

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثليجي - الأغواط -

ميدان العلوم الاجتماعية و الإنسانية
شعبة: علم النفس
التخصص: علم النفس العيادي



كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس و علوم التربية
و الارطفونيا

الرقم:/2022

العنوان

الضغط النفسي المدرك وأنماط الشخصية لدى عينة
من الطاقم الطبي

- دراسة ميدانية بمستشفى احميدة بن عجيبة و 240 سرير بالاغواط .

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر اكايمي في علم النفس: تخصص علم النفس العيادي

اشراف الأستاذة :

- د . سامرة خنفار

من اعداد الطالبتين :

- بن ثابت سارة

- صفراني سميرة

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة	الصفة
عباس مريجة	مساعد ب	جامعة عمار ثليجي الأغواط	رئيسا
سامرة خنفار	محاضر أ	جامعة عمار ثليجي الأغواط	مشرفا ومقررا
دعماش خديجة	محاضر أ	جامعة عمار ثليجي الأغواط	مناقشا

السنة الجامعية : 2022/2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



شكر و تقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد الخلق اجمعين سيدنا محمد عليه افضل الصلاة و لى التسليم نشكر الله تعالى على نعمة التي لا تعد ولا تحصى ومنها توفيقه سبحانه وتعالى على اتمام هذا العمل المقامع كما نتقدم بالشكر الجزيل لكل من اسهم في تقديم يد العون لانجاز هذا العمل، و نخص بالذكر الأستاذة "سارة خنفار" التي لم تبخل علينا بمجهوداتها و نصائحها القيمة والتي كانت خير مرشد و دليل كما لا انسى ان اتقدم برفق و أثنى عبارات الشكر والعرفان الى كل من ساعدنا من بعيد أو قريب



شركة : سمية

إهداء

بعد **بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ** والحمد لله الذي انار طريقى
وكان لي خير عون أهدي هذا العمل المتواضع
الى:

اليـد الطاهرة التي ازالـت من أمامنا اشـواك
الطريق ورسمت المستقبل بخطوط الأمل و الثقة،
الى الذي لا تـفـيه كـلمات الشـكر والعرفان الى
مثالي الاعلى و قدوتي في الحياة ابي الحبيب
أطال لله عمره و ألبسه ثوب الصحة والعافية،
الى ملاكي في الحياة الى معنى الحب والحنان
الى بـسمة الحياة وسر الوجود اليك امي
الغالية.

الى اخوتي اللذين هم عزتي و مفخري و سندي في
هذه الحياة: سمية، هاجر، سعاد، سلمى،
ياسين

سارة



إهداء

الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الواسية بمنكورتنا هذه ثروة الجهد و
النجاح.

الى اعلى ما املك في هذه الدنيا الى من كانوا سببا في وجودي على هذه الارض

الى التي لرجو ان اكون نلت رضاها أُمي الغالية حفظها الله واطال عوها

الى ابي سندي في هذه الدنيا حفظه الله و اطال عوه

الى اغواء على قلبي اخوتي: عيسى، جمال، محمد، عبد الحق، بشوى، ماجدة

الى ابناء اخي الواعم: ايمن، فوح، زكريا، مريم

الى العائلة الكريمة و بالأخص ابنة خالتي الغالية: حكيمة بلحبيب.

الى استاذتي الفاضلة "خنفار ماهرة" التي لم تبخل علينا بشيء كل الشكر والتقدير

الى كل من ساهم من قريب او بعيد في هذا النجاح المواقف.

سمية

ملخص الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية الى معرفة الاختلاف في مستوى الضغط النفسي المدرك و انماط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي.

ولتحقق اهداف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي وذلك باستخدام مقياس الضغط النفسي المدرك لـ (كوهن ، 1988) و مقياس أنماط الشخصية لي (هيرمان , 2002) بعد التأكد من الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة تم تطبيقها على عينة قدرت بـ 80 ممرض و طبيب , و تم اختيارها بطريقة قصدية بعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل للنتائج التالية :

-لا يختلف مستوى الضغط النفسي المدرك باختلاف نمط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي

- مستوى الضغط النفسي المدرك منخفض لدى افراد عينة الدراسة .

- النمط السلوكي (ج) هو النمط السائد لدى افراد عينة الدراسة .

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي المدرك وانماط الشخصية تعزى لمتغير الجنس (اناث , ذكور) لدى افراد عينة الدراسة

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي المدرك وانماط الشخصية تعزى لمتغير نوع المهنة (ممرض , طبيب) لدى افراد عينة الدراسة .

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي المدرك و انماط الشخصية تعزى لمتغير الخبرة المهنية لدى افراد عينة الدراسة

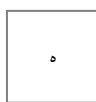
الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي المدرك؛ انماط الشخصية؛ أطباء و ممرضين؛ فيروس كوفيد.

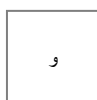
ABSTRACT

The study aims to identify the relationship between Perceived Psychological Stress and Personality Patterns among doctors and nurses during the covid-19 period over the school-year (2021-2022). To achieve the objectives of this research, the study relied on its methodology on the descriptive approach, using perceived psychological stress scale by (Cohen,1988) and personality patterns scale by (Hermann, 2002), which their psychometric properties have been confirmed on a sample of 80 member, intentionally and purposefully. After a deep statistical data processing, the following findings were reached:

- There is no effect of personality patterns on the perceived psychological stress of doctors and nurses in the time of Covid 19
- The level of perceived psychological stress is low among the study sample members.
- The behavioral pattern (C) is the dominant one among the study sample members.
- There are no statistically significant differences in the perceived psychological stress and personality patterns related to the gender variable among the study sample members.
- There are no statistically significant differences in the perceived psychological stress and personality patterns related to the profession's type (doctors/nurses) variable among the study sample members.
- There are no statistically significant differences in the perceived psychological stress and personality patterns related to the professional experience variable among the study sample members.

Key words: Doctors and Nurses, Personality Patterns, Perceived Psychological Stress





فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	بسملة
أ	الشكر والتقدير
ب	الإهداء
د	ملخص الدراسة بالعربية
هـ	ملخص الدراسة بالإنجليزية
	فهرس المحتويات
1	مقدمة
الفصل الأول : طرح إشكالية الدراسة و إعتباراتها	
4	1. إشكالية الدراسة
8	2- فرضيات الدراسة
9	3- أهمية الدراسة
9	4- أهداف الدراسة
10	5- التعريف بمصطلحات الدراسة
11	6- الدراسات السابقة
17	7- التعليق على الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الضغط النفسي المدرك	
	تمهيد
20	1. مفهوم الضغط النفسي
22	2. مفهوم الضغط النفسي المدرك
23	3. أنواع الضغط النفسي

25	4.اعراض الضغط النفسي
27	5.الاثار المترتبة على الضغط النفسي
30	6.الاستجابة للضغط النفسي المدرك
33	7.النظريات المفسرة للضغط النفسي
40	خلاصة الفصل
الفصل الثالث : أنماط الشخصية	
	تمهيد
41	1. الشخصية ومحدداتها
41	2. مفهوم الشخصية
44	3. محددات الشخصية
50	4. النظريات المفسرة للشخصية
52	5. مفهوم نمط الشخصية
54	6. الأنماط السلوكية للشخصية (A.B.C.D).
62	7. النظريات التي فسرت أنماط الشخصية
72	8. علاقة أنماط الشخصية بالضغوط المهنية
75	خلاصة الفصل
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية	
	تمهيد
77	1. منهج الدراسة
77	2. حدود الدراسة
77	3. الدراسة الاستطلاعية
83	4. أدوات جمع البيانات
85	5. الخصائص السيكوسمترية

87	6. الأساليب الإحصائية
الفصل الخامس : عرض و مناقشة نتائج الدراسة	
	تمهيد
90	عرض نتائج الدراسة
90	1. عرض ومناقشة و تفسير نتائج الفرضية الاولى
91	2 عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
93	3. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
95	4. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
96	5. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
97	6. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة
100	الاستنتاج العام
101	المقترحات والتوصيات.
خاتمة	
قائمة المراجع	
الملاحق	

قائمة الجداول

رقم الصفحة	العنوان
59	جدول رقم (01) يمثل الفرق بين نمط الشخصية "أ" و نمط الشخصية "ب"
66	جدول رقم (02) يمثل الفرق بين النمطين المنبسط والمنطوي بالنسبة ليونغ
78	جدول رقم (03) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس
79	جدول رقم (04) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المهنة
80	جدول رقم (05) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخبرة المهنية
81	جدول رقم (06) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المصلحة

83	جدول رقم (07) كيفية تنقيط بنود مقياس الضغط النفسي المدرك
84	جدول رقم (08) توزيع الفقرات حسب الأنماط السلوكية لمقياس هرمان
85	جدول رقم (09) دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الاستبيان
86	جدول رقم (10) يبين معامل ثبات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ.
87	جدول رقم (11) يبين معامل ثبات الاستبيان باستخدام التجزئة النصفية.
90	جدول رقم: (12) بين نتائج الفروق بين مستوى الضغط النفسي المدرك وأنماط الشخصية
92	جدول رقم (13) قيمة اختبار ت لعينة واحدة
93	جدول رقم (14) يبين النمط السائد حسب أفراد العينة
95	جدول رقم (15) : نتائج اختبار "ت" للفروق بين الذكور والإناث في الضغط النفسي المدرك
96	جدول رقم (16): نتائج اختبار "ت" للفروق بين الأطباء والممرضين في الضغط النفسي المدرك.
98	جدول رقم (17): نتائج اختبار "ف" للفروق في الضغط النفسي المدرك حسب الخبرة المهنية

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	العنوان
78	الشكل رقم (01) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس
79	الشكل رقم (02) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المهنة
80	الشكل رقم (03) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الخبرة المهنية
82	الشكل رقم (04) توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المصلحة

فهرس الملاحق

الرقم	العنوان	رقم الصفحة
01	مقياس الضغط النفسي المدرك	I
02	مقياس أنماط الشخصية	II
03	الأساليب الإحصائية المعتمدة في تحليل النتائج	III

يثير موضوع الضغط النفسي في الوقت الراهن اهتمام ملحوظ بين المختصين في مختلف ميادين علم النفس و طب و قد ازداد اهتمام وسائل الاعلام بهذا الموضوع و ركزت عليه العديد من المؤتمرات و بحوث علم النفس لهذا نجد الكثير من الأبحاث التي تجري في مجال الطب و التربية و التعليم و الإدارة محورها الأساسي هو الضغوط النفسية و مسبباتها و طرق التغلب عليها و الوقاية منها ويوصف العصر الحديث بعصر الضغوط النفسية لأننا نعيش في عصر ينفرد بأوضاع و احداث مثيرة حيث ان التطورات التكنولوجية التي أدت الى تغيرات و تطورات اجتماعية و اقتصادية و ما ارتبط بها من تغيرات في القيم جعلت العالم يعج بالأحداث المثيرة للقلق و الاضطرابات النفسية الذي يهدد الامن النفسي و الجسمي و المادي و الاجتماعي للفرد حيث اصبح التعرض للضغوط امر لا مفر منه و لابد من دراسة لهذا اهتمام العديد من الباحثين و الدارسين بموضوع الضغوط نظرا للأثار السلبية التي ينتج عنها و تعتبر الموت لكن شدة الضغوط و التعرض المتكرر لها و ما يترتب عليها من تأثيرات سلبية كثيرا ما ترتبط باعتلال الصحة النفسية و يعتبر العالم سيلبي (1959) اول من قدم مفهوم الضغوط النفسية و التي يوضع عليه ثم تبعه في ذلك عدد كبير من العلماء في محاولة تقسيم مفهوم الضغط النفسي و يعرف الباحثون في علم النفس الضغط النفسي بعدة تعريفات كل تعريف ينطلق من أساس محدد و واضح(علي عسكر، 2003، ص40).

ويعتبر الأطباء و الممرضين من اكثر افراد المجتمع الذين يعانون من الضغط النفسي فقد بينت العديد من الدراسات ان الأطباء والممرضين يعانون من الضغط النفسي و هذا نظرا لتعدد مصادر الضغط عندهم حيث يختلف الضغط عندهم على حسب نمط الشخصية فالكل شخصية ردة فعل على هذا الضغط و كيفية مواجهته التي تجعلنا نقرر اذا كانوا يعانون من الضغط النفسي ام لا كون مهتمة الطب و التمريض من المهن الحساسة و الشاقة و الإنسانية فهم ملزمون بتقديم الرعاية الصحية للمريض و التكفل به مهما كانت الظروف كتقشي الامراض و الأوبئة على غرار ما نعيشه اليوم من رعب إزاء انتشار وباء كورونا المستجد "كوفيد 19 الذي ظهر نهاية 2019 بمدينة ووهان الصينية وانتشر في اغلب بلدان العالم مخلف ضحايا و اثار نفسية و اجتماعية و اقتصادية .

بناء على ما سبق اخترنا موضوع لدراستنا بعنوان الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي، ولدراسة هذا الموضوع قمنا بتقسيم الدراسة الى جانبين كالتالي:

الجانب الأول: الخاص بالجانب النظري حيث ينقسم الى

الفصل الأول: الجانب النظري حيث ينقسم الى الفصل الاول الجانب المنهجي للدراسة وفيه تناولنا اهمية و اهداف الموضوع و معالجة اشكالية الدراسة وفرضيتها؛ و اختتمنا الفصل بعرض الدراسات السابقة و تعقيب عليها.

أما الفصل الثاني: فتم فيه كل ما يتعلق بالضغط النفسي المدرك من مفهوم وانواع و اثار واعراض..... الخ

اما الفصل الثالث قمنا فيه بعرض تعريف شخصية ونمط و نظريات المفسرة للشخصية و مفسرة للأنماط.... الخ

اما فيما يخص الجانب الثاني: متعلق بجانب الميداني للدراسة فقسم بدوره الى:

الفصل الرابع: خصص لإجراءات الدراسة الميدانية وفيها تطرقنا الى المنهج الدراسة وحدودها عيناتها وكذا اهم الاساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة.

اما الفصل الخامس: قمنا بعرض نتائج الدراسة و مناقشتها و ختمنا الدراسة بخاتمة.

1. إشكالية الدراسة :

ارغم مرض كورونا المستجد العالم بأسره على مواجهة احد اكثر التحديات صعوبة في التاريخ المعاصر حيث تسبب في اصابة الملايين و وفاة الالاف من الناس, غير انه سيكون من الخطأ الجسيم وصف هذا التحدي بالأزمة الصحية فقط, فهو أزمة انسانية واسعة النطاق قضت الى بؤس و معاناة بشرية جمعاء ودفعت برفاهها الاجتماعي و الاقتصادي الى حافة الانهيار .

حيث تفشى المرض للمرة الاولى في مدينة ووهان الصينية في اوائل شهر ديسمبر عام 2019 اعلنت منظمة الصحة العالمية رسميا في 30 يناير ان تفشي الفيروس يشكل حالة طوارئ صحية عامة تبعث على القلق الدولي واكدت تحول الفاشية الى جائحة يوم 11 مارس, ابلغ عن اكثر من 528 مليون اصابة بكوفيد 19 في اكثر من 188 دولة و منطقة حتى تاريخ 29 ماي 2022, تتضمن اكثر 6.28 مليون حالة وفاة بالإضافة الى تعافي اكثر من مليون مصاب وتعتبر الولايات المتحدة الامريكية الاكثر دول تضررا من الجائحة حيث سجلت اكثر من ربع مجموع الاصابات المؤكدة. ([https : // elaph.com](https://elaph.com))

و الجزائر لم تكن بمعزل عن هذه الجائحة حيث اعلنت عن اول حالة في 25 فبراير 2020 ثم بدا الوباء بالانتشار عبر كامل التراب الوطني وقد سجلت الجزائر 266 الف اصابة و 6.875 وفاة, وفي خضم زيادة حالات الاصابة بكوفيد 19 والطلب على العلاج العاجل, تعرضت الرعاية الصحية لضغوط هائلة في جميع انحاء العالم وفي الواقع شكل ظهور

كوفيد اختبار محسوس لمدى قدرة النظم الصحية و الاستجابة للطوارئ في العالم كله ,كان الوضع حرجا بشكل خاص على البلدان المنخفضة ومتوسطة الدخل ونتيجة لذلك فان العاملين في قطاع الصحة تحملوا اعباء العمل المتزايدة و تدهور ظروف العمل ,ونظرا لطبيعة عملهم اللذين كانوا من اكثر الناس احتكاكا مع المرض و المصابين وتواصلهم المباشر الذي جعلهم اكثر عرضة للعدوى وحمل الفيروس ونقله مما جعلهم في خوف وقلق دائم على انفسهم وعلى اسرهم الامر الذي ولد عدة ضغوطات نفسية

ان موضوع الضغط النفسي من المواضيع التي حاول العلماء والباحثين دراستها اذ يعتبر الضغط النفسي توترا والما نفسيا شديدا يعاني منه معظم الناس وبالتالي بحثوا عن استراتيجيات لمواجهةته ,فيرى العديد منهم ان ما يشكل الموقف الضاغط هو مصادر الموقف و استجابة الفرد له فهذه الاخيرة تحدد ما اذا كان الشخص يعاني من الضغط النفسي اولاً , و دون وجود هذين العاملين لا يكون موقف ضاغط.

وقد تم تناول دراسة الضغط لدى فئة الممرضين و الممرضات لسعادة واخرين 2003 التي هدفت الى تحديد مستوى الضغوط النفسية والعملية التي واجهت الممرضين و الممرضات خلال انتفاضة الاقصى وتحديد بعض متغيرات الشخصية فقط اظهرت نتائج هذه الدراسة ان الممرضين والممرضات يعانون من مستوى مرتفع من الضغوط النفسية المرتبطة بمصادر ضغوط العمل المتعلقة بالمرافقين للجرحى كما اشارت الدراسة الى ان مهنة التمريض من اكثر المهن تعرضا لضغوط العمل و الضغوط النفسية. (بن يحي.2019.ص14)

ومن ادبيات علم النفس فان الافراد يختلفون في طريقة تعاملهم و استجابتهم مع الضغوط فمنهم من يركز على الانفعال ومنهم من يركز على المشكل في مواجهة الضغط .

اما عن مواجهة الضغط فهو لا يعني القضاء عليه نهائيا لكنه يدل على الكيفية التي يتعامل فيها الفرد مع هذا الضغط وكيفية توجيهه, ويذكر "موس" في هذا المقام على ان المواجهة هي الاساليب التي يستخدمها الفرد بوعي ويوظفها في التفاعل الإيجابي مع مصدر القلق او الحدث المثير او الحدث الصادم. (بن زروال, 2008, ص119)

ويعود الاختلاف في طريقة التعامل واختيار استراتيجيات المواجهة الى اختلاف الافراد كل حسب نمط شخصيته, لان شخصية الفرد تعتبر عاملا وسيطا او متاخلا تخفف او تزيد من وطأة الموقف السلبي "الضغط" على الفرد وفي ضوء اختلاف شخصيات الأفراد فانهم بالتالي يختلفون في ردود فعلهم للمواقف الضاغطة, وهذا ما اشار اليه الطبيب المشهور السير وليام اوسلر في قوله بان صفات المريض "شخصيته" وليس نوع المرض هو العامل الجاسم في التعامل عند الاصابة بأحد الامراض الخبيثة , فهناك من ينهار ويفقد الامل من اول لحظة يصل الى سماعه خبر اصابته بمرض وفي الوقت نفسه هناك من يتعامل مع خبر مماثل برباطة جاش من ثقة والتفائل و الايمان في التغلب على المرض وعليه فان انماط الشخصية لها علاقة بنوعية الاستجابة السلوكية للمواقف المختلفة. (علي عسكر, 2003, ص153-154)

وهذا ما اكدته دراسة بن زروال فتيحة 2008 التي تهدف الى معرفة العلاقة بين انماط الشخصية "ا" ب, ج, بكل ابعادها والاجهاد من حيث مستواه واعراضه ,حيث بينت الدراسة الى وجود علاقة سالبة احصائيا بين نمط الشخصية "ب" ومستوى الاجهاد ,ووجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين نمط الشخصية "وأعراض الاجهاد الجسدية و النفسية . (بن زروال فتيحة, 2008)

ونظرا لقلة الدراسات التي تناولت كل من الضغط النفسي وانماط الشخصية لم نجد اي دراسة تناولت هذا الموضوع من حيث عينة البحث مما دفعنا الى معرفة الاختلاف بين مستوى الضغط النفسي المدرك و انماط الشخصية .

استناد الى كل ما ذكر تم تحديد مشكلة الدراسة الحالية في هذا التساؤل :

❖ هل يختلف مستوى الضغط النفسي المدرك باختلاف نمط الشخصية لدى عينة من

الطاقم الطبي ؟

و تتفرع من السؤال الرئيسي الى الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى الضغط النفسي المدرك لدى عينة الدراسة؟
- ما هو النمط السلوكي للشخصية السائد لدى عينة الدراسة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية تعزى لمتغير نوع المهنة لدى عينة الدراسة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية تعزى لمتغير الخبرة المهنية لدى عينة الدراسة؟

2. فرضيات الدراسة :

- إجابة مؤقتة على التساؤلات التي انطلق منها البحث و اعتمادا على ما تم تناوله من ادبيات حول الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية تمكننا من صياغة الفرضيات المباشرة غير الموجهة التالية :

الفرضية الرئيسية :

- يختلف مستوى الضغط النفسي المدرك باختلاف نمط الشخصية لدى عينة الطاقم الطبي

الفرضيات الفرعية :

. مستوى الضغط النفسي المدرك مرتفع لدى عينة الدراسة .

. النمط السلوكي (أ) هو النمط السائد لدى عينة الدراسة .

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية

تعزى لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة .

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية

تغرى لمتغير نوع المهنة لدى عينة الدراسة (طبيب . ممرض).

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية

تغرى لمتغير الخبرة المهنية لدى عينة الدراسة .

3. أهمية الدراسة :

تبرز أهمية الدراسة في تناولها لمتغير مهم من المتغيرات النفسية والذي له علاقة

بالظروف الصحية التي يمر بها العالم ألا وهو الضغط النفسي المدرك وكذا ربطه

بمتغير من المتغيرات النفسية الشخصية المهمة الا وهو أنماط الشخصية ، كما تبرز

أهمية الدراسة في العينة المدروسة وهي عينة الأطباء والممرضين وهم الفئة التي كانت

وجها لوجه في مواجهة الفيروس .وتقدم هذه الدراسة بعدا معرفيا وأكاديميا لكل من متغير

الضغط النفسي المدرك وأنماط الشخصية خاصة وأن هذين المتغيرين لم يحظيا بالدراسة

والبحث بشكل كبير، وفي البيئة المحلية أساسا وعليه فإن هذه الدراسة تضيف دراسة

جديدة للتراث النظري ولطلبة علم النفس يمكنهم الاستفادة منها في دراسات لاحقة.

4. اهداف الدراسة :

تسعى الدراسة الحالية الى تحقيق ما يلي:

. التعرف على الاختلاف بين الضغوط النفسية المدركة و أنماط الشخصية لدى عينة البحث.

. التعرف على مستوى الضغط النفسي المدرك لدى عينة البحث .

. دراسة الأنماط السلوكية للشخصية السائدة لدى الأطباء و الممرضين .

. الكشف عن الفروق في مستوى الضغط النفسي المدرك تبعا لمتغير طبيعة الوظيفة (طبيب .

ممرض) و متغير الجنس (ذكور اناث).

5. التعريف بمصطلحات الدراسة:

1. التعريف الاجرائي للضغط النفسي المدرك:

هو نتيجة التفاعلات بين الفرد والمحيط والتي تقود الفرد الى ادراك الاختلال الحقيقي أو الخيالي بين متطلبات وضعية ما وموارده و امكانيته المعرفية الفيزيولوجية، الانفعالية و الاجتماعية.

وهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد من خلال الإجابة على مقياس الضغط النفسي المدرك لـ (cohen) المستخدم في هذه الدراسة.

2. التعريف الاجرائي لأنماط الشخصية:

يشير الى الفئة أو صنف الناس أو الافراد اللذين يشتركون في الصفات العامة؛ وان اختلف بعضهم عن بعض في درجة اتسامهم بهذه الصفات ، حيث ان النمط A يعتبر

مسؤولاً عن الاستجابة المفرطة ازاء المواقف المجهدة ، اما النمط B فهو سلوكه تجنبى اتجاه المواقف المجهدة بشكل منطقي، اما النمط C فهو يتوافق مع الوضعيات الصراعية الضاغطة و الكبح الانفعالي، والنمط D يتجنب ردود الافعال من خلال تبني استراتيجية الانسحاب الاجتماعي .

وهو مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد من خلال الإجابة على بنود مقياس أنماط الشخصية لـ هيرمان المستخدم في هذه الدراسة.

6. الدراسات السابقة:

من خلال البحث عن الدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع ومتغيرات الدراسة فقد تم الحصول على مجموعة من الدراسات وتم التركيز على الدراسات التي تناولت عينة المرضى وعمل الصحة وقد تم عرضها من الاقدم إلى الاحداث وترتيبها على النحو التالي

1.6 الدراسات السابقة التي تناولت الضغط النفسي المدرك :

- دراسة سعادة واخرين (2003) :الضغوط النفسية العملية التي يتعرض لها المرضى خلال انتفاضة الأقصى في المستشفيات محافظة نابلسي الفلسطينيين : تهدف هذه الدراسة الى تحديد مستوى الضغوط النفسية و العملية التي واجهت المرضى وممرضات خلال انتفاضة الأقصى ، و تحديد بعض المتغيرات الشخصية

في ذلك تكونت العينة من (144) ممرض وممرضة من مستشفيات مدينة نابلس و لقياس مستوى الضغوط النفسية استخدم الباحث استبيان الضغط النفسي الذي يعاني منه العاملون في التمريض خلال فترة الانتفاضة و أظهرت النتائج ان الممرضين و الممرضات يعانون مستوى مرتفع من الضغوط النفسية المرتبطة بمصادر الضغوط العمل المتعلقة بالمرافقين للجرحى و خطورة الإصابات و التعامل مع الإدارة و الضغوط العائلية كما اشارت الدراسة الى ان مهنة التمريض من اكثر المهن تعرضا لضغوط العمل و الضغوط النفسية .

- **دراسة جلاب خولة :** قامت بها "جلاب خولة (2015) "الخدمة الصحية و ضغوط العمل في المؤسسة الاستشفائية "بولاية تبسة دراسة ميدانية ، كما ترى الباحثة أيضا ان الدراسات ضغوط العمل لدى عمال الصحة في المؤسسات الاستشفائية لا تزال ضرورية نظرا للتغيرات و التطورات التي يشهدها قطاع الصحة و البيئة المحيطة به من خلال ما توصلت اليه من نتائج كان أهمها :عدم تفعيل طب العمل في المؤسسة العمومية الاستشفائية من جهة وعدم الاهتمام بالترقية من جهة أخرى أدى الى عدم رضا العمال في عملهم مما ولد لديهم الكثير من الضغوط التي من شأنها التأثير سلبا على الخدمات المقدمة . و كما كشفت الدراسة أيضا ان اغلبية العمال في المؤسسة الاستشفائية حاليا صالح تبسة لا يستفيدون بشكل كبير و فعال من فرص التكوين و التدريب و التطوير ، الامر الذي انعكس سلبا على أدائهم الوظيفي و بالتالي على نوعية المقدمة .

- **دراسة سعاد مخلوف (2005)** :وعنوانها الضغط النفسي و مدى تأثيره على السلوك الأطباء العاملين بالمراكز الصحية اما نوع الدراسة فهي دراسة ميدانية بولاية مسيلة حيث هدفت الدراسة الى معرفة تأثير الضغط النفسي على السلوك المستخدمة في المنهج العيادي المناسب للدراسة كما اعتمدت الدراسة الى البحث عن الابعاد و الاستراتيجيات المتوخاة جزاء هذه الضغوط وهي : السكوت ، الهدوء و الصبر ، التجاهل تقادي الموقف الضاغط عدم الانفعال ، التهيئة الى ترك العمل و الابتعاد عن الموقف الضاغط التفاهم مع المعيط العملي.

هكذا يتضح ان الانسان بصفة عامة و الطبيب بصفة خاصة اصبح مجبرا على التعايش مع الضغوطات رغم كراهيته لها و ما تخلفه من اثار سلبية سواء الاضطرابات العضوية ام النفسية او السلوكية ناهيك عما تخلفه من مضاعفات على العملية الإنتاجية. (هنوف نور الهدى ، 2019 ، ص 15-16)

2.6 الدراسات التي تناولت انماط الشخصية:

- **دراسة فيرنهام 1984 FURNHAM** : وعنوانها العلاقة بين سلوك الشخصية من نمط(أ) وكل من الانبساط والاستشارة الحسية وتقييم المثيرات والمنبهات ،دراسة العلاقة بين المقاييس المختلفة للإثارة و هدفت الدراسة الى البحث عن العلاقة بين المقاييس الشخصية لا يزنك ومقياس الاستشارة الحسية ومقياس سلوك النمط (أ) وتكونت عينة الدراسة من (106) من الذكور و(90) من الاناث وتراوح اعمارهم ما بين (18-29)

سنة واستخدم مقياس الشخصية لايزنك ومقياس الاستشارة الحسية لقياس المثيرات بالإضافة لمقياس سلوك النمط (أ) ووضحت النتائج انه لم يستدل على اختلافات بين الجنسين بالنسبة للعصابية والانبساط رغم بأن الذكور حصلوا على أعلى درجات من الاناث على مقياس الاستشارة الحسية.

- دراسة ليورنت (1986): وعنوانها العلاقة بين العصابية والانبساط وسلوك الشخصية من نمط (أ) هدفت الدراسة الى مقارنة سلوك نمطي (أ) و (ب) في العصابية والانبساط وتكونت عينة الدراسة من (956) من الذكور و (648) من الاناث من طلبة الكليات الانسانية واستخدم مقياس مسح جينكز لنشاط ومقياس الشخصية لايزنك.
- اوضحت النتائج أن الاشخاص ذوي النمط (أ) عرضة للإصابة بالشریان التاجي وكان لديهم مستويات عالية من العصابية والانبساطية عن الاشخاص ذوي النمط (ب) غير المعرضين للشریان التاجي.
- وظهر البنات ميلا اكبر لاظهار مشاعرهن وهو متوقف على العصابية بينما أظهر الرجال ميلا أكبر لاعتناق سلوكيات الدخول في منافسات حادة والسعي لإنجاز المهن.
- دراسة ماي وكليني(1987): وعنوانها العلاقة الانبساط والعصابية والوسواس وسلوك الشخصية من نمط (أ) هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الانبساط والعصابية والوسواس وسلوك نمط (أ) وتكونت عينة الدراسة من (135) من الذكور تراوحت اعمارهم ما بين (18-25) سنة واستخدم مقياس مسح جينكز للنشاط ومقياس الشخصية

بايزنك ومقياس الوسواس ووضحت نتائج التحليل العاملي للإجابات عن وجود بناء رباعي العوامل وهو نفاذ الصبر والقيادة الشرسة، وحب المنافسة والسرعة والاندفاعية وقد ارتبطت ايجابيا مع الوسواس وقد ظهر أن الوسواس هو قياس الشخصية الوحيد الذي ارتبط بشكل واضح مع الدرجة الكلية لسلوك (أ) . (صبرينة بلجباري ،عادل، 2016 ص 14-15).

- دراسة الجارودي (2001): سلوك الشخصية من نمط (أ) وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية : هدفت الدراسة الى تحديد أهم المعالم السيكو مترية لمقياس سلوك النمط (أ) فضلا عن تطبيق مقياس ايزنك وولسون للانبساط والعصابية على مجموعة من طلبة جامعة الامارات وفحص الفروق بين الطلبة والطالبات من ذوي السلوك (أ) في مكونات بعد الانبساط، الانطواء والعصابية واللاتزان الانفعالي تكونت عينة الدراسة من (200) طالبة من جامعة الامارات (30) من الذكور و(30) من الاناث وأستخدم الباحث الادوات التالية -مسح جينكز لنشاط من ترجمة أحمد عبد الخالق ،ومقياس ايزنك وولسون للانبساط والعصابية واستمارات بيانية اولية من اعداد الباحثة وتوصلت الدراسة الى اهم النتائج الاتية: وجود فروق بين الطلبة والطالبات من ذوي نمط الشخصية (أ) في مكونات بعد الانبساط في متغير النشاط فعد لصالح الذكور(الجارودي،2001).

- دراسة جمعة سيد يوسف(2000) : العلاقة بين نمط السلوك (أ)وبعض متغيرات الشخصية ذات الدلالة الاحصائية المحدودة وهدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين

نمط السلوك (أ) وبعض المتغيرات الشخصية ذات الدلالة التشخيصية وهي القلق والاكتئاب والتوهم المرضي والنشاط العام لدى العينتين من الذكور والاناث حيث تكونت عينة الدراسة من (387) مبحوثا، استخدم الباحث الادوات الاتية استخبار السلوك (أ) ومقياس تبلور القلق الصريح وقائمة بك للاكتئاب ومقياس النشاط العام وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

فيما يخص بعض عينة الذكور كانت جميع الارتباطات بين نمط السلوك (أ) ومتغير الشخصية ايجابية دالة احصائيا.

في عينة الاناث كانت جميع الارتباطات بين نمط اسلوك (أ) ومتغيرات الشخصية دالة احصائيا (جمعة سيد يوسف 2000).

3.6 الدراسة التي تناول الضغط النفسي و المدرك وانماط الشخصية :

- دراسة بن زروال فتيحة (2007): أنماط الشخصية وعلاقته بالإجهاد (المستوى ، الاعراض، المصادر، إستراتيجيات المواجهة)، دراسة ميدانية على عينة من العاملين بالحماية المدنية، البريد، مصلحتي الاستعجالات والتوليد بولاية أم البواقي، هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين انماط الشخصية(أ)، (ب) و (ج) بكل ابعادها والاجهاد من حيث مستواه، مصادره المهنية واستراتيجيات مواجهته، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، معتمدة على ثلاث مقاييس، مقياس انماط الشخصية، مقياس

أعراض الاجهاد ومقياس الاجهاد المهني وطبقت على عينة قدرت بـ(395) فردا وأظهرت النتائج بعد المعالجة والتحليل:

- علاقة سالبة دالة بين نمطي الشخصية (ب) ومستوى الاجهاد
- علاقة موجبة دالة بين نمط الشخصية (أ) وأعراض الاجهاد الجسدية والنفسية والسلوكية

- علاقة سالبة دالة بين نمط الشخصية (ب) وأعراض الاجهاد الجسدية والنفسية والسلوكية. علاقة موجبة دالة بين نمط الشخصية(أ) ومصادر الاجهاد التالية:

العلاقة بالرؤساء ،العلاقة بالزملاء ،عبء العمل ،الحواجز والنمو المهني ،طبيعة العمل والظروف الفيزيائية. ميل ذوي النمط (أ) لاستخدام استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال أكثر(بن زروال فتيحة.2007)

7. التعليق على الدراسات السابقة :

بالنسبة للدراسات التي تناولت الضغط النفسي فقد تناولت كل من دراسة سعاد(2003)، خولة(2015)، مخلوف(2005) تناولت عينة عمال الصحة من ممرضين وأطباء، وقد ربطت دراسة سعادة(2003) الضغط بمتغيرات الشخصية ، بينما ربطت دراسة خولة (2015) الضغط بالخدمات الصحية و دراسة سعاد (2005) بسلوك الأطباء وهو ما يبرز أهمية دراسة متغير الضغط النفسي لدى عمال الصحة وعلاقته بعدة متغيرات وقد بينت

دراسة سعاد (2005) أن مستوى الضغط مرتفع لدى الأطباء والممرضين وإن مهنة التمريض من أكثر المهن تعرضا للضغط.

أما بالنسبة للدراسات التي تناولت أنماط الشخصية فلم نتحصل على دراسة تناولت عينة الأطباء والممرضين وقد تناولت دراسة كل من فيرنهام (1984) ودراسة ماي (1987) دراسة نمط السلوك (أ) ، بينما تناولت دراسة ليورنت (1986) مقارنة بين نمط السلوك أ و ب وبينت النتائج ارتباط نمط السلوك أ بالإصابة بالشریان التاجي. أما دراسة الجار دي (2001) والتي هدفت لتحديد معالم السيكومترية لنمط الشخصية (أ)، بينما تناولت دراسة السيد يوسف (2000) علاقة نمط الشخصية (أ) بمتغيرات النفسية الاكتئاب والقلق وجل هذه الدراسات تناولت عينة كل من الذكور والإناث.

أما الدراسات التي ربطت بين الضغط النفسي المدرك وأنماط الشخصية فالدراسة الوحيدة التي تحصلنا عليها هي دراسة زروال فتيحة (2007) والتي أجريت على عينة من العاملين من مختلف القطاعات بما فيهم قطاع الصحة إذ تناولت الأنماط السلوكية الثلاث أ، ب ، ج وعلاقتها بالضغط وقد بينت النتائج ارتباط سالب بين كل من نمط الشخصية ب و ج والضغط النفسي و ارتباط موجب بين نمط الشخصية أ والضغط النفسي، وما يبرز قيمة دراستنا هو أنها تتناول علاقة الضغط النفسي المدرك بالأنماط السلوكية كاملة وهي أ وب و ج و د ، ولدى عينة من الممرضين والأطباء بشكل خاص وخاصة في زمن كوفيد 19 ولا شك أنها دراسة مهمة في ظل عدم وجود دراسات محلية تناولت هذا الموضوع.

الفصل الثاني: الضغط النفسي المدرك

-تمهيد

1- مفهوم الضغط النفسي

2- مفهوم الضغط النفسي المدرك

3- انواع الضغط النفسي

4- اعراض الضغط النفسي

5- الاثار المترتبة على الضغط النفسي

6- الاستجابة للضغط النفسي

7- النظريات المفسرة للضغط النفسي

تمهيد:

تعددت التفسيرات النظرية لهذا المفهوم اذ يعتبر من المواضيع التي حازت على اهتمام الباحثين في علم النفس و العلوم الإنسانية عموماً ، حيث ان الضغط يعد بمثابة ظاهرة نفسية معقدة و متعددة الجوانب.

1. مفهوم الضغط النفسي :

لغة : الضغط او المشقة او الاعصاب يشير الى اجهد او ضغط او قوة تمارس ضغطاً على الاجسام "هذا المفهوم مشعار من الفيزياء " .

. وتستخدم كلمة الضغوط كترجمة لـ stress وبذيل لكل من اعصاب وشدة و كرب وضائقة واجهاد .

. اما في المعجم الوجيز فقد وردت كلمة ضغط بهذه المعاني المتعددة: ضغط ، ضغطاً: عصر وزحمة.(النعاس ، 2008 ، ص 26-27)

اصطلاحاً:

. تعددت التعريفات المعطاة لمفهوم الضغط النفسي بتعدد الخلفيات و النظريات فقد حاز هذا الموضوع اهتمام العديد من العلماء و الباحثين في علم النفس و مختلف العلوم الإنسانية .

. فقد تعرف الضغوط اجمالاً بانها العلاقة بين الفرد و البيئة التي يرى الفرد انها تفوق او تقل على قدراته و إمكانياته وتهدد رفاهيته النفسية .

. فالضغط "stress" هو الحالة التي يظهر فيها تباين ملحوظ بين المتطلبات التي ينبغي ان يؤديها الكائن الحي ، وقدراته على الاستجابة .

. أشار سيلبي "selye" الى ان الضغط عبارة عن مجموع من الأغراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط ، وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات البيئة ، مثل التغير في الاسرة او فقدان العمل او الرحيل والذي تضع الفرد تحت الضغط النفسي (ماجدة بهاء الدين ، 2008 ، ص 25)

كما يثير مفهوم الضغوط النفسية الى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكيته او على جزء منه ، و بدرجة تولد لديه إحساسا بالتوتر او تشويه في تكامل الشخصية ، وحينها تزداد شدة هذه الضغوط فان ذلك يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو عليه الى نمط جديد.

وعرفه كانون (canon) على انه رد فعل الجسم في حالة الطوارئ و شارلي مفهوم استجابة المواجهة او الهروب التي قد يسلكها الفرد حيال تعرضه للمواقف المؤلمة في البيئة .

. ويعرف جولد سنون (goldeen snon) الضغط النفسي بانه حالة من الشدة النفسية و التي تتطلب من الفرد التكيف معها .

و يعرف بالوشر (blocher) الضغط النفسي بانه عبارة عن تهديد يتعلق بإشباع حاجة أساسية و ان عمل جديد يقوم به الفرد نحو الميول قد يولد الضغط لديه درجة معينة. (حسين

علي ، عبد الله ، 2014 ، ص 16 ، 17)

ويعرف راكبن (rokbin) الضغط بأنه عبارة عن نظام استجابة لحالات ضاغطة او لضواغط وتتكون من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية سواء مباشرة او مرجاة .

ويرى موراي (moray) ان الضغط خاصية او صفة موضوع بيئي او لشخص تيسر او تعوق جهود الفرد في تحقيق هدف معينة. (الشيخاني , 2003 , ص 19)

وعرف بير و نيومان (beer and neuman) : الضغوط حالة ناشئة عن تفاعل العوامل المتعلقة بالعمل مع الفرد لكي تتغير حالته النفسية و البدنية بحيث يجبر على التحول عن ممارسته لعمله بصورة طبيعية. (بهاء الدين , 2008 , ص 30)

2. مفهوم الضغط النفسي المدرك :

. يعتبر الضغط النفسي المدرك متغير وسيط ينظم العلاقة بين الموقف الضاغط وردود أفعال الشخص (الجسدية ، العاطفية ، السلوكية) فقد ينظر اليه البعض على انه شديد الخطورة و البعض الاخر على انه هذيان او تحد لذلك يمكنه احداث اضطرابات خطيرة في البعض الاخر، و بالتالي يمكن ان يكون للضغط المدرك اعتمادا على الفرد دور ممرض الى حدها. . هو ادراك المريض للأحداث المؤلمة و المرهقة دون اظهار الاعراض المختلفة للضغط النفسي .

هو مجموعة من التصورات المتقلبة للعجز و عدم الارتياح التي يمكن ان تغزو الفرد في مواجهة احداث يصعب السيطرة عليها. (Bruhom – shweitzer . 2003 . P58,59)

ويعرف الضغط المدرك على انه نتيجة التفاعلات بين الفرد و المحيط و التي تقود الفرد الى ادراك الاختلال الحقيقي او الخيالي بين متطلبات وضعية ما و موارده و إمكاناته المعرفية ، الفيزيولوجية ، الانفعالية و الاجتماعية. (Bruhom – shweitzer . 2003 . p 296)

3. أنواع الضغط النفسي :

- هناك أربعة أنواع من الضغوط النفسية و التي حددها سيلبي (selye ,1993) :

1/ . **الضغوط الإيجابية** : وهذا النوع من الضغوط يدفع للإنجاز ، وينمي الثقة بالنفس ، ويدفع الافراد الى سرعة انجاز الاعمال ،و يكونوا مثارين عقليا و جسميا .

2/ . **الضغوط السلبية**: و يقصد به الضغوط التي تتطوي على احداث سلبية مهددة و مؤذية للفرد.

3/ . **الضغط المرتفع** : و يقصد به الضغط الناتج عن تراكم الاحداث المسببة للضغط و التي مرت بالفرد و فشل في التوافق معها .

4/ . **الضغط المنخفض** : و يقصد به حالة الملل و الضجر التي يعيشها الفرد و انعدام الاثارة و التحدي حيث ان الفرد لا يمارس فيها أي أنشطة او اعمال ، و عندما يعاني الفرد من تدني الشعور بتحقيق الذات ، ما يؤدي الى حالة من الضغط. (حسين علي ، عبد الله

المساعد ، 2014 ، ص 18)

- وقد ميز لازا روس وكوهن (1977, lazarus and cohen) : بين نوعين من الضغوط :

أولاً: الضغوط الخارجية "excternal envirommental stress": و التي تعني الاحداث الخارجية و المواقف المحيطة بالفرد و تمتد من الاحداث البسيطة الى الحادة .

ثانياً: الضغوط الداخلية (الشخصية) "internal personal stres" و التي تعني الاحداث التي تتكون نتيجة التوجه الادراكي نحو العالم الخارجي و النابع من فكر ذات الفرد. (نايل العزيز ، عبد اللطيف ، أبو أسعد ، 2009 ، ص 29)

وهناك تقسيم اخر للضغوط النفسية حسب عدة عوامل الا ان الشيء الوحيد المشترك بينهما هما المعاناة والالام النفسية، نوجز هذه الأنواع فيما يلي حسب ما جاءت به ماجدة بهاء الدين:

- الضغوط الاقتصادية: لها الدور الأكبر في تشتيت جهد الانسان واضعاف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة عندما تعصف به الازمات المالية او الخسارة فينجم عن ذلك عدم قدرته على مسايرة متطلبات الحياة.

- الضغوط الاجتماعية: تعد حجر الأساس في التماسك الاجتماعي والتفاعلي مع الآخرين وكثرة اللقاءات او قلتها والاسراف في التزاور في الحفلات وهي معايير تختم على الفرد الالتزام الكامل بها والخروج عنها بهد خروجاً عن العرف والتقاليد الاجتماعية.

- الضغوط الاسرية: بما فيه الصراعات الاسرية الانفصال، الطلاق، تربية الأطفال.

- **ضغوط العمل:** يتعرض العامل في مهنته لعدة مواقف تجعله في حالة ضغط، انفعال كالصراعات مع الرؤساء الإرهاق بفعل ساعات العمل الطويل، نوعية العمل وأوقاته، غموض الدور.

- **الضغوط الانفعالية والنفسية:** تتعلق بالمتغيرات المعرفية التي تقف تقدير الفرد للتهديد. (بهاء الدين , 2008 , ص 102)

4. **اعراض الضغط النفسي:** تظهر العراض مع استمرارية المصادر المسببة لها مثل الضيف ويجدر التنبيه هنا الى هذه الاعراض المختلفة لا تظهر جميعها في وقت واحد والا على جميع الأشخاص فلكل واحد نقطة او نقاط ضعفه ولكل واحد امكانياته الخاصة والاهم من ذلك ان كل واحد عالمه الخاص به ومن ثم ادراكه المتميز والخاص للمواقف الحياتية وفيما يلي تصنيف اعراضه الضغوط المختلفة. (عسكر , 2000, ص 44)

. **اعراض جسدية:** هناك عدة اعراض تظهر في جسم الانسان المعرض للضغط منها:

العرق الزائد، التوتر العالي، الصداع بأنواعه، الم في العضلات وخاصة في الرقبة والاكثاف، عدم الانتظام في النوم (الارق، النوم الزائد، الاستيقاظ المبكر على غير العادة)، الإمساك، الاسهال، عسر الهضم، القرحة التغير في الشهية اضطرابات جسدية متنوعة، التعب او فقدان الطاقة، الام في الظهر (خاصة الجزء السفلي) اضطرابات في القلب وفي التنفس.

. **الاعراض النفسية والانفعالية:** تتمثل في الضيق، الكآبة، فقدان الاهتمام، فرط النشاط، عدم الاستقرار، فقدان الجسم، الغضب، الخمول ، الملل.

كما نجد أيضا الشعور بفقدان الامل، الشعور بعدم الأمان، الحزن، تسارع في الافكار، نوبات غضب شديد مع اللجوء للعدوانية و العنف. (بهاء الدين . 2008, ص 33, 34)

. **الاعراض العاطفية:** من الشائع ان يشعر من يعانون من الضغط بالعصبية القلق، التوتر، سرعة الغضب، الانفعال، محبطون، عديمي الصبر او سريعو الغضب ومن جهة أخرى قد يجد بعض الافراد انفسهم متباطئين سطحين اللامبالين، مكتئبين، حزينين.

. **اعراض معرفية:** النسيان، صعوبة التركيز، واضطرابات في التفكير، صعوبة في اتخاذ القرارات، الذاكرة الضعيفة وكذا صعوبة في استرجاع الاحداث اصدار الاحكام غير صائبة، تزايد عدد الاخطار، سوء التنظيم والتخطيط. (عسكر , 2000, ص 66)

. **اعراض سلوكية:** من بين اهم الاعراض السلوكية نجد تغيرات في شهية (فقدان الشهية، الشراهة) الزيادة في تناول الكحول وسائر العقاقير الافراط في التدخين وتناول القهوة، القلق المتميز بحركات عصبية قضم الاظافر، فساد في العادات والاحوال (كالنظافة). (شيخاني, 2003 . ص 19).

. **اعراض اجتماعية:** العزلة، انهاء العلاقات، نسيان المواعيد او الغائها قبل إنجازها، انعدام القدرة على القبول وتحمل المسؤولية، الفشل في أداء الواجبات اليومية المعتادة. (العزیز، عبد اللطيف 2009. ص 52)

. اعراض عقلية:

- فقدان التركيز
- انحطاط في قوة الذاكرة
- صعوبة في اتخاذ القرارات
- التشوش (الفوضى) والارتباك
- انحراف في الوضع السوي، نوبات الهلع. (شيخاني، 2003، ص19)

5. الاثار المترتبة على الضغط النفسي:

عندما يتعرض الفرد لمواقف ضاغط يصاحب ذلك التأثير على جميع جوانب شخصيته الفيزيولوجية والسلوكية والمعرفية والانفعالية وبالتالي تؤثر على الصفة النفسية للفرد وذلك من خلال خلق مشكل في تواقف الفرد مع نفسه ومع محيطه الخارجي الذي يحتك به دائماً، ولكن هذه الاثار تختلف من شخص لأخر، وهذا حسب شخصيته وكذا حسب شدة الضغوط التي يتعرض لها واختلاف المواقف الضاغطة، ومن اهم الاثار المترتبة على الضغوط النفسية نذكر ما يلي:

1- الاثار الفيزيولوجية: ان احداث الضغط التي يتعرض لها الفرد تحدث تغيرات في وظائف الأعضاء وافرازات الغدد والجهاز العصبي تتمثل فيما يلي:

- افراز كمية كبيرة من الادر نيالين في الدم تؤدي الى زيادة ضربات القلب، وزيادة معدل التنفس، ارتفاع ضغط الدم.

- ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم من يؤدي الى تصلب الشرايين والأزمات القلبية.
- اضطرابات حشويه في المعدة والامعاء.
- زيادة افراز الغدة الدرقية يؤدي الى زيادة تفاعلات الجسم، وإذا استمر لمدة طويلة فانه يؤدي الى نقص الوزن والاجهاد والانهيار. (خليفة و آخرون , 2008, ص 144)

2- الآثار النفسية: يمكن ايجاز هذه الآثار في:

- سرعة الاستشارة والخوف والغضب.
- القلق والإحباط والياس.
- الشعور بالعجز، فقدان الاستقرار النفسي.
- عدم القدرة على التحكم في الانفعالات والسلوك.
- انخفاض تقدير الذات.
- فقدان الثقة بالنفس.
- توهم المرض والاحساس بالألم.
- النظرة المتشائمة للحياة.
- انخفاض مستوى الطاقة لدى الفرد.
- زيادة الاندفاعية الحساسية المفرطة.
- فقدان الاهتمام بالآخرين وبالنفس. (حسين , 2004 . ص 45)

3- الآثار السلوكية: تظهر الآثار السلوكية على الشكل التالي:

- انخفاض الأداء والقيام بالاستجابة السلوكية غير مرغوبة.
 - تعاطي العقاقير والمخدرات وتدخين السجائر.
 - الانسحاب عن الآخرين والميل الى العزلة.
 - تزايد معدلات الغياب عن العمل والتوقف عن العمل والتوقف عن ممارسة الهوايات
- (عريس , 2017 , ص 111)

4- الآثار المعرفية: تؤثر الضغوط على البناء المعرفي للفرد وبالتالي تصبح العديد من

الوظائف العقلية غير فعالة وتظهر هذه الآثار في الاعراض التالية:

- نقص الانتباه وصعوبة التركيز وضعف الملاحظة.
- تدهور الذاكرة حيث تقل قدرة الفرد على الاستيعاب التعرف.
- عدم القدرة على اتخاذ القرارة ونسيان الأشياء.
- فقدان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف.
- ضعف قدرة الفرد على حل المشكلات وصعوبة معالجة المعلومات.
- التعبيرات الذاتية السلبية التي يتبناها الفرد على ذاته وعن الآخرين (حسين , 2004 , ص

إذا كان هذا عرضاً لاهم الآثار الناجمة عن المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد والتي تحدث استجابات كلها يكون لها مفعول على استقرار الإنسان على مختلف مكونات شخصيته كل حسب فردانيته وذلك من خلال مراعاة الفروق للأشخاص.

6. الاستجابة للضغط النفسي المدرك :

إن عملية الاستجابة في الضغط النفسي عبارة عن تفاعل شديد التعقيد بين الجسم والدماغ عندما يدرك المخ أحد مثيرات الضغط تحدث العديد من ردود الفعل الكيميائي الحيوي المعقدة من الشعيرات في الوظائف المعرفية والعاطفية والسلوكية وتأخذ هذه الاستجابة عدة أشكال وهي كالتالي:

1- الاستجابة الجسمية للضغط: وتتم على النحو التالي:

- **قشرة المخ:** وهي الجزء الخارجي من نصفي كرة المخ، وتبدأ الاستجابة من المعلومات تدخل إلى المخ طريق حاسة أو أكثر من الحواس الخمسة، ثم تقوم قشرة المخ بتجميع هذه المعلومات وتفسير أهميتها بناءً على التاريخ (ذكريات عن أحداث سابقة و النطق و التنبؤات)

- **الجهاز الطرفي:** وهو جزء آخر من أجزاء المخ ويستقر خلف الأنف تماماً ويشترك هذا الجهاز مع قشرة المخ في تفسير المعلومات القادمة إهما من أعضاء الحس وعندما ينتج أن هناك تهديداً أو تحدياً يجب مواجهته، تبدأ عندئذ الاستجابة الجسمية في الحدوث.

- **تحت المهاد(المهيد):** ويعتبر مركزا عصبيا مهما يقع تحت المهاد وعندما تنشط قشرة المخ والجهاز الطرفي تنتقل حالة النشاط هذه بسرعة الى المهيد لكي يبدأ عمله ويشارك في التصدي للمثير والضغط.

- **الغدة الأدرينالين:** هنا يقوم المهيد بتنشيط الغدة الاندرينالية بواسطة رسائل يرسلها اليها مباشرة لتبدأ في افراز هرمون الأدرينالين والنوادر دينالين في مجرى الدم.

2. الاستجابة الكيميائية الحيوية:

يؤثر وجود الادرينالين في الدم على المخ لكي ينبه بقية الاستجابة للمثير او الضاغط كما يزيد الادرينالين نشاط قشرة المخ والجهاز الطرفي، فيتعاملان بسرعة شديدة جدا مع المعلومات الاتية من أعضاء الحس، يقوم المهيد بتنشيط الغدة النخاعية فهي تنظم عمل الغدد الصماء كلها، وتفرز أنواع مختلفة من الهرمونات لكل منها دورها الخاص لتفرز الهرمونات المنشطة للغدد الدرقية الذي يتم في نموها وينظم وظائفها، ويقوم هذا الهرمون بتنشيط الغدة الاندرينالية لتفرز هرموناتها التقوية التي تجعل الجسم كله مستعدا للتعامل مع الضغط، وبالتالي تتكون طاقة سريعة تهيء الجسم للحركة والعمل السريع. (إسماعيل، 1999، ص 77، 79)

3. الاستجابة المواجهة او الهروب:

وهي استجابة طبيعية عادية ويمكنها ان تتقضى حياة الفرد فهي تعطيه الطاقة الضرورية لحماية نفسه والدفاع والانسحاب عندما يكون التهديد شديد الى حد قد تكلفه مواجهة حياته

إصابة بضرر خطير، ومن ذلك يتبين ان الاستجابة الكلية للضغط قد وجدت أساسا للقيام بفعل ايجاب.

4-استجابة الذعر:

وهي حالة من الاستشارة الجسمية والنفسية التي تحدث عندما يتعرف المخ الى المثير الضاغط في البيئة، وعندما يستشار الشخص اعجز عنها، عندئذ يدخل الشخص مرحلة الانهاك التي تتوقف فيها المقاومة وتكون الأنشطة التي كانت موجودة قبل ظهور المثير، وبعدها تأت مرحلة الشفاء او التخلص من الضغط، وعندئذ يكون الشخص مستعدا للاستشارة الجديدة وتنشيط زميلة من التكيف العام فقط عند وقوع حدث غير عادي يفرض مطالب تتجاوز فعالية ميكانزيمات التحدي الروتينية المتوفرة لدى الشخص (اسماعيل، مرجع سابق , ص 80 , 81)

5-الاستجابة المعرفية والعاطفية والسلوكية للضغط:

وتعتبر جزء من استجابة الضغط، فعلى الرغم من قدرة معظم الأشخاص على تقبل التغيرات الجسمية المرتبطة بالضغط فانه لا يمكنهم ربط ما يحدث لهما من ذهول او شرود او نسيان او عجز على التركيز بالحدث الضاغط فكما صممت التغيرات المرتبطة بالاستجابة الجسمية للضغط لمساعدة الشخص الى التصدي بشكل اكثر فعالية فان التغيرات النفسية لا تكون ظاهرة بنفس القدرة وذلك لميل الشخص الى التركيز على مشكلات المرتبطة بعلامات استجابات الضغط وليس على فوائدها (اسماعيل، مرجع سابق، ص 82, 83)

7. النظريات المفسرة للضغط النفسي :

هناك عدة نظريات فسرت الضغط النفسي أهمها :

1.7 نظرية السلوكية :

تقوم على منهج او طريقة التعلم بمناهجه ، إضافة الى ادخال العمليات المعرفي متعلم ، و ان لكل استجابة مثير ، و العلاقة بين السلوك المثير اما ايجابية او سلبية ، و ان الشخصية عبارة عن منظمات سلوكية متعلمة ثابتة نسبيا وتتمايز من خلال الافراد و ان هناك قوانين تحكم السلوك الإنساني كالتعزيز و العقاب و الانطواء و التعميم و تعتبر هامة في تعديل السلوك .

كذلك أعطت النظرية السلوكية اهتماما للجانب المعرفي و إدخاله في حيز العلاج و الارشاد و هو كما يعرف بالعلاج السلوكي المعرفي التي تعني طريقة الادراك الذاتية للفرد عن الاحداث و تفسير سلوك الشخصي و أنماط التفكير و هذا ما يعرف بالبناء المعرفي و بذلك يمكن لهذه النظرية ان تحقق اهداف الارشاد للحالات ممن يواجهن ضغوط نفسية من خلال ممارسة الأنماط الصحيحة من السلوك و التعرف على أنماط السلوك الخاطئ و الذي يسبب المواقف الضاغطة و ان احداث تغيير او تبديل في سلوك المعلمة من شأنه ان يحقق حلول لمشكلاتها.(نايل العزيز , عبد اللطيف أبو سعد , 2009, ص 69)

2.7 نظرية الضغط كنتيجة لنمط الشخصية :

صاحب هذه النظرية فريدمان و روز مان "friedman and rosenman" هنا بداوة بالشك في هذه الانفعالات و الاتجاه نحو دراسة الشخصية .

ان الشخصية الميالة للتعرض للضغط النفسي هي الشخصية التي تتميز بعادات تفكير و شعور و إجراءات تسهم بالألم و المعاناة و لهذه الشخصية ، ان سلوك نوع (a) هو احدى السلوكيات التي يتم دراستها بشكل مكثف في فعل التوتر النفسي .

حيث يتميز أصحاب النمط (a) بالصراع الدائم لتحقيق الأهداف و القيام بأكثر من عمل في وقت واحد في جو مشحون بعدم الصبر و الانفعال و التهيج و الغضب و العدائية و يكون لديهم منخفض مما يؤدي الى شعورهم بعدم الأمان و يحملون توقعات عالية غير واقعية عن انفسهم و الحياة تبدو لهم و كأنها كفاح و صراع مستمر و هذه كلها تجارب ضاغطة و معززة للمرض و المعاناة .

أي ان سلوك الحياة و نمط الشخصية و كيفية التعامل مع الاحداث اليومية تؤثر على الجسد لان الضغط لا يظهر لوحدة أي عزلة دائماً يكون من خلال العلاقات الاجتماعية ، ومن اجل تقادي الضغط يجب ان نفهم ان علاقتنا مع انما هي علاقة اخذ وعطاء و كيفية تكون استجابتنا جسديا و عقليا للأحداث و ان الضغط هو عملية حركية و شخصية للانسجام مع البيئة (حسين علي ، عبد الله ، 2014 ، ص 40 ، 41)

3.7 نظرية هانز سيلبي hans selye:

يتألف النسق الفكري لنظرية سيلبي في الضغوط بأنها متغير مستقل وهو استجابة لعامل ضابط ، كما يربط بين التقدم او الدفاع ضد الضغط و بين التعرض المستمر المتكرر للضغوط ، وحدد ثلاثة مراحل للدفاع و تسمى مراحل التكيف العام هي :

مرحلة التنبيه: وهنا يسعى الجسم مجاهدا بكل قواه الدفاعية لمواجهة الخطر المحدق به، و محاولة التكيف مع هذا المنبه .

مرحلة المقاومة: و يؤدي التعرض المستمر للضغوط الى اضطراب التوازن الداخلي مما يحدث مزيدا من الافرازات الهرمونية المسببة للاضطرابات العضوية و بالتالي السعي هذا لمحاولة التكيف مع الموقف الضاغط .

مرحلة الاجهاد :

تعرض الفرد لضغوط متعددة لفترة أطول فانه سوف يصل الى نقطة يعجز عن الاستمرار في المقاومة و يدخل في مرحلة الانهاك و يصبح عاجزا عن الاستمرار في المقاومة و يدخل في مرحلة الانهاك و يصبح عاجزا عن التكيف بشكل كامل ،و هنا تنهار كل قواه(الرشيدي ،

(1999 , ص 11)

4.7 نظرية تشارلز سبلي جر tcharles speillenger:

ترتكز نظرية سبلي جر 1979 على ان القلق كمقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط و لقد ميز بين نوعين من القلق : قلق الحالة و قلق السمة ، كما اعتبر ان القلق شقين هما:
 أ . الشق الأول : هو القلق العصابي او القلق المزمن او سمة القلق .

ب . الشق الثاني : و يسمى حالة القلق، او القلق الموضوعي و يربط سبلي جر في نظريته للضغوط بين قلق الحالة و الضغط، لان القلق الحالة يشير الى الظروف الضاغطة وعلى هذا الأساس يربط سبيل جرين الضغط و قلق الحالة ، ويعتبر ان الضغط الناتج عن ضاغط معين مسببا لحالة القلق، و ما يثنيه في علاقة قلق الحالة بالضغط يستبعده علاقة قلق السمة او القلق العصابي الناتج عن الخبرة السابقة بالضغط ، حيث ان الفرد يكون من سمات شخصيته القلق أصلا، كما اهتم كذلك في الاطار المرجعي لنظريته بتجديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة و التي تكون ضاغطة (الرشيدى ، مرجع سابق ، ص 45)

5.7 نظرية موراي :

يعتبر موراي ان مفهوم الحاجة و مفهوم الضغوط مفهومان اساسيان على اعتبار ان مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك و مفهوم الضغط يمثل المجهودات المؤثرة و الجوهرية للسلوك في البيئة و يعرف الضغط بانه صفة لموضوع بيئي او لشخص تيسر او تعوق جهود الفرد للوصول الى هدف معين و يميز موراي بين نوعين من الضغوط هما :

أ . ضغط بيتا beta stress :

ويشير الى دلالة الموضوعات البيئية و الأشخاص كما يدركها الفرد.

ب . ضغط الفا alpha stress و يشير الى خصائص الموضوعات و دلالاتها كما هي ، ويوضح موري ان سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول و يؤكد ان الفرد بخبرته يصل الى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها و يطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة اما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز و الضغط و الحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم الفا . (عثمان , 2010 , ص 48)

6.7 نظرية التقدير المعرفي :

قدم هذه النظرية لازا روس و قد نشأت هذه النظرية نتيجة الاهتمام الكبير بعملية الادراك، و العلاج الحسي الادراكي و التقدير المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث ان تقديركم التهديد ليس مجرد ادراك مبسط لعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط و بذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف ، ويعتمد تقييم الفرد ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها العوامل الشخصية و العوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، و العوامل المتصلة بالموقف نفسه ، وتعرف نظرية التقدير المعرفي "الضغوط" بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين متطلبات الشخصية للفرد ،و يؤدي ذلك الى تقييم التهديد و ادراكه في مرحلتين هما:

. المرحلة الأولى : وهي الخاصة بتحديد و معرفة ان بعض الاحداث هي في حد ذاتها شيء بسبب الضغوط .

. المرحلة الثانية : هي التي يحدد فيها الطرق التي تصلح التغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف

ان ما يعتبر ضاغطا بالنسبة لفرد مالا يعتبر كذلك بالنسبة لفرد اخر و يتوقف ذلك على عوامل ذات صلة بالموقف نفسه قبل نوع التهديد و الحاجة التي تهدد الفرد و أخيرا عوامل البيئة الاجتماعية كالتغير الاجتماعي و متطلبات الوظيفة . (عثمان , 2001 , ص 99 , 100)

7.7 نظرية كانون canon:

ساهم والتر كانون بفكرة هامة وهي التوازن حيث يعمل الفرد على المحافظة على حالة التوازن الداخلي لديه عند تعرضه للضغط حيث عرف الضغط على انه مجموعة من المثيرات الفيزيولوجية و الانفعالية التي تجعل الانسان يتصرف بطريقة ما من اجل استعادة التوازن ، لذلك أي حدث لا تبقى او تحافظ على التوازن الداخلي للفرد يعتبر ضغوطا مؤثرة حيث اعتبر ان الضغط كمؤثر بيئي.

وقد شخص استجابة الفرد للضغط و اسماها للمواجهة او الهروب حيث لاحظ مجموعة من التغيرات فيزيولوجية المترابط التي تحفز الفرد للمواجهة او الهروب من الضغط مثل: تزايد نبضات القلب و زيادة ضغط الدم و اتساع بؤبؤ العين وباختصار يحدث تفاعل معقد بين

الجهاز السيم ثاوي و استثارته و الافراز الهرموني من الغدة الارتياحية عند مواجهة الضغط.
(حسين، عبد الله المساعيد ، 2014 ، ص 38)

خلاصة الفصل :

و في الأخير يمكننا القول ان الضغوط النفسية تعتبر من مشكلات العصر التي تعددت أنواعها و أسبابها و مصادرها فقد شغل موضوع الضغوط النفسية اهتمام الباحثين و المتخصصين في العلوم الإنسانية و الاجتماعية و الطبيعية لما لها من اثار على صحة الانسان النفسية و الجسمية .

و الضغط النفسي قد يكون إيجابيا فيكون بمثابة حافز للإبداع ، كما قد يكون الضغط سلبي و هذا ما يستلزم على كل الافراد باختلاف طبقاتهم خلق استراتيجيات و سبل فعالة للإبقاء على المستوى المناسب و الإيجابي للضغط النفسي .

الفصل الثالث: أنماط الشخصية

-تمهيد

1. الشخصية ومحدداتها
2. مفهوم الشخصية
3. محددات الشخصية
4. النظريات المفسرة للشخصية
5. مفهوم نمط الشخصية
6. الأنماط السلوكية الشخصية (A B C D)
7. النظريات التي فسرت أنماط الشخصية
8. علاقة أنماط الشخصية بالضغوط المهنية.

خلاصة الفصل

تمهيد :

تعتبر الشخصية من أكثر المفاهيم تعقيدا في علم النفس ، فهي تشمل كافة الصفات و الخصائص الجسمية و العقلية و الوجدانية ، في تفاعلها و تكاملها في الفرد و الذي يتفاعل مع العالم المحيط به ، و لهذا تعددت و تباينت الآراء التي تعالج مفهوم الشخصية و طبيعتها و خصائصها و هذا ما سوف نتطرق اليه في هذا الفصل من مفهوم و مكوناتها و محدداتها ، بالإضافة الى التطرق الى اهم عناصر المتمثل في النظريات المفسرة لأنماط الشخصية و التعرف عليها .

1. الشخصية ومحدداتها :**1. مفهوم الشخصية :**

1.1 التعريف اللغوي : الشخصية تشتق من اللغة من الشخص ، كل جسم له ارتفاع وظهور و عند الفلاسفة الذات الواعية لكيانها المستقلة في ارادتها ومنه الشخص الأخلاقي ، وهو ما توفرت فيه صفات تؤهله للمشاركة العقلية و الأخلاقية في مجتمع انساني و الجمع اشخاص و شخوص و الشخصية صفات تميز الشخص عن غيره ، و يقال فلان ذو شخصية قوية ذو صفات متميزة وكيان مستقل . (أحمد عبد اللطيف ابو سعد، 2010، ص10)

2.1 التعريف الاصطلاحي : تهتم بعض التعاريف بوصف الاستعدادات الداخلية و العوامل الخارجية ، التي تتفاعل مع بعضها البعض فتكون الشخصية ومنها ما يؤكد تفاعل العناصر التي تتألف منها الشخصية .

3.1 ومن اهم التعاريف :

تعريف البرت (albert):

" الشخصية هي التنظيم الديناميكي في الفرد، لجميع التكوينات الجسمية والنفسية هذا التنظيم هو الذي يحدد الأساليب الفريدة التي يتوافق بها الشخص مع البيئة " .

تعريف شيلدون (shelden):

فقد ذهب الى قول بوجود ثلاث أنماط أساسية من التكوين الجسمي . النمط الداخلي ، التركيب (الحشوي) و النمط المتوسط التركيبي (العظمي) و النمط الخارجي التركيبي (الجلدي) .

ويعرف ايزنك (eysenk):

ان الشخصية هي التنظيم الثابت المستمر نسبيا لخلق الشخص و مزاجه و عقله و جسده ، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكييفه الفريد مع محيطه .

بيرت bert: فقد عرف الشخصية ، بأنها ذلك النظام الكامل من المليون و الاستعدادات الجسمية و العقلية الثابتة نسبيا ، التي تعد مميزا خاصا للفرد يتحدد بمقتضاها أسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية و الاجتماعية .

وتعرف ليندا دافيد: الشخصية هي تلك الأنماط المستمرة و المتسقة نسبيا من الادراك و التفكير و الإحساس و السلوك التي تبدو لتعطي الناس ذاتيتهم المميزة و الشخصية تكوين متكامل يتضمن الأفكار ، الدوافع ، الانفعالات ، الميول ، الاتجاهات ، و القدرات و الظواهر المتشابهة . (سوسن شاكر مجيد ، 2008 ، ص 21)

تعريف ماكليلاند: D ,Mclelland

الشخصية هي اكثر التصورات الذهنية مؤامة لسلوك الشخص في كل تفاصيله التي يمكن للعالم تقديمها في لحظة ما من الوقت. (الدكتور الحلمي المليحي ، 2001 . ص 20)

يعرف واسطن(Wastre): الشخصية بانها: مجموعة أنواع النشاط التي يمكن ملاحظتها في سلوك الفرد لفترة زمنية كافية، بحيث يمكن التعرف عليه بدرجة كافية وبمعنى اخر، فان الشخصية هي النتاج النهائي لمجموعة العادات التي تميز الفرد. (أبو سعد ، 2010 . ص 8)

اما كاتل Cattell فيرى ان الشخصية هي " التبوؤ سلوك شخص ما في موقف معين وهي تهتم بكل السلوكيات الظاهرية والباطنية للفرد".

كما يعرفها بيرن (Byrn(1966: في كتابه "مقدمة سيكولوجية الشخصية" بقوله " بانها تنسيق بين الاختلافات الفردية المستثمرة نسبيا والتي يمكن قياسها". (ترجمة مصطفى عشوي , 1995 , ص 16)

2. محددات الشخصية:

الشخصية الإنسانية جزء من المجتمع وليست آلة جامدة ولذلك تكون الشخصية عرضة للتغير بناء على البيئة التي يعيش فيها، او الظروف التي يتعرض لها الشخص وقد اتضح من خلال الدراسات العديدة ان الشخصية تتحدد بالعديد من المحددات ولقد ذهب (كلو كهون)،(موري)،(وشيدر) الى ان تكوين الشخصية يمكن النظر اليه في ضوء المحددات التالية:

1.2 المحددات التكوينية البيولوجية:

الناحية البيولوجية في الشخص هي جسمه وام يحتويه من وظائف، وقدرات، والتي اثبتت الدراسات ان جسم الشخص يعكس بعض المحددات على نمط شخصيته، ويتركز انظار الاتجاه البيولوجي في دراسة الشخصية اهتمامهم على مجالات متعددة أهمها:

أولاً: دراسة الوراثة: عن عائشة قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " تخيروا لنطفكم وانكحوا الاكفاء انكحوا اليهم"(ابن ماجه) وهذا يعني ان الشخص المقبل على الزواج عليه ان يحسن اختيار ام الأبناء لان الوراثة لها عامل أساسي في تكوين الشخصية.

الحقيقة ان انصار الوراثة لا يذهبون الى ان الشخصية موروثه، بل يميلون الى القول بانه ليس ثمة مظهر من مظاهر الشخصية يمكن ان يخلو من تأثيرات الوراثة، والتي تحملها الجينات، ومعنى ذلك أيضا انه اذا كانت كل خاصية تتأثر الى حد ما بالجينات فإنها يمكن ان تتأثر أيضا بالظروف البيئية المحيطة مادية او اجتماعية.

وعلى هذا الأساس يمكن القول بان هناك مجموعة كبيرة من العوامل التي يمكن الرجوع اليها في تفسير شخصية معينة، وهذه العوامل تجمع بين العوامل الوراثية والبيئية معا.

ثانيا: دراسة الأجهزة العضوية وعلاقتها وظائفها بأنماط الشخصية: لاشك ان الأعضاء الداخلية في الانسان اذا اشتكى منها عضو المرض كان له الأثر على بقية الأعضاء، وبالتالي تأثر على سلوكه وشخصيته، فعن النعمان بن بشير يقول: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم " ترى المؤمنين في تراحمهم وتوادهم وتعاطفهم كمثل الجسد اذا اشتكى منه عضو تداعى لها سائر الجسد بالسهر والحمى" (البخاري) (سعد رياض , 2005 , ص 17)

قد أشار الرسول المعلم صلى الله عليه وسلم ان القلب في الانسان له عامل أساسي في تكوين شخصية، فعن النعمان بن البشير يقول سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول.....وان في الجسد مضغة اذا صلحت صلح الجسد كله واذا فسدت فسد الجسد كله الا وهي القلب" (المسلم).

ولقد اثبت العلم الحديث تأثير الجهاز العصبي وتكوينه على شخصية الانسان وتحديد سلوكياته، وبالإضافة على الجهاز العصبي المركزي هناك الجهاز العصبي المستقبل، والذي

يختص بالأنشطة اللاإرادية معينة لازمة لاستمرار حياة الكائن ، فهو مثلا الذي ينظم دقات القلب، ويجعلها تستمر في التنفس ونحن نيام، وهو الذي يتحكم في مساحة انسان العين، كرد فعل للضوء الساقط على العين، كما انه هو الذي يتحكم في درجة توصيل الجلد للكهرباء، فيزيدها في حالة الاضطراب او الانفعال او الخطر، ويقللها في حالة السكينة. ويعد الخلل في هذه الأجهزة تغيير في نوع الشخصية وطبيعتها، فهل هي شخصية هادئة ام شخصية ثائرة متوترة؟ وبالتالي تعد هذه الأجهزة من محددات الشخصية الأساسية.

ثالثا: دراسة التكوين البيوكيميائي والغدي للفرد:

وتكشف دراسة الأشخاص الذين يعانون من اختلال في افرازات الغدد عن ادلة قاطعة على وجود تأثيرات واضحة للهرمونات في الشخصية، وقد ذهب البعض الى وضع نظريات خيالية تذهب الى ان الشخصية العادية هي أيضا نتيجة افرازات الغدد الصماء في تحديد الشخصية (لويس برمان)، وقد ذهب الى ان علم دراسة الغدد يلعب دورا رئيسيا في تحديد الشخصية يفوق الدور الذي يلعبه عامل اخر، وقد ذهب أيضا الى ان العصابي والذهني بل والمجرم هم في الحقيقة ضحايا اضطرابات افرازات الغدد، ويمكن علاجهم عن طريق علاج الغدد ذاتها، كما اشر الى إمكانية التحكم في عملية النضج من خلال التحكم في افرازات الغدد الصماء. (رياض،2005، ص 19)

2.2 المحددات الاجتماعية:

ويقصد بها العوامل التي تتوفق على البيئة التي يعيش فيها الفرد، ونميز فيها بين مجموعتين من العوامل:

المجموعة الأولى: وتتعلق بالظروف الاجتماعية داخل البيت وهي ذات قيمة كبيرة على شخصية الفرد، ويمكن ان نميز في هذه المجموعة أربعة عوامل وهي:

الحالة الاقتصادية للأسرة: وتعتبر الحالة من هذا الجانب طبيعة اذا كان مستوى الاسرة الاقتصادي فوق خط الحاجة والعجز، بحيث تكون مواردها كافية لسد حاجاتها الأساسية من غذاء وكساء ومأوى ورعاية صحية وتعليم.

الظرف المنزلي الطبيعي: وهي ان تكون الاسرة مكونة من اب وام وأولادها المنجبين من زوجهما، ويعيشون جميعا في بيت واحد وفي حالة اخلال هذا الوضع لسبب من الأسباب اعتبرت الظروف غير طبيعية، كان يشرف على الأطفال زوجة الاب او زوج الام او احد القارب، او يعيشون في دار الحضانة.

المعاملة العائلية: وهي الطريقة التي سلكها الوالدان في المنزل في معاملة ابنائهما فقد يكون أسلوبا يتسم بالتسامح والتساهل، او يتميز بالعنف والتعنف، او جامعين الاثنين بطريقة متناقضة.

صلاحية افراد الاسرة للتربية: اذا ان وجود افراد اسرة منحرفين او شاذين سيؤثر سلبيا على تربية الأولاد.

ان المؤسسات الاجتماعية التي تحيط بالشخص تأثر بلا شك في شخصيته، فالأسرة التي نشأ بينهما والمدرسة التي تعلم فيها وعلاقته بالمؤسسة الدينية ثم مهنته الى غير ذلك على ان الاسرة كأحد المحددات الاجتماعية، هي اقوى سلاح يستخدمه المجتمع في عملية التطبيع الاجتماعي.

3.2 المحددات الثقافية:

ان الثقافة لها تأثير واضح جدا في نمو الشخصية، فالبيئة الثقافية او الحضارة تذيب من البيئة، ويعتبرها البعض العامل الأساسي في تشكيل الشخصية بالمعنى الدقيق، وان الشخصية لا يمكن عزلها عن الاطار الحضاري الذي نشأ فيه ويعني بالثقافة مجموعة المعايير والقيم ومعايير السلوك التي تترجم حياة الجماعة، وكلها لها أهميتها في التشبيه الاجتماعية او التطبيق الاجتماعي للفرد، وان ذهنه الثقافة مكتسبة تنتقل من جيل لآخر ومن عضو لآخر، وعليه فالشخصية الإنسانية هي تنظيم الفرد لأفكاره وأعماله واتجاهاته في العمل في ضوء المعايير الاجتماعية والاطار الثقافي الذي يعيش فيه. (زينب محمود شقير ,

2005 , ص 97)

4.2 المحددات الجغرافية:

يتغاضى كثير من الباحثين عن العوامل والمحددات الجغرافية في تشكيل الشخصية من المشاهد المعروفة ان أسلوب حياة الجماعة بأسرها يتأثر لكونها تعيش في الصحراء، او في

المناطق الجبلية او في منطقة معتدلة المناخ، او انها تعيش في ارض قاحلة، تضطها الى العمل المتواصل، هذه العوامل ذات اثر في شخصية الجماعة باسرها وفي شخصيات الافراد التي تتكون منهم هذه الجماعة. (عبد اللطيف 2010 , ص 23)

5.2 المحددات الدينية:

يحتاج الانسان دائما ان يكون له اله يؤمن به ويعبده، فعلى مر العصور وجد ان الانسان كان يبحث عن من يعبده فيعبد الحجر ويعبد النار والشمس وان لم يجد شيء مادي ولم يهدي الى اله الا له الصحيح عبد هواه ومن حكمة الله ان ارسل الينا رسلا مبشرين ومنذرين يحمل رسالة واحدة وهي رسالة التوحيد حيث يقول الله تعالى " ان الدين عند الله الإسلام" (ال عمران-19) وهذه الرسالة الهدف منها اخراج الناس من الظلمات الى النور ولكن قام البعض بتحريفها او تغيير مالا ينفع مع هواه وجعلوا الا له الواحد ثلاث او جعل الله ابن وشريك.

وتعد المشكلة في تكوين الشخصية ان يكون الانسان معتنقا دينا ما ولا يلتزم بمبادئه فتصبح شخصيته شخصية هشة غير محددة المعالم وليس لها قيم ثابتة وتكون سهلة الانحراف والاضطرابات ويسمى بهذه الحالة التدين المرضي، اما التدين الصحيح فله مظاهره. (رياض , 2005 , ص 25)

3. النظريات المفسرة للشخصية:

1.3 نظرية التحليل النفسي:

- تناولت هذه النظرية كباقي النظريات جانب الانسان النفسي، حتى نفهم النظرية يجب ان نعرف الأرضية العائلية لفرويدي حيث ولد في النمسا وله ثلاثة ذكور وخمسة اناث ، وتخرج طبيباً وركز حياته من اجل تطوير نظرية التحليل النفسي حيث عانا من اضطرابات جسدية نفسية بسبب الخوف من الموت وحاول دراسة أسباب تسلط والده عليه ودرس طفولته كما كان يستدعي المشاعر الجنسية لوالدته ليشكل والتي تعتبر جزء من احداث حياته استخدم العلاج الكهربائي والتتويم المغناطيسي وتأثر على الطبيعة الديناميات وبفضل جهوده اكتشف انه من الممكن تطبيق الديناميات (الطاقة ومحركاتها وتغييرتها في الشخصية) ودرس تفسير الاحلام وأشار الى ان زلات اللسان ترجع بواعث لا شعورية.

- سلط فرويد الضوء على العوامل النفسية المحركة و التي تحفز السلوك و ركز على دور اللاشعور و طور أول إجراءات في العلاج النفسي من أجل فهم و تعديل التركيبة الأساسية لشخصية الفرد و النظرية تنظر الى الفرد على أنه شهواني و عد وانب و مع ذلك فهي مهمة لأي عمل إرشاد نفسي و التي تتضمن إجراءات من عملية التحليل النفسي (التداعي الحر ، و التنفس الانفعالي) أي فن دراسة العقل الباطن و قال بأن

الإنسان غير مخير و أنه ليس خيرا أو شريرا و أن السلوك البشري محكوم يقرى و دوافع لا شعورية. (الرقاد , 2018 , ص51).

2.3 نظرية السمات : مؤسس هذه الطريقة هو عالم النفس الأمريكي ريموند كاتل في الثلاثينات من القرن العشرين جمع هو و زملائه ما يقارب ثمانية آلاف كلمة تهتم في وصف الناس ومن ثم قام بحذف العديد من هذه الكلمات و الألفاظ ببعضها البعض لتدل على سمة معينة أو صفة عامة : تمكن (كاتل) من تحديد ست عشرة مجموعة وضعت لها عناوين و تعرف هذه الخصائص الست عشرة بالسمات المصدرية , و هي مستقرة نسبيا مدى الحياة , أما السمات الظاهرية (السطحية) فهي تأخذ الجانب الآخر من السمة المصدرية استطاع كاتل أن يطور العديد من قوائم (اختبارات) التقرير لتمييز الشخصيات عن بعض الأفراد و تصنيف درجة بعض السمات , فهي نظرية استطاعت أن تقيس جوانب من الشخصية و تقديم وصف لها اعتمادا على ما تعطيه درجات القوائم ' اختبارات التي تم تطبيقها و ساعدت أيضا في تفسير السلوك و التنبؤ به. (لطفي , 2014 , ص54)

4. نظرية التعلم السلوكية : تلتقي نظريات التعلم مع نظرية التحليل النفسي في تأكدها على أهمية مرحلة الطفولة و اكتساب الخبرات التي تشكل السلوك و الشخصية وضوحها و لكن تنطلق نظرية التحليل النفسي من فرضيات تختلف تمام عما تنطلق منه نظريات التعلم تستخدم المناهج العلمية التجريبية الصارمة فأحيانا يدرسون الحيوانات في المعمل و ذلك بهدف استبصار بالعمليات الأساسية في الشخصية ,

أنهم يؤكدون على مبادئ التعلم و الظروف البيئية فتأكيدهم على البيئة و رفضهم الجانب الوراثة و إهمال الجانب التكويني و بناء الشخصية إخضاعه للتجربة و الملاحظة , و لا يمكن الوثوق به كمصدر من مصادر العلم فهو يركز على حقائق التي تأتي عن طريق التجارب الموضوعية و إما كانت السلوكية تهمل بعض المصادر المهمة من الدراسة الإنسانية للشخصية , فإنها عدت نقطة ضعف أساسية لا يمكن التقليل منها و مع ذلك فإن المدرسة السلوكية رغم إهمالها لبعض الحقائق غير الملموسة في سلوك الإنسان إلا أنها أرست بطرق بحثها الموضوعي علمية أسسا قوية في البحث و الكشف عن الكثير من الظواهر التي تدرسها النظريات الأخرى. (لطفى , 2014 , ص 81)

5. تعريف نمط الشخصية :

تعددت تعريفات علماء النفس للشخصية و تختلف تعريفاتهم للأنماط تبعا لاختلاف نظرتهم إلى الشخصية , و يورد الباحث فيما يلي تعريفات الأنماط لعلماء النفس الذين اهتمت نظرياتهم العاملة في الشخصية .

فيرى كاتل أن " السمة تمثل مجموعة ردود أفعال أو الاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابة أن توضع تحت اسم واحد , و معالجتها بالطريقة ذاتها في معظم الأحوال " . و السمة عنده كذلك " جانب ثابت نسبيا من خصائص الشخصية , و

هي بعد عاملي يستخرج بواسطة التحليل العالمي للاختبارات أي الفروق بين الأفراد , و هي عكس الحالة .

اما جيل فورد فيري ان "السمة هي أي جانب يمكن بتمييزه و ذو دوام نسبي وعلى أساسه يختلف الفرد عن غيره".

ويعرف " ايزنك" الأنماط بأنها " مجموعة" من الأفعال السلوكية التي تتغير معا وتعد الأنماط

هذه مفاهيم نظرية اكثر منها وحدات حسية. (محمد أحمد مصطفى , 2011 , ص 23)

تعريف شاجر: سمة الشخصية تكون طريقة عامة في ادراك مجموعة من المواقف او الاستجابة.

التعريف في معجم دريفير: السمة خاصة فردية في الفكر والمشاعر او الفعل، وراثية او مكتسبة.

ويرى عيسوي انه يمكن القول بان النمط هو سمة عامة او سمة غالبية، او ائتلاف معين من عدة سمات، فالأسلوب النمط يعد امتداد تفكير المستخدم في أسلوب السمة، فعلى حين يمكن ان تغزي عدة سمات الى شخص واحد، ونقول بانه يتصف بهذه السمة، او تلك بمجموعة من السمات، فانه في أسلوب النمط يمكن تبني خطة اجمالية أوسع، او اكثر توحدا الا وهي خطة التصنيف او الوضع في الخانات، فالفرد قد يتصف باعتباره ينتمي الى نمط ما حسب مجموعة السمات التي يكشف عنها. (العيسوي، 1983 , ص 294)

ويعرفه يونغ **yeng**: نمط الشخصية بأنه عدد من الأنظمة المنفصلة والمتفاعلة ولاتي يعتمد بعضها على البعض الآخر.

ووضع ريسو Riso: تعريفا لنمط الشخصية بأنه " تعبير مجازي عن مخلف العمليات النفسية النشطة في داخلنا التي يشترك بها من الأفكار دون غيرهم وتعكس التفاعل الدينامي بين مراكز بناء الشخصية الثلاثة- المشاعر- التفكير، والغريزة اما كولتر وآخرون : فعرفوه بأنه" تصنيف للأفراد وفقا لسمات بارزة او سمات متماثلة كوصف الناس انبساطين، او انطوائيين على وفق اهتمامهم او على وفق نظرة الناس اليهم". (منتهى مطرش عبد الصاحب , 2011 . ص 24)

6. الأنماط السلوكية للشخصية:(A.B.C.D):

يظهر من خلال ما تراكم في الأدبيات الخاصة بتناول الشخصية ان اشهر الإتجاهات و أكثرها تداولاً في هذا المجال هو اتجاه النمط، والفكرة القائلة بأنه يمكن تصنيف الأفراد في عدد محدد من الأنماط فكرة قديمة، بدأت بمحاولة تصنيف الناس الى أنماط جسدية تجمع بين الخصائص السيكولوجية و الخصائص الجسمية في تركيب الشخصية وتغيير الفروق بينهم على هذا الاساس، و انتهت فكرة تصنيفهم الى انماط سلوكية معينة انطلاقاً من نوع الخصائص السلوكية والمزاجية التي يتكون منها كل نمط.

ولقد تكونت هذه النظرية من اربع أنماط هما كالتالي:

1.5 النمط "أ" type A:

قام كل من فريدمان ورو زلمان سنة 1959 بوصف نمط معرفي وسلوكي يمكن اعتباره مسؤولاً عن استجابة مفرطة اراء المواقف المجهدة، تمت تسميته النمط "أ".

يعرفه فريد مان و الأمر بأنه أكثر من كفاح متواصل و هو محاولة متواصلة لإتمام أو إنجاز أشياء أكثر , و محاولة للمشاركة في أحداث أكثر و في أقل وقت ممكن و يحاول مواجهة المعارضة الحقيقية أو المتخيلة من الأشخاص الآخرين معارضة متواصلة , و هو نمط يجب السيطرة نتيجة شعوره بعدم الأمان الخفي و الذي يعبر عنه بواسطة العدوانية تجاه الآخرين.

و يعرفه روز نمان بأنه مركب فعلي انفعالي يستخدمه الأفراد لمواجهة تحديات محيطهم , يتضمن هذا المركب مظاهر سلوكية كالعدوانية , التنافسية الاستعجال و سلوكات خاصة كالتوتر العضلي , حس الطوارئ , الكلام السريع , صوت قوي , وتيرة سريعة في الأنشطة , استجابات انفعالية كسرعة الاستشارة و سهولتها , عدائية مضمرة , ميل فوق المتوسط للغضب.

ويصفه كل من باتي و لإسار (2002) بالصفات التالية :

- منظم مركب , فعال في عمله
- في حاجة لتحقيق ذاته و التفوق عليها

- متحكم في ذاته وواثق من جدارته , مستعد للعمل وحيدا إذا ما إقتضت الظروف ذلك.

- مثابر لا يعترف بالهزيمة

- يهمل تعبته و يقلل من شأن ألامه , و يرفض فكرة إحساسه بالمرض , فإذا ما حذرته من سخر منك في اعماقه.

- يحب المنافسة فاذا لم يجد من ينافسه ينافس ذاته.

- يميل لانجاز اعمال اكثر فاكثر في وقت اقل فاقل.

- طموح متعدد الأهداف , يحب الترقيات و تقلد المسؤوليات .

- عدواني يمارس عدائيته في مختلف المجالات و احدى مظاهرها تتجلى في رغبته الشديدة في المنافسة و السيطرة .

- استجاباته خارجية يستعمل فيها ايماءات وجهه و حركات جسمه .

يميل لاستخدام آليات المقاومة التالية :

- كبت الانفعالات الشاقة

- الانكار

وكشفت دراسات علماء أمثال تيلور و كابلان و زملائه عن وجود ثلاثة مكونات رئيسية لهذا النمط وهي :

- التنافس و الرغبة القوية للإنجاز .
- نفاذ الصبر و اللاحاح الوقت .
- العداء و العدوانية . (بن زروال، 2007، ص 221)

2.5 النمط "ب" type b : يرتبط ظهور هنا النمط بالنمط "أ" ، حيث اطلق روز نمان وفريدمان على الأشخاص الذين لا يملكون خصائص النمط "أ" اسم النمط "ب" يتميزون عموما بانهم اكثر صبرا و اقل تنافسية و اقل عدوانية .

ويشير كابلان الى انه اذا كان النمط "أ" قد استدعي اهتمام البحوث و الدراسات فان النمط "ب" لم يحظ بنفس القدر من الاهتمام ، و يمثل هذا الأخير فئة تتميز بغياب سمات النمط "أ" خاصة الشعور بالضغط الوقت و العدائية، فلدى هؤلاء قدرة جيدة على الاستمتاع و الاسترخاء دون الشعور بالذنب، ويصفهم العتيبي 2003 بانهم يتميزون ب:

. الصبر .

. الواقعية في أعمالهم اكثر من ذوي النمط "أ" .

. الثقة و الهدوء و العمل باعتدال في إيقاع منظم .

. عدم الحساسية تجاه انجاز الاعمال تحت أي ظرف .

. غير منشغلي البال بما يحاولون إنجازه او تحقيقه .

. لا يستثرون او يتهيجون

. يميلون للتمتع و الاسترخاء .

. غير متوترين و غير متنافسين.

. يتطلعون الى النجاح لكن بدرجة اقل من ذوي النمط "أ" .

كما يورد hall 2000 الخصائص التالية :

. اقل تنافسية، فهم لا يعتبرون المنافسة هدافا ولا يقارنون انفسهم بالآخرين .

. اقل عدائية ، حيث تغيب لديهم العدوانية اللفظية و السلوكية و يكون سلوكهم تجنبيا تجاه

المواقف المجهدة بشكل منطقي .

. اقل شعورا بالاحاح الوقت فلا يشعرون بانهم في سباق مع الزمن، فهم اكثر هدوء و

استرخاء.

. اقل دافعية للإنجاز ، فمقارنة من النمط "أ" لا يشكل هذا الدافع حاجسا لديهم بل يحققون ما

يناسب قدراتهم من إنجازات . (بن زروال، 2007، ص 226).

جدول رقم (01) يمثل الفرق بين نمط الشخصية "أ" و نمط الشخصية "ب":

نمط الشخصية "أ"	نمط الشخصية "ب"
مستعجل دائما .	ليس في عجلة من امره دائما
يمشي بسرعة	متأن في مشيته
يأكل بسرعة	يستمتع بالوقت دون الإحساس بالذنب
غير صبور بسبب ضياع الوقت	صابور ولا يؤنب نفسه كثيرا على ضياع الوقت
يعمل شيئين في ان واحد	ليس لديه مواعيد نهائية لانجاز الاعمال
لا يتمتع بوقت الفراغ	يلعب من اجل المتعة وليس من اجل المكسب
مشغول بالأرقام	ذو أسلوب لطيف في الحياة
يقيس النجاح بالكمية	لا يهتم بالوقت

شديد وعنيف	
منافس	
يشعر دائما انه تحت ضغط الوقت	

(عبد الحميد عبد الفتاح المغربي , 2009 , ص 166)

3.5 النمط "ج" type c :

يعرف نمط السلوك "ج" على انه نمط للتوافق مع الوضعيات الصراعية الضاغطة يتميز بكبح الإنفعالات و الشعور بالعجز المرتبط بفقدان الأمل و باليأس.

ولقد تطورت ثيموشوك البحث في مجال نمط السلوك "ج" واقترحت تعريفا له ينص ينص على انه نمط سلوكي معرفي للتوافق مع وضعيات اجتماعية ضاغطة مليئة بالصراع ومهددة بالفقدان، يتميز صاحبه بالتأرجح بين التكيف العالي المبالغ فيه كما يتميز أيضا بالعجز المرتبط.

ولهذا فإن الفرد ذو نمط السلوك "ج" يبدو لطيفا هادئا متعاوننا مظهرا لرباطة الجأش وعدم التأثير الانفعالي في حالة التنافس والمواجهة مع الآخرين.

يحترم السلطة والقوانين امتثالي وخاضع وغير معبر عن انفعالاته.

ومن الخصائص التركيبية للنمط "ج":

- المدركات و المعارف الاكتئابية المرتبطة بوضعيات ومواقف الضغط بشكل خاص.
- الشعور بنوع من الاحباط و اليأس جراء أدراكه لعدم قدرته وعجزه
- العجز عن التعبير عن الغضب وتفرغ التوتر
- الميل للموافقة و الانصياع
- لا يفصح عما يشعر به من انفعالات.
- صبور قادر على الانتظار وتقبل ضغط الوقت
- هادئ (فاطمة الزهراء زروق، 2015، ص 72).

4.5 النمط (د) "D"

ظهر هذا النمط بعد الدراسات المتتالية التي قام بها دينو ليه وزملائه خلال العشر سنوات الأخيرة للبحث في دور الشخصية كعامل منبئ بالإصابة بالاضطرابات القلبية.

فيرى دينوليه (Denollet) ان نمط الشخصية "د" يتعلق بالأفراد اللذين يظهرون مستويات عالية من الانفعالات السلبية الى جانب مستويات عالية أيضا من الكف الاجتماعي في التعبير عن المشاعر السلبية في المواقف و التفاعلات الاجتماعية.

وقد صنف دينوليه نمط الشخصية "د" كعامل من عوامل الخطورة على صحة الأفراد.

ويصف كارلسن وزملائه (karlsson et all 2007) نمط الشخصية "د" كعامل من عوامل الخطورة المؤدية بالاضطرابات القلبية لما له من خصائص نفسية اجتماعية تؤثر على النشاط القلبي الوعائي.

ومن خصائص التركيبية لنمط "د" D:

- الاحساس بالكرب والهم الفسيين كالعزلة الاجتماعية و الاكتئاب و القلق.
 - الشعور بالتعب و الانهاك.
 - الانفعالية السلبية
 - تجنب ردود الافعال من خلال تبني استراتيجية الانسحاب الاجتماعي.
 - توقع ردود أفعال غير مريحة من طرف الآخرين كالرفض و النقد)
- (الزروق، 2015، ص77.78).

7. النظريات التي فسرت أنماط الشخصية :

هناك عدة نظريات فسرت أنماط الشخصية أهمها :

1.6 الأنماط عند أبقرات : يرى أبقرات (400ق.م) ان الامزجة تعود الى أربعة أنماط و قد اعتمد هذا التصنيف على العناصر التي يتكون منها الجسم الإنساني و الاختلاطات التي تتكون ضمنه و الأنماط الاربعة كما يراها هي :

المزاج الصفراوي (the samgime tcmperment) : و يظهر الشخص مع هذا المزاج نشطا وسريعا و سهل الاستثارة من غير عمق او طول مدة ، وهو اميل الى الضعف من ناحية المثابرة و الدأب.

المزاج الصفراوي (the choleric tcmperment): و هو المزاج الذي يغلب عليه التسرع وقلة السرور و شدة الانفعال .

المزاج السوداوي (the melanholic tcmperment): و هو المزاج الذي يغلب عليه الاكتئاب و الحزن.

المزاج البلغمي (the ghematic temperment): و صاحب هذا المزاج متبلد وبطيء و ضعيف الانفعال و عديم الاكتراث أحيانا.

و تعود هذه الأنماط الأربعة الى غلبة واحد من اخلاط الجسد الأربعة وهي :

الدم الصفراء و السوداء و البلغم الا ان أبقرط يضيف الى ذلك قوله (الانسان السوي السليم هو الذي تمتزج عنده هذه الامزجة الأربعة بنسب متفاوتة) و قد بقى هذا التصنيف مقبولا في أوروبا خلال العصور الوسطى وترك اثاره في بعض الكتابات الأدبية .

2.6 الأنماط عند يونغ : ظهر يونغ (1922) تصنيف اطلق عليه الثنائي و كان من أوسع اشكال التصنيف الحديثة انتشارا و تأثيرا لدى العاملين في هذا الحقل او المتتبعين له حيث يرى يونغ ان هناك نمطين رئيسين للشخصية : احدهما المنطلق او المنبسط و الثنائي

المنطوي او المنكمش و يكون الاتجاه الرئيسي للأول نحو العالم الخارجي بينما يكون التركيز الرئيسي الثاني حول ذات الشخص و داخله ، يتميز المنطلق الاختلاط ، و المرح ، وكثرة الحديث ، وسهولة التعبير وحب الظهور ، بينما يتميز الثاني بالحساسية و العوز و التأمل الذاتي و الانكماش و الميل الى العزلة ، وقلة الحديث ان الاختلافات الأساسية بين النمطين كما ذكرها يونغ تشير الى عدة من الجوانب.

ومن هنا يرى يونغ ان المنطلق يعمل بتأثير واقع موضوعية بينما يأثر المنطوي بعناصر اميل الى ان تكون ذاتية تأملية، وسلوك اول يوجه شعور بالضرورة والحاجة بينما يسير السلوك الثاني على قواعد ومبادئ عامة وهذا يدل على ان الأول اقوى على التكيف ببسر، بينما يعاني الثاني التقصير من هذه الناحية والعصاب الغالب في الاول هو الهستيريا، اما الغالب على الثاني فالقلق والوسواس المتسلط، على ان الحكم العام بالنسبة للنمطين يدعوا الى القول عن المنطلق انه رجل عمل واجراء، بينما يقال الثاني انه رجل تأمل ومناقشة. فبحسب تصنيف يونغ لكل من هذه الاشكال صفاته وكذلك للشكل اللاعقلاني يضاف الى ذلك ان اللاعقلاني على اشكال في النمطين ولكل صفاته وفيما يلي بيان تفصيلي بهذه الاشكال:

1.2.6 المنطلق (المنبسط): متجه عام نحو العالم الخارجي:

- المنطلق اللاعقلاني:

أ- التفكير: يهتم بالواقع والتصنيف المنطقي ، والحقيقة العلمية.

ب/- الشعور الانفعالي: لديه نزوع نحو التناسق مع العالم ويتمتع بصلات حارة مع الآخرين.

- العقلاني:

الإحساس: يتجه نحو المصادر الاجتماعية والمادية للذة والالام، ونحو طلبت الآخرين.

الحدس: مستجيب للتغيير يصدر الاحكام على الآخرين بسرعة مغامر، مقامر.

- المنطوي: يتجه بشكل عام نحو الذات والأمور الخاصة.

أ/- التفكير: نظري، تأملي يدور حول الأفكار، غير علمي.

ب/- الشعور الانفعالي: لديه نزوع نحو التناسق الداخلي ومشغل بأحلامه الخاصة ومشاعره.

- المنطوي اللاعقلاني:

أ/- الإحساس: يتجه نحو اكفاء الخبرة الحسية.

ب/- الحدس: يتجه نحو التأمل الذاتي ومهتم بالطقوس. (حمزة، حسين،

2013، ص.18، 19)

جدول رقم (02) يمثل الفرق بين النمطين المنبسط والمنطوي بالنسبة ليونغ

النمط المنبسط	النمط المنطوي
1/ يتأثر سلوكه بالأمر التي تأتيه من البيئة الخارجية بالدرجة الأولى.	1/ تؤدي دوافعه الذاتية أهم دور في توجيه سلوكه في الحياة.
2/ يراعي دائما في سلوكه ظروف البيئة التي يعيش فيها.	2/ يخضع أعماله لمبادئ شخصية دون أم يهتم بأقوال المجتمع.
3/ لا يعتني كثيرا بصحته ولا يهتم كثيرا بما قد يصيبه من أمراض.	3/ مسرف في ملاحظة حالته الصحية ومعالجته أمراضه.
4/ يستطيع أن يعتقد الصداقات الجديدة وأن يتكيف مع المشكلات الطارئة بسهولة.	4/ يصعب عليه التكيف حين يدخل إلى مجتمع جديد وقد يظل منعزلا لفترة طويلة.
5/ إذا عجز عن التكيف لجأ إلى التعويض العلمي النشط ليغطي عجزه بإظهار مواهبه.	5/ حين يعجز عن الكلام يسبح في أحلام اليقظة والاهام.
6/ المرض النفسي الذي يتعرض له أكثر من غيره هو الهستيريا (مثلا : هستيريا التعاضم).	6/ المرض النفسي الذي يتعرض له خاصة هو الوسواس.

(عبد الحميد عبد الفتاح، المغربي 2009، ص18)

3.6 الأنماط عند سيغموند فرويد:

قسم سيغموند فرويد (1856-1939) أنماط الشخصية الى ستة لنماط نوجزها بالاتي:

- النمط النرجسي:

وهذا النمط م الناس يرفعن الخضوع للآخرين وتسيطر (اناه) على تصرفاته ، ويكون هاجسه الوحيد هو الحافظ على(اناه) ولا يعاني من الصراع بين الانا والانا الأعلى وهو غير خاضع او تابع للآخرين.

- النمط الوسواسي :

ويتميز بسيطرة الانا الأعلى ولذلك يخشى فقدان ضميره وقيمه واخلاقه، ولا يخشى فقدان الآخرين، لذلك فهو يعاني من تعبئة نحو ذاته وانه الأعلى التي تخوض صراعا عنيفا مع الانا.

ويتميز بسيطرة الانا الأعلى ولذلك يخشى فقدان ضميره وقيمه واخلاقه، ولا يخشى فقدان الآخرين، لذلك فهو يعاني من تعبئة نحو ذاته وانه الأعلى التي تخوض صراعا عنيفا مع الانا.

- النمط الشهواني:

ويكون خاضعا " للهو"، أي لرغابته ونزواته، وسياق وراءها كما يكون الليبدو (الطاقة الجنسية)، لديه موجهها نحو الجنس، لذا فان اهتماماته ورغباته تتجه نحو ان يكون محبوبا وان يحب وهو يعيش هاجس الخوف من فقدان المحبة للآخرين له، مما يجعله مترددا وخائفا من اتخاذ القرار، كم يكون خاضعا وتابعا للأشخاص اللذين يحبهم.

- النمط النرجسي الوسواسي:

ويتميز صاحبه بنشاطه وفدرته على حماية (الانا) لديه من تأثير (الانا الأعلى) وذلك بسبب نر جيشه ويكون لديه ميل لإخضاع الآخرين لا رائه ومعتقداته الخاصة، ولدى هذا النمط من الناس متغيرات كثيرة ومتعددة، وذلك بحسب هيمنة النرجسية او الوسواس، وبحسب مرحلة الطفولة التي ينكص اليها وغالبا ما يتميز بهذا النمط المبدعون في مختلف الميادين الثقافية.

- النمط الشهواني الوسواسي:

يخوض هذا الشخص نوعين من الصراع في ان واحد فهو يخوض صراع ناجما عن التعارض بين (الانا و الانا الأعلى) وصراع اخر (الانا والهو) وبذلك تكون الانا في هذه الحالة معرضة لأقصى أنواع الضغوط التي يتميز بها الشخص بتبعيته للآخرين اللذين يحبهم في الوقت الحاضر، وهو شديد الوفاء لأهله.

- النمط النرجسي الشهواني:

ويتميز هذا الشخص بأنه يجمع خصائص كل من النمطين النرجسي والشهواني اذ يجد كل من السلوكين الآخر وهذا النمط اكثر انتشارا ويكون الصراع لديه بين (الهو) و(الانا) المرضية المتضخمة المميزة للنرجسية. (منتهى مطرش عبد الصاحب، 2011، ص42)

4.6 الأنماط عند ايزنك: تعد نظرية العالم البريطاني ايزنك (Exsent 1916) والتي اطلق عليها نظرية العوامل الثلاث من النظريات والتي اعتمدت على الإحصاء المعقدة في وصف الشخصية وتوصل الى وجود ثلاثة ابعاد رئيسية للشخصية هي:

البعد الأول: العصابية- اللاعصابية : ويميل الافراد الذين يقعون في طرف العصابية الى الشعور بالقلق ويثارون بسهولة وقد يتعرضون الى الارق والصداع وفقدان الشهية والاضطرابات النفسية في حالة تكرار الظروف الضاغطة، والعصابية هنا ليست الاعصاب بل الاستعداد للإصابة به.

البعد الثاني: الذهانية- واللاذهانية: ويتميز الافراد الذهانيون بسمات الوقاحة والعدوانية والغربة في السلوك ورفض العادات والتقاليد الاجتماعية وهم اقل طلاقة من الناحية اللغوية، كما ان ذاكرتهم اضعف وتركيزهم اقل وبطيئون جدا في الاعمال العقلية والادراكية وقليلو الحركة وعلى ضد هذه الصفات نجدها عند اللاذهانيين.

البعد الثالث: الانطواء - الانبساط:

- **المنطوي:** يميل الانطوائيون الى الهدوء والتحسب والتحفظ والانعزال وتجنب الاثارة والانغماس مع الاخرين ومتأملون ومغرمون بالكتب يميلون الى التشاؤم لا يفعلون بسهولة.

- **المنبسط:** يميل الانبساطيون الى النزع الاجتماعية والانفتاحية وصحبة الاخرين والاثارة ولا يحبون القراءة والدراسة بصورة منفردة. (منتهى مطرش، 2011، ص48)

5.6 نظرية سبر انجر: قسم سبرانجر أنماط الناس بحسب قيمهم الي الأنماط التالية :

- **النمط النظري :** ويمثل الشخص الذي يتميز بنظرة موضوعية نقدية ومعرفية تنظيمية ويسعى وراء القوانين التحكم الأشياء بقصد معرفتها والتحكم فيها .

- **النمط الاقتصادي :** ويشير الى الشخص الذي يتميز بنظرة عملية لقيم الأشياء تبعا لمنفعتها ويهدف الى الحصول على الثروة وزيادتها عن طريق الإنتاج الاستثمار .

- **النمط الاجتماعي :** يشير الى الشخص الذي يتميز بالميل الى حب الناس ومساعدتهم كهدف في حد ذاته وليس كوسائل لأهداف الأخرى .النمط الإجمالي

- **النمط الإجمالي :** ويتميز بتبني الحق والعدل وجماليات ، كما يهتم الفرد في هذا الصدد بكل ما هو جميل من ناحية الشكل والتوافق او التنسيق .

- **النمط السياسي :** يمثل الشخص الذي يتميز بالنفوذ والقوة وحب السيطرة والتحكم في الأشياء او الأشخاص والقدرة على توجيهه غيره و التحكم في مصيره .

- **النمط الديني** : يشير الى الشخص الذي يتميز الى معرفة ما وراء العالم الظاهري.
(المغربي، 2009، ص19)

6.6 الأنماط عند شلدون: يقول (شلدون shelden 1942) في نظريته ان كل نمط من أنماط الشخصية يقابل تركيبا جسيما معين وهو في هذا التصنيف يعود الى تركيب الجسم وما يغلب عليه من حيث الوزن، ونمو العضلات والطول وما يتصل بها، ليقول في النهاية بوجود ثلاث اشكال من التركيب ثم ينتهي من بحثه الى القول بوجود أنماط للشخصية تقابل اشكال تركيب الجسم الثلاثة.

وحيث تسمية هذه الأنماط نجده يشتق الأسماء من الذروع البادي فيها الى حاجات الطعام في التركيب الأول والحركة والنشاط في الثاني وعمل الدماغ في الثالث هذه الأنماط الثلاثة هي الآتية:

- **النمط البطي** : ويتصف افراد هذا النمط بسمنة البطن واستدارة الجسم ويتميزون بالمرح وبالبساطة الروح الاجتماعية

- **النمط النحيل:** تصف افراد هذا النمط بالنعافة والميل الى العزلة وسيطر عليهم العقل البشري .

- **النمط العضلي** : ويتصف افراد هذا النمط بالقوة البدنية والعضلات والقدرة على بذل طاقات كبيرة ، ويتميزون بحب السيطرة وروح القوة والاندفاع . (المغربي، 2009، ص17)

8. علاقة أنماط الشخصية بالضغط المهنية:

تلعب خصائص الفرد وشخصيته دورا مهما في تحديد معاناته وردود فعله نحو الضغط المهني، ومن ثم فإن افراد لا يستجيبون بنفس الطريقة للمؤثرات ومواقف الضغط، ويمكن حصر العلاقة بين مصادر الشخصية وعلاقتها بالضغط المهنية في ما يلي:

1.7 ادراك الفرد للضغط: يمكن لأي حدث سواء كان من موقف بيئية غير محددة او من احداث الضغط البارزة او مجرد ضغط عادي، ان يصبح ضغط كبير او صغير طبقا لإدراك الفرد له، فقد وجد لازاروس وفو لكان (Folkman, Lazarus) ان ادراك الفرد الإيجابي او السلبي لأحداث الضغط من المحددات الهامة للصحة النفسية فالأحداث التي يتعرض لها الفرد قد تزيد من ثقته ومهاراته في التعامل مع الاحداث المستقبلية بالنسبة لشخص ما، وقد تكون ضاغطة وذات تحدي بالنسبة لشخص اخر.

كما اثبتت الدراسات ان هناك افراد، بطبيعة شخصياتهم، لديهم ميل للإصابة بالأمراض، ومن ابرز سمات هذه الشخصية: الإحباط، سرعة الغضب، القلق، العداوة للآخرين ولقد أشار كل من لود سلاجر ورتب (loudenslager, rite, 1984) الى ان الادراك النسبي لأحداث الضغط ومساعد انعدام القوة وعدم التحكم، قد يوقع الفرد ضحية للمرض.

2.7 مفهوم ادراك الذات: (self- perception): قد يرجع الكثير مما نتعرض له من ضغوط شخصية الى طبيعة ادراك الفرد لذاته، فالصورة الكلية التي يحملها الفرد عن نفسه تساعد على التغلب على المواقف التي يتعرض لها، وهذا المفهوم يبدأ في التكوين من

السنوات الأولى في حياة الفرد ويستمر معه مدى الحياة، ومع وجود فروق بين الافراد في كل المواقف، وردود الفعل والتفاعل الاجتماعي تبرز مستويات مختلفة من ادراك الذات تتفاوت من الدرجة العالية السلبية الى الدرجة العالية الإيجابية.

فمفهوم الذات لدى الفرد هو الذي يحدد سلوكه، لهذا قد يكون سبب الضغوط هو شعور الفرد بالعجز من احداث التوافق مع متغيرات البيئة من حوله. (النحاس، 2008، ص46-47)

3.7 نمط الشخصية: (أ)،(ب)،Type personality:

يرجع أساس انتشار استخدام هذا المفهوم الى الباحثين فريدمان و روز نمان (1974) Fridman and rosen man) وهما طبيبان متخصصان في امراض القلب، ويعد نمط الشخصية المضاد في دراسة الضغوط من اشهر نظريات الضغط والصحة وتوصل الباحثين الى تحديد نمطين للشخصية (أ-ب) يكون الافراد ذوي النمط (أ) اكثر عرضة للإصابة بأمراض القلب وارتفاع الضغط والارق والتوتر والعصبية وعدم الاستقرار النفسي، اما الافراد الذين ينتمون للنمط (ب) فان احتمالات اصبتهم قليلة وعادة ما يتصف أصحاب النمط (أ) بالنجاح المهني الباهر، ولكن على حساب صحتهم.

4.7 القدرة والكفاية الذاتية: self- efficiency and ability:

لا تقصر حسب باندورا على امتلاك الافراد مهارات سلوكية متنوعة بل تشمل أيضا الثقة والاعتقاد بالكفاية ، فالعامل الذي يملك مهارات عالية لا يعاني من الضغوط في مواجهة متطلبات الإنتاج المرتفعة، لان لديه القدرة على القيام بالسلوك المطلوب، وذلك عكس

العامل الذي لا يملط تلك المهارات وتؤكد الدراسات ان ذوي الدرجات العليا من الكفاية الذاتية يواجهون المواقف الضاغطة بدرجة منخفضة من الاستشارة الفيزيولوجية "مستوى اقل من الأدرينالين في الدم" وهو ما يؤكد ارتباط حالة الفرد النفسية بالحالة الفيزيولوجية. (النعاس، 2008، ص49-50)

خلاصة الفصل الثالث:

تتضح من خلال هذا الفصل ماهية الشخصية ذلك المركب المعقد الذي تعددت و تفرعت تعريفاته بين علماء و باحثي علم النفس كل حسب توجهه ولم يصلوا به الى تعريف جامع مانع، و كذلك تطرقنا الى المحددات الشخصية و اهمية تصنيف الشخصية الى انماط و النظريات التي اهتمت بدراسة هذه الانماط النظرية السلوكية لها.

ان تصنيف شخصية الفرد الى انماط من شأنه مساعدتنا في التعامل و التنبؤ بالسلوك، والاعتماد على هذا التصنيف في المؤسسات الاستشفائية فقد يساهم في شكل فعال في التعرف اكثر على شخصية الطبيب و الممرض ومنه الى امكانيته ونقاط قوته و ضعفه .

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية

تمهيد

1. منهج الدراسة
2. حدود الدراسة
3. الدراسة الإستطلاعية
4. عينة الدراسة.
5. أدوات جمع البيانات
6. الخصائص السيكومترية
7. الأساليب الإحصائية

تمهيد:

بعد إتمام الجانب النظري الخاص بهذه الدراسة سيتم التطرق الى الجانب التطبيقي الذي يشتمل على الإجراءات المنهجية للدراسة، والتي تعتبر خطوة ضرورية لإستكمال البحث.

و تتمثل هذه الاجراءات في تحديد المنهج المتبع للدراسة، حدود الدراسة، عينة الدراسة، بالإضافة الى ادوات المستخدمة في الدراسة و الأساليب الإحصائية التي تبنتها هذه الدراسة

1. منهج الدراسة: إعتدنا في دراستنا على المنهج الوصفي بإعتباره مناسباً لأغراض الدراسة التي تهدف الى معرفة الاختلاف بين الضغط النفسي المدرك وأنماط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي .

2. حدود الدراسة: تم إجراء هذه الدراسة الاستطلاعية بمستشفى أحميدة بن عجيلة ومستشفى 240 سرير عبر ولاية الأغواط في الفترة الممتدة (من 5 مارس الى 22 افريل) من السنة الدراسية (2022/2021).

3. الدراسة الاستطلاعية :

قمنا بإجراء الدراسة الاستطلاعية وذلك في كل من مستشفى أحميدة بن عجيلة و مستشفى 240 سرير والتحدث مع رئيس المصلحة وشرح موضوع الدراسة و تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية قدرت بـ 40 اختيرت بطريقة قصدية وذلك بغرض حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة. وسوف يتم عرض نتائجها في الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

4. عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (80) ممرض و طبيب منهم (40) من مستشفى أحميدة بن عجيلة، و(40) من مستشفى 240 سرير بمدينة الأغواط والتي تم إختيارها بطريقة

قصديّة، حيث استطعنا استرجاع كل عينة ولم يتم إلغاء أي منها، خصائص العينة موضحة كما يلي:

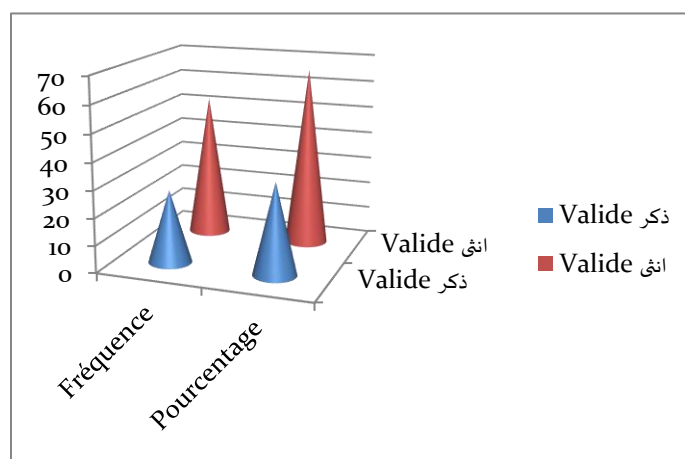
- خصائص العينة :

تتمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية في ما يلي:

1.4 خصائص عينة الدراسة حسب الجنس:

جدول رقم(03):توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
ذكور	27	33.90%
إناث	53	66.40%
المجموع	80	100 %

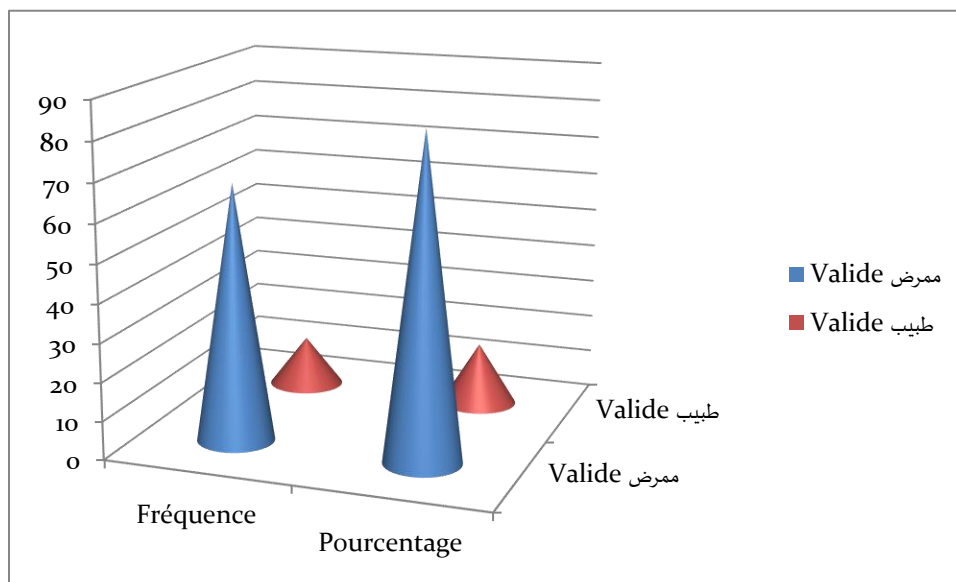


يلاحظ من خلال الجدول رقم (03) والشكل (01) أن عدد أفراد العينة من الذكور (27) و المقدّر بـ (33.90%) أقل من عدد الإناث (53) و المقدّر بـ (66.40%)

2.4 خصائص عينة الدراسة حسب المهنة:

جدول رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب المهنة:

المهنة	التكرار	النسبة المئوية %
طبيب	13	16.20%
ممرض	67	83.80%
المجموع	80	100 %

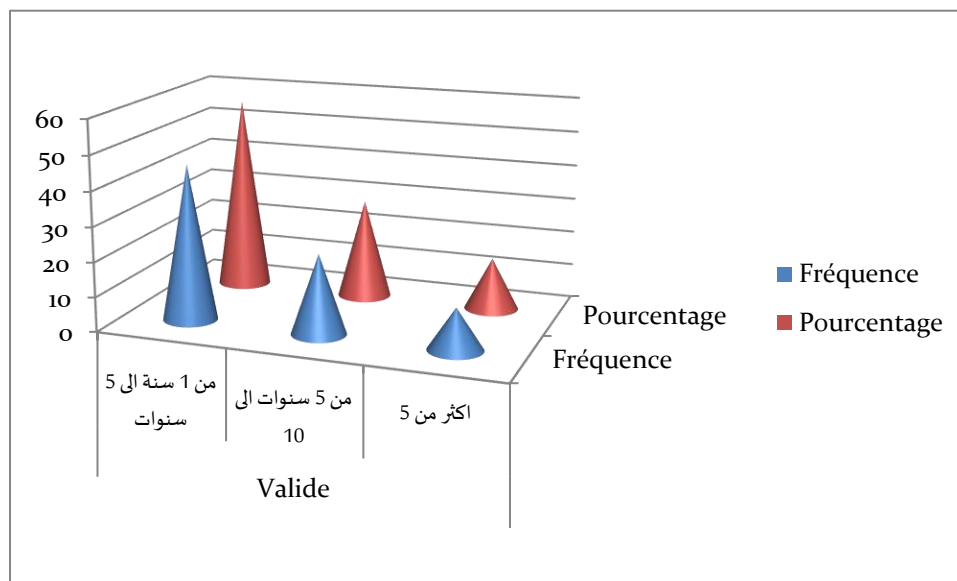


يلاحظ من خلال الجدول رقم (05) والشكل (02) أن عدد أفراد العينة من الاطباء (13) و المقدّر بـ (16.20%) أقل من عدد الممرضين (67) و المقدّر بـ (83.80%).

3.4 خصائص عينة الدراسة حسب الخبرة المهنية:

جدول رقم (05): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية الخبرة المهنية:

الخبرة المهنية	التكرار	النسبة المئوية %
من 1-5	45	56.20%
من 5-10	23	28.80%
أكثر من 10	12	15.00%
المجموع	80	100 %



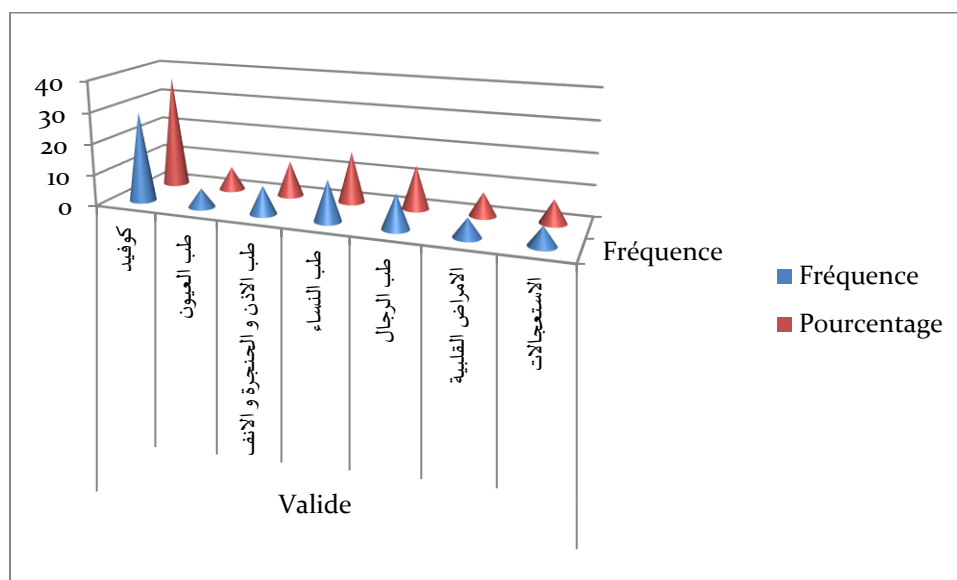
يلاحظ من خلال الجدول رقم (05) والشكل (03) أن عدد أفراد العينة الذين خبرتهم المهنية من 1-5 سنوات يمثلون (45) فردا و المقدّر بـ (56.20%) أكثر من عدد الافراد الذين

خبرتهم المهنية من 5-10 سنوات حيث عددهم (23) و المقدّر بـ (28.50%) ويليهم الافراد الذين خبرتهم المهنية أكثر من 10 سنوات حيث نسبهم (15.00%).

4.4 خصائص عينة الدراسة حسب المصلحة:

جدول رقم (06):توزيع أفراد عينة الدراسة حسب مصلحة العمل:

المصلحة	التكرار	النسبة المئوية %
كوفيد	29	36.30%
طب العيون	06	7.50%
الانف والحنجرة	9	11.30%
طب النساء	13	16.30%
طب الرجال	11	13.80%
الامراض القلبية	6	7.50%
الاستعجالات	6	7.5%
المجموع	80	100.00%



يلاحظ من خلال الجدول رقم (06) والشكل (04) أن عدد أفراد العينة الذين يعملون في مصلحة الكوفيد بـ (36.30%) ثم يليهم الذين يعملون في مصلحة طب النساء بـ (16.3%) ويليهم الذين يعملون في مصلحة طب الرجال حيث نسبتهم (13.80%) وبعدهم ثم يليهم الذين يعملون في مصلحة طب الأنف والحنجرة (11.30%) ثم يليهم الذين يعملون في مصلحة أمراض القلب (7.50%) ثم يليهم الذين يعملون في مصلحة الاستعجالات (7.50%).

5. أدوات جمع البيانات:

إعتمدنا في دراستنا على مقياسين كأداة لجمع البيانات

1.5 مقياس الضغط النفسي المدرك

وصف المقياس: صمم مقياس ضغط الضغط النفسي المدرك من طرف الباحثين كوهن ويليمسن (1983) willimsen et cohen حيث كانت صياغته الأولية بالإنجليزية ثم عدل من طرف باحثين آخرين وصار cohen et al 1988، يتميز بإمكانية القياس لكل الوضعيات الضاغطة وإمكانية تطبيقه مهما كانت الوضعية حساسة وتطبيقه بسرعة، وتوفير الجهد و الوقت، وعدم تأثر بنوده بالعامل الثقافيين وصدقه العالي والثقة العلمية التي تتمتع بها.

كيفية تصحيح مقياس الضغط المدرك: يحتوي سلم الضغط النفسي المدرك "PSS.14" المختار في البحث على 14 بند مرقمة من (1) الى (14)، منها (7) بنود تتضمن إحساسات، و افكار ايجابية وهي البنود (4،5،6،7،8،9،10،13) والباقية تحمل أفكار سلبية، و بنود الاختبار تنقط حسب ترتيب الاختيارات الخمس في اتجاه واحد من (1) الى (5)، ماعدا بنود الاحساسات، و الأفكار الإيجابية فتتقط بعكس الاتجاه اي من (5) الى (1) حسب ترتيب الإجابات الخمس. (أمانة بوقرة، 2019، 95)

بما ان السلم يحتوي على نوعين من حيث صياغة البنود، وخمس اختيارات للإجابة، فإن التنقيط كالتالي:

جدول رقم (07) كيفية تنقيط بنود مقياس الضغط النفسي المدرك

البنود (1،2،3،8،11،14،12)	البنود (4،5،6،7،9،10،13)	
نقطة واحدة	خمس نقاط	إنطلاقا
نقطتين	اربعة نقاط	نادرا
ثلاث نقاط	ثلاث نقاط	أحيانا
اربعة نقاط	نقطتين	غالبا
خمس نقاط	نقطة واحدة	دوما

2.5 مقياس أنماط الشخصية

- وصف المقياس: يعد مقياس هيرمان من أفضل أدوات تحليل الشخصية و التشخيص وأكثرها مرونة، والذي يمكن بواسطته التعرف على طريقة التفكير للإنسان، وبالتالي على سلوكه، تقييم هرمان هو ثمرة لبحوث استغرقت حوالي 15 عاما، و تم التحقق من صحته وفاعليته، و هرمان إستعمالات متعددة على أنماط تفكير الفرد و المؤسسة وذلك لمساعدة الأفراد و المؤسسات على زيادة الإنتاجية، وحفز العاملين.(مصطفى قسيم الهيلات، 2015، 87)

جدول رقم (08) توزيع الفقرات حسب الأنماط السلوكية لمقياس هرمان:

الأبعاد	الفقرات	المجموع
النمط A	1,3,9,13,17,22,26,26,29,37,38,46,50,51,56	14
النمط B	6,10,15,18,20,23,27,34,35,39,42,44,47,53	14
النمط C	2,4,7,11,19,21,24,28,30,32,43,49,52,55	14
النمط D	5,8,12,14,16,25,31,33,36,40,41,45,48,54	14

6. الخصائص السيكومترية:

1.6 الخصائص السيكومترية لمقياس الضغط النفسي المدرك:

- الصدق:

تم التحقق من صدق الاستبيان باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، وتقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها" (معمرية، 2007، ص 158).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على الاستبيان في توزيع تنازلي ثم تم سحب 27% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (11) فردا من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (11) أفراد تسمى إحداهما العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا. بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم(09): دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في الاستبيان.

المتغير	العينة العليا ن=11		العينة الدنيا ن=11		قيمة "ت"	الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الضغط المدرك	102.54	3.93	78.54	9.35	7.845	دالة عند مستوى

الدالة ($\alpha=0.05$)						
--------------------------	--	--	--	--	--	--

يتبين من الجدول رقم (06) أنّ قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha=0.05$) لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن الاستبيان له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق الاستبيان.

- الثبات: بطريقة ألفا كرونباخ:

جدول رقم (10): يبين معامل ثبات الاستبيان باستخدام ألفا كرونباخ.

عدد البنود	18
معامل الفأكر ونباخ	0.786

يتضح من خلال الجدول رقم (07) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.78) وهي قيمة مقبولة جداً، وتشير إلى تمتع الاستبيان بثبات عالٍ.

- الثبات: بطريقة التجزئة النصفية:

وتقوم هذه الطريقة على تقسم المقياس إلى نصفين نصف يمثل البنود الفردية والآخر يمثل البنود الزوجية ثم حساب معامل الارتباط بين النصفين وكذا معادلة تصحيح الطول لـ سبيرمان براون أو حوثمان وذلك حسب تساوي التباينات مع عدمه.

جدول رقم (11): يبين معامل ثبات الاستبيان باستخدام التجزئة النصفية.

عدد البنود	معامل الارتباط بيرسون	سبيرمان براون	جوثمان
18	0.622	0.764	0.763

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أنّ معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية تساوي (0.62) وبعد تصحيح الطول تم الحصول على (0.76) وهي قيمة مقبولة ، وتشير إلى تمتع الاستبيان بثبات مقبول

7. الخصائص السيكومترية لمقياس أنماط الشخصية:

يعد مقياس هيرمان ذو مصداقية عالية: حيث يمتاز بمعاملات صدق و ثبات مرتفعة، وهذا ما أهله لكي يستخدم في كثير من الدراسات والابحاث و المقالات العلمية ،حيث تم استخدامه في أكثر من 100 اطروحة دكتورا، ورسالة ماجستير على مستوى العالم ،اضافة الى استخدامه في الشركات كبرى والمؤسسات العالمية ؛ عند اختيار الموظفين وفي التقييم والتشخيص.

8. الأساليب الإحصائية:

اختبار (T) للفروق، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسب المئوية.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض نتائج الدراسة

2- عرض ومناقشة وتفسير النتائج

3- الاستنتاج العام

4- المقترحات والتوصيات

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي أسفرت عنها الدراسة التي تسعى للكشف عن معرفة الاختلاف بين الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي . مع مناقشة وتفسير لهذه النتائج واستنتاج و خاتمة مع مجموعة من الاقتراحات في ضوء ما تم التوصل اليه مع النتائج.

عرض نتائج الدراسة

1. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى : وتنص هذه الفرضية على ما يلي

يختلف مستوى الضغط النفسي المدرك باختلاف نمط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي.

7-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

جدول رقم(12): نتائج اختبار "ف" للفروق في الضغط النفسي المدرك حسب أنماط الشخصية

البيانات العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "F"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
النمط أ	11	50.18	5.36			
النمط ب	27	53.28	6.98	0.493	0.05	غير دالة
النمط ج	28	51.78	7.44			

الإحصائية
المتغيرات

الضغط

النمط د	14	51.64	8.96
---------	----	-------	------

يُتضح من خلال الجدول رقم (12) أن قيمة ($F=0.49$) وهي غير دالة احصائية؛ لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.49) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنه لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة تبعاً لأنماط الشخصية المختلفة.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

بيّنت نتائج الفرضية الأولى أنه لا يوجد اختلاف في مستوى الضغط النفسي المدرك تبعاً لأنماط الشخصية لدى أفراد عينة الدراسة. وعليه يمكننا أن نقول أن الفرضية الأولى لم تتحقق.

تتفق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة فتيحة بن زروال من حيث البحث والعلاقة بين الضغط النفسي 2008 وأنماط الشخصية في حين تختلف من حيث النتيجة حيث توصلت هذه الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من الضغط النفسي و أنماط الشخصية لعل هذا الاختلاف بين نتائج الفرضية بحثنا ويرجع إلى حجم العينة مما أدى إلى أن الاختلاف بين الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية لم تصل إلى مستوى الدلالة على قوة الفروق.

2. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية: وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

مستوى الضغط النفسي المدرك مرتفع لدى عينة الدراسة

عرض نتائج الفرضية الثانية:

جدول رقم (13): قيمة اختبار ت لعينة واحدة

البيانات	العينة	المتوسط	المتوسط	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	الدلالة
الإحصائية	الفرضي	الحسابي	المحسوبة		المعتمد		
المتغيرات							
	80	54	52.02	-2.430	0.017	0.05	دالة
الضغط المدرك							

يُلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أنَّ قيمة ت لعينة واحدة (ت=-2.43) وهي غير دالة إحصائياً؛ لأنَّ قيمة الدلالة المحسوبة sig تساوي (0.017) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنَّه توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الفرضي ومتوسط أفراد عينة الدراسة في مستوى الضغط المدرك ومن خلال ملاحظة المتوسطات يتبين ان مستوى الضغط المدرك لدى أفراد العينة منخفض.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

يتبين من خلال نتائج الفرضية الأولى، أن مستوى الضغط المدرك لدى أفراد العينة منخفض. حيث بلغ متوسطهم الحسابي (52.02) مقارنة بالمتوسط الفرضي الذي بلغ (54) ومنه يمكننا القول أن مستوى مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة منخفض، وعليه يمكننا القول ان فرضية بحثنا لم تتحقق.

اختلفت نتائج فرضية الدراسة مع نتائج الدراسة سعادة وآخرون 2003 التي تهدف الى تحديد مستوى الضغوط النفسية والعملية فثد توصلت النتائج الى مستوى ضغط نفسي مرتفع؛ اما نتائج دراستنا فقد توصلت الى مستوى الضغط النفسي مدرك منخفض لدى افراد عينة الدراسة ويمكن تفسير هذه الفرضية من خلال ما ام ملاحظته من طرف الباحثين و الاحتكاك بأفراد العينة ان الانخفاض في الاصابات بفيروس كوفيد تترتب عنه انخفاض في الضغط النفسي وذلك نتيجة لنقص أعباء العمل مما يؤكد صحة تعريف سلي للضغط المنخفض: على انه حالة من الملل و الضجر التي يعيشها الفرد وانعدام الإثارة والتحدي حيث أن الفرد لا يمارس فيها اي أنشطة و أعمال.

3. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة: وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

- نتوقع ان يكون النمط السائد من لدى افراد العينة هو النمط (أ).

عرض نتائج الفرضية الثالثة:

جدول رقم(14): يبين النمط السائد حسب أفراد العينة

النسبة المئوية	التكرار	الأنماط
13.6%	11	(أ)
33.3%	27	(ب)
34.6%	28	(ج)

(د)	14	17.3%
-----	----	-------

يُلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أنَّ النمط السائد حسب أفراد عينة الدراسة هو النمط (ج)(C) بنسبة بلغت (34.6%) مقارنة بالأنماط الأخرى وعليه يمكننا القول أن فرضية بحثنا لم تتحقق والنتائج جاءت عكس ذلك

تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

يتبين من خلال نتائج الفرضية الثانية، أن النمط السائد حسب أفراد عينة الدراسة هو النمط (ج)(C)

اتفقت نتائج الفرضية مع نتائج دراسة فتيحة بن زروال 2008 فقد تبين من خلال نتائج الفرضية أن النمط السائد هو النمط (C) بنسبة بلغت 34,6% ثم يليه النمط السلوكي (B) بنسبة 33,3% ثم يليه النمط (D) بنسبة 17,3% وأدنى نتيجة كانت للنمط A حيث بلغت نسبته 13,6% ووفق النظرية السلوكية فإن خصائص هذا النمط هو الإدراكات الاكتئابية التي تجعل الفرد انسحابيا غير قادر على مواجهة المواقف المجهدة مواجهة اجابية؛ والكبح الانفعالي الذي لا يعطي الفرصة للفرد بتفريغ الشحنة الطاقوية التي أفرزها التعرض للمجهد تفريغا ايجابيا.

4. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة: وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك تعزي لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

عرض نتائج الفرضية الرابعة:

جدول رقم (15) : نتائج اختبار "ت" للفروق بين الذكور والإناث في الضغط النفسي المدرك

البيانات الإحصائية	العينة المتوسطة الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	الدلالة المستوى المعتمد	المتغيرات
الضغط	33	50.55	8.34	-1.328	0.05	ذكور
	52	52.84	6.65			إناث

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن قيمة ($t = -1.32$) غير دالة إحصائياً؛ لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.18) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha = 0.05$) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الضغط النفسي المدرك.

2-4 مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

بيّنت نتائج الفرضية الرابعة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة وعليه، يمكننا أن نقول أن الفرضية الرابعة لم تتحقق.

و تختلف نتائج دراستنا مع دراسة فينرهارم 1984 و اختلفت مع دراسة جمعة سيد يوسف 2000 مع نتائج دراسة ليورينت 1986 حيث اوضحت نتائج دراستنا انه لم يستدل على اختلافات بين الجنسين ويمكن تفسير هذا الى ان الاسباب في تقارب الخصائص الشخصية لكل

من الجنسين حيث نجد ان كل الاطباء والمرضى تقدم لهم نفس المهام واجهو نفس الضغوط النفسية المتعلقة بأعباء العمل .

و بعبارة اخرى ربما يعود الى تماثل الظروف المهنية التي يعمل بها كل الاطباء و المرضى الاناث و الذكور على حد سواء.

5. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة: وتتص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة نحو تعزي لمتغير المهنة (طبيب/ممرض).

عرض نتائج الفرضية الخامسة:

جدول رقم(16): نتائج اختبار "ت" للفروق بين الاطباء والمرضى في الضغط النفسي المدرك.

البيانات العينة المتوسطة الانحراف	البيانات الإحصائية	القيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	الدلالة المستوى الدلالة المعتمد	المتغيرات
13	50.23	5.87	0.972	0.05	طبيب
67	52.37	7.49	0.334	غير دالة	ممرض

يتّضح من خلال الجدول رقم(16) أنّ قيمة (0.97 = ت) وهي غير دالة احصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة (0.33) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاطباء والمرضى في الضغط النفسي المدرك.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

بيّنت نتائج الفرضية الخامسة أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاطباء والمرضى أفراد عينة الدراسة في الضغط النفسي المدرك ، ومنه يمكننا القول ان الفرضية الثالثة لم تتحقق.

اختلفت هذه الدراسة عن دراسة سعاد مخلوف 2005 ، فقد هدفت هذه الدراسة الى معرفة تأثير الضغط النفسي على سلوك الاطباء والبحث عن الابعاد و الاستراتيجيات المتوخاة جزاء هذه الضغوط و اوضحت النتائج: تفادي الموقف الضاغط و الصبر و الهدوء وعدم الانفعال و الفاهم مع المحيط ومن جهة اخرى اظهرت نتائج دراستنا الى عدم وجود فروق في درجة الضغط النفسي المدرك لدى افراد العينة حسب متغير نوع المهنة (طبيب / ممرض) ويمكن تفسير هذه الفرضية ان افراد عينة الدراسة ربما هم في حالة التكافؤ في مستويات التوافق المهني و تماثل الظروف التي يعمل بها كل من الطبيب و الممرض.

6. عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة: وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة التعلم تعزي لمتغير الخبرة المهنية.

عرض نتائج الفرضية السادسة:

جدول رقم (17): نتائج اختبار "ف" للفروق في الضغط النفسي المدرك حسب الخبرة المهنية

الإحصائية المتغيرات							
البيانات	العينة	المتوسط	الانحراف	قيمة	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	الدلالة
		الحسابي	المعياري	"F "	المحسوبة	المعتمد	
الضغط	من 1-5	45	51.04	7.81	1.071	0.348	0.05
	من 5-10	23	52.82	5.31			
	أكثر من 10	12	54.16	8.26			
	غير دالة						

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن قيمة ($F=1.07$) وهي غير دالة احصائياً؛ لأنّ

قيمة الدلالة المحسوبة (0.37) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة تعزي لمتغير

الخبرة المهنية.

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

بيّنت نتائج الفرضية السادسة أنّه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي المدرك لدى أفراد العينة تعزي لمتغير الخبرة المهنية.

وعليه، يمكننا أن نقول ان الفرضية السادسة لم تتحقق، وتتفق هذه الفرضية مع الواقع الذي يعيشه كل من الاطباء والمرضى سواء كانت في بداية حياتهم المهنية او في ختامها مما يدل ان مهنة الطب و التمريض من اكثر المهن المثقلة بالضغوط ، ويظهر ذلك في الفترة الممتدة من [1- 5 سنوات] ليست بالمدة الطويلة الا انها لا تختلف على [اكثر من 10سنوات] فبنسبة للمستوى الاول من الخبرة المهنية ممكن لأنهم حدد في هذا القسم قد تكون لديه دافعية أكثر للعمل و مقاومة صعوباته اما المستويات الاخرى فربما لان العمل في هذا القسم مع مرور الوقت يزيد قدرة الاطباء والمرضى على تحمل اعبائه وتعاملهم مع عديد من الضغوطات التي تتطلب منهم قوة و صلابة الشخصية لإتقاذ حياة الأفراد.

الاستنتاج العام:

يتضح من خلال عرض ومناقشة نتائج الفرضيات ان الدراسة الراهنة قد حاولت تحقيق اهدافها بطرق احصائية متعددة, حيث كشفت عن الاختلاف بين متغيرات الدراسة و التوصل الى عدم تحقق الفرضيات ,ومن ثم تم الخروج بالنتائج التالية:

-عدم تحقق الفرضية الاولى للدراسة, والتي مفادها: يختلف مستوى الضغط النفسي المدرك باختلاف نمط الشخصية لدى عينة من الطاقم الطبي.

-عدم تحقق الفرضية الثانية, والتي مفادها: وجود مستوى ضغط نفسي مدرك مرتفع لدى افراد عينة الدراسة ,كانت نتيجة هذه الدراسة ان الضغط النفسي المدرك منخفض لدى عينة الدراسة.

-عدم تحقق الفرضية الثالثة, والتي مفادها: النمط السلوكي هو النمط السلوكي (A) السائد لدى عينة افراد عينة الدراسة, وكانت النتيجة ان النمط (C) هو النمط السائد لدى عينة الدراسة.

-عدم تحقق كل من الفرضية الرابعة والخامسة و السادسة والتي مفادهم: توجد فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغيرات (الجنس, نوع المهنة, الخبرة المهنية) لدى عينة الدراسة.

وعلى العموم تتفق وتختلف هذه النتائج مع الدراسات السابقة جزئيا, وقد قام الباحثان بتفسير هذه النتائج بالاعتماد على المعلومات الواردة في الفصول النظرية للدراسة الحالية ,وما يمكن ان نستخلصه من هذه الدراسة ان متغيري الضغط النفسي المدرك وانماط الشخصية متغيران مهمان جدا في حياة كل من الاطباء و الممرضين حيث يتأثران بعوامل عديدة ومشبعة, لذا فان ادراك الفرد الإيجابي او السلبي لأحداث الضغط من المحددات الهامة للصحة النفسية فالأحداث المستقبلية بالنسبة لشخص ما, وقد تكون ضاغطة وذات تحد بالنسبة لشخص اخر.

المقترحات والتوصيات :

- من خلال النتائج التي توصلت اليها الدراسة الحالية هناك بعض المقترحات والتوصيات أهمها :
- نقترح إجراء دراسات مماثلة لهذه الدراسة على نفس العينة وبعدها أكبر.
- إجراء دراسة مماثلة لهذه الدراسة على عينات أخرى مثل (الطلبة، الحماية المدنية، أساتذة.....الخ)
- إجراء دراسة تربط بين الضغط النفسي المدرك وكل من إستراتيجيات المواجهة وأنماط الشخصية.
- اعداد برنامج تكويني يهدف للتخفيف من حدة الضغط النفسي لدى هذه العينة المهمة.

خاتمة :

اجريت دراستنا للكشف عن الاختلاف بين الضغط النفسي المدرك و أنماط الشخصية لدى مجموعة من اطباء و ممرضين العاملين في كل من مستشفى أحميده بن عجيلة و مستشفى 240سرير ،دراسة حاولنا فيها تسليط الضوء على الاضطراب النفسي و الفيزيولوجي الناجم عن الضغط النفسي المدرك الذي يهدد حياة الانسان في كل وقت و الذي يمكن اعتباره من امراض العصر اكثر خطورة و هو من الاسباب الاولى للوفاة في العالم فالضغط النفسي المدرك نتيجة للعديد من الاسباب و العوامل على راسها الوضع الخاص الذي خلفه فيروس كورونا على سكان العالم و الذي فرض على الفرد نمط عيش مضطرب خاصة اذ ما كان هذا الفرد يعمل ضمن الطاقم الطبي و محاطا بالعديد من المسؤوليات التي تزيد من الابعاء و التحديات لا سيما اذ تعلق الامر بحياة المريض داخل المستشفى خاصة في ظل جائحة كورونا "كوفيد 19"كل هذه الاحداث لها اثار على الجانب النفسي و الفيزيولوجي للطاقم الطبي يؤدي بهم الى تعرضهم للضغط النفسي.

وفي الاخير نود ان نشير بان نتائج هذه الدراسة غير نهائية تبقى بحاجة الى مزيد من التقصي و الدراسة ، من اجل التحكم اكثر في الظروف المحيطة بالبحث بغية التأكد اكثر من نتائج للاستفادة منها اكثر .

قائمة المراجع :

- أحمد عبد اللطيف أبو سعد، 2010، علم النفس الشخصية، عالم كيف الحديث، الاردن.
- أحمد نايل العزيز و أحمد عبد اللطيف أبو سعد؛ 2009؛ دار الشروق؛ الطبعة الأولى؛ عمان .
- امينة بوقرة، قسيم الهالات، 2015، مقياس هيرمان لأنماط التفكير، مركز دبيونو لتعليم التفكير، الطبعة الأولى، عمان .
- امينة جعفري، وليد، 2020، أنماط الشخصية وعلاقتها باستراتيجية مواجهة الضغط النفسي، مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر، تخصص علم النفس العيادي.
- بن زروال فتحة، 2008، انماط الشخصية وعلاقتها بالإجهاد (المستوى، الأعراض، المصادر واستراتيجيات، مذكرة تخرج لنيل شهادة الدكتوراه، تخصص علم نفس عيادي .
- ترجمة د. مصطفى عشوي، 1995، مدخل الى سيكولوجية الشخصية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر .
- ثامر حسين علي؛ عبد الكريم عبد لله المساعيد؛ 2014؛ سيكولوجية الضغوط النفسية أساليب التعامل معها؛ دار و مكتبة الحامد للنشر و التوزيع؛ الطبعة الاولى؛ عمان .
- حسين حريم، 2004، السلوك التنظيمي سلوك الافراد والجماعات في منظمات الاعمال، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن، عمان

- حمزة حسين محمد، 2013، انماط الشخصية اسرار وخفايا، دار الكنوز المعرفة للنشر والتوزيع، الاردن .
- خليفة وليد السيد أحمد و آخرون، 2008، الضغوط النفسية والتخلف العقلي في ضوء علم النفس المعرفي، دار الوفاء للدنيا للطباعة، الطبعة الأولى، مصر .
- د. سعد رياض، 2005، الشخصية و انواعها أمراضها فن التعامل معها، مركز السلام لتجهيز الفني، ط1، القاهرة .
- د. عبد المنعم الميلادي، 2006، الشخصية و سماتها، مؤسسة شباب الجامعة، الاسكندرية .
- الدكتور حلمي المليجي، 2001، علم نفس الشخصية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان .
- الرشيد توفيق هارون؛ 1999؛ الضغوط النفسية طبيعتها و نظرياتها؛ برنامج بمساعدة الذات في علاجها؛ مكتبة الانجلو المصرية؛ مصر .
- رقاد هناء، 2018، نظريات الشخصية وقياسها، دار المؤمن للنشر والتوزيع، ط1، عمان
- زيت محمود شقير، 2005، الشخصية السوية و المضطربة، مكتبة النهضة المصرية، الطبعة 3، القاهرة
- سمير الشبخاني، 2003، الضغط النفسي طبيعته و اسبابه، المساعدة الذاتية المداولات دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، لبنان .

- سوسن شاكر مجيد، 2008، اضطرابات الشخصية انماطها، قياسها، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان
- صبرينة بلجباري وعادل، 2016، الاغتراب النفسي وعلاقته بأنماط الشخصية لدى العمال الغير مقيمين بمؤسسة سونطراك، مذكرة لنيل شهادة الماستر، تخصص علم نفس عيادي، الاغواط
- طه حسين عبد العظيم؛ 2006؛ ادارة الضغوط النفسية والتربوية؛ توفيق دار الفكر؛ ط1؛ عمان .
- عبد الحميد عبد الفتاح المغربي، 2009، انماط الشخصية الادارية و قياسها، المكتبة العصرية، ط1، مصر
- عبيد ماجدة بهاء الدين؛ 2008؛ الضغط النفسي و مشكلاته و أثره على الصحة النفسية؛ دار الصفاء للنشر والتوزيع؛ الطبقة الأولى؛ عمان .
- عريس نصر الدين، 2017، استراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الاستراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الاستعجالات في وضعيات الضغط النفسي، اطروحة لنيل الدكتوراه، علوم، تخصص علم النفس العيادي، جامعة أبي بكر بلقايد، الجزائر .
- عسكر علي؛ 2000؛ ضغوط العمل و أساليب مواجهتها؛ ؟دار الكتاب الحديث؛ الطبعة الثالثة؛ الكويت
- علي اسماعيل، 1999، استراتيجيات الخدمة الاجتماعية، المدرسية للتدخل في المواقف و الضغوط والازمات، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

- عمر مصطفى النعاس، 2008، الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية، الطبعة الأولى، ليبيا .
- غداد على نعيمة، 2010، سمات الشخصية الانفعالية و الاجتماعية دراسة نظرية تطبيقية، دار الكتاب الجامعي، الامارات العربية المتحدة .
- فاطمة الزراء زروق، 2015، علم النفس الصحي(مجالاته، نظرياته والمفاهيم المنبثقة عنه، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر .
- لطفي أيوب، 2015، النظريات الشخصية، دار الحامد للنشر والتوزيع، ط1، عمان
- محمد احمد مصطفى الضمور، 2011، العلاقة بين انماط الشخصية والسلوك العدواني لطلبة المرحلة الأساسية، رسالة ماجستير، جامعة عمان العربية .
- محمد قاسم عبد الله، 2001، مدخل الى الصحة النفسية، ط1، دار الفكر للطباعة و النشر .
- منتهى مطرش عبد الصاحب، انماط الشخصية على وفق نظرية الأنيكرام والقيم والذكاء الاجتماعي، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان .
- <http://elaph.com/coronavirus-statistics-html> . تم الإطلاع بتاريخ

2022/03/15

فهرس الملاحق

مقياس الضغط النفسي المدرك

مقياس أنماط الشخصية

الأساليب الإحصائية المعتمدة في تحليل النتائج

ملحق رقم 01

مقياس الضغط النفسي المدرك

جامعة عمار ثليجي الاغواط
كلية العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس والارطفونيا وعلوم التربية

التعليمية: إلى السادة الأفاضل"" (الأطباء والمرضى)

أقدم إليكم مجموعة من الأسئلة تتعلق بإحساسكم وأفكاركم خلال الشهر الماضي، في كل مرة سيطلب منكم الإشارة إلى ما شعرت به في الشهر الأخير، مع العلم أن كل سؤال يجب اعتباره كسؤال مستقل عن الآخر.

نرجو من سيادتكم التكرم بمساعدتنا وذلك بمليء الاستبيان وعدم ترك أي عبارة دون إجابة مع وضع العلامة (x) في الخانة المناسبة لاجا بتك ونعلمكم أن جميع الإجابات ستحاط بسرية تامة ولن تستعمل إلا لغرض البحث العلمي ونشكركم مسبقا على تعاونكم.
بيانات شخصية:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐
المهنة: ممرض ☐ طبيب ☐

الخبرة المهنية: من 01 سنة إلى 05 سنوات ☐ من 05 سنوات إلى 10 س ☐ أكثر من 10 سنوات ☐

المصلحة:

دوما	غالباً	أحياناً	نادراً	إطلاقاً	في خلال الشهر الماضي
					1- تعرضت للانزعاج لم تكن تنتظره من قبل؟
					2 كان من الصعب السيطرة على الأشياء المهمة في حياتك؟
					3- شعرت بأنك عصبي(ة) ومتوتر (ة) ؟
					4- واجهت بنجاح المشاكل الصغيرة والانشغالات اليومية؟
					5- شعرت بأنك تواجه بفعالية التغيرات المهمة التي تطرأ على حياتك؟
					6- شعرت بالثقة في قدراتك على التكفل بمشاكلك الخاصة. ؟
					7- شعرت بأن الأمور تسير كما تريد؟
					8- فكرت بأنك لستطيع القيام بكل الأشياء التي يجب فعلها ؟

دوما	غالبا	أحيانا	نادرا	إطلاقا	
					9-كنت قادرا في التحكم على عصبيتك. ؟
					10-شعرت بأنك تسيطر على الوضع؟
					11-شعرت بالغضب لان الأحداث تخرج عن سيطرتك؟
					12-تفاجأت بانك تفكر في الأشياء المفروض أن تقوم بها على أحسن وجه؟
					13 -استطعت التحكم في الكيفية التي تمضي بها وقتك؟
					14- وجد ان الصعوبات تتراكم لدرجة انك لا تستطيع السيطرة عليها ؟

مقياس أنماط الشخصية

التعليمة :

اليك مجموعة من الصفات الرجاء منك أن تحدد الى إي مدى تنطبق كل واحدة على شخصيتك وذلك بوضع علامة '(x)' حول الاجابة التي تناسبك .

الرقم	العبارة	نعم	لا
1	الحرص على الدقة والحقائق قد يجعلني في نظر الآخرين جاف المشاعر		
2	اعمل مع الآخرين على طيب نفس من اجل هدف مشترك		
3	أدرك الأرقام واعي دلالاتها ولي القدرة على حسابها وتطويرها لما ارغب		
4	لدي القدرة على توقع احتياجات الآخرين ثم مراعاتها		
5	أدرك الكثير من الأشياء بالحدس والبديهة دون التفكير العميق فيها		
6	حذر وحريص واهتم بالعواقب كثيرا		
7	أجمل اللحظات هي التي اسعد فيها الآخرين		
8	أتحمس للأهداف وأكرس لها وقتي وجهدي كله.		
9	استطيع ان احدد سبب المشكلة عند حدوثها واحللها ثم أجد لها الحل المناسب		
10	لا يمكن إن اصبر على الفوضى بل ارتب وانظم كل الأمور والأشياء الخاصة أو العامة .		
11	لدي القدرة على تنمية العلاقات مع الآخرين والمحافظة عليها والتواصل معهم		
12	المال عندي للأنفاق ويصعب عي جمعه		
13	لست بخيلا ولكني لا اصرف شيئا من مالي الا بعد تحليل ودراسة متأنية		

لا	نعم	العبرة	
		اكره الروتين وأحب التغيير دائما	14
		أحافظ على أغراضي وممتلكاتي بطريقة منظمة ومرتبطة	15
		يقول لي البعض (أنت مندفع ولا يمكن توقع أفعالك)	16
		اعتبر نفسي أسير بوضوح إلى هدفي الذي قررته	17
		أنفذ الأمور دائما خطوة بخطوة وأتمتع بالدقة في عملي	18
		اعتبر إن علاقاتي الطيبة مع الآخرين هي اعز ما املكه	19
		اميل للفعل أكثر من ميلي للتأمل والتفكير والتنظير	20
		مستعد للخدمة وتقديم نفسي للآخرين متى احتاجوا الى ذلك	21
		اجد نفسي افكر واستنتج بعيدا عن العاطفة والمشاعر	22
		يعتمد علي الآخرون ويثقون في انجازي وإخلاصي	23
		احب التحدث مع الآخرين عن مشاعري وقصصي	24
		تستهويني الافكار الغير اعتيادية والتي يسميها الآخرون افكارا جنونية	25
		لدي القدرة على تحليل الاحداث واستنتاج اثارها المنطقية	26
		لدي القدرة على مواصلة العمل حتى انجازه	27
		اجيد بث الحماس في همم الآخرين	28
		امتلك معرفة مميزة بالمواضيع العلمية والتقنية	29
		اعتبر نفسي عطوفا ولطيفا واحس بالآخرين واساعدهم متى احتاجوا	30
		احب العمل في أكثر من شيء في وقت واحد	31
		اراقب وجوه الآخرين لا اراديا عندما يتحدثون الي	32
		كثيرا ما تراودني الافكار الجديدة	33
		لا احب ان يقاطع أحد نمطي الروتيني	34
		اشعر بارتياح اثناء ادائي لعمال التصنيف والترتيب والتنظيم	35
		اهتم عادة بالصورة العامة ولا ادقق في التفاصيل	36
		اعتقد ان العمل اهم بكثير من المشاعر الإنسانية	37
		يفضل الآخرون إن أتولى زمام القيادة	38
		ادون التزاماتي الاجتماعية في مفكرتي الخاصة واحرص على القيام بها	39
		اتمتع بروح الدعابة التي قد توقعني في مشاكل	40
		إميل في حكمي على الأشياء على حدسي وتوقعاتي أكثر من ميلي إلى التحليل	41
		افصل تعليمات محددة على ان يترك الامر بلا تعليمات محددة وواضحة	42
		يصفني الناس بأنني عاطفي	43
		يصفني الناس بأنني حريص (او) حذر (او) منضبط	44

لا	نعم	العبارة	
		يصفني الناس بأنني مغامر	45
		يصفني الناس بأنني حازم (او) عقلائي	46
		أحب معرفة التفاصيل وخطوات اي عمل سأقوم به	47
		لا أحب النظام والقوانين وأشعر بأنها تقيدني	48
		أحب الشعر او القصص او التواصل مع الآخرين	49
		أشعر بأنه يجب ان تنفذ القوانين والعقوبات بحزم وبدون عاطفة او مجاملات	50
		لا أحب الأشياء المحتملة او التي لا يمكن توقع نتائجها الغير مضمونة	51
		أحب مساعدة الآخرين وإعطائهم من وقتي ومالي وجهدي	52
		أحب التخطيط المفصل لاي عمل أقوم به	53
		عند شرائي لجهاز جديد أحاول تشغيله بنفسي دون اللجوء الى آخر	54
		أحب الاستماع لمشاكل الآخرين ومساعدتهم	55
		لدي القدرة في التعامل مع الارقام او الحسابات	56

ملاحق رقم 03

خصائص العينة:

Statistiques

		الجنس	المهنة	المهنية الخبرة	المصلحة
N	Valide	80	80	80	80
	Manquant	0	0	0	0

الجنس

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	27	33,8	33,8	33,8
	انثى	53	66,3	66,3	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

المهنة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ممرض	67	83,8	83,8	83,8
	طبيب	13	16,3	16,3	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

المهنية الخبرة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	سنوات 5 الى سنة 1 من	45	56,3	56,3	56,3
	10 الى سنوات 5 من	23	28,8	28,8	85,0
	5 من اكثر	12	15,0	15,0	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

المصلحة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
--	--	-----------	-------------	--------------------	--------------------

Valide	كوفيد	29	36,3	36,3	36,3
	العيون طب	6	7,5	7,5	43,8
	الانف و الحنجرة و الاذن طب	9	11,3	11,3	55,0
	النساء طب	13	16,3	16,3	71,3
	الرجال طب	11	13,8	13,8	85,0
	القلبية الامراض	6	7,5	7,5	92,5
	الاستعجالات	6	7,5	7,5	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

الثبات بطريقة الفا كرونباخ

Récapitulatif de traitement des observations		N	%
Observations	Valide	40	100,0
	Exclue ^a	0	,0
	Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité	
Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.786	18

الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Récapitulatif de traitement des observations		N	%
Observations	Valide	40	100,0
	Exclue ^a	0	,0
	Total	40	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,637
		Nombre d'éléments	9 ^a
	Partie 2	Valeur	,581
		Nombre d'éléments	9 ^b
	Nombre total d'éléments		18
Corrélation entre les sous-échelles			,622
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,764
	Longueur inégale		,764
Coefficient de Guttman			,763

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009.

b. Les éléments sont : VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018.

صدق المقارنة الطرفية:

Statistiques de groupe

	العينات	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الضغط	عليا	11	102,5455	3,93354	1,18601
	دنيا	11	78,5455	9,35269	2,81994

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الضغط	Hypothèse de variances égales	6,965	,016	7,845	20	,000	24,00000	3,05920	17,61863	30,38137
	Hypothèse de variances inégales			7,845	13,430	,000	24,00000	3,05920	17,41247	30,58753

الفرضيات:

مستوى الضغط

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الضغط	80	52,0250	7,27050	,81287

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 54					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
الضغط	-2,430	79	,017	-1,97500	-3,5930	-,3570

الفروق بين الجنسين في الضغط

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الضغط	ذكر	27	50,5556	8,34973	1,60691
	انثى	52	52,8462	6,65799	,92330

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الضغط	Hypothèse de variances égales	1,261	,265	-1,328	77	,188	-2,29060	1,72530	-5,72611	1,14492

Hypothèse de variances inégales			-1,236	43,580	,223	-2,29060	1,85327	-6,02664	1,44545
---------------------------------	--	--	--------	--------	------	----------	---------	----------	---------

تأثير الانمات على الضغط

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
A النمط	11	50,1818	5,36317	1,61706	46,5788	53,7848	38,00	58,00
B النمط	27	53,2222	6,98533	1,34433	50,4589	55,9855	33,00	68,00
C النمط	28	51,7857	7,44042	1,40611	48,9006	54,6708	28,00	65,00
D النمط	14	51,6429	8,96667	2,39644	46,4657	56,8201	25,00	61,00
Total	80	52,0250	7,27050	,81287	50,4070	53,6430	25,00	68,00

ANOVA

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	79,718	3	26,573	,493	,688
Intragroupes	4096,232	76	53,898		
Total	4175,950	79			

الفروق في الضغط حسب الخبرة

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
من 1 سنة الى 5 سنوات	45	51,0444	7,81885	1,16556	48,6954	53,3935	25,00	68,00
من 5 سنوات الى 10	23	52,8261	5,31424	1,10809	50,5280	55,1241	39,00	61,00
اكثر من 5	12	54,1667	8,26640	2,38630	48,9144	59,4189	33,00	65,00
Total	80	52,0250	7,27050	,81287	50,4070	53,6430	25,00	68,00

ANOVA

الضغط

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	113,068	2	56,534	1,071	,348
Intragroupes	4062,882	77	52,765		
Total	4175,950	79			

النمط السائد

المساعد النمط

	Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide				
النمط A	11	13,6	13,8	13,8
النمط B	27	33,3	33,8	47,5
النمط C	28	34,6	35,0	82,5
النمط D	14	17,3	17,5	100,0
Total	80	98,8	100,0	
Manquant				
Système	1	1,2		
Total	81	100,0		

الفروق في الضغط حسب المهنة

Statistiques de groupe

	المهنة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الضغط	ممرض	67	52,3731	7,49916	,91617
	طبيب	13	50,2308	5,87585	1,62967

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
الضغط	Hypothèse de variances égales	,087	,769	972	78	334	2,14237	2,20421	-2,24587	6,53060
	Hypothèse de variances inégales			1,146	20,413	,265	2,14237	1,86954	-1,75238	6,03711

الفروق في الضغط حسب المصلحة:

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
كوفيد	29	48,4483	8,74474	1,62386	45,1220	51,7746	25,00	61,00
طب العيون	6	52,5000	2,88097	1,17615	49,4766	55,5234	49,00	56,00
طب الاذن و الحنجرة و الانف	9	51,8889	4,01386	1,33795	48,8036	54,9742	45,00	58,00
طب النساء	13	53,7692	7,10814	1,97144	49,4738	58,0646	40,00	65,00
طب الرجال	11	54,0000	4,87852	1,47093	50,7226	57,2774	45,00	60,00
الامراض القلبية	6	54,3333	2,80476	1,14504	51,3899	57,2767	50,00	57,00
الاستعدادات	6	59,3333	5,88784	2,40370	53,1544	65,5122	50,00	68,00
Total	80	52,0250	7,27050	,81287	50,4070	53,6430	25,00	68,00

ANOVA

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	807,414	6	134,569	2,916	,013
Intragroupes	3368,536	73	46,144		
Total	4175,950	79			

Comparaisons multiples :

Variable dépendante: الضغط

LSD

(I) المصلحة	Différence moyenne (I-J)	Erreur standard	Sig.	Intervalle de confiance à 95 %	
				Borne inférieure	Borne supérieure
كوفيد					
طب العيون	-4,05172	3,04662	,188	-10,1236	2,0202
طب الاذن و الحنجرة و الانف	-3,44061	2,59197	,189	-8,6064	1,7252
طب النساء	-5,32095*	2,26732	,022	-9,8397	-,8022
طب الرجال	-5,55172*	2,40544	,024	-10,3458	-,7577
الامراض القلبية	-5,88506	3,04662	,057	-11,9570	,1869
الاستعدادات	-10,88506*	3,04662	,001	-16,9570	-4,8131
طب العيون	كوفيد	4,05172	,188	-2,0202	10,1236

طب الاذن و الحنجرة و الانف	,61111	3,58020	,865	-6,5242	7,7464
طب النساء	-1,26923	3,35265	,706	-7,9511	5,4126
طب الرجال	-1,50000	3,44756	,665	-8,3710	5,3710
الامراض القلبية	-1,83333	3,92192	,642	-9,6497	5,9830
الاستجالات	-6,83333	3,92192	,086	-14,6497	,9830
طب الاذن و الحنجرة و الانف	كوفيد 3,44061	2,59197	,189	-1,7252	8,6064
طب العيون	-,61111	3,58020	,865	-7,7464	6,5242
طب النساء	-1,88034	2,94563	,525	-7,7510	3,9903
طب الرجال	-2,11111	3,05321	,491	-8,1961	3,9739
الامراض القلبية	-2,44444	3,58020	,497	-9,5798	4,6909
الاستجالات	-7,44444*	3,58020	,041	-14,5798	-,3091
طب النساء	كوفيد 5,32095*	2,26732	,022	,8022	9,8397
طب العيون	1,26923	3,35265	,706	-5,4126	7,9511
طب الاذن و الحنجرة و الانف	1,88034	2,94563	,525	-3,9903	7,7510
طب الرجال	-,23077	2,78289	,934	-5,7771	5,3155
الامراض القلبية	-,56410	3,35265	,867	-7,2459	6,1177
الاستجالات	-5,56410	3,35265	,101	-12,2459	1,1177
طب الرجال	كوفيد 5,55172*	2,40544	,024	,7577	10,3458
طب العيون	1,50000	3,44756	,665	-5,3710	8,3710
طب الاذن و الحنجرة و الانف	2,11111	3,05321	,491	-3,9739	8,1961
طب النساء	,23077	2,78289	,934	-5,3155	5,7771
الامراض القلبية	-,33333	3,44756	,923	-7,2043	6,5376
الاستجالات	-5,33333	3,44756	,126	-12,2043	1,5376
الامراض القلبية	كوفيد 5,88506	3,04662	,057	-,1869	11,9570
طب العيون	1,83333	3,92192	,642	-5,9830	9,6497
طب الاذن و الحنجرة و الانف	2,44444	3,58020	,497	-4,6909	9,5798
طب النساء	,56410	3,35265	,867	-6,1177	7,2459
طب الرجال	,33333	3,44756	,923	-6,5376	7,2043
الاستجالات	-5,00000	3,92192	,206	-12,8164	2,8164
الاستجالات	كوفيد 10,88506*	3,04662	,001	4,8131	16,9570
طب العيون	6,83333	3,92192	,086	-,9830	14,6497
طب الاذن و الحنجرة و الانف	7,44444*	3,58020	,041	,3091	14,5798
طب النساء	5,56410	3,35265	,101	-1,1177	12,2459
طب الرجال	5,33333	3,44756	,126	-1,5376	12,2043
الامراض القلبية	5,00000	3,92192	,206	-2,8164	12,8164

*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05.