وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: ...../2022

رقم التسجيل: 171735093839

رقم التسجيل: 171735080212

صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة

دراسة ميدانية لدى الإداريات المتزوجات بجامعة المسيلة

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في:

شعبة: علم النفس تخصص: علم النفس العيادي

إعداد الطالبتان:

- جعيجع رشيقة
- بشيري لدمية

إشراف الدكتور:

تومي الطيب

السنة الجامعية: 2021-2022

شكر وعرفان

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا ووفقنا في إنجاز هذا العمل المتواضع.

نوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد على إنجاز هذا العمل من إدارة قسم علم النفس وأخص بالذكر أستاذ المشرف " تومي الطيب "الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة التي كانت عونا لنا في إتمام هذا العمل...

إهداء

أهدي عملي هذا إلى...

أبي الذي قدم لي كل شيء وجعل مني بذرة خير، الرجل الذي تقف أمامه كل الكلمات صامتة طبت ودمت فخرا وعزة لي أن احمل اسمك طيلة العمر...

إلى أمي جنتي التي أذهب بضعفي فتعيدني إلى الدنيا بقوتي، أمي لا اقتباس ينصفها ولا نص يكفي الحديث عنها، هي الفضل، هي الخير، هي كل ما أملك...

إلى أختي الوحيدة التي تحملت معي كل دروب ومشقات الحياة، توأمي وحبيبة قلبي وأغلى ما أملك هي الغصن الذي أتمسك به في كل العثرات...

إلى إخوتي وزوجاتهم وأولادهم (رنيم، طارق، نزار)

إلى صديقاتي الغاليات كل باسمها...

وإلى كل من يعرفني من قريب أو من بعيد..

الحمد لله على كل شيء...

إهداء

الحمد لله الذي أنار لي طريقي وكان لي خير عون، إلى أغلى ما أملك في هذه الحياة، إلى من وضعت الجنة تحت أقدامها، إلى التي أنحني لها بكل إجلال وتقدير، إلى التي أرجوا قد أكون نلت رضاها، إلى أمي الغالية " مسعودة " أطال الله في عمرها...

إلى من ساندني وكان شمعة تحترق لتنير طريقي، إلى أبي الحبيب الغالي رحمة الله عليه...

وإلى كل أفراد عائلتي أخص بالذكر إخوتي، وإلى كل أساتذتي الذين قدموا لنا يد المساعدة وأخص بالذكر الدكتور "تومي الطيب "والذي كل لنا عونا في كل خطوة أنجزناها في هذا العمل وأهدي هذا العمل كل من يعرفني من بعيد أو من قريب... الحمد لله على كل شيئ.

فهرس المحتويات

شكر وعرفان

فهرس المحتويات

قائمة الجداول والإشكال

المقدمة: ..... أ

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1-الإشكالية: 4

2-الفرضيات: 5

3-أهداف البحث: 6

4-أهمية الدراسة: 6

5-المفاهيم الإجرائية للدراسة: 7

6- الدراسات السابقة: 8

الفصل الثاني: صراع الأدوار للمرأة العاملة

تمهيد : 15

1-مفهوم صراع الأدوار: 15

2-أنواع صراع الأدوار : 16

3-أسباب صراع الأدوار : 17

4-آثار صراع الأدوار: 17

6-النظريات التي فسرت صراع الدور: 18

أولا: نظرية التحليل النفسي: 18

ثانيا: نظرية التناشز الإدراكي فلفصل تاع صراع الأدوار 18

ثالثا: نظرية الدور: 19

خلاصة الفصل: 21

الفصل الثالث: الإنهاك النفسي

تمهيد : 23

1-مفهوم الإنهاك النفسي: 23

2- مراحل تطور مفهوم الإنهاك النفسي: 24

3- الإنهاك النفسي وبعض المفاهيم الأخرى: 26

4-مراحل الإنهاك النفسي: 27

5- النظريات المفسرة للإنهاك النفسي: 28

أولا-نظرية التحليل النفسي: 29

ثانيا- النظرية السلوكية: 31

ثالثا- النظرية الوجودية : 32

خلاصة الفصل: 34

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد: 37

1-منهج الدراسة: 37

2-الدراسة الأساسية: 38

أ-عينة الدراسة: 38

ب-حدود الدراسة: 38

ج-أدوات الدراسة: 38

5-ثبات وصدق أداة الدراسة: 42

أولا/ ثبات وصدق مقياس صراع الأدوار: 42

الفصل الخامس: عرض ومناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة

تمهيد: 48

أولا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات: 49

ثانيا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة: 49
ثالثا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى: 51
رابعا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:..... 52
الاستنتاج عام: 54
الخاتمة: 56
الاقتراحات: 57
قائمة المراجع..... 59
الملاحق 64
الملحق رقم(1) إستمارة صراع الأدوار 64
الملحق رقم (2) مقياس الإنهاك النفسي 67
الملحق رقم (3) حساب الثبات والصدق لإستمارة صراع الأدوار..... 69
الملحق رقم (4) لمقياس الانهاك النفسي..... 70
الملحق رقم (5) نتائج الدراسة 73

فهرس الجداول

جدول رقم 1: سلم تنقيط أبعاد مقياس الإنهاك النفسي حسب ماسلاش..... 41
جدول رقم 2: يوضح ثبات مقياس صراع الأدوار عن طريق ألفا كرونباخ..... 42
جدول رقم 3: يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس صراع الأدوار 43
جدول رقم 4: يوضح ثبات مقياس الإنهاك النفسي عن طريق ألفا كرونباخ..... 43
جدول رقم 5: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور" الإنهاك النفسي " مع درجته الكلية..... 44
جدول رقم 6: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور"نقص الشعور التعاطفي "مع درجته الكلية..... 45
جدول رقم 7: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور نقص الإنجاز الشخصي في العمل مع درجته الكلية..... 45
جدول رقم 8: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لمحاور مقياس الإنهاك النفسي مع درجته الكلية 46
جدول رقم 9: يوضح العلاقة بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي 49
جدول رقم 10: يوضح الفروق في الإنهاك النفسي تبعا لمتغير عدد الأبناء..... 51
جدول رقم 11: يوضح الفروق في الإنهاك النفسي تبعا لمتغير عدد سنوات العمل..... 52

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة، كما هدفت إلى التحقق من وجود علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، وكما هدفت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الإنهاك النفسي باختلاف عدد الأولاد لدى إداريات جامعة محمد بوضياف بالمسيلة. وفي الفروق في الإنهاك النفسي باختلاف عدد سنوات العمل.

وقد تم الاعتماد على استبيان صراع الأدوار ومقياس الإنهاك النفسي MASLASH BURNOUT INVENTORY وبالصيغة المترجمة إلى العربية من طرف طوالبة محمد عبد الرحمان (1999).

حيث كان عدد أفراد العينة (62) إدارية متزوجة يعملن في مختلف كليات جامعة المسيلة، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي لارتباطي.

واستخدمت الباحثان الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- لا توجد فروق الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد الأبناء.
- توجد فروق الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد سنوات العمل.

الكلمات المفتاحية: صراع الأدوار، الإنهاك النفسي، المرأة العاملة المتزوجة

Abstract

The present study aimed to identify the conflict of roles and its relationship to the psychological exhaustion of married working women, it also aimed to verify the existence of a correlation between role conflict and psychological exhaustion among the administrators of Mohamed Boudiaf University in M'sila, and also aimed at the existence of differences in the function of two statistics of psychological exhaustion, depending on the number of boys in the administrators of Mohamed Boudiaf University in M'sila. And the differences in psychological exhaustion in to the number of working years.

The role-conflict questionnaire and the psychological exhaustion scale MASLASH BURNOUT INVENTORY have been relied upon and in the form translated into Arabic by Tawalbeh Muhammad Abd al-Rahman (1999).

the number of members of the sample was (62) married administrators worked in various faculties of the University of M'sila, and the descriptive approach was based on associative.

The researchers used statistical methods to analyze the data, and the following results were reached:

- There is a correlation between role conflict and psychological exhaustion of married women's administrators at Mohamed Boudiaf University in M'sila.
- There are no differences in psychological exhaustion of married women's administrators at the University of Mohamed Boudiaf in M'sila, depending to the variable number of children.
- There are differences of psychological exhaustion among the administrators of married women at the University of Mohamed Boudiaf in M'sila, according to the variable number of working years .

Keywords: role conflict, psychological exhaustion, married working women

المقدمة

المقدمة:

إن التحولات التي مست المجتمعات الحديثة على مستوى مختلف المجالات ساهمت بشكل كبير في تغيير دور ومكانة المرأة بحيث أصبح لديها دورا هاما تلعبه داخل المجتمع مثلها مثل الرجل، وهذا بدخولها عالم الشغل بقوة و سعيا منها في المساهمة في التنمية فبعدما كانت المرأة بصفة عامة والزوجة خاصة ملتزمة بالمكوث في بيتها ترعى شؤون أسرتها أصبحت تتواجد في معظم القطاعات في مختلف المجالات حيث أن كون الزوج والزوجة يعملان، فغالبا فإن الزوجة تعمل ضعف ما يعمله الرجل وخاصة أنها تعمل خارج البيت وداخله وهذا ما شكل للمرأة مجموعة من الضغوط وأضرار سواء كانت نفسية أو اجتماعية أو جسدية.

ويعتبر الإنهاك النفسي أعلى درجات الضغوط من أهم المشكلات التي تعاني منها المرأة العاملة حيث جذب هذا الموضوع الاهتمام الأكاديميين والممارسين على حد سواء، وهذا الاهتمام يكمن في ظهور العديد من الدراسات التي ركزت على هذا الموضوع الذي ارتبط ارتباطا وثيقا بالمرأة بشكل خاص وارتكز أكثر عند المرأة العاملة وذلك لتعدد أدوارها فهي ربة بيت مسؤولة عن الاهتمام بمنزلها وأفراد أسرتها إضافة إلى دورها الوظيفي كامرأة عاملة تحتل منصب قياديا وكلها مسؤوليات قد ينتج عنها ما يسمى صراع الأدوار وخاصة للمرأة العاملة.

وعلى هذا الأساس جاءت دراستنا من اجل التعرف على صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة لدى إداريات جامعة المسيلة حيث عالجناها ضمن خطة فرضتها طبيعة الموضوع حيث تحتوي هذه الدراسة على جانبين نظري وميداني ويسبقها الفصل التمهيدي الذي يتضمن الإشكالية، فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة وأهمية الدراسة والمصطلحات الإجرائية وأخيرا الدراسات السابقة التي تطرقت للموضوع.

أما الجانب النظري فقد تكون من فصلين الفصل الأول يشمل على مفهوم الصراع وكذا الدور ثم التعرض إلى مفهوم صراع الدور وأسبابه وأنواعه مصادره، كما تناولنا آثاره وأهم نظرياته وفي الأخير ختم بخلاصة الفصل.

الفصل الثاني يحتوي على المفاهيم المتعلقة بالإنهاك النفسي وكذا على مراحل تطور مفهوم الإنهاك النفسي وأيضا على علاقته ببعض المفاهيم الأخرى وكذلك يحتوي على مراحله ومؤشراته وأخيرا على أهم نظرياته ثم ختم بخلاصة الفصل.

أما في الفصل الثاني ألا وهو الجانب الميداني للدراسة واشتملت على ثلاثة فصول الأول للدراسة الأساسية ومنهج الدراسة تناولت وصف دقيق لأدوات القياس وكذا عينة مجتمع البحث والأدوات المستعملة في التحليل والمعالجة الإحصائية، والفصل الثاني وضع للتحقق من الفرضيات عن طريق الحسابات الإحصائية، كما وضع الفصل الثالث الأخير من أجل مناقشة وتحليل نتائج الفرضيات المحقق من خلال العمليات الإحصائية وتم فيها عرض وتحليل النتائج بالإضافة للاستنتاج العام للدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1-الإشكالية

2-صياغة الفرضيات

3-أهمية موضوع الدراسة

4-أهداف الدراسة

5-المفاهيم الأساسية لمصطلحات الدراسة

6-الدراسات السابقة

1-الإشكالية:

كلما تطورت المجتمعات ازدادت مطالب الحياة وتنوعت الحاجات فألقت المزيد من المصاعب والصراعات على الإنسان وأصبح الكائن الوحيد الذي يحمل على عاتقه مسؤولية مواكبة هذا التطور بالبحث عن تحقيق الذات واثبات وجوده في هذا العالم الخارجي.

وقد حاولت المرأة بشتى أنواع الطرق بالبحث عن استقلاليتها من أجل الاعتراف بها ككائن له مهاراته وقدراته الخاصة واثبات وجوديتها من خلال البحث عن العمل ليضمن حقوقها ومساواتها مع الرجل الذي بات وكأنه العنصر الوحيد الذي يستطيع أن يتمتع بحريته وحقوقه الكاملة دون أي نقصان.

وفي ظل هذا أصبحت المرأة الأكثر عرضة لمختلف الضغوط والمشاكل النفسية والعقلية والاجتماعية حتى تلبي حاجياتها ومتطلباتها الحياتية محاولة أن تقوم بكل الأدوار المنوطة بها مما أدى إلى ظهور ما يسمى بصراع الأدوار التي جعلها في صراع دائم كدورها كأم وزوجة وعاملة وربة بيت في آن واحد وبذلك تعددت واجباتها ومسؤولياتها المتداخلة وهذا ما جاء في قول سامية ساعاتي وعائشة أبو بكر "تتعرض المرأة لكثير من الصراعات في الوقت الحضر بسبب كثرة المشاغل والضغوطات التي تواجهها سواء أكانت بيئية أو اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو في مجال العمل، إذ عليها أن تقوم بأدوارها التقليدية المتمثلة في دورها كزوجة ترعى شؤون زوجها وتلبي احتياجاته المختلفة، دورها كأم تربي أبنائها، ترعاهم جسميا، نفسيا، اجتماعيا وتتابع تحصيلهم الدراسي، دورها كربة منزل تقوم بإدارة شؤونه المختلفة دورها الاجتماعي مع الأهل والجيران والأصدقاء، بالإضافة إلى هذا دورها كامرأة عاملة خارج المنزل والذي تسيره قوانين ونظم، وتضبطه أوقات ومواعيد محددة، بمهام أكثر عن غبرها، وفي المقابل حرمانها من الحوافز المادية أو المعنوية، الرغبة في التفوق عليها، اختلاق أسباب للتوتر والتشاجر بشكل دائم ومستمر، تلك الأدوار المتعددة بعضها متداخل مع الآخر، وبعضها متضارب معه، فضلا عن تعدد

وتزامن وتعارض التوقعات المنتظرة منها في كل دور تقوم به؛ الأمر الذي قد يعرضها إلى مشكلة صراع الأدوار(معروف، 2015، صفحة 40).

وكل هذه الصراعات قد تؤدي بها إلى شعورها بالضغط والتوتر والإنهاك النفسي وهذا الأخير يتجلى في شكل أعراض نفسية وجسدية يمكن أن يقلل من كفاءتها المهنية كعاملة على حساب مكانتها كأم والأسرية والزواجية ومن ثم فهي تكون موضع اللامتناهي من الإنهاك النفسي وهذا ما يشير إليه إلى أنه كلما زاد هذا الصراع بين العمل والمنزل كلما قل الرضا عن الحياة الزوجية والأسرية والوظيفية، إلى حين تمكين المرأة العاملة من تقليل مصادر الضغوط التي تتعرض لها وما ينتج عنها من صراعات يحسن من نوعية حياتها(معروف، 2015، صفحة 40).

وهذا ما نحاول الكشف عليه من خلال هذه الدراسة واعتبار أن نجاح المرأة العاملة بمختلف الإطارات لأداء واجباتها الأسرية من جهة والمهنية من جهة أخرى يكون مرهونا بتحقيق راحتها الفكرية وصحتها النفسية والجسدية وكذا استقرارها النفسي وتكيفها مع الضغوطات المختلفة جاءت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة الموجودة بين صراع الأدوار الذي تعيشه المرأة العاملة المتزوجة والإنهاك النفسي الناتج عن هذا الصراع.

ونطمح من خلال دراستنا هذه للإجابة عن هذه التساؤلات التالية:

1. هل هناك العلاقة ارتباطية دالة بين صراع الأدوار (أم – زوجة– ربة بيت) والإنهاك النفسي؟
2. هل هناك فروق دالة في مستوى الإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة تغزى لمتغير الأبناء؟
3. هل هناك فروق دالة في مستوى الإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة تغزى لمتغير سنوات العمل؟

2-الفرضيات:

ونقترح الفرضيات التالية:

1. هناك العلاقة ارتباطيه دالة بين صراع الأدوار (أم –زوجة– ربة بيت) والإنهاك النفسي.
2. هناك فروق دالة في مستوى الإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة تغزى لمتغير الأبناء.
3. هناك فروق دالة في مستوى الإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة تغزى لمتغير سنوات العمل.

3-أهداف البحث:

تهدف الدراسة الحالية إلى النقاط التالية:

1. الكشف إلى معرفة العلاقة بين الصراع الأدوار لدى المرأة العاملة المتزوجة والإنهاك النفسي لدى إداريات جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
2. الكشف عن وجود فروق دالة بين الإنهاك النفسي باختلاف عدد الأولاد لدى إداريات جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
3. الكشف عن وجود فروق دالة بين الإنهاك النفسي باختلاف عدد سنوات العمل لدى إداريات جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في النقاط التالية:

1. معرفة مدى قدرة المرأة العاملة على مواجهة صراع الأدوار.
2. يعتبر هذا الموضوع ذو أهمية بالنسبة للمرأة العاملة لأنه يدرس مشكلة من أهم المشكلات التي تعترضها أثناء أدائها لوظيفتها.
3. له أهمية كبيرة بالنسبة للمجتمع ككل من خلال التحسيس بحجم المعاناة التي تعانيها المرأة العاملة عند قيامها بدورها الحديث والتقليدي.
4. توعية الأفراد المحيطين بها خاصة الزوج والأبناء بالصراعات التي قد تنشأ لديها بين واجباتها المختلفة تجاه كل منهم وبذلك يمكن تقديم المساعدة لها من أجل التخفيف من حدة صراع ليدها.

5. الاعتراف بمجهود المرأة العاملة والتعب الذي تتحمله.

5-المفاهيم الإجرائية للدراسة:

- **صراع الأدوار: هي** الدرجة التي تحصلن عليها إداريات على كل بعد من أبعاد مقياس صراع الأدوار.

وأيضا هي تلك التصورات والتوقعات التي تعترض المرأة العاملة أثناء أدائها لأدوارها كامرأة وعاملة نتيجة لتعدد أدوارها مع شعورها بعدم قدرتها على تحقيق التوافق بين هذه المطالب.

-**الإنهاك النفسي:** هي الدرجات التي يحصل عليها الفرد على مقياس الإنهاك النفسي ذو عبارة عن دالة نفسية تسبب للمرأة العاملة بالإرهاق والتعب نتيجة وجود متطلبات وأعباء إضافية تشعر بأنها غير قادرة على التكيف والتحمل مما ينعكس عليها سلبا وكذلك على من يتعامل معها.

-**صراع الدور عند المرأة العاملة:** سيستخدم مصطلح الصراع في علم النفس العام للإشارة إلى الموقف الذي تكون فيه قيمتين متناقضين، أحدهما إيجابي والآخر سلبي، والمرأة العاملة تعيش في صراع دائم حول كيفية توافقها بين العمل المنزلي والمهني، فهي تعاني من صراع الأدوار بسبب تعدد أدوارها فنجدها عاجزة عن اختيار دور واحد مما يؤدي إلى سوء تكيفها، فهي تعيش وسط ثقافتين متناقضتين يمثل مصدرا لضغط دائم نجدها موظفة وأم وربة بيت في نفس الوقت.

6- الدراسات السابقة:

1. دراسة بن عمارة سمية (2006) بعنوان "صراع الأدوار لدى الأم العاملة وعلاقته بتوافقها الزواجي"

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة المحتملة بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي لدى عينة 220 الأمهات العاملات بالإضافة إلى التقصي عن بعض المتغيرات السوسيوديموغرافية وأثرها لدى الأمهات العاملات، وأيضا إلى دراسة الفروق في صراع الأدوار باختلاف سن العاملات، طبيعة العمل، عدد الأولاد، المستوى التعليمي لكل من (الزوج والزوجة) لدى عينة من العاملات ببلدية كما أسفرت النتائج هذه الدراسة إلى:

- هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين صراع الأدوار والتوافق ألزواجي لدى الأمهات العاملات.
- لا توجد أي فروق في صراع الأدوار بالاختلاف (ساعات عمل الأم، المستوى التعليمي لزوج العاملة، المستوى التعليمي لزوج العاملة، عدد الأولاد، السن). (سمية بن عمارة، 2006)

2. دراسة أبو بكر عائشة (2007) بعنوان " العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة دراسة ميدانية بوحدات صحية لمدينة طولقة

"هدفت هذه الدراسة إلى إمكانية وجود علاقة بين صراع الأدوار الزوجة العاملة (أم –ربة بيت –زوجة) وبين الضغط النفسي لديها والى معرفة مدى تأثير بعض المتغيرات (طبيعة العمل، نوع الأسرة) التي تنتمي إليها هذه الزوجة العاملة في شعور بصراع الأدوار وكذا الضغط النفسي وأسفرت النتائج إلى ما يلي:

- أن الارتباط بين صراع الأدوار والضغط لدى الزوجة العاملة بالقطاع الصحي لمدينة طولقة هو ارتباط ضعيف غير دال.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين زوجات الطبيبات والزوجات الممرضات في صراع الأدوار.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات العاملات، المقيمات في أسر ضيقة والزوجات العاملات المقيمات في أسر ممتدة في صراع الأدوار.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطبيبات والممرضات في الضغط النفسي.
- لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الزوجات العاملات، المقيمات في أسر ضيقة والزوجات العاملات المقيمات في أسر ممتدة في الضغط النفسي.(أبو بكر عائشة، 2007)

3. دراسة جميل يوسف صالح ناصيف (2008) بعنوان " صراع الأدوار لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية وعلاقته بالتوافق النفسي

"وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى صراع الأدوار لدى المرأة العاملة بالإضافة إلى العلاقة ما بين مستوى صراع الأدوار ودرجة التوافق النفسي لدى المرأة العاملة والى العلاقة ما بين المتغيرات الدراسة والصراع الأدوار لدى المرأة العاملة والى العلاقة بين متغيرات الدراسة والتوافق النفسي لدى المرأة العاملة وقد أفسرت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- أن مستوى صراع الأدوار لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية هو في المستوى المتوسط.
- أن درجة سوء التوافق النفسي لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية يتأثر بالعمر الزمني للمرأة وعدد الأبناء ونوع المؤسسة بعلاقة ايجابية.
- أن درجة سوء التوافق النفسي لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية يتأثر بالعمر الزمني للمرأة والتحصيل العلمي للزوج وسنوات الخبرة الملية ونوع المؤسسة بعلاقة سلبية. (جميل يوسف صالح ناصيف، 2008)

4. دراسة بلبيوض لامية، حرقاس وسيلة (2020) بعنوان " صراع الأدوار لدى المرأة العاملة وتأثيره على علاقتها بالأسرة دراسة ميداني بالمؤسسات الاستشفائية لولاية قالمة"

هدفت الدراسة إلى الكشف عن فروق في نتائج صراع الدور بين العاملات في السلك الطبي من ناحية السن، الخبرة المهنية، وظيفة الزوج، الوظيفة العائلية وعدد الأطفال، المنهج الوصفي هو المنهج المعتمد في دراستنا واستخدامنا الاستمارة في جمع المعلومات من العينة التي تكونت من 100 عاملة وأسفرت النتائج إلى أن:

- هناك فروق دالة إحصائيا في نتائج صراع الدور من العاملات في السلك الطبي من ناحية السن، الخبرة المهنية، وظيفة الزوج، الوظيفة العائلية، في حين لم تكن هناك فروق دالة في عدد الأطفال. (دراسة بلبيوض لامية، حرقاس وسيلة، 2020)

5. دراسة حسام محمود زكي علي (2008) دراسة بعنوان " الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا "

وهدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي بالإضافة إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في الإنهاك النفسي والفروق في الإنهاك النفسي طبقا لسنوات الخبرة، ونوع الفئة التي يقوم المعلم بالتدريس بها لدى عينة الدراسة وكما أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطيه سلبية بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي لدى عينة الدراسة.
- لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات المعلمين ذوي الخبرة الأقل من ثمان سنوات لدى عينة الدراسة في الإنهاك النفسي.
- لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات معلمي الفئات الخاصة (الصم، والمكفوفين، والمعاقين عقليا)، في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة. (حسام محمود زكي علي، 2008)

6. دراسة السيد ابراهيم السمادوني، وفهد بن عبد الله الربيعة (1998) بعنوان " الإنهاك النفسي لدى عينة من العاملين في مجال الخدمات الإنسانية بمدينة الرياض وعلاقته ببعض المتغيرات "

هدفت الدراسة الحالية الإنهاك النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية (التدريس، التمريض، والطب، ومهنة الأخصائي النفساني، وأيضا العمل الإداري في ضوء بغض المتغيرات المهنية والديموغرافية (طبيعة العمل، الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، وعدد سنوات العمل (الخبرة) وقد طبق الباحثان مقياس ماسلاش للإنهاك النفسي بعد أن قاما بتعريبه وإعداده لكي يناسب البيئة السعودية على عينة من 329 فردا من العاملين والعاملات بتلك المهن وقد أسفرت النتائج الدراسة إلى ما يلي:

- إن العاملين في مجال الخدمات الإنسانية يكونون عرضة للعديد من المؤشرات المرتبطة بطبيعة العمل وظروفه تؤدي إلى الحالة من الإنهاك النفسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العاملين في مجال الخدمات الإنسانية في درجة تكرار شعورهم بالإنهاك النفسي.
- إن العاملين بمهنتي التدريس والتمريض كانوا أكثر شعورا بالإنهاك النفسي مقارنة بغيرهم من العاملين بالمهن الأخرى.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائي بين العاملين والعاملات في مجال الخدمات الإنسانية في درجة الشعور بالإنهاك النفسي.
- تختلف درجة الشعور بالإنهاك النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية باختلاف العمر.
- إن العاملين المتزوجين من كلا الجنسين كانوا أكثر شعورا بالإنهاك النفسي بمقارنتهم بغير المتزوجين.
- تختلف درجة الشعور بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة باختلاف سنوات الخبرة، وقد كانت فئة المعلمين والأطباء والخدمة النفسية من ذوي خبرة 5–9 سنوات أكثر شعورا

بالإنهاك النفسي بمقارنتهم بالفئات الأخرى(دراسة السيد ابراهيم السمادوني، وفهد بن عبد الله الربيعة، 1998).

7. دراسة هديل فتحي عبد الله (2019) بعنوان " الإنهاك النفسي وعلاقته بنوعية الحية لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري "

هدفت الدراسة التي طبقت على 100 معلمة ومن معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري إلى التعرف على العلاقة بين درجة الإنهاك النفسي ونوعية الحياة لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري. كما أنها كانت لها أهداف خاصة تتمثل في:

- تحديد درجة الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومة بمحلية كرري.
- تحديد درجة نوعية الحياة لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري.
- التعرف على العلاقة بين درجة الإنهاك النفسي ومتغيرات الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، العمر، سنوات الخبرة، عدد الطلاب في الفصل الواحد والراتب الشهري لدى معلمات رياض الأطفال الحكومة كرري.
- التعرف على العلاقة بين درجة نوعية الحياة ومتغيرات الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، العمر، سنوات الخبرة، عدد الطلاب في الفصل الواحد والراتب الشهري لدى معلمات رياض الأطفال الحكومة كرري.
- كما أسفرت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:
- تتسم درجة الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومة بمحلية كرري بالحيادية.
- تتسم درجة نوعية الحياة لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري بالارتفاع.
- توجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية للإنهاك النفسي وجودة الحياة لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الإنهاك النفسي ومتغيرات الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، العمر، سنوات الخبرة، عدد الطلاب في الفصل الواحد والراتب الشهري لدى معلمات رياض الأطفال الحكومة كرري.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية وفقا لعدد الطلاب في الفصل الواحد والراتب الشهري.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة نوعية الحياة لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية وفقا للحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، وسنوات الخبرة (دراسة هديل فتحي عبد الله، 2019).

الفصل الثاني: صراع الأدوار للمرأة العاملة

تمهيد

1- مفهوم صراع الأدوار.

2- أنواع صراع الأدوار.

3- أسباب صراع الأدوار.

4- آثار صراع الأدوار.

5- النظريات المفسرة لصراع الأدوار.

أولا: نظرية التحليل النفسي.

ثانيا: نظرية التناشز الإدراكي.

ثالثا: نظرية الدور.

خلاصة الفصل

FREE PRINTABLE BABY SHOWER INVITATION - BESHOWER.COM

تمهيد :

يعتبر صراع الأدوار من الموضوعات التي حظيت باهتمام واسع النطاق من مختلف الباحثين والمهتمين في مجال علم النفس حيث يظهر الصراع بشكل واضح عند المرأة العاملة المتزوجة من حيث دورها كأم وعاملة وربة بيت الذي خلق لها مشاكل صحية ونفسية واجتماعية ويكمن هذا عندما يكون هناك تضارب في الأدوار وتعددها عن الفرد الواحد ومن خلال ذلك تم التطرق في هذا الفصل لمختلف جوانب الصراع الأدوار وكذلك النظريات المفسرة له وأنواعه وأسبابه وآثاره.

1-مفهوم صراع الأدوار:

من الملاحظ إن الدور هو أنماط السلوك التي يؤديها الفرد والمتعارف عليها في الثقافة التي ينتمي إليها والتي تعبر عن المكان أو الوظيفة التي يقوم بها في تلك الثقافة فدور الأم يمثل الأنماط السلوكية التي تقوم بها الأنثى والتي تعبر عن وظيفة الأم في الثقافة التي تنتمي إليها فالدور يعكس مجموعة الأنماط السلوكية والتصرفات المنبثقة عن الفرد الذي يحتل مكانة ما في المجموعة التي ينتمي إليها (وينفرد، 1995، صفحة 80).

للدور الاجتماعي أهمية فهو يساعد على استقرار الجماعة بما يقدمه من أسس مشتركة تيسر الاتصال الاجتماعي بينهم، كما انه يسهم في عملية التطبيع الاجتماعي، ويسمح للفرد أن يفهم ما يجب عليه القيام به، ويسمح له أن يكون مقبولا في جماعته بما يقوم به (فاطمة، 2007، الصفحات 61-62)

وتساعد معرفة الأدوار الاجتماعية في فهم العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي بين الأفراد فكما يحدد الدور الاجتماعي سلوك الفرد الذي يتوقعه الآخرون منه بالمقابل فهو يحدد سلوك الآخرين الذي يتوقعه الفرد عندما يقوم بهذا الدور ونظرا لان الفرد الواحد ينتمي الى أكثر من جماعة بنفس الوقت فسيكون له أكثر من دور فهو ابن في البيت وطالب في المدرسة وعضو في مجموعة الرفاق التي ينتمي إليها في فريق رياضي بنفس الوقت

لذا فعليه إن يجد طريقة ينظم فيها هذه الأدوار في كل متكامل وإلا فإنه يمكن أن يقع تحت تأثير صراع الأدوار(حامد، 1977، الصفحات 193-143).

يشير مصطلح صراع الأدوار إلى الصراع النفسي، الشعوري واللاشعوري ويعرف بكونه حالة الجهاز النفسي الخاضع لقوى متناقضة ناتجة عن وضعيات معينة ن فالشخص يتعرض إلى صراع على مستوى الأدوار التي يقوم بها، بما أنه ينتمي إلى جماعات مختلفة تملي عليه قرارات متناقضة تحتم عليه تطبيقها في وقت واحد (عياش، 1994، صفحة 22).

وتعرف زعرة هدى بأنه " الحالة التي يكون عليها الفرد عندما يوجد الكثير من طلبات العمل المتناقضة أو عندما يؤدي أعمال لا يرغب بها أصلا أو يعتقد أنها جزء من عمله ن أو عندما تتعارض أدوار الفرد داخل العمل مع أدواره الاجتماعية (زعرة، 2003، صفحة 29).

ويرى هونت 1967: أن صراع الأدوار عبارة عن قيام الفرد بعدد من الأدوار الاجتماعية فقد يكون بين هذه الأدوار بعض الخلط والاختلاف والصراع (حامد، 1977، صفحة 171).

2-أنواع صراع الأدوار:

صراع الأدوار يحدث حينما تلبي الطلبات والتوجيهات المتعددة من شخص أو أكثر حالة من الشكم في ذهن الفرد حول ما يحب عمله أو من يؤدي، ومن الممكن أن يكون هناك عدة أنواع من صراع الدور:

1-الصراع داخل الدور: وينشأ عن تعدد وتباين التوجيهات التي تصدر في وقت واحد لشخص يشغل وظيفة واحدة أو يقوم بدور واحد مما يجعل الاستجابة لكل هذه التوجيهات في وقت واحد أمرا متعذرا.

2-الصراع بين الأدوار: وينشأ عن الأدوار المتعددة والمتزامنة التي تنتج عنها توقعات متضاربة أي أن الصراع بين الأدوار ينشأ عن تعدد الأدوار التي يقوم بها الفرد فتعارض متطلبات دورين أو أكثر.

3-الصراع بين الفرد والدور: يحدث عندما تتعارض متطلبات الدور والقيم الفرد ومعتقداته وحاجاته واتجاهاته (تانيس، 2003، صفحة 154).

3-أسباب صراع الأدوار:

من مسببات صراع الأدوار كثيرة نذكر منها:

- إدراك الفرد لنفسه أنه يقوم بدورين أو أكثر وكلاهما يناسب مواقف مختلفة تناسب مواقف ولا تناسب أخرى.
- قد يكون الصراع كامنا في التوقعات بالنسبة للأدوار المختلفة للفرد والآخر.
- ينشأ صراع الأدوار المتعدد حينما يحدث صراعا بين دورين أو أكثر، حيث يؤدي تحقيق التوقعات المتصلة بأحد الأدوار إلى عدم القدرة على تحقيق توقعات المرتبطة بالدور الآخر.
- قد يتطلب الدور الواحد في بعض الأحيان أكثر من سلوك الذي قد ينشأ من الأساليب السلوكية المتعددة التي يتطلبها الدور، ويطلق على هذا الموقف صراع المطالب المتعددة للدور.(علوان، 2003، صفحة 167)

4-آثار صراع الأدوار:

- يؤثر على الشخصية تأثرا سيئا يخلق الكثير من المشكلات التي قد تصل إلى حد الاضطراب النفسي.
- قد يؤدي إلى ضعف الانسجام بين الشخصية والبناء الذاتي.
- قد يتخلى الفرد عن القيام بدور ما لمصلحة دور آخر.
- قد يؤدي إلى ارتفاع معدلات الغياب عن العمل أو المدرسة.
- قد يؤدي إلى انخفاض مستوى الرضا عن الأداء.(سمية، صراع الأدوار لدى الام العاملة وعلاقتها بالتوافقها الزواجي دراسة ميداني لدى عينة من العاملات ببلدية ورقلة، 2006، الصفحات 356-357)

6-النظريات التي فسرت صراع الدور:

أولا: نظرية التحليل النفسي:

ترى نظرية التحليل النفسي عملية النمو تفاعلا ديناميكيا بين الحاجات والدوافع الفطرية عند الفرد من ناحية وبين القوى البيئية المتمثلة في المعايير الاجتماعية من ناحية أخرى، وخلال عملية التفاعل هذه يعبر الفرد عن دوافعه ويشبع حاجاته ويقوم بدور فاعل في هذا التفاعل، ومضمون هذه الأفكار ينصب على محتويات اللاشعور ومنها الدوافع والانفعالات والرغبات المكبوتة لوصفها رواسب تؤدي بالفرد إلى القيام بنشاط أحيانا دون أن يعي مصدر دوافعه، وأن الكبت الذي يحدث في الطفولة المبكرة عبارة تدابير دفاعية بواسطة أنا ضعيفة أو غير ناضجة لا يؤثر في الجهاز النفسي حسب ولكن قد ينتج عنه تغييرات في وظيفة العضو إذ يتخذ طابع الدلالة المرضية الشديدة. عاشور

ثانيا: نظرية التناشز الإدراكي:

يعتقدFestinger 1957 بأن التناشزdissonanceحالة سلبية من حالات الدفاعية تحدث للفرد حين يكون لديه معرفتان في وقت واحد (فكرتان، رأيان، إعتقادان)، الذي يستثير السلوك ويوجهه نحو خفضه بأن يجعل المدركات الفعلية والجوانب المعرفية في علاقة توازن وانسجام.

ويضيفfestinger أن التناشز هو علاقة غير ملائمة بين العناصر الإدراكية، ويعني بالعناصرelèments تلك المعارف التي يملكها الفرد حول عالمها السيكولوجي أما المدركات congintions فتستعمل للإشارة إلى أي معرفة أو فكرة أو اعتقاد والى ما يعرفه الفرد عن محيطه أو بيئته أو سلوكه وانسجام العناصر الإدراكية أو تناسقها هو سيكولوجي (نفسي) أكثر مما هو منطقي فكل ما يبدوا منسجما في ذهن الفرد يمثل انسجاما.

ويذكر ثلاث مواقف تحدث منها التناشز الإدراكي:

1. عندما لا تتسق الجوانب المعرفية مع المعايير الاجتماعية.
2. عندما يتوقع الشخص شيئا معينا ويقع شيئا آخر بديلا عنه.

3. عندما يقوم الأفراد بسلوك يخالف اتجاهاتهم العامة ويرى Aronson 1968 أن عدم التطابق بين مدركات الفرد ومفهومه عن ذاته يعد مصدرا للتناشز.

والذي ينطبق على مفهوم الصراع الدور، وأفترض أن التناشز يحدث عندما تتعارض توقعات الفرد مع الواقع الاجتماعي فيسلك بطريقة تخالف توقعاته، ووعد 1954 إدراك الفرد للاختلاف بينه وبين الجماعة من أسباب الصراع، ويذر 1972 أن حالة وعي الذات الموضوعي تنتج من الإحساس بالاختلاف بين الفرد والمعايير الاجتماعية للسلوك إذ تؤدي إلى شعور سلبي. (بلقيس، 1994، صفحة 127)

ثالثا: نظرية الدور:

تحاول نظرية الدور تفهم السلوك الإنساني بالصورة المعقدة التي تكون عليها، كون السلوك الاجتماعي يشمل عناصر حضارية واجتماعية وشخصية ولهذا فإن العناصر الإدراكية الرئيسية للنظرية هي الدور يمثل وحدة الثقافة والموقع يمثل وحدة المجتمع والذات تمثل وحدة الشخصية. (نبيل، 1994، صفحة 71)

وتقوم نظرية الدور على أساس مفهوم التفاعل بين الذات والدور من ناحية وبين الأشخاص مع بعضهم البعض من ناحية أخرى، ويتميز الدور بأنه ذو طبيعة معيارية(ملزمة) كما يتميز بأنه ذو طبيعة تنبؤية تمكن من التنبؤ بأنماط السلوك المتوقعة في إطار أدوار معينة، فالفرد يتنبأ عن سلوك متوقع فيعد نفسه لمواجهته بسلوك مناسب(بلقيس، 1994، صفحة 105).

وكثيرا ما تأخذ الأنماط السلوكية، داخل حدود الدور شكلا رسميا يتناسب مع ما اتفقت عليه الجماعة سواء كان ذلك شعوريا من خلال التنظيمات الرسمية أم لا شعوريا من خلال والمعايير والقيم السائدة في المجتمع، ومن ثم فإن سلوك الدور يمثل نمطا من دوافع الفرد يحاول بها مواجهة مطالب الجماعة، وحيث يؤدي الفرد دوره يخضع لتصوره عن الدور وهو ما تحكمه مجموعة من العوامل من بينها اتجاهاته وقيمه واستعداداته وغير ذلك التي تعد بمثابة موجهات سلوك ولتوقعات الآخرين. (شند، 2000، صفحة 33)

وينظر 1959 غلى سلوك الدور على أنه يمثل الفرد داخليا لأدواره الاجتماعية كما يدركها إذ يتسق سلوكه الفردي مع توقعات الآخرين ويتحدد هذا الاتساق بدرجة الدقة التي يدرك بها، لتشخيص دوره في الجماعة. (مليكة 1970، صفحة917)

وهكذا يبدوا واضحا أن الدور يتضمن توقعات القائم بالدور (إدراك الفرد لمحتويات دوره ومتطلباته وهو ما يتوقف على شخصية القائم بالدور وخصائصها) توقعات الجماعة من الفرد الذي يؤدي الدور، السلوك الفعلي للفرد الذي يقوم بالدور، والواقع أن علاقة الفرد بالجماعة لا تمليها في كثير من الأحيان خصائصه الشخصية وسماته بقدر ما تمليها توقعاته عن الدور الذي يقوم به، وتوقعات الآخرين منه، ولهذا فهو ينتقل في تفاعله مع الجماعة حسب ما تمليه التوقعات الاجتماعية للدور، وقد يتم أداء هذه الأدوار بانسجام وقيد يحدث الصراع عندما يجد نفسه مضطرا لأداء أدوارا تتعارض كل منها مع الأخرى، ويفترض 1965 وجود ثلاثة حالات تؤدي واحدة منها أو جميعها إلى حدوث الصراع:

1. غموض (عدم وضوح) التوقعات.
2. تعدد التوقعات وكثرها.
3. التعارض بين التوقعات. (نبيل، 1994، صفحة 61)

خلاصة الفصل:

تختلف الآراء في نمط النظر إلى صراع الأدوار للمرأة العاملة، فهناك من يراها أمر سلبي وضار جدا يجب السيطرة عليه وتجنب تأثيره على المرأة في حد ذاتها وهناك من يراها أمرا ضروريا لابد من وجود هكذا صراع عند كل امرأة عاملة، إن تعرض المرأة إلى هكذا نوع من الصراع قد يؤدي بها القلق والتوتر في جميع ما تقوم به من أعمال فالصراع الدور يعطي للمرأة العاملة عبئا أكبر واستهلاك عددا هائلا من الطاقة وبالتالي قد يؤدي بها إلى تضارب في مهامها وانخفاض مستوى أدائه.

الفصل الثالث: الإنهاك النفسي.

تمهيد:

1-مفهوم الإنهاك النفسي.

2-مراحل تطور مفهوم الإنهاك النفسي.

3-الإنهاك النفسي وبعض المفاهيم الأخرى.

4-مراحل الإنهاك النفسي.

5- النظريات المفسرة للإنهاك النفسي.

أولا: نظرية التحليل النفسي.

ثانيا: نظرية السلوكية.

ثالثا: نظرية الوجودية.

خلاصة الفصل

تمهيد :

تفرض الحياة المعاصرة متطلبات وظروف جديدة ومتغيرة باستمرار تساهم في معايشة لضغوطات مختلفة في البيت وفي المدرسة وفي العمل هناك من تستطيع التوافق معها والتغلب عليها بمختلف الطرق والوسائل التي تساعدها على ذلك وهناك من تستسلم لها فتقع فريسة الاضطرابات النفسية وسوء الصحة النفسية والجسدية، فيعتبر الإنهاك النفسي من أخطر ما يمكن أن تصل إليه المرأة حيث أنه أعلى مراحل الضغوط، لهذا فإن الإنهاك النفسي ينشأ نتيجة كثرة الضغوط وعدم التوافق معها بطريقة مناسبة مما يؤدي إلى فقدان المعنى في عملها، وتصورها بأن العمل ليس له قيمة وقد تعمم تلك النظرة لباقي مجالات الحياة في أولها الحياة العائلية.

1-مفهوم الإنهاك النفسي:

المعنى اللغوي للإنهاك: يدل على المبالغة في الفعل، ففي لسان العرب أنه من الفعل الماضي نهك أي بالغ في الأمر، ويقال نهكته الحمى أي أجهدته، فهو منهوك ونهكت الإبل ماء الحوض إذا شربت جميع ما فيه، ومنه انتهك العرض إذا بالغ في تشمه وفي حديث النبي صلى الله عليه وسلم " أنهكوا الأعقاب أو لتنهكنها النار" أي بالغو في غسلها أثناء الوضوء. (الدين، 1995، صفحة 500)

المعنى الاصطلاحي للإنهاك:

هو حالة شعورية ذات تأثير سلبي في الجانب الانفعالي والذهني والبدني كرد فعل للضغوط الزائدة في العمل والتي تفوق قدرات الفرد نتيجة لأسباب مهنية، وشخصية، واجتماعية، واقتصادية ويترتب عنها خفض مستوى الأداء واللامبالاة وعدم الرضا الوظيفي (يوسف، 2000، صفحة 491)

أو حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي والإرهاق البدني ناتج من الفشل في المواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد وأن له أربعة أبعاد: الشفاء

الاستهلاك السلوكي العقلي والحركي والإجهاد والاستنزاف النفسي الانفعالي والعاطفي، والإرهاق الاستنفاذ البدني العضوي والعضلي، والعناء الاجتماعي. (محمد، 2004، صفحة 184)

حالة من الاستنزاف البدني الناتج عن التعرض للضغوط القوية والمستمرة، ويشمل مجموعة من المظاهر السلبية مثل: التعب، والإرهاق، وفقدان الاهتمام بالآخرين وبالعمل، والشك في قيمة الحياة، وفقدان القدرة على الابتكار (علي، 2000، صفحة 112)

وهو زملة من الأعراض النفسية التي تشمل: الإنهاك الانفعالي، وتبلد المشاعر، ونقص الإحساس بالإنجاز الشخصي الذي يمكن أن يحدث لمن يقوم بعمل يستوجب الاتصال والتفاعل الإنساني، وله ثلاثة أبعاد: الإنهاك الانفعالي ن وتبلد المشاعر، ونقص الانجاز الشخصي.(فوقية، 2005، صفحة 301)

عبارة عن حالة نفسية تصيب الفرد بالإرهاق والتعب نتيجة وجود متطلبات وأعباء إضافية يشعر معها الفرد أنه غير قادر على التكيف والتحمل مما ينعكس عليه سلبيا، وكذلك على من يتعامل معه.(الحليم، 2005، صفحة 301)

2- مراحل تطور مفهوم الإنهاك النفسي:

إن مفهوم الإنهاك النفسي بدأ الاهتمام به منذ عام 1960ولذلك فقد مر بمرحلتين:

1-المرحلة التنويرية: أو مرحلة الرواد الأوائل من (1960،1979) في بدايتها لم يعرف مصطلح الإنهاك النفسي إنما وجدت مصطلحات بديلة، بدأت في بداية الستينيات من القرن العشرين حيث لاحظ بعض الباحثين في مجال الصناعة تدني أداء بعض العاملين ذوي الأداء المرتفع، مع ظهور بعض التغيرات السلوكية السلبية، منها: التغيب المستمر عن العمل لفترات طويلة، ولقد أطلق على ذلك المصطلح الوهج المنطفئ في بداية السبعينات ظهر في الولايات المتحدة الأمريكية عدد من المقالات التي تناولت الإنهاك النفسي، وركزت على الأفراد الذين يعملون في مجال الخدمات الإنسانية.

الإنهاك النفسي يصيب الفرد نتيجة الحمل الزائد والضغط المستمر مما يفقده المشاعر العاطفية تجاه العملاء، وتم ربطه بالمرض والاضطراب النفسي.

وفي بداية الأمر كانت النظرة إلى الإنهاك النفسي على أنه يصيب من يعمل في المهن الصحية التي يتصل فيها الفرد بالمرضى.

فالاهتمام بدراسة الإنهاك النفسي كان قاصرا في بداية على مهن الصحية، ثم امتد ليشمل باقي الفئات الأخرى التي تتطلب التعامل مع الجمهور.

وإذا كان الإنهاك النفسي مشكلة لا يقتصر على الفرد المصاب يها فقط وإنما يتعداه للمحيطين به، فالإصابة به أيضا لا تشترط عمل الفرد في مهنة معينة، حيث أن لأي مهنة ضغوطات التي قد تساهم في زيادة المشكلات هذا الفرد واستمرار تلك المشكلات بالرغم من عدم قدرته على التكيف معها، فإنه يصاب بالإنهاك النفسي، لهذا فعلى كل فرد أن يلاحظ سلوكه ويقومه أول بأول حتى لا تتفاقم المشكلة.

2-المرحلة التجريبية :(1980حتى الآن)

وفيها تطورت النظرة الإنهاك النفسي، بدأت في الثمانينات من القرن العشرين، وتطورت خلالها مفهوم الإنهاك النفسي من الناحية التجريبية، فلقد أصبحت دراسات الإنهاك النفسي أكثر منهجية، كذلك الاهتمام بوضع قائمة لقياس الإنهاك النفسي.

وفي هذه الحقبة ظهرت بعض الدراسات الأكثر منهجية دراسة ماس لاش وتلميذتها وقدمتا خلالها أول محاولة جادة، لقياس الإنهاك النفسي في مجال الرعاية الصحية ثم طورتا تلك الأداة سنة1987 لقيا الإنهاك النفسي للعاملين في مجال المهن الاجتماعية، ولذلك المقياس ثلاثة أبعاد: الإجهاد النفسي، تبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي كما حاول بعض الباحثين ربط الإنهاك النفسي ببعض المفاهيم والمتغيرات الأخرى مثل: الصلابة النفسية والمناخ المغلق في العمل والرضا الوظيفي وصراع الأدوار مما يدلنا على

أن الإنهاك النفسي ارتبط بأغلب مجالات الحياة، ومنها العمل المهني، والشخصية، والنمط الإداري المتبع في العمل.

ولقد استخدم مصطلح الإنهاك النفسي في مجالات عديدة، ففي مجال الطب نجد دراسة جروسي وآخرون (2003)، وفي التعليم دراسة فيلاو كالفن 2004، وفي مجال التربية الخاصة دراسة كانو جارسيا وآخرون 2005، وع ذلك زادة مصداقية البحوث وظهرت أكثر من أداة لقياس الإنهاك النفسي، ومنها مقياس ماسلاس وجاكسون 1987، ومقياس عادل عبد الله 1994.(الحميد، 2012، الصفحات 81-82-83)

3- الإنهاك النفسي وبعض المفاهيم الأخرى:

إن الإنهاك النفسي له صلة ببعض المفاهيم الأخرى مما قد يجعل بعض الباحثين يخلطون بين تلك المفاهيم

1-الضغوط: مصطلح يستخدم على نطاق واسع من حالات الإنسان الناشئة كرد فعل لتأثيرات المختلفة بالغة القوة، وتحدث الضغوط نتيجة العوامل الخارجية مثل كثرة المعلومات التي تؤدي إلى الإجهاد الانفعالي وتظهر الضغوط نتيجة التهديد والخطر ويؤدي الضغوط إلى تغيرات في العوامل العقلية وتحولات انفعالية. وبنية دافعية متحولة للنشاط وسلوك لفظي وحركي قاصر. (عباس، 2021، صفحة 20)

2-التعب: يختلف الإنهاك النفسي عن التعب أو التوتر المؤقت، حيث أن التعب يشكل العلامة الأولى للإنهاك النفسي، كما أن الإنهاك النفسي يتصف بأنه حالة من الثبات النسبي فالإنهاك النفسي أشمل وأعم من التعب، ولذلك يمكن القول أن التعب مرحلة أولى للإنهاك النفسي، كما أنه يمكن أن يصاب به مجموعة كبيرة من الناس، أما الإنهاك النفسي فيصاب به عدد أقل، حيث أن المصابين بالتعب بعضهم يستطيع التكيف معه فيحصلون على راحة مناسبة تمكنهم من الاستمرار في عملهم، أما الإنهاك النفسي فيعبر عن الاستمرار النسبي

للتعب والتوتر، فيشعر الفرد أنه مستنزف القدرات إضافة للإجهاد البدني المستمر ن كما يمكن أن يكون التعب من مظاهر الإنهاك النفسي. (علي، 2000، صفحة 375)

3- الإجهاد: هو الاستجابات الجسمية والنفسية والسلوكية الناجمة عن التفاعل المستمر بين الفرد وبيئته والتي يدركها الفرد ويقيمها كمواقف غير سارة، يعبر عنه كميا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الإجهاد النفسي (عباس، 2021، صفحة 21).

4-مراحل الإنهاك النفسي:

إن الإنهاك أمر خطر جسيم على كافة مناحي حياة الفرد إذ أنه لا يحدث فجأة بل يحدث بعد التعرض إلى ضغوطات متعددة بحيث تفوق طاقته النفسية والجسدية مما يؤدي للوقوع فريسة للإنهاك النفسي.

إن للضغوط النفسية والإنهاك النفسي ثلاث مراحل ومن مراحله ما يلي:

أ-مرحلة الإنذار والتنبيه:

ويتم في استثارة الجسم؛ حيث يبدأ في الانتباه للخطر فتظهر استجابات هرمونية فيشعر الفرد بارتفاع ضغط الدم، والتوتر العضلي، وسرعة التنفس...

ب- مرحلة الاستجابة للإنذار والمقاومة:

حيث يدرك الفرد الخطر ويحاول من خلال عدة طرق منها: تحويل الشغل لأحد العمال الآخرين، وأخذ إجازة، ... وفشل الفرد في التكيف معه سوف يدخله المرحلة الثالثة.

ج-مرحلة الذروة:

حيث إن الفرد قد فشل في التكيف مع هذه الضغوط، مما يجعل طاقته تنهك وتحدث استجابات مرضية؛ ونتيجة تعرض الفرد لتلك الضغوط، ولعدم قدرته على التكيف معها، فإنه يعاني المرض الجسمي، والمعاناة النفسية، وأمراض القلب...، وهذه المرحلة من أخطر المراحل؛ حيث من الممكن أن يصاب الفرد بجلطة في الدماغ ن فيترك العمل نهائيا، وتضطرب علاقته بالبيئة العائلية بل سيكون عبئا على الدولة؛ حيث يتحول من فرد منتج إلى، فرد عالة.

لهذا فالإنهاك النفسي يحدث عبر مراحل ثلاث –كما ذكر أصحاب ذلك الفريق – تبدأ بتنبيه الفرد وإنذاره بوجود خطر يقابله، ثم يبدأ الفرد في حشد قدراته ومحاولة مواجهة ذلك الخطر والتكيف معه، وفي حالة عجز الفرد عن ذلك فإنه يدخل المرحلة الثالثة حيث تنهك قواه، لهذا فالإنهاك النفسي أعلى مراحل الضغوط(الشرافي، 2013، صفحة 17).

وقد أشار علي إلى أن الفرد يصل للإنهاك النفسي عبر المراحل التالية:

أ–مرحلة الاستغراق والتدخل: حيث يكون في بدايتها مستوى الرضا الوظيفي للفرد، ويدخل المرحلة الثانية.

ب–مرحلة التبلد والركود: حيث ينخفض فيها مستوى الرضا الوظيفي تدريجيا وتقل الكفاءة ويشعر الفرد بالاعتلال، وينقل اهتمامه لمظاهر أخرى غير مجال العمل مثل الهوايات.

ج–مرحلة الانفصال: حيث يدرك الفرد ما حدث، ويبدأ في الانسحاب نفسي، وتعتل الصحة البدنية والنفسية للفرد، ويرتفع مستوى الإجهاد النفسي.

د– مرحلة الأزمة والإحراج: وهي أعلى مراحل الإنهاك النفسي؛ حيث تزداد المظاهر البدنية والنفسية والسلوكية سوءا، ويفكر الفرد في ترك العمل بل يصل لمرحلة الانفجار، وقد يفكر الفرد في الانتحار. (محمود، 2008، صفحة 42)

5– النظريات المفسرة للإنهاك النفسي:

يعتبر الإنهاك النفسي مرحلة متقدمة من الضغوط، لهذا فإنه يصيب الفرد بمجموعة من الاضطرابات التي تقف حائلا أمام الفرد وأهدافه إن الشخص الذي يعاني الإنهاك النفسي يعاني مشكلات في الانتباه والإدراك بل قد يتطور الأمر لأن يحيط الفرد ويترك عمله، مما ينعكس آثاره على الفرد والمجتمع بطريقة سلبية، لذلك فقد حاولت بعض النظريات تفسير الإنهاك النفسي.

أولا-نظرية التحليل النفسي:

يعتبر فرويد مؤسس للنظرية، حيث جاءت عقب عصر كان الناس ينظرون للاضطرابات النفسية على أنها نوع من الجنون، فرويد ركز على مكونات ثلاثة الشخصية(الهو، الأنا، الأنا الأعلى) وحدد لكل مكون دوره نمو الشخصية وتفاعلها، لذلك فقد نظر الاضطرابات والمرض الذي يصيب الفرد على ضوء الصراع الذي يحدث بين مكونات الشخصية السابقة.

التحليل النفسي تمثل في جهات ثلاثة:

أ- الإنهاك النفسي ينتج عن الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد.

ب- أنه ناتج عن فقدان وظيفة ومثالية الأنا في علاقتها بالآخرين ذوي الدلالة في حياة الفرد.

ج- أنه ناتج عن الكف الذي يحدث للتفاعلات غير الملائمة أو المتعارضة وإذا نظرنا للنماذج الثلاثة السابقة في نظرتها للإنهاك النفسي نجد أن الإنهاك النفسي ينتج عن الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد، ولا يستطيع التكيف معه بطريقة إيجابية مقبولة. (متولي، 2005، صفحة 141)

حيث ذكر فرويد نبرجر، يعتبر الإنهاك النفسي عملية تدريجية يأتي على رأس الضغوط النفسية، لهذا نظر إليه على أنه استمرار مرضي لضغوط العمل مع عدم القدرة على حلها، لذلك فإنه يرجع جوهر الإنهاك النفسي للأنا، حيث أن الفرد المنهك بضغط على نفسه فترة طويلة مقابل تحقيق الإنجاز في عمله، وبه لدرجة أنه يذيب أي شيء مقابل عمله لأنه يجد نفسه فيه، وهذا الوضع لاستمر طويلا حيث يتعرض للإنهاك النفسي.

أما وجهة النظر الثانية فهي أن الإنهاك النفسي يحدث فقد أن وظيفة الأنا، ومثاليتها وعلاقتها بالآخرين المؤثرين في حياة الفرد، حيث إن الفرد يسعى لان يتعلق بمن يمثل محطة مهمة في حياته، الزوج مثلا يتعلق بزوجته لأنها محطة مهمة في حياته فتمده

بالمساندة والدعم اللازمين في حياته وذلك تعلق وجداني يزيد ارتباط الزواجين معا لذلك فإن الفرد يسعى للتعلق بمن يمثل له أهمية، ويقدم له المساندة والدعم، فالزوج يتعلق بزوجته، والمعلم يتعلق بمديره، والطالب يتعلق بمعلمه، حيث يجد عنه المساندة، والمثالية التي تبحث عنها الأنا، وإذا كان الأمر كذلك فإن فقدت مثاليتها في علاقتها بالآخرين ذوي الدلالة في حياة الفرد، فإنه يكون معرضا للإنهاك النفسي مما يربط بين الإنهاك النفسي وفقد المساندة للفرد. (المغربي، 2005، صفحة 227).

الإنهاك النفسي يحدث وفق ذلك المنظور التحليلي بطريقة غير مباشرة، حيث يتكون لدى الفرد انطباع أنه الأخير ذي الدلالة يهاجمه، أو بدأ دوره مساندته له تضعف. (متولي، 2005، صفحة 150)

أما وجهة النظر الثالثة فترى أن الإنهاك النفسي يحدث نتيجة للكف الراجع إلى الدفعات غير الملائمة، حيث الصراع بين مكونات الشخصية الثلاثة فتضطر الأنا لكبت الدفاعات غير الملائمة أو المتعارضة.

عندما يجد تعارض بين متطلبات الهو وضوابط الأنا الأعلى، مما يجعل الفرد يكبت الرغبات الجنسية المحرمة عن طريق الأنا، وبذلك تستعيد الأنا جزءا من تنظيمها، ثم يبدأ الفرد في تحويل الرغبات المكبوتة إلى أعراض عصابية كوسيلة تنفيسية لذلك الصراع فيظهر الإنهاك النفسي كنتيجة لما سبق.(سيد، 2001، صفحة 372)

بل لقد اهتم بعض البحثين لتقليل من آثار الإنهاك النفسي وفق مبادئ نظريته التحليل النفسي، استخدموا بعض من الفنيات لمنع الإنهاك النفسي ومنها: فنية التنفيس الانفعالي، حيث تتيح للفرد الفرصة ليعبر عن مشاعره العاطفية بالطريقة المناسبة له.

وبذلك نظرت مدرسة التحليل النفسي للإنهاك النفسي على أنه ناتج عن عملية ضغط الفرد على الأنا لمدة طويلة، وذلك مقابل الاهتمام بالعمل مما قد يمثل جهدا مستمرا لقدرات الفرد مع عدم قدرته على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية، أو أنه ناتج عن عملية الكبت

أو الكف للرغبات غير المقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية ن مما ينشأ عنه صراع بين تلك المكونات ينتمي في أقصى مراحله بالإنهاك النفسي أو أنه ناتج عن فقدان الأنا المثل الأعلى لها وحدوث فجوة بين الأنا والآخر الذي تعلقت به وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها، كما أنه يمكن استخدام بعض فنيات مدرسة التحليل النفسي كالتنفيس الانفعالي (هاكانين وآخرون، 2006، صفحة 495).

ثانيا- النظرية السلوكية:

لقد اهتمت المدرسة السلوكية بسلوك الفرد، ورأت أنه متعلم سواء كان ذلك السلوك سويا أم كان غير سوي.

السلوكيين يرون أن معظم أفعالنا متعلمة سواء السوية أو اللاسوية، ومن ثم يمكن تعديلها باستخدام قوانين التعلم إذا توافرت الظروف الملائمة مع التركيز على السلوك الحاضر، وتوفير بيئة مناسبة، وإذا كان الأمر هكذا فإن الإنهاك النفسي كسلوك ينتج عن عملية تعلم الفرد وتفاعله مع ظروف البيئة الغير المنسبة وبذلك فهو سلوك لا سوي. (مليكة، 1990، صفحة 186)

السلوكيين يعتبرون الإنهاك النفسي حالة داخلية ناتجة عن عوامل بيئية وظروف مضطربة، ولذلك فيمكن استخدام استراتيجيات تعديل السلوك للتخفيف من آثار الإنهاك النفسي، ولتحقيق أعلى مستوى من الأداء.

ولقد اهتم بعض الباحثين باستخدام بعض الإستراتيجيات السلوكية للتخفيف من مشكلة الإنهاك النفسي، استخدموا بعض الفنيات العلاجية ومنها فنية الاسترخاء والتعزيز وزيادة المرتبات، والضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية على الضبط والاسترخاء.

فالنظرية السلوكية تنظر للإنهاك النفسي على ضوء عملية التعلم على أنه سلوك غير سوي تعلمه الفرد نتيجة ظروف البيئية غير المناسبة، فالمعلم الذي يعمل في مدرسة لا تتوافر فيها الوسائل التعليمية اللازمة، ويجد بها مدير ومعلمين غير متعاونين، وكذلك

تلاميذ لا تتوافر لديهم دافعية صادقة للتعلم، بل تقع عليه ضغوط من قبل الزوجة والأولاد، إضافة للارتفاع الكبير في الأسعار، كل ذلك يدخل تحت البيئة المحيطة بالمعلم وتلك البيئة بهذا الشكل غير مناسبة، وإذا لم يتعلم الفرد سلوكيات تكيفيه مقبولة فإنه قد يتعلم سلوكا غير سوي يسمى الإنهاك النفسي وع ذلك فيمكن استخدام فنيات تعديل السلوك كمقابلة تلك المشكلة، ومن الفنيات السلوكية المفيدة في التصدي لمشكلة الإنهاك النفسي فنية التعزيز وزيادة الدعم للفرد والضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية على الضغط والاسترخاء(هاكانين وآخرون، 2006، صفحة 513)

ثالثا- النظرية الوجودية :

لقد اهتم الوجوديين بتوافر المعنى في الحياة لدى الفرد، ولذلك فإنهم يرجعون أغلب الاضطرابات إلى اضطراب المعنى في حياة الفرد كمل أن من مظاهر الإنهاك النفسي قلة توافر المعنى في الحياة، إلى أن التوتر في حياة الفرد سببه الرئيسي فقدان ويصفه بأنه فراغ وجودي، وأنه إحباط لإرادة المعنى. (فرانكل، 2001، صفحة 343)

الإنهاك النفسي من وجهة نظر الوجودية يحدث من خلال:

أ-أن الفرد يبدأ حياته وعمله بمثل وأهداف عالية لا يمكنه تحقيقها مما يعرضه للصدمة.

ب-أن الفرد يبدأ حياته لتقدير الذاتي كما أنه بحاجة للتقدير الاجتماعي من غيره، وهو عندما ما يفشل في تحقيق أهدافه فإنه يفقد نظرته وتقديره لذاته، وكذلك احترام الناس له.

ج-حينئذ يحدث فقدان المعنى ويشعر الفرد بالفراغ الوجودي نتيجة نقص الطاقة النفسجسمية، وفقدان على التكيف، مما يؤدي لحلة من اللامبالاة مما يبدد حياة الفرد، ويصيبه بما يسمى الإنهاك النفسي (لأنجلي، 2003، صفحة 107)

والعلاقة بين الإنهاك النفسي وفكرة الوجودية علاقة متبادلة إن الإنهاك النفسي يمكن أن يؤدي إلى فقدان المعنى من حياة الفرد خاصة الذين يعانون ضغوط العمل الزائدة مما يقلل من جودة أدائهم، بل يضيفون أن الإنهاك النفسي وفق المنظور الوجودي، ليس من

الضروري أن ينشأ عن الحمل الزائد، حيث أنه قد ينشأ عن الجهد والعبء المنخفض مما يقلل ويحبط قدرات الفرد وشعره بفقدان المعنى، وتفاهة العمل المطلوب منه أداؤه، ويكون العلاج من خلال التركيز على جوانب القوة في حياة الفرد(بينس، وكينان، 2005، صفحة 39).

خلاصة الفصل:

يتضح من خلال هذا الفصل خطورة التعرض إلى الإنهاك النفسي وخاصة إذا تعلق الأمر بفئة المرأة المتزوجة العاملة في الإدارة، الذي ينعكس سلبا على العلاقات المهنية وحتى على المجالات المهنية والأسرية خاصة منها العلاقات الزوجية، فالمرأة التي تعاني من الإنهاك النفسي بأعراضه الخطيرة التي تم التطرق إليها في هذا الفصل تعاني كذلك من صراع من الأدوار.

ولقد اهتم الباحثون لخطورته على الفرد وعلى أسرته وكذلك العمل مما قد يؤثر على إنتاجية الفرد، وعلى البنية الأساسية لأي مجتمعه ألا وهي الأسرة.

الجانب الميداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1-منهج الدراسة

2-الدراسة الأساسية

أ-عينة الدراسة

3-حدود الدراسة

4-أدوات الدراسة

5-ثبات وصدق أداة الدراسة

تمهيد:

إن الوقوف على النتائج النهائية للدراسة تتطلب معرفة الإجرائية المنهجية المستخدمة في الوصول إليها، إذ أن صحة أو خطأ أي دراسة يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك، فوضوح المنهج وتجانس العينة وسلامة طرق تحديدها وحصرها واختبار أدوات القياس المناسبة لأذلك كلها إجراءات تساعد على الوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية، وفي هذا الفصل سنقوم بعرض المنهج الذي تم الاعتماد عليه في الدراسة وتحديد الحدود المكانية والزمانية لها إضافة إلى الأدوات والأساليب المستخدمة في الدراسة.

1-منهج الدراسة:

يقصد بالمنهج الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة موضوع ما، وهو أسلوب للتفكير والعمل يعتمده الباحث لتنظيم أفكاره وتحليلها وعرضها، وبالتالي الوصول إلى نتائج وحقائق معقولة حو الظاهرة موضوع الدراسة. كما يعرف بأنه: الأسلوب الذي يستخدمه الباحث في دراسة ظاهرة معينة والذي من خلاله يتم تنظيم الأفكار المتنوعة بطريقة تمكنه من علاج مشكلة البحث. (سرحان، 2019، صفحة 35)

وإذا كانت المناهج أو طرق البحث عن الحقيقة تختلف باختلاف طبيعة الموضوع، فإن هذا الموضوع قد فرض علينا منهجه الخاص والمتمثل في المنهج الوصفي التحليلي الذي رأينا أنه الأصح لهذه الدراسة، ويمكن أن يقدم للمنهج الوصفي التحليلي التعريف التالي: طريقة لوصف الموضوع المراد دراسته من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها. وهناك من يعرفه بأنه: محاولة الوصول إلى معرفة الدقيقة والتفصيلية لعناصر مشكلة أو ظاهرة قائمة للوصول إلى فهم أفضل وأدق أو وضع السياسات والإجراءات المستقبلية الخاصة بها وبالتالي فإنه يمكن جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة، وهذا ما يتناسب مع طبيعة موضوع الدراسة. (سرحان، 2019، صفحة 46)

2-الدراسة الأساسية:

بعد هذا تم الشروع في القيام بالدراسة الأساسية، التي سيتم توضيحها من خلال عرض أدوات الدراسة، والمعاينة، وكيفية إجراء الدراسة مع التطرق إلى مختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في التحليل.

أ-عينة الدراسة:

عينة الدراسة هي جزء من مجتمع البحث الأصلي، يختارها الباحث بأساليب مختلفة، وتضم عددا من الأفراد من المجتمع الأصلي.

وقد تم اختيار العينة من مجتمع الدراسة الحالية بطريقة عشوائية تمثل 70% من المجتمع الأصلي، وقد تضمنت العينة ب62 إدارية متزوجة، من جميع كليات جامعة المسيلة.

وتعرف العينة العشوائية أن يختار الباحث عينته بحيث تكون الفرصة متساوية لعينة الدراسة في عملية الاختبار، أي أن تكون ممثلة لمجتمع الدراسة.

ب-حدود الدراسة:

-**الحدود المكانية:** تمثلت الحدود المكانية لهذه الدراسة في جامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

-**الحدود الزمانية:** تم إجراء هذه الدراسة خلال السنة الجامعية (2021-2022) أما فيما يخص تطبيق الاستمارات والمقاييس فكان بداية من الشهر جانفي حتى نهاية شهر فيفري 2022.

-**الحدود البشرية:** طبقت هذه الدراسة على إداريات المتزوجات الذين يعملن في جميع كليات وأقسام جامعة المسيلة.

ج-أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على أداتين وهما :

- استمارة صراع الأدوار.
- مقياس الإنهاك النفسي.

وفيما يلي وصف كامل للأداتين:

أ- استمارة صراع الأدوار:

تحتوي استمارة صراع الأدوار على بنود تباينت بين البنود الإيجابية وأخرى سلبية عكسية كما يلي:

- **البنود الإيجابية:** وعددها 26 بتقدير للدرجات 0-1-2 وهي:

3/30/29/28/27/26/25/24/23/22/18/17/15/14/12/11/10/6/9/7/4//2/1
.34/33/22/1

- **البنود السلبية (عكسية)** : وعددها 8 بتقدير لدرجات 0-1-2 وهي:

.21/20/19/16/13/8/5/3

ب- مقياس الإنهاك النفسي:

ويتكون المقياس من 21 بند يسمح بعرض المستويات الثلاثة لتناذر الإنهاك النفسي وهي:

أ)- الإجهاد الانفعالي:

وهو يقيس الإنهاك العضوي (التعب المزمن) ومدى استنفاذ الموارد الانفعالية في العمل، حيث يوصف على أنه شعور بالاستنزاف العاطفي المتواصل والمستمر في محيط العمل، وهو يعتبر أهم بعد من أبعاد الإنهاك النفسي ويمثل الحجر الأساس في بناءه، فهو يعتبر المكون الأكثر دلالة عن الإنهاك النفسي في وجهة نظر ماسلاش وآخرون، ويتميز بفقدان الطاقة وشعور الفرد بأن طاقته الانفعالية قد استهلكت وربما يترافق ذلك مع مشاعر التوتر والإحباط، وتذكر..... إن taris et al(1999) يروا أن الإنهاك الانفعالي يشير إلى شعور الفرد بتوتر انفعالي زائر واستنزاف موارده الانفعالية " ويقاس عن طريق مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد على هذا البعد.

ب)-نقص الشعور التعاطفي أو تبلد المشاعر (اللاشخصية):

ويقيس المشاعر السلبية وحى التهكمية تجاه المرضى والزملاء.

ج)- تدني الشعور الإنجاز الشخصي:

ويقيس أحاسيس عدم الفاعلية المهنية والكفاءة وانخفاض تقدير الذات في العمل.

حيث أن توزيع البنود حسب الأبعاد كالتالي:

- الإنهاك النفسي: 20/16/14/13/8/6/3/2/1.
- نقص الشعور التعاطفي: 21/15/11/10/5.
- نقص الإنجاز الشخصي في العمل :20/19/18/17/12/9/7/4.

ويتم تطبيق سلم الإنهاك النفسي بصفة فردية أو جماعية، وتتبع في ذلك التعليمة التالية: (أشر بالعلامة (x) إلى الإجابة التي تراها مناسبة ليدك، ونذكرك أنه لا يوجد إجابة خاطئة أو صحيحة)، علما بأن البنود موضوعة في جدول مرقم من 1 إلى 21 ويجيب الفرد حسب سلم متدرج مؤلف من 7 احتمالات تتراوح بين (0) أبدا إلى (6) أقصى درجة وهي دائما، وضم المقياس كما أسلفنا ذكره على ثلاثة (3) مستويات، ويتم تنقيط باستخدام أرقام تتراوح ما بين (0) و(6) لندل على درجة هذه الشدة حيث تعطي:

- النقطة (0) للإجابة أبدا.
- النقطة (1) للإجابة بعض الأحيان في السنة.
- النقطة (2) للإجابة مرة واحدة في الشهر أو أقل.
- النقطة (3) للإجابة بعض الأحيان في الشهر.
- النقطة (4) للإجابة مرة في الأسبوع.
- النقطة (5) للإجابة بعض الأحيان في الأسبوع.
- النقطة (6) للإجابة دائما.

ويتم تصحيح المقياس بجمع إجابات كل مستوى على حدا وهذا للحصول على درجات وشدة كل بعد ثم يمكن ربط هذه النتائج لنحصل على شدة الإنهاك النفسي، كما هو مبين في الجدول الآتي:

جدول رقم 1: سلم تنقيط أبعاد مقياس الإنهاك النفسي حسب ماسلاش.

الأبعاد	منخفض	معتدل	مرتفع
الإجهاد الانفعالي	17-0	27-18	28 فما فوق
تبلد المشاعر	7-0	12-8	13 فما فوق
تدني الشعور الإنجاز الشخصي	40 فما فوق	39-32	31-0

إذن يفهم من الجدول أن الإنهاك الانفعالي المرتفع + تبلد المشاعر المرتفع + تندني الشعور بالإنجاز الشخصي المرتفع = مستوى النفسي مرتفع.

وللحصول على جميع المعلومات يجب الإجابة على كل البنود بدون استثناء.

بعد الحصول على شدة كل مستوى نقوم بربط هذه النتائج ومنه تحصل على شدة الإنهاك النفسي حيث:

- **إنهاك مهني مرتفع:** أنهاك انفعالي مرتفع + فقدان الشعور التعاطفي مرتفع + الإنجاز الشخصي في العمل منخفض.
- **إنهاك مهني متوسط:** شدة متوسطة في الأبعاد الثلاثة.
- **إنهاك مهني منخفض:** إنهاك انفعالي منخفض + فقدان الشعور منخفض + الإنجاز الشخصي في العمل مرتفع.

5-ثبات وصدق أداة الدراسة:

أولا/ ثبات وصدق مقياس صراع الأدوار:

تم التحقق الأولي من نتائج الثبات والصدق بالنسبة لهذا المقياس والذي أفرز النتائج التالية:

أ/ الثبات:

1- التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها لكل بعد على حدة كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول رقم 2: يوضح ثبات مقياس صراع الأدوار عن طريق ألفا كرونباخ

المحاور	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المقياس ككل	0.566	34

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة للمقياس ككل بلغ (0.56)، يمكن القول بأنها قيم تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ أن كل القيم موجبة وأن هناك انسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يتعدى (0.50) ويكاد يصل إلى الارتباط التام (1).

ب/ صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 3: يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس صراع الأدوار

الطرفين		اختبار التجانس ليفين F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
صراع الأدوار	الأعلى	0.687	0.421	8	75.5000	4.00000	14	7.021	0.000	دال عند 0,01
	الأدنى			8	62.5000	3.38062				

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (75.50) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (62.50)، وهذا ما أكدته قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{est}) التي بلغت (7.02) وهي قيمة موجبة ودالة، أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس صراع الأدوار صادق لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.

ثانيا/ ثبات وصدق مقياس الإنهاك النفسي:

تم التحقق الأولي من نتائج الثبات والصدق بالنسبة لهذا المقياس والذي أفرز النتائج التالية:

أ/ الثبات:

1- التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ): تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها لكل بعد على حدة كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول رقم 4: يوضح ثبات مقياس الإنهاك النفسي عن طريق ألفا كرونباخ

المحاور	معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات
المحور الأول(الإنهاك النفسي)	0.872	9
المحور الثاني(نقص الشعور التعاطفي)	0.784	5
المحور الثالث(نقص الإنجاز الشخصي في العمل)	0.709	8
المقياس ككل	0.852	22

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة للمحور الاول " **الإنهاك النفسي** " (0.87)، وبالنسبة للمحور الثاني "**نقص الشعور التعاطفي** " (0.78)، وبالنسبة للمحور الثالث "**نقص الإنجاز الشخصي في العمل** " (0.70)، وبالنسبة للمقياس ككل بلغ (0.85)، يمكن القول بأنها قيم تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ أن كل القيم موجبة وأن هناك انسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يتعدى (0.50).

ب/ الصدق: بطريقةالاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل، كما يلي:

الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمحور الأول ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور "**الإنهاك النفسي**" ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 5: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور" الإنهاك النفسي " مع درجته الكلية

العبارة	الدرجة الكلية للمحور	العبارة	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 1	**0.644	**العبارة 13**	**0.783
العبارة 2	**0.545	**العبارة 14**	**0.780
العبارة 3	**0.606	**العبارة 16**	**0.830
العبارة 6	**0.629	**العبارة 20**	**0.840
العبارة 8	**0.816	**الإرتباط دال عند (0.01)**	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (9) عبارات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,84) كـــأعلى ارتباط كان بين العبارة (20) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,54) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (2) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الأول (**الإنهاك النفسي**) صادق لأن كل عباراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمحور الثاني ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور "**نقص الشعور التعاطفي** " ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 6: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور"نقص الشعور التعاطفي "مع درجته الكلية

العبارة	الدرجة الكلية للمحور	العبارة	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 5	**0.855	العبارة 15	**0.943
العبارة 10	**0.798	العبارة 22	**0.512
العبارة 11	**0.848	الإرتباط دال عند (0.01)**	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (5) عبارات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,94) كـــأعلى ارتباط كان بين العبارة (15) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,51) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (22) والدرجة الكلية لمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن المحور الثاني (**نقص الشعور التعاطفي**) صادق لأن كل عباراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمحور الثالث ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لمحور "**نقص الإنجاز الشخصي في العمل** " ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 7: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لعبارات محور نقص الإنجاز الشخصي في العمل مع درجته الكلية

العبارة	الدرجة الكلية للمحور	العبارة	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 4	*0.444	العبارة 17	**0.572
العبارة 7	**0.535	العبارة 18	**0.573
العبارة 9	**0.788	العبارة 19	**0.822
العبارة 12	**0.485	العبارة 21	**0.696
الإرتباط دال عند (0.01)**			
الإرتباط دال عند (0.05)*			

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت أغلبها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (8) عبارات حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0,82) كـــأعلى ارتباط كان بين العبارة (19) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0,48) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (12) والدرجة الكلية لمحور ككل، ونجد أن العبارة (4) جاءت دالة عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05)، وعموما يمكن القول بأن المحور الثالث **(نقص الإنجاز الشخصي في العمل)** صادق لأن كل عباراته تتسق فيما بينها وبين المحور التي هي فيه.

الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية لمقياس الإنهاك النفسي ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 8: يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لمحاور مقياس الإنهاك النفسي مع درجته الكلية

المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس
المحور الاول	**0.871	**المحور الثالث**	**0.914
المحور الثاني	**0.915	**الارتباط دال عند (0.01)**	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) حيث نلاحظ أن قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الأول **(الإنهاك النفسي)** مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.87)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثاني **(نقص الشعور التعاطفي)** مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.91)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثالث **(نقص الإنجاز الشخصي في العمل)** مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.91)، وعموما يمكن القول بأن المقياس ككل.

الفصل الخامس:

عرض ومناقشة النتائج على ضوء فرضيات الدراسة

تمهيد

أولا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات

ثانيا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة

ثالثا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى

رابعا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية

2: الاستنتاج عام

3: الاقتراحات

الخاتمة

تمهيد:

بعد أن تطرقنا في الفصل الرابع إلى الإجراءات المنهجية للدراسة المنهجية، سنتناول في هذا الفصل ب عرض نتائج الدراسة الأساسية وتحليلها بمعالجة البيانات بالأساليب الإحصائية المناسبة، وتمحورت فرضيات الدراسة في دراسة العلاقة الارتباطية التي تعكس الجزء النظري لدراسة حيث نفترض وجود علاقة طردية بين صراع الادوار بأبعاده والإنهاك النفسي وكانت نتائج الدراسة كالتالي.

أولا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات:

ثانيا: عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: " **توجد علاقة ارتباطية بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة** "، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم اللجوء إلى استخدام معامل **بيرسون** وذلك بعد التحقق من خطية العلاقة أنظر إلى الملحق رقم (5)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية :

جدول رقم 9: يوضح العلاقة بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي

Rho de Pearson		الإنهاك النفسي	القرار
صراع الأدوار	معامل الارتباط	.2810*	*الارتباط دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)
	مستوى الدلالة	270.0	
	حجم العينة	62	

من خلال الجدول رقم (09) أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (صراع الأدوار) ودرجاتهم في مقياس (الإنهاك النفسي) بلغ (0.28) وهي قيمة موجبة وضعيفة نوعا ما، ويعني هذا أن الارتباط بين درجات (صراع الأدوار) ودرجات (الإنهاك النفسي) لدى أفراد عينة الدراسة هو ارتباط طردي، أي أن درجات أفراد العينة في مقياس (صراع الأدوار) تتوزع بنفس توزيع درجاتهم في مقياس (الإنهاك النفسي)، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0,05)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة جاءت **مؤيدة** لفرضية الدراسة العامة القائلة بـــ **توجد علاقة ارتباطية بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة**، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقا من التعريف الذي أعطاه حامد عبد السلام زهران هو " الصراع الأدوار عبارة عن قيام الفرد بعدد من الأدوار فقد يكون هناك بعض الخلط والاختلاف والصراع ".

وقد اختلفت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة بوبكر عائشة (2007) في دراستها التي كانت بعنوان "**العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة** " حيث وجدت أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة بالقطاع الصحي بمدينة طولقة حيث كان معامل الارتباط 0.24 عند مستوى الدلالة 0.05 حيث طبقت الدراسة على 90 امرأة عاملة. والذي فسرت النتيجة بأن الضغط النفسي الذي تعيشه معظم الزوجات لا ينجم بالدرجة الأولى من إحساسها بالصراع بين أدوار كأم وكزوجة وكربة بيت.

وكما قد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة سمير بن موسى (2015) الذي كانت بعنوان "**صراع الدور وعلاقته بالضغوط لدى المرأة العاملة** " حيث بلغ معامل الارتباط 0.63 على عينة مكونة من 60 امرأة وهي علاقة دالة إحصائيا وقد توصلت هذه النتيجة إلى أن المرأة العاملة لا تستطيع التوفيق بين أدوارها كأم وكزوجة وكربة بيت عاملة مما يجعلها للضغط النفسي سواء في البيت أو في العمل الذي ينتج عنه صراع الدور التي تعود أسبابه إلى عدم تنظيمها لوقتها وتقسيمها المنظم لأدوارها وعدم وجود السند الأسري لها.

وكما قد اختلفت أيضا مع دراسة سمية عمارة (2006) والتي كانت بعنوان "**صراع الأم العاملة وعلاقتها بتوافقها الزواجي** " حيث بلغ معامل الارتباط ب0.32- عند مستوى الدلالة ب0.05 على عينة مكونة من 220 والتي كانت علاقة عكسية بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي.

ثالثا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى على: " **هناك فروق في الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد الأبناء** " وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (F) أو ما يسمى بتحليل التباين الأحادي وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 10: يوضح الفروق في الإنهاك النفسي تبعا لمتغير عدد الأبناء

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار
الإنهاك النفسي	داخل المجموعات	2923.622	2	1461.811	2.434	0.096	غير دال عند 0.05
	ما بين المجموعات	38353.862	59	600.506			
	الكلي	38353.484	61				

من خلال الجدول رقم (10) أعلاه وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (F) أو ما يسمى بـــ "تحليل التباين الأحادي" في مقياس (الإنهاك النفسي) والتي بلغت (0.09)، نلاحظ أنها جاءت غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)، وبالتالي تم قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود الفرق، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت **معارضة** لفرضية الدراسة الأولى القائلة **هناك فروق الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد الأبناء أي لا توجد فروق**، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نظرية التحليل النفسي التي تركز على أن الإنهاك النفسي ينتج عن الإجهاد متواصل الذي يتعرض إليه الفرد حيث أن عدد الأولاد يجعل المرأة تبذل جهد أكبر في الاهتمام بأولادها سواء من الناحية الجسدية من خلال المحافظة على نظافتهم الجسدية أو من الناحية النفسية من خلال منحهم الرعاية والحب والاهتمام أو من ناحية

المادية من خلال توفير لهم كل ما يحتاجونه كما أنها تقوم بأعمال مضاعفة في أداء واجباتها كأم وزوجة وعاملة في نفس الوقت وتحاول قد الإمكان في إنجاز مهامها بكفاءة وكل هذه العوامل تؤثر عليها وتجعلها أكثر عرضة لمختلف الضغوط والإنهاك النفسي، وكما يؤكد فرويد أن الإنهاك النفسي عملية تدريجية تأتي على رأس الضغوط النفسية.

وكما قد أكدت نظرية السلوكية بأن الإنهاك النفسي حالة داخلية ناتجة عن عوامل بيئية وظروف مضطربة فمثال عن عدد الأولاد وعدم مساندة الزوج وأيضا عملها داخل المنزل وخارجه تجعل المرأة أكثر عرضة للإنهاك النفسي.

رابعا: عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية على: " **هناك فروق في الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد سنوات العمل** " وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الإحصائية (F) أو ما يسمى بتحليل التباين الأحادي وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم 11: يوضح الفروق في الإنهاك النفسي تبعا لمتغير عدد سنوات العمل

مصدر التباين		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	القرار
الإنهاك النفسي	داخل المجموعات	5885.741	2	2942.871	5.348	0.007	دال عند 0.05
	ما بين المجموعات	32353.743	59	550.301			
	الكلي	38353.484	61				

من خلال الجدول رقم (11) أعلاه وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (F) أو ما يسمى بـــ "تحليل التباين الأحادي" في مقياس (الإنهاك النفسي) والتي بلغت (5.34)، نلاحظ أنها جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود الفرق، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت **مؤيدة** لفرضية الدراسة الثانية القائلة **هناك فروق في الإنهاك النفسي لدى إداريات**

المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد سنوات العمل أي **توجد فروق**، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

وقد اختلفت دراستنا الحالية مع دراسة حسام محمود زكي علي (2008) التي كانت بعنوان " **الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا** "حيث كانت درجة الارتباط ب0.26 وكانت العينة تقدر ب200 حيث قسمت العينة إلى مجموعتين من المعلمين ذوي الخبرة الأقل من ثمان سنوات والمعلمين ذوي الخبرة الأكثر من ثمان سنوات وقد وجدت نتائج الدراسة أنه عدم وجود فرق دال إحصائيا بين متوسط درجات معلمي الفئات الخاصة ذوي الخبرة الأقل من ثمان سنوات ومتوسط درجات معلمي الفئات الخاصة ذوي الخبرة الأكثر من ثمان سنوات وذلك في الإنهاك النفسي.

وقد اتفقت دراستنا الحالية مع دراسة هديل فتحي عبد الله (2019) التي كانت بعنوان " **الإنهاك النفسي وعلاقته بنوعية الحياة لدى المعلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري**" حيث كانت درجة الارتباط ب 0.21 عند مستوى الدلالة ب0.03 وتؤكد أن وجود فروق دلالة إحصائيا في درجة الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية وفقا لسنوات الخبرة.

الاستنتاج عام:

من خلال المعطيات النظرية والتطبيقية للدراسة الوصفية الارتباطية التي قمنا بها في هذه الدراسة، من أجل الكشف عن وجود علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، وباستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وفي ضوء المعالجة الإحصائية لفرضيات الدراسة والتأكد من تحقق الفرضيات المعمقة في الدراسة ومن عدم تحققها وبعد التحليل للجداول نستنتج ما يلي:

- توجد علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- لا توجد فروق الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد الأبناء.
- توجد فروق الإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة تبعا لمتغير عدد سنوات العمل.

الخاتمة

الخاتمة:

تكتسي دراسة العلاقة بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة أهمية بالغة في الحياة اليومية للأفراد، حيث أن المرأة العاملة تقوم بعدة أدوار في المجتمع منها ما هو مفروض عليها ومنها ما هو من اختيارها كون أن الحياة تغيرت وأصبح لها مسؤولية كبيرة في المشاركة داخل المجتمع وأيضا فرضت عليها بحكم العوامل الثقافية والاجتماعية والبيولوجية.

يبدوا أن هذه التقمصات وتداخلها فيما بينها شكل عليها ضغوط كبيرة وخلق لها مجموعة من الأعراض النفسية منها كالإنهاك النفسي والإجهاد...، وغيرها من الأعراض الأخرى وكل هذا جاء نتيجة وقوع المرأة فريسة صراع الأدوار ووقوعها ضحية المجتمع الذي جعلها تتحمل أعباء تفوق طاقتها وبنيتها النفسية والجسدية فهي تتقمص أدوارها عديدة منها كأم وزوجة وكربة بيت أو كامرأة عاملة وكل هذا جعلها تحاول جاهدة بأن تقوم بأعمالها على أكمل وجه دون تقصير وهذا من حاولنا في دراستنا هذه إلى توضيح العلاقة بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة وقد توصلنا إلى النتيجة التالية :

- توجد علاقة ارتباطيه بين صراع الأدوار والإنهاك النفسي لدى إداريات المتزوجات بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

الاقتراحات:

في ضوء نتائج الدراسة يمكن الخروج بالمقترحات التالية:

- الاهتمام بإعداد البرامج الإرشادية والبرامج توعية من شأنها تخفيف من الإنهاك النفسي لدى المرأة.
- ضرورة إجراء وتكثيف الدراسات حول الإنهاك النفسي للمرأة العاملة خصوصا ولكل العاملين عموما.
- ضرورة الابتعاد وتجنب التعرض للضغوط النفسية لدى المرأة من خلال القيام بدورات تدريبية للتنفيس الانفعالي خاصة للمرأة العاملة.
- منح عطل خاصة للمرأة كل فترة وأخرى من أجل الأخذ الراحة لهم.

المراجع

قائمة المراجع

1. ابن الفضل، أبو الفضل جمال الدين. (1995). لسان العرب. لبنان: بيروت دار صادر ودار بيروت للطباعة والنشر
2. أبو بكر عائشة (2007)، العلاقة بين صراع الأدوار والضغط النفسي لدى الزوجة العاملة، دراسة ميدانية بوحدات صحية لمدينة طولقة، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل والتنظيم، جامعة قسنطينة.
3. ابو الخير، هانم، جلال، يوسف. (2000). البنية العاملية لمصادر الإنهاك النفسي للمعلم ذوي الإحتياجات الخاصة. المؤتمر السنوي لكلية التربية: جامعة المنصورة.
4. ابو قحف. (2001). محاضرات في السوك التنظيمي. الاسكندرية: بدون دار النشر.
5. 5-بلبيوض لامية، حرقاس وسيلة (2020)، صراع الأدوار لدى المرأة العاملة وتأثيره على علاقتها بالأسرة دراسة ميدانية بالمؤسسات الاستشفائية لولاية قالمة، مجلة الأكاديمية للبحوث في العلوم الاجتماعية، العدد 02.
6. البهاص، سيد أحمد. (2002). النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. مجلة كلية التربية (العدد 31).
7. الخرابشة عمر ومحمد، عربيات وأحمد، عبد الحليم. (2005). الإحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والإجتماعية والإنسانية (المجلة 17).
8. الزبيدي، أمل علوان. (2003). علم النفس الإجتماعي. الاردن: دار الورقة.
9. جديات عبد الحميد. (2012). الانهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أطباء وممرضي الصحة العمومية، دراسة ميدانية في ثلاث مستشفيات جامعة الجزائر العاصمة (الإصدار رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل والتنظيم). الجزائر، كلية العاوم الانسانية والاجتماعية: جامعة الجزائر2.

10. جمعة سيد يوسف. (2001). النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية، مراجعة نقدية. القاهرة: دار الغريب.

11. جميل يوسف صالح ناصيف (2008)، صراع الأدوار لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية وعلاقته بالتوافق النفسي، مذكرة مكملة لرسالة الدكتوراه، جامعة القدس.

12. حسن سعيد الطويقري. (2014). صراع الادوار لدى معلمي مرحلة الثانوية وعلاقته بالمناخ التنظيمي من وجهة نظر المديرين والمشرفين التربويين بمحافظة الطائف. مكة المكرمة: جامعة القرى.

13. حورية بن عياش. (1994). صراع الادوار لدى المرأة العاملة في ضوء بعض المتغيرات الشخصية. الجزائر: الديوان الوطني للنشر والتوزيع.

14. خضر مخيمر أبو زيد. (2002). الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي التعليم الثانوي وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة كلية التربية (المجلة 12).

15. دبابنة ميشيل، محفوظ نبيل. (1994). سيكولوجية الطفولة. عمان: دار المستقبل للنشر والتوزيع.

16. راضي فوقية محمد محمد. (2005). ادارة الصف وعلاقتها بالشعور بالإنهاك النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية. مجلة كلية التربية باسيوط (مجلة 21).

17. رجوات عبد اللطيف متولي. (2005). الغحتراق النفسي لدى عينة من المحاميين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والمهنية. جامعة المنيا، كلية الآداب.

18. رمضان محمد القذافي. (1998). الصحة النفسية ط3. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

19. زيدان، عصام محمد. (2004). الإنهاك النفسي لدى آباء وأمهات الأطفال التوحديين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والأسرية. مجلة البحوث النفسية والتربوية، العدد1.

20. سمية يوسطارة، أسماء بن عباس. (2021). الإنهاك النفسي وعلاقته بالطمأنينة النفسية لدى مرضى السكري: دراسة ميدانية ببعض العيادات الخاصة ولاية برج بوعريريج. الجزائر، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، قسم علم النفس: جامعة المسيلة.

21. سميرة محمد شند. (2000). الإضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة ط1. القاهرة: مكتبة الزهراء.

22. السيد إبراهيم السمادوني، وفهد بن عبد الله الربيعة (1998)، الإنهاك النفسي لدى عينة من العاملين في مجال الخدمات الإنسانية بمدينة الرياض وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة الملك سعود، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية (1)، العدد10

23. صفاء إسماعيل مرسي، والطاهر محمود المغربي. (2005). التوافق الزوجي لدى عينة من الأزواج والزوجات المصريين. مجلة الدراسات نفسية (المجلة 15).

24. عبد الرحمان بن احمد بن محمد هيجان. (1997). ضغوط العمل، مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها. الرياض: معهد الإدارة العامة.

25. عبد السلام زهران حامد. (1977). علم النفس الإجتماعي، ط4. القاهرة: عالم المكتب.

26. عبد الوهاب تانيس. (2003). علاقة ضغوط العمل بفاعلية الاداء الوظيفي للمرأة العاملة دراسة تطبيقية على كليات جامعة القاهرة. القاهرة: جامعة القاهرة.

27. عسكر علي. (2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. الكويت: دار الكتاب الحديث.

28. علي، حسام محمود. (2008). الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا. المنيا، كلية التربية: جامعة المنيا.

29. عمارة سمية. (2006). صراع الأدوار لدى الام العاملة وعلاقتها بالتوافقها الزواجي دراسة ميداني لدى عينة من العاملات ببلدية ورقلة. الجزائر: جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

30. فاروق السيد عثمان. (2001). القلق وادارة الضغوط النفسيةط1. القاهرة: دار الفكر العربي.

31. فوزي محمد جبل. (2003). الإحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الاساسي وعلاقته بتقييم العمل لديهم. كلية الآداب، جامعة جنوب الوادي.

32. فيكتور إميل فرانكل. (2001). إدارة المعنى، أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى، ترجمة إيمان فوزي، ط2. القاهرة: دار زهراء الشرق

33. لويس كامل مليكة. (1990). العلاج السلوكي وتعديل السلوك. الكويت: دار القلم.

34. ماهر موسى مصطفى الشرافي. (2013). الإنهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملية في الأنفاق. غزة، كلية التربية، قسم علم النفس: الجامعة الإسلامية غزة.

35. مجدي عزيز ابراهيم. (2007). موسوعة المعارف التربوية. القاهرة: عالم الكتب.

36. محمد عبد السميع، رزق محمد. (1990). الإنهاك النفسي للمعلم وعلاقته بالمناخ النفسي الإجتماعي المدرسي. كلية التربية، جامعة المنصورة.

37. مرعي توفيق، بلقيس أحمد. (1994). الميسر في علم النفس الإجتماعي. دار الفرقان. عمان: دار الفرقان.

38. منى محمد علي بدران. (1994). الإحتراق النفسي لدى معلمي مرحلة الثانوية وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية دراسة ميدانية. كلية التربية، القاهرة: جامعة القاهرة.

39. نصر الدين جابر، د.الهاشمي لوكيا. (2006). مفاهيم الأساسية في علم النفس الاجتماعي. عين ميلة: دار الهدى للطباعة للنشر والتوزيع.

40. نفيدسة فاطمة. (2007). العلاقة بين النسق القيمي والدور الاجتماعي لدى المرأة الطارقية. الجزائر: جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

41. هدى زعرة. (2003). المرأة العاملة وصراع الأدوار داخل الأسرة. الجزائر، كلية العلوم الاجماعية والانسانية: جامعة.

42. هوبر وينفرد. (1995). مدخل إلى سيكولوجية الشخصية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

43. وفاء صالح مصطفى الصفتي، وئام علي أمين معروف. (2015). فاعلية برنامج إرشادي لتمكين المرأة العاملة من إدارة صراع الأدوار وعلاقتها بتحسين نوعية الحياة. المجلة المصرية للإقتصاد المنزلي، العدد 31.

44. هديل فتحي عبد الله (2019)، الإنهاك النفسي وعلاقته بنوعية الحية لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية بمحلية كرري، رسالة نيل شهادة الماجستير، جامعة السودان للعلوم والتكنلوجيا، كلية التربية

الملاحق

الملحق رقم(1) إستمارة صراع الأدوار

جامعة المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

استمارة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته:

أختي الفاضلة:

يشرفني أن أضع بين يديك هذا الاستبيان وكذا المقياس اللذين يهدفان إلى جمع البيانات لإعداد دراسة حول " صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة (إداريات جامعة المسيلة)" إذ اقتصرت العينة الدراسة التي يطبق عليها هذا الاستبيان وكذا المقياس على المرأة العاملة المتزوجة (إداريات)، فرجاء أختي الفاضلة قراءته والإجابة على البنود المقترحة لديك، وأيضا يتكون من مقياس الإنهاك النفسي.

التعليمات: ضعي علامة (x) في المكان المناسب.

البيانات الشخصية:

-المهنة:

-المستوى التعليمي: ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐ جامعي ☐

-المستوى التعليمي للزوج: ابتدائي ☐ متوسط ☐ ثانوي ☐ جامعي ☐

-عدد الأولاد:

-السن: أقل من 35سنة ☐ أكثر من 35سنة ☐

-عدد ساعات العمل يوميا:

البنود المقترحة	لا	أحيانا	نعم
1- أتضايق لأنني لا أجد الوقت الكافي للاهتمام بمظهري الخارجي.			
2- الإرهاق من العمل يجعلني أغضب بسرعة.			
3-تداخل أدواري يشعرني بالتحدي.			
4-عملي يسبب لي التوتر الدائم.			
5-ضعفت علاقتي مع الأهل والجيران.			
6-أعمل لأثبت وجودي.			
7-صرت أخلط بين واجباتي.			
8-أجد في عملي التحدي للظروف.			
9- انشغالي بالعمل يؤثر على أدائي لوظائفي الأخرى.			
10- زوجي يخفف من حدة تعبي وإرهاقي.			
11- عملي خارج المنزل يسبب لي الخلافات الزوجية.			
12- زوجي يريدني ربة بيت لا أم عاملة.			
13-زوجي يشاركني جميع اهتماماتي.			
14-زوجي يقدر جهودي وانشغالاتي.			
15-زوجي لا يساعدني في أداء أدواري داخل المنزل.			
16-عملي يجعلني مقصرة بدوري كزوجة.			
17-كثرة مهامي أضعفت صلتي بزوجي.			
18-تعدد أدواري شغلني عن الاهتمام بأولادي.			
19-لا أجد الوقت الكافي لأولادي.			
20-لا أجد الوقت الكافي لسماع اهتمامات أولادي.			
21-كلما زاد عدد أولادي تزيد مشاكلي.			

22-أحس أنني صارمة في التعامل مع أولادي.			
23-الاهتمام بأولادي لا يترك لي الوقت الكافي لمهامي الأخرى.			
24-أجد صعوبة في التوفيق بين جل أدواري.			
25-أكثر التغيب عن العمل لكثرة انشغالاتي.			
26-عملي أبعدني عن الأهل والجيران.			
27-علاقتي مع زملائي يسودها التوتر والخلاف.			
28-عملي أعطى بعدا آخر لشخصيتي.			
29-انشغالي في العمل زاد من حدة أعبائي.			
30-الاهتمام بالعمل أهمل باقي أدواري.			
31-أعمالي المنزلية تأخذ ما تبقى من جهدي.			
32-أقوم بأعمال المنزل بحتمية شديدة.			
33-لشدة إرهاقي لا أستطيع إنجاز أعمالي المنزلية بإتقان.			
34-واجباتي المنزلية تخفف من تعبي.			

الملحق رقم (2) مقياس الإنهاك النفسي

مقياس الإنهاك النفسي المستعمل في البحث الحالي:

MASLASH BURNOUT INVENTORY

ب- الصيغة المترجم للغة العربية من طرف طوالبة محمد عبد الرحمان (1999).

البنود المقترحة	أبدا	مرة في السنة على الأقل	مرة في الشهر على الأقل	مرات في الشهر	مرة في الأسبوع	مرات في الأسبوع	كل يوم
1-أشعر بأنني مرهق عاطفيا بسبب عملي.							
2-أشعر بنفاذ كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي أقضيه في عملي.							
3-أشعر بالتعب حينما أصحوا في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر.							
4-أستطيع أن أتفهم بسهولة مشاعر الآخرين.							
5-أشعر بأنني أتعامل مع البعض وكأنهم أشياء جامدة.							
6-العمل مع الناس طوال اليوم يتطلب مني جهد كبير.							
7-أعالج بكفاءة عالية ونجاح مشاكل الآخرين.							
8-أشعر بالانهيار بسبب عملي.							
9-أشعر أنني من خلال عملي أؤثر إيجابيا في حياة الآخرين.							
10- أصبحت شخصا قاسيا على الناس منذ بدأت هذا العمل.							
11-أخشى من قسوة وتبلد مشاعري بسبب هذا العمل.							
12-أشعر بالنشاط والحيوية.							
13-أشعر بالإحباط بسبب عملي.							
14-أشعر أنني أبذل جل جهدي في عملي.							

15-إنني في الواقع لا أهتم بما يحدث للآخرين.							
16-أتعامل مع الناس بشكل مباشر في عملي يشكل لي ضغطا كبيرا.							
17-أستطيع بسهولة تهيئة الجو المريح بالتعامل مع الآخرين.							
18-أستعيد حيويتي عندما أكون قريبا مع الآخرين.							
19-حققت أشياء كثيرة جديرة بالتقدير في هذا العمل.							
20-أشعر بأنني على وشك الانهيار.							
21-في عملي أتعامل بهدوء تام مع المشاكل النفسية.							

الملحق رقم (3) حساب الثبات والصدق لإستمارة صراع الأدوار

أ/ الثبات:

Reliability

ReliabilityStatistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.5660	34

ب/ الصدق:

T-Test

Group Statistics					
المجموعتين		N	Mean	Std. Deviation	Std. ErrorMean
الكلي1	االأعلى	8	75.500	4.00000	1.41421
	الأدنى	8	26.5000	3.38062	1.19523

Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	MeanDifference	Std. ErrorDifference
الكلي1	variances assumed	6870.	4210.	7.021	14	0.000	13.00000	1.85164
	variances not assumed			7.021	62213.	0.000	13.00000	1.85164

الملحق رقم (4) لمقياس الانهاك النفسي

أولا/ الثبات:

Reliability

ReliabilityStatistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
8720.	9
7840.	5
7090.	8
8520.	22

Reliability

ثانيا/الصدق:

Correlations

Correlations					
		د1			د1
ب1	Pearson Correlation	**0.644	ب13	Pearson Correlation	**0.783
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
ب2	Pearson Correlation	0.*545*	ب14	Pearson Correlation	0.*780*
	Sig. (2-tailed)	0.200		Sig. (2-tailed)	000.0
	N	30		N	30
ب3	Pearson Correlation	0.*606*	ب16	Pearson Correlation	*0.830
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
ب6	Pearson Correlation	0.*629*	ب20	Pearson Correlation	**0.840
	Sig. (2-tailed)	000.0		Sig. (2-tailed)	00.00
	N	30		N	30
ب8	Pearson Correlation	**0.816			
	Sig. (2-tailed)	00.00	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	N	30			

Correlations

Correlations					
		2د			2د
5ب	Pearson Correlation	**855.0	15ب	Pearson Correlation	**943.0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
10ب	Pearson Correlation	*798*.0	22ب	Pearson Correlation	*512*.0
	Sig. (2-tailed)	020.0		Sig. (2-tailed)	040.0
	N	30		N	30
11ب	Pearson Correlation	**0.848			
	Sig. (2-tailed)	00.00	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	N	30			

Correlations

Correlations					
		3د			3د
4ب	Pearson Correlation	*0.444	17ب	Pearson Correlation	**0.572
	Sig. (2-tailed)	0.140		Sig. (2-tailed)	10.00
	N	30		N	30
7ب	Pearson Correlation	**0.535	18ب	Pearson Correlation	0.*573*
	Sig. (2-tailed)	20.00		Sig. (2-tailed)	010.0
	N	30		N	30
9ب	Pearson Correlation	**0.788	19ب	Pearson Correlation	**0.822
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
12ب	Pearson Correlation	**0.485	21ب	Pearson Correlation	**0.696
	Sig. (2-tailed)	70.00		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

Correlations

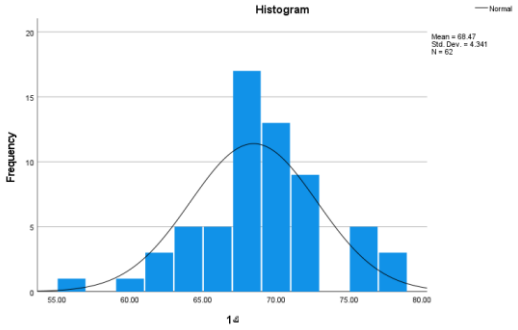
Correlations					
		2ك			2ك
1د	Pearson Correlation	**0.871	3د	Pearson Correlation	**0.914
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
2د	Pearson Correlation	**0.915			
	Sig. (2-tailed)	00.00	**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	N	30			

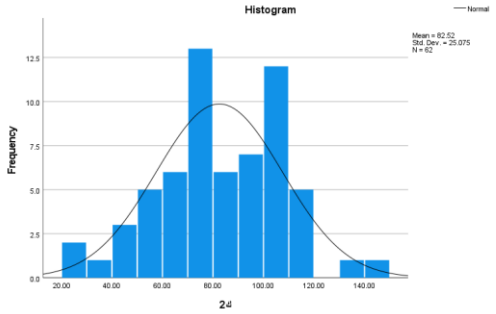
الملحق رقم (5) نتائج الدراسة

أولا/ التحقق من التوزيع الطبيعي:

Explore

Tests of Normality						
	Kolmogorov–Smirnov[a]			Shapiro–Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
صراع الأدوار	1260.	62	016.	9710.	62	1560.
الانهاك النفسي	0700.	62	.200*	9860.	62	6790.
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. LillieforsSignificance Correction						





ثانيا/ التحقق من فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

Correlations

Correlations		
		الإنهاك_النفسي
صراع الأدوار	Pearson Correlation	*2810.
	Sig. (2-tailed)	0.270
	N	62
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

الفرضية الأولى:

Oneway

ANOVA					
الإنهاك النفسي					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	622.2923	2	811.1461	2.434	0960.
Within Groups	862.35429	59	506.600		
Total	484.38353	61			

الفرضية الثانية:

Oneway

ANOVA					
الرضا الوظيفي* الحالة الاجتماعية					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	741.5885	2	871.2942	5.348	0070.
Within Groups	743.32467	59	301.550		
Total	484.38353	61			

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People'sDemocraticRepublic 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
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

وثيقة ايداع مذكرة ماستر

الموضوع: صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة دراسة ميدانية لدى إطارات جامعة محمد بوضياف

إعداد الطلبة:
1- جعيجع رشيقة رقم التسجيل: 211335053839
2- بيشري لدميّة رقم التسجيل: 211335080212

القسم: علم النفس **الشعبة:** علم النفس العيادي **التخصص:** علم النفس العيادي
إشراف: توهمي لطيفة **الرتبة:** أستاذ محاضر (أ)

أقر بانني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2021-2022 وأسمح بإيداعه على مستوى ادارة القسم للمناقشة والتقييم.

موافقة وإمضاء الاستاذ(ة) المشرف(ة): موافق

رئيس فريق الاختصاص

رئيس القسم

Web site :http://virtuelcampus.univ-msila.dz/facshs/ الموقع الالكتروني
Face book : https://www.facebook.com/fshs.univmsila الفيسبوك:
Tel / Fax : 213 35 35 + مقسم داخلي: 3044

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

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم: علم النفس

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

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): جعيجع إسيقة

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119970997000440008

والصادرة بتاريخ: 2022/03/06

عن دائرة: حمام الضلعة

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

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث(مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها: مذكرة ماستر بعنوان: صراع الأدوار وعلاقته بالاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة دراسة ميدانية لدى أساتذة جامعة المسيلة

أصرح بشرفي أني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:

إمضاء المعني

شوهد على إمضاء
السيد: جعيجع
بتاريخ: 08 جوان 2022

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث 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
Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and Student Issues

الرقم: /2021

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضى ادناه :

السيد(ة): بشيري لمية

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

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 11 99 70 99 50 42 75 000 5

الصادرة بتاريخ: 2021/08/03 عن دائرة: المسيلة

المسجل بكلية: العلوم الإنسانية والإسلامية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي تحت رقم التسجيل: 17 17 35 08 02 12

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

عنوانها: صراع الأدوار وعلاقته بالانهاك النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة مراسة ميدانية لدى اطاريات جامعة محمد بوضياف

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

المسيلة في: 09 /2022

امضاء المعني (ة):

BACHIRI

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