مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف
مجلة دولية نصف سنوية ISSN :2602 554X-
المجلد 02 العدد 01 السنة 2017 ص ص: 21-43

الضغوط النفسية المهنية التي يواجهها الممرضين العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء – - دراسة ميدانية بالمؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية المعذر- باتنة -

سعادنة سكينة* صوالحي صلاح الدين
مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي ج. باتنة1 مخبر التطبيقات النفسية في الوسط العقابي ج. باتنة1
saadnasakina@gmail.com salahautisme@gmail.com

تاريخ الاستلام:04 /2017/02 تاريخ النشر: 2017/06/30

ملخص :
هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الضغوط النفسية المهنية التي يتعرَّض لها الممرضون العاملين في مصلحة الطب العقلي للنساء التابعة للمستشفى المتخصص في الأمراض العقلية وفقاً لمتغير(الخبرة المهنية) وقد تكوَّنت عينة الدراسة من(04) حالات واعتمدنا في الدراسة على منهج دراسة الحالة استخدمت في الدراسة أدوات والمتمثلة في المقابلة العيادية النصف موجهة، ومقياس إدراك الضغط (PSQ) للفنستاين Levenstei لقياس الضغوط النفسية المهنيَّة، وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:
-يعاني أفراد العينة من ضغوط نفسية مهنية متباينة النسب من مرتفع إلى منخفض ويعزى ذلك إلى متغير الخبرة المهنية
الكلمات المفتاحية : الضغط النفسي المهني ، التمريض ، الأمراض العقلية

Abstract
The study aimed at identifying the level Occupational psychological stress Which are exposed to Working nurses In the interest of women's mental medicine Of the psychiatric hospital – elmadher - According to the variable (professional experience). The study sample consisted of (04) cases In the study, we adopted a case study methodology
In the study, tools were used, namely the half-directed clinical interview, and the PSQ of Levenstein.
The study found the following results
-The members of the sample suffer from professional psychological pressure of different ratios from high to low due to the variable professional experience**.**
Keywords : Occupational psychological stress **stress, nursing, mental illness**

* المؤلف المرسل

مقدمة

يعيش الإنسان في هذه الحياة من أجل ان يوفر ويؤمن العيش لنفسه ويصارع من اجل ان يحيا حياة رغد وبذلك فهو يقوم في حياته العملية و الشخصية بالعديد من الاعمال والمهام التي يستطيع من خلالها تحقيق ما يصبو إليه ويحتاجه في حياته اليومية حيث تتطلب تلك الأعمال قدرا معينا من الطاقة سواء كانت تلك الطاقة جسمية أو نفسية أو عقلية لإنجازها .

وعلى الرغم من تطور التكنولوجيا الحديثة وتوفيرها للتسهيلات على الإنسان فلا يستطيع تحمل الأعباء المتزايدة والتي تفوق قدرته على التحمل فيعجز على التكيف معها مما يسبب له ضغوطا نفسية. التي تعد من الظواهر النفسية الشائعة التي أصبحت ترافق الإنسان في شتى مجالات حياته اليومية، وخاصة منه العملية.فنجد الإنسان يشعر دائما بالمتعة والسرور حيث يصل الى إشباع حاجاته ويشعر بالضيق أو الضغط النفسي إذا منع من إشباع تلك الحاجات،ويحدد (**ماك لين**) متغيرين اساسيين يؤديان بالعمل الى تجاوز حدود الاحتمال وبالتالي الى ضغوط نفسية مرتبطة بالعمل وهي العبء الكمي وهو زيادة حجم العمل المطلوب انجازه والعبء الكيفي وهو ان العمل يتطلب مهاما صعبة في تحقيقها فروتينية العمل وكثافته وصعوبته كلها مسببات للضغط النفسي فنحن نتعرض جميعنا الى انجاز مهام كثيرة بإمكانات قليلة في زمن محدد مما يتسبب في دلك الإحساس بالضغوط. **(فاروق السيد ، 2001 ، ص 189).**

وعندما نتحدث عن الضغوط النفسية أو الضغوط في العمل فإننا نتحدث عن مشكلة رافقت الانسان منذوجوده على الارض وبدا العمل على وجه الأرض وخاصة إذا كان العمل في مجال الصحة والتمريض والتي تعد من أنبل وأصعب مهام توكل للفرد .أين يجد نفسه يتصارع في جميع الجهات مع المريض ومع المرض ومع مسؤوليه ويتحمل أعباء مسؤولية أكثر من طاقته وبالتالي دائما نجدهم ربما يعانون من ضغوطات نفسية .

و من خلال هذه الدراسة نحاول ان نتعرف على معاناة الممرضين من الضغوط النفسية المهنية بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الاستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية

1 . إشكالية الدراسة :

يعد القلق و الضغوط النفسية المهنية ومصادرها و أثارها للعاملين في المؤسسات المختلفة بصفة عامة والمؤسسات الصحية والمتنوعة بتخصصاتها بصفة خاصة وخاصة منهم العاملين في مجال التمريض او الشبه الطبيين ونتيجة لما تسببه هذه الضغوط من نتائج سلبية على نفسية الممرضين من الموضوعات التي نالت اهتمام الكثير من الباحثين في الآونة الأخيرة .ومما لاشك فيه ان ظروف العمل

الحالية في كثير من المهن تسبب الشعور بالضغط لدى الكثير من العمال كبعض المهن التي من طبيعتها أكثر جلبا للضغوط عن غيرها وخاصة المرتبطة بالمجال الصحي والتي يتعامل فيها العامل مباشرة مع الناس والتي يكرسون أنفسهم لخدمة أو رعاية المرضى ومساعدتهم على استرداد صحتهم وتأهيلهم للاعتماد على أنفسهم وتؤكد معظم الدراسات ان العاملين في ميدان الصحة والرعاية الطبية ، معرضون للضغوط أكثر من غيرهم نظرا لكثرة المسؤوليات الملقاة عليهم والمتطلبات والأعباء المرتبطة بعملهم والجهد الكبير الذي يبذلونه أثناء التعامل مع المرضى.

يضاف إلى ذلك ما قد يواجهه الممرض في بيئة عمله حيث ان أداء المهام على أكمل وجه يتطلب توفير المعدات الطبية في كل وقت لان عمل الممرض في غالب الأحيان يتوجب عليه ان يكون أني فغياب أو نقص المعدات سيخل بأدائه وقد يعرض صحة المريض للخطر إذا لم يتم تلقينه العلاج فورا .

كما ان طبيعة عمل الممرض تركيز عالي ودائم ، وان من مخاطر هذه المهنة العدوى بأمراض خطيرة وقاتلة ونظرا لأن الممرضين لديهم مسؤوليات أخرى خارج إطار عملهم مسؤوليات ومشاكل اسرية

ونظرا لأهمية موضوع الضغوط النفسية المهنية فقد تناولتها العديد من الدراسات

حيث خلصت **(دراسة النداوي 1994)** أن العاملين في وظائف التمريض يشعرون بضغوط عمل أعلى مما يشعرون بها العاملون في الوظائف الأخرى (**حسن محمد ،2008 ، ص 159)**

وكما نجد دراسة (**قوراري2004**) التي تهدف إلى التعرف على مستوى الضغوط المهنية ودافعية الإنجاز لدى أطباء الصحة العمومية وقد توصلت نتائج الدراسة إلى ان مستوى الضغوط المهنية لدى الأطباء مرتفع **(قوراري حنان ،2014 ، ص6)**

كما توصلت دراسة **(لاماش 1989)** إلى ان العاملين بقطاع الصحة من مشرفين و أطباء وممرضين يظهرون استعدادا كبيرا للإصابة بالضغط نتيجة الضغوطات النفسية و الاجتماعية وهذا لكونهم عرضة لمواجهة العديد من المواقف الضاغطة ، وغالبا ما تعتبر العناية بالآخرين كأحد الأسباب الرئيسية المؤدية للضغط لذلك فان ممارسة هذه المهنة في حد ذاتها مصدر للضغوط **(ايمن عودة ،2006، ص 36)**

وهذا ما يتوافق مع دراسة (مريم 2008) التي هدفت بدورها إلى قياس الضغوط النفسية المهنية التي تواجه الممرضات العاملات في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي وقد توصلت هذه الدراسة إلى أن 78.9 من الممرضات يشعرن بدرجات مرتفعة من الضغوط النفسية **(رجاء مريم، 2008 ، ص 2)**

هذا ان دل على شيء فإنما يدل على حساسية مهنة التمريض مقارنة بغيرها من المهن قد يرجع ذلك إلى الضغوط والمشكلات الوظيفية الصعبة التي يتعرض لها الممرضون بشكل يومي ومتكرر والتي قد تفوق القدرة النفسية والجسمية للمرض ومن الصعب التكيف معها.

ذلك ما يبين حقيقة أن الممرضين قد يكونون من أكثر الفئات المهنية عرضة للضغوط

ومن خلال ذلك جاءت فكرة القيام بالدراسة الحالية ، لمعرفة مستوى الضغوط النفسية المهنية لدى الممرضين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الاستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية وذلك من خلال طرح التساؤل البحثي التالي :

. ما هو مستوى الضغط النفسي المهني لدى الممرضين العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية- المعذر- تعزى للخبرة المهنية ؟

2 . أهمية الدراسة:

تكتسي الدراسة الحالية أهمية كبيرة في مجال التخصص وتتمثل في :

1 ـ طبيعة الفئة المعنية بالدراسة ، أي الممرضين الذين يعدون من أهم الشرائح المهنية في المجتمع وبالتالي توجب أن يحظوا باهتمام في هذا الجانب ، قصد التوصل إلى مجموعة من الاقتراحات المساعدة للقيام بأدوارهم على أحسن وجه.

2 ـ تعد الدراسة الحالية إسهاما في مجال الدراسات النفسية المتعلقة بالتمريض والتي من شأنها أن تفتح دراسات جديدة في هذا المجال.

3 ـ تلقي هذه الدراسة نظرة على الواقع التمريضي في المؤسسة الاستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية إذ ان من خلالها محاولة الكشف عن مستوى الضغوط النفسية لدى الممرضين

4 ـ يمكن الخروج بحلول واقتراحات مناسبة لاتخاذ إجراءات كفيلة للتصدي لهذه الضغوط من طرف المسؤولين في قطاع الصحة لهذه الفئة.

3 . أهداف الدراسة- :

تهدف الدراسة الحالية إلى :

1 ـ معرفة مستوى الضغوط النفسية المهنية لدى الممرضين العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية بالمعذر

2 ـ محاولة الكشف عن معاناة الممرضين العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية بالمعذر من الضغوط النفسية.

3 ـ التعرف على مدى تأثر الضغوط النفسية بكل من الخبرة المهنية (الأقدمية) لدى الممرضين

العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية . المعذر.

4 ـ الكشف على ظواهر الضغط المهني يعتبر على غاية من الأهمية لما لها من أثار وانعكاسات سلبية على الصحة العامة . الجسدية والنفسية .

4 . التعريف بالمصطلحات والمفاهيم :

. الضغط النفسي المهني :

ويقصد به عدم قدرة الفرد العامل على مواجهة أعباء ومتطلبات مهنته بسبب مصادر المحيط المهني في تفاعلها مع العوامل الشخصية بحيث يترتب عن ذلك مجموعة من الآثار النفسية و الفيزيولوجية والسلوكية **(منصوري مصطفى ،2010 ، ص 28)**

تعريف الضغوط النفسية المهنية إجرائيا :

تعرف بأنها الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس الضغوط النفسية وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الضغوط.

. التمريض :

و كما تعرفه الجمعية الكندية للتمريض : بأنه " عناية نشطة و علاقة تعاونية من خلالها يقوم الممرض بمساعدة المريض للوصول إلى المستوى الصحي الأمثل و المحافظة عليه و يصل الممرض إلى هذا الهدف عن طريق تطبيق المعلومات و المهارات التي تعلمها من التمريض و المجالات الأخرى مستخدما في ذلك عمليات التمريض . **(شعبان شقورة ، 2002 ، ص 51 ، 52)**

. تعريف الإعاقة العقلية إجرائيا:

تعرف الإعاقة العقلية إجرائيا بأنها قصور واضح في الأداء الوظيفي والسلوك التكيفي للفرد ،ويكون في مرحلة متوسطة بين التدهور الإدراكي والمعرفي المتوقع للتقدم الطبيعي في العمر ويقاس بمقاييس مختلفة خاصة بالعمر العقلي ونسبة الذكاء .

مصلحة الطب العقلي للنساء :هي إحدى المصالح التابعة لمستشفى الأمراض العقلية ـ المعذر.

والتي تقدم خدمات صحية ونفسية على مدار الساعة بإشراف أطباء عامون وأطباء مختصين في الأمراض العقلية وجهاز تمريض مؤهل وتستقبل المصلحة المريضات اللائي يعانيين من اضطرابات نفسية وعقلية أكثر من السن 18

5 . محاور البحث:

أولا . الضغط النفسي المهني

ثانيا ـ التمريض .

ثالثا . الإعاقة العقلية

أولا ـ الضغط النفسي المهني:تعريفه، عناصره، مراحله

1 . تعريف الضغط النفسي المهني:

يعتبر Lazarus et folkman الضغوط المهنية تحدث عندما تكون مطالب بعمل شاق ومرهق وتتجاوز مصادر التوافق لدى الفرد أي انها تنشأ من عدم التوازن بين مطالب العمل وقدرة العامل على الإستجابة لها **(لعجايلية يوسف، 2015 ،ص 32)**

2 ـ عناصر الضغوط النفسية المهنية-:تتكون الضغوط المهنية من العناصر التالية **المثير،التفاعل،الاستجابة.**

2 ـ 1 ـ المثير: ويشمل القوى المسببة للضغط سواء كانت تتعلق بالبيئة أو الفرد نفسه

2 ـ 2 . الاستجابة: وتتمثل في ردود فعل نفسية أو جسمية أو سلوكية تجاه الضغوط **مثل :**

أ ـ الإحباط- : ويحدث نتيجة العائق بين السلوك والهدف الموجه له

ب ـ القلق :وهو عدم الإحساس بالاستعداد للاستجابة بصورة ملائمة لبعض المواقف

2 . 3 ـ التفاعل :يحدث بين مسببات الضغوط **(لعجايلية يوسف، 2015 ، ص32)**

3 . مراحل الضغط النفسي المهني :

3 . 1 . مرحلة التعرض للضغط (الإنذار المبكر) :يطلق عليها البعض مرحلة الإحساس بوجود الخطر ، وتبدأهذه المرحلة بالإنتباه لوجود حدث يخرج عن المألوف ويلد بدوره ردود فعل فيسيولوجية فورية أي ان الفرد يواجه ضغوط بفعل مثير داخلي كان أو خارجي. **(سهام موفق، 2015 ،ص33)**

3 ـ 2 . مرحلة المقاومة:يطلق عليها ايضا مرحلة التكيف أو التوازن وهي مرحلة أساسية ليميكانيزم الضغط تسير بواسطة الجهاز الودي ويزداد النشاط الفيسيولوجي في هذه المرحلة تزايد سريعا يجعل الفرد يعيش ضغوطا يوميا وتوترا داخليا. **(مزياني فتيحة، 2007 ،ص 37)**

3 . 3 ـ مرحلة الإنهاك:يدخل الفرد في هذه المرحلة إذا استمر الضغط وتبدأ العمليات الجسمية في الإنهيار ويصبح الفرد عاجزا عن التكيف مما يترتب عليه ظهور بعض الأمراض المتعلقة بالضغط النفسي .مثل الصداع المستمر

(قدور يالحاج، 2016 ،ص 7)

ثانيا . التمريض:

1 . تعريف التمريض :

تتبنى الجمعية الأمريكية للتمريض التعريف التالي : " التمريض مهنة تتضمن تشخيص و علاج استجابات الإنسان للمشاكل الصحية التي يعاني منها حاليا و التي يمكن حدودها مستقبلا .

. و كما تعرفه الجمعية الكندية للتمريض : بأنه " عناية نشطة و علاقة تعاونية من خلالها يقوم الممرض بمساعدة المريض للوصول إلى المستوى الصحي الأمثل و المحافظة عليه و يصل الممرض إلى هذا الهدف عن طريق تطبيق المعلومات و المهارات التي تعلمها من التمريض و المجالات الأخرى مستخدما في ذلك عمليات التمريض .

(شعبان شقورة ، 2002 ، ص 51)

2 . تعريف الممرض:

الممرض هو إنسان مهني لديه الحصيلة المعرفية والمهارة والثقة بالنفس التي تمكنه من العمل في مختلف الوحدات الصحية وهو عنصر نشط في إدارة المؤسسة الصحية وإحداث التغيرات الإيجابية فيها .

كما يعرفون أيضا بانهم بأنهم الأشخاص الذين يقدمون الخدمات التمريضية سواء كانوا قد أكملوا دراسة التمريض في مدرسة أو معهد أو جامعة **(البدوي طلال ،2000 ، ص 33 . 34)**

3 . أدوار الممرض :

3 . 1 . الدور الشفائي(العلاجي) : يستخدم الممرض الأساليب التي تساعد في إنجاح الشفاء الطليعي كتغيير الضمادات وإعطاء الأدوية للمرضى وغيرها من المهارات

3 . 2 . دور العناية(المواساة) :أن الممرض يدعم المريض عن طريق اتجاهاته وأعماله التي تظهر اهتمامه برفاهية المريض وتقبله له كإنسان ، ويحرص الممرض أن لا يضع القرار نيابة عن المرضى ولكنه يشجعهم على المشاركة في إعداد الخطط للعناية بهم

3 . 3 . دور التواصل:ويشمل جمع المعلومات وتوصيلها للآخرين وبتواصل الممرض مع المرضى وأسرهم ومع كل أعضاء الفريق الصحي

3 . 4 . دور التعليم:يقوم التمريض بدور التعليم حيث يقومون بتزويد المعلومات وتعزيز التغير السلوكي والعمل على توفير بيئة مناسبة تمكن المريض من التعلم وتحديد حاجاته

3 . 5 . دور التخطيط:يمارس التخطيط من خلال جميع مراحل عملية التمريض من اجل تحقيق الأهداف المتوقعة من العناية الصحية

3 . 6 . دور التنسيق:التنسيق بين المرضى وأسرهم والاختصاصيين في مجال الصحة

3 . 7 . دور الحماية : وهذا يشمل النشاطات التي يقوم بها التمريض لحماية الإنسان من الإصابات والمضاعفات وتعقيم المواد وتزويد الناس بالمعلومات عن الأمراض المعدية وطرق الإصابة بها وكيفية منع حدوثها والإسعافات الأولية وإجراءات الوقاية منها.

3 . 8 . دور إعادة التأهيل:ويشمل النشاطات التي ترفع من إمكانيات المريض إلى الحد الأقصى وتخفيف القيود عليها إلى الحد الأدنى وغالبا ما تساعد هذه النشاطات المريض على اكتساب مهارات جديدة.

(ابتسام أحمد ، 2008 ، ص 34 . 35)

ثالثا . الإعاقة العقلية

1 . تعريف الإعاقة العقلية :

تعرف الرابطة الأمريكية الإعاقة الذهنية إنها عجز يتميز بأوجه قصور واضحة في كل من الأداء الوظيفي العقلي والسلوك التكيفي ويظهر هذا القصور في المهارات المفاهيمية و الاجتماعية و التكيفية ويظهر هذا القصور في السن (18 سنة) **(فتحي السيد ،1999 ، ص 46 . 50)**

2 . تصنيف الإعاقة العقلية:

تصنف الإعاقة العقلية وفقا لعديد من المتغيرات وهي كالتالي

2 . 1 . حسب متغير الشكل الخارجي :حالات متلازمة داوون ، اضطرابات التمثيل الغذائي ،صغر حجم الدماغ ، كبر حجم الدماغ ، حالات الإستسقاء الدماغي

2 . 2 . حسب متغير نسبة الذكاء:ويقصد بذالك تصنيف الحالات حسب قدراتها العقلية وموقعها على منحنى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية وتضم حالات الإعاقات العقلية البسيطة والشديدة والمتوسطة

2 . 3 . حسب متغير البعد التربوي :ويقصد بذلك تصنيف الإعاقة حسب قدرتها على التعلم وخاصة المهارات الأكاديمية المدرسية التروية وتضم حالات ، قابلة للتعلم والتدريب

2 . 4 . حسب متغير نسبة الذكاء والتكيف الاجتماعي :وتضم حالات الإعاقات العقلية البسيطة والشديدة والمتوسطة والشديدة جدا وقد تبنت هذا التصنيف المشهور الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي **(الروسان،2003 ص 08)**

3 . أسباب الإعاقة العقلية :

تصنف إلى ثلاث مجموعات رئيسية هي :

3 . 1 . مجموعة أسباب قبل الولادة : التي تحدث أثناء فترة الحمل أي منذ لحظة الإخصاب وحتى قبيل مرحلة الولادة وتقسم هذه المجموعة من الأسباب إلى مجموعتين هما :

أ – العوامل الجينية :

ويقصد بها تلك العوامل الوراثية وهي انتقال الصفات الوراثية من الآباء إلى الأبناء عند عملية الإخصاب والجينات هي التي تحمل تلك الصفات الوراثية

ب– العوامل الغير جينية : ويقصد بها تلك العوامل البيئية التي تؤثر على الجنين في هذه المرحلة ولا تقل هذه العوامل في أثرها عن العوامل الجينية ومنها :

1 .الأمراض التي تتصل بالأم الحامل مثل :مرض الحصبة الألمانية ومرض السكري

2 - -سوء تغذية الأم الحامل

. 3 .الأشعة السينية

4 . العقاقير و الأدوية.

5 . تلوث الماء والهواء.

3 . 2 . أسباب أثناء الولادة:

1 . نقص الأكسجين أثناء الولادة

2 . الصدمات الجسدية

3 . الالتهابات.

3 . 3 . مجموعة أسباب ما بعد الولادة :

وهي الأسباب التي تحدث بعد عملية الولادة وتعتبر مسؤلة عن معظم حالات الإعاقة العقلية ومن أهمها

1 سوء التغذية

2 . الأمراض والالتهابات

3 . الحوادث والصدمات

4-العقاقير والأدوية.**(مرجع سابق : ص09)**

7 . الإجراءات الميدانية للدراسة :

1 -منهج الدراسة:

تختلف المناهج باختلاف مواضيع الدراسة فهو الطريقة التي يسلكها الباحث للوصول الى نتيجة معينة و ذلك كون الباحث يحاول الوصول الى الحقيقة من خلال مجموعة من القواعد المنهجية

ويعد منهج دراسة الحالة أحد المناهج المهمة والأساسية في مجال الدراسات النفسية ، ولقد اعتمدنا عليها لكونها المنهج الملائم لطبيعة تساؤلاتنا وموضوع الدراسة من جهة و فردانية الحالات من

جهة أخرى ، وهو بمثابة الملاحظات العميقة والمستمرة للحالات الخاصة والذي من خصائصه دراسة كل حالة .

2 . عينة الدراسة :

تتمثل عينة الدراسة في مجموعة من الممرضات العاملات بمصلحة الطب العقلي للنساء بمستشفى الأمراض العقلية المعذر و تتكون من (4 حالات)وتم اختيار العينة بطريقة قصدية وذلك وفقا لمتغير سنوات الخبرة (الأقدمية)

والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير سنوات الخبرة (الأقدمية)

العينة	1	2	3	4
سنوات الخبرة (الأقدمية المهنية)	25 سنة خبرة	14 سنة خبرة	07 سنوات خبرة	05سنوات خبرة

3 . أدوات الدراسة:

تعتبر ادوات البحث ذات اهمية فهي بمثابة مفاتيح يلجأ إليها الباحث لجمع المعلومات ، وقد تم الأستعانة بالأدوات التي تخدم موضوع الدراسة والمتمثلة في المقابلة العيادية النصف موجهة ، ومقياس إدراك الضغط (PSQ) للفنستاين (.Levenstein

1 . المقابلة العيادية النصف موجهة:

المقابلة العيادية من الأدوات الأكثر شيوعا لجمع المعلومات إذ يستخدمها الباحث العيادي للاتصال مع المفحوص وتعتبر تبادلا لأقوال بين الفاحص والمفحوص ، وعلى الفاحص أن يكون ذو أذان صاغية ويسهل دائما الكلام أخذا بعين الاعتبار الاتصال غير الشفوي .

وتعرف بصفة عامة بأنها محادثة موجهة يقوم بها الفرد مع أخر للحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات للإستخدامها في البحث العلمي **(محمد شفيق،1958 ، ص106).**

وتعرف favezboutennie دراسة الحالة في علم النفس العيادي بأنها الفحص العميق لحالة فردية وذلك انطلاقا من ملاحظة وصفية معينة وربطها بتاريخ المفحوص ويسمح ذلك بفهم المفحوص في كل معاشه . **(عنوة، 2005 ،ص267)**

إن طبيعة البحث الذي نقوم به يستدعي استعمال المقابلة النصف موجهة لأنها تخدم موضوع بحثنا ، فهي ليست مفتوحة تماما إذ انها تحدد للمفحوص مجال السؤال وتعطيه نوع من الحرية في التعبير في حدود السؤال المطروح

2 -مقياس ادراك الضغط (Questionnaire de la perception du stress: QPS

. وصف الإختبار:

أعد هذا الاختبار من طرف الباحث " لفنستاينlevenstein 1993"

بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط ويتكون هذا الإختبار من 30 عبارة تميز منها بنود مباشرة وغير مباشرة

. البنود المباشرة: تمثل 28 عبارة وتتمثل في العبارات رقم : 2 ، 16 ، 15 ، 14 ، 12 ، 11 ،9 ،8 ، 6 ،5 ، 4 ، 3 ، 28 ، 27 ، 26 ، 24 ، 23 ، 22 ، 20 ، 19 ، 18 ، 30 .

وتدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المرتفع عندما يجيب عليها المفحوص بالقبول لإتجاه الموقف ، وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالرفض .

. البنود غير مباشرة : تشمل 08 عبارات والمتمثلة في العبارات رقم : 25 ، 1 ، 21 ، 17 ، 13 ، 10 ، 29 ، 7

وتدل على وجود مؤشر إدراك الضغط المرتفع عندما يجيب عليها بالرفض وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجيب عليها بالقبول .

. كيفية تطبيق المقياس :

يقوم الفاحص بشرح التعليمة للفرد المعرض لوضعية القياس النفسي وتتمثل التعليمة

أمام كل عبارة من العبارات التالية ضع العلامة x في الخانة التي تصف ما ينطبق عليك عموما وذلك خلال سنة أو سنتين الماضيتين ، أجب بسرعة دون أن تزعج نفسك بمراجعة إجابتك واحرص على وصف مسار حياتك بدقة خلال هذه المدة .

هناك أربعة اختيارات عند الإجابة وهي بالترتيب .

•تقريبا – أبدا-أحيانا-كثيرا-عادة.

. كيفية تصحيح الإختبار:

إن كيفية تصحيح وتنقيط الاختبار يتم التدرج فيها من " 1 إلى 4 " نقاط ، وهذه الدرجات تتغير حسب

نوع البنود، فالبنود المباشرة تنقط من 1 إلى 4 نقاط من اليمين (تقريبا أبدا) ، إلى اليسار (عادة) أما البنود غير المباشرة تنقط من 4 إلى 1 نقاط من اليمين (تقريبا أبدا)، إلى اليسار (عادة) إذ بعد تنقيط كل بند، نقوم بجمع الدرجات المحصل عليها لإيجاد الدرجة الكلية للاختبار.

. الأساليب الإحصائية الخاصة بالمقياس :

يتغير التنقيط حسب نوع البنود مباشرة أو غير مباشرة، ويستنتج مؤشر إدراك الضغط في هذا المقياس

بالمعادلة التالية: **المجموع الخام- 30**

امؤشر إدراك الضغط = ـــــــ

90

يتم الحصول على القيم الخام بجمع كل النقاط المتحصل عليها في الإختبار من االبنود المباشرة وغير المباشرة ، وتتراوح الدرجة الكلية بعد حساب مؤشر ادراك الضغط من الصفر (0) ويدل على أدنى مستو الضغط ألى الواحد (1) ويدل على أعلى مستوى ممكن من الضغط .

8. اجراءات الدراسة - :

تم اجراء الدراسة الحالية في الحدود التالية

1 -**الحدود الزمانية** :شهر ديسمبر 2018

2 -**الحدود المكانية** :المؤسسة الاستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية مصلحة الطب العقلي للنساء

3 -**الحدود البشرية**:الممرضين العاملين بمصلحة الطب العقلي للنساء بالمؤسسة الاستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية

9 . عرض النتائج ومناقشتها :

- تقديم الحالات و تحليلها :

1 . تقديم الحالة الأولى و تحليلها :

المعطيات البيوغرافية :

الاسم واللقب: ش

الجنس : انثى

السن :48 سنة

الحالة المدنية : متزوجة

عدد الأولاد : 01

الحالة الصحية :حسنة

عدد سنوات العمل: 25سنة

ساعات العمل العادية : 24ساعة (نظام المناوبة)

. تحليل محتوى المقابلة :

الممرضة " ش " تبلغ من العمر (48 سنة) مستواها التعليمي الثالثة ثانوي شاركت في مسابقة الشبه الطبي ونجحت في المسابقة تخصص مساعد التمريض A.T.S زاولت دراستها في المعهد الشبه الطبي لمدة سنتين مع تربص في مختلف المستشفيات ، لم تتلقى أي تربص من قبل في المؤسسات المتخصصة في الأمراض العقلية وبعد انتهائها من التربص تم توجيهها مباشرة إلى المستشفى الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية عن طريق التوظيف المباشر عليه المتعارف عليه في سلك التمريض.

تقول " ربي والمكتوب اللي حطني مع هذه الفئة " في البداية تقول كنت أرغب في العمل وفقط وبعد توجيهي إلى المؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية مصلحة الطب النفسي للنساء.

تقول " وجدت نفسي في دوامة من الضغوط

-تقول " منعرفش كيفاه نتعامل مع فئة المختلين عقليا وكنت نخاف منهم بزاف "

ومن جهة قلة الوسائل الإمكانيات المادية وتفتقر المصلحة أنذاك للأخصائيين في الطب العقلي .

وتقول " فرد طبيب مختص ساعة يكون ساعة لالا " وخاصة في المناوبات الليلية

حسب قولها في بداية عملها وجدت ضغوطا كبيرة وخاصة تقول " ماولفتش نتعامل مع المجانين "

وكرهت العمل لأنها كانت تتعرض للإعتداء الجسدي والضرب من طرفهن

حيث ازدادت الضغوط عليها بعد زواجها فكانت حالتها الصحية دائما متعبة ما يسبب لها مشاكل مع زوجها الذي كان يرغب في التخلي عن عملها والمكوث في المنزل إلا أنها أصرت على مواصلة عملها رغم كل شيء أو تغيير المشتشفى الذي كانت تعمل فيه .

فهي تقول أعيش دائما في صراع مع زوجي و عنيت الأمرين مع أهل زوجي لأن ليس لديها سكن مستقل تعيش مع الأسرة الكبيرة وحسب ما تقوله انها دائمة متعبة لأن بعد رجوعها إلى المنزل بعد عمل مضني في المصلحة كانت تقوم بكل أعباء المنزل وبعد تفاقم المشاكل مع أهل زوجها استأجرت منزلا مستقلا ولكن دائما كانت تعيش ضغوط العمل والأسرة ، بالإضافة إلى الضغوط مع رئيس المصلحة وتقول لم اشعر بالراحة وليس لدي وقت للاسترخاء أبدا ، ومازلت أعيش في ضغوط نفسية مهنية منذ 25 سنة .

. مناقشة مقياس إدراك الضغط وتحليل الحالة في ضوء المقابلة و الإخبار:

بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط وجمع النقاط تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج 93) وبتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط مقدرة بـ (0.7) هذي الدرجة تدل على مستوى مرتفع من الضغط .

ويبدو هذا من خلال إجابتها على البنود (17) (25) (29) وهي بنود غير مباشرة بالرفض أجابت بالبديل تقريبا أبدا فهي لم تشعر بالراحة والأمن والحماية الكافية في المصلحة ويتجلى ذلك في المقابلة من خوفها الدائم من الاعتداء والضرب من طرف العميلات وليس لديها الوقت الكافي لتريح نفسها فهي دائما مسؤولة عليهن وخاصة أثناء المناوبة الليلية .

وقد أجابت على البند (5) بكثير يعني انها تشعر بالوحدة أثناء العمل لغياب الأمن ونقص الممرضين المناوبين معها .وكما يبدو ان لديها مشاكل متراكمة وهذا ما أشارت إليه في البند (15) ويتجلى ذلك في قولها أثناء المقابلة أنها تعيش في صراع ومشاكل مع زوجها وأهل زوجها .

واستوقفتها البنود (26) (27) (28) إذ كانت تجيب عليها وفي نفس الوقت توضح أنها تعبت من التفكير على حالتها الاجتماعية وأنها تشعر بأعباء المسؤولية أثناء العمل وفي المنزل ولديها صعوبات الاسترخاء وهذا ما يدل في قولها أن حين عودتها للمنزل تقوم بكل أعمال المنزل

. من خلال عرض وتحليل معطيات المقابلة نصف الموجهة والحصول نتائج مقياس إدراك الضغط تم استنتاج أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الضغطة يقدر بـ 0.07 وهذا ما أكدته المقابلة النصف الموجهة فهي تواجه ضغوطات نفسية مهنية وفي المنزل .

2 . تقديم الحالة الثانية و تحليلها :

المعطيات البيوغرافية :

الاسم واللقب: م.ل

الجنس : انثى

السن :37 سنة

الحالة المدنية : متزوجة

عدد الأولاد : 03

الحالة الصحية :تعاني من ارتفاع ضغط الدم

عدد سنوات العمل: 14سنة

ساعات العمل العادية : تعملعلى نظام الدوام 08 ساعات

. تحليلمحتوى المقابلة :

الممرضة (م.ل) تبلغ من العمر (37 سنة) تحصلت على شهادة البكالوريا والتحقت بالمعهد الشبه الطبي تخصص TSS لمدة 3 سنوات ومثلما هو متعارف عليه في السلك الشبه الطبي يوظفون مباشرة عن طريق التوظيف المباشر وبعد انتهائها من دراستها تم توجيهها إلى مؤسسة جوارية متعددة الخدمات تعمل كممرضة في قاعة علاج أين تعطي الحقن للمرضى وتضميد الجراح .

وبعد زواجها من رجل يعمل في الجيش الشعبي الوطني وكان يجب عليها أن تنتقل مزوجها إلى مكان عمله وحولت ملفها إلى المؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية مصلحة الطب النفسي للنساء.

تقول " هنا بدأت معاناتي لم أتعامل قط مع هذه الفئة فوجدت نفسي أصارع مخاويفي من المريضات ولم تكن تشعر أبدا بالارتياح نفسيا وصحيا وعند تحويلها للمصلحة تقول " ثم تحولت حياتي للجحيم " أين تعرضت للاعتداء الجسدي من طرف العميلات عدة مرات تقول " وليت كل ما ندخل للسرفيس Serviceنتشوكا كيفاه نتعامل معاهم " وتقول وخاصة أثناء تقديم الطعام أو الدواء لهن وفي غياب الأمن

وقلة الممرضات في المصلحة وأن أعباء العمل تزداد في النهار لأنه فيه يتم استقبال عميلات جدد.

تقول بالإضافة إلى أعباء العمل كنا دائما نتعرض للضغوط من طرف رئيس المصلحة من جهة لتخوفهم من إقدامهن لعملية الانتحار أو الشجار او ضر ب بعضهن البعض .

وتقول ان العمل في مصالح الأمراض العقلية صعب جدا لأنه فيه مسؤوليات ومخاوف من الاعتداءات

فنحن نعيش دائما ضغوط نفسية مهنية ماسبب لها وعكة صحية فهي تعاني من ارتفاع ضغط الدم بسبب الضغوط التي تتعرض لها في المصلحة .

. مناقشة مقياس إدراك الضغط وتحليل الحالة في ضوء المقابلة والإختبار:

بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط وجمع النقاط تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج 100) وبتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط مقدرة بـ (0.78) هذي الدرجة تدل على مستوى مرتفع من الضغط لأنها تقع فوق المتوسط.

وهذا يبدو من خلال إجابتها على البنود غير المباشرة بالرفض مثل (1) (7) (10) (17) فهي لاتشعر بالراحة ولا الهدوء واتضح ذلك من قولها في المقابلة " هنا بدأت معاناتي " .

كما أنها وجدت نفسها تصارع مخاوف من العميلات ولم تكن تشعر بالراحة نفسيا ولا تشعر بالأمان في المصلحة وتشعر بالتوتر وهذا ما يتضح من خلال إجابتها على البندين (14) (18) بكثير.

كما تشعر بعبء المسؤولية وهذا ما اتضح في البند (28) حين أجابت في المقابلة أن أعباء العمل تزداد في النهار.

. من خلال عرض وتحليل معطيات المقابلة نصف الموجهة والحصول على نتائج مقياس إدراك الضغط تم استنتاج أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الضغط يقدر بـ 0.78 وهذا ما أكدته المقابلة

النصف الموجهة إذ ذكرت أثناءها أنها تواجه ضغوطات نفسية مهنية ما أثر على صحتها فهي تعاني من ارتفاع ضغط الدم .

3 . تقديم الحالة الثالثة و تحليلها :

المعطيات البيوغرافية :

الاسم واللقب: م.ر

الجنس : انثى

السن :28 سنة

الحالة المدنية : عزباء

عدد الأولاد : /

الحالة الصحية :حسنة

عدد سنوات العمل: 7 سنوات

ساعات العمل العادية : تعمل على نظام الدوام)(sept a sept (من الساعة السابعة إلى السابعة)

. تحليل محتوى المقابلة :

الحالة (م.ر) تبلغ من العمر (28 سنة) مستوى الدراسي الثالثة ثانوي بعد نجاحها في مسابقة أعوان الشبه طبيين تخصص مساعد ممرض ATS وبعد التوظيف المباشر تم توجيهها مباشرة إلى المؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية مصلحة الطب العقلي للنساء.

تقول كنت أحب مهنة التمريض كثيرا فهي تعجبني لأنها خدمة إنسانية قبل كلش وبعد توجيهها إلى مصلحة الطب العقلي للنساء تفاجأت كثيرا هذا في بداية عملها .

تقول " أنا جيت نافحة وفجأة النفحة ولاتلي شوك (chok) "

فهي لم تتلقى تربص مع هذه الفئة ولأول مرة تتعامل مع فئة المضطربين عقليا وليست لديها أدنى فكرة على طريقة التعامل مع العميلات.

تريد أن تتحول إلى مؤسسة إستشفائية أخرى بعيدا عن هذة الفئة إلا أنها لم تجد مناصب شاغرة وأجبرت للبقاء في هذه المصلحة وكما أجبرت على التكيف مع العمل رغم الضغوط والإحساس باللأمن والخوف من الاعتداءات الجسدية التي يتعرضن لها من طرف العميلات هذا نظرا لإنسانية المهنة .

. تقول " كل ما يجي وقت إعطاء الحقن والأدوية للمريضات نولي نخاف ". لأنه لم يتوفر أعوان امن داخل المصلحة بشكل مباشر فتقول نواجه نحن كل المتاعب وكانوا يتعرضن للتهديات والضرب من طرف العميلات وفي نفس الوقت كنا نتحمل المسؤولية أثناء فترة العمل لخوفنا من أن يضربن العميلات ويتشاجرن مع بعضهن البعض بالإضافة إلى الضغوط التي نتلقاها من المسؤلين .

تقول دائما نعيش ضغوط نفسية أثناء فترة الدوام " نتنفسوا كي نكملوا من الخدمة ولا كي نخرجوا كونجي "

ولكن كما قلت تبقى مهنة شريفة وإنسانية قبل كلشي هذا ما يجعلني ارتاح.

. مناقشة مقياس إدراك الضغط وتحليل الحالة في ضوء المقابلة والإختبار:

بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط وجمع النقاط تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج 42) و بتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط مقدرة بـ (0.12) هذي الدرجة تدل على مستوى منخفض من الضغط.

ويتضح خذا من خلا إجابتها على البنود (1) (7) (10) حيث أنها تشعر بالراحة والهدوء في البداية وتعتقد أنها تقوم بأشياء تحبها فعلا وهذا ما أجابت به في المقابلة أن مهنة التمريض تعجبها كثيرا لأنها خدمة إنسانية قبل كلشي وفي قولها جيت " نافحة " وكما أجابت في البندين (12) (18) أنها تشعر بالإحباط والخوف وهذا يبدوا جليا ما قالته في المقابلة أنها أصابها إحباط لأنها لم تتلقى أي تربص مع هذه الفئة ولم تعرف طريقة التعامل مع العميلات

من خلال عرض وتحليل معطيات المقابلة نصف الموجهة و الحصول على نتائج مقياس إدراك الضغط تم استنتاج أن الحالة لديها مستوى منخفض من الضغط يقدر بـ 0.12 وهذا ما أكدته المقابلة النصف الموجهة إذ ذكرت أثناءها أن مهنة التمريض خدمة إنسانية قبل كلشي هذا ما يجعل من تخفيف من الضغوط النفسية لديها.

4 . تقديم الحالة الرابعة و تحليلها :

المعطيات البيوغرافية :

الاسم واللقب: ب

الجنس : انثى

السن :28 سنة

الحالة المدنية : عزباء

عدد الأولاد : /

الحالة الصحية :حسنة

عدد سنوات العمل: 5 سنوات

ساعات العمل العادية : تعمل على نظام الدوام 8 ساعات

. **تحليل محتوى المقابلةالحالة** (ب) 28 سنة متخرجة من معهد التكوين الشبه الطبي بعد حصولها على شهادة البكالوريا تم توظيفها في المؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية بمصلحة الطب العقلي للنساء بعد التوظيف المباشر المتعارف عليه في سلك الشبه الطبي .

حيث يبعد مقر سكناها عن مقر عملها على مسافة 50كلم وهي تعمل على نظام الدوام(8 ساعات)

تقول بحكم تنقلي لمسافة طويله أشعر بالتعب وعدم الراحة أصلا تقول " كرهت من transporte" أصلا عندما أدخل للمصلحة يجب ان التحق في التوقيت المخصص للعمل فحسب قولها دائما تتعرض للضغوط من طرف رئيس المصلحة لأنها تقريا تلتحق لعملها متأخرة وتتعرض للخصومات في راتبها بسبب التأخير المتكرر من طرف الإدارة تقول احب مهنة التمريض ولكن لم أتمنى أو أتخيل يوما أني اعمل في مستشفى متخصصة للأمراض العقلية أو التعامل مع هذه الفئة لأنها في الأصل تقول " نخاف من المجانين " .

ولكن شاءت الأقدار أن عملت معهم تقول " نعيش دائما في خوف من ان نتعرض للضرب أو الشتم و السب من طرف العميلات تقول " تالمون والفتهم مي نبقاوا ديما متخوفين منهم "تقول أنا جد متعبة نفسيا وفيزيولوجيا وصحيا ولكن مجبرة على العمل لأنها يتيمة ولا أحد يعيلها في معيشتها تقول " نصبر حتى يفرج ربي سبحانو ونتحول إي مؤسسة استشفائية قريبة من مقر سكناي "إلى أنها تقطع مسافة طويلة لتلتحق بعملها وما تتعرض له من خوف إلا أنها تقول أحب عملي لأنه خدم إنسانية قبل كلشي لأن هذه الفئة تحتاج الى رعاية خاصة بالرغم من الضغط النفسية المهنية التي نتعرض لها سواء من طرف المسؤولين أو المرضى وتقول لم نسلم حتى من أهالي المرضى

. مناقشة مقياس إدراك الضغط وتحليل الحالة في ضوء المقابلة والإختبار:

بعد تنقيط مقياس إدراك الضغط وجمع النقاط تم الحصول على نقطة خام مقدرة بـ (مج 97) وبتطبيق معادلة مؤشر الضغط تحصلنا على مؤشر إدراك الضغط مقدرة بـ (0.74) هذي الدرجة تدل على مستوى مرتفع من الضغط لأنها تقع فوق المتوسط.

ويتضح من خلال إجابتها على البنود الغير مباشرة (1)(7)(17)(21) تقريبا أبدا أنها لا تشعر بالراحة ولا تشعر بأنها تقوم بأشياء تحبها فعلا وهذا ما يتجلى في المقابلة في قولها بحكم تنقلها لمسافة طويلة لم أشعر بالراحة والتحاقها للمصلحة متأخرة وهذا ما يشعرها بعدم الرضا رغم حبها لمهنة التمريض .

وقد أجابت على البنود (5) (8) (28) بكثيرا ، فهي تشعر بالتعب وعبء المسؤولية نظرا لكونها دائما كثيرة التنقل ومتعبة ومنهكة نفسيا و فيزيولوجيا وصحيا وتشعر بالوحدة كما أجابت في المقابلة أنها مجبرة على العمل لأنها يتيمة ولا يوجد من يساعدها ويعيلها في عيشها

من خلال عرض وتحليل معطيات المقابلة نصف الموجهة و الحصول على نتائج مقياس إدراك الضغط تم استنتاج أن الحالة لديها مستوى مرتفع من الضغط يقدر بـ 0.74 وهذا ما أكدته المقابلة النصف الموجهة إذ ذكرت أثناءها فهي تواجه عدة ضغوطات وخاصة منها ضغوط التنقل وقطع مسافة طويلة للالتحاق بمقر عملها وهذا ما يشعر ها بالتعب وعدم الراحة إضافة إلى الضغوط الت تتعرض لها من قبل المسؤلين وهذا ما يسبب لها ضغوط نفسية .

. تحليل ومناقشة نتائج الدراسة

من خلال الدراسات السابقة والإطار النظري ومن خلا تحليل ومناقشة نتائج الدراسة الحالية وفي ضوء التساؤلات والفرضيات يتبين أن هناك فروق دالة في مستوى الضغوط النفسية المهنية للمرضين العاملين في مصلة الطب العقلي للنساء في المؤسسة الإستشفائية المتخصصة في الأمراض العقلية . المعذر . في نتائج الدراسة فالحالات تعاني من ضغوط نفسية مهنية وبدرجات مختلفة ومتفاوتة وبمستويات منها المرتفع والمنخفض و تظهر هذه الضغوط بالنسبة مرتفعة تقريبامع كل الحالات في نقص الأمن والحماية وتخوفهن من الاعتداءات الجسدية والضرب الذي يتعرضن له من طرف العميلات بالإضافة إلى الضغوط النفسية من طرف المسؤولين .

خلاصة :

مما سبق نستخلص أن الضغط النفسي المهني لدى الممرضين من المواضيع الهامة التي تجدر أن يجرى حولها المزيد من الدراسات ، للوصول إلى حلول للتقليل من هذه الظاهرة لدى هذه الفئة التي تقدم خدمات إنسانية لا يمكن الاستغناء عنها، وقد تشكل الضغوط المهنية مصدر تهديد للممرضين ولحياة المرضى ، إذ تبين من خلال الدراسة .إن الممرضين من بين الشرائح المهنية التي تعاني من مستويات مرتفعة من الضغوط النفسية المهنية ، جراء تعرضهم للعديد من المصادر الضاغطة التي ترجع للفرد أو لبيئة العمل الخارجية بشكل عام .

التوصيات- :

بعد التطرق لكل من الجانب النظري والميداني للدراسة نطرح مجموعة من التوصيات قصد التقليل من ظاهرة الضغط النفسي المهني لدى الممرضين وذلك من خلال العمل على :

. توفير الدعم المادي والمعنوي للمرضين ،مثل : التشجيع من طرف المسؤولين وإتاحة الفرص لهم للمشاركة في القرارات الخاصة بأعمالهم ، والتقييم العادل للأداء ،وزيادة الرواتب وتوفير فرص الترقي الوظيفي .

. تحسين ظروف العمل للممرضين وذلك بتوفير الوسائل اللازمة بشكل دائم مراعاة لطبيعة عملهم الحساس والفوري .

. تحسين الظروف الفيزيقية، وذلك من خلال توفير الإمكانيات والوسائل والمكاتب...ألخ

توفير الأمن وخاصة في المصالح التي تتكفل بفئة المضطربين عقليا.

. أيجاد تنظيم نقابي ، يساهم في تحسين ظروف العمل في مهنة التمريض .

. مراعاة المسؤولين على توفير المعلومات الوظيفية عند مهنة التمريض ، مايضمن تحديد مهام وواجبات الممرض بشكل دقيق وواضح كي لا يقع ضحية سلطة الأطباء وأوامرهم .

توعية المجتمع بأهمية ودور الممرض في القطاع الصحي بصفة عامة وفي المصالح المتخصصة بشكل خاص وخاصة مصالح المضطربين عقليا لأنها فئة تحتاج لتكفل خاص

. خلق قنوات اتصال فعالة بين كل من الإدارة المسؤولة والممرضين قصد إيصال أراء ومقترحات وشكاوي الممرضين .

. توفير أوقات وأماكن للاستراحة والأكل .....

. منح الإجازات والعطل اللازمة كلما طلبت ، للحالات التي تتعرض لظروف مفاجئة .

. توفير أكثر للدورات التكوينية ، قصد تطوير مهارات الممرضين لمواجهة تطورات المهنة

قائمة المراجع :

1 . ابتسام محمود محمد سلطان السلطان (1991)، المساندة الاجتماعية و أحداث الحياة الضاغطة، ط1 دار الصفاء، عمان الأردن.

2 . أحمد نايل العزيز ، أحمد عبد اللطيف أبو أسعد (2009)، التعامل مع الضغوط النفسية ، ط1، الشروق ، عمان الأردن .

3. أيمن عودة المعاني واخرون (2006) : تحليل ضغوط العمل لدى الجهاز التمريضي في مستشفى الجامعة الأردنية ، دراسة ميدانية ، دراسات العلوم الإدارية ، المجلد 33

4 . البدوي طلال (2000)، درجة الاحتراق النفسي و مصادره لدى الممرضين ، العاملين في مستشفيات محافظة عمان ، و أثر بعض المتغيرات في ذلك ، رسالة الماجيستير ، كلية العلوم التربوية ، جامعة مؤته الأردن .

5 . الهاشمي لوكيا ، فتيحة بن زروال (2006) ، الإجهاد – مفهومه – تعريفه – أنواعه ، دط ، دار الهدى ، عين مليلة الجزائر.

6 . رجاء مريم (2008) : مصادر الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض ، رسالة ماجيستر ،جامعة دمشق سوريا .

7. كامل منصور(2003) : دراسات عربية في علم النفس ، المجلد الثاني ، العدد الأول ، دار غريب للطباعة و النشر ، القاهرة مصر .

8. لعجايلية يوسف(2005): مصادر ضغوط العمل لدى عمال الصحة وسبل مواجهتها في المصالح الإستعجالية مذكرة ماجيستير،جامعة بسكرة) ،

9. ماجدة بهاء الدين السيد عبيد (2008)، الضغط النفسي : و مشكلاته و أثره على الصحة النفسية ، ط1 دار الصفاء ، عمان الأردن .

10 . محمد حسن محمد حمادات (2008) : السلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية في المؤسسات التربوية دار الحامد لنشرو التوزيع،ط 1،عمان،الأردن.

11. منصوري مصطفى (2010): الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها ، منشورات .قرطبة المحمدية . الجزائر.

12. مزيان فتيحة (2007) : أثر مصادر الضغط المهني واستراتيجيات المقاومة والمعبريةالإنفعالية والدفاعية على الاحتراق النفسي عند ضباط شرطة جامعة ورقلة

13. فاروق السيد عثمان (2001): "القلق و إدارة الضغوط النفسية" ،دار الفكر العربي ، مصر ، ط 1

14. فاروق الروسان (2003) : مقدمة في الإعاقة العقلية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ،الطبعة الثانية . القاهرة أ

15 .فتحي السيد عبد الرحيم (1999) : قضايا ومشكلات في سيكولوجية الإعاقة ورعاية المعوقين دار القلم الطبعة الثالثة . الكويت

16 . قدوري الحاج (2016) فاعلية الاتصالات في مواجهة الضغط المهني وجهة نظر الممرضين ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، العدد 2 جامعة ورقلة .

17 . قوراري حنان (2014) الضغط المهني وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى أطباء الصحة العمومية ، رسالة ماجستير ، جامعة محمد خيضر ، بسكرة .

18. سمير شيخاني (2003) ، الضغط النفسي ،طبيعته ، أسبابه ، المساعدة الذاتية ، المداواة ، ط1 ، دار الفكر العربي ، بيروت لبنان.

20. شعبان شقورة عبد الرحمان (2002)، الدفع المعرفي و اتجاهات طلبة كلية التمريض نحو مهنة التمريض و علاقة كل منها بالتوافق الدراسي ، رسالة ماجستير .

الملاحق

استمارة بحث :

تحتوي هذه الاستمارة علىم جموعة من الأسئلة والتي يرجى منكم وضع علامة x في الخانة المناسبة

.الأقدمية المهنية: . أقلمن 05 سنوات .مابين 05 و 10 سنوات . مابين 10 و 15 سنوات :

. أكثرمن15 سنة :

الوضعيات الضاغطة	تقريبا أبدا	أحيانا	كثيرا	ا عادة
1-تشعر بالراحة				
2-تشعر بوجود متطلبات لديك				
3-أنت سريع الغضب وضيق الخلق				
4-لديك أشياء كثيرة للقيامبها				
5-تشعر بالوحدة				
6-تجد نفسك في مواقف صراعية				
7-تشعر بأنك تقوم بأشياء تحبها فعل				
8-تشعر بالتعب				
9-تخاف من عدم استطاعتك إدارة الأمور لبلوغ أهدافك				
10-تشعر بالهدوء				
11-لديك عدة قرارات لاتخاذها				
12-تشعر بالإحباط				
13-أنت مليء بالحيوية				
14-تشعر بالتوتر				
15-تبدو مشاكلك أنهاا ستتراكم				
16-تشعر أنك في عجلة من أمرك				
17-تشعر بالأمن والحماية				
18-لديك عدة مخاوف				
9أنت تحت ضغط مقارنة بأشخاص آخرين				
20-تشعر بفقدان العزيمة				
21-تمتع نفسك				

22-أنت خائف من المستقبل

23-تشعر انك قمت بأشياء ملزمابها وليس لأنك تريدها

24-تشعر بأنك وضع انتقاد وحكم

25-أنت شخص خالي من الهموم

26تشعر بالإنهاك والتعب الفكري

27-لديك صعوبات في الاسترخاء

28-تشعر بعبء المسؤولية

29-لديك الوقت الكافي لتريح نفسك

30-تشعر بأنك تحت ضغط مميت

المجمـوع

المجموع العام