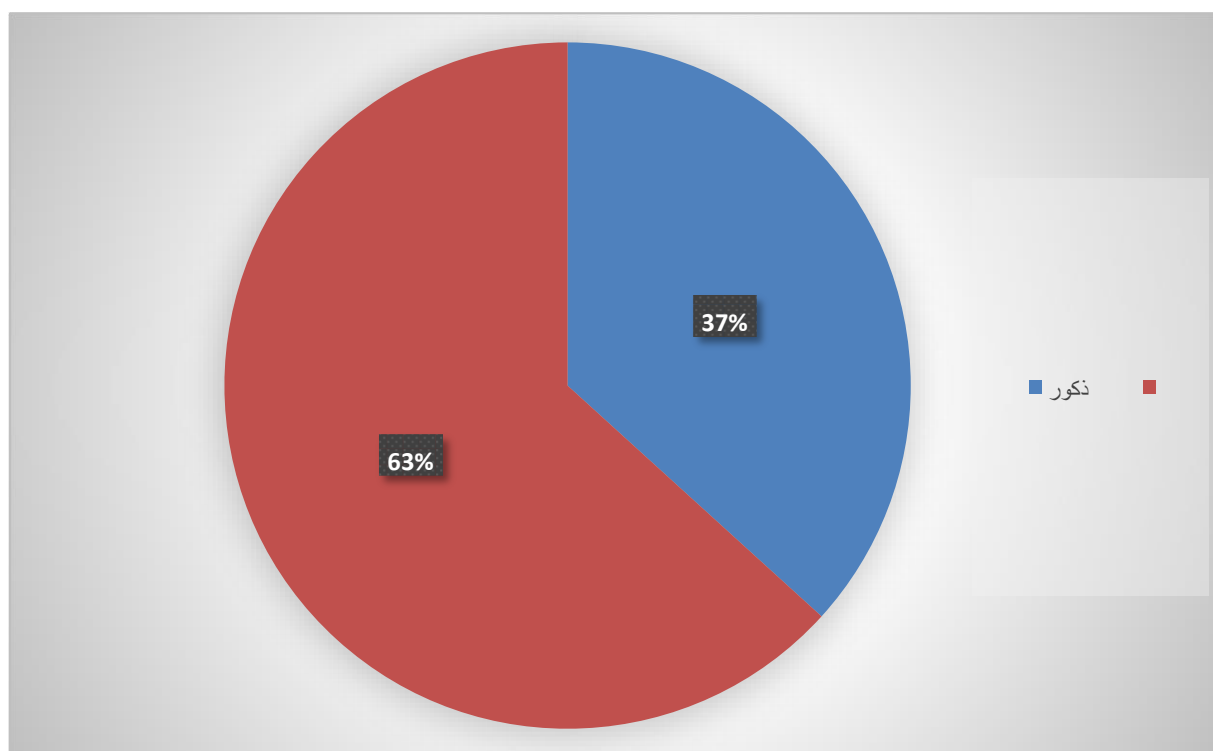
#### 2.4 خصائص عينة الدراسة

##### حسب متغير الجنس

| الجنس   | التكرار | النسبة المئوية |
|---------|---------|----------------|
| ذكور    | 41      | %27.62         |
| إناث    | 24      | %72.07         |
| المجموع | 24      | %422           |

الجدول رقم (5) يوضح توزيع افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

من خلال الجدول اعلاه وبالنظر الى تكرارات افراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم اجمالا 49 فردا نلاحظ ان 18 من افراد العينة ذكور بنسبة بلغت %74.36 اما الاناث فبلغ عددهم 31 فردا بنسبة بلغت %26.3 وهذا ما يوضحه الشكل التالي



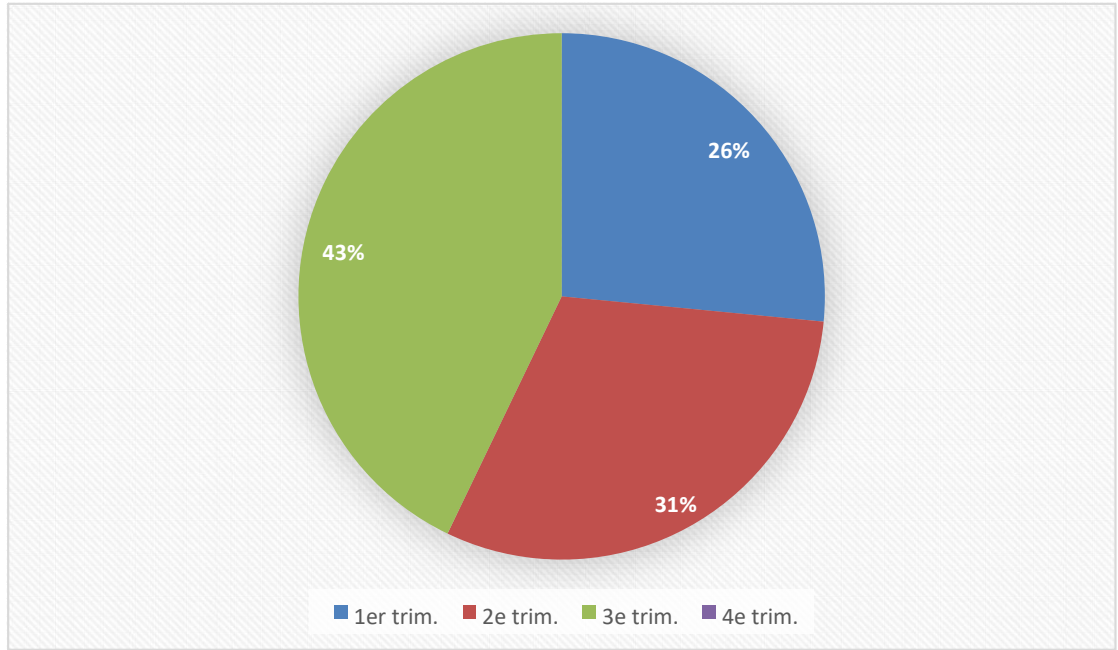
الشكل (3) يوضح توزيع نسب افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس.

##### حسب متغير الخبرة المهنية

| الخبرة المهنية   | التكرار | النسبة المئوية |
|------------------|---------|----------------|
| 2-5 سنوات        | 13      | 26.53%         |
| 6-12 سنوات       | 15      | 32.61%         |
| 12 سنوات فما فوق | 21      | 42.86%         |
| المجموع          | 42      | 100%           |

الجدول رقم (6) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير الخبرة المهنية.

من خلال الجدول اعلاه وبالنظر الى تلك ارارت اف ارد عينة الد ارسه والبالغ حجمهم اجمالا 94 فردا ؛نلاحظ ان 93 من اف ارد العينة اصحاب الخبرة المهنية 1-8 سنوات بلغت بنسبة 83.29% اما 98 من اف ارد العينة اصحاب الخبرة المهنية 9-91 سنوات بلغت بنسبة 99.31 % واما 29 من اف ارد العينة اصحاب الخبرة المهنية 91 سنوات فما فوق بلغت بنسبة 39.92 % وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



الشكل رقم (4) يوضح توزيع افراد العينة حسب متغير الخبرة المهنية.

## 5 الاساليب الاحصائية

9 تلك ارارت والنسب المئوية

2 المتوسط الحسابي والانح اف المعيار ي

3 اختبار  $t$ -test لعينة الاحتمال النفسي

9 معامل الفا كرونباخ لحساب الثبات

8 المتوسط النظري

9 الاساليب الاحصائية البا ارمترية

## خلاصة

من خلال هذا الفصل تم عرض الخطوات والاجراءات المنهجية لتحقيق اغراض الدارسة ميدانيا حيث تناولنا فيه اولا الدارسة الاستطلاعية والتي اساس الدارسة من خلال حساب صدقها وثباتها وبعدها تم التطرق الى الدارسة الاساسية حيث تم تحديد المنهج المتبع والمتمثل في المنهج ال وصفى ثم تم عرض اداة الدارسة المتمثلة في الاستبيان بعدها تحديد المجتمع وعينة الدارسة المتمثلة في فريق التمريض بمستشفى الزهراوي بالمسيلة وعليه تم اختيار عينة الحصر الشامل كون المجتمع صغير العدد وفي الاخير عرض الاساليب الاحصائية المتبعة وقد شكلت هذه العناصر سندا منهجيا في معالجة الموضوع ميدانيا كما يعتبر بمثابة المرحلة الاخيرة من البحث العلمي والمتمثلة في تحليل ومناقشة النتائج وهذا ماسنعرفه في الفصل الاربع.



## الفصل الرابع عرض نتائج الدراسة

### ومناقشتها



تمهيد

1 عرض نتائج الدراسة

2 تحليل ومناقشة

النتائج خلاصة

## تمهيد

بعد ان تناولنا في الفصل السابق الجانب التطبيقي للخطوات المنهجية التي اتبعتها الد ارسـة فان غاية البحث العلمي هو تحليل ومناقشة النتائج من خلال الفرضيات التي تم وضعها من قبل الباحث وعليه سنقوم في ضوء هذا انطلاقا من عرض نتائج الد ارسـة وتحليلها ومناقشتها بواسطة فرضيات الد ارسـة بدءا بالفرضية الاولى الى غاية افرضية الثالثة.

## 4 عرض نتائج الدراسة

### 1.1 عرض نتائج الدراسة الأساسية

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة والملائمة وجب أولاً التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة لمستوى الاحتمال ارق النفسي والجدول يوضح ذلك :

| المتغير         | Shapiro-Wilk |             |               | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |             |               | القارر |
|-----------------|--------------|-------------|---------------|---------------------------------|-------------|---------------|--------|
|                 | الاحصاءات    | درجة الحرية | مستوى الدلالة | الاحصاءات                       | درجة الحرية | مستوى الدلالة |        |
| الإحتمال النفسي | 2.114        | 42          | 2.142         | 2.275                           | 42          | 2.373         | دال    |

الجدول رقم (7) يوضح التحقق من الشرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للاحتراق النفسي.

من خلال المعطيات المبينة في الجدول أعلاه نلاحظ وبناءاً على قيمة كولموغوروف ارف سميرنوف بالنسبة لمقياس الاحتمال ارق النفسي نلاحظ اننا بيانات المقياس جاءت دالة احصائياً عند مستوى الدلالة 0.181 وبالتالي فان بيانات المقياس تتوزع توزيعاً طبيعياً وبما ان بيانات المقياس تتوزع توزيعاً طبيعياً فانه يمكن استخدام الأساليب الإحصائية البارامترية في معالجة مختلف فرضيات الدراسة.

### 1.2 عرض نتائج الفرضيات

تم ترتيب عبا ارف المقياس حسب درجة تشبعها عن طريق استخ ارج المتوسطات الحسابية والانحراف المعيارية لاستجابات ارف العينة فكانت النتائج كما في الجدول التالي:

| الترتيب | المستوى | مقياس الحكم | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | حجم العينة | العبارة                                       | الرقم |
|---------|---------|-------------|-------------------|-----------------|------------|-----------------------------------------------|-------|
| 21      | عالي    | 3 (2.34)    | 0,70228           | 2,0816          | 49         | اشعر ان عملي يستقرني انفعاليا                 | 1     |
| 2       | عالي    | 3 (2.34)    | 0,69429           | 1,7400          | 50         | اشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية كل يوم من عملي | 2     |

|    |      |          |         |        |    |                                                     |   |
|----|------|----------|---------|--------|----|-----------------------------------------------------|---|
| 22 | عالي | (2.34 )3 | 0,80407 | 2,0800 | 50 | اشعر بالانهاك<br>حينما استيقظ في<br>الصباح واعرف ان | 3 |
|----|------|----------|---------|--------|----|-----------------------------------------------------|---|

|    |       |                 |         |        |    |                                                             |   |
|----|-------|-----------------|---------|--------|----|-------------------------------------------------------------|---|
|    |       |                 |         |        |    | علي مواجهة<br>عمل جديد                                      |   |
| 5  | عالي  | (2.34 )3        | 0,62629 | 1,6600 | 50 | يمكنني فهم<br>بسهولة ماذا يحس<br>مرضاي                      | 4 |
| 17 | متوسط | (1.67-<br>43.2) | 0,83397 | 2,2800 | 50 | اشعر انني اتعامل<br>مع بعض<br>المرضى وكانهم<br>اشياء لا بشر | 5 |
| 4  | عالي  | (2.34 )3        | 0.67763 | 1,7000 | 50 | ان اتعامل مع<br>الناس طوال اليوم<br>يسبب لي الاجهاد         | 6 |
| 1  | عالي  | (2.34 )3        | 0,73651 | 1,7800 | 50 | اتعامل بفعالية<br>مع مشاكل<br>مرضاي                         | 7 |
| 14 | عالي  | (2.34 )3        | 0,79385 | 2,3200 | 50 | اشعر انني<br>افقد السيطرة<br>بسبب عملي                      | 8 |
| 13 | متوسط | (1.67-<br>43.2) | 0,51942 | 1,3400 | 50 | اشعر بان تاثيري<br>ايجابي بسبب<br>عملي مع الناس             | 9 |

|    |       |                 |         |        |    |                                                           |    |
|----|-------|-----------------|---------|--------|----|-----------------------------------------------------------|----|
| 12 | عالي  | -(2.39<br>(3    | 0,67006 | 2,4000 | 50 | اصبحت اكثر<br>قسوة مع الناس<br>بسبب عملي                  | 10 |
| 18 | متوسط | (1.67-<br>)43.2 | 0,69429 | 2,2600 | 50 | اشعر بالانزعاج<br>والقلق لان عملي<br>يزيد قسوة<br>عواطفني | 11 |
| 7  | عالي  | -(2.39<br>(3    | 0,63535 | 1,6200 | 50 | اشعر<br>بالحيوية<br>والنشاط                               | 12 |
| 15 | متوسط | (1.67-<br>)43.2 | 0,71257 | 2,3200 | 50 | اشعر بالاحباط<br>من ممارستي<br>لعملي                      | 13 |
| 6  | عالي  | -(2.39<br>(3    | 0,71742 | 1,6600 | 50 | اشعر بانني<br>اعمل في هذه<br>المهنة                       | 14 |

|    |      |              |         |        |    |                                                                              |    |
|----|------|--------------|---------|--------|----|------------------------------------------------------------------------------|----|
|    |      |              |         |        |    | باجهاد كبير                                                                  |    |
| 11 | عالي | -(2.39<br>(3 | 0,73290 | 2,4400 | 50 | حقيقة لا اهتم بما<br>يحدث لبعض<br>مرضاي                                      | 15 |
| 8  | عالي | -(2.39<br>(3 | 0,67491 | 1,5600 | 50 | ان العمل بشكل<br>مباشر مع الناس<br>يؤدي لضغوط كبيرة<br>خاصة في فترة<br>كوفيد | 16 |

|    |                                                                             |    |        |         |                 |       |    |
|----|-----------------------------------------------------------------------------|----|--------|---------|-----------------|-------|----|
| 17 | استطيع بسهولة<br>تهيئة الجو المناسب<br>لاداء عملي على<br>اكمل وجه           | 50 | 1,4600 | 0,57888 | -(2.39<br>(9.92 | متوسط | 9  |
| 18 | اشعر بالسعادة<br>وال اراحة بعد<br>انتهاء<br>عملي مع المرضى                  | 50 | 1,1600 | 0,37033 | -(2.39<br>(9.92 | متوسط | 19 |
| 19 | حققت اشياء كثيرة<br>ومهمة ذات قيمة في<br>ممارستي لهذه<br>المهنة             | 50 | 1,4600 | 0,61312 | -(2.39<br>(3    | عالي  | 10 |
| 20 | اشعر وكأنني على<br>حافة هاوية بسبب<br>ممارستي لمهنة<br>التمريض              | 50 | 2,1000 | 0,76265 | 3-2.39          | عالي  | 20 |
| 21 | اتعامل بكل هدوء<br>مع المشاكل<br>الانفعالية اثناء<br>ممارستي لهذه<br>المهنة | 50 | 1,7200 | 1.99198 | -(2.39<br>(3    | عالي  | 3  |
| 22 | اشعر ان بعض<br>المرضى يلوموني<br>عن بعض المشاكل<br>التي تواجههم             | 50 | 2,3200 | 1.92123 | -(2.39<br>(3    | عالي  | 16 |
|    |                                                                             |    |        |         |                 |       |    |

الجدول رقم (8) يوضح ترتيب العبارات عن طريق استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات  
المعيارية لاستجابات افراد عينة الدراسة.

من خلال الجدول اعلاه وبالنظر الى المتوسطات الحسابية والانح ارفية المعيارية المستخرجة من استجابات اف ارد عينة الد ارسه على كل عبارة من عبا ارت مقياس الاحت ارق النفسي نلاحظ ان العبا ارت ت اروحت في تشبعاتها عن طريق المتوسطات الحسابية والانح ارفات المعيارية بين عالية ومتوسطة. بالنسبة للعبا ارت العالية التي تنتمي الى المجال العالي 3(-2.34) نجده في العبا ارت (9-2-9-9-3-2-9-3-2-9-1-92-99-98-99-94-21-29-22) حيث ت اروحت المتوسطات الحسابية للعبا ارت العالية بين (23.9) في العبارة رقم (7) والتي نصت على (اتعامل بفعالية مع مشاكل مرضاي) و بين (1.47) في العبارة رقم (2) والتي نصت على (اشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية كل يوم من عملي) .

اما بالنسبة للعبا ارت المتوسطة التي تنتمي الى المجال 34.2(-1.76) نجده في العبا ارت (99-92-93-93-4-8) ت اروحت المتوسطات الحسابية للعبارة المتوسطة بين (2.82) في العبارة رقم (5) والتي نصت على (اشعر انني اتعامل مع بعض المرضى وكأنهم اشياء لا بشر) و بين (1.64) في العبارة رقم (81) والتي نصت على (اشعر بالسعادة وا ارحه بعد انتهاء عملي مع المرضى).

وبالتالي يمكن القول بان عبا ارت المقياس ت اروحت بين المستوى العالي والمتوسط من وجهة نظر اف ارد العينة.

#### 4 عرض نتائج الفرضية الاولى التي نصت على:

مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض مرتفع وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء الى اختبار الدلالة الاحصائية (t) بالنسبة للعينة كما هو موضح في الجدول التالي:

| المقياس       | حجم العينة | المتوسط | المتوسط الحسابي | الانح ارف المعيار | درجة الحرية | الفرق بين المتوسطين | t      | مستوى الدلالة | القرار | المعيار             |
|---------------|------------|---------|-----------------|-------------------|-------------|---------------------|--------|---------------|--------|---------------------|
| الدرجة الكلية | 94         | 91      | 99.3298         | 9.94299           | 93          | 19.3298             | 99.293 | 1.111         | دال    | (2.34-3)المجال عالي |

الجدول رقم (2) يوضح مستوى الاحتراق النفسي.

بعد استخارج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس الاحتراق النفسي ومقارنته بالمتوسط النظري تبين ان متوسط درجات افراد عينة البحث في المقياس بلغ (14.5623) درجة، وبانحراف معياري قدره (4.61794) درجة، وعند اجراء المقارنة بين المتوسط النظري البالغ (04) درجة، حيث ان الفرق بين المتوسطين بلغ

(10.5623) درجة، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة احصائية في المعالجة تبين ان الفرق دال احصائيا بين كلا المتوسطين المحسوب والنظري لصالح المحسوب، وما يؤكد ذلك هو قيمة (t) التي بلغت (16.312) وهي دالة احصائيا عند مستوي الدلالة (0.50) كما ان المتوسط المحسوب ينتمي الى المجال

3- (2.43) أي المجال العالي، وبنسبة التاكيد من هذه النتيجة هو 95 % مع احتمال الوقوع في الخطا بنسبة 8 %.

وعليه نستنتج ان مستوى الاحتراق النفسي لدى الممرضين مرتفع.

## 2 عرض نتائج الفرضية الثانية التي نصت على:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا بمستشفى الزهراوي بالمسيلة يتعزى بمتغير الجنس وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء الى اختبار الدلالة الاحصائية t بالنسبة للعينة والقائم على اساس تقدير الفرق بين متوسط استجابات افراد العينة على المقياس والمتوسط النظري وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل الى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

| المتغير | الجنس | حجم العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | درجة الحرية | مستوى الدلالة | القارر  |
|---------|-------|------------|-----------------|-------------------|----------|-------------|---------------|---------|
| الجنس   | انثى  | 39         | 91.3332         | 9.98899           | 1.449    | 92          | 1.481         | غير دال |
|         | ذكر   | 93         | 92.9992         | 9.21939           |          |             |               |         |

الجدول رقم (12) يوضح نتائج اختبار (t) ودلالاتها الاحصائية بين متوسطات درجات استجابات افراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه ان قيم المتوسط الحسابي لفئة الاناث فيما يخص الاحتراق النفسي لدى فريق

التمريض بعد جائحة كورونا بلغ (3332.91) درجة وبانح ارف معياري قدره (98899.9) درجة، وهي اقل من قيمة المتوسط الحسابي لفئة الذكور فيما يخص الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا والتي قدرت ب (9992.92) درجة وبانح ارف معياري قدره (21939.9) كما بلغت الاختبار (t-test) للمجموعتين غير

متساويتين وغير متجانستين ب (0.699) عند درجة الحرية (74) درجة ومستوى الدلالة الذي بلغ (0.059) اكبر من (0.50) وبالتالي نستنتج انه لم تتحقق الفرضية الصفرية القائلة بانه توجد فروق ذات دلالة احصائية فيما يخص الاحتراق النفسي الذي يتعزى بمتغير الجنس.

وعليه نقبل الفرضية البديلة القائلة بانه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس و لصالح الذكور.

### 3 عرض نتائج الفرضية الثالثة: التي نصت على:

توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير سنوات الخبرة المهنية اقل من 8 سنوات/ اكبر من 91 سنوات وبعد تطبيق اختبار الفروق (ت) لمجموعتين غير متساويتين وغير متجانستين تحصلنا على النتائج التالية:

| معامل الشيفي (lsd) للمقارنات البعدية |                   |                   |                     |              | مقياس<br>الاحتراق<br>النفسي |
|--------------------------------------|-------------------|-------------------|---------------------|--------------|-----------------------------|
| مستوى<br>الدلالة                     | الخطأ<br>المعياري | متوسط<br>الفروقات | (الأقدمية ب)        | (الأقدمية أ) |                             |
| 1.423                                | 9.22948           | -1.18333          | 8-91<br>سنوات       | 1-8 سنوات    |                             |
| 1.882                                | 9.81831           | -1.34992          | 91 سنوات<br>فما فوق |              |                             |

|       |         |          |                     |          |
|-------|---------|----------|---------------------|----------|
| 1.423 | 9.22948 | 1.18333  | 1-8 سنوات           | 8-91     |
| 1.983 | 9.39222 | -1.33333 | 91 سنوات<br>فما فوق | سنوات    |
| 1.882 | 9.81831 | 1.34992  | 1-8 سنوات           | 91 سنوات |
| 1.983 | 9.39222 | 1.33333  | 8-91<br>سنوات       | فما فوق  |

### الجدول رقم (11) يوضح نتائج اختبار الفروق للخبرة المهنية.

يتضح من خلال الجدول اعلاه ان قيمة متوسط الفروقات لفئة الممرضين ذو الخبرة المهنية ل 8-91 سنوات بلغت 05833.0 (-) وبخطا معياري قدره (1.59127) درجة وبمستوى دلالة (0.379). اما بالنسبة لخبرة 91 سنوات فما فوق بلغ متوسط الفروقات ب 891.0 (-) درجة وبخطا معياري قدره (1.59127) وبمستوى دلالة (0.755) وهذا كله تخص الاقدمية (1-8 سنوات. و من ناحية 8-91 سنوات فان الاقدمية (ب) بلغت عند 1-8 سنوات حيث بلغ متوسط الفروقات (18333.1) و خطا معياري قدره (22948.9)

### تحليل ومناقشة النتائج

وبمستوى دلالة (423.1). ومن 91 سنوات فما فوق بلغ متوسط الفروقات (333.1-) و خطا معياري قدره (39222.9) وبمستوى دلالة (983.1). اما الخبرة المهنية 91 سنوات فما فوق بلغت عند 1-8 سنوات بمتوسط فروقات قدره (34992.1) وبخطا معياري قدره (81831.9) وبمستوى دلالة (882.1). وبالنسبة ل 8-91 سنوات بلغ متوسط الفروقات (33333.1) و بخطا معياري قدره (39222.9) و مستوى دلالة (983.1). وعليه نستنتج ان الفرضية لم تتحقق القائلة بانه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي تعزى بمتغير الخبرة المهنية.

### 1 مناقشة نتائج الفرضية الاولى

والتي نصت على أن مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا مرتفع، بعد التحقق من نتائج الفرضية الاولى المتحصل عليها في الجدول رقم (9) الذي يوضح مستوى الاحت ارق النفسي.

تبين ان مستوى الاحت ارق النفسي الذي يتعرض له فريق التمريض مرتفع وهذا واضح من خلال ما تعرض له الممرضين خلال جائحة كورونا وبعدها. حيث تعرضوا للارهاق وتعب شديد مما خلف لديهم احت ارق نفسي وايضا ضغوط العمل المتواصلة طوال اليوم.

وهذا ما اتفق مع د ارسه غ ازل وفرحاتي (0202) بعنوان الاحت ارق النفسي لدى الممرض في ظل جائحة كورونا د ارسه ميدانية لثلاث حالات بمستشفى حكيم سعدان بسكرة، حيث توصلت نتائج هذه الد ارسه الى وجود مستوى مرتفع من الاحت ارق النفسي لدى الحالتين الاولى والثانية بينما متوسط من الاحت ارق النفسي لدى الحالة الثالثة.

ود ارسه شطوف وقاسمي (1202/0202) بعنوان الاحت ارق النفسي لدى الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد94 وعلاقتها ببعض المتغي ارت فتوصلت الد ارسه الى بعض النتائج حيث يعاني الاطباء في مصلحة كوفيد94 من مستويات مرتفعة من الاحت ارق النفسي.

#### مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي نصت على ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا يعزى لمتغير الجنس بعد التحقق من نتائج الفرضية الثانية المتحصل عليها في الجدول رقم 10() الذي يوضح نتائج اختبار (t) ودلالاتها الاحصائية بين متوسطات درجات استجابات اف ارد العينة على مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض الذي يعزى لمتغير الجنس لان مستوى الدلالة بلغ (0.59) اكبر من (0.50) أي غير دال احصائيا، وبالتالي لم تتحقق الفرضية البديلة وعليه نقبل الفرض الصفر ي بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا يعزى لمتغير الجنس وذلك لصالح الذكور.

وذلك لتاثر الذكور اكثر بالضغوط واكثر معاناة مقارنة مع الاناث أي ان الفروق موجودة لصالح الذكور وهذا ارجع لطبيعة الضغوط المهنية التي يتعرضون لها وبعض الالات ازمات المترتبة على الممرضين .

وهذا ما اتفق مع د ارسه بوصلاح وعبد اللطيف (2202/1202) بعنوان المشكلات النفسية المترتبة عن جائحة كورونا لدى عينة من الممرضين د ارسه ميدانية بمستشفيات ولاية مسيلة، فتوصلت النتائج الى عدم وجود فروق دالة على الاحت ارق النفسي لمتغير الجنس. عدم وجود فروق دالة على الضغط النفسي لمتغير الجنس. كما جاءت د ارسه شطوف وقاسمية (0202/1202) بعنوان الاحت ارق النفسي لدى

الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد 94 وعلاقتها ببعض المتغيرات التي جاءت منافية لدأرستنا الحالية حيث حققت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستويات الاحت ارق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

#### مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي نصت على ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا تعزى لمتغير الخبرة المهنية، بعد التحقق من نتائج الفرضية الثالثة المتحصل عليها في الجدول رقم(11) الذي يوضح نتائج اختبار الفروق للخبرة المهنية.

تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض تعزى لمتغير الخبرة المهنية لان مستوى الدلالة اكبر من (0.50) أي غير دال احصائيا ومنه لم تتحقق الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية القائلة بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

فهنا نرى ان الوظيفة لا تلعب دورا في رفع مستوى الاحت ارق النفسي بقدر ماهو مرتبط بظروف العمل فوفقا لتقرير المجلة الادبية لجودة الحياة المهنية ونوعية الرعاية الذي نشر في 2199 من طرف "Ihas" والتي اشارت الى ان هناك العديد من متغي ارت العمل التي يمكن ان ترتبط بالاحت ارق النفسي في مجال التمريض منها مواقيت العمل كالعمل الليلي والمناوبة في العطل الاسبوعية وطبيعة العمل والعلاقة مع المرضى والضغط العاطفي والعقلي.

وهذا ما اتفق مع د ارسـة بن صالح هادية (1202) بعنوان الاحت ارق النفسي لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا د ارسـة ميدانية على عينة من الاطباء الممرضين فتوصلت النتائج الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي تعزى لمتغير طبيعة المهنة. وكذلك د ارسـة بوصولاح و عبد اللطيف (0202/1202) بعنوان المشكلات النفسية المترتبة عن جائحة كورونا لدى عينة من الممرضين د ارسـة ميدانية بمستشفيات ولاية مسيلة فاسفرت نتائجها الى عدم وجود فروق دالة على الاحت ارق النفسي لمتغير الخبرة المهنية وعدم وجود فروق دالة على الضغط النفسي لمتغير الخبرة المهنية.

كما جاءت د ارسـة شطوف وقاسمية (0202/1202) بعنوان الاحت ارق النفسي لدى الاطباء العاملين في مصلحة كوفيد 94 وعلاقتها ببعض المتغي ارت التي جاءت منافية لدأرستنا الحالية حيث حققت الى وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستويات الاحت ارق النفسي تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

### خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل نكون قد اوضحنا النتائج التي توصلنا اليها بعد اجراء الدراسة الميدانية كما قمنا بمناقشتها في ضوء النظريات والدراسات السابقة.

## خاتمة:

من خلال ما تم الوصول اليه في موضوع الاحت ارق النفسي الذي يعتبر مجالا واسعا للبحث العلمي والتحليل، واخذ حي از كبي ار من الاهتمام من طرف العلماء والباحثين، نظ ار لارتفاع الانفعالات والضغوط داخل المؤسسات الاستشفائية.

من خلال هذا العرض حول مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا، بين لنا اهمية د ارسه الاحت ارق النفسي ومعرفة اسبابه وابعاده وكيفية العلاج و الوقاية منه، لتحقيق هذه الفرضيات كما تم وضع مقياس خاص بالاحت ارق النفسي.

وما يمكن استنتاجه ان الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض موضوع واسع وكبير نرجو ن تجري حوله  
مجموعة من الد ارسات والابحاث بهدف التخفيف من حدة الاحت ارق النفسي وما يناسب الممرض في  
التكيف مع محيط عمله.

## استنتاجات

\*مستوى الاحت ارق النفسي بعد جائحة كورونا مرتفع.

\*لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا  
تعزى لمتغير الجنس.

\*لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا  
تعزى لمتغير الخبرة المهنية.



## التوصيات والاقتراحات

انطلاقاً من المعطيات النظرية وما توصلنا اليه من خلال نتائج دراستنا ما لاحظناه اثناء قيامنا بهذه الدراسة الميدانية نصل الى وضع بعض الاقتراحات والتوصيات منها:

\*اجراء المزيد من الدراسات بهدف تحديد اسباب وعوامل اخرى المؤدية للاحتراق النفسي لدى فريق التمريض.

\*محاولة بناء برامج علاجية للتخفيف من حدة الاحتراق النفسي للمرضين.

\*القيام بحملات توعية في صفوف الممرضين لكيفية تجنب والوقاية من هذا الاحتراق.

\*تهيئة الجو النفسي المناسب للمرضين بتوفير غرف خاصة لاحتوائهم.

\*توفير دورات تكوينية بهدف تطوير مهاراتهم الممرضين لمواجهة تطورات المهنة.

\*توفير الدعم المادي والمعنوي للمرضين.

## قائمة المصادر والمراجع:

### المراجع العربية:

#### المعاجم

- 1 كشود عمار (4991) معجم مصطلحات علم النفس الصناعي والتنظيمي والادارة انجليزي -عربي دار الكتب الوطنية، ليبيا.

#### الكتب

- 1 ابو عبلة ،ع،م، (4002) المارة العربية العاملة المعوقات ومتطلبات النجاح في العمل القيادي، المنظمة العربية للتنمية الادارية.
- 2 احمد محمد عوض (7002) الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس، دار الحامد (ط 1) الاردن.
- 3 احمد بن مرسل (5002) مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال ديوان المطبوعات الجامعية ( ط 4 ) الج ازئر.
- 4 السيد فؤاد البهي (9791) علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري دار الفكر العربي (ط 3 ) القاهرة.
- 5 العياصرة معن محمود احمد (8002) الاشارف التربوي والقيادة التربوية وعلاقتها بالاحتراق النفسي دار الحامد للنشر والتوزيع (ط1)، عمان.
- 6 لقرطي ،ع، ا (8991) الصحة النفسية دار الفكر العربي (ط1) القاهرة ،مصر.
- 7 بوحوش عمار (9102) منهجية البحث العلمي وتقنياته في العلوم الاجتماعية المركز الديمق ارطي العربي للدارسات الاستراتيجية والسياسية والاقتصادية (ط1) برلين، المانيا.
- 8 خضر متولي عبد الباسط (4002) ادوات البحث العلمي وخطة اعدادة دار الكتاب الحديث (ط1)،السعودية.

2 شعرة، ا، ب ، (0102) التكيف مشكلات وحلول مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع (ط1)  
،الأردن.

12 عامر قنديلجي وإيمان السام ارئي (8002) البحث العلمي والكمي والنوعي دار اليازوري العلمية  
للنشر والتوزيع، الأردن.

11 عبد الباسط محمد حسن (6691) اصول البحث الاجتماعي لجنة البيان العربي، القاهرة.

12 عزت ع ا (6002) الاشارف التربوي مفاهيمه واساليبه الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ،عمان،  
الأردن.

13 علي السلمي (دون سنة) السلوك الانساني في الادارة دار غريب للطباعة ،القاهرة.

14 علي عسكر (3002) ضغوط الحياة واساليب مواجهتها دار الكتاب الحديث (ط3) الكويت.

15 عطا الله واخرون (9002) الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف والتوافق دار الصفاء للنشر والتوزيع  
(ط1) الأردن.

16 علي مكايي (9991) علم الاجتماع الطبي الاله ارم للطباعة والنشر .

17 كماش يوسف ،لازم (6102) البحث العلمي مناهجه اقسامه اساليبه الاحصائية دار الجلة (ط1)  
الع ارق.

18 محمد سرحان ،علي المحمودي(9102) ،مناهج البحث العلمي ،دار الكتب، (ط2) ،الجمهورية  
اليمنية.

12 محمد زكرياء ،واخرون (9991) ،مبادئ القياسية والتقويم في التربية، مكتبة دار الثقافة، (ط1)  
،عمان.

#### الرسائل والاطروحات

1 الزه ارني، ن، ب، (8002) الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع  
ذوي

الاحتياجات الخاصة(رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير قسم علم النفس ) جامعة ام القرى ،المملكة العربية السعودية.

2 تباني، س، (8102) فعالية برنامج علاجي في تنمية الذكاء الوجداني والتخفيف من حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من الاطباء المناوبين بمستشفى الزهراوي -المسيلة-(اطروحة دكتوراه في فرع علم النفس الصحة) ،جامعة سطيف2.

3 رجال سامية الحاج عيسى(6102) اختبار علاقة الانماط السلوكية للشخصية واستراتيجية المواجهة وبعض المتغيرات الديمغرافية بالاحتراق النفسي لدى عينة من رجال الامن (رسالة ماجستير منشورة قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا تخصص علم النفس العيادي) جامعة الج ازئر2، الج ازئر. 4 زكية بن عامر، (7102) ،مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الاقسام النهائية وعلاقتها ببعض المتغيرات (اطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس ) ،سيدي بلعباس.

5 سماني م ارد (2102/1102) ،استراتيجيات التعامل عند الدين يعانون من الاحتراق النفسي لدى الاطباء المقيمين بالمستشفى الجامعي بوهارن، (مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير) ،جامعة وه ارن. 6 شهناز بومعالي (9102) ،الاحتراق النفسي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة والدافعية للانجاز لدى الممرضين، (اطروحة لنيل شهادة الدكتوراه تخصص علم النفس عمل وتنظيم) ،جامعة الج ازئر2.

7 عودة يوسف (8991) ،ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية في الضفة الغربية، (رسالة ماجستير غير منشورة) ،جامعة النجاح الوطنية، نابلس ،فلسطين.

8 مرشدي الشريف (8002) مصادر الضغط المهني واستراتيجيات التعامل لدى المجرمين (رسالة ماجستير في علم النفس العمل والتنظيم) جامعة الج ازئر.

2 مدور ي، ي، (5102) الاحتراق النفسي وعلاقته بانماط الشخصية وطبيعة الممارسات المهنية (اطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه تخصص علم النفس) جامعة تلمسان.

12 ملال خديجة (0102/9002) تقنين مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك وجاكسون في الوسط الشبه الطبي

(مذكرة تخرج لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية تخصص قياس وتقويم) جامعة وه ارن.

## المجلات

1 عليوة، ش، ت (0202) الضغوط المهنية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى عمال قطاع الصحة خلال ازمة كورونا (covid 19) مجلة الوقاية والارغنوميا ، المجلد3، العدد2 ن، جامعة الج ازئر2.

2 فتيحة مزياني (0102) مفهوم الاحتراق النفسي ابعاده ومارحله مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، عدد خاص بالملتقى الدولي حول المعاناة في العمل ، جامعة الج ازئر.

## المواقع

المراجع الاجنبية <https://www.mamariaa.com>

1baird,b,s,stephanie (1999):vicarious traumatization, secondary traumatic stress, and burnout in sexual assault and domestic violence agency staff and volunteers, thesis prepared of master of science, university of north texas.

2grebot, e, (2008), stress et burn-out au travail, paris: édition d'organisation.

3philip, anu anna (2004) coping as a moderator variable in the relationship between occupational stressors and burnout amongst psychologists. Magister scientiae ( counseling psychology). Faculty of humanities, university of the free state, south Africa .

4pierre canoui , a, m, (s. d)(2004), le burnout, le syndrome d'épuisement professionnel des soignants; de l'analyse aux réponses; 3<sup>ème</sup> édition masson, paris.



# الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

السنة:ثالثة

تخصص:علم النفس العيادي

تحت

ليسانس من اعداد الطالبات :

اش ارف الدكتور:

مرزوقي

سمير

شادي ريهان

لطرش مروة

دواودة دلال

مقياس الاحت ارق النفسي :

في اطار انجاز مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس العيادي بعنوان مستوى الاحت ارق النفسي لدى فريق التمريض بعد جائحة كورونا.

ننقدم اليكم بهذا المقياس من اجل التعرف على خب ارتك الشخصية من خلال بعض المواقف التي تواجهها في عملك. نرجو منكم ق ارة كل عبارة بعناية و وضع علامة (x) في المكان المناسب.

المعلومات الشخصية :

الجنس

ذكر ☐

أنثى ☐

الخبرة المهنية 5-0 ☐

10-5 ☐

10 فما فوق ☐

| الرقم | العبرة                                                                | دائما | احيانا | ناد<br>ار |
|-------|-----------------------------------------------------------------------|-------|--------|-----------|
| 1     | اشعر أن عملي يستنزني انفعاليا                                         |       |        |           |
| 2     | اشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية كل يوم من عملي                         |       |        |           |
| 3     | اشعر بالإرهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف أن علي مواجهة يوم عمل جديد |       |        |           |
| 4     | يمكنني فهم بسهولة ماذا يحس مرضاي                                      |       |        |           |
| 5     | اشعر أنني أتعامل مع بعض المرضى وكأنهم أشياء لا بشر                    |       |        |           |
| 6     | أن أتعامل مع الناس طوال اليوم يسبب لي الإجهاد                         |       |        |           |
| 7     | أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل مرضاي                                   |       |        |           |
| 8     | اشعر أنني افقد السيطرة بسبب عملي                                      |       |        |           |
| 9     | اشعر بان تأثيري ايجابي بسبب عملي مع الناس                             |       |        |           |
| 10    | أصبحت أكثر قسوة مع الناس بسبب عملي                                    |       |        |           |
| 11    | اشعر بالانزعاج والقلق لان عملي يزيد قسوة عواطفني                      |       |        |           |
| 12    | اشعر بالحيوية والنشاط                                                 |       |        |           |
| 13    | اشعر بالإحباط من ممارستي لعملي                                        |       |        |           |
| 14    | اشعر بأنني اعمل في هذه المهنة بإجهد كبير                              |       |        |           |
| 15    | حقيقة لا اهتم بما يحدث لبعض مرضاي                                     |       |        |           |
| 16    | إن العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي لضغوط كبيرة خاصة في فترة كوفيد      |       |        |           |

|    |                                                                            |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 17 | استطيع بسهولة تهيئة الجو المناسب لأداء عملي على أكمل وجه                   |  |  |
| 18 | اشعر بالسعادة وال اراحة بعد انتهاء عملي مع المرضى                          |  |  |
| 19 | حققت أشياء كثيرة ومهمة ذات قيمة في ممارستي لهذه المهنة                     |  |  |
| 20 | اشعر وكأنني على حافة هاوية بسبب ممارستي لمهنة التمريض                      |  |  |
| 21 | أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية و العاطفية أثناء ممارستي لهذه المهنة |  |  |
| 22 | اشعر أن بعض المرضى يلومونني عن بعض المشاكل التي تواجههم                    |  |  |

مع فائق عبارات الشكر والتقدير لحسن تعاونكم.

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): اسطى بنت مروية

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 205206017

الصادرة بتاريخ: 21 - 10 - 2019 عن دائرة: المعاضيد (ولاية جرجان)

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 202035077952

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التدريب  
بجامعة كورونتا حرائر السنة ميدانية ليستلغها الزهراوي  
بالمسيلة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في  
انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: .....

امضاء المعني (ة):



المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): د. واهية دلال

الصفة (طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 205969918

الصادرة بتاريخ: 11-08-2020 عن دائرة: بوسعادة

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العمادي تحت رقم التسجيل: 202035071461

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (مذكرة التخرج ليسانس، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: مستوى الاحتراف النفسي لدى فريق التحليل بعد

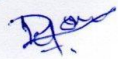
جائحة كورونا دراسة ميدانية لمبتدئين الزهراوي

بالمسيلة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في  
انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في:

امضاء المعني (ة):



المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.



**Faculty of Humanities and Social Sciences**  
**Vice-Deanship of the College for Studies and**  
**Student Issues**

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
 People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
 Ministry of Higher Education and Scientific Research

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة  
 University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
 نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة  
 الرقم: 2023/

**تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث**

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): سجاد ريهان

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم): طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 205061354

الصادرة بتاريخ: 23-09-2019 عن دائرة: المسيلة

المسجل(ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 202035067644

والمكلف بإنجاز اعمال بحث (منكرة التخرج ليسانس، منكرة ماستر، منكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه).

عنوانها: مستوى الاحتراق النفسي لدى فريق التصريف

جائحة كورونا دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي

بالمسيلة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في  
 انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في:

امضاء المعني(ة):

[Signature]

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.