مجلة دراسات نفسية ISSN 2353-0324
المجلد : 12 العدد : 01 السنة : 2021 ص ص 244 – 261

الضغط النفسي المدرك وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والتنظيمية لدى أعوان الحماية المدنية– دراسة ميدانية بالوحدة الوطنية للتدريب والتدخل للدار البيضاء

Perceived Psychological Stress and its relationship to some personal and organizational variables for the firefighters

بن شعبان اسيا*، جامعة الجزائر2 (الجزائر)، assia.benchabane@univ-alger2.dz

شريفي هناء، جامعة الجزائر2 (الجزائر)، charifinaoui@yahoo.fr

تاريخ الارسال :2021/10/07	تاريخ القبول : 2021/10/17	تاريخ النشر :2021/12/12	المؤلف المرسل : بن شعبان آسيا

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية،ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الضغط المدرك باختلاف السن والخبرة المهنية لديهم، ولتحقيق ذلك قمنا بتطبيق مقياس الضغط النفسي المدرك للفينشتاين على عينة تم اختيارها بطريقة قصدية قوامها 100 عون عامل في الوحدة الوطنية للتدريب والتدخل بالدار البيضاء بولاية الجزائر. وكان معدل السن لديهم يتراوح بين (20-50 سنة) وخبرة مهنية تتراوح ما بين(5-25 سنة)، وقد تم اختيار المنهج الوصفي التحليلي لكونه الملائم لنوع الدراسة. ولقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية كان مرتفعا، كما أظهرت النتائج أيضا وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية تعزى إلى متغير السن وأيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي المدرك تعزى إلى متغير الخبرة المهنية. ولقد تمت مناقشة النتائج في ضوء التراث النظري والدراسات السابقة.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي المدرك؛ الحماية المدنية الجزائرية؛ أعوان الحماية المدنية.

Abstract :

* المؤلف المرسل

The current study aimed to find out the level of perceived psychological stress among firefighters, and to see if there were differences in the level of stress perceived by their age and professional experience, and to achieve that we applied the psychological stress gauge aware of Levenstein to a randomly selected intentionally of 100 staff workers in the National Training and Intervention Unit in Dar El Beida. Their average age ranged from 20 to 50 years of age and Professional experience ranging from 5 to 25 years. The descriptive analytical approach has been chosen for being appropriate for the type of study. The results showed statistically significant differences in the level of observed psychological stress among firefighters due to the age and professional experience variables.

Keywords: Perceived Psychological Stress; Algerian Civil Protection; Firefighters.

مقدمة:

لقد حظي موضوع الضغط باهتمام العديد من الباحثين، لما له من تأثير على كثير من جوانب حياة الفرد، ولما يسببه من تكاليف باهظة جراء علاج المشكلات والأمراض التي تنجم عنه أو تترافق معه، ولقد أدركت المجتمعات والمنظمات الأهمية القصوى للضغط النفسي وأكدته العديد من الدراسات، فالإحصائيات تشير إلى أن 80% من الأمراض الحديثة سببها الضغط النفسي وأن 50%من مشاكل المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن ضغوط نفسية و 25% من أفراد المجتمع يعانون من شكل من أشكال الضغط النفسي[1]. ولقد أثبتت العديد من الأبحاث أن الضغط النفسي يضعف من كفاءة الموظفين ويقلل من قدرتهم على الإنتاج هذا ما أكده تقرير للهيئة التنفيذية للصحة والسلامة بالمملكة المتحدة بأن عدد أيام العمل الضائعة كنتيجة للضغط النفسي والاكتئاب والقلق لأسباب ذات صلة بالعمل بلغت 12.5 مليون يوم في الفترة ما بين عامي 2016 و2017[2]. يعتبر الضغط النفسي بالرغم من ذلك خاصية حياتية طبيعية لا يمكن تجنبها، يدركها الفرد من وقت لآخر نتيجة معايشة مطالب واجباته اليومية، إذ يعرفه لازاروس[3]Lazarus (1984) بأنه "مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد بالإضافة إلى الاستجابات المترتبة عليها وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر، وأساليب التكيف مع الضغط والدفاعات النفسية التي يستخدمها الفرد في مثل هذه الظروف". ورغم تعدد التعريفات التي أسندت لمفهوم الضغط إلا أن الضغط النفسي الناجم عن المهن الشاقة، يعتبر من الضغوط الأكثر صعوبة لتسييره، ومهنة الحماية المدنية واحدة من تلك المهن الضاغطة والتي هي محور دراستنا.

إشكالية الدراسة:

يواجه عون الحماية المدنية يوميا العديد من المخاطر والمشاق أثناء تأدية عمله، لذلك فهو يضع نصب عينيه واجبه والتزامه المهني لحماية المواطنين، من بين أهم الأولويات التي يكرس من أجلها كل طاقاته وإمكانياته منذ التحاقه بوحدات التدريب والتدخل إلى غاية انتهاء مساره المهني. ولعل الخدمات المتعددة التي يقدمها هؤلاء الأعوان للمدنيين جعل تدخلاتهم تمتد إلى خارج الوطن نظرا لكفاءتهم المعترف بها دوليا خصوصا بعدما تحصلوا مؤخرا على شهادة دولية (INSARAG(International Search And Rescue Advisory Group والتي جعلتهم ينضمون رسميا إلى شبكة الفريق الاستشاري الدولي للبحث والإنقاذ للبلدان المعرضة للكوارث والأزمات، لتتوسع بذلك تدخلاتهم لتقديم المساعدات في البلدان الأجنبية. لكن رغم ما تحمله الشهادة الدولية من اعتراف مشرف لهذه الفئة، إلا أن ذلك زاد من كبر حجم المسؤولية والتفاني في سبيل حماية الأفراد وممتلكاتهم. وبالرغم مما تحمله مهنة الحماية المدنية من معنى للتدخل الإنساني النبيل فهي أيضا لا تخلو من طابع الضغط، فقد صنفت من بين المهن الضاغطة، لما يتعرض له أعوانها لوضعيات يغلب عليها طابع الخطورة والمشاهد الصادمة، إذ يعتبرها وودال Woodall (2008) من أكثر المهن تطلبا للجهد البدني والنفسي. فالدراسة التي قام بها عبدوني(1994) أثبتت وجود علاقة بين مستوى الضغط وبعض المهن التي لا تتصف بالرتابة وبمسؤولياتها على الغير وبخطورتها كمراقبي الملاحة الجوية، رجال الإطفاء والطيران، عمال المناوبة وأطباء الأسنان وغيرها من المهن التي يعمل أصحابها مباشرة مع الأفراد وعلى مساعدة الآخرين، هذا ما أكدته أيضا دراسة Maslach (1997) فيما يخص التعرض اليومي للمواقف الضاغطة والتي من شانها أن تجعلهم يتجاوبون بصورة سلبية تترجم بأمراض عضوية ونفسية ومشاكل علائقية عديدة[4]. كما أشارت العديد من الدراسات الحديثة (دراسة Armagan 2006، ودراسة Schaefer et al 2007، و دراسة Putman et al2009) إلى أنَ العاملين في مثل هذه المهن الإنسانية هم أكثر عرضة للضغط، هذا ما أشار إليه Kaspersen (2003) في دراسته عندما قام بمقارنة استجابة العاملين الإنسانيين للضغط مع العسكريين في يوغوسلافيا فوجد أنَ التهديد الجسمي واللفظي الذي يواجهه هؤلاء العاملين في الميدان أثناء تعاملهم مع الضحايا أو أثناء تسييرهم لوضعيات صعبة كالكوارث الطبيعية أو الإنسانية، له علاقة مباشرة مع مستوى الاستجابة للضغط لديهم وبصحتهم العقلية[5].

إن ظروف عمل أعوان الحماية المدنية صعبة للغاية ومحاطة بعناصر الخطر والمخاطرة مما يجعله عرضة للإصابات الخطيرة، كما أن تنظيمها شبه العسكري يفرض أيضا ضغوطا تنظيمية خاصة[6]. إضافة إلى أن الحياة الاجتماعية التي لا تخلو من ضغوطات أخرى كالالتزامات العائلية، الخلافات الأسرية، مشاكل السكن، ضعف القدرة الشرائية...الخ، والتي قد تجعل العون يعجز أو يفشل أمام بعض من هذه الظروف و يظهر هذا الفشل من خلال الأمراض العضوية أو الاضطرابات النفسية المصنفة من قبل بعض الباحثين كمقاييس للضغط باعتبارها أثارا سلبية للضغط، بالإضافة إلى حوادث العمل التي تعد مؤشرا مهما في تقييم الوضعيات الضاغطة[7]، هذا التقييم الذي يختلف من فرد لأخر على حسب إدراكه للموقف الضاغط، فقد يدركه على أنه خطيرا أو مهددا لحياته وهو في الحقيقة ليس كذلك فتكون استجاباته نتيجة إدراك مشوه للوضع الضاغط[8]. هذا ما أشار إليه العديد من الباحثين أمثال فولكمان (1984) ولازاروس (1981) حول أهمية التقييم المعرفي في حدوث حالة الضغط، فهو لا يعتبر تقييم موضوعي للحدث الضاغط، لكن

إدراك ذاتي للظروف الضاغطة، وقدرات التفاعل التي يملكها الفرد والتي تهدده[9]. كما أن مستويات الضغط النفسي تختلف أيضا تبعا لنوعية العمل وطبيعته، ومنه فإن أكثر مجالات العمل إثارة للضغوط هي تلك التي تتميز بالمواجهة المباشرة مع المواطنين، لذلك فهم معرضون للضغوط أكثر من غيرهم، إذ سرعان ما يدركون حجم المشاكل، فيعملون بأقصى جهدهم، وعندما يصيبهم الإنهاك يشعرون بالضغط أكثر من غيرهم[10]. وبجدر الإشارة أيضا إلى أن أشكال الضغوط وشدتها تتحكم فيها عدة عوامل كالعوامل الشخصية منها الحالة الاجتماعية والمرحلة العمرية ونوع الجنس والمستوى التعليمي ونوعية المهارات وعوامل تنظيمية كالخبرات المهنية، التخصص المهني وسنوات العمل و غياب العلاقات الشخصية أو الممارسات الإدارية غير العادلة[11]. كما تعتبر المتغيرات الشخصية والتنظيمية من بين المتغيرات التي لها تأثير مباشر على إدراك الفرد للمواقف الضاغطة[12]، فالسن وسنوات الخبرة مثلا لهما تأثير في ظهور الإجهاد الانفعالي و الشعور بضغط العمل، هذا ما أشار إليه كل من Yousefy وGhassemi (2016)[13] في دراستهما حول الاحتراق المهني وضغط العمل لدى العاملين في المستشفيات النفسية والرعاية الطبية، لذلك فإن إدراك الضغط يكون مختلفا حسب المراحل العمرية، هذا ما أسفرت عليه الإحصائيات الكندية في 2019 عندما قامت بإحصاء عدد الأيام الأكثر ضغطا لدى الأفراد في الإقليم الكندي وتوصلت إلى أن أكثر الفئات المدركة للضغط كان لصالح فئة 18-34 سنة بنسبة 28% لتليها فئة 35-49 سنة بنسبة 22% هذا مقارنة بالفئات الأخرى كالمراهقين وكبار السن[14]. وفي هذا السياق يرى Didier Truchot أنه في بداية الحياة المهنية يكون المبتدئون في العمل كالمحاربين، فهم يبدون أكثر فعالية ونشاط وحيوية، قبل أن يتحول سلوكهم إلى سلوك يقال عنه "محترف"، ومع الوقت والتجربة يتأقلمون ويطورون قدراتهم ومعارفهم ويركزون أكثر في الأمور الملموسة ويحاولون إعطاء أهمية أكثر لنوعية عملهم[15]. ومن منطلق هذه المعطيات ارتأينا إلى أن نأخذ أعوان الحماية المدنية الجزائرية كعينة لدراستنا ومعالجة الإشكال التالي: ما مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية؟

ويندرج تحت هذا الإشكال التساؤلات التالية:

1- هل يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير السن؟

2- هل يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير الخبرة المهنية؟

الفرضية العامة:

يوجد مستوى إدراك مرتفع للضغط النفسي لدى أعوان الحماية المدنية.

- **الفرضيات الجزئية:**

يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير السن.

يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير الخبرة المهنية.

- **أهداف الدراسة:** تهدف الدراسة الحالية إلى ما يلي:

  - الكشف عن مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية.
  - معرفة الاختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية بفارق متغير السن.

- معرفة الاختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية بفارق متغير الخبرة المهنية.

– أهمية الدراسة:

تنبع أهمية هذه الدراسة من أهمية الموضوع الذي يتناوله وهي الضغط النفسي الذي يتعرض له أعوان الحماية المدنية، بحكم المهام الشاقة التي يكلفون بها، ما يجعل من عملهم عملا شاقا ومجهدا، مسببا لهم الشعور بالضغط النفسي؛ كما تكمن أيضا أهمية هذه الدراسة من خلال ما يلي:

– أهمية الشريحة التي تتناولها الدراسة والمتمثلة في أعوان الحماية المدنية، والتي لم تنل نصيبا كبيرا من الدراسة من قبل الباحثين في الجزائر.

–كما تساعد دراسة الضغط النفسي المدرك لدى هذه الفئة على تحديد مستوى الضغط لديهم وبالتالي تكثيف جهود الباحثين لإيجاد حلول وإعداد برامج وقائية.

1– تحديد المفاهيم:

1-1– الضغط النفسي المدرك:

* **اصطلاحا:** يعتبِر"لازاروس وفولكمان"(1984) أنَ العامل الضاغط ليس هو الذي يثير الضغط وإنَما إدراك للحدث أو العامل الضاغط (هل مؤذي أم مهدد أم خطر) هو الذي يحدد استجابته، ولذلك فلازاروس يعرفه بأنه "حالة من التوتر الانفعالي ناشئة من المواقف التي يحدث فيها اضطراب في الوظائف الفسيولوجية وعدم كفاية الوظائف المعرفية اللازمة للموقف[16].

***إجرائيا:** يعرَف إجرائيا بأنَه مجموع الدرجات المحصل عليها في بنود مقياس الضغط النفسي المدرك للفينشتاين (1993) المستخدم في الدراسة.

1-2–الحماية المدنية الجزائرية:

***اصطلاحا:** هي مرفق عمومي مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات، موضوع تحت وصاية الداخلية والجماعات المحلية، حيث طبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة التطورات التكنولوجية والنمو الجغرافي في الوطن، تتميز بتنظيم إداري (تقني وعلمي) لضمان التكفل الخاص بالمهمة الإنسانية المنوط بها[17].

إجرائيا: الحماية المدنية الجزائرية في الدراسة الحالية تتمثل في مقر تنفيذ الدراسة وهي الوحدة الوطنية للتدريب والتدخل الكائنة بالدار البيضاء كجهاز مدني يقوم بتدريب وتكوين أعوان من مختلف ولايات الوطن للقيام بعمليات التدخل لحماية الأفراد وممتلكاتهم.

1-3– أعوان الحماية المدنية:

*اصطلاحا: أعوان الحماية المدنية هم موظفون تم تعيينهم في منصب دائم بعد استكمالهم للتربص النظري والميداني، ويكونون في وضعية الخدمة داخل وحدات الحماية المدنية وخارجها.. ويعتبر الإنقاذ والإسعاف والإطفاء من المهام الرئيسية لعمل هؤلاء الأعوان كما يعملون بمواقيت عمل تتمثل في 24 ساعة تقابلها 48 ساعة راحة مناوبة وينتمون إلى السلك شبه العسكري[18].

*إجرائيا: يمثل أعوان الحماية المدنية في الدراسة الحالية الأعوان المرسمين الذين استكملوا فترة تربصهم وتكوينهم النظري والتطبيقي وموضوعين حيز الخدمة في الميدان، و يتراوح سنهم ما بين 20و50 سنة ويملكون خبرة مهنية تتراوح ما بين 5و25 سنة.

2- إجراءات الدراسة:

2-1- منهج الدراسة:

نستعمل في هده الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج المناسب لتشخيص الظاهرة والإحاطة بها، كما أنه يتلاءم مع إشكالية الدراسة التي تقوم على وصف مستوى الضغط النفسي المدرك والعلاقة بين تلك المستويات من الضغط وعوامل أخرى. والمنهج الوصفي التحليلي، منهج لا يقف عند حدود وصف الظاهرة ولكنه يذهب إلى أبعد من ذلك، فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم، أملا في التوصل إلى تعليمات ذات معنى يزيدها رصيدا لمعرفتنا وتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع[19].

2-2- عينة الدراسة وخصائصها:

عمدنا في دراستنا إلى سحب عينة قصدية حجمها 100 عون من أعوان الحماية المدنية من مختلف الفرق العاملة في الوحدة الوطنية للتدريب والتدخل . وفيما يلي توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث متغير السن والخبرة المهنية.

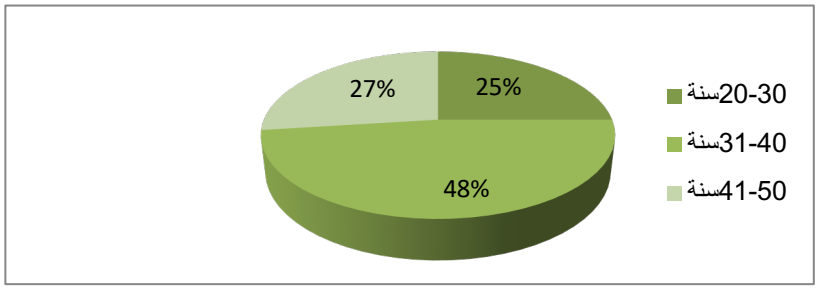
الجدول **1** : توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث متغير السن

الفئة العمرية	التكرار	النسبة المئوية(%)
20-30 سنة	25	25%
31-40 سنة	48	48%
41-50 سنة	27	27%
المجموع	100	100%

المصدر: من إعداد الباحثتين

ومن المعلومات الأولية وجدنا الفئة العمرية ما بين (31 إلى 40 سنة) تمثل 48% من حجم العينة ثم تليها الفئة الثانية من الفئة العمرية (41 إلى 50 سنة) ب 27%، أما الفئة الأخيرة فهي بنسبة 25% وهي تخص الفئة العمرية (20 إلى 30 سنة) وهي متباعدة نوعا ما عن الفئتين السابقتين.

الشكل **1**- : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث متغير السن



المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على الملحق رقم-1-

الجدول **2** -: توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث متغير الخبرة المهنية:

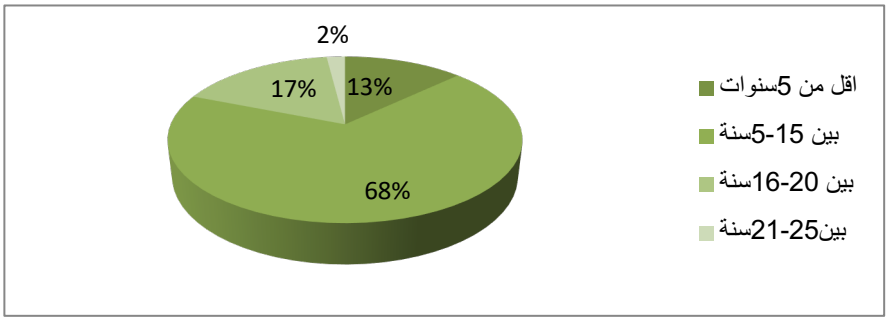
فئة الخبرة	التكرار	النسبة المئوية(%)
اقل من 5 سنوات	13	13%
5-15 سنة	68	68%
16-20 سنة	17	17%
21-25 سنة	02	02%
المجموع	100	100%

المصدر: من إعداد الباحثتين

بالنسبة للخبرة المهنية فلقد وجدنا النسبة المئوية التي نالت أعلى درجة كانت بالنسبة للفترة ما بين 5 إلى 15 سنة وذلك بنسبة 68%، لتليها نسبة 17% بالنسبة للفئة التي تتراوح فترة خبرتهم المهنية ما بين 16 و20 سنة، أما

بالنسبة للفترة الأقل من 5 سنوات فكانت نسبتها 13%. أما النسبة الضعيفة مقارنة بالفئات الأخرى فكانت بنسبة 2% وكانت لذوي الخبرة المهنية المتراوحة ما بين 21 و25 سنة.

الشكل **2**: يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث متغير الخبرة المهنية



المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على الملحق رقم-2-

3- أدوات الدراسة :

مقياس النفسي المدرك (للفينشتاين 1993):

وصف المقياس: أعد هذا الاختبار من طرف الباحث "لفينشتاين وآخرون Levenstein et al (**1993**)[20] بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط، يتكون هذا الاختبار من ثلاثين عبارة نميز منها بنود مباشرة وبنود غير مباشرة. فأما البنود المباشرة: تمثل 22 عبارة وتتمثل في العبارات رقم(2، 3،4،5، 6، 8، 9، 11، 12، 14، 15، 16، 18، 19، 20، 22، 23، 24، 26، 27، 28، 30) وتدل هذه العبارات على وجود مؤشر الضغط المرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالقبول اتجاه الموقف، وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالرفض. والبنود غير المباشرة: فتشمل 8 عبارات والمتمثلة في رقم (1، 7، 10، 17، 13، 21، 25، 29) وتدل على وجود إدراك الضغط المرتفع عندما يجيب عليها بالرفض وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالقبول.

-كيفية تطبيق وتصحيح المقياس:

يقوم الفاحص بشرح التعليمة للمفحوص المعرض لوضعية القياس النفسي وتتمثل التعليمة في: "أمام كل عبارة من العبارات التالية ضع علامة (**X**) في الخانة التي تصف ما ينطبق عليك عموما، وذلك باختيار واحدة من الاختيارات الأربعة المقترحة عليك وهي: تقريبا أبدا-أحيانا-كثيرا-عادة.

أما عن كيفية تصحيح المقياس وتنقيط عبارات الاختيارات فيتم التدرج فيها من 1 إلى 4 نقاط، وهذه الدرجات تتغير حسب نوع البنود، فالبنود المباشرة فستنقط من 1الى 4 من اليمين (تقريبا أبدا) إلى اليسار (عادة). أمّا البنود غير المباشرة

فتنقط من 4الى 1 من اليمين (تقريبا أبدا) إلى اليسار (عادة)، إذ بعد تنقيط كل بند، نقوم بجمع الدرجات المحصل عليها لإيجاد الدرجة الكلية للاختبار. ويستنتج مؤشر إدراك الضغط في هذا المقياس وفق المعادلة التالية:(الدرجة الخام – 30) ÷90 إذ يتم الحصول على القيم الخام بجمع كل النقاط المتحصل عليها في الاختبار من البنود المباشرة وغير المباشرة، وتتراوح الدرجة الكلية بعد حساب مؤشر الضغط من الصفر(0) ويدل على أدنى مستوى من الضغط إلى واحد (1) ويدل على أعلى مستوى من الضغط[21].

– الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

– ثبات وصدق المقياس:

الصدق: حسب دراسة لفينشتاين الذي قام بها للتحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التلازمي، الذي يرتكز على مقارنة مقياس إدراك الضغط مع المقياس الأخر للضغط، أظهرت النتائج أنّ هناك ارتباطا قويا بهذا المقياس مع سمة القلق يقدر ب 0.73، بينما سجل ارتباطا معتدلا يقدر ب 0.56 مع مقياس الاكتئاب وارتباط ضعيف يقدر ب 0.35 مع مقياس قلق الحالة.

الثبات: قام لفينشتاين بقياس التوافق الداخلي للاستبيان باستعمال معامل (ألفا) فاظهر وجود تماسك قوي يقدر ب 0.90، كما اظهر قياس ثبات المقياس باستعمال طريقة التطبيق وإعادة التطبيق للاختبار بعد فاصل زمني يقدر بثمانية أيام وجود معامل ثبات مرتفع يقدر ب 0.80، ويشير لفينشتاين وآخرون (1993) بأن هذا الاستبيان يعتبر أداة ثمينة وإضافية لوسائل البحوث النفسية الجسدية ويمكن أن يكون عاملا تنبؤيا هاما للحالة الصحية للفرد لاحقا[22].

– **الخصائص السيكومترية للمقياس في البيئة الجزائرية:** بعدما قامت الباحثة حكيمة ايت حمودة (2006) بترجمة وتعريب مقياس ليفينشتاين، قامت بدراسة الصدق الظاهري وكذا إعادة تطبيق المقياس للتحقق من ثباته، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني وذلك بالاعتماد على معامل ارتباط "بيرسون" (pearson) والذي قدر ب 0,69 وهو دال عند مستوى الدلالة 0,01،وهذا ما يدل على أن المقياس ذو درجة ثبات جيدة[23].

4- عرض وتحليل النتائج:

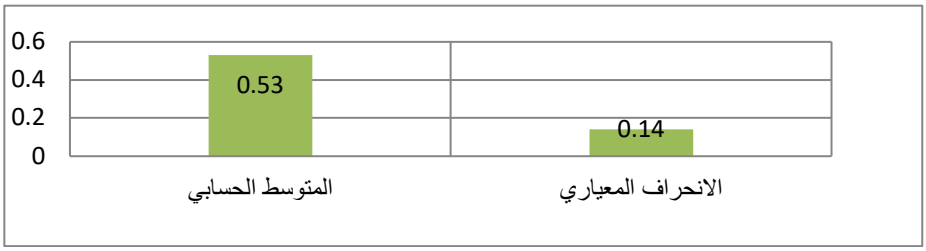
– عرض نتائج الفرضية العامة: تنص الفرضية على "وجود مستوى إدراك مرتفع للضغط النفسي لدى أعوان الحماية المدنية "، وللتحقق من صحة الفرضية، قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا تطبيق اختبار ستيودنت لعينة واحدة One-Sample Test،وجاءت النتائج على النحو التالي:

الجدول 4: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية	0.53	0.14

المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على مخرجات برنامج **spss**

الشكل 3: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية.



المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على الملحق رقم-4-

من خلال الجدول رقم (04) والشكل رقم (03) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لمستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية يساوي (0.53) مما يدل على أنه مرتفع، وسنتأكد من ذلك من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي بتطبيق اختبار ستيودنت لعينة واحدة One-Sample Test.

الجدول 5: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية:

الفرضية العامة	One-Sample Testاختبار ستيودنت لعينة واحدة						القرار الإحصائي
	قيمة الاختبار T	درجة المعنوية Sig	درجة الحرية Df	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	متوسط الفروق	
يوجد مستوى إدراك مرتفع للضغط النفسي لدى أعوان الحماية المدنية.	2.281	0.019	99	0.5344	0.50	0.0344	هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي عند مستوى دلالة (0.05)

المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على مخرجات **spss**

من خلال الجدول رقم(05) نجد أن قيمة الاختبار (**T**) تساوي (2.281) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (0.019) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وبالتالي هناك دلالة إحصائية للاختبار عند مستوى دلالة (**0,05**)، ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي عند مستوى دلالة (0.05) وعند المقارنة بينهما نجد أن الفروق لصالح المتوسط الحسابي بمتوسط فروق (0.0344) ومنه فإن الفرضية العامة محققة ومقبولة.

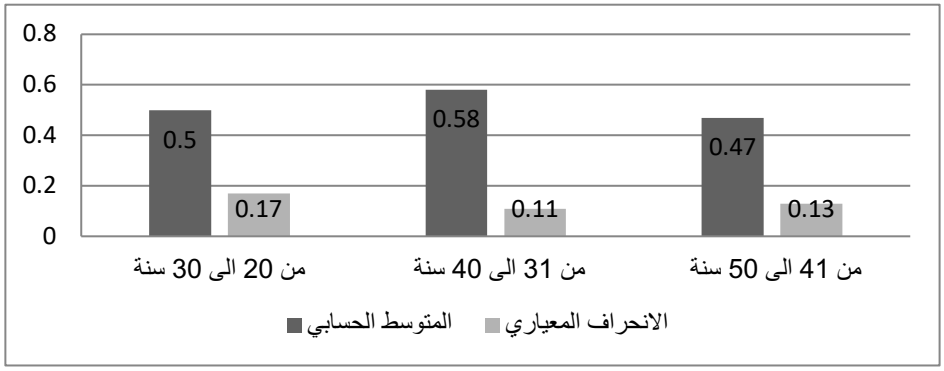
2**–عرض نتائج الفرضية الأولى:** تنص الفرضية على "وجود اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير السن"، وللتحقق من صحتها تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، كما قمنا بتطبيق اختبار تحليل التباين (**ANOVA**) وحساب قيمة الاختبار(**F**)، درجة المعنوية(**Sig**) ودرجة الحرية(**DF**) وجاءت النتائج على النحو التالي:

الجدول **6**: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب السن

الفئات العمرية	عدد الأفراد في الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
من 20 إلى 30 سنة	25	0.50	0.17
من 31 إلى 40 سنة	48	0.58	0.11
من 41 إلى 50 سنة	27	0.47	0.13

المصدر: من إعداد الباحثتين

الشكل 4: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب السن.



المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على الملحق رقم-6-

من خلال الجدول رقم (08) والشكل رقم (05) نلاحظ وجود فروق واضحة لصالح فئة (من 31 إلى 40 سنة) في مستوى الضغط النفسي المدرك، وسنتأكد من دلالة هذه الفروق من خلال تطبيق اختبار تحليل التباين **ANOVA**.

الجدول 7: يوضح الفروق في مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب السن

الفرضية الأولى	اختبار تحليل التباين ANOVA			القرار الإحصائي
	قيمة الاختبار F	درجة المعنوية Sig	درجة الحرية DF	توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)
"يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير السن"	5.77	0.004	97	

المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على مخرجات **spss**

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن قيمة الاختبار (**F**) تساوي (5.77) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (0.004) وهي أقل من مستوى دلالة (0.01) وبالتالي هناك دلالة إحصائية للاختبار عند مستوى دلالة (0.01) ومنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية تعزى إلى متغير السن عند مستوى دلالة (0.01)، وبالتالي الفرضية الأولى محققة (مقبولة) مع نسبة خطأ 1%.

– عرض نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية على" وجود اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير الخبرة المهنية".وللتأكد من صحة الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وكذا تطبيق اختبار تحليل التباين ANOVA للتأكد من دلالة الفروق. وجاءت النتائج على النحو التالي:

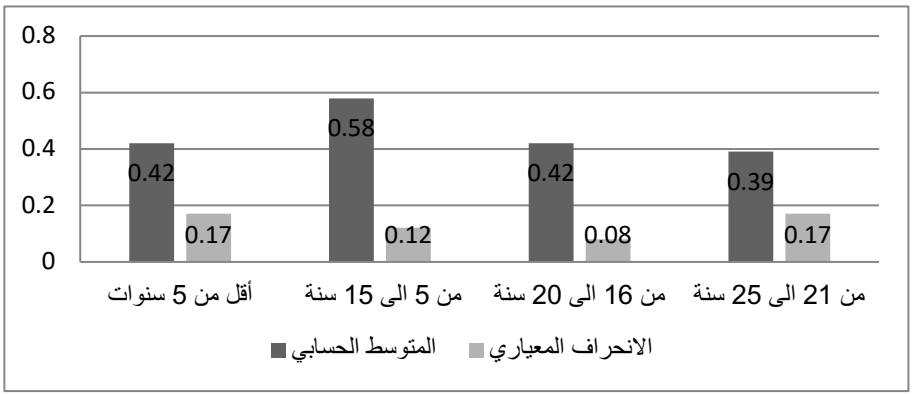
الجدول **8**: يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب الخبرة المهنية.

فئة الخبرة المهنية	عدد الأفراد في الفئة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
أقل من 5 سنوات	13	0.42	0.17
من 5 إلى 15 سنة	68	0.58	0.12

من 16 إلى 20 سنة	17	0.42	0.08
من 21 إلى 25 سنة	2	0.39	0.17

المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على مخرجات **spss**

الشكل 5 : يوضح مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب متغير الخبرة المهنية



المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على الملحق رقم-10-

من خلال الجدول رقم (06) والشكل رقم (04) نلاحظ أن هناك فروق واضحة لصالح فئة (من 5 إلى 15 سنة) في مستوى الضغط النفسي المدرك، وسنتأكد من دلالة هذه الفروق من خلال تطبيق اختبار تحليل التباين ANOVA.

الجدول 9 : يوضح الفروق في مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية حسب الخبرة المهنية.

الفرضية الثانية	**اختبار تحليل التباين ANOVA**			**القرار الإحصائي**
" يوجد اختلاف في إدراك الضغط النفسي لأعوان الحماية المدنية يعزى إلى متغير الخبرة المهنية".	قيمة الاختبار F	درجة المعنوية Sig	درجة الحرية DF	توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)
	12.04	0.000	96	

المصدر: من إعداد الباحثتين اعتمادا على مخرجات **spss**

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن قيمة الاختبار (**F**) تساوي (12.04) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (0.000) وهي أقل من مستوى دلالة (0.01) وبالتالي هناك دلالة إحصائية للاختبار عند مستوى دلالة (0.01)، ومنه فهناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي المدرك لدى أعوان الحماية المدنية تعزى إلى متغير الخبرة المهنية عند مستوى دلالة (0.01)، وبالتالي الفرضية الثانية محققة (مقبولة) مع نسبة خطأ 1**%**.

5- تفسير ومناقشة النتائج:

تفسير نتائج الفرضية العامة: من خلال نتائج الدراسة يتضح لنا تحقق الفرضية العامة والتي تنص على وجود مستوى إدراك مرتفع للضغط النفسي لدى أعوان الحماية المدنية بحيث تحصلنا على مستوى مرتفع، وهذا رغم اختلاف المصالح والمهام التي يكلف بها الأعوان كل حسب المنصب الذي يشغله والرتبة العسكرية التي يتقلدها، إضافة إلى تخصص الفرقة التي ينتمي إليها، ففرقة التدخل الاستعجالي مثلا تعتبر من الفرق الأكثر ضغطا مقارنة بالفرق الأخرى بحسب التدخلات الاستعجالية التي يقومون بها، رغم ذلك تبقى المهام الرئيسية لعون الحماية هي التدخل السريع والفوري لأي طارئ يستدعى إليه، لذلك فإن مستوى الضغط ومدى إدراكه للمسؤوليات المسندة إليه ظهر مرتفعا في دراستنا، هذه النتيجة توافقت مع الدراسة التي قام به SIPOS ET[24] KITTEL(2008) على 251 عون حماية في مدينة بروكسل والذين يشتغلون في مصلحة الحرائق والمساعدة الطبية الاستعجالية. كما توافقت أيضا نتائج دراستنا مع الدراسة التي قام بها بها Baptise (2017) حول خصائص وصحة أعوان الحماية المدنية الشباب في haute– vienne بفرنسا وكانت النتائج أن 50**%** من الأعوان كان مستوى إدراكهم للضغط مهما جدا و20**%** منهم كان مستوى ضغطهم عالي جدا خصوصا في المواقف التي تستدعي الكفاءة في العمل والحيوية وكذا وضعيات الفقدان وإصابة الذات أو إصابة زميل أو قريب، و61**%** منهم استجابوا للضغط بصورة عالية نسبيا[25].

تفسير نتائج الفرضية الأولى: أما بالنسبة للفرضية الأولى فلقد تحققت إذ أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي يعزو إلى متغير السن، إذ نالت الفئة العمرية المتوسطة والتي تتراوح ما بين 31 و40 سنة المتوسط الحسابي الأعلى من بين الفئات الأخرى وذلك بنتيجة**0,58** لتليها الفئات الأخرى، وهذا يعود حسب ملاحظتنا في ميدان عملهم إلى أن هذه الفئة من الأعوان ورغم خبرتهم، إلا أن إدراكهم للضغط مرتفع بسبب زيادة الوعي لديهم والمسؤولية المهنية. كما لم تكن بعيدة فئة الأعوان الأصغر سنا بسابقيهم والتي تتراوح أعمارهم ما بين 20 و30 سنة عن مستوى ضغط متوسط بقيمة **0,50** رغم أنهم لا يكلفون كثيرا بالمهام الصعبة مباشرة بعد استكمالهم للتربص. هذه النتائج كانت متوافقة مع دراسة SIPOS ET KITTEL (2008)[26] اللذان توصلا في دراستهما مع أعوان الحماية المدنية إلى أن 26**%** من الأعوان الذين تتراوح أعمارهم بين 30 و39 سنة كان مستوى ضغطهم مرتفعا بالنسبة للفئات الأخرى، لانخراطهم المباشر في المهنة واتخاذ القرارات، كما صنفت الفئة العمرية الأقل من 29 سنة

في خانة النشطين والمتحمسين للعمل لكن بدون تطبيق فعلي في الميدان، وعزا الباحثان ذلك إلى مدة التعرض القصيرة للضغط مقارنة بزملائهم الأكبر سنا. كما توافقت نتائج الفرضية مع الدراسة التي قامت بها المديرية الفرعية للنشاط الاجتماعي(SDAS) التابعة للمديرية العامة للحماية المدنية في 2016 على عينة قوامها 150 عون من مختلف الرتب موزعين على21 ولاية، لهدف الكشف عن أثار الضغط المهني على العاملين وذلك من خلال إحصاء عدد العطل المرضية، وتوصلت الدراسة إلى أن النسبة العالية للضغط كانت لصالح الفئة الذين تتراوح أعمارهم بين 31-35 سنة فهم أكثر الفئات التي كانت تقوم بإيداع العطل المرضية بكثرة، لتليها الفئات الأخرى[27]. فالمواقف التي يتعرض لها العون المتدخل تكون غالبا مشحونة بالانفعالات القوية، ما يحرر لديه الخيال في معظم الأحيان بطريقة سلبية[28].

تفسير نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على وجود اختلاف في مستوى الضغط النفسي المدرك يعزى إلى متغير الخبرة المهنية لدى أعوان الحماية المدنية، فلقد تحققت إذ توصلت نتائج الدراسة إلى أن الخبرة المهنية الممتدة ما بين 5 إلى 15سنة كانت بمتوسط حسابي 0،58 أعلى من الفترات الأخرى، وهذا يعود إلى نشاط هذه الفترة بالتدخلات الفعلية والجدية، فالتكليف الذي يحظى به الأعوان المتدخلون خاصة، يتعلق بمهمات معقدة وخطيرة تتطلب حزما وجدية أكثر ومسؤولية عالية لتفادي أي خطا مهني أو فشل في عملية الإنقاذ .كما توافقت هذه النتائج مع الدراسة التي قام بها Didier Perrot (2011) في المركز العملياتي (SDIS 14) في فرنسا على عينة قوامها 50 عون حماية مدنية تتراوح أعمارهم بين 20-55 سنة، وذلك لهدف التوصل إلى معرفة أنواع الضغوط التي يعاني منها الأعوان، فتوصلت الدراسة إلى وجود ضغط مهني في مختلف مراحل التدخل الثلاثة (قبل -أثناء-بعد)،كما لوحظ اختلاف في الإدراكات الشخصية وكذلك في مستوى الضغط لدى العاملين خصوصا في فرق التدخل[29].

6-الاستنتاج العام:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى إدراك الضغط النفسي لدى أعوان الحماية المدنية بالوحدة الوطنية للتدريب والتدخل بالدار البيضاء، ولقد أظهرت النتائج ارتفاعا في مستوى الضغط النفسي المدرك لديهم، وهذا إن دل على شيء فهو يدل على المهام الصعبة التي يكلف بها الأعوان أثناء تأدية مهامهم، إضافة إلى المسؤولية والالتزام في العمل والخضوع للنظام شبه العسكري. كما حاولنا أيضا معرفة العلاقة بين مستوى إدراكهم للضغط بمتغير السن والخبرة المهنية، ولقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لهذين المتغيرين، فلقد تبين أن صغر السن والفترات الأولى من العمل هي فترات مشحونة بالانفعالات القوية، فالحماس و الدافعية وحب الاستكشاف وعدم الإخفاق في المهام الموكلة إليهم كلها انفعالات من شانها أن ترفع من مستوى الضغط لديهم، وقد تستمر تلك الشحنات الانفعالية لمدة طويلة ما لم يتعلموا كيفية التحكم فيها حفاظا على لياقتهم البدنية وصحتهم النفسية.

7- الخاتمة والاقتراحات:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج لا يسعنا إلا أن نشير إلى أن الاهتمام أكثر بهذه الشريحة من العمال ضروري جدا لما تواجهه من ضغوطات كثيرة في الميدان، لذلك فإن تقديم الدعم المهني والاجتماعي مهم جدا لتحفيزهم أكثر لمواجهة التحديات اليومية التي تفرضها هده المهنة النبيلة. وما يمكن تقديمه من اقتراحات بعد هذا المسعى البحثي هو:

– القيام بدراسات أوسع من طرف الأخصائيين النفسانيين مع هؤلاء المهنيين الإنسانيين والعمل مع عينة أكبر للتمكن من حصر مشكلات نفسية أخرى والحد من المشكلات النفسية الأخرى.

– ضرورة وضع استراتيجيات علاجية ووقائية وتسطير برامج إرشادية للتدخل المبكر والتخفيف من حدة ومستويات وأشكال الضغوط.

– توعية المسؤولين في القطاع بضرورة الاهتمام بالجوانب الاجتماعية والمهنية الأخرى التي تؤثر بالجانب النفسي للأعوان.

– الاهتمام بالجانب النفسي للأعوان مثله مثل تحسين ظروف العمل وتوفير بيئة مناسبة تتوافق مع طبيعة العمل والمتطلبات التي هي في تغير مستمر، وذلك بمشاركة المسؤولين في القطاع والأخصائيين في تقديم الدعم و بذل المزيد من الجهد والاهتمام للإصغاء لمشكلاتهم واحتياجاتهم وإيجاد حلول واقعية لهم.

المراجع:

[1] – ابراهيم رضوان بوناب، *الضغط النفسي لدى عمال قطاع المحروقات وعلاقته بدافعية الإنجاز* .مذكرة ماجستير، 2013 .سطيف :جامعة فرحات عباس.

[2] Jeff, P. (2018, 5 3). The modern workplace can inflict dangerous levels of stress on employees. Récupéré sur BBC Worklife: https //bbc.com/worklife/article/201850 2

[3] Lazarus, R. S., Folkman, S, Stress Appmisal and Coping, Springer, 1984.

[4] –لميعة الشيوخ، *الاحتراق النفسي لدى المعلمة وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم*. مذكرة ماجستير، السعودية، 2011،ص24

[5] – Anne, C, Impact du stress sur la santé mentale des travailleurs humanitaires. *Travail de Bachelor* . Filière soins infirmiers: sous la direction de: Catherine Matter Haute Ecole de Santé Fribourg, (2011), p 24.

[6] – Lavillunière, M. N., Leifflen, M. D., Arvers, M. P. *Stress et santé au travail chez les sapeurs-*

pompiers de Paris. Dossier spécial: Santé au travail, (2006), p 90

[7] أمال عماني، *استراتجيات التعامل مع الضغط الناتج عن التدخلات عند كل من المصابين بالاحتراق النفسي واضطراب الضغط ما بعد الصدمة*. مذكرة ماجستير، 2013، جامعة العفرون.

[8] ليندة موساوي، *علاقة الضغط المهني ببعض المتغيرات المهنية والفردية عند الممرضين*، مذكرة ماجستير، علم النفس العمل والتنظيم، 2001، جامعة الجزائر، ص:43

[9]- Boudarene, M, le stress, entre bien être et souffrance, ALGER : Boti, 2005.

[10] Kakoli, S, Relationship between Job Satisfaction and Job Stress Amongst Teachers Managers. Indian Journal of Industrial Relations , (2008), *44* (1), p 16.

[11] NIOSH, Exposure to Stress Occupational Hazards in Hospitals. Department of Health And Human Services Centers for Disease Control and Prevention National Institute for Occupational Safety and Health, 2008.

[12] فوزي ميهوبي، *المناخ التنظيمي السائد داخل المؤسسة الصحية وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى الممرضين:دراسة ميدانية لبعض المؤسسات الصحية بالعاصمة*، مذكرة ماجستير، جامعة البليدة، 2008.

[13] Gh Yousefy, R Ghassemi,Job burnout in psychiatric and medical nurses in Isfahan, Eastern Mediterranean Health Journa , *12* ,issue 5 , 2006.

[14] Statistique, *Stress perçu dans la vie, selon le groupe d'âge,* Canada, 2019.

[15] Bruno, B, *Avec l'expérience, les cadres formateurs arrivent à canaliser le stress*. Récupéré sur https://www.cadredesante.com/spip/profession/sante/article/avec-l-experience-les-cadres-formateur-arrivent-a-canaliser-le-stresundi (2019, mai 27).

[16] - Lazarus, R. S., Folkman, S, Op.Cit.

[17] الجريدة الجريدة الرسمية، القانون العملي الخاص بالحماية المدنية، الجزائر، (2011)، ص 19.

[18] نفس المرجع، ص 22.

[19] رابح تركي، *مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس*، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 2004، ص1.

[20] Levenstein, Psychological Stress and Disease Activity in Ulcerative

Colitis. American Journal of Gastroenterology , 1993.

[21] حكيمة ايت حمودة، *دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسدية والنفسية*. أطروحة الدكتوراه، علم النفس العيادي، جامعة الجزائر، 2006

[22] نفس المرجع، ص 226

[23] نفس المرجع، ص 233

[24] Sipos, S., Kittel, F. Quantification du stress d'une population de sapeurs-pompiers, *Elsevier* (69), 2008.

[25] Baptise, H. Evaluation de l'état de santé des sapeurs-pompiers du Service Départemental d'Incendie et de Secours de la Haute-Vienne (SDIS 87), *These de doctorat en medicine*, Faculté de medecine: Université de LEMOGES, 2017

[26] Sipos, S., Kittel, F, Op.Cit.

[27] - Benrahal, N. Protection civile : La bonne préparation psychologique des sapeurs-pompiers,un enjeu fort pour la DGPC. Journal Quotidien Horizons, (2016, November 9).

[28] هناء بوحارة، *الاحتراق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية*، مذكرة ماجستير، جامعة سطيف، الجزائر، 2012، ص:13

[29] Didier, P. stress opérationnel chez le sapeur pompier, identification, facteurs de risque et traitements, 2011