

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر – بسكرة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: العلوم الاجتماعية

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل:

الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة  
دراسة ميدانية على عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طووقة  
ولاية بسكرة

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه العلوم في علم النفس

تخصص: علم النفس المرضي الاجتماعي

إشراف الأستاذ:

إبراهيمي الطاهر

إعداد الطالبة:

إبراهيمي أسماء

أعضاء لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الجامعة	الصفة
إبراهيمي الطاهر	أستاذ	بسكرة	رئيسا
			مشرفا ومقررا
			عضوا مناقشا
			عضوا مناقشا
			عضوا مناقشا
			عضوا مناقشا

السنة الجامعية: 2015/2014

## إهداء

إلى التي لم يعرف الوجود أعظم من قلبها، ولا أوسع ولا أحن من صدرها، ولا أجود منها هي نبع من نور رباني هي هالة من قداسة هي فيض من حب لا متناهي، بها استطعم معنى الحياة واستعذب الأوقات، بلمسة من يدها تزاح همومي وببسمة من شفيتها تذاب أحزاني وتذل صعابي، إلى التي يضيق المجال لوصف طيبة قلبها وعطائها، إلى أغلى ما أعطاني الله أُمِّي الحبيبة نفيسة حفصها الله وأدامها لي سندا ومعنى لا يضاهى ولا يقارن بشيء .

إلى الذي لم يدخر نادرا أو نفيسا لإسعادي إلى رمز القوة والصلابة والحب الواسع، إلى الذي لطالما غمرني بمشاعر الفخر و الاعتزاز، إلى الذي علمني دائما أن أحب لمبدأ وأن أكره لمبدأ لا لحرمان ، إلى أرقى وأعظم شخص فتحت عيناى على وجهه السمح الطيب، وعطفه ورحابة صدره ، منه أستقي الحكمة والعبرة بحس دعابته التي مهما كبرت تشعرني أنني ما زلت طفلة صغيرة ، إلى الذي لن أحب ،إنسانا كحبه لأن لا بديل له إلى والدي الغالي عبد العزيز، أعزه الله وحماه وأدام صحته وعافيته

إلى زوجي العزيز الذي كان نعم العون والسند الذي وفر لي الجو المناسب للدراسة والبحث لأنه يقدر العلم هو مفخرة لي، ومهما وصفت لن أوافي حق قدره إلى فلذة كبدي وجزءا من روعي القمر الذي يضيء لكي نحيا ابني الحبيب ضياء أطال الله عمره وأدام صحته وسروره

إلى التي هي لحياتي أجمل نعمة، ولروحي أروع بسمة ،هي الأُنس كله وبدونها أشعر بغربة إلى التي تضيء على وجودي معنى، هي والله من روعي أغلى هي لجروعي و الأُمِّي بلسما ودوى، هي بحر حب منه لا أروى ،هي من تكسب قلبي القوى، خفيفة

الروح ألطف من الهوى ، هي أكثر خلق الله جودا وتقوى لن أوافي حقك يا أمال  
حياتي، أسأل الله أن يديمها بقربي مفعمة بالصحة والهناء

إلى الحبيبة خولة وكتكوتيتها إيناس وتسنيم أطال الله أعمارهم ووفقهم إلى ما يحب  
ويرضى

إلى أخواتي فاطمة ،سمية وبنوتتها سهى سعاد ، سليمة أدامهم الله وأسعدهم جميعا ، إلى  
إخوتي وأبنائهم وأخص بالذكر أشرف عبد العزيز

إلى طلاب العلم المخلصين لله إلى وطني المفدى أهدي ثمرة جهدي

أسماء عبد العزيز إبراهيمي

## شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين الأول والأخر الجليل القدير، على توفيقه لي على حسن لطفه بي على كرم عطاءه و وافر جوده والصلاة والسلام على نبيه الأعظم.

أتوجه بشكري وتقديري إلى أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور الطاهر إبراهيمي على عونه وتوجيهاته

كما أتوجه بشكري وعرفاني إلى كل المعلمين والأساتذة الذين ساهموا في تكويني وتزويدي بالعلم من الطور الابتدائي إلى اللحظة ، أشكر كل من ساعدني لإتمام هذه الأطروحة ، من مدراء ومعلمات ومسؤولي القطاعات الصحية وغيرهم ممن وفر لي مناخ الدراسة وساندني ولو بكلمة أو ابتسامة ،

## فهرس المحتويات

الإهداء	الصفحة
شكر وتقدير	
مقدمة	أ/ب

### الفصل الأول: موضوع الدراسة

1 – تحديد الإشكالية	02
2 – فرضيات الدراسة	06
3 – أهداف الدراسة	07
4 – أهمية الدراسة	07
5 – تحديد مفاهيم الدراسة	10
6 – الدراسات السابقة	11

### الفصل الثاني: تشكل الضغط المهني في ضوء الموقف النظري

1 – تعريف الضغط المهني	52
1 – 1 لمحة تاريخية عن مفهوم الضغط	52
1 – 2 تعريف الضغط النفسي	54
1 – 3 تعريف الضغط المهني	56
1 – 3 – 1 اتجاهات تعريف الضغط	59

64	..... أنواع الضغط	2
69	..... أسباب الضغط المهني	3
87	..... تشكل الضغط المهني المراحل والأعراض	4
93	..... النظريات المفسرة للضغط المهني	5
108	..... الضغوط المهنية للمرأة العاملة	6
130	..... أساليب إدارة وعلاج الضغوط المهنية	7

### الفصل الثالث:الرؤى النظرية المتعلقة بالتوافق الزوجي

137	..... تعريف التوافق الزوجي	1
137	..... 1 تعريف التوافق	1
138	..... 2 تعريف الزواج	1
139	..... 3 تعريف التوافق الزوجي	1
145	..... مجالات التوافق الزوجي	2
154	..... النظريات المفسرة للتوافق الزوجي	3
161	..... العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي	4
178	..... آثار التوافق الزوجي	5
184	..... قياس التوافق الزوجي	6
186	..... معوقات التوافق الزوجي	7

## الفصل الرابع: نظرة حول المرأة العاملة

- 190 ..... 1 – تعريف المرأة العاملة.....
- 190 ..... 1 – 1 تعريف العمل .....
- 191 ..... 1 – 2 تعريف المرأة العاملة .....
- 193 ..... 2 – تطور عمل المرأة.....
- 197 ..... 3 – أسباب خروج المرأة للعمل.....
- 201 ..... 4 – أدوار المرأة العاملة .....
- 202 ..... 5 – الاتجاهات حول عمل المرأة .....
- 207 ..... 6 – آثار عمل المرأة .....
- 221 ..... 7 – مشاكل المرأة العاملة .....

## الفصل الخامس: منهج وإجراءات الدراسة

- 227 ..... 1 – منهج الدراسة .....
- 227 ..... 2 – مجتمع الدراسة .....
- 228 ..... 3 – عينة الدراسة .....
- 235 ..... 4 – أدوات الدراسة .....
- 241 ..... 5 – الأساليب الإحصائية .....

## الفصل السادس: عرض ومناقشة وتحليل نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

245	..... 1 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية العامة
253	..... 2 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى
259	..... 3 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية
264	..... 4 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
270	..... 5 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
278	..... 6 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
287	..... خاتمة
289	..... قائمة المراجع

## الملاحق

ملخص الدراسة باللغة العربية

ملخص الدراسة باللغة الفرنسية



## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
62	الأعراض العامة للتكيف	1
68	المقارنة بين الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية	2
143	قائمة بيرجست ووالين للتوافق بين الزوجين	3
229	توزيع أفراد العينة حسب المهنة	4
231	توزيع أفراد العينة حسب السن	5
232	توزيع أفراد العينة حسب مكان الإقامة	6
233	توزيع أفراد العينة حسب الخبرة	7
234	توزيع أفراد العينة حسب عدد الأولاد	8
238	يوضح صدق الاتساق الداخلي لعبارات التوافق الزواجي	9
245	يوضح نتائج الفرضية العامة	10
253	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى	11
259	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية	12
264	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	13
270	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	14
278	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الخامسة	15

## فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
67	الآثار السلبية للضغوط	01
83	العلاقة بين مركز التحكم والضغوط	02
89	حدوث الضغوط النفسية حسب نظرية هانز سيللي	03
95	نظرية البحث الفيزيولوجي	04
101	نموذج ميتشيغان	05
103	نموذج ماكجرات	06
105	نموذج بير و نيومان	07
106	نموذج ماك لين	08
107	نموذج كوبر	09
115	دورة حياة الضغط	10
164	تأثير الاختيار للزواج على الاستقرار الزواجي	11
183	علاقة الآباء بالأبناء	12
230	عينة الممرضات بالنسبة للمجتمع الأصلي	13
230	عينة المعلمات بالنسبة للمجتمع الأصلي	14
231	توزيع أفراد العينة حسب السن	15
232	توزيع أفراد العينة حسب مكان الإقامة	16
233	توزيع أفراد العينة حسب الخبرة	17
234	توزيع أفراد العينة حسب عدد الأولاد	18

## مقدمة

إذا كان عصرنا الحديث بات يوسم بعصر الضغط والقلق، نظرا للتطور التكنولوجي الهائل والتسارع الحضاري والتغير الاجتماعي الذي أجهد الإنسان عموما بمتطلباته التي لا تنتهي، فإن المرأة العاملة تعتبر شبكة من الضغوط، ذلك أنها تقوم بأدوار عديدة وتحمل أعباء جسيمة، فهي تعمل في هيئة أو مؤسسة عامة، وتحمل مشاكل وضغوطات هذه الوظيفة بما تحويه من سوء الوضعية الفيزيائية للعمل وكذا المشاكل المنجرة عن العلاقات الاجتماعية في بيئة العمل، أضف إلى ذلك طبيعة العمل ذاته بما يحمله من متاعب و إرهاصات تثقل كاهل المرأة، فتجدها في كثير من الأحيان تعاني من مشاكل صحية كالإجهاد والتعب والتوعكات الصحية المختلفة، ناهيك عن المعاناة النفسية كالقلق والتوتر والإحباط، كل هذه الآثار السلبية التي تخلفها ضغوطات العمل للمرأة تحملها معها إلى البيت تاركة بدورها الأثر الواضح على الزوج والأبناء، لأن الحياة كل متصل الجوانب يؤثر الجانب فيها على الآخر، وبما أن المرأة العنصر الحيوي في المجتمع وهي نبض الحياة ومنبع العطاء والحب، فإن المجتمع يعول عليها في استقراره، ذلك أن المجتمع المستقر النامي والمتطور تجد للمرأة دورها الفعال فيه، خصوصا وأن عدد النساء في المجتمع رقم لا يستهان به، للنهوض بالمجتمع والرقى به إلى أسمى المراتب، وكذا الأسرة السليمة المتوافقة تجد أن للمرأة الدور الأعظم فيها. لذلك جاءت هذه الدراسة لتبحث موضوع الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق

الزواجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم وتحديدًا فئتي الممرضات والمعلمات في الطور الابتدائي، وقد قسمت الدراسة إلى قسمين: الجانب النظري وضم أربعة فصول أفراد الفصل الأول فيها كموضوع للدراسة وشمل تحديد الإشكالية، الفرضيات أهمية الدراسة وأهدافها وتحديد مفاهيم الدراسة إجرائيًا و الدراسات السابقة، أما الفصل الثاني فتناول الضغوط المهنية بالتعريف ولمحة تاريخية وكذا التشكل والأعراض، الأسباب، النظريات المفسرة للضغوط، ثم الضغوط المتعلقة بالمرأة العاملة (المعلمة، الممرضة) وأساليب التعامل مع الضغوط وعلاجها، أما الفصل الثالث فتعرض للتوافق الزواجي بالتعريف وبذكر مجالاته ونظرياته والعوامل المؤثرة فيه ثم معوقاته وقياسه، وتناول الفصل الرابع المرأة العاملة العناصر التالية: تعريف العمل، تعريف المرأة العاملة، لمحة تاريخية عن تطور عمل المرأة، أسباب ودوافع خروج المرأة للعمل، الاتجاهات حول عمل المرأة، أدوار المرأة العاملة، تأثيرات عمل المرأة عليها، وعلى زوجها وأبنائها. وكذا أهم المشكلات التي تعاني منها، أما الجانب الثاني فتعلق بالدراسة الميدانية وقد أفرد له فصلان خصص الأول لمنهجية الدراسة وإجراءاتها وتضمن منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة، أدوات الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة أما الفصل السادس فتعلق بعرض ومناقشة نتائج الدراسة وتحليلها على ضوء الفرضيات حيث تم عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية العامة، عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى

عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئي الثانية، عرض ومناقشة وتحليل نتائج

الفرضية الجزئية الثالثة، عرض و مناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة،

وأخيرا عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة.

## الفصل الأول

### موضوع الدراسة

- 1 - تحديد الإشكالية
- 2 - فرضيات الدراسة
- 3 - أهداف الدراسة
- 4 - أهمية الدراسة
- 5 - تحديد مفاهيم الدراسة
- 6 - الدراسات السابقة

## 1 - تحديد الإشكالية

يعد الضغط المهني من المواضيع ذات الأهمية الكبيرة في الحياة المعاصرة، وخصوصا في العقود الأخيرة من القرن الماضي نظرا لتعدد الحياة الاجتماعية، وأنساقها النازمة لأنماط التفاعل الاجتماعي والتسارع الحضاري الذي يوجب على الإنسان المعاصر اللحاق به ومواكبته، ورصد التغيرات الهائلة التي مست كل مناحي الحياة، هي عوامل تسببت في إفراز ظواهر متنوعة تستوجب جهودا أكبر للتكيف مع مطالبها المتجددة، وهو ما جعل منها عوامل ضغط تتفاوت آثارها على الأفراد والجماعات في المجتمع وتصير بالتالي ضغوط الحياة الأكثر شيوعا وانتشارا، مما جعل منها مجال اهتمام العلماء والباحثين ليعمقوا أبحاثهم حولها، وتمثل مؤشرات بيع أدوية الضغط، القرحة، والمسكنات بأنواعها والمشكلات الصحية المرتبطة بالانفعالات كضغط الدم، القرحة والسكر والصداع والتشنج العضلي دليلا على التأثيرات السلبية للضغوط (علي عسكر، 2003، ص13) ومما لاشك فيه أن الإنسان قد عايش الضغوط منذ أن خلق حيث اضطرته الظروف الصعبة أن يواجهها ويتكيف معها ليضمن سلامة عيشه فكان يعمل ويكافح وفي كل عصر تزداد الأعمال التي يمارسها الإنسان تعقيدا، مما انعكس بدوره على صحة العمال وعلى أدائهم الذي يؤثر على الاقتصاد عموما، وبما أن لكل مهنة طبيعتها وخصوصيتها في الأداء والممارسة و مستوى الضغط الذي يمكن أن يترتب عنها.

فإن مهنتي التعليم والتمريض تعد من المهن المتعبة والشاقة ذلك أن قطاعي الصحة والتعليم قطاعين تركز عليهم الأمم حضاريا وتنمويا، هذا وقد أشار عدد من الدراسات والأبحاث إلى أن ممارسة بعض المهن تسبب معاناة من الضغوط أكثر من غيرها وبالذات مهن الإدارة والإشراف، والمهن المساندة كالطب والتمريض.

ولقد أوضح فريدمان Friedman أن مفهوم الاحتراق النفسي (Buruant) يرتبط بمهنة التعليم أكثر من غيرها (أحمد بطاح، 2006، ص 149) وإذا تعلق الأمر بالمرأة فنجد أن أدوارها قد تعددت وازدادت تعقيدا فهي تقوم بدور ربة البيت ودور الأم والزوجة إضافة إلى دورها كموظفة في قطاع ما، ولقد توصلت الدراسات إلى وجود علاقة بين متطلبات عمل الفرد وما ينتج عنها من الضغوط، تمارس تأثيرا على حياة الفرد العائلية والعكس صحيح، هذا وتقبل المرأة على العمل لدوافع أهمها أن العمل يشعرها بالرضا والسرور والنجاح، وفي ذلك مكافئة هامة وتدعيم لقيمتها في المجتمع وثقتها بنفسها من النواحي النفسية، وإذ تحدثنا عن السلبيات المرتبطة بعمل المرأة نجدها كثيرة، إلا أنها ترتبط بمدى مناسبة العمل لشخصية المرأة وقدراتها ومهاراتها، وأيضا بنوعية شروط أداء العمل وظروفه الفيزيائية والاجتماعية، فالعمل الروتيني الممل أو القاسي الصعب يساهم بشكل كبير في إلحاق الضرر بصحة المرأة النفسية، ومن العوامل المؤثرة ذات الأهمية، الشعور بالظلم وعدم الحصول على الحقوق، إضافة إلى نقص المكافآت والتشجيع، وللعمل المنزلي أهمية كبيرة بالنسبة للمرأة وما يأخذه



من وقت وجهد لذلك فإننا نجد أن المرأة العاملة لديها قلق إضافي حول مدى نجاحها في عملها وأدوارها الأخرى ويرجع ذلك إلى الضغوطات والمعوقات الاجتماعية المختلفة إضافة إلى تركيبة المرأة الخاصة من حيث تأهيلها وتدريبها، ومدى كفاءتها في أداء أدوارها المتعددة بما يخدم استقرارها الأسري وتوافقها الزوجي.

ولئن كانت الأسرة بحق هي أول الوسائط التربوية التي تحتضن الطفل لحظة ميلاده تكسبه أساسيات الحياة ويعرف منها ما له وما عليه من حقوق وواجبات، ومنها تتكون مشاعر الألفة والأخوة الإنسانية، كل هذه المرتكزات الأساسية التي تسهم في بناء الفرد السوي نفسيا واجتماعيا، لا تتوافر إلا في أسرة تسودها عناصر التفاهم والاستقرار والتوافق الزوجي، هذا الأخير الذي بتحقيقه تضمن الأسرة تماسكها وبعدها عن الظواهر الاجتماعية الخطيرة، التي تهدد أمن المجتمع وسلامته كالتفكك الأسري المعنوي والطلاق والشجارات الأسرية التي تكون أفراد ذوي بنيات نفسية هشّة عرضة للاضطرابات النفسية والمشاكل السلوكية، ولأن رعاية شأن الأسرة وأمنها هو في الأساس رعاية شأن المجتمع وأمنه، ومتى اختل البناء الأسري اختل بناء المجتمع، ومن ثم يعجز المجتمع عن بلوغ غاياته وأهدافه، ومواصلة مسيرة التنمية السليمة، و المرأة في كل ذلك هي الركيزة الأساسية التي يعول عليها في استحكام بناء الأسرة واستقرارها، إذ بات لزاما إيلاءها الأهمية الكبرى بالدراسة في ظل المتغيرات الكثيرة التي تعيشها وتشابك أدوارها للحفاظ على مستوى توافقها الزوجي، هذا الأخير الذي

يحمل في طبيئته مفاهيم السعادة والرضا والتحرر من الصراع والنجاح في العلاقة الزوجية، كل هذه المتغيرات تمثل هدف كل امرأة تبحث عن استمرار علاقتها الزوجية وتعزيز صحتها النفسية واستقرارها الاجتماعي وسلامة كل أفراد أسرتها، إلا أن كثرة الأعباء على المرأة وتعدد مسؤولياتها من شأنه أن ينهكها صحيا ونفسيا، ويعرقل مسار حياتها الاجتماعية، مما قد يؤثر على توافقها الزوجي، لذلك جاءت هذه الدراسة لتبحث موضوع الضغوط المهنية في علاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم مترجمة في تساؤل رئيس مفاده:

– هل توجد علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة؟

وهو التساؤل الذي يتخذ من تساؤلاته الجزئية أبعادا للبحث المتمثلة في:

– هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة؟

– هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة؟

– هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط المهنية بين الممرضات والمعلمات تعزى إلى المهنة؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق الزوجي بين الممرضات والمعلمات تعزى إلى المهنة؟

## 2 – فرضيات الدراسة:

### – الفرضية العامة:

توجد علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي لدى الممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

### – الفرضيات الجزئية:

– توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في الضغط المهني.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزوجي.

### 3 – أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

– معرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– معرفة العلاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– معرفة العلاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– معرفة العلاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة.

– معرفة فيما إذا كانت هناك فروق بين الممرضات والمعلمات في الضغط المهني.

– معرفة فيما إذا كانت فروق بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزوجي.

### 4 – أهمية الدراسة:

ترجع أهمية دراسة موضوع الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم، إلى كون هذا الموضوع يجمع أو يزوج بين متغيرين يمس كل منهما الحياة الاجتماعية الأكثر اتصالاً وتأثيراً على حياة الإنسان.

فالأسرة هي اللبنة الأساسية الأولى التي ترعى الطفولة وتبني الرجولة وتشيد صرح مجتمع متماسك، ودورها حساس لا غنى عنه في المجتمع، لذا كانت العلاقة الزوجية المبنية على أسس التفاهم والتوافق ضرورة لا بد منها لتحقيق الانسجام الاجتماعي بصورته العامة، وكذا الدخول في عملية التنمية الاجتماعية بشكل أكثر إيجابية. فالتوافق الزوجي ما هو إلا مؤشر للصحة النفسية السليمة للأسرة الجزائرية التي مرت بسلسلة من التطورات التي أحدثها التغيير الاجتماعي ثم إن التوافق الزوجي والسعادة الزوجية مطلب ضروري لكل راغب في الزواج ومقبل عليه، وواقع فيه، إضافة إلى كثرة وقوع المنازعات والخلافات الزوجية التي تؤدي إلى التفرقة والشقاق ومن ثم الطلاق وهذا ليس في مجتمعنا فحسب بل لا يكاد يسلم مجتمع من زحم الأرقام الهائلة لحوادث الطلاق مما يستوجب دراسات معمقة حول سبل استحكام بناء الأسرة والعوامل التي تدعم التوافق الزوجي والبعد عن المشاكل التي تنغص حياة الأسرة، فالأسرة المستقرة تخرج أجيالا، تبني تشيد مجتمعها وتنشئ الأطفال في جو نفسي بعيد عن التوتر والقلق.

ومع مواكبة المرأة للحياة الاجتماعية الأكثر عملية بات العمل والرقى فيه شغل المرأة الشاغل إذ دخلت ميدان العمل في وظائف أكثر خصوصية، وأثبتت جدارتها في مراكز حساسة سياسية منها واقتصادية وتربوية وصحية، مما جعل دورها أكثر تعددا واهتمامها أوسع، فدورها كزوجة وأم إضافة إلى دورها كعاملة بمؤسسة لها نظامها

وقوانينها جعلها تضاعف مجهوداتها لتحقيق أكبر قدر من التوافق بين ما تنتظره منها أسرتها وعملها، إلا أنه لا يمكننا تجاهل الأثر الناجم عن الضغوط المهنية والتكاليف المصاحبة، إضافة إلى إمكانية شعور الفرد بعدم الرضا عن العمل الذي من شأنه خلق حالات من المشاكل الجسمية والنفسية والعقلية، ذات الانعكاسات السلبية على الفرد وعلى المنظمة التي يعمل بها، ناهيك عن المشكلات الاجتماعية والأسرية، كما تجدر الإشارة إلى أن البحوث والدراسات المتصلة بالضغوط المهنية في علاقتها بالتوافق الزوجي قليلة نوعاً ما إذا ما قورنت بغيرها من الدراسات، ثم إن دراسة التوافق الزوجي أمر بالغ الأهمية كون الحياة العائلية المستقرة رمز ناطق للمجتمع السليم، فكم من الحضارات اندثرت حين تحلل فيها نظام الأسرة فقد اعتبرت الحياة الزوجية عند اليونانيين القدامى أمراً تافهاً فكان اللقاء بين الرجل والمرأة لإشباع غريزة الجنس أمر عابر وكانت النتيجة أن تحطمت حضاراتهم وكذلك سقط الرومان من قمة مجدهم عندما اغفلوا العناية بحياتهم المنزلية واعتبروا الحياة متاعاً وإشباع شهوات (توفيق الواعي، 2006، ص55)، وبما أننا في مجتمع مسلم يراعي للأسرة حقها وقيمتها كان الجدير بنا أن نولى العلاقة الزوجية الدراسة الجادة.

5 - تحديد المفاهيم:

1 - الضغوط المهنية:

هي مجموعة من الظروف أو العوامل المتعلقة بطبيعة العمل تنشأ عنها حالة تعتبر ردة فعل لتأثيرات قوية تخلق إجهادا انفعاليا وشعور بالتهديد وهي ناتجة عن ثلاث عوامل أساسية:

- الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل .
- الضغوط الناتجة عن بيئة العمل.
- الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار.

2 - المهنة:

هي الوظيفة التي يؤديها الراشد في المجتمع والذي يحصل عن طريقها بشكل مباشر عن نتائج اجتماعية ومالية وهي الصفة الرسمية التي يوصف بها الفرد، وتستهدف هذه الدراسة مهنتي:

- التعليم (الطور الابتدائي).
- التمريض.

**3 - التوافق الزوجي:**

وهو حالة نفسية واجتماعية من الرضا والانسجام والتماسك التي يعيشها الزوجان في كنف الأسرة، ضمن علاقات يسودها الحب والتفاهم والاستقرار والتعاون والثقة، والتواد والقدرة على مواجهة الأزمات والمشاكل، وهو كما يقيسه الاستبيان المصمم من سبعة محاور في هذه الدراسة.

**6 - الدراسات السابقة:****- أولا الدراسات العربية:****1 - دراسة الناصر ويغمر 1976 بعنوان:****" أثر عمل المرأة المتعلمة على التوافق الزوجي "**

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر عمل المرأة المتعلمة على توافقها الزوجي، وقد اشتملت عينة الدراسة على (560) زوجا وزوجة بالمملكة العربية السعودية، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها أن أكثر النساء العاملات توافقا هن الحاصلات على المستوى الابتدائي، يليهن الحاصلات على المستوى الجامعي وأن الأسر التي مضى على زواجها فترة أقل من سنة هي الأكثر توافقا، بينما كانت الأسر التي مضى على زواجها فترة أكثر من عشر سنوات الأقل في مستوى التوافق، كما بينت الدراسة أن أكثر الأسر توافقا هي التي تقل فيها سنوات عمل المرأة عن سنة، وأقل الأسر توافقا



هي التي كان عمل المرأة فيها من (6-10) سنوات، كما بينت أن أكثر الأسر توافقا هي التي يتقارب فيها مستوى التعليم بين الزوجين (عبد الله جاد محمود، 2006، ص 73).

## 2 – دراسة مشيرة اليوسفي (1990) بعنوان:

### " ضغوط الحياة الموجبة والسالبة وضغوط عمل المعلم كمبني للتوافق "

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الإرتباطية بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة، وضغوط عمل المعلم وبين التوافق و التنبؤ به، ومعرفة الفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث والمتزوجين وغير المتزوجين، والمعلمين والمعلمات من ذوي الخبرة أكثر من خمس سنوات، وحديثي التخرج.

– عينة الدراسة تكونت من (200) مدرس ومدرسة تراوحت أعمارهم بين (23-46) سنة بمتوسط عمري قدره (28,5) سنة وصنفت العينة لمقارنة الفروق إلى ثلاثة مجموعات.

مجموعة الذكور وعددهم (118) مدرسا والإناث عددهم (82) مدرسة، مجموعة المعلمين المتزوجين والمعلمات المتزوجات وعددهم (64) مدرسا ومدرسة مجموعة ذوي الخبرة أعلى من خمس سنوات وعددهم (52) مدرسا، والمدرسين والمدربات حديثي التخرج وعددهم (54) مدرسا ومدرسة.

– أدوات الدراسة استخدمت الباحثة في دراستها الأدوات التالية:

– مقياس ضغوط الحياة:

وينقسم إلى قسمين:

– مقياس ضغوط الحياة الموجبة.

– مقياس ضغوط الحياة السالبة وهو من إعداد الباحثة.

– مقياس ضغوط عمل المعلم من إعداد الباحثة.

– مقياس يقيس التوافق المنزلي والصحي والاجتماعي والتوافق الانفعالي.

نتائج الدراسة:

من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي:

– يوجد ارتباط دال إحصائياً بين درجات الأفراد على مقياس ضغوط الحياة الموجبة

ودرجاتهم على أبعاد التوافق مما يدل على أن ضغوط الحياة الموجبة ليس لها تأثير

سوء على الصحة النفسية وأن الضغوط الموجبة تعكس التوافق الجيد لأنها تؤدي إلى

شعور الفرد بالسرور والرضا وهذا يعكس التوافق الجيد.

– يوجد ارتباط دال موجب بين ضغوط الحياة السالبة وضغوط عمل المعلم والتوافق

ومن الملاحظ أن الدرجة العالية على مقياس التوافق تعني وتعكس توافقاً ضعيفاً حسب

تصميم المقياس وهذا السر في العلاقة الموجبة.

— توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات المعلمين المتزوجين والمعلمات المتزوجات والمعلمين غير المتزوجين والمعلمات المتزوجات.

— لا يوجد ارتباط دال بين ضغوط الحياة الموجبة وضغوط الحياة السالبة وهذا يعني أنهما مستقلان (مشيرة اليوسفي 1990، ص ص، 277 315).

### 3/دراسة رجب شعبان علي شعبان محمد (1992) بعنوان:

" العلاقة بين أساليب التعامل الإيجابية والإيجابية مع الأزمات والتوافق النفسي وبعض سمات الشخصية "

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة إلى أي مدى ترتبط بصورة دالة أساليب التعامل الإيجابية والإيجابية مع الأزمات بمؤشرات التوافق النفسي والشخصي والاجتماعي وسمات الشخصية.

— عينة الدراسة تكونت من (68) طالبا من الجنسين من طلاب السنة الأولى بكلية التربية بالفيوم وتراوح أعمارهم بين (18-22) عاما بمتوسط عمري قدره (14-19) عاما بواقع (29) طالبة و(39) طالبا.

— أدوات الدراسة:

استخدم الباحث في دراسته الأدوات التالية:

– مقياس أساليب التعامل مع الأزمات وهو من إعداد موس (Moose 1998) ترجمة وتقنين رجب شافعي و رجب شعبان (1990).

– مقياس كاليفورنيا للشخصية صورة "ب" من إعداد ثورب وكلاك وتينجز (1970) ترجمة وتقنين علي حسين بداري وأنور رياض عبد الرحيم (1985).

– نتائج الدراسة: من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي:

– توجد علاقة ارتباطية دالة بين أساليب التعامل الإقدامية مع الأزمات وتوافق الأنثى الشخصي والاجتماعي وشخصيتها، في حين أن هذه العلاقة لم تتضح بنفس الدرجة لدى الذكور، سوى ارتباط أساليب التعامل الإقدامية بسمتي النشاط والنظام، أما فيما يتعلق بأساليب التعامل الإحجامية، فقد اتضح أنهما ترتبطان بسوء التوافق الشخصي والاجتماعي واضطراب الشخصية لدى الإناث، أما بالنسبة للذكور فإن أساليب التعامل الإحجامية ترتبط بسوء التوافق الاجتماعي واضطراب الشخصية فقط (صالح محمد حسين 2003، ص ص، 87 88).

4/ دراسة ميرفت رجب صابر أحمد (1993) بعنوان:

" أثر خروج المرأة إلى العمل وعلاقته بصحة الطفل النفسية في مرحلة الطفولة المبكرة "

وتهدف إلى محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين خروج المرأة للعمل وبين صحة الطفل النفسية.

- التعرف على مدى تأثير عمل المرأة على توافقها الزوجي.
- التعرف على مدى تأثير توافق المرأة زواجيا على صحة الأبناء النفسية.
- التعرف على مدى تأثير التفاعل بين خروج المرأة للعمل وتوافقها الزوجي، على صحة الأبناء النفسية.

وأجري البحث على عينة من أطفال محافظة القاهرة، حيث ركزت الباحثة على مدارس إدارتي عابدين والمعادي، ومعظم إدارات المحافظة بالقاهرة، وتتراوح أعمار العينة من 3 إلى 6 سنوات وبلغت العينة 110 طفلا وطفلة أما أدوات الدراسة فكانت:

#### أ/ الأدوات الضابطة:

- اختبار رسم الرجل لجوانف هاريس للذكاء، تعريب مصطفى فهمي.
- استمارة جمع البيانات عن الطفل ووالديه إعداد الباحثة.
- استمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي إعداد سامية قطان.

#### ب/ الأدوات الأساسية:

- مقياس القلق والانطواء والعدوان إعداد الباحثة.
- مقياس التوافق الزوجي.

وكانت النتائج التي توصل إليها البحث هي:

- لا توجد فروق بين الجنسين سواء لدى أبناء العاملات أو أبناء غير العاملات، لكل من بعد الانطواء ولكن وجدت فروق دالة بين أبناء العاملات وأبناء غير العاملات في الأبعاد الثلاثة لصالح أبناء غير العاملات.

— توجد فروق بين الأمهات العاملات وغير العاملات من حيث التوافق الزوجي.  
 — توجد فروق بين أبناء الأمهات المتوافقات زواجياً وأبناء الأمهات غير المتوافقات زواجياً من العاملات لصالح أبناء الأمهات المتوافقات زواجياً.  
 — توجد فروق بين أبناء الأمهات المتوافقات زواجياً وأبناء الأمهات غير المتوافقات زواجياً، ليس من الأم غير العاملة بالنسبة لبعد (القلق، العدوان، الدرجة الكلية، الصحة النفسية) لصالح أبناء الأمهات المتوافقات زواجياً (سهير كامل أحمد 2000، ص 384، ص 385).

#### 5/ دراسة عماد علي عبد الرزاق (1998) بعنوان:

"المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية"

— هدفت هذه الدراسة إلى فحص دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية والتأكد من أن الضغوط الاقتصادية التي تعاني منها الأسرة هي أحد الأسباب الرئيسية في حدوث الخلافات الزوجية.  
 — عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (170) فردا من الجنسين بواقع (100) ذكور و(70) إناث متزوجين تراوحت أعمارهم بين (28-51) عاما بمتوسط عمري قدره (37.9) وانحراف معياري قدره (5.66).

— أدوات الدراسة:

استخدم الباحث في دراسته الأدوات التالية:

— استمارة بيانات ديمغرافية.

— إستبانة المعاناة الاقتصادية وهي من إعداد وترجمة ممدوحة سلامة (1991) عن

مقياس لمبرز وآخرين (1989) L impers. , et al

— إستبانة الخلافات الزوجية وهي من إعداد عواطف صالح (1989) الصورة (أ)

للرجال والصورة (ب) للنساء.

— مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية provision of social relation وهو ترجمة

وإعداد محمد محروس ومحمد السيد (1994) عن مقياس ترنر وآخرون (Turner et

al 1983).

— نتائج الدراسة: من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ما يلي:

— لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الأزواج وبين متوسط درجات

الزوجات في كل من إدراك المعاناة الاقتصادية والمساندة الاجتماعية.

- توجد فروق بين درجات الأزواج ودرجات الزوجات في إدراك الخلافات بجانب الزوجات بمعنى أن الزوجات أكثر إدراكا للخلافات الزوجية من الأزواج.
- يوجد ارتباط موجب دال بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية لدى الأزواج ولدى الزوجات وتبين أن المساندة الاجتماعية لها الأثر الملطف والمخفف للضغوط.
- (صالح محمد حسين أبو حطب 2003، ص 39).

#### 6/ دراسة شاهيناز أحمد محمد محبوب (1998) بعنوان:

" العلاقة بين التوافق الزوجي وبعض المتغيرات النفسية لدى المرأة العاملة في المجتمعات الجديدة والتقليدية "

استهدفت الدراسة بحث العلاقة بين التوافق الزوجي وبعض المتغيرات النفسية لدى المرأة العاملة في المجتمعات الجديدة والتقليدية، وذلك للوقوف على طبيعة العلاقة بين التوافق الزوجي وكل من دافعية التواد بأبعادها الثلاث الميل، التوادي والحساسية تجاه الرفض والميل للتعاطف الوجداني مع الآخرين، ومجموعة القيم بنوعها القيم الشخصية والقيم الاجتماعية، وتكونت عينة البحث من (200) زوجة عاملة نصفهم يعمل في مجتمعات تقليدية ونصفهم الآخر في مجتمعات جديدة، وروعي في اختيارهم أن ينتموا جميعا إلى المستويات الاجتماعية والاقتصادية المتوسطة، وتم اختيار العينة من زوجات عاملات تتراوح أعمارهم ما بين (25-35) عاملة ومدة زواجهم تتراوح بين سنة و5 سنوات واستخدمت الباحثة دليل التقدير، الوضع الاجتماعي و الاقتصادي للأسرة



واستبيان التوافق الزوجي واختبار القيم الشخصية والاجتماعية، وعالجت الباحثة نتائجها إحصائياً عن طريق استخدام الأسلوب الإرتباطي، بهدف إيجاد العلاقة بين التوافق الزوجي وكل من دافعية التواد و القيم وأسفرت نتائج الدراسة عن مجموعة من النتائج أبرزها صحة الفروض الموضوعية، وقدمت الباحثة عددا من التطبيقات التربوية وأثبتت الدراسة أنه توجد علاقة بين التوافق الزوجي ودافعية التواد لدى المرأة العاملة (محمود فتحي محمد، 2009، ص 5)

#### 17 / دراسة نوال حمداش (2002) بعنوان:

" الإجهاد المهني لدى الزوجة العاملة الجزائرية وإستراتيجيات تعاملها معه "

أجريت هذه الدراسة بالمستشفى الجامعي بقسنطينة (2002/ 2003) هدفت الدراسة إلى الوقوف على مختلف المصادر التنظيمية التي تساهم في شعور الزوجة العاملة بالمستشفى بالإجهاد المهني، معرفة مدى تأثير بعض المتغيرات الديمغرافية (السن، المستوى التعليمي) في شعور الزوجة العاملة بالإجهاد المهني، معرفة هل توجد علاقة بين الإجهاد المهني وصراع الأدوار لدى الزوجة العاملة بالمستشفى، إبراز الإستراتيجيات التي تلجأ إليها الزوجة العاملة في مواجهة ما تعانيه من إجهاد مهني واعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج الوصفي التحليلي، عينة البحث كانت قصديه وتألقت من (504) عاملة متزوجة يعملن في وظائف القطاع الصحي.

## أدوات الدراسة:

فقد تمثلت في مجموعة من الأساليب الإحصائية تمثلت في اختبار تحليل التباين، معامل الارتباط بيرسون، النسب المئوية.

## - الاستبيانات:

- استبيان صراع الأدوار للزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي قسنطينة.
- استبيان الإجهاد المهني لدى الزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي.
- استبيان إستراتيجيات التعامل مع الإجهاد المهني لدى الزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي قسنطينة.

- نتائج الدراسة: بعد إجراء البحث تم الوصول إلى النتائج التالية:

## 1/ عرض نتائج الفرضية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الإجهاد المهني لدى الزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي بقسنطينة.

## 2/ عرض نتائج الفرضية الثانية:

هناك مساهمة بمختلف المصادر المختلفة في شعور الزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي بقسنطينة بالإجهاد المهني.

## 3/ عرض نتائج الفرضية الثالثة: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين

متوسطات درجات الفئات العمرية الثلاثة على الإجهاد المهني لدى العاملات

المتزوجات للمستوى التعليمي الأول، وكانت قيمة  $F = (2.84)$  في درجات (110.2) أما مستوى الدلالة فكانت (0.05) وفي هذا إشارة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الفئات العمرية الثلاثة بالنسبة للإجهاد المهني لدى الزوجات العاملات بالمستشفى الجامعي بقسنطينة.

كما تبين أيضا أن المستوى التعليمي أن قيمة  $F = (27.23)$  وهي دالة عند مستوى (0.05) وهذا فيه دلالة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الفئات العمرية الثلاث لدى الزوجات العاملات بالمستشفى الجامعي بالنسبة للإجهاد المهني.

#### 4/ عرض نتائج الفرضية الرابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات صراع الأدوار الذي تعاني منه الزوجة العاملة بالمستشفى الجامعي بقسنطينة.

#### 8/ دراسة غسان حسين الحلو (2003) بعنوان:

"مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين" قام الباحث غسان حسين الحلو سنة (2003) بدراسة استهدفت الكشف عن مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين في ضوء متغيرات الجنس وسنوات الخبرة والشهادات التعليمية والدخل الشهري، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (538) معلما ومعلمة وهي عينة تعادل ما نسبته

(5.7) من مجتمع الدراسة واستخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بأحد صورته التحليلية للحصول على المعلومات اللازمة في تحليل النتائج، وتمثلت أداة الدراسة في مقياس خاص بالضغوط المهنية التي تواجه معلم المرحلة الثانوية الذي تم تصميمه من طرف الباحث وتوصلت الدراسة إلى نتائج تمثلت في:

– دلت نتائج الدراسة على أن هناك ضغوطا مهنية يعاني منها معلمو المدارس الثانوية أكثر من غيرها وهي على التوالي: الحوافز المالية (4.67) فالحوافز المعنوية (4.40) فحجم العمل (3.92) ثم بيئة العمل (3.47) وأخيرا صراع الدور (3.13) أما مجال العلاقة مع الزملاء فقد كان تأثيره ضعيفا وبدرجة تقل عن المتوسط (2.21).

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مجال الحوافز المادية بين المعلمين والمعلمات ولصالح المعلمين وفي مجال حجم العمل لصالح المعلمات.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في مختلف مجالات الضغوط المهنية بين حملة البكالوريوس، وحملة الماجستير ولصالح حملة الماجستير.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المعلمين الذين تنحصر خبراتهم بين أقل من (05) سنوات ومن (5-10) سنوات ولصالح ذوي الخبرة في مجالات بيئة العمل وصراع الدور والحوافز وحجم العمل.

– وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين المعلمين أصحاب الدخل أقل من (3000 دينار) والمعلمين أصحاب الدخل الذي يزيد عن (3000 دينار) ولصالح أصحاب الدخل أقل من (3000 دينار) في معظم مجالات الضغوط المهنية التي تناولها الدراسة (نبيل شواقفة، 2004، ص 281)

### 9/ دراسة إحسان محمد الحسن (2003) بعنوان:

" المشكلات الأسرية والمهنية التي تعاني منها المرأة العاملة في مدينة بغداد "

قام إحسان محمد الحسن سنة (2003) بدراسة استغرقت حوالي (06 أشهر)، أجريت على (200) امرأة عاملة ومتزوجة يشغلن في مهن التعليم والتمريض والإدارة والإنتاج الزراعي والصناعي، تمثلت أدوات الدراسة في المقابلة والاستبيان وكانت النتائج كالتالي:

– أن نسبة (62) من المفحوصات صرحن بأن عملهن يسبب لهن إهمال رعاية الزوج والأبناء.

كما أجابت (80) من المفحوصات بأن عملهن يسبب عدم استقرار الأسرة وزيادة احتمال التعرض للطلاق.

كما أجابت (31) من المفحوصات بعدم وجود من يتولى رعاية أبنائهن وإيجاد صعوبات كثيرة في الشخص الذي يتولى هاته المهمة وهذا ما يسبب عدة مشاكل تعسة بالنسبة لهؤلاء الأطفال (إحسان محمد الحسن، 2008، ص ص، 82 84).

## 10 – دراسة حسين حريم (2003) بعنوان:

## " ضغوط العمل لدى الكادر التمريضي في المستشفيات الخاصة بالأردن "

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الضغوط الوظيفية لدى العاملين في مجال التمريض في المستشفيات الخاصة بالأردن واعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي التحليلي في عرض المعلومات وتحليلها واستخدام مجموعة من الأدوات الإحصائية لقياس وتحليل الإجابات واختبار الفروض، وقد تكونت عينة الدراسة من (500) مبحوث تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجموع العاملين في الجهاز التمريضي أما أداة الدراسة فقد اشتملت على إستبانة تضم (58) فقرة حول شعور العامل نحو ضغوط العمل التي تسببها (طبيعة العمل، نوع الإشراف، السياسات، الهيكل التنظيمي، الترقية وتقييم الأداء، النمو والتطور الوظيفي، الرواتب.....الخ).

وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

- يشعر العاملون في جهاز التمريض بالمستشفيات الخاصة بضغوط مهنية ناتجة عن عناصر العمل الذي يؤديه وبدرجات متفاوتة من حيث استمراريتها.
- جوانب العمل المتعلقة بالراتب والترقية وتقييم الأداء والعلاقات مع المرضى تسبب ضغوط وظيفية مستمرة نوعاً ما، أما الجوانب المتعلقة بالهيكل التنظيمي والنمو والتطور المهني وسياسة المؤسسة، وظروف العمل وطبيعة العمل، فإنها تسبب ضغوطاً وظيفية أحياناً (حسين حريم، 2003، ص 480).

## 11/ دراسة عمر مصطفى النعاس (2005) بعنوان:

" الضغوط المهنية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى العاملين بشركة الكهرباء بمدينة  
مصراتة ليبيا "

تكونت عينة البحث من (822) فردا عاملا اختيروا بطريقة عشوائية طبقية، وأستخدم  
الباحث مقياس أمجد عبد الحميد أبو نبغة لقياس الضغوط (1999) ومقياس عبد اللطيف  
أمين القريطي وعبد العزيز السيد الشخصي لقياس الصحة النفسية وقد استعان الباحث  
بنظام spss والإحصاء الوصفي وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

– يتعرض العاملون بالشركة العامة للكهرباء بمدينة مصراتة إلى درجة قليلة جدا من  
الضغوط المهنية بنسبة (1,25%)

– إن مستوى إدراك العاملين لمجالات الضغوط المهنية المتمثلة في الراتب والحوافز  
التشجيعية، والنمو والتقدم والهيكل المهني والاستقرار الوظيفي حيث تراوحت النسبة  
المئوية للاستجابة عليها (46,85% - 51,06%)

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) في الضغوط المهنية  
تبعاً لمتغير الخبرة.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) على أغلب مجالات الضغوط تعزى لمتغير المستوى التعليمي، بينما كانت الفروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05).

– لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين الضغوط المهنية والصحة النفسية بين العاملين بالشركة العامة للكهرباء بمدينة مصراتة.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) في الضغوط تبعا لمتغير الوضع الوظيفي.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في الضغوط المهنية تبعا لمتغير صراع الدور، غموض الدور، الاستقرار الوظيفي على مجالات الراتب، الحوافز التشجيعية، حجم العمل. [Http: /mbadr.net/a/abhabibas@google](http://mbadr.net/a/abhabibas@google)

Groups.com 29/01/2012 h 05 :20

12/ دراسة بهية التويجري (2007) بعنوان:

" المشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل "

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها ممارسو مهنة التمريض في بيئة العمل وكذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين رؤية أفراد العينة للمشكلات و متغيراتهم الشخصية مثل (العمر، المؤهل العلمي، مدة الخدمة العلمية، عدد الدورات التدريبية، مستوي اللغة الانجليزية، الراتب الشهري) كما هدفت الدراسة



إلى التعرف عن الاختلاف في رؤية أفراد العينة للمشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل باختلاف الجنس، الجنسية، الحالة الاجتماعية، مسمى المهنة مكان العمل في المستشفى، نوع المستشفى بمدينة الرياض وقد تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، كما تم الاستعانة بالإستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات، والتي قامت الباحثة بنائها حيث تم توزيعها على مجتمع الدراسة والمتمثل في ممارسي مهنة التمريض العاملين بالمستشفيات الحكومية بمدينة الرياض التي تشمل المستشفيات التابعة لوزارة الصحة والمستشفيات العسكرية والمستشفيات التعليمية، وقد تم اختيار عينة الدراسة عن طريق استخدام العينة غير الاحتمالية الهادفة، وقد بلغت عينة الدراسة (265) ممرض وممرضة وقد توصلت الدراسة إلى إبراز المشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل مرتبة حسب الأهمية حيث احتلت مشكلة ضعف المستوى التثقيفي و التوعوي المرتبة الأولى يليها مشكلة صعوبة المهنة وكثرة ضغوط العمل، ثم مشكلة ضعف الحوافز المادية والمعنوية التي احتلت المرتبة الثالثة تليها مشكلة قلة المرونة في العمل وضعف القيادات، ومشكلة عدم وضوح المهام وغياب المعايير ومشكلة ضعف التعاون والمشاركة ولم تظهر الدراسة وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنس أو مسمى المهنة والمشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل (بهية إبراهيم التوبجري، 2007، ص 5).

## 13/ دراسة نوال العمران (2008) بعنوان:

**" دور الضغوط النفسية لدى النساء في التوافق الزواجي "**

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الضغوط النفسية بأبعادها المختلفة على التوافق الزواجي عند النساء، وتكونت عينة الدراسة من (145) امرأة من الطالبات المتزوجات في جامعة الإمام محمد بن سعود ممن تتراوح أعمارهن من (18-26) سنة واستخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية (الماضي 2001) ومقياس التوافق الزواجي نوال الحنطي (1999) وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الضغوط المتعلقة بالحياة الزوجية والضغوط المتعلقة بالإنجاب والتوافق الزواجي، ولم تشر الدراسة إلى وجود علاقة دالة بين التوافق الزواجي وكل من الضغوط الأسرية والضغوط الصحية والضغوط المتعلقة بالنشاط الاجتماعي، والضغوط المتعلقة بالسكن والضغوط المتعلقة بالقانون والنواحي المالية (عبد الله جاد محمود، 2006، ص، 70).

## 14 – دراسة رجاء مريم (2008) بعنوان:

**" مصادر الضغوط النفسية لدى العاملات في مهنة التمريض في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في محافظة دمشق "**

هدفت الدراسة إلى قياس الضغوط النفسية المهنية التي تواجه الممرضات العاملات في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في ضوء أربعة متغيرات، الحالة الاجتماعية

العمر، عدد سنوات الخدمة، القسم أو الشعبة في العمل، وقد تم تطوير إستبانة من (55) فقرة لقياس مصادر الضغوط المهنية لدى الممرضات، و تكونت عينة الدراسة من (204) ممرضة تم اختيارهم بطريقة عشوائية عرضية، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها كالاتي:

– بينت الدراسة أن (78,9%) من الممرضات يشعرن بدرجات مرتفعة من الضغوط النفسية المهنية.

– وجود فروق دالة بين متوسط درجات الممرضات وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية على بعد مصادر الضغوط المتعلقة بطبيعة العمل، وبعد العلاقة مع زملاء العمل وذلك لصالح الممرضات العازبات.

– وجود فروق دالة بين متوسط درجات الممرضات وفقا لمتغير العمر على بعد مصادر الضغوط المتعلقة بالعوامل التنظيمية في العمل وبعد المصادر المتعلقة بالعلاقة مع الإدارة وذلك لصالح الممرضات الأصغر سنا.

– وجود فروق دالة بين متوسط درجات الممرضات وفقا لمتغير عدد سنوات الخدمة في المستشفى وذلك على بعد مصادر الضغوط المتعلقة بالعلاقة مع الإدارة لصالح الممرضات اللواتي لديهن سنوات خدمة أقل.

– عدم وجود فروق دالة بين متوسط درجات الممرضات وفقا لمتغير القسم أو شعبة العمل في المستشفى (رجاء مريم، 2008، ص، 486).

## 15/ دراسة إيناس أحمد علي السليمي (2008) بعنوان:

## " الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة السعودية وعلاقته بالتوافق الزوجي "

قامت الباحثة إيناس أحمد علي السليمي بدراسة بعنوان الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة السعودية، وعلاقته بالتوافق الزوجي في سنة (2008) بقسم السكن وإدارة المنزل بكلية التربية والاقتصاد المنزلي بجامعة أم القرى، وذلك من خلال معرفة العلاقة بين متغيرات المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، وأبعاد الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة ومحاور التوافق الزوجي، وتحديد الاختلاف بين ربات الأسر المساهمات وغير المساهمات في بنود الإنفاق المختلفة بميزانية الأسرة في محاور التوافق الزوجي، وقد تم اختيار عينة قصدية من ربات الأسر المتزوجات العاملات السعوديات، من مستويات اجتماعية واقتصادية وثقافية مختلفة بمدينة مكة المكرمة وعددهن (400) ربة أسرة، وتمثلت أدوات البحث في إستبانة استقصاء لقياس الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة وعلاقته بالتوافق الزوجي، استمارة البيانات العامة للأسرة، استبيان الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة السعودية، مقياس التوافق الزوجي وقد تم استخدام التحليلات الإحصائية المناسبة لاستخلاص النتائج وكانت أهمها كالاتي:

— وجود علاقة إرتباطية موجبة بين بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية للأسرة وكلا من أبعاد الدور الاقتصادي لربة الأسرة العاملة ومحاور التوافق الزوجي.

– وجود علاقة إرتباطية موجبة بين بعض أبعاد الدور الاقتصادي لربات الأسرة العاملات وفقا لبعض المتغيرات الاجتماعية و الاقتصادية للأسرة.

– عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في محاور التوافق الزوجي بين ربات الأسر العاملات المساهمات وغير المساهمات في بنود الإنفاق المختلفة (إيناس بنت أحمد علي السليمي، 2008، ص ص، 2 /3).

### 16/ دراسة حسام محمود زاكي عليا (2008) بعنوان:

" الإتهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المينا "

لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة لمحافظة المينا حيث ضمت عينة الدراسة (200) من معلمي الفئات الخاصة لمحافظة المينا استخدم الباحث الأدوات التالية:

مقياس الإتهاك النفسي لمعلمي الفئات الخاصة إعداد الباحث، مقياس التوافق الزوجي إعداد راوية دسوقي (1986).

الأساليب الإحصائية:

اختبار T ت ومعامل الارتباط بيرسون وتحليل التباين الأحادي الاتجاه. وكانت نتائج الدراسة كالتالي:

– توجد علاقة إرتباطية سلبية بين الإتهاك النفسي والتوافق الزوجي لدى عينة الدراسة

– لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات في الإنهاك النفسي.

– لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات ذوي الخبرة الأقل من ثماني سنوات والمعلمين ذوي الخبرة الأكثر من ثماني سنوات لدى عينة الدراسة في الإنهاك النفسي.

– لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمي الفئات الخاصة (الصم، المكفوفين، المعاقين عقليا) في الإنهاك النفسي <http://bafree.net>.

#### 17/ دراسة مشيرة محمد شعراوي محمود (2008) بعنوان:

" إعداد برنامج إرشادي للحد من مشكلات سوء التوافق المترتبة على عمل المرأة "

استهدفت الدراسة التوصل إلى برنامج إرشادي لمشكلات سوء التوافق الزوجي المترتبة على عمل المرأة، من خلال دراسة وتحليل المشكلات المالية المترتبة على عمل المرأة وتحليل المشكلات الاجتماعية والثقافية والدينية المترتبة عن عمل المرأة.

دراسة وتحليل الغيرة والثقة بين الزوجين المترتبة على عمل المرأة، دراسة وتحليل مشكلات الاتصال والحرص على استمرار العلاقة الزوجية المترتبة على عمل المرأة وهي دراسة وصفية للعاملين، وطبقت الدراسة على عينة عمدية من المدرسات والمشرفات العاملات في مدارس جنوب القاهرة الإعدادية يقمن في مدينة القاهرة بلغ

عددهن (180) مدرسة ومشرفة، وتوصلت الدراسة إلى وجود العديد من المشكلات التي تؤدي إلى عدم التوافق الأسري الناتجة عن عمل المرأة، ومن أهمها:

المشاكل المادية، عدم التكافؤ في المستوى الديني والثقافي، مشكلات الإشباع العاطفي، مشكلات الغيرة والثقة الزوجية، مشكلات الإيصال والحرص على استمرار العلاقة الزوجية (محمود فتحي، 2009، ص 8).

### 18/ دراسة موهوبي فوزي (2010) بعنوان:

" إستراتيجيات التكفل والوقاية من الضغط النفسي لدى الممرضين "

هدفت الدراسة إلى تشخيص مستوى الاحتراق النفسي لدى الممرضين بالمؤسسات الصحية بالجزائر العاصمة:

ويعتبر الاحتراق النفسي ضغط نفسي مزمن Stress chronique وهي دراسة وصفية، وللتحقق منها طبق مقياس الاحتراق النفسي لماس لاش (MBI) بعد التحقق من خصائصه السيكومترية.

عينة الدراسة شملت (271) ممرض وممرضة (138 ذكور، 133 إناث) تمت الدراسة بـ: 11 مؤسسة صحية على مستوى الجزائر العاصمة، واستقرت نتائج الدراسة إلى أن الممرضين يعانون من مستوى مرتفع ودال للاحتراق النفسي واستنادا على المقابلات مع الممرضين والملاحظة بالمشاركة الميدانية والتي دامت سنة خبرة في مجموعة من مستشفيات الجزائر العاصمة والمشاركة في المنتديات والملتقيات الخاصة

بجانب التمريض والصحة بصفة عامة، وكذا التمريض الميداني بمستشفى (LA conception سنة 2002) بفرنسا توصل إلى اقتراح إستراتيجيات التكفل والوقاية من الضغط النفسي لدى الممرضين (موهوبي فوزي، 2010، ص 15).

### 19/ دراسة يمينية مقابل هدييل (2011) بعنوان:

" الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي دراسة ميدانية على عينة من أستاذات

التعليم العالي: (2011) جامعة سعد دحلب البليدة "

هدفت الدراسة لاكتشاف العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي الذي تعاني منه المرأة العاملة بالتدريس الجامعي وتوافقها الزوجي، وقد أقيمت الدراسة على عينة من العاملات وعددهن (42) عاملة، وتم هذا العمل بالاعتماد على مقياس التوافق الزوجي لإبراهيم فلاته ومقياس الضغط لكوهن، كما حاولت الدراسة فحص إمكانية تدخل المتغيرات المتمثلة في الفارق العمري بين الزوجين، مدة الزواج واختيار الشريك في تحديد التوافق الزوجي لدى عينة البحث، كما بحثت الدراسة إمكانية تدخل متغير عدد الأولاد اللذين لم يجتازوا سن الطفولة في تحديد درجة الضغط.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

— وجود علاقة إرتباطية سالبة دالة بين الضغط النفسي والتوافق الزوجي.

— وجود فروق بين الضغط النفسي حسب متغير الأولاد.



– لا توجد فروق بين التوافق الزوجي للمرأة تعزى إلى متغير الفارق العمري بين الزوجين.

– وجود فروق في التوافق الزوجي لدى المدرسات بالتعليم العالي حسب متغير مدة الزواج.

– وجود فروق في التوافق الزوجي للمرأة المدرسة بالتعليم العالي حسب متغير اختيار الشريك لصالح الأستاذات اللواتي تم زواجهن بعد فترة تعارف (يمينه مقابل هديل، 2011، ص 04).

– ثانيا الدراسات الأجنبية

20/ دراسة فينور وإيفانز (1989) Feinaur and Evans بعنوان:

" العلاقة بين التوافق الزوجي والتطابق مع عمل المرأة "

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التوافق الزوجي والتطابق فيما يتعلق بعمل المرأة وقد قسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين، المجموعة الأولى الزوجان كلاهما يعملان وعددهم (57) و المجموعة الثانية الزوج فقط هو الذي يعمل وعددهم (43) وقد استخدم الباحثان مقياس التوافق الزوجي لسبيتز (1976) واستمارة تقدير عمل الزوجة من (1-1/1-8) للأوضاع المهنية وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن عمل المرأة يؤثر سلبا على التوافق الزوجي عندما تعمل المرأة في غير المجال المهني الذي

تود العمل فيه وعندما لا يرغب الزوج في عمل المرأة في الوقت الحاضر أو المستقبل  
(عبد الله جاد محمود، 2006، ص 73).

## 21/ دراسة ريتشارد سون (Richardson 1989) بعنوان:

" العلاقة بين مستويات الاحتراق النفسي وأساليب الإشراف التربوي لدى معلمي  
المدارس الثانوية "

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس  
الثانوية وبين أساليب الإشراف التربوي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أسلوب  
الإشراف التربوي غير المتعاون يؤدي إلى مستوى عالي من الاحتراق النفسي، بعكس  
الأسلوب المتعاون الذي يؤدي إلى مستوى منخفض من الاحتراق النفسي، كما دلت  
النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة بين بعد نقص الشعور بالإنجاز وبين أسلوب  
الإشراف التربوي، كما أظهرت النتائج أيضا أن نقص الشعور بالإنجاز يختلف بين  
المعلمين والمعلمات فقد سجل الذكور مستويات أعلى من نقص الشعور بالإنجاز عن  
الإناث (أحمد محمد عوض بن أحمد، 2007، ص، ص 28 29).

## 22/ دراسة بريس Price (1985) بعنوان:

علاقة التوافق الزوجي ببعض المتغيرات.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى ارتباط التوافق الزوجي مع بعض المتغيرات  
وقد اشتملت العينة على (1006) من الأزواج و (1170) من الزوجات تراوحت

أعمارهم ما بين (17 و56) سنة، وقد دلت نتائج الدراسة على أن أكثر العوامل تأثيراً في التوافق الزوجي هو ضغط الدور والرضا الذاتي، ثم البعد الديني ووجود الأطفال ودخل الأسرة ( عبد الله جاد محمود، 2006، ص 72).

### 23/ دراسة فرانش دامن French. Damne (1992) بعنوان:

#### " الاحتراق النفسي الإداري لدى مديري المدارس الابتدائية في كاليفورنيا "

وهي دراسة عن الاحتراق النفسي الإداري في كاليفورنيا هدفت الدراسة إلى الكشف عن الاختلافات في درجة ونوع الاحتراق النفسي الذي يمر به مديري المدارس الابتدائية في كاليفورنيا، نصفهم من المدارس التي تداوم طوال السنة، ونصفهم الآخر من المدارس التي تسير على التقويم المدرسي التقليدي، وأظهر أفراد العينة من النظامين درجات منخفضة من الاحتراق باستثناء المديرين الذين لديهم أطفال في سن ما قبل المدرسة، وأظهر مديرو المدارس بالتقويم التقليدي ضغط أكثر بسبب الإذعان للسياسات على مستوى الولايات، والمستوى الفيدرالي والمستوى المؤسسي وأن المديرين في المدارس التي تداوم طوال العام لم تظهر عليهم آثار إحتراق كبيرة. (عبد العظيم الصدر، باسم علي أبو كويك، 2007، ص 8).

**24/ دراسة ماينرد آيد May nard-Ide بعنوان:**

" مستويات الاحتراق النفسي لدى المدرسين.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى المدرسين العاملين في المدينة، وبيان أثر كل من الجنس والعرق وعدد سنوات الخبرة والحالة الاجتماعية والمؤهل العلمي في درجة الاحتراق النفسي، تكونت عينة الدراسة من (145) معلما ومعلمة من معلمي المدارس المتوسطة في ولاية تكساس الأمريكية ومدنها.

تم استخدام مقياس ماسلاك المعدل للاحتراق النفسي، أظهرت نتائج الدراسة أن معلمي المدارس المتوسطة في المدن من العرق الأبيض عانوا من الاحتراق النفسي بدرجة أكبر من المعلمين الأمريكيين من أصل إفريقي، وأن معلمي المدرسة المتوسطة من الذكور والإناث حققوا نتائج متقاربة على مقياس ماسلاك من الاحتراق النفسي، كما أن المعلمين المتزوجين في المدارس الثانوية عانوا من الاحتراق النفسي بدرجة أكبر من المعلمين الذين يوضعون تحت تصنيف آخر للحالة الاجتماعية (مرجع سابق، ص 30).

**25/ دراسة براون و رالف (Brawn and Ralph 1994) بعنوان:**

" نحو تحديد وإدارة الضغوط الناتجة عن العمل عند المعلمين البريطانيين"

وقد هدفت الدراسة إلى تحديد عوامل هذه الضغوط وإستراتيجية معالجتها في مدارس شمال بريطانيا، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك عوامل مشتركة ساعدت على

بروز الضغوط الناتجة عن العمل لدى المعلمين، ومنها العلاقة المتبادلة بين المعلم والطالب، والعلاقة بين المعلم وزملائه ورؤسائه وكذلك العلاقة بين المعلم والمجتمع (البيئة) المحيطة به وأخيرا العوامل المتعلقة بإدارة الوقت والعبء التدريسي، وهي كلها عوامل اعتبرت من المسببات الرئيسية للضغوط المهنية عند المعلمين في مدارس شمال بريطانيا (نبيل شواقفة، 2004، ص ص، 283، 284).

### 26/دراسة أيور EUR (2004) بعنوان:

#### " تأثير العوامل الاقتصادية على التوافق الزوجي "

تستهدف معرفة تأثير العوامل الاقتصادية على التوافق الزوجي وشملت عينة الدراسة (608) من الأزواج الفنلنديين (304 من الأزواج، 304 من الزوجات) وتوصلت الدراسة إلى أن الظروف الاقتصادية السيئة تزيد من المعاناة النفسية، التي تؤثر سلبا على مستوى التوافق الزوجي، كما توصلت الدراسة إلى أن الزوجات يبدن عدم التوافق الزوجي مع الأزواج الفقراء والغير العاملين (عبد الله جاد محمود، 2006، ص 72).

### 27/دراسة سينغ و ساشما Sing and Sashma (2006) بعنوان:

#### " المركز الوظيفي والتوافق الزوجي "

قام كل من سينغ و ساشما (2006) Sing and Sashma بدراسة هدفت إلى التعرف على الفروق في درجات التوافق الزوجي بين الأزواج والزوجات باختلاف المركز

الوظيفي والمستوى التعليمي للزوجة، وقد طبقت الدراسة على (300) امرأة هندية كان من بينهن (150) امرأة عاملة و(150) امرأة غير عاملة، وقد قسمت عينة الدراسة إلى ثلاث فئات حسب المستوى التعليمي فئة التعليم العالي فوق الجامعي، فئة التعليم الجامعي وفئة غير المتعلمات (الأميات)، وكان العدد في كل فئة (50) امرأة، وقد دلت نتائج الدراسة أن البعد الجنسي في التوافق الزوجي لم يتأثر بالمستوى التعليمي، كما أبدى أزواج صاحبات المراكز الوظيفية المرموقة ومن يصنفن في المستوى الجامعي، ومستوى فوق الجامعي مستويات مرتفعة من التوافق الزوجي مقارنة بأزواج الأميات والعاطلات عن العمل (عبد الله جاد محمود، 2006، ص 89).

#### 28/ دراسة مانتريو كريشنسوامي KrishWami Mantrand بعنوان:

##### "العلاقة بين بعض المتغيرات الاجتماعية والتوافق الزوجي"

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين بعض المتغيرات الاجتماعية والتوافق الزوجي لدى النساء العاملات، وأجريت الدراسة على (170) امرأة متزوجة عاملة، واستخدم فيها مقياس التوافق الزوجي ومقياس التوافق مع والدي الزوج، ومقياس التكوين الذاتي وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين التوافق الزوجي وكل من التوافق مع والدي الزوج والاتفاق على أوجه إنفاق دخل الزوجة (عبد الله جاد محمود، 2006، ص 76).

**- نقد وتقييم الدراسات السابقة:**

- من خلال استعراض الدراسات السابقة لموضوع الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم فإننا نرى أن دراسة الضغط المهني الذي تعاني منه المرأة وكذا التوافق الزوجي للمرأة العربية حديث جدا، وفي الآن نفسه لا يزال نوعا ما محدود، فالدراسات ذات العلاقة المباشرة بالموضوع بمتغيريه قليلة جدا فقد بحثنا كثيرا عن عناوين مشابهة ووجدنا مجموعة من الدراسات ذات العلاقة ببعض جوانب الموضوع ودراستين كانتا الأقرب للموضوع وهما دراسة نوال العمران (2008) دور الضغوط النفسية لدى النساء في التوافق الزوجي وكذا دراسة حسام محمود زاكي عليا (2008)، الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة.

فالدراسة الأولى تعلقت بالضغط النفسي لدى الطالبات، وضغط الطالبة يختلف تماما عن ضغط العاملة فالتعليم له أبعاده وخصوصياته وأوقاته، والعمل له أبعاده وظروفه ومشاكله التي يجب أن تدرس وتحلل و بالتالي هذه الدراسة تعتبر دراسة استطلاعية وصفية لم تهتم كثيرا بالكشف عن العوامل التي تسبب حدوث الضغط لدى المرأة، وكذا كيف يتأثر توافقها الزوجي بمستوى الضغط الذي تعانيه، أما الدراسة الثانية فهي دراسة ليست خاصة بالمرأة ولم تتناول أبعاد التوافق الزوجي بل هي دراسة فارقية.

إن ما تقدم من طرح حول ضغط المدرسين والمرضى وكذا المتغيرات المرتبطة بالتوافق الزوجي أفادتنا كثيرا في تحديد بعض أبعاد الدراسة الميدانية بتناولها لجزء هام من الظاهرة، وفي تحليلنا لهذه الأبعاد في دراستنا الميدانية انطلاقا من النتائج التي جعلناها منطلقا للغوص في ظاهرة الضغط المهني كمتغير أساسي في التأثير على التوافق الزوجي للمرأة، أضف إلى ذلك أهمية العديد من الدراسات تكمن في تخصيصها لفئة هامة جدا هي فئة المتزوجات التي تعكس وضعا خاصا في الوطن العربي نظرا للقيمة الاجتماعية المعطاة لظاهرة الزواج، ونظرة المجتمع للمرأة المتزوجة تحكمها قوانين اجتماعية وعادات انطبعت في التصور العام لأدوار ووظائف المرأة والتي يعتبر التقصير فيها جزءا من الخلل الاجتماعي العام، إن ندرة الدراسات المتعلقة بتوافق المرأة الزوجي في مجتمعنا يتوقف على خصوصية الظاهرة وبالتالي صعوبة ملامسة الحياة اليومية للمرأة الجزائرية كونها لا تزال تحاط بالمنوعات والمقدرات وبالتالي صعوبة الحصول على معلومات تخص التوافق الزوجي وأبعاده الخاصة كالحب والجنس التي تعتبر طابوهات يصعب على المرأة التصريح بها وعموما نستشف من خلال قراءة وتحليل الدراسات السابقة للموضوع الملاحظات التالية:

— يرتبط التوافق الزوجي بمستوى منخفض من التعليم لدى المرأة، وكلما زادت سنوات عمل المرأة كلما قل التوافق الزوجي والعكس.



– توجد علاقة إرتباطية بين أساليب التعامل الإقدامية مع الأزمات وتوافق الأنثى الشخصي والاجتماعي ولم تتضح بنفس الدرجة لدى الذكور والعكس أساليب التعامل الإحجامية ترتبط بسوء التوافق، وهذا يدل على أن المرأة أكثر صلابة وقدرة على مواجهة الأزمات والمشاكل واختيارها لأساليب مناسبة لمواجهة عوامل الضغط تجعلها تشعر بالتوافق بكل أبعاده، وإحجامها على مواجهة المشاكل والصعاب يجعلها تشعر بعدم التوافق، وكأن التوافق يتضمن بذل جهد وتحفيز النفس وتقويتها وتدعيمها ومواجهة طوارئ الحياة.

– يتأثر الأبناء بتوافق والديهم الزوجي كما أن توافق المرأة زواجيا يتأثر بعملها لذلك توجد فروق بين الأمهات العاملات وغير العاملات في درجة التوافق الزوجي، كما توجد فروق بين أبناء الأمهات المتوافقات زواجيا وأبناء الأمهات غير المتوافقات لأن الأبناء يتأثرون بالجو الأسري العام، وبالعلاقة بين الأبوين فكلما اتسمت العلاقة الزوجية بالدفء والمحبة والتفاهم كلما انعكس ذلك إيجابا على نفسية الأبناء لأن التوافق الزوجي للزوجين يشعر أولادهم بالأمان والراحة وتنتقل إليهم مشاعر الألفة والتعاطف.

– كذلك من الأمور التي تعكر صفو الحياة الزوجية وتسبب الخلافات بين الرجل والمرأة هي المعانات الاقتصادية، وهذا ما أكدته دراسة علي عبد الرزاق (1998) بمعنى أن الدخل الكلي للأسرة يعجز عن تلبية متطلبات أفراد الأسرة، خاصة مع

التطورات المختلفة التي أملت على الفرد ضرورة اللحاق بها ومواكبتها خاصة في مجال التكنولوجيا الحديثة وظهور وسائل ومعدات أصبحت ضرورية لكل فرد، وبالتالي تزيد مصاريف الفرد الواحد في الأسرة التي يقوم على شؤونها غالبا الزوج مع مساعدة زوجته العاملة، إلا أن بعض المهن لا تدر دخلا كبيرا يوفي طلبات جميع أفراد الأسرة وبالتالي يعاني الزوجين من حمل زائد على الطاقة مما يسبب الخلافات بينهما، وتكون المرأة أكثر إدراكا للخلافات الزوجية من الرجل إلا أن المساندة الاجتماعية من طرف أسرتي الزوج والزوجة أو من نوي العلاقات الاجتماعية الطيبة لها الأثر الملطف في حدوث الضغط أو الخلاف، كذلك توجد علاقة بين التوافق الزوجي ودافعية التواد.

— توجد فروق لدى الزوجة العاملة بشعورها بالإجهاد يختلف حسب المستوى التعليمي  
 — لا توجد فروق في مستويات صراع الأدوار التي تعاني منها الزوجة العاملة لأن المرأة الجزائرية على اختلاف مستواها التعليمي فإنها تعاني صراع الدورين، واجباتها ومتطلبات دورها كزوجة ومتطلبات دورها كعاملة.

— يعاني المعلمون من ضغوط مهنية أكثر من غيرهم في مجال الحوافز المالية، تليها الحوافز المعنوية ثم حجم العمل ثم بيئة العمل وأخيرا صراع الدور، ذلك أن الإنسان يلجئ للعمل لتحقيق الكفاية المالية وتوفير متطلباته وحاجياته هو وأسرته، فالدافع الاقتصادي هو من أولويات الدخول في العمل، أضف إلى ذلك فالعمل يرفع معنويات الفرد ويخلصه من الملل والضجر ويشعره بالقيمة وهو ما ينتظره العامل من مسؤوليه

في العمل أن يشعروه بفاعليته في العمل ودوره ويحفزوه معنويا، فيزداد نشاطه ونوعية أدائه فإذا لم تتوفر هذه الشروط التي تعد الأساسية لأداء عمل أمثل فإن العامل سيخبر ضغطا مهنيا ينعكس بدوره على حسن الأداء كما أن العمل الذي يتطلب جهدا كبيرا وطويلا وبيئة العمل الضاغطة تسبب الشعور بالضغط وصراع الأدوار.

– توجد علاقة بين التأثير بالضغط الوظيفي والدخل وعدد أفراد الأسرة لدى الممرضات.

– توجد علاقة بين التأثير الوظيفي وسمة السيطرة بين الممرضات.

– تعاني المرأة العاملة في التعليم والتمريض من مشاكل أسرية سببها عملهن، أي أن عملهن يسبب لهن إهمال الزوج والأبناء.

– عدم استقرار الأسرة وزيادة احتمال الطلاق، عدم وجود من يتولى رعاية الأبناء مما تسبب في كثير من المشاكل.

– توجد علاقة سالبة بين الضغوط المتعلقة بالحياة الزوجية والضغوط المتعلقة بالإنجاب والتوافق الزوجي لدى الطالبات أي أنه كلما زادت الضغوط النفسية لدى الطالبات المتعلقة بالحياة الزوجية كلما قل التوافق الزوجي، وكذا كلما زادت الضغوط المتعلقة بالإنجاب كلما قل التوافق الزوجي فالمرأة التي تخضع للتعليم وهي زوجة تعاني كثيرا، لأنها مقيدة بنظام تعليمي محدود بأوقات وواجبات يجب تأديتها للتحصيل الجيد وإلا فإنها ستضيع دراستها، فالالتزام بالواجبات الدراسية وما يتطلبه من جهد

وتركيز ووقت ..... الخ يجعل من الزوجة الطالبة تشعر بضغط نفسي نتيجة تراكم المهام التي يجب أن تؤديها في وقتها المناسب وكذا دورها كزوجة وما تتطلبه أدوار الزوجية تجعلها تشعر بضغط الحياة الزوجية على سير دراستها الحسن، وبالتالي ينعكس ذلك سلبا على توافقها الزوجي، أضف إلى ذلك عامل الإنجاب الذي يعد من دعائم الحياة الزوجية ومدعاة لإستمراريتها وتوطيد العلاقة.

— بعض الدراسات اشتملت على دراسة الجنسين الذكور والإناث وتختص في دراستنا على المرأة، وبحكم أن هذا الموضوع ليس حكرا على أحد الجنسين بل يعتبر كليهما طرف مؤثر ومتأثرا بالضغط المهني، وبالتوافق الزوجي.

— ضغوط الحياة الموجبة ليس لها تأثير على الصحة النفسية وبالتالي لا تؤثر سلبا على التوافق الزوجي، بل بالعكس تعززه وتوطد العلاقة أكثر بين الزوجين لأن الضغوط الايجابية تدفع الفرد إلى الإنجاز والفاعلية وتحته على النشاط وتجديد الطاقة وبالتالي يكون مستوى تعلق الفرد بأداء عمله أكبر والتوافق فيه كذلك، وبما أن مجالات التوافق متصلة ببعضها البعض وتخدم بعضها البعض فإن المرأة المتوافقة في عملها لا تحمل أعباء العمل ومشاكله إلى بيتها لتعكر به المزاج العام للأسرة واستقرارها مع زوجها ولأن الأثر الإيجابي للضغط يجعل المرأة تفكر في أساليب تفعيل حياتها وتمكنها من خلق إستراتيجيات لمواجهة المتاعب و المشاق حيث أوضحت دراسة ناجام و جازال أن المرأة العاملة أكثر قدرة على مواجهة المشقة من غير العاملة، كما كانت أكثر استخداما

لأساليب المشقة (البدنية أو الجسمية)، من غير العاملات كما اتضح من دراسة هارستين در وبارامجيت التي سعت إلى التمييز بين السيدات العاملات وغير العاملات في أساليب إدارة المشقة والتي تضمنت (الاسترخاء، الاهتمام بالمظهر، تنظيم الوقت، النظام الغذائي، استخدام العلاج الطبي للأمراض وتلقي العناية الطبية، استخدام العلاج الطبيعي بالإعشاب والوصفات التقليدية المتوارثة).

– تتأثر الضغوط بأسلوب التعامل كذا شخصية المرأة، المستوى التعليمي، السن والدخل الشهري والحوافز، حجم العمل، بيئة العمل، صراع الدور، الاستقرار الوظيفي

– أغلب الدراسات اعتمدت في المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لأغراض مثل هذه الدراسات.

– يتأثر التوافق الزوجي بمجموعة من الأمور أهمها المعاملة، التواد، التعاطف الوجداني، المساندة الاجتماعية، الاتفاق حول أوجه إنفاق الدخل الخاص بالزوجة، صراع الأدوار.

– تتجر مشاكل سوء التوافق الزوجي عن المشكلات المالية، مشكلة رعاية الأبناء المترتبة عن عمل المرأة، عدم التكافؤ في المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي والديني، الإشباع العاطفي، مشكلات الغيرة والثقة وسوء الاتصال بين أفراد الأسرة.

– بعض الدراسات تبين أن الزوجات الأقل تعلما أكثر توافقا في الزواج وهذا يرتبط بالبيئة وكذا تفكير المرأة و قدراتها، فالمستوى التعليمي العالي غالبا ما يوحى بذكاء المرأة وقدرتها على حل المشكلات وبالتالي ستوظف ملكاتها العقلية في حسن تدبير حياتها الزوجية والحفاظ على تماسك أسرتها.

– بعض الدراسات أظهرت معاناة المعلمات من الاحتراق النفسي وهو أقصى حد للضغط حيث أن التعليم مهنة شاقة لما تقدمه من خدمات تستهدف بناء أفراد وعقول مستنيرة بالعلم.

#### علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة:

من المؤكد أن العلم تراكمي وبنائي فالبحوث القديمة تؤسس لبحوث جديدة وتتساند المعارف لتبين الحقائق الواقعية الجديرة بالدراسة والتطوير للأفضل، فموقع دراستنا يعد من الدراسات ذات الأبعاد ذات الأهمية الشديدة والعمق ذلك أن متغيراتها أكثر اتصالا ومساسا بجوانب حياة المرأة، العضو الفاعل في الحياة كلها ليس في المجتمع فحسب ودورها التنموي في البناء وتشبيد صرح مجتمع متطور وحضاري ناهيك عن دورها كربة بيت، كأنثى تعطي من حنانها ورعايتها العاطفية للزوج وأبناءها الذين هم ثمرة الحاضر وسواعد المستقبل.

بناء على هذا الأساس تكون دراسة أبعاد حياة المرأة العاملة وسبل راحتها في البيت والعمل لتكون فائدتها وفعاليتها في الحياة تامة غير منقوصة كان بحثنا هذا ضمن

سلسلة بحوث سابقة تناولت بعض الجوانب ذات الأهمية من جوانب موضوعنا كموضوع عمل المرأة، والمعاناة الاقتصادية للأسرة وتأثير عمل المرأة على توافقها الزوجي وخروج المرأة للعمل وأثره على صحة أبنائها والإجهاد المهني للزوجة العاملة، مصادر الضغوط الخاصة بالمعلمين وبعض المشكلات الأسرية والمهنية التي تعاني منها المرأة العاملة، والإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي.....الخ.

كل هذه الدراسات تناولت الموضوع من جوانب عدة كل حسب الهدف الأساسي من الدراسة وكان أغلبها يعطي وصفاً أو تفسيراً بسيطاً في حين هدفت دراستنا إلى معرفة المضامين الأساسية وتحليلها لأبعادها الخاصة بثقافة مجتمعنا، فالمجتمع الجزائري لديه خصوصيات تفرقه عن باقي المجتمعات الأخرى فنظرة المجتمع الجزائري للمرأة المتزوجة العاملة تأسست من منطلقات الأدوار التقليدية للمرأة الجزائرية وعقلية الرجل الجزائري الذي يعد مركز السلطة في الأسرة، إضافة إلى نظرة المجتمع للمهن الخاصة بالمرأة (كمهن التمريض والتعليم..... وغيرها) تخضع لخواص المجتمع وثقافته.

## الفصل الثاني

### تشكل الضغوط المهنية في ضوء الموقف النظري

1 - تعريف الضغط المهني

1-1 لمحة تاريخية عن مفهوم الضغط

2-1 تعريف الضغط النفسي

3-1 تعريف الضغط المهني

1-3-1 إيجابيات تعريف الضغط المهني

2 - أنواع الضغط

3 - أسباب الضغوط المهنية

4 - تشكل الضغط المهني المراحل والأعراض

1-4 مراحل الضغط المهني

2-4 أعراض الضغط المهني

5 - النظريات المفسرة للضغوط المهنية

6 - الضغوط المهنية للمرأة العاملة

7 - أساليب إدارة وعلاج الضغوط المهنية



## 1 – تعريف الضغط المهني

## 1 – 1 لمحة تاريخية عن مفهوم الضغط النفسي:

الضغط لفضة ذات معنى لازم للإنسان منذ بداية حياته، فالإنسان الأول كان يواجه الطبيعة وأهوالها بفكره البدائي، وكانت معاناته مع الطبيعة وتخفيف حدة أثرها تشكل له ضغطا يسعى بالعديد من الطرق للتخلص منه، وقد أشار برينر bruiner أن خوف الإنسان في القديم من مهاجمة الحيوانات المفترسة قد أوجد لديه بصفة طبيعية ردود فعل عصبية متناسقة، من أجل الاستعداد لمواجهة الهجوم الخارجي (عبد الرحمان بن أحمد بن محمد هيجان، 1999، ص14) وهناك من يرى أن أول من استعمل معنى الضغط هو ابن سينا من خلال تجربته "الحمل الذئب" والتي تبين أثر الضغط النفسي على الحيوان الذي قد يؤدي إلى الموت كما حدث مع الحمل.

(محمد عبد الرحمان مرحبا، محمد أحمد النابلسي، 1991 ص 80)، وقد استخدمت كلمة ضغوط في القرن الثامن عشر لتعني الإكراه و القسر والجهد القوي، وإجهاد وتوتر لدى الفرد أو لأعضاء الجسم أو القوة العقلية (محمد حسين، محمد حمادات، 2008، ص 162) ولم تظهر كلمة " stress " في اللغة الفرنسية قبل القرن العشرين، لكن بالمقابل استعملت في اللغة الإنجليزية على مدى قرون للدلالة عن العذاب والحرمان والمحن والزجر والمصائب، وعن العداوة أي للتعبير عن قسوة الحياة بكلمة واحدة، غير أن هذا المدلول عرف تطورا منذ القرن الثامن عشر

حيث صارت الكلمة تحمل بدل الشحنة الانفعالية للإجهاد سببه الأساسي أي القوى الضاغطة، الثقل الذي يؤدي إلى توتر المادة أو تشوهها بمرور الزمن (في صناعة التعدين)، ومن هنا يمكننا أن نستنتج أن الضغط الذي يسبب تشوه المعادن بإمكانه على المدى الطويل أن يسبب أمراضاً جسدية بنسبة، وقد تم استخدام مصطلحي الإجهاد والقلق بالتناوب، وفي هذا يرى لازاريس Lazarus أنه بالرغم من تداخل المفهومين فإن القلق يشكل الإجهاد (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص 8) ويعتبر هانز سيلاي Hans Selye عالم الغدد الصماء بجامعة مونتريال الكندية، أول من قدم ترجمة للإحساس بمفهوم الضغط إلى الحياة العملية ويشير هذا المصطلح الضغوط إلى العياء والمحنة، كما يشير إلى الشد والتوتر الذي تصل إليه النفس البشرية (عبد العزيز عبد المجيد محمد، 2005، ص 18)، ثم توالى الأبحاث والدراسات حول موضوع الضغط وتعددت أبعادها، وتتنوع النظريات التي خاضت في تفسيره كل حسب انتمائه العلمي وتخصصه إلى يومنا هذا وقد استحوذ ضغط العمل على اهتمام العديد من دول العالم كالولايات المتحدة الأمريكية وأوروبا الغربية، وتعمل هذه الدول جاهدة على تقدير حجم الخسائر التي تلحقها هذه الظاهرة بمؤسساتها على المستويين المادي والبشري، ناهيك عن قيام هذه الدول بعقد العديد من المؤتمرات العلمية والندوات والبرامج التدريبية المختلفة بغية توعية العاملين

وتتقنهم حول أفضل السبل لإدارة الضغوط النفسية والسيطرة عليها. (محمد حسن، محمد حمادات، 2008، ص 159).

## 1 - 2 تعريف الضغط النفسي:

ترجع كلمة الضغط في مفهومها اللغوي إلى ضغط فقد جاء في القاموس المحيط للفيروزي أبادي ضغطه بمعنى عصره وزجه إلى شيء ما، والضغطة بالضم الضيق والإكراه والشدة (محمد حسين حمادات، 2008، ص 161).

وتعود كلمة ضغط "Stress" إلى الكلمة اللاتينية Stringer وتعني يسحب بشدة، ثم تم استخدامها لتعني إكراه وقسر (أحمد بطاح، بدون سنة، ص 150).

والضغط مصطلح إنجليزي أستخدم منذ سنة 1936 في موسوعة علم التفسير والتحليل النفسي، أن مفهوم الضغط النفسي يشير إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه وبدرجة تولد لديه إحساسا بالتوتر، أو تشوها في تكامل شخصيته وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن، ويغير نمط سلوكه عما هو عليه إلى نمط جديد.

(طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسن، 2006 ص 20).

وتعرف الضغوط بأنها الاستجابة الفيزيولوجية المرتبطة بعملية التكيف، حيث أن الجسم يبذل جهدا لكي يتكيف مع الظروف الداخلية والخارجية محدثا نمطا من الاستجابات التي تحدث سرورا أو ألما، وقد تكون هذه التغيرات مؤلّمة تحدث

بعض الآثار الفيزيولوجية، مع أن تلك التأثيرات تختلف من فرد لآخر تبعاً لتكوين شخصيته، وخصائصه النفسية التي تميزه عن الآخرين، وهي فروق فردية بين الأفراد 12/2/2009 teachers – handiccaped – children – htm . ويعتبر العالم الفيزيولوجي واللتز كانون Cannon Walter من الأوائل الذين استخدموا عبارة الضغط، وعرفه برد الفعل في حالة الطوارئ Emergency Réponse أو رد الفعل العسكري MuLItarietic Reponse بسبب ارتباطها بانفعال القتال أو المواجهة (علي عسكر، 2003، ص42).

ويرى لازاريس Lazarus أن الضغط ليس مثيراً ولا استجابة بل هو علاقة بين الفرد وبيئته يقيّمها بأنها مرهقة، وأنها تفوق قدراته وتعرض وجوده للخطر، ترد بذلك إلى العمليات الوسيطة بين المثير والاستجابة (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص ص، 12، 13).

ويرى موراي Murray أن الضغط عبارة عن خاصية أو صفة لموضوع أو شخص تسير أو تفوق جهود الفرد في تحقيق هدف معين، ويميز في هذا الصدد بين نوعين من الضغوط هما ضغط Beta ويشير إلى دلالة الموضوعات والأشخاص كما يدركها الفرد، ضغط Alpha ويشير به إلى خصائص الموضوعات والأشخاص ودلالاتها كما هي (عبد الرحمن الصريري، 1994، ص 136).  
— بعد العرض السابق للتعريفات المختلفة للضغط النفسي يمكن القول أن الضغط النفسي يعد مفهوماً متشابكاً، فهو يعبر عن حالة نفسية من التعب والإرهاق يخبرها

الفرد على أنها ضغط نفسي حيناً ،وهي تعبر عن مدى قوة فعل العامل الضاغط الذي عادة ما تكون البيئة مصدره، وهو كذلك يعبر عن حالة تكيفه بين الفرد وبيئته و لكن ما يمكن قوله عموماً أن مفهوم الضغط النفسي مفهوم سالب يغير من نمط سلوك الفرد وطريقة استجاباته للمواقف المختلفة، وهذا التغيير الذي يحدثه الضغط يختلف من فرد لآخر تبعاً لجملة من المعطيات أهمها تكوين شخصية الفرد والخبرات السابقة التي عايشها، ونظرتة واتجاهاته نحو المثير الضاغط.

— يحدث الضغط النفسي آثار تمس الجانب الفيزيولوجي للإنسان فتعيقه عن الأداء الأمثل لأدواره و تشعره بحالة من الألم و الاستياء النفسي.

— يمكن النظر للضغط النفسي كاستجابة تكيفية بين الفرد وبيئته التي تشعره بالإرهاق والتعب.

### 1 – 3 تعريف الضغط المهني:

لم تترك الضغوط مجالاً من مجالات الحياة إلا واقتحمته ومن أهم هذه المجالات التي ظهرت فيها الضغوط بكثرة مجال العمل. فالدراسات التي أجريت حوله كانت تهدف إلى الكشف عن نتائج المرتبطة بمحيط العمل وتحديد تأثيرات الأنشطة المهنية المختلفة على العامل من جهة، والكشف عن نتائجها على مستوى الفرد والتنظيم من جهة أخرى، وذكره قوله تعالى " ولقد خلقنا الإنسان في كبد" الآية 4 سورة البلد أي في شقاء وتعب، وفي تفسير الجلايين خلقنا الإنسان في كبد أي في نصب وشدة يكابد

مصائب الدنيا وشدائد الآخرة (جلال الدين محمد أحمد المحلي، جلال الدين عبد الرحمن السيوطي، 2005، ص 594).

أما ضغوط العمل اصطلاحاً فقد تعددت تعاريفه ولم يتفق جميع الباحثون على تعريف واحد لها ويعود السبب في ذلك لاختلاف نظرة كل باحث إلى الضغوط فبعضهم ركز على البيئة الخارجية للفرد، وبعضهم ركز على مقدار الضغوط التي يشعر بها الفرد واعتبرها الآخرون ناشئة عن صعوبات ومعوقات تقف أمام الفرد والبعض أضاف أنها تنشأ من فرص يستطيع الإنسان أن يتعلمها أي مواقف إيجابية عموماً هناك تعريفات كثيرة للضغوط نذكر أبرزها:

— إذ عرفه لوثنانز Luthans على أنه استجابة متكيفة لموقف أو ظرف خارجي ينتج عنه انحراف جسماني أو نفساني أو سلوكي لأفراد المنظمة (أحمد بطاح، 2006، ص150).

— ويعرفه سيزلاجي وآخرون بأنه تجربة ذاتية تحدث اختلالاً نفسياً أو عضوياً لدى الفرد، وتنتج عن عوامل في البيئة الخارجية أو المنظمة لبيئة العمل نفسه أو الفرد نفسه .

— ويوضح العديلي 1993 ضغط العمل بأنه الجانب النفسي والتغيرات التي تحدث داخل الفرد عندما تكون متطلبات بيئة العمل التي على الفرد مواجهتها تفوق طاقته وإمكانياته وهذا بالنسبة له يعتبر تهديداً يمارس ضغطاً نفسياً عليه (معن عباصرة، مروان محمد بن أحمد، 2008، ص107) ويعرفها ماكليين Maclean على أنها تلك القوى

أو العناصر الموجودة في بيئة العمل والتي تسبب الإجهاد أو الانحراف عما يجب أدائه أو تنفيذه، كما يحدد ماكلين (1980) متغيرين أساسيين يؤديان بالعامل إلى تجاوز حدود الاحتمالات، ومنها تنتج ضغوط عديدة مرتبطة بالعمل وهذين المتغيرين هما:

- العبء الكمي: ويرتبط بنقص تقدير الذات وانخفاض الدافعية والتغيب عن العمل
- العبء الكيفي : الضغوط التي تنشأ حينما يكون هناك تباعد واختلاف في إدراك العاملين بين ما يستلزمه العمل وما يطلبه منه (محمد حسن حمدات، 2008، ص121).
- ويعرفها فرانش وكابلين (Frensh Kaplan) أنها رد فعل اتجاه خصائص بيئة العمل والتي تمثل تهديدا للفرد (عبد العزيز عبد المجيد محمد، 2005، ص18).
- ويمكن تعريف الضغط المهني على أنه إجهاد نفسي ناتج عن التفاعل بين الفرد وبيئة عمله تنتج ردود أفعال جسمية أو نفسية أو سلوكية، التي تعتبر استجابة تكيفيه يقوم بها الجسم في مثل هذه الحالات مما يؤثر سلبا على أداء الفرد في عمله (عمر وصيفي عقيلي، 2005، ص593)، وضغوط العمل عند فريد ورونالد وفيراس ; Frid ; Rowland ; Ferris، حالة عدم توافق بين خصائص الفرد وخصائص بيئة العمل تؤدي إلى ردود فعل فيسيولوجية ونفسية وسلوكية (شعبان علي حسين السيسي، 2002، ص356).

## 1 - 3 - 1 اتجاهات تعريف الضغط المهني:

من الطبيعي أن تختلف تعريفات مفهوم الضغط المهني شأنه في ذلك شأن المفاهيم النفسية الأخرى، ويزداد التباين اتساعاً إلى حد التناقض، وسنركز على أربعة اتجاهات هي:

## 1 - الاتجاه الموقف المحيطي:

ومفاده أن بعض مثيرات المحيط وعوامله وظروفه تتوفر على خصائص تجعل الفرد يدركها على أنها مصادر إجهاد أو تهديد أو توتر، فالضجيج المرتفع في محيط العمل والإضاءة الرديئة والبرودة أو الحرارة المرتفعة، وفقدان الوظيفة وغياب الترقية والحوافز المادية والمعنوية، واضطراب كفايتها وغيرها، تعتبر عوامل ضغط محيطية خارجية لدى معظم الأفراد، بطبيعتها الإجهادية الموضوعية.

فكوبر ومارشال Cooper Marshall 1986 وبأسلوب مباشر يعرفان الضغط المهني بأنه " عوامل المحيط السلبية مثل أعباء العمل، غموض الوظيفة صراع الدور، ظروف العمل السيئة المتعلقة بوظيفة أو عمل معين وعموماً فإن المشتغلين بعلم النفس الصناعي والتنظيمي والمهتمين بالهندسة البشرية يتبنون هذا الطرح فخصائص عوامل محيط العمل وليست الآثار الانفعالية أو المعنوية هي التي تقرر وجود الضغط (أحمد تيغزة، 2005 ص ص، 175، 176).



## 2 - اتجاه الأعراض الداخلي:

أو ما يسمى الاتجاه القائم على الاستجابة ذلك أن الاستجابة لمؤثرات ضاغطة هي التي تعطي تحديدا أوفى لطبيعة الضغط. فقد اقترح كيري اكو و ساتكليف Kiriakou&Sutcluff اللذان يعتبران أن الضغط استجابة لمؤثر سلبي مثل الغضب أو الإحباط، ناتج عن إدراك الفرد بأن ما يطلب منه يشكل تهديدا لذاته فينشط آلياته الدفاعية لتخفيف هذا التهديد ( الهاشمي لوكيا، 2006، ص ص 10،11) كذلك أشار (برينر) أن خوف الإنسان في القديم من مهاجمة الحيوانات المفترسة قد أوجد لديه بصفة طبيعية ردود فعل عصبية متناسقة من أجل الاستعداد لمواجهة الهجوم الخارجي، هذا الاستعداد تمثل في تغير الجسم أثناء الخطر، سواء ما تعلق باتساع حدقة العين أو زيادة ضربات القلب أو التنفس أو تحول الدم من الجلد، مما يؤدي بدوره إلى زيادة طاقته ومن ثم قدرته على مواجهة الخطر (عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان، 1999، ص14)، ومن خلال عمل سيلاي Silly المعلمي حيث عرف الضغوط على أنها الاستجابة غير المحددة للجسد لأي طلب يفرض عليه (لوري إيه ليدز روبنستاين، 2004، ص42).

**3- الاتجاه التفاعلي:**

يشير هذا الاتجاه إلى التفاعل بين المثيرات الضاغطة والاستجابات المعبرة عن حالة الضغط ، وسبب الاختلاف في عوامل البيئة والخبرات الشخصية ، والتركيبية الفسيولوجية من حيث الدرجة، فإن الفرد عادة ما يدرك المثيرات من حوله بشكل يخالف الواقع وبصورة مختلفة عن الأخرى من حوله، ويترتب عن ذلك التباين في ردود الأفعال للمواقف من فرد لآخر وتتمثل هذه العوامل في :

– صفات المثير

– خصائص الفرد

– خصائص الموقف المحيط بالطرفين الفرد والمثير (علي عسكر، 2003، ص35).

وعلى هذا يعرف كوكس ومكاي Caux&MaKay 1976 الضغط على أنه نتيجة التعامل أو التفاعل بين الفرد وبيئته، بحيث تدل كلمة التعامل Transaction على مدى التأكيد على العملية النشطة والتوافقية ويكونان بذلك قد أيدا فكرة عمل العمليات المعرفية كوسيط بين الضاغط والاستجابة (فتيحة بن زروال ، 2007، ص20).

**4 – الاتجاه القائم على النظر إلى الضغوط كأمر داخلية متعلقة بالفرد**

تقوم وجهة النظر هذه على أساس وجود الفروق الفردية بين الأفراد فيما يتعلق باستجاباتهم للضغوط، فقد تركز اهتمام الباحثين تبعا لوجهة النظر هذه على محاولة

معرفة ما هي العوامل التي تحدد هذه الفروق أو الاختلافات بين الأفراد، بالنسبة للضغوط وعلاقتها بالأمراض؟

وللإجابة عن هذا السؤال حاول الباحثون التركيز على عدد من الاحتمالات، وذلك كما يبينها الجدول.

الجدول رقم(1): الأعراض العامة للتكيف

الأعراض العامة للتكيف		
المرحلة الأولى	المرحلة الثانية	المرحلة الثالثة
<p>المستوى العادي للمقاومة</p> <p>↓</p> <p>ردود الفعل تجاه الخطر</p>	<p>المقاومة</p>	<p>الإنهاك</p>
<p>يظهر الجسم التغيرات الخاصة بالتعرض لعوامل الضغط لأول مرة وتبدأ مقاومته في الاضمحلال في نفس الوقت</p>	<p>في المرحلة الثانية يتم التأكد مما إذا كان التعرض لعوامل الضغط يتوافق مع التكيف، تزداد المقاومة لتجاوز المستوى العادي</p>	<p>يعقب التعرض المستمر والمتصل لنفس عوامل الإجهاد التي أصبح الجسم متأقلماً معها وفي النهاية تستنزف طاقة التكيف</p>

والذي تم تطويره من قبل إيليويت وأسيدور فير (Elliot and Eisdorfer 1982) حيث اعتبر هذه الاحتمالات سببا للفروق الفردية بين الأشخاص في استجاباتهم للضغوط هذه الاحتمالات تتعلق بالعوامل الشخصية والعوامل الذهنية والعوامل البيئية.

(عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان، 1984، ص19).

ومن خلال ما تم عرضه من تعاريف الضغط المهني يتضح أن:

– الضغط المهني يعد واحدا من أنواع الضغط النفسي الأكثر أهمية في الدراسات، وهذا ما جعله محور اختلاف واضح في وجهات النظر التي خاضت في بحث هذا المفهوم، مما جعل الاتفاق على تعريف موحد وشامل يجمع كل ما يتعلق بحديثات وجوانب هذا المفهوم صعب الإمكان، فمن جهة تعد بيئة العمل و الظروف المحيطة بها وكذا طبيعة العمل، إضافة للعنصر البشري عوامل خارجية بمثابة ضواغط تشكل في حد ذاتها مفهوما للضغط، ومن جهة أخرى فإن الاستجابة التي يصدرها الفرد لمؤثرات ضاغطة تجعل الفرد يشعر بحالة تهديد فتنتابه حالة القلق والغضب والإحباط المعبرة عن حالة الضغط التي يعانيتها، إضافة إلى عامل الفروق الفردية بين الأفراد في الاستجابة والخصائص الذاتية لكل فرد، تجعل منها عوامل أخرى تحدد على أساسها مفهوم الضغط، فما يراه فرد ما أنه ضاغط قد لا يشكل عامل ضغط لدى أفراد آخرين، ونظرا لتشابك وجهات النظر حول مفهوم الضغط المهني إلا أنه يبقى جزءا من المعاناة النفسية والجسدية التي يعيشها الفرد، وتسببها عوامل خارجية تترك آثارها على الأفراد

يدركها عامة الناس، ويعتبرون أنها تسبب تعباً وإحباطاً، وعلامات فيزيولوجية تختلف في حدتها من فرد لآخر.

## 2 – أنواع الضغط:

تشكل الضغوط النفسية الأساس الرئيسي الذي تبنى عليه بقية الضغوط الأخرى وهو يعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط، مثل الضغوط الاجتماعية، ضغوط العمل (المهنية)، الضغوط الاقتصادية، الضغوط الأسرية، الضغوط الدراسية، الضغوط العاطفية (سعد الأمانة، 2001، ص3). ويمكن تقسيم الضغوط النفسية إلى قسمين رئيسيين وهما:

## 2 – 1 الضغوط الفيزيائية:

إن الإرهاق الفيزيقي للعامل هو حصيلة ظروف بيئية كالضوضاء، درجة الحرارة، التلوث... الخ، كما أن الإرهاق الفيزيقي البدني للعامل فهو النتيجة الطبيعية للحراك الجغرافي للعمل، والذي يتضمن مشكلات منها، البعد عن مكان العمل، التغيب عن العمل الإرهاق الاقتصادي، الوقت المستغرق يومياً في التنقل للعمل (محمد بومخلوف، 2001، ص167)، إضافة إلى الغازات السامة، المخاطر الطبيعية، الحرارة البرودة الرطوبة والضوء والضوضاء، (عبد الرحمن العيسوي، بدون سنة، ص69).

لقد كان سيلبي 1979 من أوائل الباحثين الذين وجهوا الانتباه إلى مصادر الضغوط المتعلقة ببيئة العمل المادية حيث أشار إلى أن الكثير من ظروف العمل المادية

تسبب الضغوط للأفراد وتتضمن هذه الظروف الضوضاء ، الضوء واختلاف درجات الحرارة والصوت الناجم عن البيئة الداخلية للعمل والآلات الموجودة فيه ، وعلى الرغم من أن الموظفين مختلفون فيما بينهم من حيث درجة التعرض لهذه المصادر فقد يتعرضون على اختلاف وظائفهم لواحدة أو أكثر من هذه المسببات كما أن بعضهم تحتم عليه طبيعة عمله العمل في ضل هذه الظروف والتعرض لمخاطرها أكثر من الموظفين الآخرين، (عبد الرحمان بن أحمد بن محمد هيجان، 1998 ص 198).

## 2 – 2 الضغوط النفسية الاجتماعية

يعتبر مفهوم الأحداث الضاغطة " Stress ful life évents " مرادفا لمفهوم الضغوط النفسية الاجتماعية ويعتبر هولمز وراهي Holmes&Rahie من الأوائل الذين قدموا هذا المفهوم إلى الحياة العلمية بعد العمل الرائد لكانون Cannon وسيلي Selye في مجال الضغوط بصفة عامة ،وعلاقتها بمدى واسع من الأمراض الجسمية والنفسية، وقد تبين من دراسة بينجوان أن أحداث الحياة الضاغطة تسبب الاكتئاب وخاصة في غياب الدعم الاجتماعي المناسب، وتبين أيضا أن الضغوط المتعلقة بالفقد هي أفضل مؤثر للتنبؤ بالاكتئاب، وقد تبين أن النساء اللاتي عولجن من الاكتئاب ثم أصبن بانتكاسة، خبرن أحداثا حياتية غير مرغوبة أكثر من اللاتي لم ينتكسن، وخاصة في الشهر السابق على الانتكاس، (جمعة السيد يوسف، 2001، ص153).

وهناك من يقسم الضغوط بحسب أثرها إلى ضغوط سلبية وضغوط إيجابية:

### أ - الضغوط الإيجابية:

وهي الضغوط النافعة والمفيدة للفرد والمنظمة التي يعمل بها الفرد، وتتسم بأنها ضغوط معتدلة تثير الحافز والدافع للنجاح والإنجاز، وتعطي الفرد إحساسا بالقدرة على الإنتاج، والشعور بالسعادة والسرور، وتؤدي الضغوط المهنية الإيجابية إلى ارتفاع مستوى فاعلية الأداء لدى الموظفين من الناحية الكمية والنوعية، معا وتساعد على التفكير وتحافظ على التركيز في العمل وتمد الفرد بالقوة والثقة والتفاؤل بالمستقبل، وتمنحه الإحساس بالمتعة والقدرة على التعبير عن انفعالاته وتزوده بالحيوية والدافعية لاتخاذ قرارات رشيدة، (فاروق عبده فليح، السيد محمد عبد المجيد، 2005، ص306).

### ب - الضغوط السلبية:

أو الضيق فهو عبارة عن الضغوطات التي يواجهها الفرد في العائلة أو العمل أو في العلاقات الاجتماعية، وتؤثر هذه الضغوطات سلبا على الحالة الجسدية والنفسية وتؤدي إلى عوارض مرتبطة بالضغط النفسي، كالصداع وآلام المعدة والظهر والتشنجات العضلية، وعسر الهضم والأرق وارتفاع ضغط الدم والسكري، (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص25)، والشكل التالي يوضح الآثار السلبية لضغوط العمل.



شكل رقم (01) يوضح الآثار السلبية للضغوط.

و الواضح أن الضغوط السلبية والإيجابية يختلفان في الأثر و النتائج المترتبة عنهما  
والجدول التالي يوضح ذلك.



جدول رقم (2) المقارنة بين الضغوط الإيجابية والضغوط السلبية.

الضغوط السلبية	الضغوط الإيجابية
1 – تسبب انخفاض في الروح المعنوية	1 – تمنح دافعا للعمل
2 – تولد ارتباكا	2 – تساعد على التفكير
3 – تدعو للتفكير في المجهود المبذول	3 – تحافظ على التركيز على النتائج
4 – تجعل الفرد يشعر بتراكم العمل عليه	4 – تجعل الفرد ينظر إلى العمل بتحد
5 – تشعر الفرد بأن بكل شيء ممكن أن يقاطعه ويشوش عليه	5 – تحافظ على التركيز على العمل
6 – الشعور بالأرق	6 – النوم جيدا
7 – ظهور الانفعالات، عدم القدرة على التعبير عنها	7 – القدرة على التعبير عن الانفعالات والمشاعر
8 – الإحساس بالقلق	8 – تمنح الإحساس بالمتعة
9 – يؤدي إلى الشعور بالفشل	9 – تمنح الشعور بالإنجاز
10 – تسبب للفرد الضعف	10 – تمد الفرد بالقوة والثقة
11 – التشاؤم من المستقبل	11 – التفاؤل بالمستقبل
12 – عدم القدرة على الرجوع إلى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة	12 – القدرة على الرجوع إلى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة

(عبد الرحمن هيجان، 1998، ص30).

ويميل بعض العلماء مثل جينز (Jains) لتقسيم الضغوط إلى ثلاثة أنواع:

### 1 – الضغوط البسيطة:

وهي التي تستمر من ثوان قليلة إلى ساعات طويلة نتيجة المضايقات الصادرة عن أشخاص تافهين أو أحداث قليلة الأهمية.

### 2 – الضغوط المتوسطة:

وهي التي تستمر من ساعات إلى أيام مثل فترة العمل الإضافية أو زيارة شخص غير مرغوب فيه أو آلام صادرة عن مرض في المعدة أو الأمعاء.

### 3 – الضغوط الشديدة:

وتستمر عادة من أسابيع إلى أشهر بل وسنوات مثل غياب شخص عزيز عن عائلة السفر أو الموت، ومثل النقل من العمل أو الإيقاف عن العمل حتى زوال السبب. (فاروق عبده فلييه، السيد محمد عبد المجيد، 2005، ص307).

### 3 – أسباب الضغوط المهنية:

تنقسم أسباب الشعور بالضغوط المهنية إلى:

– مسببات تتعلق بطبيعة العمل وظروف المنظمة.

– مسببات تتعلق بجوانب شخصية الفرد.

– مسببات تتعلق بجوانب العلاقات الاجتماعية والعائلية للفرد.

### 3 – 1 مسببات الشعور بالضغوط الخاصة بالعمل وظروفه وتتمثل في:

#### 1 – غموض الدور:

يتعلق غموض الدور بغياب الوضوح حول المسؤوليات المهنية المطلوبة من الفرد وفي الغالب يخبر الكثير من العاملين درجة من الغموض في حالات، مثل بداية استلام عمل جديد ، الترقية تعيين رئيس جديد مسؤولية الإشراف لأول مرة والتغيير في البيئة التنظيمية، إعادة التنظيم في المؤسسة ومع أن هذه المتغيرات لا تمثل تهديدا (مصدر الضغط) للفرد إلا أن استمرارية الغموض تؤدي إلى نتائج سلبية، فقد بينت البحوث بأن غموض الدور يرتبط بانخفاض الرضا الوظيفي، وتكرار التعبير عن الرغبة في ترك العمل ، التوتر في مكان العمل ودرجة منخفضة من الثقة بالنفس ، وهذه بحد ذاتها مكونات من الصعب إهمالها إذا كان الهدف تقليل العوامل المسببة للضغوط، ومن الجانب الفيزيولوجي هناك علاقة بين غموض الدور وارتفاع ضغط الدم (علي عسكر، 2003، ص ص، 106 107).

#### 2 – العمل الزائد عن طاقة الفرد:

والمقصود بالعمل الزائد عن طاقة الفرد هو أن مهام وظيفة الفرد ومتطلبات عمله تكون فوق طاقة وتحمل الفرد، ويؤدي ذلك إلى الإرهاق الجسماني والنفسي، وينتج عن ذلك عدم الرضا عن العمل والتوتر في العمل، انخفاض التقدير الذاتي، الشعور بالتهديد والحيرة، وارتفاع معدل الكولسترول في الدم، زيادة دقات القلب، الإصابة

بأمراض تصلب الشرايين التاجية للقلب، الإصابة بحساسية الجلد، ميل الفرد إلى عادات سيئة كالتدخين (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2002، ص213).

### 3 – صراع الأدوار:

حسب ريزون وزملائه (Rizon et all) فإن صراع الدور يحدث عندما يواجه الفرد موقفا يفرض عليه تحقيق متطلبات متعارضة في آن واحد (محمد حمودة، 1996، ص67) وهو يأخذ أشكالا عدة نفردها في ما يلي:

#### – صراع تعدد الأدوار:

فالفرد يقوم بأدوار مختلفة ومتعددة فهو عامل في مهنة معينة وأبا وزوجا وطالبا وعضوا في جمعية في الوقت نفسه

#### – الصراع بين مرسلي الدور:

ويحدث عند تعارض مطالب الزملاء مع تعليمات المشرف أو المنظمة، أو عندما يكون الفرد واقعا تحت أكثر من قيادة ويتلقى الأوامر من أكثر من رئيس يطلبون منه القيام بوظائف متناقضة

#### – صراع الإفراط في الدور:

و يرتبط هذا النوع من الصراع بضغوط الوقت حيث أنه في بعض الأحيان يجد الموظفون أنفسهم تحت الضغط نتيجة حاجتهم لإنجاز أعمال تملئها عليهم أدوارهم اليومية، وفي نفس الوقت أعمال يكلفهم بها الرؤساء ويتوقعون منهم الإنجاز الفوري.

**– صراع الدور الشخصي:**

ويكون عندما تتعارض القيم الشخصية للفرد القائم بالدور مع مطالب الآخرين، كالزملاء والأقارب أو الأصدقاء وحتى المنظمة (Girge, Ritzer, 1972, p6)

**4 – طبيعة العمل:**

فهناك مهن تبعث على الضغط، فبالنسبة للمجتمعات الصناعية يبدو أن أصحاب المهن التالية أكثر تعرضاً لمخاطر العمل، على مستوى الضغط والتوتر النفسي الشديدين، الطبيب، السكرتيرة، عامل المنجم، عمال المبيعات في الشركة والمؤسسة، وهؤلاء أكثر عرضة للقرحات الهضمية ومرض القلب التاجي، وقد أوضحت بعض الدراسات أن الفتيات العاملات في ميدان السكرتارية ومستقبلات الزبائن في الشركات يعانين من اضطرابات عضوية عديدة، مصدرها الضغط النفسي ومن أصحاب المهن الأخرى أيضاً فنيو المخابر، وموظفو المكاتب والمضيفات في الطائرات والمرضات.

(محمد قاسم عبد الله، 2001، ص119).

**5 – مواجهات متكررة مع المسؤولين:**

تعتبر العلاقات غير الموفقة مع المسؤولين في العمل إحدى المصادر المهمة للضغوط، خاصة إذا كان هؤلاء المسؤولين من الذين يتعمدون التأثير في الآخرين على نحو ما فقد يتعمدون رفع شأن عاملين محددين أو خفض شأن آخرين أمام بقية العاملين، أو أمام من بيدهم أمر تحديد العقود أو إصدار قرارات الترقية، أو صرف حوافز مالية

أمام المسؤول الذي تعود على التعرف على الآخرين معتمداً في ذلك على معلومات من الزملاء، فهذه حالة أخرى قد تتسبب في كثير من المغالطات، المتسببة في الضغوط على من حكم عليهم من أفواه غيرهم فيقلل لديهم الاستمتاع بمهامهم، ويفقدون التطلع إلى الأداء الأفضل مؤدياً بذلك إلى مستوى عالٍ من الضغط واللامبالاة، وهناك المسؤول الذي يتمادى في نقده للعاملين بغير موضوعية، مما يجعل العاملين يتشككون في قدراتهم، كذلك المسؤول ذو الشخصية التسلطية العدائية لها انعكاساتها وأثارها السلبية في نفوس العاملين التي يصعب التخلص منها (أحمد علي الفرماوي، رضا عبد الله، 2005، ص 70).

#### 6 – المسؤولية على الأفراد:

فبعض المهن تعطي وزناً كبيراً للمساءلة والمحاسبة في العمل، ويزداد العبء إذا كانت تلك المسؤولية عن الأفراد مقارنة بالمسؤولية عن الوسائل المادية، وهذا النوع من الضغوط يتعرض له العاملون في مجالات الشرطة والإطفاء والتمريض والتدريس (ضبع مريم، 2006، ص 73).

#### 7 – البناء التنظيمي والعمليات التنظيمية:

وتتمثل في المركزية، المشاركة المتدنية في اتخاذ القرارات زيادة حجم المنظمة، إتباع الصيغ الرسمية بإفراط، التخصص الدقيق المفرط وتقسيم الموظفين تبعاً لهذه التخصصات، التداخل بين الوحدات التنظيمية، الاتصال السيئ، التغذية المرتدة السيئة

أو غير الملائمة فيما يتعلق بأداء الوظائف الغامضة أو المتعارضة، تفويض الغير فعال  
 لبرامج التدريب (عبد الرحمن بن أحمد بن محمد الهيجان، 1998، ص ص، 76 77).

### 8 - ظروف العمل:

وتوجزها (حنان عبد الرحمن الأحمدى، 2002، ص 44) فيما يلي:

- الازدحام وعدم الخصوصية للموظفين.
- الضوضاء والحرارة والبرودة الشديدة.
- تلوث الهواء.
- تواجد مواد كيميائية سامة في مكان العمل.
- مخاطر الفرد وسلامته.
- ساعات العمل.
- إدارة غير مناسبة.

### 9 - توقعات غير واقعية عن الذات (الكمالية)

أظهرت نتائج البحوث على المعلمين بصفة خاصة أن توقعاتهم الغير الواقعية عن ذواتهم هي إحدى المصادر الهامة لضغوطاتهم النفسية، إن توقعاتنا العالية عن فاعلية الذات قد تدفعنا إلى مزيد من العمل، فنكاف أنفسنا مهام لا تتفق مع إمكاناتنا أو قدراتنا، فيسبب ذلك إحباط وخيبة أمل تعد مصدرا مهما للضغط، وعلى نحو ما فإن توقعاتنا عن إمكاناتنا ترتبط بكل من صراع الدور وغموضه، فعدم وضوح الدور أو صراع

الأدوار قد تصل بالعامل إلى أفكار تبريرية مثلا كان يجب علي أن أغير هذه الخطة أو تلك، كان يجب أن أتعرف بطريقة أوضح على الدور أو المهمة التي زاولتها، كان يجب أن أكون عادلا للشخص أمثلا... وهكذا ( يرتبط هذا المصدر ببعض المهن مثل التدريس والأخصائي الاجتماعي ) (حمدي علي الفرماوي، رضا عبدالله ، 2009، ص69).

### 3 – 2 مسببات الشعور بالضغوط الخاصة بجوانب شخصية الفرد:

هناك مجموعة من العوامل الشخصية التي تتسبب في شعور الأفراد بالضغوط من عدمه. ومن أهم هذه العوامل :

اختلاف شخصية الفرد كمسبب للشعور بضغوط العمل، فقد تكون الضغوط موجودة في بيئة عمل واحدة، إلا أن اختلاف شخصيات الأفراد هي التي تعطي الفرصة للفرد بأن يشعر بالضغوط دون شخص آخر (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2002، ص 316). ونظرا لتعدد العوامل المرتبطة بشخصية الفرد في مجال ضغوط العمل فإن الانتباه في الوقت الراهن موجه إلى ما يسمى بـ :

– مفهوم الذات Self concept

– نمط السلوك الشخصية (أ) (ب)

– الشخصية القلقة

– مركز التحكم Locus of control

وسوف نتكلم عن هذه العوامل وعلاقتها بضغوط العمل كل على حدى.



**1 – مفهوم الذات Self .Concept:**

طبقا لروجرز يكون مفهوم الذات ذا أهمية أساسية ويكون مفهوم الذات للفرد شعوريا بشكل أساسي، ويتكون من أفكاره ومشاعره عن نفسه كفرد وفي علاقته بالآخرين، وطبقا لروجرز لن يكون ممكنا الانغماس في دراسة منهجية لأي جزء من الذات الذي وجد تحت تأثير سطح الوعي الشعوري ويوجد تمييز هام بين مفهوم الذات والذات المثالية، فمفهوم الذات هو الذات كما تخبر في الوقت الحالي، في حين أن الذات المثالية ومفهوم الذات أصغر لديهم وهذا على العكس لدى هؤلاء الأفراد الغير السعداء (شكوة نوابي نجاد، 2004، ص 44).

ومن ذلك فالأشخاص المصابون بضغط العمل هم أشخاص يعانون من عدم القدرة على تضييق المسافة بين ذواتهم الحقيقية و ذواتهم المثالية، فقدرتهم على إعطاء مفهوم لذواتهم تكون بعيدة عن مفهوم الذات المثالية.

**2 – نمط سلوك الشخصية (أ) (ب):**

يتفق الباحثون في هذا المجال على أن شخصية الفرد لها دور في نوعية الاستجابة لمصادر الضغوط، وفي الغالب تعتبر شخصية الفرد عاملا وسيطا أو مت دخلا Intervening Variabl تخفف أو تزيد من وطأة الموقف السلبي (الضغط) على الفرد وفي ضوء اختلاف شخصيات الأفراد فإنهم بالتالي يختلفون في ردود فعلهم للمواقف الضاغطة، وضمن هذا الإطار يقول الطبيب المشهور السير ويليام

أوسلر Sir William Osler بأن صفات المريض (شخصيته) وليس نوع المرض هو العامل الحاسم في التعامل عند الإصابة بأحد الأمراض الخبيثة (علي عسكر، 2003، ص153)، ففي هذا الصدد يرى شيدلر هاربي أن المرشحين الأوائل للإصابة بالصداع التوترى هم الأشخاص القلقون أو المضطربون أو الخائفون وأيضا الأشخاص الميالون إلى التعصب في ميولهم وآرائهم وإلى الكمال في أعمالهم والتنافس، كما أن المصابون بالاكزيما يتميزون بوجود ميل عدواني شديد ورغبات لا شعورية في التطلع والاستعراض مع مشاعر مصاحبة بالذنب والخجل، والطفح الجلدي أسلوب من أساليب تشويه الذات نتيجة الشعور بالذنب، وفي هذا السياق أثبت عبد المنعم الفتى وعمر شاهين أن مرض الثعلبة مرتبط بالحزن وأن أمراض الجلد أمراض سيكوسوماتية تنشأ عن روح معنوية منخفضة أو من السخط عن العمل والدليل أنها تبقى أسابيع وأحيانا شهور عند العامل وتوضح الدراسة الشخصية لهؤلاء المرضى أنهم يعانون من الحاجة الشديدة للحنان والحب وعدم القدرة على إعطاء الحب للآخرين وكبت شديد لانفعالاتهم وخاصة الحزن والغضب مع قمع لعدت دوافع جنسية (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتحة، 2006، ص ص، 31 32)، ويعود شيوع مصطلح ما يسمى بنمط الشخصية (أ) والشخصية (ب) إلى فترة السبعينات من القرن العشرين، وذلك عندما قام كل من فريدمان وروزنام Friedman and Rosemman (1974) بالفصل بين هاتين الشخصيتين على

أساس ارتباطهما بأمراض الأوعية الدموية، فقد اكتشف فريدمان وروزنمان أن بعض العوامل مثل الضغط الدموي وزيادة نسبة الكوليسترول والعمر والوراثة لا تدل على حدوث مرض الشريان التاجي، وهي الحالة التي تكون فيها كمية الأكسجين التي تصل إلى قلب الشخص غير كافية بشكل قاطع، لهذا فقد أعتقد أن هناك عوامل أخرى تلعب دورا أساسيا في نشوء هذا المرض، وعلى هذا الاعتقاد أجرى الباحثان دراستهما التي كشفت النقاب فيها عن مجموعة من الأنماط السلوكية، التي اتضح أنها مرتبطة بأمراض القلب في الأشخاص الذين ضمتهم العينة التي قاما بدراستها، حيث صنفا هذه الأنماط السلوكية في آخر الأمر إلى نمط سلوك الشخصية (أ) والشخصية (ب) (عبد الرحمن أحمد بن محمد هيجان، 1998، ص105)، فالفرد صاحب الشخصية (أ) يتميز بالحيوية والحدة في الطباع والرغبة في العمل الدعوب، والرغبة في المنافسة لأقصى الحدود، والكفاح من أجل الأفضل ودرجة عالية في التنبه والحماس والتعلم، ونفاذ الصبر وحب الوصول إلى نتائج بسرعة والانطلاق والسرعة في الحديث والشعور بضغوط الوقت والشعور بالمسؤولية (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2002، ص 217)، كما تتميز بدافعية عالية جدا ويخفي درجة كبيرة من العدوانية، وتشير البحوث إلى أن أصحاب هذا النمط من الشخصية أكثر تعرضا للإصابة بأمراض القلب، بما في ذلك السكتات الدماغية القلبية القاتلة،

كما تشير إلى أن هذا النمط من الشخصية مرتبط بالضغط ونتائجه، ولا يوجد فرق بين الذكور والإناث في هذه المسألة (رونالدي ريجيو، 1999، ص 298).

عموما ملامح الشخصية العامة لصاحب الشخصية نمط (أ) هي:

— يميل إلى العمل بمفرده ويستطيع إنجاز مهام كثيرة في وقت قصير.

— ترتفع لديه قوة الدافع إلى الإنجاز.

— متحدث لبق فيما يتعلق بالعمل (يكمل الجملة التي يبدأ بها المتحدث معه).

— منافس عنيد وغيور وخشن المعاملة.

— تظهر لديه القوة الدافعة لغريزة السيطرة.

— تظهر عليه أعراض مرض العجلة Hury,Sickness أي نفاذ الصبر على النمط

البطيء للحياة ولذلك نجده يعمل باجتهاد إلا أنه لا يعمل بأناقة. (محمد إسماعيل بلال،

2005، ص 47).

أما الفرد صاحب الشخصية نمط (ب) فيتميز بالثقة والهدوء ويأخذ الأمور ببساطة

أكثر، ويأخذ وقته في التعامل مع الأمور التي تواجهه (علي حمدي، 2008، ص 173).

كما يتميز بالصبر والثبات والتوازن في المزاج وهذه أقل عرضة للضغوط. (معن

محمود عباصرة، مروان بن أحمد، 2008، ص 117).

من الواضح أن الفرد صاحب الشخصية نمط (أ) هو الأكثر تعرضا واستهدافا

للإصابة بالضغوط لما تحمله شخصيته من ميزات تهيئ لعملية الاستثارة وصاحب

الشخصية نمط (ب) يكون أقل إصابة بالضغوط نظرا لما تحمله شخصيته من ميزات تدعو للترتيب وموازنة الأمور لذلك فإن نمط الشخصية عامل أساسي وحاسم جدا في النظر لموضوع الضغوط.

### 3 - الشخصية القلقة:

يعرف القلق حسب فرويد Fruid بأنه شيء ما يشعر به الإنسان أو حالة انفعالية نوعية غير سارة لدى الكائن العضوي، ويتضمن مكونات ذاتية فسيولوجية وسلوكية (سهير كامل أحمد، 1999، ص 78)، وتجدر الإشارة إلى وجود درجة معتدلة من القلق يعتبر أمرا عاديا ومطلوبا للفرد، فالتقدم للاختبار أو الاستعداد لمقابلة مهمة أو تحسب عطل في السيارة في طريق صحراوي يستدعي إتخاذ خطوات معينة لتخفيف التوتر والاهتمام، كما ينبغي عمله للأداء الناجح في هذه المواقف وتتمثل الخطورة على الفرد في القلق الغير طبيعي الذي يستمر لفترات بعد زوال الموقف المسبب، أو في حالة غياب ما يستدعي القلق، فهناك أفراد تستمر ردود أفعالهم السلبية للضغوط حتى بعد زوال الأسباب كتخفيف الحمل الوظيفي بزيادة عمل العاملين، فمثل هؤلاء يكونون أكثر عرضة للاضطرابات السيكوسوماتية بسبب استمرار نشاط الجهازين السمبثاوي والباراسمبثاوي وهذه الاستمرارية من شأنها تعريض الأجهزة الحيوية في الجسم للتلف

وكما تبين البحوث أن اضطرابات القلق تزيد من شدة حساسية الأفراد، وتزيد ميلهم لتضخيم الأمور والمواقف التي يخبرونها، وهذا بحد ذاته يسبب لهم أكثر ويتأثرون بدرجة أعلى بمصادر الضغوط (علي عسكر، 2003، ص 170).

#### 4 – مركز التحكم:

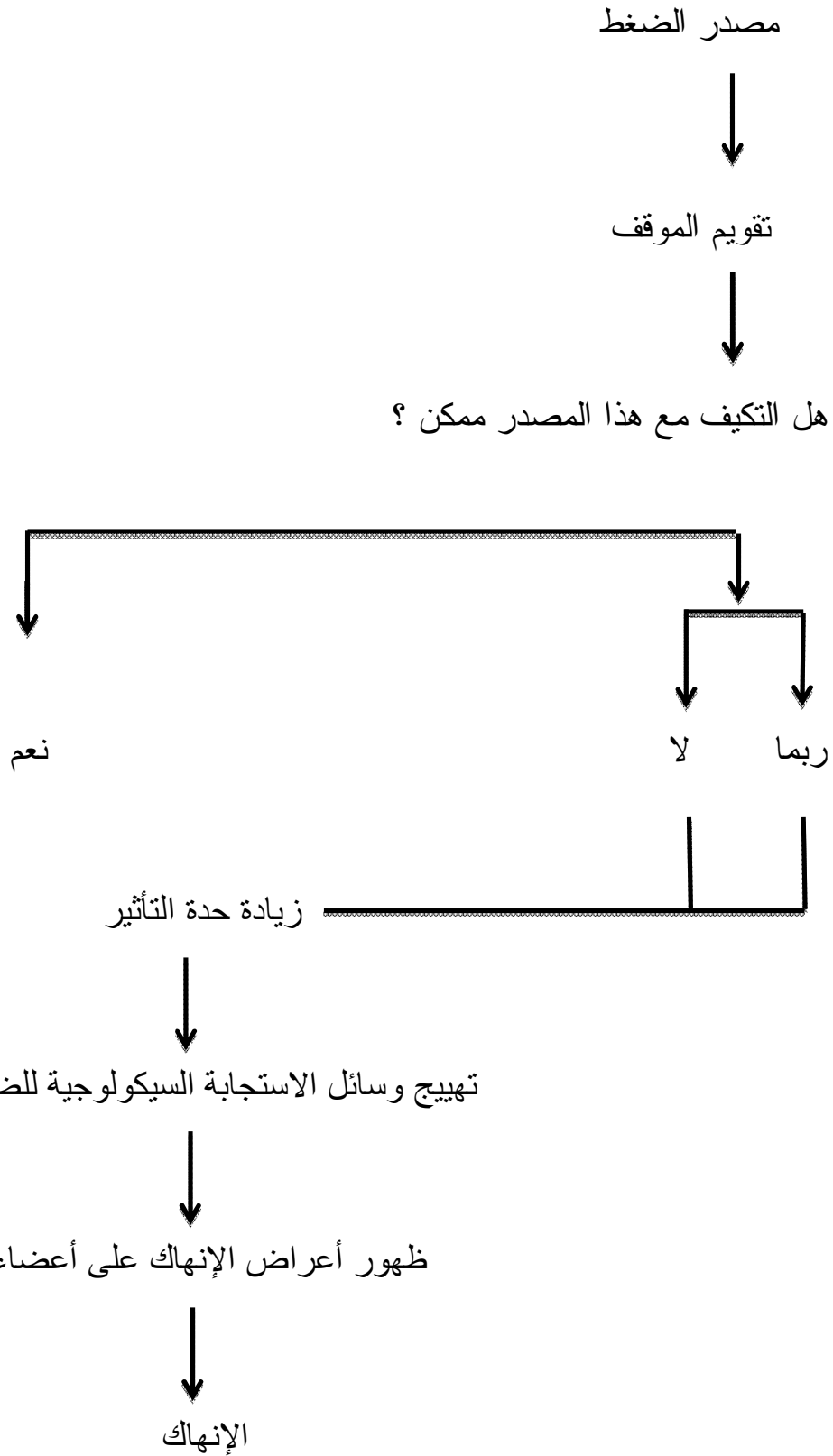
أو مصدر الضبط من المفاهيم السيكولوجية الأساسية في نظرية التعلم الاجتماعي لروتتر، حيث يحدد سلمان الحضري مصدر الضبط على أنه مفهوم يشير إلى إدراك الفرد للعلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج، فالأشخاص الذين يرون أنهم يتحكمون في ما يتبع سلوكهم من أحداث يعتبرون داخلي الضبط، أما الذين يرون أن العوامل الخارجية هي التي تتحكم في نواتج سلوكهم ومصائرهم كالحظ أو الصدفة أو القدر فيعتبرون خارجي الضبط (إبراهيم أحمد عبد الرحمن، 1986، ص 45).

أما سبيكتور Spector (1988) والذي ينسب إليه تصميم مقياس مصدر الضبط في مجال العمل والتنظيم، فيرى بأن مصدر الضبط هو توقع عام بأن المكافآت أو التعزيزات أو النتائج في الحياة المضبوطة، أو متحكم فيها من طرف الشخص نفسه أي داخليا أو من طرف قوى أخرى أي خارجية، وأن المكافآت في الإطار التنظيمي تتضمن الترقيات وظروف العمل الجيدة والأجور المرتفعة، (Spector, 1998, p335). ويعتبر مركز التحكم أحد خصائص الشخصية التي تتسم بالثبات النسبي، كما أنه يعتبر من أكثر صفات الشخصية تأثرا في زيادة أو قلة حدة الضغوط لدى الفرد، ذلك أنه

يمثل شعور الفرد بمدى قدرته على التحكم في الأمور من حوله، وبالتالي مدى استطاعته في مواجهة المواقف الضاغطة والتخفيف من حدتها، بل إنه يمكن القول بأن فقدان السيطرة أو الاعتقاد بأن الأمور خارج نطاق تحكم الفرد المتمثلة في عدم القدرة على التكيف والإحباط ونوع الشخصية (أ) أو (ب) ولقد ذكر الدكتور لازاروس

Lazarus (1966) في كتابه Psychological stress and coping processs

الضغط النفسي وعمليات التكيف، بأنه كلما كانت درجة إدراك الفرد لذاته، فإنه قادر على التحكم في الموقف أو المواقف من حوله عالية كانت درجة تعرضه للضغوط قليلة والعكس صحيح، هذه مقولة تشير إلى أن الشعور بفقدان الأمل وعدم القدرة على التصرف ربما يكون سببا رئيسيا من أسباب الضغوط الزائدة أو الحادة (عبد الرحمن بن أحمد بن محمد هيجان، 1998، ص 114)، والشكل التالي يوضح العلاقة بين مركز التحكم والضغط.



شكل رقم (2): العلاقة بين مركز التحكم والضغوط

(عبد الرحمن بن أحمد بن محمد بن محمد هيجان، 1998، ص 115).



**3-3 مسببات الشعور بالضغط الخاصة بالعلاقات العائلية والاجتماعية:**

إنه لا يمكن للإنسان أن يفصل جانبا من حياته عن جوانب حياته الأخرى فكل، يؤثر ويتأثر فلضغط الحياة العائلية والاجتماعية أثرها ومن أهمها:

**1 - اضطراب الحياة الزوجية والعلاقات الاجتماعية**

لقد توصلت الدراسات إلى وجود علاقة بين متطلبات عمل الفرد وبين حياة الفرد العائلية والعكس صحيح، فحياة الفرد العائلية لها تأثير على عمل الفرد، وكلما زادت درجة صراع العائلة لدى الفرد كلما أدى ذلك إلى تناقص درجة رضاه عن العائلة وارتفع نتيجة لذلك شعوره بالضغط في أثناء تأدية عمله (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2001، ص 220). ومما لا شك فيه أن سوء التوافق بين الزوجين تنشأ أساسا من أساليب التواصل الرديئة التي يتعاملان بها مع بعضهما البعض منذ الصرخة الأولى من أحدهما في وجه الآخر وحتى استفحال الأمر بينهما لدرجة تجعلهما في اتجاهين متضادين يؤدي بكل منهما إلى طريق مسدود لا رجعة منه، غير أن هناك عوامل تكمن خلف هذه الأساليب الرديئة للتواصل بين الزوجين ممثلة في كثير من المشكلات العامة المنتشرة في المجتمع والتي تنسرب إلى الأسرة الصغيرة في غفلة من أعضائها لتهدم كيانها من أساسها وهذه المشكلات لا تخفى على الجميع كمثل مشكلات تكديس السكان في نطاق محدود من المباني والمقامة على رقعة صغيرة من الأرض ، المشكلات العامة في المجتمع ومشكلات البطالة المقنعة في مؤسسات وأجهزة الحكومة، مشكلات

الثقافات المستوردة والدخيلة على نظام القيم السائدة في المجتمع وتأثيرها على مشكلات الانحرافات السلوكية في المؤسسات العامة والخاصة، وتأثيرها على سير العمل بها، مشكلات التفاوت المادي والاجتماعي بين فئات الشعب، وخلق الطبقة بين أفرادها، مشكلات التفاوت في المستويات التعليمية وتفشي الأمية، مشكلات نقص الموارد التي تشجع حاجات الناس الأساسية والثانوية.... وغيرها من المشكلات العامة التي لا تخلو أسرة من المجتمع إلا وتتأثر بها سواء أكان تأثيرها هذا مباشر أو غير مباشر، هذا وعلى المستوى الداخلي للأسرة الصغيرة فإننا نجد مشكلات خاصة تتمثل في سوء التوافق الجنسي بين الطرفين، عدم وضوح الأدوار الاجتماعية التي يجب أن يمارسها كل منهما في نطاق الأسرة، محاولة التسلط وفرض السيطرة من أحدهما على الآخر، تجاهل حقوق أي منهما على الآخر وواجباته نحوه، اعتزاز أي منهما بمستواه الاجتماعي والمادي الذي يميزه عن شريكه، اعتزاز أي منهما بمستواه التعليمي الذي يعلو به على غيره تأثر أي من الطرفين بأفكار و آراء بعض أقربائه وتفضيلها على أفكار و آراء شريكه في حياته مما يزيد الخلافات بينهما ، تدخل أحد الغرباء في شؤونهما، إفشاء أسرار الحياة الزوجية، الإسراف فيما لا ينفع، الانحرافات السلوكية التي يزاولها أحد الطرفين، مثل الكذب و العدوانية اللفظية كالقذف والسب واللعن وما شابهها خيانة المال والعرض، الإدمان على الخمر و المخدرات والميسر، السرقة و الرشوة وما شابهها (ماهر محمود عمر، 2008 ص ص، 375، 376).

## 2 – صراع تداخل الأدوار:

أظهرت الدراسات السابقة بأن أعباء العمل المتزايد تسبب شعور الزوجة بالضغوط وكذا الشعور بالسلبية اتجاه الفرد وتدهور حالتها الصحية، بالإضافة إلى حدوث تغير في سلوكها مما يسبب بلا شك توترا في العلاقة الزوجية بينها وبين الزوج، وتوتر هذه العلاقة تؤثر على الزوج المحمل بمتاعب العمل أساسا، والتي هي مبعث توتر أيضا فيتفاقم توتره ويتضايق لشعوره بالضغوط، وهنا يصاب الفرد بصراع نفسي داخلي يطلق عليه الباحثون صراع تعدد الأدوار Interolconflect ولا شك أن صراع تعدد الأدوار وتداخل المهام يظهر بوضوح لدى الفرد المتزوج أكثر من ظهوره لدى الأعراب، فالفرد المتزوج له أربعة أدوار :

– دوره كزوج Support rol.

– دوره كموظف أو عامل Employeero.

– دوره كأب Father ROL.

– دوره كرجل أسرة House Support rol.

فهذه الأدوار كلها تحتاج إلى وقت، وقد يتداخل واجب العمل مع واجبات العائلة، قد يجعله حاد الطبع في معاملته مع زوجته وأطفاله وينقص من اهتماماته الشخصية ويزداد شعوره بالضغوط في عمله (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2001، ص 221).

## 4 - تشكل الضغط المهني المراحل والأعراض:

## 4 - 1 مراحل تكوين الضغوط المهنية:

من الواضح أن ضغط العمل هو موقف ذاتي يحدث اختلالاً نفسياً أو عضوياً لدى الفرد، ينتج عن البيئة الخارجية والداخلية أو عن طريق الفرد نفسه وهكذا فإن ضغط العمل يتضمن ثلاث مراحل رئيسية هي:

المثير، الاستجابة، التفاعل.

## - المثير:

ويتمثل في القوى المتسببة التي تقضي إلى الشعور بالضغط النفسي، ومن الممكن أن تنشأ العوامل المثيرة للضغط من البيئة أو المنظمة أو جماعات العمل أو الفرد.

## - الاستجابة:

ويتضمن عامل الاستجابة ردود فعل نفسية أو جسدية أو سلوكية تجاه الضغط وقد تكون هذه الاستجابة في صورة الإحباط الذي يحدث لوجود عائق بين السلوك والهدف الموجه له أو القلق وهو الإحساس بعدم الاستعداد للاستجابة بصورة ملائمة لبعض المواقف أو مكونات ضغط العمل في الفرد، المنظمة، البيئة من ناحية القلق، التوتر، الإحباط من ناحية أخرى (علي عباس، 2008، ص 268).

– التفاعل:

بين المثير والاستجابة وما يحدثه من أثر حيث يرى لازاريس (1989) Lazarus أن الشعور بالضغط هو نتاج التفاعل بين خصائص البيئة وخصائص الفرد وكفاءة آلياته الدفاعية المعرفية، فتقييم الفرد للموقف ودور كل من الإحباط والصراع والتهديد هو الذي يولد الضغط، فالإحباط هو شكل من أشكال الخطر والأذى الذي يتعرض له الفرد ويهدد أهدافه (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص 33).

ويعبر سيلاي عن السيرة المرحلية للضغط بالتناذر العام للتكيف Syndrome General d'adaptation وهي على ثلاث مراحل متعاقبة:

أ – مرحلة الإنذار أو الصدمة **période d'alarme** أو الفرع:

وفيه يظهر الجسم تغيرات واستجابات تتميز بها درجة التعرض المبدئي للضغوط ونتيجة لهذه التغيرات تقل مقاومة الجسم، ويوضح سيلاي أنه في حالة ما يكون الضاغط شديدا فإن مقاومة الجسم تنهار وتكون الوفاة (هارون توفيق الرشدي، 1999، ص51).

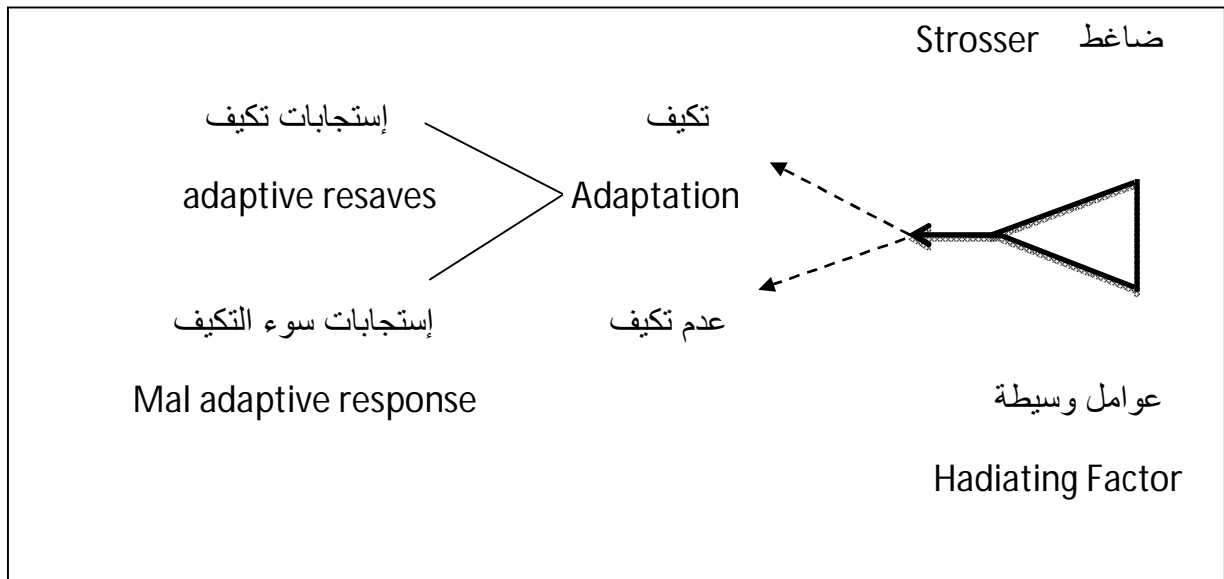
ب – مرحلة المقاومة **Période de Résistances**:

تحدث مقاومة الجسم نتيجة الأيض (التحول الغذائي) التفويض البدني الذي بموجبه يزداد حجم قشرة الغدة الكظرية ونشاطها فيحدث انعكاس لأغلب المعالم المميزة للمرحلة الأولى (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص 54)، والتحول الغذائي

هو عملية تحويل المواد من خلال الأنزيمات إلى طاقة يحتاجها الجسم، فالحفاظ على عملية التمثيل الغذائي السليم هو أمر ضروري فهو يؤثر بشكل كبير على قدرة في أداء وظائفه المختلفة كما أنه المسؤول عن توفير الطاقة اللازمة داخل

الجسم <http://www.hayatna.fs.com> 18/02/2009 h 09:00

**ج - الإجهاد:** وهي المرحلة التي تعقب المرحلة الثانية، ويكون فيها الجسم قد تكيف غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، وأنه إذا كانت الاستجابات الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة، فإنه قد ينتج عنها أمراض التكيف، التي تحدث عندما تتعدى مصادر الجهاز الفسيولوجي وقد وجد في كتابات ليفين واسكتش Levin , Scotch أن سيلبي قد قدم رسماً توضيحياً لنظريته (هارون توفيق الرشيدى، ص 50).



شكل رقم (3) يوضح حدوث الضغوط النفسية طبقاً لنظرية هانز سيلبي

وعموما فإن الضغط يحدث بتشابك مكونات أساسية تتمثل في المثير والاستجابة، وبدون هذين العاملين مجتمعين لا يكون هناك مواقف ضاغطة والتفاعل بينهما، حيث أن مصادر الضغوط بمفردها لا تشكل ضغوطا كما أن صدور استجابة شخص معين لمواجهة هذه الضغوط هو الذي يجعلنا نقول أن هذا الشخص يعاني من الضغوط أم لا، إذن استجابة الفرد للأحداث الضاغطة تتوقف على إدراك الفرد لمعنى الحدث الضاغط ومدى تأثيره على حياته وعلى تجربة الفرد وخبراته، فالضغط يعتبر حملا زائدا على الأنظمة البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وعندما يزيد الضغط عن درجات التحمل يستنفذ طاقات الإنسان المختلفة.

#### 4 - 2 أعراض الضغوط المهنية:

لقد أشار الدكتور جون كاربي John Capri (1996) إلى أن الضغط لا يضع رأسك في أزمت فقط بل أنه يحدث خلافا في أجهزة الجسم كله، بما فيها الدماغ وعموما هناك العديد من الأعراض أو المظاهر التي تصاحب الشعور بالضغط المهني نوجزها في:

#### 4 - 2 - 1 الأعراض العضوية:

وهي متنوعة أهمها :

– توتر العضلات في الرقبة والظهر خاصة الارتجاف، الصداع التوتري وبرودة

الأطراف

– جهاز الهضم :

حموضة المعدة ، غثيان، غازات ألم بطني

– الطعام : إمساك، فقدان الشهية، إسهال

– النوم: أرق، استيقاظ مبكر، كوابيس وأحلام مزعجة

– اضطرابات قلبية ، دورانية تسارع القلب، ضربات غير منتظمة

– التنفس: عسر التنفس، الألم الصدري

– اضطرابات جنسية متنوعة ( محمد قاسم عبد الله ، 2001 ، ص 118 )

ومن أهم الأعراض الناتجة عن ضغط العمل:

– ضغط الدم: ويؤدي إلى إنهاك طاقات الجسم فالجهد المتواصل وكثرة ساعات

العمل، وانعدام الراحة يؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم، ويبين كل من فرانش وكابيلين

(1973) أن المصدر الرئيسي والمباشر لضغط الدم هو ضغط العمل

– أمراض القلب: أثبتت أبحاث ودراسات جينكنس Jenkins (1976) فريدمان

وروزمان Friedman and Roseonman (1974) أن الحوادث النفسية

والاجتماعية تعد بالدرجة الأولى من الأسباب المؤدية إلى أمراض القلب ومن بينها

النوبات القلبية، عدم انتظام ضربات القلب، تصلب الشرايين والسكتة القلبية.

(محمد إسماعيل بلال ، 2005 ، ص 44 ).



## 4- 2- 2 الأعراض النفسية

يظهر الضغط في كثير من الأعراض النفسية والانفعالية، إن الإرهاق المعنوي للعامل هو عبارة عن الحصيلة النفسية للمشكلات المبنية فيما سبق التي تميز واقع العامل والتي تؤدي إلى حدوث انهيار في معنوياته، فيشعر معه العامل بالضعف والعجز عن تغييره فيستسلم له وهذه الحالة إحدى مظاهر الاغتراب الذي يصيب العامل، والذي يكون سببا في انزاله وسلبياته في العمل (محمد بومخلوف، 2001، ص، 167) كما يتعرض العمال لاضطرابات نفسية مثل القلق العصابي، ويحس العامل بالخوف وعدم الأمان ويظن أن الناس يراقبونه ويتحسسون عليه (عبد الرحمن العيسوي، بدون سنة، ص 73).

وفي تصريح لبعض العاملات حول آثار الضغط المهني عليهن كان مفاده، أنهن يعانين من الاكتئاب وحالات التوتر والقلق المستمر وفقدان السيطرة على أعصابهن لأبسط مثير، نقص في التوازن النفسي.

<http://www.el.massa-com 15/08/2012>

## 4- 2- 3 الأعراض السلوكية :

تتمثل في مشاكل التخاطب المتمثلة في زيادة التلعثم والتأتأة نقص الاهتمامات والتحمس والتنازل عن الأهداف الحياتية (ماجدة بهاء الدين، 2008، ص 36) الشعور بالتعب لأقل جهد، انخفاض الدافع للإنجاز، التشاجر مع الآخرين والعدوان عليهم، عدم القدرة على مساعدة الآخرين (فاروق السيد عثمان، 2001، ص 134)

– تغيرات في الشهية، زيادة في تناول الكحول وسائر العقاقير، الإفراط في التدخين، التملل، القلق التميز بحركات عصبية، قضم الأظافر وسواس المرض.

(سمير شيخاني، 2003، ص19).

#### 4 – 2 – 4 الأعراض المعرفية :

وتتجلى في نقص التركيز واضطراب القدرة وتدهور الذاكرة وزيادة معدل الأخطاء تزايد الاضطرابات الفكرية (محسن محمود، محمد بن أحمد، 2008، ص 112) إضافة إلى صعوبات في إتخاذ القرارات، التشويش، الفوضى، الارتباك، الانحراف عن الوضع السوي، نوبات الهلع (سمير شيخاني، 2003، ص 36) استحواذ فكرة واحدة على الفرد، انخفاض في الدافعية للأعمال، إنجاز الأعمال بتحفظ، إصدار أحكام غير صائبة، تدهور في القدرة على التنظيم والتخطيط بعيد المدى، عدم تحري الدقة والحقيقة وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة (فاروق السيد عثمان، 2001، ص 132)

#### 5 – النظريات المفسرة للضغوط

##### 1-5 البحث الفيزيولوجي :

في الوقت الذي يقدم فيه علم النفس وعلم النفس البيولوجي بحثًا متكاملًا محدودًا في الضغوط والتوتر، يركز علم المناعة العصبية النفسية على العوامل السيكوفيزيولوجية للضغوط وكيفية ارتباط الضغوط بالأمراض والعلل، بدأ البحث في علم المناعة العصبية النفسية بعمل روبرت أدر الذي يرجع إليه الفضل في

اكتشاف إمكانية تأثير الجهاز المناعي بما يعتقد المرء، أي بما يجري في المخ ، هناك أيضا تصورا بحثي هام قدم به أدلة إضافية على الصلة بين العقل والجسد تمثل في اكتشاف النواقل العصبية، ولتحري الدقة اكتشاف الأندروفينات عبارة عن فئة مختلفة من النواقل العصبية تؤثر على الحالات الشعورية، مثل تخفيف الألم والإحساس بالتعب والشعور بالطاقة وتوجد هذه الأندروفينات بتركيز عال في الغدة النخامية، و الأندروفينات بالانجليزية endorphine وهو هرمون يتكون من سلسلة عديدة، البيبتيد وهو مادة موجودة في الجهاز العصبي للبشر و الحيوانات وتشكل الأندروفينات جزء من مجموعة كبيرة من مركبات شبيهة بالمورفين وتسمى أوبيدات وتساعد على تخفيف الآلام وتعطي شعورا بالراحة والتحسن، ويعتقد العلماء أن الأندروفين و الانسفالين يتحكمان في قدرة الدماغ على الاستقبال و الاستجابة والإحساس بالألم أو الإجهاد ، و يمكن أن تشكل جزءا من نظام تسكين الألم في الجسم، يقول الدكتور ألن هيرش مدير مركز الأعصاب في مؤسسة الشم والتذوق للبحوث العلمية في شيكاغو ينتج الدماغ مادة تسمى الأندروفين وهي مسؤولة عن تخفيض الألم، وتعرف هذه المادة باسم قناع الغبطة، تفرز الأندروفين من الدماغ أو من الغدة النخامية يفرز الأندروفين استجابة لكل من الإجهاد والألم

ar.wikipedia.org 01/09/2012

وتشير نتائج أبحاث علم المناعة العصبية النفسية حتى الآن إلى أن العقل يلعب دورا في استثارة وإيصال الاستجابة للضغوط من خلال الهيپوتالاموس (قرن آمون في الدماغ) وإنتاجه من الهرمونات (دالوريد ايهلين روينستين، 2004، ص 46).

ويعتبر هانز سيلبي الممثل لنموذج الضغوط كاستجابة فيزيولوجية منذ عام (1935) تناذرا أو مجموعة استجابات فسيولوجية لا نوعية للجسم على عوامل بيئية مختلفة ضارة ذات طبيعة فيزيائية وكيميائية و التناذر العام للتكيف Syndrome General d'adaptation هو وصف خاص لاستجابات الجسم الفيزيولوجية على المجهودات المختلفة (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص 54) والمخطط التالي يلخص مضمون هذه النظرية:

مؤثرات خارجية ← تنشيط عصبي ← نشاط غدي (نشاط الغدة النخامية) نشاط  
الغدة الكظرية ← تنشيط طويل ← خلل وظيفي ← ضرر بدني ← ظهور  
الاضطراب. شكل رقم (4) يوضح مضمون نظرية البحث الفيزيولوجي

ورغم أهمية هذه النظرية إلا أنها تعرضت للنقد من بعض الباحثين حيث يرى برن (1984 berne) أنها تمثل تفسيراً آلياً للضغط وهي بذلك أغفلت الجانب النفسي للضغط، واعتبرت أن مصدره دائما خارجي بالإضافة إلى أن مفهوم (الزملة العامة) يعتبر الضغط استجابة بينما هو ظاهرة متعددة الأبعاد، أي أنه يعنى بضواغط العوامل الفيزيوكيميائية والعضوية أكثر ما يعنى بها الأحداث والمواقف

الرمزية الاجتماعية، كما أن شمولية الزملة العامة للتكيف تفضي إلى أهمية الفروق الفردية في الاستجابة لعوامل الإجهاد (جان بنجمان ستورا، 1997، ص 85).

## 2-5 النظرية السلوكية:

يركز أنصار المدرسة السلوكية التقليدية على عملية التعلم وهو المحور الرئيسي لتفسير السلوك الإنساني ودور البيئة في تشكيل شخصية الفرد، ومن رواد هذه المدرسة لازاروس، باندورا Bandoura وسكينر ، ويرى سكينر أن الضغط هو أحد المكونات الطبيعية في حياة الفرد اليومية، وأنه ينتج عن تفاعل الفرد مع البيئة، أما لازاريس فيؤكد على وجود متغيرات وسطية تتوسط العلاقة بين الفرد والبيئة، مشددا على العمليات المعرفية وهو ما يسميها التقييم الأولي والثانوي، أما باندورا فيوضح العلاقة بين السلوك والشخص والبيئة فالاستجابات السلوكية التي تصدر عن الفرد حيال الظروف الضاغطة تؤثر في مشاعر الفرد أيضا تتأثر بطريقة إدراكه للمواقف فالاستجابات السلوكية غير التوافقية الصادرة عن الفرد للموقف الضاغط تكون غير مفيدة في حل المشكلات والتغلب على المواقف، بل تؤدي إلى تكس الضغوط لديه فسلوك الفرد يتأثر بالبيئة (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص ص 133، 134).

وفي أواخر الستينات صارت هذه النظرية تؤمن بإمكانية التحكم في استجابات الجهاز العصبي المستقل بواسطة وسائل الإشراف الفعالة، فمن خلال تجارب كل من ميلسروديكار عام (1971) تبين أنه عن طريق التغذية الرجعية المناسبة تمكن

الفأر الأبيض من كيفية إحداث تغيرات فسيولوجية في الأوعية الدموية الخاصة به، مما جعل إحدى أذنيه تتورد والأخرى تشحب وهذا ما يدل على إمكانية التحكم اللاإرادي ولو جزئياً في استجابة الجهاز العصبي المستقل اللاإرادي، وهكذا أخذ أصحاب هذه النظرية في استخدام مبدأ التدعيم والتغذية الرجعية، في تفسير تأثير العوامل السيكولوجية على الاضطرابات الجسمية وفي هذا السياق يبرهن شوارتز على أن دوائر التغذية الرجعية هي الأساس لكل عمليات الجسم المرتبطة بالإجهاد، فالاستجابة الأولية للجسم عندما يواجه تهديداً هي تنشيط جانب الجهاز العصبي المستقل اللاإرادي المسؤول عن زيادة ضغط الدم، وضربات القلب وزيادة نسبة السكر في الدم، ما يهيئ الجسم للهجوم أو الهروب وحينها تصل هذه العمليات الفسيولوجية إلى مستوى معين، تصل الإشارات إلى المخ لإيقاف نشاطها، ويقول شوارتز بأنه في حالة فشل هذه التغذية الرجعية المنظمة تظهر العلة الجسمية، فقد يتعرض لتهديد قاس وقوي من البيئة، كالمعارك المستمرة أو الزلازل وقد يتجاهل سير عمليات التغذية الرجعية ويظل في حالة يقظة مستمرة فتشكل هذه الحالة ضغطاً على عمليات الأيض وعاجلاً أو آجلاً تسوء وظائف بعض الأجهزة في الجسم ويصاب الفرد بالأمراض (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص، ص 47).

## 3-5 نظرية التحليل النفسي :

تركز هذه النظرية على مراحل النمو في تفسير الاضطرابات السيكوسوماتية حيث

يرى الكسندر (Alexander 1950)

أن التوترات و الشدائد في نظام واحد لها نتائج وعواقب مرضية، تنعكس على

النظم والأجهزة الأخرى من الجسم، كما يرى بأن الخوف والقلق يحدثان بسبب

وجود صراعات حادة في حياة الإنسان، يعبر عنها بمشاعر ذاتية بعدم الراحة

وأيضا عن طريق حدوث تغيرات في العمليات الفسيولوجية، فعندما تكون استجابات

الجسم لمصادر الضغط غير مناسبة تختل العمليات، فصارت العوامل الانفعالية

وراء الاضطرابات (دليلة عيطور، 1997، ص 88) وحسب وجهة نظر فرويد

(Freud) (الهو) يسعى نحو إشباع الغرائز ولكن دفاعات (الأنا) تسد الطريق ولا

تسمح للرغبات الصادرة بالإشباع مادام لا يتماشى مع قيم ومعايير المجتمع، ويتم

ذلك عندما تكون الأنا قوية، أما عندما تكون الأنا ضعيفة وكمية الطاقة المستثمرة

لديها منخفضة فسرعان ما يقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والتهديدات، من

ثم لا تستطيع الأنا القيام بوظائفها ولا تستطيع تحقيق التوازن بين مطالب ومحفزات

الهو ومتطلبات الواقع الخارجي، وعلى هذا ينتج الضغط (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد

2008، ص 133) وميز سبيرجر بين حالات القلق الناتجة عن طبيعة الفروق البيئية

المحيطة، والتي تكون ضاغطة، ويحدد العلاقة بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي

تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة، فالفرد في هذا الصدد يقدر الظروف الضاغطة التي أثارت حالة القلق لديه ثم يستخدم الميكانيزمات الدفاعية المناسبة لتخفيف الضغط (كبت، إنكار، إسقاط) أو يستدعي سلوك التجنب الذي يسمح بالهرب من الموقف الضاغط (هارون توفيق الرشدي، 1999، ص 54).

#### 5 - 4 النظرية المعرفية:

ويقوم تناول المعرفي للظواهر النفسية على كيفية تصور الفرد وإدراكه لها، وحسب بيك (Beck) فإن سلوك الفرد يتحدد بالطريقة التي يدرك بها الواقع، أي أنه مرتبط بالاعتقادات والأفكار التي يكونها الفرد عن هذا الواقع فالتعلم الخاطئ يكسب الفرد أفكارا غير منطقية (دليلة عيطور، 1997، ص 91).

إن استجابة الفرد للأحداث في البيئة تتحدد بشكل كبير بتفسيرات الفرد للأحداث، فتبرز أهمية الدور المعرفي في نشأة الضغط، وذلك في النموذج الذي قدمه لازاريس وفولكمان والذي أكد فيه على عملية التقييم الأولي والثانوي في نشأة الضغوط، وكيفية التعامل معها، كذلك أكد الباحثون أمثال ألبرت أليس و أرون بيك وميتشنيوم على أن العوامل السلبية تلعب دورا كبيرا في نشأة الضغوط لدى الفرد، وأن المعارف السلبية لدى الفرد تعد هي جوهر الثقة والضغط النفسي، فتظهر الرؤية السلبية عن الذات من قبيل أنا غير جدير بالاستحقاق أنا غير فعال أنا غير محبوب، ورؤية سلبية عن الآخرين وعن المستقبل ويرى ألبرت أن الظروف



الضاغطة التي يعيشها الفرد لا توجد بذاتها وأنها تتوقف على الطريقة التي يدرك بها الفرد هذه الظروف، وعلى نسق الاعتقادات اللاعقلانية التي يكونها الفرد عن هذه الظروف والأحداث الضاغطة (ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، 2008، ص 136).

## 5 – 5 نموذج ميتشيغان :

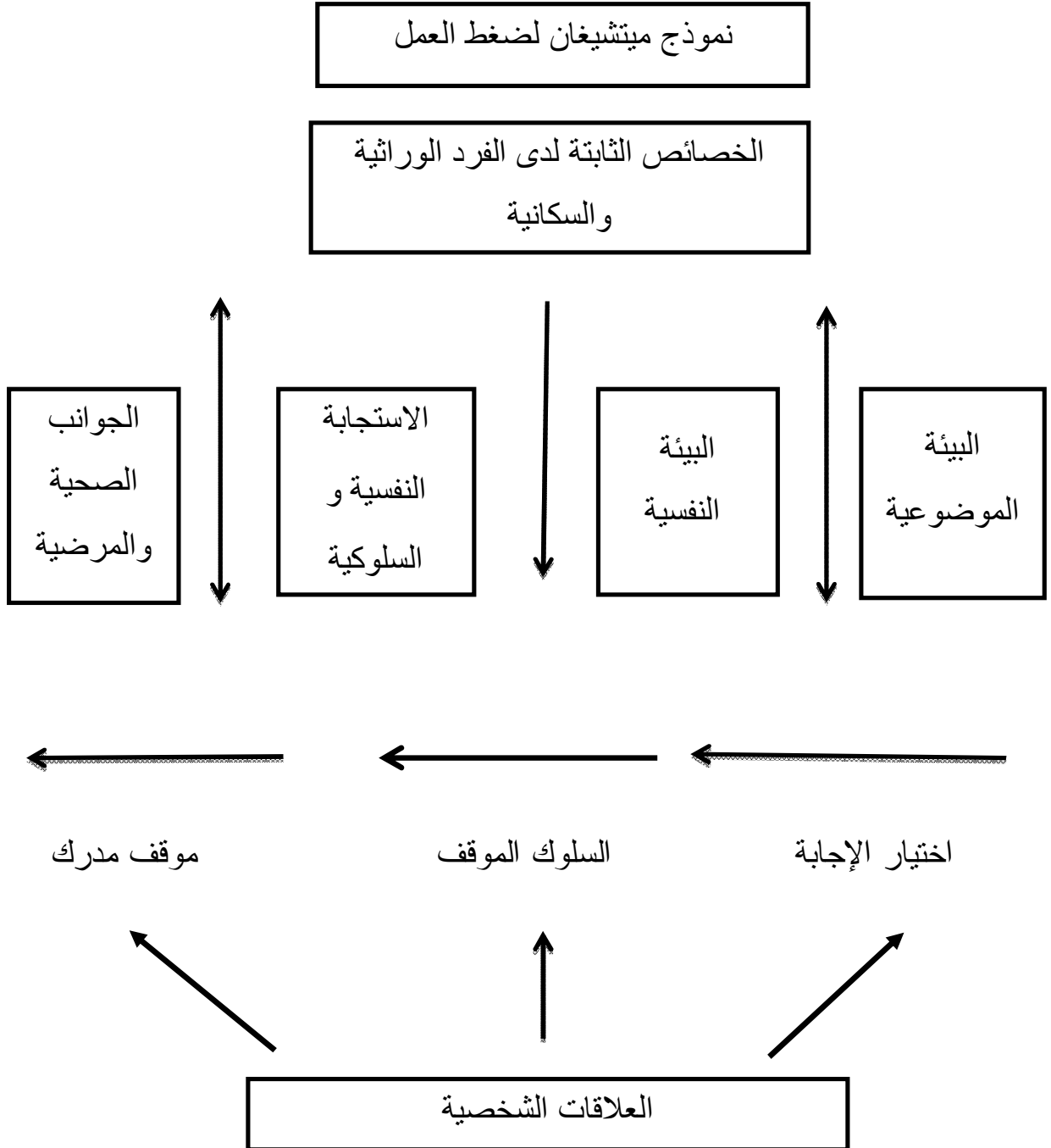
سمي (ميتشيغان) نسبة لجامعة ميتشيغان وسمي أيضا بالنموذج الاجتماعي البيئي يمثله كل من الباحثين كارتر وكان (Katz et Kahn 1989) اللذين يؤكدان وجود عوامل تؤثر على درجة تأثير الفرد للضغط واستجابته له هذه العوامل تتضمن نوعين :

– البيئة الموضوعية : وما تحتويه من عوامل متعلقة ببيئة العمل المادية مثل (المكتب والإضاءة والتهوية والسلامة في المنظمة).

– البيئة النفسية : ويقصد بها تعرض أو عدم تعرض الفرد للاضطرابات النفسية مثل القلق، الاكتئاب اضطرابات النوم، والشخصية التي تؤدي في النهاية إلى سوء التسيير و إتخاذ القرار على مستوى الفرد والمنظمة ككل، إن تأثير تلك العوامل على درجة الضغط لدى الأفراد يتوقف على مدى إدراكهم لها والذي يتأثر بدوره بالفروق الفردية، التي مصدرها طبيعة الاستجابات النفسية والسلوكية لدى الأفراد، بحيث تؤثر على الأسلوب الذي يستجيب به الأفراد نحو هذه المؤثرات البيئية وكذلك الجوانب الصحية والمرضية المرتبطة بالناحية الجسمية والنفسية لهم،

إضافة إلى الخصائص الثابتة لدى الفرد، الوراثة والسكانية والشخصية وأخيرا العلاقات التي يعيشها الأفراد في محيط العمل، حيث أن تغير هذه العوامل يؤثر

على استجابات الأفراد نحو المثيرات التي يتعرضون لها داخل بيئة العمل.



شكل رقم (05) يوضح نموذج ميتشيغان لضغط العمل

(شويطر ليلي، 2005، ص ص 22، 23).

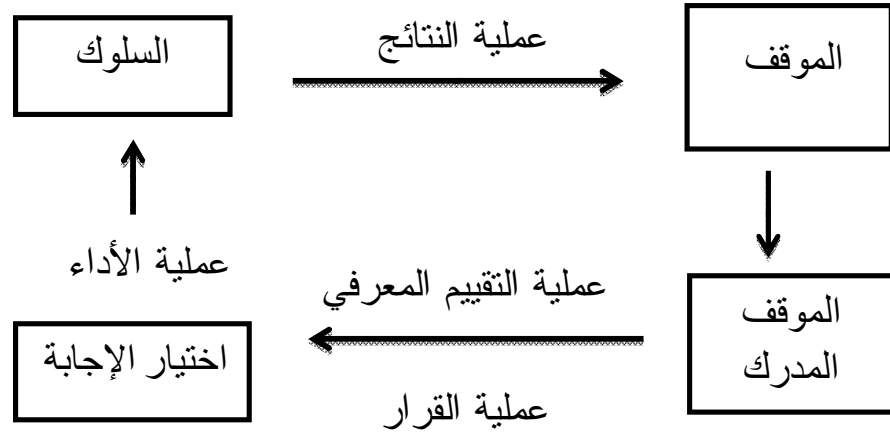
### 5-6 نموذج المواءمة بين الفرد والبيئة:

الذي اقترحه كل من فرانكس وروجرز وكوب (1974)، French J-R-P.Jr- and , Rogers, Cobb , يقدم هذا النموذج توضيحا موضوعيا وذاتيا لخصائص الفرد وبيئته، حيث يشير إلى وجود نوعين من عدم المواءمة بين الفرد والبيئة، والتي يتوقع أن تقود إلى التأثير سلبيا على صحة ورضا الموظفين، النوع الأول من عدم المواءمة يتمثل في عدم تطابق حاجات الفرد وتفضيلاته مع مكافئات المنظمة أو الوظيفة وما تقدمه من مزايا جانبية، أما النوع الثاني فيتمثل في عدم التطابق بين مهارات الفرد وقدراته ومتطلباته وشروط الوظيفة أو العمل، وفي كلا النوعين فإن عدم التطابق قد يؤدي إلى حدوث الضغوط لدى الفرد في العمل، على أن هذه المواءمة بين الفرد وبيئته ليست مطلقة في كل الحالات، وإنما مرتبطة بتوفر شروط محددة يتعلق بعضها بطبيعة الأعمال والمواعيد النهائية المخصصة لإنجازها، وبعضها مرتبط بالفرد ذاته من حيث خصائصه الشخصية أو الصحية (عبد الرحمن هيجان، 1998، ص 58).

### 5 - 7 نموذج الضغوط المهنية لـ ماكجرات:

يمثل هذا النموذج ماكجرات (1976 Magrath) الذي يرى أنه يتم إدراك الموقف من قبل الفرد كما هو الحال في نموذج ميتشغان، غير أن النقطة التي يؤكد عليها هذا

النموذج في تقييم الموقف في عملية الإدراك مقارنة بالنموذج الاجتماعي البيئي لدراسته للضغط، هذا التقييم من قبل الفرد للموقف قد يؤدي به إلى القيام باستجابة محددة تجاه هذا الموقف، فالنموذج الاجتماعي البيئي يركز بدرجة أكبر على أنواع التوترات التي يتعرض لها الفرد نتيجة لضغط العمل، أما نموذج الضغوط المهنية المسمى أيضا نموذج عملية إتخاذ القرار يتجاهل هذه التوترات، يركز على شرح السلوك الاجتماعي الذي يقوم به الفرد في مقر العمل وخاصة أداء المهنة (شويطر ليلي، 2005، ص 24)



شكل رقم (06) نموذج ماكجرات اختيار استجابة الضغط

## 5 - 8 نموذج عدم التأكد:

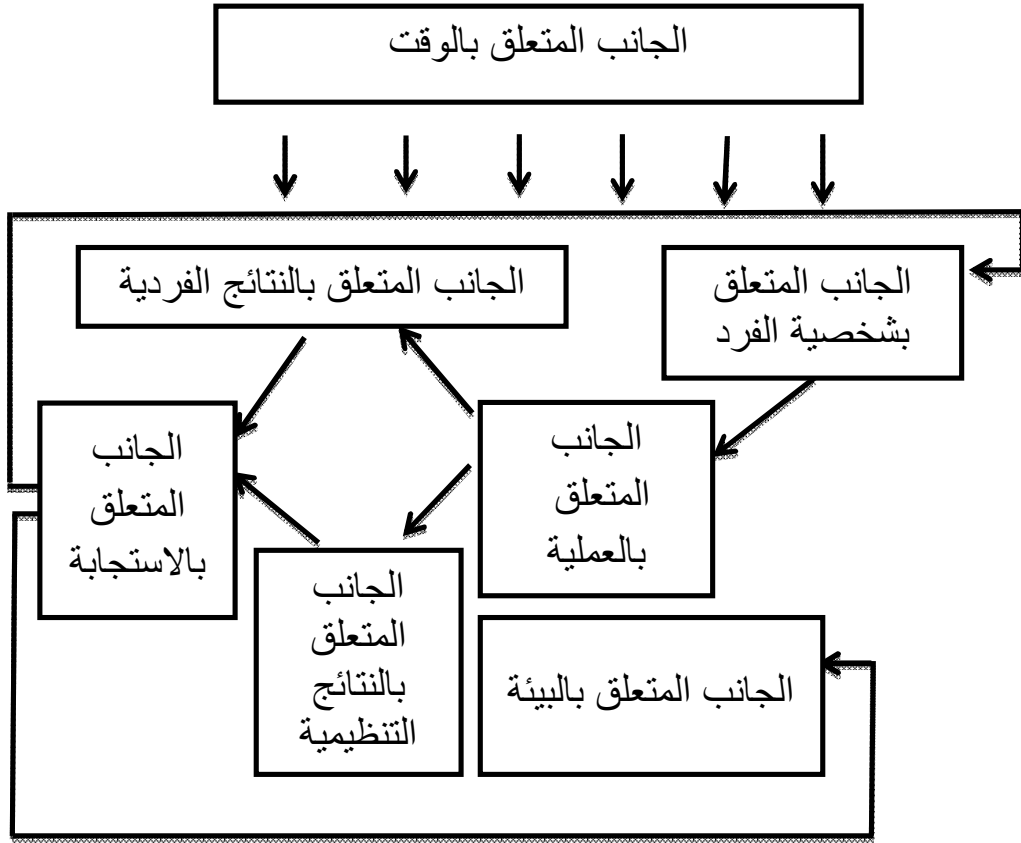
وقد قال به بير و باجات Beehr and Bhagat (1915) ومصطلح عدم التأكد يستخدم في مستويات متعددة تتضمن الفرد والجماعة والمنظمة والبيئة خارج المنظمة، فعلى سبيل المثال فإنه عندما يستخدم (مصطلح عدم التأكد) كملازم لضغوط العمل على مستوى الفرد، فإنه يشير إلى الظروف التي يتطلب فيها من الموظف أن يقوم بعمل ما،

أو أن هذا الموظف يرغب في الاستجابة أو القيام بتصرف ما كرد على حدث معين، غير أنه ليس متأكدا تماما من النتائج التي سوف تترتب على هذا التصرف، في حين أنه عندما يستخدم مصطلح عدم التأكد على مستوى المنظمة فإنه يتضمن قدرة المنظمة على التنبؤ بالمستقبل، والذي يمكن على أساسه العمل على توحيد سلوك العاملين داخلها عدم التأكد يرتبط بدرجة قدرة الفرد أو المنظمة على تحقيق أهدافها، وبالتالي فإن أي شيء يعوق تحقيق الأهداف قد يعد سببا من أسباب حدوث الضغوط لدى الفرد في العمل (عبد الرحمن هيجان، 1998، ص 60).

#### 5 – 9 نموذج ضغوط العمل لـ بير و نيومان:

يمثله كل من Beehr et newman (1987) يفترض هذا النموذج أن الضغوط التي يتعرض لها الأفراد في بيئة العمل إنما تأتي من مصدرين رئيسيين هما:

الفرد والمنظمة، حيث أن التفاعل بين هذين المصدرين في زمن محدد قد يؤدي إلى أن تترك هذه الضغوط أثارها على الفرد والمنظمة، مما يدفع كليهما إلى تبني الاستجابة الملائمة للضغط (شويطر ليلي ، 1995 ، ص 26).



شكل رقم (07): نموذج بير ونيومان لضغط العمل (عبد الرحمن هيجان، 1998، ص 62).

5 – 10 نموذج ماك لين MACLean: ماك لين هو صاحب نظرية التفاعل والتي

من خلالها نتناول عوامل الضغط وقابلية الإنجراح، الظروف، وهناك تفاعل بين هذه

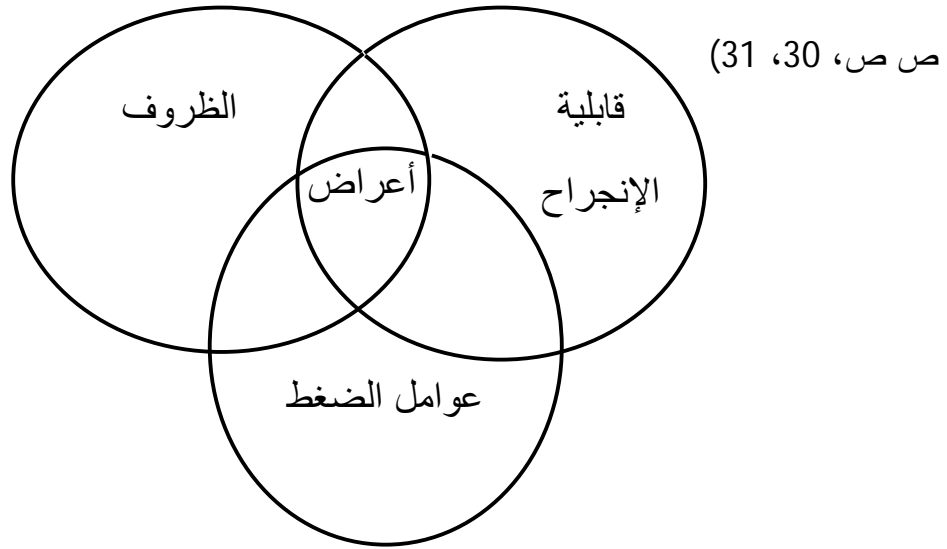
الأقسام ويظهر الضغط عندما تتقاطع مكونات هذه الأقسام.

– الظروف: تتدخل الظروف في كل مستويات حياة الفرد الشخصية أو العلمية

حيث تساهم الظروف السيئة في توليدهم الضغط لديهم.

– **القابلية للإجرا ح:** وهي تختلف حسب الخصائص الفردية، حيث لا تكون الاستجابة نفسها بتوفير ظروف لمجموعة من الأفراد و نتكلم هنا عن الاستعداد المتواجد لدى الفرد لمواجهة المثير.

– **عوامل الضغط:** وهي العوامل الخاصة سواء في مجال العمل أو المحيط أو المجال الشخصي كعلاقات وفيما يلي توضيح لهذا النموذج (غربي صبرينة، 2004،



شكل رقم (08) يوضح نموذج ماك لين لضغط العمل.

**5-11 نموذج كوبر Cooper (1986):** يرتكز نموذج كوبر على تفاعل مصادر الضغط وخصائص الشخصية، والذي ينتج مجموعة الأعراض كالأمراض النفسية والاضطرابات المعرفية والاضطرابات السلوكية والمهنية، حيث حددت خلال النموذج الأصناف المختلفة لعوامل الضغط بالنسبة لكل وضعية مهنية وهو ما يبينه الشكل التالي: (غربي صبرينة، 2004، ص 31).

أعراض صحية		الخصائص الفردية		مصادر الضغوط المهنية
أمراض القلب و الأوعية	أعراض فردية : ضغط الدم مستوى الكولسترول الإدمان على التدخين الإدمان على الكحول عدم الرضا المهني نقص الطموح	الفرد مستوى القلق تحمل وضعيات غامضة		مرتبطة بالنشاط المهني ظروف العمل ، استعمال الوقت مسؤولية على أرواح بشرية
صحة عقلية مضطربة				الدور في المنظمة غموض/صراع الدور /صراع المسؤولية
				الطور المشوار المهني ترقيات كثيرة، قلة التوقيات انعدام ضمان العمل، طموحات
اضطرابات طويلة حوادث خطيرة متكررة أداء ضعيف	أعراض تنظيمية ارتفاع التغيب دوران سريع في العمل علاقات صعبة	تواجه عمل / أسرة مشكلة عائلية أسرية حيث يعمل الزوجات أزمات الحياة		علاقات مهنية فقر في العلاقة الرؤساء المرووسين، الزملاء صعوبة تفويض المسؤوليات
				الهيكل والجو التنظيمي انعدام أو قلة المشاركة في مسار القرار تضييق سلطة القرار (ميزانية ) سياسة عامة، غياب الإستشارة

شكل رقم (09): نموذج كوبر (1986) للضغط المهني.



**6 – الضغوط المهنية للمرأة العاملة:****6 – 1 الضغط النفسي للمرأة العاملة:**

يرى فونتانا أن مسببات الضغط النفسي لدى المرأة قد تكون ناتجة عن الأهمية غير الواضحة التي يعطيها لها المجتمع نتيجة القيم الاجتماعية المرتبطة بالأنثى، وعدم سماح المجتمع بتخطي المرأة لهذه الحدود (صالح محمد حسين أبو حطب، 2003، ص27).

هذا وترتبط الضغوط التي تتعرض لها المرأة بطبيعة التكوين النفسي الفيزيولوجي الذي تختص به المرأة من جهة، وطبيعة المرحلة العمرية والخصائص الاجتماعية والبيئية من جهة أخرى، فالمرأة فاعلة في المجتمع بمختلف أبنيتها منذ بداية التاريخ، وإن السياسات الإنمائية التي تعتمد فقط على قوانين السوق دون الأخذ في الاعتبار العدالة الاجتماعية والبيئية وترقية الإنسان، وخاصة دور المرأة مثل هذه المجتمعات أثبتت إفلاسها وذلك بإجماع الخبراء بمختلف توجهاتهم، إن التعليم والتربية والتكوين ومصالح صحية ملائمة وفرص اقتصادية واسعة، مع حقوق عادلة من شأنها أن تمكن المرأة من المشاركة الكاملة في عملية التنمية المستدامة (علي غربي وآخرون، 2003، ص51، 52)

فالمرأة في العصر الحديث ومع تعدد أدوارها، ووظائفها داخل المنزل وخارجه وعلى الرغم من تحسن أوضاعها المهنية والأسرية والثقافية والمادية، إلا أن المرأة مازالت تعاني بعض المشكلات والمعوقات الحضارية والاجتماعية والنفسية، التي تعمل على

الحد من نشاطها وضعف روح العمل المبدع والخلاق عندها، وتعرض منزلتها الاجتماعية في الأسرة والمجتمع، إلى أخطار التفكك والتصدع.

إن المرأة العاملة تشغل دورين اجتماعيين متكاملين وإشغال مثل هذين الدورين الاجتماعيين في آن واحد قد يعرضها إلى مشكلات جسمانية ونفسية واجتماعية ليس من السهولة بمكان حلها والقضاء عليها، خصوصا إذا لم تبادر الأسرة والدولة والمجتمع إلى مساعدة المرأة على إشغال أدوارها المتعددة، وتشارك في حل المشكلات التي تتعرض لها داخل الأسرة والعمل في ظروف كهذه لتنتجع المرأة على تبوء العمل الوظيفي خارج البيت خصوصا إذا كانت متزوجة كما أن إنتاجيتها تتعرض للهبوط والتردي وتضطرب كفاءتها وتقل درجة تحملها للأعباء والمسؤوليات (إحسان محمد الحسن، 2005، ص 214)، وكثيرا ما تعاني الزوجات من احباطات عديدة إذ أنها برغم المجهود الضخم الذي تقوم به، فإنها تكون عرضة للنقد على أقل تقصير منها ويكون مصدر النقد بالطبع هو الزوج ولكن في بعض الأحيان قد يقوم الأطفال بنقد الأم هم أيضا، كما أن المرأة في معظم المجتمعات المتقدمة تعمل مثلها مثل الرجال تماما، دون تقدير الضغط الزائد على المرأة في هذه الحالات، إذ أن الضغط قد يكون بالغ الشدة، وعندما تتقلد المرأة وظيفة مرموقة فإن التوتر الذي يصيبها نتيجة لذلك قد ينعكس على الزوج والأسرة، دون أن تنسى تأثيرها على صحتها، ففي الماضي كانت إصابة المرأة بالذبحة الصدرية أمر قليل الحدوث، ولكن مع ضغوط العمل أصبح المرض مشكلة

للرجال والنساء على حد سواء، وبعض النساء يصبن بالتوتر نتيجة انفعالهن المستمر أثناء العمل، ويمكن القول بأن المرأة قد حققت معظم ما كانت تطمح إليه ولكن على حساب صحتها أحياناً، وعلى حساب تفكك الأسرة أحياناً أخرى، وهناك العديد من أسباب التوتر عند المرأة العاملة، وقد يحدث التوتر نتيجة مسؤوليات العمل أو هموم البيت، أو نتيجة تكوين المرأة نفسها وقد تظهر أعراض التوتر في صورة القلق المستمر والنوبات العصبية، وكثرة التدخين وكثرة شرب المنبهات، والصداع النصفي، وفقدان الشهية، ويوجد اعتقاد عند الكثيرين بأن المرأة ليست كفاء في شغل المناصب العامة، وقد تتفاعل المرأة مع هذا الرأي وتصدقه مما يجعلها تفقد ثقتها بنفسها (طارق كمال، 2005، ص 216، 217).

## 6 – 2 أسباب الضغط النفسي للمرأة العاملة:

من أهم الأسباب المؤدية لشعور المرأة بالضغط النفسي هي:

### 6 – 2 – 1 متطلبات الأدوار الزوجية للمرأة:

إن المرأة اليوم تظهر وهي حائرة في وسط تناقضات من القيم والمعتقدات، فإذا كرست المرأة المتزوجة حياتها لزوجها و لعائلتها فإنها تدعى مجرد ربة بيت، وحتى إذا قامت بهذا الدور فإنها ربما تشعر بالذنب لأنها لا تستطيع عمل أكثر من ذلك في حياتها، وروتين العمل المنزلي يجعل ربة البيت غير راضية عن عملها.

إن المرأة العاملة ربما تصبح محبطة من جراء الضغط الناتج عن كونها مسؤولة عن الأعمال المادية، وكذلك مسؤولة عن كل شؤون البيت في بعض الأحيان.

(أحمد محمد مبارك، 1992، ص 92)، ويعد الإنجاب بالنسبة للمرأة ضرورة لتحقيق الذات النسائية، ولكن له شروطه وهو ضرورة للمرأة بالقانون النفسي الفيزيولوجي والبيولوجي، وكذلك على المستوى العيادي أكثر منه للرجل حيث يقال بأن المرأة لا تحقق ذاتها إلا إذا أصبحت أم، ولكن المرأة تعاني الكثير من ألوان الإحباط والانهيار والمآسي بسبب تحولها من امرأة فتاة إلى امرأة أم، معاناة الأمومة وعذابها هي الوجه الآخر لعطاء الأمومة وعذوبتها، وتحصل المعاناة لأسباب نفسية بيولوجية، حيث تظهر على شكل آلام الولادة بشكل مازوشي، وتحصل أيضا بسبب الفوضى أو الضغوط الاجتماعية و الاقتصادية التي ترافق أحيانا عملية الانتقال من وضعية الأنثى إلى وضعية الأم والتي تأخذ أيضا طابعا قانونيا مدنيا وغير مدني (قصر الرابي، 1995، ص 198)، والرعاية الصحية و العاطفية للطفل تأخذ وقتا وجهدا كبيرين بالنسبة للمرأة، حيث يؤكد العالم الفرنسي هربت مونتا جينز على أهمية لطف الأم وحنانها مع طفلها إذ يقول " لقد لاحظت أن الأطفال الذين يتمتعون بروح قيادية هم في معظم الحالات أطفال من أسر متفاهمة، تسودها روح الحب تقوم الأم دائما بمخاطبة طفلها والتحدث معه بلطف وحنان وهي في ذلك لا يهتمها إن كان طفلها يفهم كلامها أم لا، فهي تستخدم كتفها ووجهها وابتسامتها وصدرها وكل جسمها، لتؤكد له شيئا واحدا وهو أنها تحبه

إنها قريبة منه، وأنها تفهمه وتلبي طلباته وهذه المشاعر المتبادلة المتصلة تؤثر في أطفالها كثيرا حتى وإن كان دون السنة الأولى" (عبد البارئ محمد داوود، 2005، ص، 37) في حين أن الإساءة للأطفال والعلاقة المضطربة بين الوالدين تؤثر سلبا على بنية الطفل النفسية حيث بينت بعض الدراسات وجود علاقة إرتباطية بين ممارسة بعض الاتجاهات الوالدية غير السوية والاكنتاب لدى الأبناء (جمعية سيد يوسف، 2001، ص، 148)، لذلك يبدو أن العامل المهم والمؤثر الأول في حياة الطفل في المنزل هو الدفء والتقبل، حيث وجد أن الأطفال الذين نشئوا في أسر دافئة ومحبة كانوا أكثر شعورا بالأمن حيث تعلقوا تعلقا آمنا بالوالدين خلال العامين الأولين من الحياة، كما أظهرت نتائج عديدة من البحوث أنه كثير من الأطفال والمراهقين الذين ينشئون في الأحياء الفقيرة والعشوائية والذين لم ينحرفوا أو يجنحوا أن العامل الحاسم وراء عدم انحرافهم هو أنهم حظوا بحب غير مشروط وثابت من جانب الأم (علاء الدين كفاي، 2008، ص، 48)، إضافة لأعباء رعاية الأطفال النفسية والصحية وغيرها فإن العمل المنزلي يأخذ قسطا كبيرا في حياة المرأة، ورغم أن المرأة تشعر بالسعادة والفخر إذا أنجزت كل أعمالها المنزلية إلا أن هذا الشعور بالسعادة قد يتخلله شعور بالملل، لرتابة هذه الأعمال لذلك يجب على المرأة أن تعتني بنفسها بدرجة اعتنائها بأطفالها، ففي بعض الأحيان قد تعتني الأم بتغذية الأطفال دون أن تأخذ هي القدر الكافي من الطعام مما يؤدي إلى تدهور صحتها (كمال طارق، 2005، ص، 214).

## 6 - 2 - 2 صراع الأدوار:

نظرا لتعدد أدوار المرأة ونظرا لعدم ارتياح الرجل لأي تخفيف من جانب المرأة من حيث مسؤولياتها كامرأة وزوجة، فإن التعب الملقى على الزوجة في هذه الحالة أصبح عبئا مضاعفا مما يسبب لكثير من الزوجات الإرهاق والإحساس الدائم بالتعب، ومع صراع الأدوار الذي تعيشه المرأة أصبحت المرأة العاملة مضطرة إلى أن تجمع بين الأمومة المتمثلة في احتضان الأطفال وتربيتهم وبين العمل الذي يدر دخلا إضافيا وأساسيا أحيانا على الأسرة، فازدادت وضعيتها تأزما وتعرضت للإرهاق الشديد حيث أصبحت مجتدة للقيام بأدوار متعددة في نفس الوقت بينما ضل الرجل يقوم بعمل واحد (محمود أيوب شحيمي، 1997، ص 63)، وخروج الأم لميدان العمل وتركها لأطفالها دون رعايتها واهتمامها وحبها وحنانها يؤدي لدى أغلب الأمهات العاملات إلى الشعور بالذنب، لأنها تدرك مدى ضرورة تواجدتها مع أطفالها كما أنها تعي تأثير غيابها على تربية أولادها وخطورة إهمالها لهم، حيث أجريت دراسة في نيو أنجلد new england على مجموعة من الأمهات المشتغلات في الأعمال الرئيسية ومجموعة من الأمهات الغير مشتغلات، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الأمهات العاملات يشعرن بالذنب بسبب إهمال أطفالهن، بينما لا يواجهن اهتماما كبيرا فيما يخص إهمالهن لأعمال البيت (كميليا عبد الفتاح، 1996، ص، 102). و عموما يمكن أن نقسم مصادر ضغوط المرأة العاملة إلى مصدرين كما يلي:

## أ / مصادر منزلية:

- ضغوط مصدرها الشريك / شريك الحياة (الزوج).
- ضغوط مصدرها أمور عائلية.
- ضغوط مصدرها الأطفال وتعليمهم.
- ضغوط مصدرها خارجي، منعكسة على الأسرة (حمدي علي الفرماوي ورضا عبد الله، بدون سنة، ص، 78).

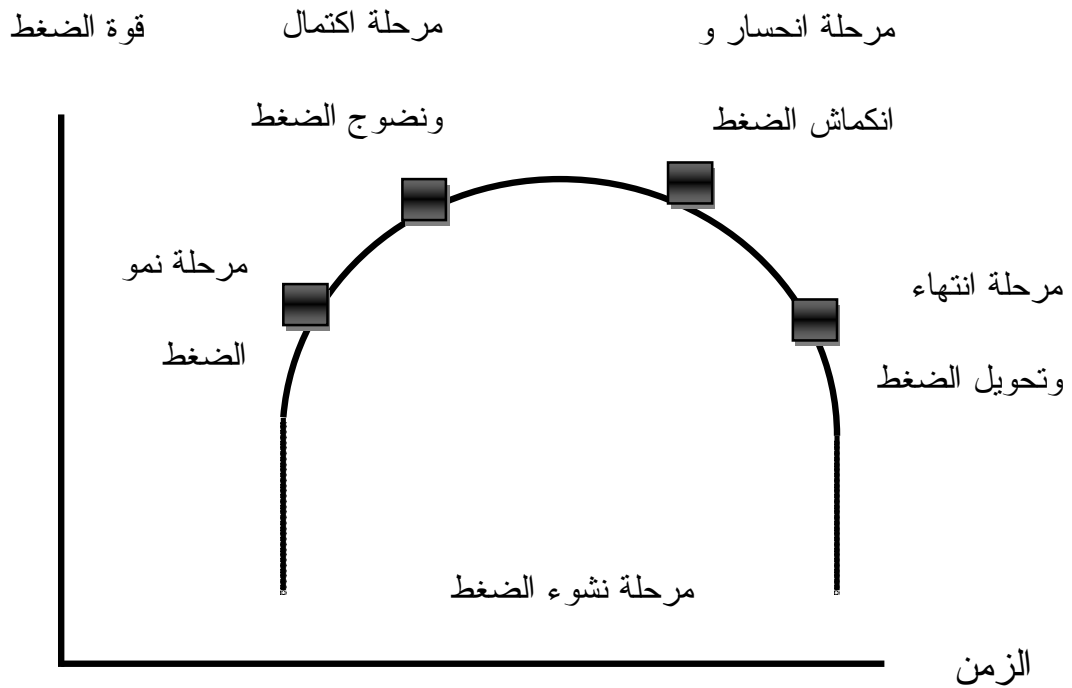
## ب/ المصادر البيئية:

حينما يمر الاقتصاد بحالة الانكماش فإن ذلك يؤدي لتزايد شعور الأفراد بالقلق فيما يتعلق بأمنهم الوظيفي كما أن عدم الاستقرار السياسي يؤدي إلى الشعور بالضغط، (ماجدة العطية، 2003، ص 373) ويتفق خبراء الاقتصاد على أن مصطلح الانكماش الاقتصادي يشير إلى حالة من الانخفاض المتواصل في أسعار السلع و الخدمات في مختلف جوانب الاقتصاد، ليكون اصطلاحا يقف في الاتجاه المعاكس للتضخم الاقتصادي إلا أنه أسوأ في نتائجه وأثاره على الاقتصاد و ربما تكون حالة الكساد الكبير التي ضربت الاقتصاد العالمي في (1929) نموذج مثالي للانكماش الاقتصادي <https://twitter.com/23/04/2012>.

ويذكر محمد شمال حسن أن التغيرات التي تحدث في الأسواق القيمية للمجتمعات نتيجة تحولات أو صعوبات اقتصادية تمر بها تؤدي إلى تبدل معيار الحكم الخلفي

للأفراد وتسبب بذلك في زيادة ضغوط الحياة والإجهاد لدى الفرد (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص ص، 39، 40) وتنشأ أيضا ضغوطات تتعلق بـ :

- تأثيرات تغير الحياة ما يتعرض له الفرد من أحداث شخصية.
  - تعقيدات الحياة العصرية.
  - التغيرات الاجتماعية والنفسية.
  - الانتقال المستمر من وظيفة لأخرى ومن بلد إلى آخر والذي كثيرا ما يؤدي إلى مشكلات عائلية (المنظمة العربية للتنمية، د س، ص 11)
- والشكل التالي يوضح دورة حياة الضغط المهني:



شكل رقم (10) يوضح دورة حياة ضغوط العمل



## 6 - 3 مصادر ضغوط عمل المرأة العاملة في التعليم:

تعرف ضغوط عمل المعلم على أنها مجموعة من الظروف والعوامل المتعلقة بطبيعة العمل وقيمتها المعلم كمواقف ضارة أو مهددة تؤثر على أداء مهمته (حنان حسين الحلو، 2004، ص 285)، وتعرف كذلك على أنها " إدراك المعلم لعدم قدرته على مواجهة أحداث ومتطلبات مهنة التدريس التي تشكل تهديدا لذاته وتحدث له معدلا عاليا من الانفعالات السلبية المرفقة بتغيرات فيزيولوجية كرد فعل لذلك الضغط " (هاشم حامد بار كنيدي، 1993، ص 29)، ومن أهم مصادر ضغط العمل للمرأة العاملة في التعليم نذكر حسب WOODRIN "ما من مهنة متطلبة كمهنة المعلم إذ يستدعي منه لعب أدوار مختلفة لا تقتضيها باقي المهن (علي راشد، 1995، ص 65)، كما بينت إحدى منشورات منظمة الصحة العالمية (1996) التي كانت بعنوان الصحة النفسية للمرأة أن أعراض القلق أكثر انتشارا لدى النساء من الرجال، وقد أوضحت إحدى الدراسات التي أجريت على (9000) شخص من المجتمع أن نسبة (33%) من النساء لديهن مرض نفسي.

(قلق واكتئاب)، كما بين المنشور أن النساء العاملات واللاتي يواجهن ضغوط العمل وأعباء الأسرة، يواجهن صعوبة بالغة في التأقلم مع الظروف وخصوصا مهنة التعليم في المرحلة الابتدائية كما يشير الوابلي (1994) مهنة التعليم مهنة شاقة كثيرة المتطلبات والأعباء ولذلك قد يتعرض الملتحقون بها إلى كثير من الضغوط التي ينشأ عنها الشعور بالقلق وعدم التوافق بصورة عامة، ومرحلة التعليم الابتدائي تعتبر من

أهم المراحل التعليمية على الإطلاق فهي اللبنة الأولى في بناء التعليم، كما أن المعلمة في هذه المرحلة تكون ذات مسؤولية كبرى في بذر البذور الأولى للتعليم في عقول الناشئة (حسان عبد الرحيم المالكي، 2001، ص5) ومصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين قد تباينت تصنيفاتها ومسبباتها، لكن هناك محاور تشترك فيها ولقد توصل الباحث بلاش (Blache) من خلال نتائج دراسته التي أجريت على 392 مدرسا إلى تبيان ثلاث مصادر أساسية ترتبط بالضغوط التي يواجهها المدرس وهي :

— ضغوط ترتبط بطبيعة العمل الذي يؤديه المدرس.

— ضغوط ترتبط بخصائص التلميذ.

— ضغوط ترتبط بالمناخ المدرسي (باهي سلامي، 2007، ص 87).

كما يواجه المعلم باستمرار متطلبات متباينة و متناقضة كمقاومة التلاميذ و نظام المدرسة من جهة، وبين متطلبات المناهج و قدرات التلاميذ من جهة أخرى فعمل المدرس ينطوي على عدد كبير من الشروط التي تواجهه بالصعوبات، فواجباته كثيرة واتصال المدرس في أكثر أوقات العمل هو اتصال مع عقول ، مع مستويات معرفية متفاوتة في ارتفاعها وانخفاضها (ناصر الدين زيدي، 2006، ص 148)، ونوجز أهم مصادر ضغط المعلمة في ما يلي:

**1- حجم العمل:**

وهو الزيادة أو النقصان في الأعباء الموكلة للمعلم القيام بها، بحيث أن الزيادة أو النقصان في استيعاب طاقات العمل وقدراته ستؤثر سلباً على سلوكه وتنعكس بالتالي على إنتاجيته (غسان حسين الحلو ، 2004 ، ص286).

لقد تطورت مهام المعلمة فلم تعد مقتصرة على تلقين المعارف للتلاميذ بل يتعداه إلى مدى قدرتها على خلق وضعيات للتعلم لدى المتعلم، مما يسفر عنه خلق دوافع بداخل المتعلم اتجاه عملية التعلم، وهنا أصبح المعلم بمثابة المرشد والدليل الموجه للمتعلم في هذا الشأن يشير RYMAND T إلى أن دور المعلم ليس إعطاء معارف جاهزة لكن تشكيل أذهان مبدعة وإعدادها لمسؤوليات الغد (آسيا بن عيسى، 1990، ص34)، وهذه مسؤولية على عاتق المعلمة، فواجبات العمل ذاتها والمتطلبات النفسية والجسدية الضرورية لأداء العمل، قد تؤدي في كثير من الأحيان إلى ضغط (رونالدي ريجيو، 1999 ، ص 292).

وفي دراسة د. دنيهام ستين حول أسباب استقالة المعلمين من مهنة التدريس حيث أن الاستقالة هي استجابة واضحة للتعرض لضغوط قوية جداً، وقد أجريت الدراسة على (75) من المعلمين حديثي الاستقالة من التعليم الابتدائي بمقاطعة نيو ويلز بأستراليا، وقد بينت النتائج أن من أهم أسباب الاستقالة كان وصول المعلم إلى نقطة حرجة

<http://www.acofps.com/vb/SLhonthread.php?21/3/2012h04:00>

## 2- بيئة العمل:

تمثل الصحة النفسية والجسمية للعمال أهمية كبيرة من الناحية الاقتصادية والإنسانية على حد سواء، ولذلك فإن ما ينفق على العمال صحيا واجتماعيا وترفيهيا، لا يمكن أن يعد من قبيل الخدمات ولكنه استثمار بل من أعظم وسائل الاستثمار ومجالاته والعمال إذا لم تكن بيئة العمل صالحة وصحية تعرض العمال لأخطار وأضرار عديدة (عبد الرحمن العيسوي، بدون سنة، ص64)، إضافة إلى العديد من الحوادث التي تتعرض لها المرأة العاملة كالسقوط مثلا أو الانزلاق مما يؤدي إلى الالتواء العمود الفقري أو الإجهاد في حالة الحمل، كذلك تعرضها للحرارة والرطوبة والإشعاعات و تأثيرها على الجهاز العصبي والتناسلي للمرأة (باسم محمد ولي، محمد جاسم محمد، 2004، ص 485) تظهر الضغوط المهنية حسب نيلسون nilson و كويك quik عندما يواجه الأفراد نوعين رئيسيين من ضغوط الدور في العمل، وهما صراع الدور الناجم عن تعارض التوقعات المرتبطة بالمهام الوظيفية فعندما يتعرض الفرد لموقف يفرض عليه متطلبات متعارضة فإنه يعاني من صراع الدور، فقد تتطلب وظيفة الفرد العمل لساعات متواصلة وقد يتعارض ذلك مع متطلبات دوره كزوج، وهناك غموض الدور الذي يحدث نتيجة لعدم فهم العاملين لما هو متوقع منهم ويعني غموض الدور على مستوى المدرسة عدم وضوح الرؤيا للعاملين بالمدرسة عن مسؤولياتهم وواجباتهم وحقوقهم وكيفية الحصول عليها وتشير بعض الدراسات أن حديثي التخرج الملتحقين

بالعمل يكونون أكثر شعورا بالضغوط وأن تلك الضغوط تقل في الوظائف العليا (محمد شحاتة ربيع، 2006 ، ص289).

### 3- العلاقة مع الزملاء:

إن علاقة المعلمة بزملائها ليست علاقة مهنية فحسب بل هي علاقة إنسانية في المجال التربوي، وهي ذلك الجو الانفعالي الإيجابي المبني على المعاملة الطيبة والأخلاق والاحترام وتقدير المسؤولية والتعاون والمساواة والعدل والصدق والأمانة، فحينما تكون العلاقات الشخصية في العمل غير مرضية فإنها تعتبر مصدرا من مصادر ضغوط العمل، وفي هذا الصدد يشير الشرفاوي إلى أن هناك فرقا بين المؤسسة التعليمية التي يسود فيها روح التعاون وتبادل المنافع بين الأساتذة، والمؤسسة التعليمية التي تسود فيها العلاقات المتسمة بالشك وسوء المعاملة حيث ينجر عن ذلك الإجهاد الذي يعد من أهم المصادر المسببة للضغوط، إن المشكلات المتعلقة بالعلاقة الإنسانية بين المعلمين والناجمة عن الصراعات بينهم غالبا ما تنتج عن اختلافات مهنية أو شخصية أو اجتماعية، مثل شخصية المعلم، مؤهله الدراسي وخبراته المهنية وتخصصه الدراسي والمستوى الاقتصادي والاجتماعي له وانتماءاته المحلية، وكنتيجة لهذه الاختلافات فمن المتوقع أن تنشأ في الغالب صراعات بين المعلمين منها:

– الصراع بين المعلمين القدامى والمحدثين

– الصراع بين المعلمين ذوي التخصصات المختلفة

– الصراع بين المعلمين المؤهلين وغير المؤهلين.

– الصراع بين المعلمين والمعلمات.

– الصراع بين المعلمين المنتمين جغرافيا للبيئة المحلية للمؤسسة التعليمية والمعلمين

من بيئات أخرى (سلامة الخميسي، 2003، ص 25).

#### 4 – علاقة المعلمة بالتلميذ:

لعلاقة المعلم بالتلميذ أهمية كبيرة كما قال (G Ferry) العلاقة معلم – متعلم ليست

مجرد علاقة توصيل معارف بل هي علاقة إنسانية تجمع بين إنسان وإنسان آخر

تتضمن جوانب عاطفية واجتماعية لها قيمتها في العملية التعليمية، وتأثيرها على مسار

الفعل التربوي والمعلم الفعال هو من يحسن اختيار فرص التلاميذ في التعلم ، فالمعلم

يؤثر على تلاميذه بأقواله وأفعاله ومظهره وسائر تصرفاته، التي ينقلها التلاميذ عنها

بطريقة شعورية أو غير شعورية، فإذا صارت التفرقة في المعاملات بين التلاميذ فإن

الآثار السيئة الناتجة عن هذه التفرقة يكون من الصعب تغييرها، لأنها تؤثر على

تصرفات وسلوكيات التلاميذ داخل وخارج المدرسة (أحمد إبراهيم أحمد، 2002، ص 298)

وقد تأخذ الإساءة شكل الإيذاء البدني كالضرب والعض والدفع والهز والركل والصفع

والإصابات وغيرها من السلوكيات التي تفسد جو البيئة التعليمية

يعمد التلميذ إلى الإساءة إلى المعلم كرد فعل على إساءة المعلم إليه، كتعمد إتلاف

الممتلكات الخاصة بالمعلم أو ضرب إحدى أبنائه أو احد أقارب المعلم ويذكر مافير

وكاسبى (maffir caspi 1998, P137,149).

إن رؤية الأطفال للعنف وسوء المعاملة يترتب عليه إحساس الطفل بالقلق إضافة إلى مشكلة ضعف انضباط المعلم والتزامه بأصول التدريس، وطرق توزيعه وتحضيره للدرس أو أهداف الدروس التي يلقيها على التلاميذ في الفصل، أو وسائل الإيضاح وهذه مشكلة جذرية من العوامل التي تنشأ وترعاها اللامبالاة والإهمال أو الكد والتراخي عن أداء الأمانة (عبد الرحمان بن جميل بن عبد الرحمن قصاص، دس، ص 10)

### 5 - العلاقة مع المدير:

إنه من الضروري أن يسود مبدأ العدل والمساواة بين أفراد المؤسسة التعليمية، ويجب أن يعامل المدير جميع العاملون بالمدرسة معاملة تتسم بالعدل والمساواة بعيدة عن التحيز والمحاباة، إن المدير أو القائد التربوي يؤمن بأن لكل فرد شخصيته المتميزة والتي يجب احترامها وتقديرها (أحمد إبراهيم، 2001، ص 66) لكن بما أن تركيز السلطة في يد المدير وإتباع النظام الصارم داخل المدرسة، ينعكس على العملية التعليمية وتحبط دافعية المعلمين في التدريس وفي تعاونهم في الأنشطة التربوية خارج المدرسة في حين أن إتباع النظام الديمقراطي داخل المؤسسات يؤدي إلى ديناميكية في الأخذ والعطاء، وتعاون مستمر بين أطراف المدرسة إذ يعتبر محمد منير مرسى أن واجب المدير هو التعاون والتعاطف مع رغبة المعلمين وذلك بالاشتراك سوياً في تسيير الأمور التربوية والتعليمية دون تضيق لدوره داخل القسم (منير مرسى سرحان، 1982، ص60)، فاختلاف الدور بين المعلم ومدير المدرسة يؤدي إلى وجود فجوة بين توقعات

كل منهما نحو الآخر إذ أن مهام مدير المؤسسة إدارية الطابع بينما مهام المعلم تعليمية الطابع، وغالبا ما تكون العلاقة بين المعلم والمدير يشوبها كثير من الارتباك فينسب ذلك إلى المعلم وهذا الأخير يلصقها إلى نمط القيادة الديكتاتورية المعتمد من طرف المدير. (فاخر عاقل، 1985، ص 220).

## 6 – اكتظاظ الأقسام:

يمثل اكتظاظ الأقسام أحد العوائق الأساسية للمدرس عن أداء أدواره التربوية ويعتبر مصدر قلق له، إذ لا يتمكن في بعض الأحيان من إتمام درسه في الوقت المحدد ولا يتمكن من إيصال المعلومات و تحقيق أهدافه بالكفاية المطلوبة، وهناك معايير للأقسام البيداغوجية التي تعتبر نموذجية من حيث السعة اللون، الإضاءة، التهوية وعوازل الضوضاء وأن الواقع المدرسي المعاش في الجزائر و الذي يتسم بأعداد التلاميذ المتزايدة، أمام قلة المؤسسات التربوية يسبب ضغطا للمدرس (ناصر الدين زيدي، 2002 ص 148).

## 6 – 4 مصادر ضغط الممرضات:

التمريض هو الرعاية الشاملة للمريض من النواحي النفسية و الاجتماعية وهي مهنة تخدم المرضى و الأصحاء، وتهتم بوقاية المجتمع كله من الأمراض ورفع المستوى الصحي وكفالة الصحة للجميع (الزهراي سعيد وآخرون، 1991، ص 65)، و مهنة



التمريض هي مهنة تقدم خدمات للمجتمع ككل وتقوم على أسس ومعلومات ومعارف خاصة بها، ولها مهارات متخصصة لرعاية الفرد وأسرته بهدف الحفاظ على الصحة والوقاية من الأمراض، ويقوم بمسؤوليات هذه المهنة خريجات وخريجين من مؤسسات علمية معترف بها سواء على المستوى الدولي أو المحلي، وتخضع مهنة التمريض لقوانين العمل بالدولة، ويحكمها وينظمها لوائح وقوانين خاصة بها إن الضغوط التي تتعرض لها الممرضات في مهنتهن كثيرة ومنهكة، حيث تعد هذه المهنة من المهن الشاقة وخاصة في أقسام الطوارئ، فضلا عن عملهن في أوقات مختلفة وساعات طويلة، وتلك الساعات تعزلهن عن وتيرة الحياة الاجتماعية، أما أقسام العمل الأخرى وخاصة تلك التي يزداد فيها المرضى المحتضرون، وهم داخل غرفهم هذا الحضور والمشهد يصدم الناظر باستمرار، والموت مائل دائما هذا الحضور الدائم للموت يثير عند الممرضة إجهادا دائما وبشكل يومي (جان بنجمان ستورا، 1997 ص 46) والممرضة هي إنسانة مهنية لديها الحصيلة المعرفية والمهارة وبالنفس التي تمكنها من العمل في مختلف الوحدات الصحية بالتعاون مع أفراد الطاقم الصحي، وهي عنصر نشط في إدارة المؤسسة الصحية وإحداث التغييرات الإيجابية فيها ولديها الكثير من الأدوار التي تؤديها (محمد فرج الله مسلم أبو الحصين، 2010، ص 15).

ومن أهم مصادر ضغط الممرضات:

## 1 - طبيعة العمل

بالرغم من أن مهنة التمريض مهنة إنسانية ويطلق على حاملة المهنة ملاك الرحمة، إلا أنها مليئة بالمشاكل و الصعوبات، فمهنة الممرضة وما تقوم به من عمل لا نستطيع الاستغناء عنه ومؤثر في حياتنا الاجتماعية، فهي تضحي بوقتها وصحتها وبيتها من أجل صحة المرضى وتلبية متطلباتهم، ولكن المرضى يقابلونها بالصراخ في وجهها ونعتها بأسوأ الألفاظ فهي تتحمل كل هذا، أضف إلى ذلك أن الممرضة تقع بين خيارين أحلاهما مر، إما أن تتعامل مع مرضاها ومن حولها بشدة وقسوة، وهذا يتنافى مع طبيعة مهمتها الإنسانية، إما أن تتعامل بدرجة عالية من الإنسانية فيقطع الذي في قلبه مرض، إن مهنة التمريض من المهن التي تحتاج إلى الصبر والتفاني في العمل حيث أن العاملات في هذه المهنة يتعاملن مع مرضى قد غلبت عليهم مشاق و أوجاع الأسقام، مما يجعلهم يشعرون أنهم في حاجة إلى مزيد من العناية والثقة وبت روح الشجاعة في مواجهة المرض، وقد أشارت إلى ذلك عبلة مرجان في دراستها (1985) حيث اتضح أن المريض يتوقع من الممرضة أداء دور معين يساعده في

الاستشفاء ( هدى طاهر أحمد داود ، 2002 ، ص4).

## 2 - أعباء العمل وظروفه:

تحدث الضغوط في مجال التمريض عندما تدرك الممرضة التناقض بين حدث معين أو موقف في العمل وبين قدراتها على حل هذا الموقف، وتعرقل الإمكانيات والأدوات المطلوبة لتسهيل القيام بمهام العمل، وكذلك نقص بعض أنواع العلاج أو العمل بأماكن تحتاج لمهارات عقلية وجسمانية عالية مثل الرعاية المركزة أو العمليات، أو في أماكن مزدحمة بالمرضى وأيضاً قلة عدد الممرضات من أهم مصادر الضغوط المهنية في تلك المهنة كذلك الحوار العدائي بين الإدارة والموظفين، وهناك العديد من الضغوط التي تنتج عن عوامل بيئية مثل مناطق العمل المزدحمة والمزعجة وغير جيدة التهوية ونقص الإضاءة، وعدم وجود أمان وظيفي وكل هذه العوامل تؤدي إلى ارتفاع نسبة الغياب بين أفراد طاقم العمل، مما ينتج عنه انخفاض مستوى العناية بالمرضى.

إن مهنة التمريض تواجه مشكلات معقدة نتيجة غياب الهيبة المهنية وضعف الوضعية الوظيفية وصعوبة المهام وخطورة بيئة العمل التي تؤثر على ممارسي المهنة بشكل

سلبي (nasr abadi Şemamis peter et al .2006 . p50)

إن الظروف التي يعمل بها ممارسو مهنة التمريض في بيئة العمل تؤثر على مستوى الضغوط الواقعة عليهم (MCGWAN, 2001, p 48) فمهنة التمريض من المهام ذات الضغط العالي وهو ضغط سلبي نتيجة أن مسؤوليات العاملين فيها أكبر من قدراتهم وذلك لقلتهم وكثرة الغياب، وكثرة المشكلات المرضية الناتجة عن العمل في المهنة

إضافة لذلك فالمهنة تتطلب درجة عالية من المهارة والعمل مع أشخاص مختلفين كما تتطلب أحيانا توفير الخدمات على مدى أربعة وعشرين ساعة، وتتطلب مجهودا عاطفيا كبيرا (Mcvicar,2003,p35) ونظرا لمستوى الضغط العالي الذي تتعرض له الممرضات فإن نسبة ترك ممارسي التمريض للمهنة هي في مستويات عالية جدا، قد تكون الأعلى تاريخيا ففي أمريكا تجاوزت نسبة ترك الممرضات لأعمالهن (40 %) في بعض المؤسسات (Fealy ,2004,p 249) كما أن (41 %) من الممرضات العاملات في أمريكا غير راضيات عن مهنتهن الحالية و (22,7) % يخططون لترك مهنتهم السنة القادمة (Berhaus et al ,2001 ,p198) حيث أن طبيعة العمل التمريضي والقلق والتوتر وعدم الرضا الوظيفي عن بيئة العمل هي من أبرز العوامل المؤدية إلى ترك ممارسي التمريض للعمل (Stechmiller, 2002,p 533) فبيئة عمل التمريض بها مصادر كثيرة مولدة للضغط ، حيث أنها بيئة عمل تتطلب مستوى عال من المهارة والعمل كفريق في مجموعة مختلفة من المواقف وتوفير الرعاية على مدار اليوم، كما تتضمن كثرة التعرض للإرهاق النفسي والعاطفي في أداء المهنة، ومتابعة المرضى والتخفيف من حالات الضغط الشديدة والمتواصلة لذا لا بد من معرفة ظروف ومشكلات بيئة العمل التي تنتج مثل هذه الضغوط (Aiken et al , 2002 ,p288) كما أن من مخاطر هذه المهنة إمكانية التعرض للعدوى حيث يتعرض (45%) من الممرضات للعدوى في بيئة عمل المستشفى كما أن ممارسي مهنة التمريض الأعلى إصابة بين

المهن الطبية الأخرى وهو أمر شديد الخطورة حيث أن الإصابة بأدوات حادة شاملة للإبر تشكل (75%) من عدوى مرض الإيدز في بيئة العمل (English ,1992,p259)

### 3 – الرواتب والحوافز:

تعاني مهنة التمريض من مشكلات كثيرة منها أن الرواتب لا تتناسب مع عبء عمل الممرضة وقلة الحوافز المادية، والهجرة وغموض التشريعات والقوانين التي تنظم المهنة وبيئة وظروف العمل والإدارة التمريضية

### 4 – مشكلة العمل بالمناوبة :

مشكلة العمل الليلي حيث رفعت العديد من الممرضات شعار التحدي لممارسة العمل الذي بدأ الكثيرون يوصفونه بالعار أحيانا، وأحيانا بالخروج عن العرف و اليوم تواجه الممرضات خطرا من نوع آخر فلا قدرة لهن على تحمل أعباء مهنة يفضل البعض تحميلها مالا تتحمل، فالممرضة لا ترى زوجها إلا ساعات قليلة مما يثير الاختلاف بينهما، كما أن العمل الليلي متعب نفسيا ناهيك عن التعب البدني، وأحيانا تكون المناوبة لمدة تطول حتى تصل إلى شهر إضافة إلى مشكلة النقل وهي مشكلة يومية تواجهها الممرضة العاملة بالمناوبة، والتي يتبعها مشكل التأخر أو الغياب، وتتجر عنها الخصم من الراتب أضف إلى ذلك بعض التحرشات التي لا تتنافى مع أبسط الأخلاقيات العامة

التي يمارسها بعض المرضى 25/4/2012 h 11:00 [www.Shms.com](http://www.Shms.com)

إن العمل الليلي يوقع الممرضة أسيرة لصراع الدور عندما تترك أطفالها بسبب الواردات الليلية أو بقائها في البيت، وهي في حاجة مادية للعمل، وهذا التعارض في الأدوار يؤدي بالممرضة إلى الوقوع فريسة للضغط النفسي، وتشكل هنا نظرة المجتمع لعمل الممرضة شعورها بالضغط النفسي من خلال أدائها الذي يجب أن يتمثل في الأداء المهني، ويتعارض ذلك مع معتقدات المجتمع الذي تعايشه وهي جزء منه ومن تلك المعتقدات النظرة الدونية لعمل الممرضة، والذي يرتبط ارتباطاً متلازماً مع الضغوط التي تعاني منها (هدى طاهر أحمد داود، 2002، ص 4).

إن ممارسو مهنة التمريض يعانون من النظرة السلبية للمهنة والفهم الخاطئ لها، حيث ينظر المجتمع إلى مهنة التمريض نظرة متدنية، فنظرة المجتمع للمهنة من أهم أسباب العزوف عنها (باهر، 1991، ص 65)، كما أن التمريض لا يجد تقبلاً من العديد من العائلات التي لا ترضى لبناتها العمل بمهنة التمريض (French et al, 1994, p 161)

## 5 – تعدد الأدوار:

بالرغم من أن الممرضات أصبحن يشكلن طاقة هائلة في المجتمع من حيث العدد والقوة الممكنة، و من حيث النشاط إلا أن دورهن التمريضي لم ينتهي عن أدائهن لأدوارهن واهتمتهن الأسرية، مما أدى بهن إلى الوقوع فريسة للضغوط، والممرضة بما تقدمه للمجتمع من إسهامات إرشادية صحيحة ولما تهب لأبنائها من دعم وما يخلق لديها من صراع الدورين من ضغوط نفسية، كان جديراً أن ترقى إلى قمة الاهتمامات

البحثية، حيث أن مهنة التمريض قد تصدرت قائمة المهن الضاغطة ، فقد دلت نتائج دراسة علي عسكر وأحمد عبد الله (1988) التي بلغت عينتها (353) فردا من مختلف المهن كالتدريس والتمريض والخدمات الاجتماعية، إلى وجود اختلاف في مستوى الإحساس بالضغوط يختلف باختلاف المهنة فدرجة الضغوط لدى العاملين في مهنة التمريض تفوق مثيلاتها في المهن الأخرى (هدى طاهر أحمد داود، 2002، ص3) وبالرغم من الجهود الضخمة التي تبذلها الجزائر ودول العالم في تنمية وإعداد القوى البشرية في مجال التمريض إلا أن الإحصائيات تشير إلى العجز الكبير في إعداد العاملين في مهنة التمريض ، وإلى كثرة ما يعانونه من ضغوط ومشكلات (Hillhouse, Adler, 1997,p1781)

فممارسو مهنة التمريض يعتبرون من أكثر مجموعات الوظائف معاناة وهم أكثر مجموعة وظيفية تعاني من كثرة العمل وظغوطه، وعدم وجود توازن بين الحياة العملية والعائلية كما أنهم أكثر مجموعة تعاني من المرض ونسب تغيبهم تصل إلى (80%)

## 7 – أساليب إدارة وعلاج الضغوط المهنية:

7 – 1 أساليب للتكيف والوقاية من الضغوط: وهذه الأساليب يتبعها الفرد عند التعرض للمواقف الضاغطة حيث أنها تساعد على التكيف والسيطرة على هذه المواقف، كما أنها تمكن الفرد من مواجهة الضغوط المقبلة وهذه الأساليب كما يراها

Cherman كما يلي:

**– التعايش مع الضغوط:**

ويتطلب ذلك تفهما لنوع الضغوط وآثارها وعلاقتها بسلوك الفرد ويمكن إتباع هذه الطريقة في الزمن القصير ولكنها لا تعتبر صحية في الزمن الطويل.

**– الانسحاب من المواقف الضاغطة:**

يفضل بعض العاملين الانسحاب من مواقف الضغط وذلك لصعوبة التعامل معها أو لعدم مناسبة طرق أخرى، وقد يظهر ذلك في أخذ إجازة عارضة أو الذهاب مشياً على القدمين للمنزل وحيداً أو النوم أثناء العمل، ويصل الانسحاب إلى قمته فيسعى الفرد إلى تغيير وظيفته أو العمل الذي يعمل فيه أو تغيير الزملاء والعلاقات داخل العمل.

**– تفسير علاقة الفرد بالضغوط:**

ويعني هذا سعي الفرد إلى تفسير أنماط العلاقة بينه وبين عناصر العمل التي تسبب التوتر والضغوط وعناصر العمل، قد يكون الزملاء أو الرؤساء أو المرؤوسين أو العمل نفسه وطريقة أداء الفرد، والفرد السوي هو القادر على تحديد أو تغيير شكل العلاقات مع هذه العناصر، بشكل يحقق السيطرة والتكيف مع الضغوط.

**– تقبل الموقف وتخفيض الضغوط:**

وهنا يتقبل الفرد الضواغط وما تحدثه من الضغوط، ويحدث هذا غالباً لعدم إمكانية تغيير الموقف وهناك أساليب تخفض من درجة الضغط مثل الراحة الجسدية، التأمل



التركيز التمرينات الرياضية، التحدث مع الأصدقاء واستشارة المتخصصين في مجال الضغوط (محمد الصيرفي، 2008، ص ص، 135، 136).

## 7 – 2 علاج الضغط:

يمكننا أن نصف الأساليب والأدوات الكثيرة المصممة من أجل معالجة ضغط العمل أو المساعدة على تحمله إلى فئتين:

### 7 – 2 – 1 الأساليب الفردية:

وهو ما يستطيع الفرد استخدامه من أجل تخفيض مستوى التوتر والضغط عليه، حيث تم تصميم أساليب من أجل تغيير أنماط سلوكية معينة للعاملين، أو من أجل تغيير حالتهم النفسية أو الفيزيولوجية ومن أشهر هذه الأساليب برامج الرياضة والحمية الغذائية، بغرض تحسين صحة العاملين (رونالدي ريجيو، 1999، ص 303)

### – الاسترخاء:

تهدف أساليب الاسترخاء إلى إعادة التوازن والراحة والنشاط، الذي يتحقق إما بطريقة فسيولوجية وتسمى أسلوب من الخارج إلى الداخل أو من خلال التركيز على داخل الجسم (صورة رمزية أو نفسية).

**– التأمل:**

يختار الفرد وضعا مريحا ويحاول أن يتخلص من الأفكار المتضاربة في ذهنه ثم يقوم باختيار كلمة يرددتها مرة بعد مرة، وهدفها الوصول للاسترخاء التام والعميق.

**– ممارسة الرياضة بشكل منتظم:**

تعتبر من الوسائل الفعالة للتقليل من الضغوط ولكي تكون فعالة يجب أن تدور حول الرياضات الخفيفة التي لا تتطلب عملا مكثفا من الرئتين والقلب، كما يجب أن تمارس بشكل منتظم وبفترة زمنية تتراوح من (10-30) دقيقة لكل مرة (على الأقل 3 مرات أسبوعيا) وتشير الدراسات ضمن هذا الإطار إلى أن التأثير الرئيسي للممارسة المنتظمة هو الحماية ضد أمراض القلب والتوتر الزائد، يضاف إلى ذلك أن التمرين المنتظم ينمي الثقة بالنفس والنشاط والرغبة في الحياة، وهي عناصر مهمة في علاقة الشخص مع الآخرين في المجتمع(علي عسكر، 2005، ص ص، 97 (98).

**– نظام غذائي صحي:**

في ضوء الحقائق فإنه من الصعب أن يقلل الفرد من أهمية الغذاء للصحة العقلية والجسدية للإنسان، وبصورة عامة ينصح المتخصصون بتناول المجموعات الغذائية بشكل معتدل، مع تقليل اللحوم والمواد الكربوهيدراتية، وكما ينبغي الابتعاد عن

المواد الغذائية الاصطناعية، والتقليل من المنبهات والامتناع عن التدخين، (علي

حمدي، 2008، ص 179)

## 7 – 2 – 2 طرق علاج الضغط من جانب المنشأة:

نستخلص من نتائج الدراسات السابقة في مجال بحث طرق علاج ضغط العمل من

جانب المنشأة أن هناك مجموعة من الطرق التي يمكن للمنشأة أن تقوم بها لعلاج

ضغوط العمل المتواجد في بيئة عملها ويمكن تلخيصها في:

– وضع فرص الترقى بالهيكل التنظيمي للمنظمة.

– دراسة مسببات الضغوط بالمنشأة عن طريق اجتناب بؤادر الأزمات قبل حدوثها.

– تحقيق نوع من العلاج الوقائي للضغوط.

– إتباع الأساليب الحديثة لتقييم الأداء

– الاهتمام بوسائل خلق الانتماء للمنشأة وإعداد برامج تدريبية عن الضغوط عن

طريق إتاحة فرص مناقشة مسببات الضغوط.

– إحداث راحة نفسية وجسمية للأفراد في أثناء الدورة.

– إعداد برامج تدريبات التحليل الذاتي

– الاتجاه نحو المشاركة في إتخاذ القرارات (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2002، ص

ص، 221، 222)

## الفصل الثالث

### الرؤى النظرية المتعلقة بالتوافق الزوجي

- 1 - تعريف التوافق الزوجي
- 1 - 1 تعريف التوافق
- 1 - 2 تعريف الزواج
- 1 - 3 تعريف التوافق الزوجي
- 2 - مجالات التوافق الزوجي
- 3 - النظريات المفسرة للتوافق الزوجي
- 4 - العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي
- 5 - آثار التوافق الزوجي
- 6 - قياس التوافق الزوجي
- 7 - معوقات التوافق الزوجي

## 1 - تعريف التوافق الزوجي:

## 1 - 1 تعريف التوافق:

التوافق مفهوم مركزي في علم النفس بصفة عامة وفي الصحة النفسية بصفة خاصة فمعظم سلوك الفرد هو محاولات من جانبه لتحقيق توافقه، إما على المستوي الشخصي أو الاجتماعي (عبد الحميد الشاذلي، 2001، ص 55)، ويعرفه قود كارتر Good Carter بأنه عملية اكتشاف وتبني أساليب من السلوك تكون ملائمة للبيئة وللمتغيرات فيها (Good Carter, 1973, P13)، والتوافق هو قدرة الفرد على تحقيق إنجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته بطريقة سوية يرضى عنها المجتمع والثقافة التي يعيش ضمن إطارها، ومن ثم يعيش الفرد متوافقا في الأسرة والعمل وفي التنظيمات التي ينخرط فيها وهو في حالة انسجام وتناغم (محمد جاسم العبيدي، 2009، ص 14)، ويعرف التوافق كذلك على أنه العلاقة التي تحدث بين الفرد ومحيطه، وذلك حين ترضى دوافعه وحوافزه (فاخر عاقل، 1985، ص 14)، ويعرف كذلك التوافق بأنه الحالة التي يصل إليها العضو بعد التحرر من توتر الحاجة والشعور بالارتياح بعد تحقيق الهدف (عطا الله فؤاد الخالدي، دكار سعد الدين العلمي، 2009، ص 15)

من خلال التعاريف السابقة للتوافق يتضح أن التوافق مطلب ضروري يتعلق بحياة الإنسان لكي يعيش في حالة من الطمأنينة والاستقرار والراحة، والقدرة على فهم ذاته والتواصل الجيد مع الآخرين، وهو يشير إلى التوازن المتسق بين الكائن والبيئة

المحيطة به، بحيث ينمي الفرد قدراته ليصبح حاجاته المختلفة بطريقة ترضيه، سواء أكانت هذه الحاجات نفسية أو اجتماعية أو مادية بمستوى يرضي الدوافع الشخصية، ويضمن حالة التآلف مع البيئة التي ينتمي إليها، كل هذا في دينامية أخذ وعطاء ليضمن الإنسان الصحة النفسية والراحة.

## 1 - 2 تعريف الزواج:

الزواج في لغة القرآن، قال تعالى: « وإذا النفوس زوجت » سورة التكويد الآية (7) أي قرنت كل شعبة لما شايعت أي قرنت بأعمالها لأنه ليس في الآخرة تزويج.

(أحمد فراج حسين، 2004، ص10) وفي تفسير الجلالين النفوس زوجت أي قرنت بأجسادها، (جلال الدين محمد بن أحمد المحلي، جلال الدين عبد الرحمن السيوطي، بدون سنة، ص 23) ويعرفه وستر مارك Ewester Mark الذي يصف الزواج بأنه علاقة الرجل مع امرأة أو أكثر من امرأة، يقرها القانون أو العادات وتتطوي على حقوق وواجبات معينة تترتب على إتحاد الطرفين وعلى إنجاب الأطفال الذين يولدون نتيجة لهذا الزواج (غريب سيد، وآخرون 2001، ص25)، ويعرف الزواج على أنه علاقة شخصية بين فردين مستقلين لكل منهما شخصيته المتميزة هما الزوج والزوجة (مجلة علم النفس، 1996، ص120).

ويعرف الزواج أيضا على أنه نظام اجتماعي يتميز بقدر من الاستمرار والامتثال للمعايير الاجتماعية (سناء الخولي، بدون سنة، ص 50).

من خلال التعاريف السابقة للزواج نجد أن الزواج بالرغم من أنه يعد مصطلحا شائع التداول لدى معظم الناس ويبدو أمرا غاية في الوضوح، إلا أن هذا المفهوم يحتاج إلى تعريف يضبط حدود دلالاته وباختلاف التوجهات الفكرية وتباينها أحيانا في تحديد مفهوم الزواج فمنهم من يعتبر الزواج كنظام اجتماعي، له دعائمه وأسسهِ وعلاقاته التي تربط أسرتي الزوج والزوجة وأدوار متشابكة ومتعددة، وهناك من يري أن الزواج علاقة شخصية تربط الرجل بالمرأة، وبناءا على هذه العلاقة الثنائية تتحدد أدوارهما ، وبما أن الهدف من الزواج هو تكوين أسرة، والتي نعتبرها اللبنة الأساسية في بناء المجتمع كان الزواج يعبر عن علاقة بين طرفين، الرجل والمرأة تحكهما ضوابط اجتماعية وقانونية ودينية، وهي مرتكزات تؤسس هذه المؤسسة الاجتماعية.

### 1 - 3 تعريف التوافق الزوجي:

للتوافق الزوجي تعريفات عديدة نذكر منها:

التوافق الزوجي هو التفاعل الثنائي الإيجابي بين الزوجين المبني على المحبة والمودة وإشباع الحاجات الأساسية والثانوية، بلا خلافات أو اضطرابات حادة تؤرق حياتهما (ماهر محمود عمر، 2008، ص 372) والتوافق الزوجي يتضمن السعادة الزوجية



والرضا الزوجي ويتمثل في الاختيار المناسب للزواج والاستعداد لتحقيق الحياة الزوجية والدخول فيها، والحب المتبادل بين الزوجين والإشباع الجنسي وتحمل مسؤوليات الزوجية والقدرة على حل مشكلاتها والاستقرار الزوجي (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص ص، 62، 63)، وهو حالة تتضمن قضاء الحاجات النفسية والعاطفية للزوجين مما يعطي استقرارا نفسيا وعاطفيا والرحمة المتبادلة، والإحساس بالاهتمام والإحساس بالمسؤولية وتقدير الذات وتوكيدها من خلال تأدية الواجبات ونيل الحقوق

<http://www.rabitat.alwaha.net/moltaqa/shaw.thread.php>

?25/02/2009 h 04:45

والتوافق الزوجي في مفهومه العام يتضمن التحرر النسبي من الصراع، والاتفاق النسبي بين الزوج والزوجة على الموضوعات الحيوية المتعلقة بحياتهما المشتركة، وكذلك المشاركة في أعمال وأنشطة مشتركة وتبادل العواطف (سناء الخولي، 1999، ص، 210)، ويتمثل التوافق الزوجي في نجاح العلاقة الزوجية في وظائفها ومهامها، والتي تتمثل في تأمين العيش المشترك والسكن والحب وتلبية الرغبات النفسية والعاطفية والجنسية للطرفين، وكذا إنجاب الأطفال وتربيتهم، وفي تلبية متطلبات المنزل والمعيشة، وفي تحقيق المتطلبات والأدوار الاجتماعية المتنوعة.

<http://rb.7cc.com/t/805058.html> 15/06 /2009 h 12 :58

وكذا يعرف على أنه الميل النفسي المعبر عن المحبة والمودة والاتفاق والعلاقة الطيبة الحسنة السليمة بين الزوجين وبقية أفراد الأسرة، (أحمد مبارك الكندري 1992 ص، 182)

إذن الأصل في التوافق الزوجي أن يتحقق لكل من الزوجين الاستقرار الأسري والشعور بالرضا والسرور والرحمة بينهما كما قال تعالى « ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة » سورة الروم آية 21، أي أن الله تعالى من آياته الدالة على قدرته أن خلقت حواء من ضلع آدم وسائر الناس من نطف الرجال والنساء لتسكنوا إليها وتآلفوها وجعل بينكم جميعا مودة ورحمة.

(جلال الدين محمد أحمد المحلي، جلال الدين عبد الرحمن السيوطي، 2005، ص 406)، وخلق تلك الزوجة ليسكن إليها، والسكن أمر نفساني وسر وجداني يجد المرء فيه سعادة لشمل المجتمع وأنس وخلوة، التي لا تكلف فيها وتلك من الضرورات المعنوية التي لا يجدها المرء إلا في ظل المرأة، إن القرآن بهذا النص يضع أسس الحياة العاطفية الهائلة الهادئة، فالزوجة ملاذ للزوج يأوي إليه بعد جهاده اليومي في سبيل تحصيل لقمة العيش، ويركن إلى مؤانسته بعد كده وجهده وسعيه ودأبه يلقي في نهاية مطافه بمتاعبه إلى هذا الملاذ إلى زوجته التي ينبغي أن تتلقاه فرحة مريحة مطلقة الوجه ضاحكة الأسارير يجد منها آئذ أذن صاغية وقلبا حانيا وحديثا رقيقا حلوا يخفف عنه ويذهب ما به فالزوجة سكن لزوجها ليسكن إليها، يروي ظمأه الجنسي في ضلال من الحب والمودة والطهارة فيسكن القلب عن الحرام وتسكن الوجدان عن الترددي في حماة الرذيلة والانزلاق في مهاوي الخطيئة (محمود مهدي الاستبولي، دس، ص 27)، وعرفته سوزان إسماعيل بأنه إشباع الحاجات الأولية ووسيلة للتعاون الاقتصادي والتجاوب

العاطفي، بالإضافة إلى القدرة على نمو شخصية كلا الزوجين معا في إطار التفاني والإيثار والاحترام والتفاهم والثقة المتبادلة، وإلى قدرة الزوجين على تحمل مسؤولية الزواج، وحل مشكلاتها ثم القدرة على التفاعل مع الحياة (الطاهر محمود، 2004، ص 582)، ويقصد به أيضا تساؤل يطرح عن طبيعة العلاقة التي تربط الرجل بزوجته وقد اعتبر بعض النقاد أنه من غير الممكن قياس التوافق الزوجي، لأن مايراه البعض مرضي قد يراه الآخر مدعاة لليأس والشقاء (سعيد محمد عثمان، 2009، ص 32) ولكي يتحقق التوافق الزوجي على كل زوج أن يعمل على تحقيق حاجات الطرف الآخر وإشباع رغباته وليس ذلك فقط، بل عليه أن يشعر كل طرف الطرف الآخر بهذه المشاعر الإيجابية، وبأنه حريص على سعادته وهنائه، وأنه لا يدخر وسعا في عمل كل ما يشيع البهجة في نفسه، وعمل كل ما يمكن عمله لتستمر مؤسسة الزواج قائمة مؤدية لواجباتها، وعادة ما يكون تحقيق التوافق الزوجي ميسورا إذا كان كل من الزوج والزوجة يحتفظ بعاطفة إيجابية نحو الآخر (علاء الدين كفاي، 2008، ص 62)، وقد وضع بيرجست Burgest و والين Wallin قائمة للتوافق بين الزوجين تؤكد الحاجة إلى التفاهم المتبادل، أو الاتفاق العام والميول والنشاطات المشتركة وتبادل الحب وتحقيق إشباعات الزواج وانعدام الشعور بالتعاسة والوحدة.

والقائمة التي يقترحها لقوى النمو والتكامل في مقابل الإحباط والتفكك في العلاقات بين الزوجين تبدو فيما يلي: (محمود حسن، 1981، ص ص 193 ، 194).

الجدول رقم (3) يوضح قائمة بيرجست ووالين للتوافق بين الزوجين

الإحباط والتفكك	النمو والتكامل	نوع العلاقة
<b>1 العلاقات الودية</b>		
لامبالاة كراهية	الحب المتبادل والتعلق	الحب والتعلق
عدم الإشباع	الإشباع والاستمتاع	العلاقات الجنسية
عواطف متباعدة	تبادل العواطف	الراحة النفسية المتبادلة
الاختلاف	الاتفاق	
<b>2 نمو الروابط</b>		
الاصطدام والصراع	الامتصاص والابتكار	التفاعل الثقافي
الضيق والصراع	التعزيد والعمق	المبول والقيم
الهروب إلى نشاط خارج	المتعة المتبادلة في النشاط	الالتحام بالمحيط الأسري
الأسرة	الأسري	
<b>3 الرابطة في ديناميتها</b>		
أوتوقراطية أو فردية	المشاركة والديمقراطية	إتخاذ القرارات
عدم تكيف أحد الزوجين أو كليهما	التكيف المتبادل	التكيف

ومن خلال التعريفات السابقة للتوافق الزوجي نجد أن أغلبها تتفق على أن التوافق الزوجي يعبر عن علاقة تربط الزوج والزوجة، يسودها الحب المتبادل وإشباع الحاجات والمودة ونقص الخلافات والرضا، فالعلاقة الزوجية علاقة مقدسة وهي

مؤسسة اجتماعية تتضمن مفاهيم ومرتكزات السعادة في الحياة، فالاختيار المناسب للزواج، والثقة المتبادلة بين الزوجين والاحترام كلها مفاهيم عندما تكتنف الحياة الزوجية تجعل أطراف العلاقة يشعرون بحالة الرضا، وحالة الرضا هذه تجعلهم يتحررون من صراعاتهم ويحاولون فك مشكلاتهم، فالاستقرار الزوجي والمشاركة في تأمين العيش الكريم الذي يعد مسؤولية الزوج والزوجة، والتعاون والتفاهم والإيثار يجعل الزوجين في حالة راحة نفسية، وتدعم المشاعر الإيجابية بين الزوج والزوجة حيث يؤثر الواحد منهم الآخر، ويكون له سندا في حياته بمسراتها ومضراتها، أضف إلى ذلك إنجاب الأطفال وتربيتهم مما يضيفي السعادة على الزوجين، والتكاتف لأداء الأدوار المشتركة والمتنوعة وتحمل المسؤوليات، لذلك فالتوافق الزوجي أساس الحياة والأسرة لأنه يضمن حياة مستقرة مفعمة بالعطاء والإشباع على مستوى الزوجة والزوج وكذا الأبناء، وترجع فوائد التوافق الزوجي على تنمية المجتمع وبنائه، لأن الأسرة المتوافقة زواجيا أسرة تعطي أكثر للمجتمع أفرادا صالحين أسوياء منتجين .

**2 - مجالات التوافق الزوجي:**

يظهر التوافق الزوجي في العديد من المجالات نذكر أهمها:

**2 - 1 التوافق الديني:**

هو تحكيم لدين الله في الحقوق والواجبات لكل من الزوجين وهذا يقطع دابر الخلاف ويتيح للسعادة مجالا في بيت الزوجية، ذلك أن الاحتكام إلى مقاييس ربانية صنعها رب العالمين يجعل في النفس راحة في الأخذ بها والوقوف عند حدودها، ولن يكون هناك كآبة أو خصام أو خلاف إذا روعيت من الطرفين كليهما (عبد البارئ محمد داوود، 2005، ص 22)، إن أول أساس وضعه الإسلام لاختيار شريكة العمر أن تكون صاحبة دين ذلك أن الدين يعصم المرأة من الوقوع في المخالفات، ويبعدها عن المحرمات فالمرأة المتدينة بعيدة كل البعد عن كل ما يغضب الرب ويدنس ساحة الزوج، من أجل ذلك بالغ الإسلام في حث الزوج على اختيار ذات الدين، وحثه على البحث عنها في كل بيت مسلم أمين، فهاهو ذا رسول الله صلى الله عليه وسلم يبين أصناف الناس في اختيار المرأة ثم يدل على الصواب فيقول (تتكح المرأة لأربع لمالها ولجمالها ولحسبها ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك) رواه البخاري.

وينصح صلى الله عليه وسلم أمرا ناهيا في قوله (لا تزوجوا النساء لحسنهن فعسى

حسنهن أن يرديهن، ولا تزوجوهن لأموالهن عسى أموالهن أن تصغيهن، ولكن

تزوجهن على الدين ولأمة سوداء خرماء ذات دين أفضل (رواه ابن ماجة)

[www.egyptladies.net/vb/t175543.html](http://www.egyptladies.net/vb/t175543.html) 23/6/2013 h 10:24

وبما أن الدين هو في الحقيقة دعوة إلى التوافق مع الذات أولاً ثم مع الآخرين ثانياً وفي ذلك يقول السيد محمد حسين الشيرازي من الضروري فهم روابط الحياة، فإن الله سبحانه وتعالى جعل الحياة ذات روابط خاصة، فالإنسان تربطه مع المجتمع روابط خاصة ومع نفسه روابط خاصة أيضاً، ومع أفراد أسرته روابط خاصة وكذلك في العمل روابط خاصة لكنه يعد مصدراً لمعيشته و يحقق ذاته به، فهو يتوافق من خلال هذه الروابط بطريقة متفاوتة، وربما كانت الرابطة الدينية هي إحدى الروابط للبشر منذ فجر التاريخ، هذه الرابطة استطاعت أن تحسن سلوك البعض من البشر.

[annabaa.org/nbanewes/50/011.htm](http://annabaa.org/nbanewes/50/011.htm) 23/6/2013 h 10:38

إن التوافق الديني يعتمد بنحو أساس على حسم الصراع من خلال الإيمان بالعقائد التي تكون من مجموعة الأصول والمرتكزات التي يؤمن بها معتقدوا هذا الدين أو ذلك.

## 2 – 2 التوافق الاجتماعي والثقافي:

فالحياة الزوجية تتضمن تكوين أساليب مشتركة للحياة في الأكل والنوم والإنفاق والكسب، عندما ينتمي الزوجان إلى أسر متماثلة تسود فيها عادات سلوكية متشابهة تصبح الحياة المشتركة سهلة، أما إذا كان كل من الزوج والزوجة ينتمي إلى بيئة اجتماعية متباينة كل التباين، فإن عملية التوافق تصبح أكثر صعوبة (محمد قاسم عبد الله،

2001، ص 417)، ولقد أجرى (Budhavani Damj 1998) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير عمليات التبادل الثقافي على التوافق النفسي و الزوجي، ومدى التقارب الثقافي بين الأزواج من نفس الخلفية العرقية، وتكونت العينة من (86) زوج من الأزواج واستخدم مقياس التوافق الزوجي، وتوصل إلى أن الأفراد ذوي الخصائص المتكاملة تمتعوا بتوافق أفضل في الحياة الزوجية، كما أن الأزواج ذوي التقارب الثقافي لم يعانون من درجة أعلى للاكتئاب، أو درجة أقل من التوافق الزوجي مقارنة بالأزواج ذوي السمات المنسجمة للتقارب الثقافي، كما أن الثقة بالذات توسطت التأثيرات الخاصة بالضغط المرتبطة بالتبادل الثقافي لدى الأزواج ذوي السمات غير المتناغمة للتبادل الثقافي وخاصة الزوجات، أي أن الزوجة تواجه خطر مشكلات التوافق الزوجي (عبير محمد الصبان، 2007، ص 12)، حيث يرى أصحاب الاتجاه الاجتماعي أن عملية التوافق تحدد بالرجوع إلى النماذج والأنماط والثقافة، و المعايير الاجتماعية السائدة في المجتمع وكلما اقترب الفرد من هذه النماذج والأنماط والمعايير واستطاع مسايرتها وكان أكثر توافقاً، وكلما انحرف عنها قلت درجة توافقه (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2001، ص 88)، أما مينجر Minnesinger وبوهيم Boheim و محمود الرايدي يرون أن التوافق هو القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، مثمرة وممتعة نسبياً الأمر الذي يجعل من الفرد شخصاً نافعا في محيطه.



## 2 - 3 الحب والعاطفة:

لكي تكون الحياة الزوجية ناجحة ومثالية لا بد من جو الحب الذي يسود بيت الزوجية فكيف لعملية جنسية أن تتم بنجاح بين زوجين متنافرين لا تربطهما رابطة الحب والألفة، فالحب العاطفي الجياش والمتبادل بين الزوجين من الأمور التي امتن الله سبحانه وتعالى بها عبده (ناصر إسماعيل محمد إسماعيل، 2007، ص 297)، ويعتبر الحب المتبادل عاملا مهما ومظهرا أساسيا من مظاهر التوافق الزوجي، حيث ذكرت فاطمة فهمي (2005) أنه مطلب لنمو الشخصية السوية، حيث توجد في الزواج مشاعر تصاحب العلاقة بين الزوجين حيث يشارك كلاهما الآخر، وكما يشعر كلاهما بتحقيق الحاجات الشخصية والقدرة على تلبية حاجات الطرف الآخر، هذا وأشارت عائشة ناصر (2007) إلى أن الحب فن يمكن تعليمه وتنميته، وأن له أهمية كبيرة حيث يوفر التغذية السيكولوجية لكلا الزوجين في علاقته بالآخر، وكذا الأبناء مما يساعد في تحقيق التوافق النفسي وكذا التوافق الزوجي، حيث يشعر الزوجان بالدفء والأمان فيقبل كل منهما تصرفات الآخر، ويضحى من أجله ويتقبل سلوكياته مع استمرارية النصح و التوجيه بأسلوب مناسب. <http://bafree.net> 30/01/2012 h10:20

وتدل دراسات عديدة على أن للحب أثر كبير في حياة المرأة وأنه أكثر من القوة، وأن المرأة تهتم أكثر بالحب أكثر من اهتماماتها بالإنجاز الفردي في مجالات العمل والسلطة، وهناك العديد من الدراسات التي أجريت على موضوع الزواج وعلاقته،

ووجد أن المرأة تضع كثيراً من الاهتمام و الأهمية على العلاقات الشخصية المتبادلة، ولذلك نراها أكثر تأثراً من الرجل في حالة وفاة زوجها، ويرجع اهتمام المرأة بالعلاقات الشخصية إلى ظروف ثقافية، أي إلى ما يسود المجتمع من القيم والعادات والتقاليد والمثل والأعراف والفلسفات واللغة والقيم..... الخ (عبد الرحمان العيسوي، 2004، ص، ص 53 ، 54 )، ويعتقد جون أن لدى كل من الرجال والنساء ست حاجات فريدة على قدر متساو من الأهمية، حيث تتمثل حاجات الحب لدى الرجل في الثقة، والتقبل، والتقدير، والإعجاب، والاستحسان، والتشجيع وتتمثل حاجات الحب لدى النساء في الرعاية، والتفهم، والاحترام، والإخلاص، والتصديق والطمأنينة، ومن المؤكد أن كل الرجال يحتاجون إلى حاجات الحب الموجودة لدى النساء، ولكن بعد إشباع حاجاتهم أولاً، وكذلك فإن النساء يحتجن إلى حاجات الحب الموجودة لدى الرجال ولكن بعد إشباع حاجاتهن أولاً. (فرحات بن سالم بن ربيع الغزي، 2009، ص، 46).

## 2 – 4 التوافق الجنسي:

يلعب الجنس دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد وأثراً في سلوكه وعلى صحته النفسية، وذلك أن النشاط الجنسي يشبع كل من الحاجات البيولوجية والسيكولوجية والحاجات الاجتماعية، وإحباطه مصدراً للصراع والتوتر (عبد الحميد محمد الشاذلي، 2006، ص 62) والتوافق النفسي الجنسي يعني أن كلا من الزوجين المتوافقين يستوفي حاجاته من الآخر ويشبعه وبالتالي يسعد الطرفان باستمرار العلاقة، والتوافق في العلاقة الزوجية

شيء مهم جدا لأن هناك حاجات لا يمكن أن تلبى إلا من خلال هذه العلاقة، ومنها الإشباع العاطفي الجنسي والتوافق تظهر بوادره منذ اللحظات الأولى للتعرف فيشعر كل طرف بالراحة والسعادة في وجود الآخر ويسعى كل طرف لتلبية احتياجات شريكه، ويشعر كل منهما أنه لا يحتاج أي شيء من طرف آخر ليكمل به نقصا عنده ، وحين يستقر التوافق بين الزوجين ويتأكد، نجد أن كلا منهما لا يجد نفسه إلا مع الآخر فلا يمكن أن تتحرك مشاعره أو تتحرك ميولاته الجنسية إلا مع شريك حياته ، فهو بالتالي لا يستطيع إلا أن يكون وفيا ومخلصا لشريكه أو بمعنى آخر هي حالة من الإخلاص اللإرادي، لأنه لا يقدر على الخيانة حتى ولو أتاحت له فرصتها.

www.elazayen.com a(14) htm .24/8/2011

والجانب الجنسي أمر ضروري وحيوي في حياة الفرد لهذا ذكرت نادية إميل (1976) أن الجانب الجنسي أمر نسبي يختلف من زوج لآخر، بل إن عدم التوافق الجنسي ينافي حدوث المشكلات والشقاق بين الزوجين، كما أنه يعتبر نتيجة ومظهرا للخلافات بين الزوجين، كما أشارت هالة سيد (1998) إلى أن التوافق الجنسي مهم في تحقيق التوافق الزوجي، وإلا فلا وجود للتوافق الزوجي ومع ذلك فلا وجود للعلاقة العاطفية المثلى بين الزوجين، حيث أشارت فاطمة فهمي (2005) إلى أن ما يكون مشبعا لزوجين ما قد لا يكون كذلك لغيرهم، فالإشباع الجنسي يختلف باختلاف الميول والرغبات لدى الزوجين، والمهم أن يدرك كل زوج ما يرضي الآخر، لذلك لا بد من

التجديد في العلاقة العاطفية الجنسية، ومراعاة الاستعداد النفسي، فلا يتخرج أحد الزوجين في سؤال الطرف الآخر عما يشبعه جنسياً.

<http://bafree.ne> 30/01/2012 h10:20

إن القرآن الكريم قد أعطى للحياة الجنسية للزوجين قدرها الكافي وبين الأسس التي تقوم عليه، فإن من أعظم توجيهات القرآن العظيم أنه إذا تحدث عن مسألة جنسية يحيطها بهالة من التقديس، وسارع في تذكير المستمع بالله سبحانه وتعالى ووجوب مراقبته وتقواه كي يسود الاحتشام و الوقار والأدب فلا يغوص القارئ في أغوار الشهوة الحيوانية، نأخذ كمثال قوله تعالى « ونسأؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم وقداموا لأنفسكم واتقوا الله واعلموا أنكم ملاقوه » البقرة (293) و المستقرئ لألفاظ القرآن الكريم وتعبيراته في هذا الميدان كقوله « فالآن باشروهن » وقوله « أو لمستم النساء » و « فلا رفث ولا فسوق ولا جدال في الحج » وكذا قوله « ولا تقربوهن حتى يطهرن » والمنتبع لهذه الآيات السالفة يجدها ومثيلاتها تتسم بالإشارة والتلميح، ولعل القرآن يهدف من وراء تعابيره و إرشاداته تلك، أن يوجه الأنظار إلى لون من التربية الاجتماعية يربي بها الخلائق ويرشد بها الزوجين إلى أن التقائهما الجنسي يجب أن يحاط بسياج من الآداب والرقية والبعد عن المصارحة والمكاشفة، بل تكفي الإشارة أو اللمحة، أو إبداء الزينة و التجميل و التطيب (محمد مهدي الاستبولي، دس، ص 15).

## 2 - 5 التوافق الاقتصادي والمادي:

من المعروف أن لكل أسرة دخلا وإنفاقا، لكن انخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة قد يثير كثيرا من المشاكل الأسرية، للأفراد الذين لا يستطيعون إشباع حاجاتهم اليومية وحرمانهم قد يعرضهم للأمراض المختلفة، فيلاحظ أن فقدان المال يحدث نوعا من الحرمان يختلف عند الأغنياء عنه عند الفقراء، فالأول يفقد السلطة والحياة، والآخر يفقد الطعام، وفقدان السلطة أو المركز الاجتماعي يؤثر مباشرة في جرح الأنا وإصابتها قد تدفع الإنسان إلى الانتحار، وقد أسهم عمل المرأة في ميزانية الأسرة مما أدى إلى احتمال التوافق الاقتصادي للأسرة، الذي يتضح في زيادة الخدمات التعليمية والترفيهية وقضاء وقت الفراغ خارج المنزل (أحمد مبارك الكندري، 1992 ص، 185) وفي هذا الصدد يجب الإشارة إلى أن اتفاق الزوجين على أوجه إنفاق مال الزوجة ضرورة لكي يبتعدا عن الخلاف والمشاكل وكثيرا ما أدى الاختلاف بين الزوجين على مدخول الزوجة أو مالها إلى النزاع والتفريق وتشريد الأسرة، وكذلك الزوج فإنه لا يحق له الإضرار بزوجه وأولاده بإنفاق ماله عبثا، وقد جاء في الحديث الصحيح، «لأن تذر أولادك أغنياء خير من أن تذرهم فقراء يتكفون الناس» (محمد مهدي الاستنبولي، دس، ص 213).

## 2 - 6 الثقة المتبادلة بين الزوجين:

كلما توافرت الثقة بين الزوجين تحققت السعادة وراحة النفس حيث لا ظنون ولا ريب ولا سماع لأقاويل أو افتراءات، ولا يتم ذلك إلا في ضل تقوى الله وحسن مراقبته في السر والعلن، وفي الغيب والشهادة فيطمئن الزوج ويثق أن زوجته له وحده تحفظه في غيبته والعكس، لأن الزواج المبني على الشك والغيرة يستحيل أن يدوم (توفيق الواعي، 2006 ص، ص 35، 36)، لا يمكن أن تنشأ البيوت السعيدة بدون ألفة متبادلة بين أفرادها وفي مقدمتهم قطبا العائلة الزوج والزوجة ، فالثقة هي التي تترجم القول الكريم:

« هن لباس لكم وأنتم لباس لهن » البقرة (187)، ومن هنا تأتي الثقة ويفضي كل من الزوجين إلى بعضهما البعض فيتبادلا المشورة ويتقاسمان الأفراح كمثل ما يشتركان الهموم ومن جهة أخرى فإن أكثر ما يزعزع الثقة، افتراض سوء القصد أو التعامل بعناد، انطلاقا من مفهوم إظهار الذات أو القوة، والثقة تعني المساواة في البوح والإصغاء وعندما يثق الزوج بزوجته والعكس، تكون النتائج إيجابية في إرساء مناخ

من الألفة والود Almisk.net/ar/artcicle php ? id=2505 27/11/2012

وتعتبر الثقة عنصرا أساسيا في نمو الحب والاحترام بين أي زوجين لذا من الضروري جدا أن تكون هناك ثقة متبادلة بين الزوجين، وهذه الثقة يجب أن لا تكون آنية وإنما ثقة تمتد إلى جميع تفاصيل الحياة في الحاضر والمستقبل أيضا، ويؤكد علماء

النفس أن من أخطر المشكلات التي تواجه الأسرة خصوصا في بداياتها قضية فقدان الثقة بين الزوجين التي مردها بالدرجة الأولى إلى الكذب ولو أحيانا من أحد الزوجين بحجة أن ذلك كذب أبيض وهذا في الحقيقة له تأثير كبير في الحياة الزوجية، فإن الكذب مهما كان صغيرا يبقى كذبا يؤدي إلى إثارة الشك والقلق بين الزوجين.

[al-wefq-org/news.php?action=show&3774](http://al-wefq-org/news.php?action=show&3774) 7/4/2011

ولقد نهى النبي صلى الله عليه وسلم عن الكذب وشدد في ذلك لقوله (ص) « إياكم والكذب فإن الكذب يهدي إلى الفجور وإن الفجور يهدي إلى النار، وما يزال الرجل يكذب ويتحرى الكذب حتى يكتب عند الله كذابا » فالشك حالة انفعالية يشعر بها الفرد عندما يكون في حالة غيظ من نفسه أو من المحيطين به، وهي أيضا مزيج من انفعالات الغضب والخوف وحب التملك.

[www.ebnmaryam.com/vb/t30118.html](http://www.ebnmaryam.com/vb/t30118.html) 8/7/2010

### 3 – النظريات المفسرة للتوافق الزوجي:

تختلف النظريات المفسرة للتوافق الزوجي فيما يتعلق بالتوجهات الفكرية المتعلقة بالعلاقة الزوجية ومن هذه النظريات:

### 3 – 1 نظرية الحاجات التكميلية Theory of complementery need صاغ هذه

النظرية روبرت وينش Robert winch 1963 فيما يتعلق بالاختيار للزواج وتنطلق

من فكرة مؤداها، أن كل فرد يبحث من خلال مجالات اختياراته عن الذي يعطيه أو يمدّه بأعلى نسبة من الإشباع ، بمعنى أن الفرد يبحث عن الشريك الذي يكمل شخصيته فالرغبة في التكامل هي الدافع القوي للزواج، وفي هذه الحالة يكون نمط الحاجات لدى المتزوجين دائماً غير متشابهها، وهذا معناه أن الاختيار للزواج يتم وفقاً لمبدأ إشباع الحاجات الذي يعني أن الأفراد يميلون إلى اختيار أشخاص يشبعون حاجاتهم الشخصية، بأكبر قدر ممكن من الإشباع وهذا ليس معناه أن يكون هناك تطابق لنموذج كل من شخصيتي الشريكين وحاجاتهم، وأن يكون نموذج من الشريكين مكملًا للآخر أكثر منه متشابهها لنموذج الحاجات لدى الآخر.

(Geoff.thomes.1997.pp..849.839)

### 3 - 2 نظرية نمو الزواج:

يفترض بعض الباحثين في نظرية إريكسون في النمو النفسي الاجتماعي أن الزواج كالشخصية يمر بثمان مراحل، يحدث في كل منها تحولات في أفكار الزوجين ومشاعرهما وسلوكياتهما، فالتوافق الزوجي نتيجة التفاعل بينهما ووفقاً لمراحل النمو فإن التوافق خلال رحلة الزواج يمر بالمراحل التالية :



**أ/ مرحلة الإحساس بالثقة:**

ينمو الإحساس بالثقة بين الزوجين من خلال فهم كل منهما لحاجات الآخر، و تواصله معه عقليا ووجدانيا بطريقة تشعر الطرف الآخر بالاستحسان والتقدير والتعاطف معه والثقة فيه وحسن الضن به، وتعد السنة الأولى من الزواج فترة حرجة في بناء العلاقة الزوجية، وفي تحديد ما سيكون عليه الزواج في المراحل التالية:

**ب/ مرحلة الإحساس بالإرادة المشتركة:**

وفيها يواجه الزواج أزمة استقلال إرادة الزوجين وتحولهما من الاعتماد على الوالدين إلى الاعتماد على أنفسهما، وإثبات كفاءتهما في الحياة الاجتماعية وتقوية الروابط بينهما حتى يكونا معا بنيانا مرصوصا يشد بعضه بعضا في علاقة حميمية، وعندما يحس كل من الزوجين في هذه المرحلة بالإرادة المشتركة يعتبرها إرادته هو ويتخذ قراراته في الأسرة (بضمير نحن) فإنه يسلك سلوكات تؤكد ارتباطه بالزوج الآخر ويحرص على عمل ما يرضيه ويساعده في الحصول على حقوقه.

**ج / مرحلة الإحساس بالاندماج الاجتماعي بين الزوجين:**

بعد أن يثق كل من الزوجين في الآخر ويرتبط به وينمو وعيهما بإرادتهما المشتركة تزداد قناعة كل منهما بزواجه، ويسعى إلى اكتساب المهارات في أداء أدوار الزوجية والإبداع فيها وعمل كل ما هو جديد من أجل إرضاء الزوج الآخر، واكتشاف الأنشطة

التي تروح عن نفسه وتبعث فيه السرور وتبعد السأم عنه، مما يساعد على اندماجهما معا وجعلهما أكثر تعاوناً وأكثر تقبلاً في المجتمع.

#### د/ مرحلة الإحساس بالكفاءة في الزواج:

ويظهر في هذه المرحلة تنافس الزوجين في عمل الواجبات الزوجية والسبق في بذل الجهد من أجل تنمية الزواج والأسرة، ويغدو كل منهما عضداً للآخر ويسانده ويشد من أزره ويدفعه إلى النجاح والتفوق في سبيل الارتقاء بمستواهما الاجتماعي والثقافي والمهني.

#### هـ/ مرحلة الإحساس بهوية الزواج:

ينمو في هذه المرحلة الولاء والإخلاص للزواج والأسرة ويزداد اقتناع الزوجين بفائدة الزواج والأسرة ولأولادهما، وللمجتمع ويسعى كل منهما إلى التشابه مع الزوج الآخر، في الاهتمامات والاتجاهات ويجتهد في مسايرته والاقتراب منه وتحمل عيوبه.

#### و/ مرحلة الإحساس بالألفة:

و فيها يشعر الزوجان بالألفة والمحبة في زواجهما، وتغدو الروابط بينهما أكبر من أن تكون رباطاً جنسياً أو رباطاً مصالح بل رباط حب وعطاء وتضحية، ويجد كل منهما تحقيق ذاته في عمل أي شيء في سبيل الزوج الآخر.

**ز/ مرحلة الإحساس بالرعاية الوالدية:**

يصل الزواج في هذه المرحلة إلى العطاء أكثر من الأخذ وبذل الحب أكثر من طلبه، والتضحية من أجل الآخرين بدون مقابل فيزداد اهتمام كل من الزوجين بالعمل في سبيل رعاية الآخر والإنفاق عليه، والعناية به رغبة منه وحياله، فتسمو العلاقة الزوجية إلى مستوى الرعاية الوالدية في العطف والحنان وفي المودة والرحمة، ويجعل كل منهما الآخر أمانة في عنقه عليه حفصها ورعايتها وعدم تضييعها، ويشعر نحوه بعاطفة الأبوة أو الأمومة، فتحنو الزوجة على زوجها كأمه ويحنو الزوج على زوجته كأبيها، ويزداد في هذه المرحلة حب الأطفال وبذل الجهد في تربيتهم والعناية بهم والعمل من أجل الأسرة وتحسين ظروفها، ومع هذا لا يرتبط الإحساس بالرغبة الوالدية بالإنجاب أو عدمه.

**ح/ مرحلة الإحساس بالتكامل بين الزوجين:**

وهي أعلى مرتبة في نمو الزواج وفيها يتكامل الزوجان معاً، ويشعر كل منهما بعدم قدرته على الاستغناء عن الآخر ويتوحد معه ويدافع عن زواجه بكل قوة، ويدرك حرمة الزواج ويتمسك به ويرضى عنه ويشعر بالسعادة في علاقته الزوجية، ويوجد في زواجه الأمن والطمأنينة والسكن النفسي والمودة والرحمة، ويزداد ارتباطه بالزوج الآخر واندماجه (كمال إبراهيم مرسى، 1995، ص ص، 213، 227).

**3 - 3 نظرية الدور:**

يرى أنصار هذه النظرية أن التوافق الزوجي بمثابة اتساق في نسيج العلاقات داخل البناء الأسري، وأن الاضطراب الوظيفي يحدث حيث لا يتم هذا الاتساق ويرجع الصراع والتوتر في العلاقات الأسرية إلى منافسة المرأة للرجل في أدواره، فإذا كانت وظيفة الزوج تقليدية تحدد علاقة الأسرة بالمجتمع الخارجي، وأن المرأة تختص بأدوار الإنجاب والرضاعة والعناية بالأطفال وتحقيق الثبات الداخلي والاستقرار، فإن عدم تحديد الأدوار للجنسين لا يشكل خطراً على العلاقات بين الأفراد داخل الأسرة فقط، وإنما يهدد النسق الاجتماعي ككل، فمن وجهة نظرية الدور فإن التوافق في الزواج ينعكس في درجة ما تتوقعه الزوجة من زوجها وبين ما يدركه الزوج في زوجته، وينشأ عدم التوافق الزوجي من تعارض توقعات الدور لأحد الزوجين أو كليهما وهذا ما يسمى بتناقض الدور ويظهر هذا التناقض حين لا يتطابق السلوك مع المعايير التي يراها الأفراد مناسبة، وقد يرجع الخلاف الذي قد يحدث بين الزوجين إلى عدم تقابل الرغبات المختلفة والمتطورة للزوجين (سامية مصطفى الخشاب، 1993، ص 87).

**3 - 4 نظرية التبادل:**

تقوم هذه النظرية على التبادل الذي يعيشه الفرد بين المكافئة والتكلفة، حيث يشير «Burr» إلى أن المكسب الناتج عن التفاعل يؤثر على شكل العواطف بين الزوجين

فالعاطفة تكون إيجابية عندما يكون المكسب من تفاعل الزوجين على شكل مكافأة، أما إذا كان المكسب من التفاعل على شكل تكلفة فإن العاطفة تكون سلبية، وهذا يعني أن التفاعل إذا كان إيجابيا ومبني على الحب والعطف فإنه يقود إلى التوافق والتناغم بين الزوجين، أما إذا كان التفاعل سلبيا ويقوم على الخوف والتوتر فإنه يقود إلى مزيد من الشحناء والنفور بين الزوجين (عبد الله جاد محمود، 2006، ص15).

### 3 - 5 نظرية التوازن المعرفي:

تعد الاتجاهات قضية مهمة في الانسجام بين الزوجين، وأن الأزواج السعداء هم من انفتحت اتجاهاتهم، وينجم التوتر في العلاقات الزوجية بين الاتجاهات المتعارضة، حيث أن العواطف الإيجابية تتحول تدريجيا إلى عواطف سلبية نتيجة تباين هذه الاتجاهات، والرغبة اللاشعورية في التخلص من التوتر

### 3 - 6 نظرية التحليل النفسي:

يركز الاتجاه التحليلي في علم النفس على تاريخ العلاقات في تفسير السلوك، ويؤكد على تحليل العلاقات بين الأشخاص في محيط القيم الاجتماعية، وتظهر المشكلات الزوجية كسلوك يمثل صراعات الزوجين اللاشعورية، نتيجة الإحباطات البيئية في السنوات الخمسة الأولى من حياة الفرد فيبدي الزوجان أحدهما أو كلاهما ما تعرض له

من خبرات سيئة، في صورة إسقاطات على الواقع مما يكون لها الأثر السلبي على التوافق الزوجي (عبد الله جاد محمود، 2006، ص ص، 25، 26).

#### 4 – العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي:

##### 4 – 1 طفولة الزوجين:

تؤثر خبرات الطفولة لكل من الزوجين على توافقهما الزوجي سلبا أو إيجابا، فالطريقة التي عومل بها كلاهما في طفولته من والديه، ومدى تعرضه للثواب أو العقاب، فالأطفال الذين كانوا سعداء في طفولتهم ولم يتعرضوا للعقاب بسبب تدريبهم على النظافة والطعام، والذين تمتعوا من إشباع أو إحباط حاجاته الأساسية الأولية كالحاجة للطعام والشراب والتقبل والانتماء والأمان النفسي ولم يكونوا مكبوتين، كانت لهم علاقات زوجية جيدة والعكس، حيث أن الأزواج غير المتوافقين كانت طفولتهم غير مستقرة (سعيد حسين العزة , 2000، ص 171).

وقد أوضحت دراسة عبد الرحمان و دسوقي (1988) أن (74 %) من المتوافقين زواجيا كان تقييمهم لطفولتهم على أنها سعيدة أو سعيدة جدا، مقابل (1,55 %) من غير المتوافقين زواجيا وكذلك أسلوب التربية والتوجيه الذي يقوم على الحزم بدون قسوة، فقد أوضحت النتائج أن (60,7 %) من المتوافقين زواجيا مقابل (39,4) من غير المتوافقين زواجيا كان أسلوب التربية لديهم يقوم على الحزم بلا قسوة، وعلى ذلك

فإن الزوجين غير المتوافقين كانت طفولتهم غير مستقرة بالإضافة إلى أنهم يتميزون بالعصبية، فعلاقة الطفل بوالديه منذ الطفولة المبكرة هي التي تسمح له بأن يفهم معنى الحب، وهذه العلاقة هي التي ستحدد فيما بعد معظم انطباعه نحو الجنس الآخر، وأغلب مظاهر سلوكه في التعامل مع زوجه أو زوجته ويحاول أن يضلله بعطفه ويحيطه برعايته، (كمال إبراهيم مرسى، 1995، ص233)، إن أسلوب تعامل الوالدين مع الطفل لا يقتصر تأثيره على الحياة الزوجية بل يتعدى أثره إلى المجتمع وهذا يشير إلى الضرر الذي يسببه الإهمال داخل الأسرة للمجتمع وكذلك التسبب واللامبالاة فهذه الأشياء تؤدي بالطفل إلى إسقاطها على حياته خارج الأسرة في شكل إهمال لمسؤولياته وعدم الاهتمام بالنظام والانضباط (عبد العزيز صالح، 1974، ص159)، وفي هذا الصدد تؤكد الكثير من الأبحاث النفسية الاجتماعية مما لا يدع شكاً على أن السمات والخصائص الشخصية التي يتميز بها الفرد في مرحلة الرشد هي نتيجة لما اكتسبه بعد ولادته من أسرته، ونتيجة لتفاعله مع أساليب تربية معينة في محيط الأسرة.

كما يؤكد كبار الأطباء النفسيين والعلماء المختصين الذين وضعوا نظريات التربية أن خيال الابن أو البنت في العام الثالث يبدأ بتقمص سلوك الآباء و الأمهات، ويحتفظ الأبناء بالنماذج السلوكية التي يلاحظونها على آبائهم في خيالهم ونفسياتهم ثم تغدو سلوكاً تلقائياً في حياتهم الاجتماعية فإن كانت هذه النماذج صالحة ومعتدلة فهذا يدل

على أن شخصية الطفل سليمة تتوفر على الخصائص الكريمة والمحبوبة والعكس.  
(منير عامر، شرف عامر، 1989، ص 79)

#### 4 – 2 الاختيار الزواجي:

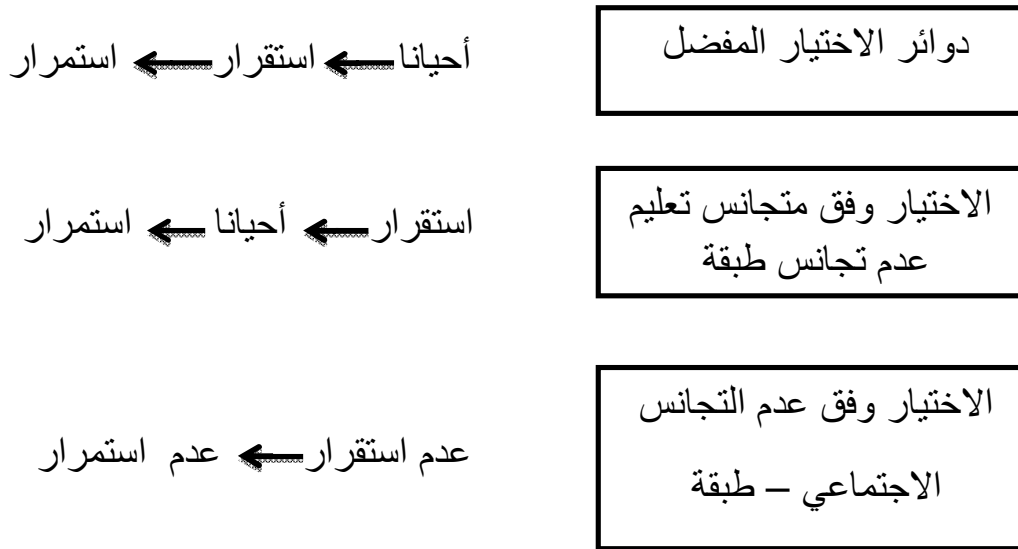
تعتبر مرحلة اختيار كل من الزوجين لقرينه من أهم مراحل تكوين أسس الحياة الزوجية وأعظمها تأثيراً، نظراً لما يترتب عليها من استقرار في الحياة الزوجية أو عدمه في المستقبل.

إن الاختيار للزواج هو الطريقة التي يغير بها الفرد وضعه من أعزب إلى متزوج. وهو سلوك اجتماعي فردا ينتقى من بين عدد من المعروضين، وقد جعلت أعراف الشعوب و تقاليدها الرجل هو المبادئ صراحة في عملية التودد إلى المرأة التي تنتهي بالزواج، لكن ذلك لا ينفي دور المرأة في تطوير العلاقة فهي ليست سلبية دائماً فيما قد يظن في الواقع، أن الزواج يتحدد برغبات الشخص بل وفق معايير المجتمع أيضاً سواء أكانت هذه المعايير واضحة جلية كما هو الحال في حالة التحريم و الإباحة، أو كانت تلك المعايير مستترة في شكل توقعات ومرغبات في أن يسير الاختيار للزواج وفق اتجاه معين، لهذا اختلفت عملية الاختيار للزواج وأنماطه باختلاف ثقافة كل مجتمع (عبد القادر القصير، 1999، ص ص، 121، 122).



والتوافق الزوجي مرتبط إلى حد كبير بالامتثال للمعايير الخاصة بالاختيار للزواج حيث يتم الاختيار في نطاق الدوائر المفضلة ومن ذلك التجانس الطبقي وكذا المستوى التعليمي، وغيرها من المتغيرات الاجتماعية والشكل التالي يوضح ذلك (أحمد زايد وآخرون ، د س ، ص 75).

شكل رقم (11) يوضح تأثير الاختيار للزواج على الاستقرار الزوجي.



#### 4 - 3 تشابه الزوجين في سمات الشخصية:

أشارت بعض الدراسات إلى أن ذلك يعد مؤشرا لارتفاع التوافق الزوجي ومن هذه السمات:

- (E) - تشابه الزوجين في عامل الانبساط.
- (A) - تشابه الزوجين في عامل الطيبة.
- (O) - تشابه الزوجين في عامل الانفتاح على الخبرة.

(C) – تشابه الزوجين في عامل يقظة الضمير.

(N) – وفي المقابل فإن تشابه الزوجين في عامل العصابية يرتبط بانخفاض التوافق

الزوجي (عبد الله جاد محمود، 2006، ص 30)، وتؤيد معظم الظواهر الخاصة باختيار

شريك الحياة بدرجة كبيرة أن التماثل أو التجانس في الخصائص الاجتماعية، يؤدي إلى

التوافق واستقرار الحياة الزوجية، وبالرغم من ذلك إلا أن الأشخاص قد يصبحون أكثر

توافقاً وسعادة إذا كانت خصائصهم النفسية غير متشابهة، فنحن في الزواج لا نسعى

نحو التجانس ولكن نحو التكامل والوحدة، وليس الغرض هو القضاء على اختلافات

وجهات النظر، ولكن الهدف هو تحقيق الوحدة بينهما، ولذلك يرى البعض أن

الأشخاص الذين استطاعوا تحقيق زيجات ناجحة هم أولئك الذين اختاروا شركائهم

بصفة عامة بحيث تكمل حاجاتهم الشخصية، وعلى الأقل فيما يتصل بحاجاتهم

الانفعالية، ويرى فينش Winch أن الأشخاص الذين يتميزون بالعدوان يميلون أحياناً

إلى الزواج من أشخاص يتصفون بالحياء والخجل (محمود حسن، 1981، ص ص،

217، 218)، وقد وضع سنترز «Senters» ست مجموعات من العمليات التي يمر بها

الأشخاص الذين بينهم علاقات عاطفية ناجحة، كانت أولها تحقيق الزوجين لإدراك

التشابه بينهما في الشخصية، وأشارت إجلال سري (1987) أن طبيعة العلاقة بين

التوافق الزوجي و الشخصية من العوامل التي تؤدي إلى توتر العلاقة الزوجية، وأن

شخصية الزوجة لها دور مهم في تدعيم الاستقرار الأسري أو خلق نوع من التوتر،

الذي قد يهدد هذه العلاقة، وتوصلت إلى أن التوافق الزوجي يرتبط ارتباطاً موجبا بمكونات الشخصية السوية لدى كل من الزوجين كما أشار Glenn Wilson, Jon Cousins إلى أن التوافق الزوجي يرتبط ببعض التشابه في سمات الشخصية (المؤتمر السنوي السابع عشر، 2007 ص02).

#### 4 - 4 الإجاب:

يعد وجود الأولاد في حياة الزوجين من العوامل التي تساهم في استقرار الأمن والطمأنينة في الوسط الأسري، وكثيراً ما يتعرض كيان الأسرة إلى الانهيار جراء عدم وجود الولد، فقد تحدث حالات الطلاق وافتراق بين الزوجين لعدم وجود الولد، ومما لا شك فيه أن وجود الولد في الأسرة يبعث على الفرح والسرور، ويكسب الحياة الزوجية الدفء والحنان لأن وجود و نمو ثمرة الزواج، يدعم الحياة الزوجية، كما أن الزوج والزوجة يعيشان وكلهما أملاً في أن يرزقهما الله ولداً، لأن ذلك من عوامل كمال الأسرة، لذا فإن لوجود الابن الدور الأساسي أيضاً وهو مظهر من مظاهر وحدة الوالدين، لأن وجود الأب والأم يتمثل في وجود أولادهما ويكسب الأولاد البناء الأسري استحكاماً أكثر، لأن الزوجين الذين يكون لهما أولاد قد تحصل لهما في مسيرة حياتهما بعض حالات سوء التفاهم، مثلاً فهما لا يفكران في الانفصال بسرعة وإن فكراً في ذلك فإن وجود الأولاد سيكون عاملاً وحدة الأسرة، وسيفكر كل من الوالدين بمصير الأولاد بعد الانفصال مثلاً (حبيب الله طاهري، 2003، ص 105).

كما يمكن الإشارة إلى أن المكانة الاجتماعية للفتاة الجزائرية لا تتحدد إلا بعد أن تتزوج وتصبح أما كما تقول صونيا رمزي أبادير، إن المرأة خلقت لتتزوج وتتجب أطفالا لزوجها (Sonia Ramzi Abadir, 1986, p 113).

ليس الإنجاب وحده يؤثر على درجة التوافق الزواجي بل كذلك جنس المولود يؤثر كذلك، فمثلا البنت في مجتمعنا الجزائري لا تستقبل بنفس الفرحة التي يستقبل بها ميلاد الابن، وهذا الأمر راجع إلى عادات وتقاليد اجتماعية ونظرة المجتمع السيئة للبنت، فمثلا في منطقة القبائل تطلق المرأة إذا كانت لا تلد إلا إناثا، وقد يضيف الزوج ضرة دون استشارة زوجته الأولى لتلد له ذكورا وعلى الزوجة الأولى تقبل وضعيتها الجديدة وأن تتحمل الإهانات الموجهة إليها، (Ait Amar Ousaid Yamuna, 1960 p 83).

لذا نجد الكثير من الأمهات تفضل الابن على البنت من جهة لترتفع قيمتها ومكانتها الاجتماعية، خاصة أمام عائلة زوجها فبالرغم مما أحرزته بلادنا من تقدم وازدهار في الميادين الاقتصادية والاجتماعية والثقافية، فإنه لا يزال الكثير من الناس الذين يفرقون بين الذكر والأنثى، والبنت منذ ولادتها عبئ ثقيل على الوالدين ويرتفع العبء إذا كان عددهن كبير، فيجب على الأم أن تحرص عليها وأن ترافقها إلى أن يحين زواجها ومن ثم يستمر التفكير فيها مثلا هل هي سعيدة في بيتها هل تشكو من شيء هل يعاملها زوجها وأهله معاملة حسنة هل ستصبح أم.....الخ، من الأسئلة التي تشغل بال الأم

(Lacoste Dujardin, 1987. p 196).

## 4 - 5 رعاية الحقوق والواجبات

تقوم الحياة الزوجية على دعائم أساسية وأهمها تحكيم الدين في الحقوق والواجبات لكل من الزوجين، ولن يكون هناك خصام ولا نكد ولا خلاف إذا روعيت من الطرفين كلاهما ( عبد البارئ محمد داوود، 2005، ص 22)، ويترتب على عقد الزواج الذي أطلق عليه القران، الميثاق الغليظ، مجموعة من الحقوق والواجبات المتبادلة تضمن تماسك الأسرة واستمرارية العلاقات الزوجية، وسيادة المودة والرحمة والتفاهم المتبادل، ويذهب الإمام الشيخ محمد عبده إلى أن الدين الإسلامي رفع النساء إلى درجة سامية لم تصل إليها أمة، سواء قبل الإسلام أو بعده ففي بعض الدول تحصل المرأة على نصف أجر الرجل على الرغم من أنها تقوم بنفس العمل المهني الذي يقوم به الرجل، كذلك بعض الدول تمنع المرأة من التصرف في مالها دون إذن زوجها، أما الإسلام فقد أعطى المرأة استقلالها الاقتصادي، ومنع الرجل من أكل مال المرأة فضلا عن تملكه أو التصرف فيه أو فرض الوصاية عليها، ولا يحق للرجل أخذ شيء من مال زوجته إلا عن طيب نفس منها، لقوله تعالى « فان طين لكم عن شيء منه نفسا فكلوه هنيئاً مريئاً » (نبيل السمالوطي، 1988، ص، 83).

وعموماً للزوجة على زوجها حقوق وللزوج على زوجته حقوق أهمها ما يلي:

#### 4 - 5 - 1 حق الزوجة على زوجها:

ونستهلها بـ حق العشرة لقوله تعالى « وعاشروهن بالمعروف فإن كرهتموهن فعسى أن تكرهوا شيئاً ويجعل الله فيه خيراً كثيراً » (النساء، الآية 19).

وكذا قوله « وللرجال عليهن درجة » (سورة البقرة، الآية، 228).

إن هذه الآية الأخيرة تدل على حقوق كثيرة للزوجة مقابل حقوق الزوج على زوجته، فمهما زادت حقوق هذا الزواج زادت بجانبها حقوق زوجته عليه ما عدا هذه الدرجة، قال الزجاج في تفسير هذه الدرجة تتال منه اللذة كما ينال منها، وله الفضل بنفقته عليها، أما الآية الأولى فقد قالت طائفة من الفقهاء يجب عليه أن يطأها بالمعروف كما ينفق عليها ويكسوها بالمعروف وهذا عماد المعاشرة (ناصر إسماعيل محمد إسماعيل، 2007، ص 320).

— قال رجل من الصحابة يا رسول الله ما حق زوجة أحدنا عليه ؟

قال صلى الله عليه وسلم « أن تطعمها إذا طعمت وتكسوها إذا اكتسيت ولا تضرب الوجه ولا تقبح ولا تجهر إلا في البيت » والمقصود هنا الإنفاق عليها ومعاملتها برفق ولين ولا يشتمها أو يسمعها ما تكره، و جوب احترام شخصية المرأة وعدم إهانتها.

قالت ماري ستوب وهي تعبر عن ميول بنات جنسها « إن احترام المرأة من أهم الأمور، لأن المرأة التي تشعر بأنها ضعيفة مستضعفة تتعلم مختلف الأمور السيئة التي يمكن أن تتصف بها من كذب وخيانة ونفاق وغير ذلك » كذلك من حقوقها عليه أن لا يتحول عنها حتى في الفراش الواحد لقوله تعالى : « و أهجروهن في المضاجع » أي هجر الجماع فقط وفي ذلك حكم كثيرة كذلك من حقوقها عليه أن لا يغيب عنها طويلا (محمد مهدي الإستانبولي، ص ص، 202، 203).

#### 4 - 5 - 2 حقوق الزوج على زوجته:

للزوج على زوجته حقوق وهي كبيرة وعظيمة لأنها ينبغي أن تكون السكن والراحة والأمن والأمان وصدق الله حين قال : « ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها » (الروم الآية، 20) وهذا السكن والأمان مطلوب للرجل لكي يستطيع أن يؤدي ما عليه من واجبات، هي ضريبة المجتمع عليه، كذلك من حقوقه على زوجته حق الطاعة بالمعروف، وكذلك أفراد الأسرة وحقه في القوامة وليس معنى ذلك أن يكون الزوج دكتاتورا ومستبدا، بفرض رأيه وتعسفه بل المراد في الأسرة جو الحياة الجميلة والعشرة الحسنة التي تقوم على المشاورة في الأمور المشتركة، وأن يكون التفاهم الحسن وتبادل الآراء تحت مظلة الرحمة والحب والمودة، فإن اختلاف الزوجان في أمر وتمسك كل منهما برأيه، فيجب أن يطاع الزوج، فالرجل له درجة أعلى من المرأة تجعله قواما عليها (توفيق الواعي، 2006، ص، 161).

– من حقوق الزوج على زوجته أن تتجمل من أجله وكذا تجميل البيت فليس أحب للرجل من امرأة أنيقة تمرح أمامه في إطار جميل.

– كذلك أن تحسن الزوجة تربية أولاده فهم من حبه وإلا أبغضها لأمانتها أحشائها وأمانة أسرتها وأمانة وطنها (سليمان إبراهيم أبو دوقة، 2002 ص، 70).

– كذلك من حقه عليها أن تحفظه في ماله وعرضه عند غيابه، لقوله صلي الله عليه وسلم « ما استفاد المؤمن بعد تقوي الله خيرا من زوجة صالحة، إن أمرها أطاعته وإن نضر إليها أسرته وإن أقسم عليها أبرته وإن غاب عنها حفظته في ماله وعرضه »

و قال أيضا « وأكمل المؤمن إيمانا أحسنهم خلقا وخياركم خياركم لنسائكم »

كذلك من حقوق الزوج عن زوجته أن لا تدخل أحدا بيته إلا بإذنه.

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال، قال رسول الله صلي الله عليه وسلم « لا يحل لامرأة أن تصوم وزوجها شاهد إلا بإذنه ولا تأذن في بيته إلا بإذنه »

وكذا عدم الخروج من منزل زوجها إلا لضرورة وبإذنه (نبيل السمالوطي، 1988، ص

90) كذلك من حقوقه عليها إجابة دعوته إذا طلبها للفراش فإن كان الهدف الرئيسي

الاتصال الجنسي بالنسبة للرجل أو المرأة هو التنازل و ابتغاء اللذة، فإننا نجد بالنسبة

للرجل رغبة دائمة وحق مقدس يسعى إليه دائما، فهو يشعره برجولته وعظمته ويطمئنه

على قدرته الجنسية، ومن واجب الزوجة أيضا أن تشارك زوجها في حبه لها وتبادل



عواطفه، و ألا تقابل رغبته ببرود وجمود، لأن العمل الجنسي يضم شخصين لا شخصا واحدا فقط (سليمان إبراهيم أبو دوقة، 2002، ص، 76)، بالإضافة إلى المهام المنزلية والتدبير المنزلي حيث ترتبط سيكولوجيا التنشئة الأسرية الخاصة بتربية الفتاة، لما ستؤول إليها وظيفتها الطبيعية في الحياة من ممارسة رسالة الأمومة في الحياة، و مترباتها من أدب الزوجية والرعاية الأدبية للأبناء وحسن إدارة المنزل، ورتابة واقتصادا، ويدخل في هذا المضمار، حسن أداء المهام المنزلية من تدبير منزلي واقتصاد أسري لما ينعكس من احترام وتقدير ومحبة زوجها، وتعويد الطفل النظام وتوزيع الأدوار ومجال الانعكاس السيكولوجي في هذا المجال يتركز في الأمن النفسي الذي يعكس جمالا وسكينة و أجواء من المحبة والدفء الأسري، وحالة من التوازن في طبيعة العلاقات الاجتماعية التي ترتبط بها الأسرة (سعاد جبر سعيد، 2008، ص ص، 44، 45).

#### 4 – 6 التواصل الإيجابي:

من أهم العوامل التي تدعم نجاح الأسرة هي وجود التواصل الإيجابي بين أفراد الأسرة، ويقصد بالتواصل الإيجابي قدرة الأفراد على التعبير عن أنفسهم بكل صراحة ووضوح واحترام الآخرين بها، إذ يميل أفراد هذه الأسرة إلى طرح مشكلاتهم بكل صراحة ووضوح، محاولين الوصول إلى حلول عملية لها فلا يحاول كل فرد منهم إخفاء مشكلاته خوفا من تأنيب الآخرين، على عكس ما هو الحال في الأسر المتصدعة

التي لا يقضي أفرادها الوقت الكافي معا، ولا يملك أفرادها القدرة على التعبير عن أنفسهم بصراحة، مما يجعل كل فرد منهم يلجأ للآخرين لطرح مشكلاته لأنه، يجد آذانا صاغية داخل الأسرة، ومن النقاط الهامة التي أكدت عليها هذه الدراسات أن التحدث وتبادل وجهات النظر بين أفراد الأسرة لا يعنى بالضرورة وصول أفرادها إلى رأي واحد، أو إلى اتفاقهم دائما في الرأي، بل يمكن أن لا يصلوا إلى رأي واحد لكنهم يحترمون اختلافاتهم ولا يقللون من رأي الآخرين، وقد أوضح علماء الاجتماع أهم وسائل التواصل الإيجابي بين أفراد الأسر في ما يلي:

– الإنصات لبعضهم البعض.

– احترام آراء الآخرين.

– وجود روح الدعابة والفكاهة بين أفراد الأسرة.

فقد أبدت إحدى الدراسات التي أجريت على (304) أسرة في الولايات المتحدة الأمريكية أن وجود المزاح بين أفراد الأسرة مهم لتدعيم التضامن والتماسك فيها، فكثيرا ما يبدي الوالدين توجيههم لأولادهم بروح الدعابة فيقبلها الأولاد أكثر، فالمزاح يقلل من ضغوط الحياة اليومية ويؤدي إلى بث الدفء والحنان في الأفراد ويذيب الحواجز بين الآباء والأبناء. (سلوى عبد الحميد الخطيب، 2002 ص ص، 389، 390).

## 4 - 7 المقومات المادية للحياة الزوجية:

وتعتبر من المحددات الهامة للتوافق الزوجي، وقد أجريت دراسات متعددة حول أثر الظروف الاقتصادية، المادية الأخرى ودورها في سلوك الأزواج واستقرار الأسرة ولعل أهمها المسكن، لقد أظهرت الدراسات التجريبية التي أجريت على أثر المسكن في أنماط العلاقات الإنسانية وفي درجة تماسك الجماعة، إلى أن الوضع المعماري للبناء الذي يقع فيه المسكن يؤثر تأثيرا واضحا في قوة العلاقات الاجتماعية أو ضآلتها فالمساكن التي يجد فيها أفرادا فرصة طيبة للتجمع داخلها ينتشر الترويج للألعاب الداخلية، بينما ضيق المسكن وسوء التهوية يدفع الأفراد للقضاء أكثر أوقاتهم خارج المسكن، مما يؤدي إلى ضعف الروابط في الأسرة إضافة إلى أن الضيق الاقتصادي يترك آثارا صعبة في أفراد الأسرة كالشعور بعدم الطمأنينة والشعور بالحرمان، تنتج هذه المشاعر جميعها من عدم الانتظام في تلبية متطلبات الأفراد (محمد قاسم عبد الله، 2001، ص ص، 421، 422).

## 4 - 8 العمر عند الزواج:

أو ما يعبر عنه بالتوافق العمري، ويعني أن يكون الزوجان متقاربين في العمر والأفضل أن يكون الرجل أكبر من المرأة، ذلك مما يساعده إداريا وقيمومة، أما أن تكون المرأة أكبر من الرجل بأربع سنوات مثلا فإنه يفسد العلاقة غالبا، لأن الزوجة قد

تتظر إلى الرجل الأصغر منها سناً بأنه غير مؤهل لأن يكون قيوماً عليها، وأن الرجل ينظر إلى المرأة الأكبر منه سناً على أنها قد تتسلط عليه وهو أمر سيكولوجي غير أن التوافق العمري يساهم بشكل كبير في نجاح المعاشرة الجنسية والاجتماعية والعاطفية، أما بالنسبة للحالات النادرة كزواج النبي صلى الله عليه وسلم بخديجة عليها السلام فلا ينظر لها في عصرنا فلكل زمان لباسه وطبيعته،

[http : /www.womengatewag.com](http://www.womengatewag.com) 18/02/2009 h 03:24

#### 4 – 9 الكفاءة في أداء الأدوار الاجتماعية

هناك مجموعة من الحقوق للزوجة هي واجبات الزوج، وهذا هو الدور الاجتماعي للزوج Social ROL فالدور عند جونسون Johnson هو مجموعة من الواجبات للزوج، أما المركز Statues فهو مجموعة الحقوق (نبيل السمالوطي، 1988، ص، 78). والواضح أن لكل من الزوجة والزوج الأدوار المناسبة لجنسه ويمكن أن نشير إلى الأعمال التي يقوم بها الرجال والنساء بوجه عام في ما يلي:

– توجد في كل المجتمعات قواعد نظامية ثقافية متداخلة في تخطيط الأعمال تبعا للجنس فبعض الأنشطة تكون دائما تابعة للرجال وبعض الأعمال تقوم بها النساء، فالزوجة تقوم دائما بالأعمال المنزلية، الطبخ والتنظيف، غسل الملابس وما شابه ذلك، وهذا بالإضافة إلى عبء رعاية الأطفال.

– في بعض المجتمعات تقوم الزوجات بأشياء أكثر من الأعمال المنزلية ورعاية الأطفال فهن يساهمن أيضا في الأنشطة الاقتصادية.

– يمكن للزوج مساعدة زوجته في الأعمال المنزلية في الوقت الذي يستبعد ذلك في مجتمعات أخرى حيث يعتبر القيام بهذا العمل عار ويستدعي الخجل.

(william N.stepsens ,1963,P284)

وما نلاحظه من تغيير للأسرة نتيجة التطور الصناعي والحضاري أكسب أدوار الزوجة والزوج شيء من التغيير، ونظرا لكون الزوج أو الأب هو الذي يعول الأسرة اقتصاديا ويمثلها في المجتمع، وهو الذي يعمل طول الوقت فإن هذا أكسبه دورا مسيطرا وأعطى له سيطرة على الزوجة وعلى الأبناء، هذا النمط التقليدي لدور الزوج هو الذي ركز السلطة على الأقل من الناحية الشكلية في يد الرجل ومع تقدم الصناعة وخروج المرأة للعمل والتعليم كل هذا أكسبها مكانة متساوية للرجل وأصبح استقلالها الاقتصادي وجعلها شريكة للزوج في القرارات الأسرية والواقع أن العلاقة بين الزوج والزوجة ليست علاقة سيطرة من جانب واحد وخضوع من جانب آخر، وإنما هي علاقة مشاركة وإتحاد حيث قام الباحث الأمريكي Capopene بدراسة طوائف مختلفة من الأسر لمعرفة العلاقة بين السعادة الزوجية وسيطرة أحد الطرفين على الآخر، وتوصل إلى النتائج التالية:

1 – في الزوجات القائمة على سيطرة الرجل تبلغ نسبة السعداء (61 %)

ونسبة الأشقياء (24 %).

2 – في الزوجات القائمة على سيطرة المرأة تبلغ نسبة السعداء (47 %) و الأشقياء (31 %).

3 – في الزوجات القائمة على المساواة بين الرجل والمرأة تبلغ نسبة السعداء (87 %) بينما الأشقياء (07 %)، (محمد أحمد محمد بيومي، عفاف عبد العليم ناصر، 2007، ص ص، 283، 285).

#### 4 – 10 تناقص الضغوط الحياتية:

يشير البعض إلى أن الضغوط الحياتية تؤدي إلى توتر العلاقة الزوجية حيث يذكر روهيلنج وآخرون Roheling et autre (1994) أن الأزواج الذين لا يشعرون بضغوط حياتية كبيرة يكونون متوافقون زواجياً، أي أن انخفاض مستوى الضغوط الحياتية على الأزواج يؤدي إلى ارتفاع مستوى التوافق الزوجي الإيجابي الأمر الذي يؤدي إلى الشعور بالسعادة الزوجية، كما أن الاتصالات الإيجابية تؤدي إلى الرضا الزوجي والتخفيف من الآثار السلبية للخلافات. (Cohen CL, Bradbury TN 1997, P

114)

**4 - 11 الخبرات المرتبطة بالزواج:**

تتأثر العلاقة الزوجية بالخبرات السابقة لكل من الزوجين فالأزواج الذين عاشوا في أسر سعيدة غالباً ما يكونوا سعداء، حيث ارتبطت السعادة الزوجية للوالدين بتوافق الأبناء زواجياً (عبد الرحمان دسوقي، 1911، ص، 65)، فغالباً ما يستقي الشباب توقعاتهم عن الزواج من والديهم، أخذ المصادر، ويتم ذلك إما بطريق مباشر وهو الحديث معهم وإفادتهم بمعلومات عن هذا الموضوع، أو بطريق غير مباشر عن طريق النموذج في ملاحظة التفاعل بين الوالدين حين يعلمان أطفالهم أن الخلافات تحل بالتفاوض والنقاش والتسوية، وحين يتزوج هؤلاء الأبناء فإنهم يطبقون هذه النماذج من السلوك والتعامل وقد يعززها الشريك الآخر فتستمر وقد يثبطها فتتطفئ ولا تدوم (نوال عبد الله الحنفي، د س، ص ص، 22 23).

**5 - آثار التوافق الزوجي:****5 - 1 على الصحة النفسية للأزواج:**

يسهم الزواج بشكل إيجابي في تدعيم الصحة النفسية لدى الأزواج، لما يحققه من إشباع الحاجات النفسية والبيولوجية والاجتماعية، وأكدت نتائج العديد من الدراسات على أهمية الزواج في النمو النفسي للفرد، وأن المتزوجين يتمتعون بسعادة عامة وإقبال على الحياة وفاعلية في الإنجاز والعمل مقارنة بغير المتزوجين.

ففي دراسة أجراها محمد السيد عبد الرحمان (1998)، على مجموعة من المتزوجين وغير المتزوجين، توصلت الدراسة إلى أن مستوى التوافق المنزلي والصحي والاجتماعي والانفعالي والنفسي لدى المتزوجين أعلى منه لدى غير المتزوجين، والتوافق الانفعالي لدى الذكور المتزوجين أعلى منه لدى الإناث المتزوجات، كما توصلت إلى أن إدراك السعادة الزوجية لها تأثير دال على التوافق الاجتماعي والدراسي للطالبات المتزوجات (عبد الله جاد محمود، 2006، ص30)، ويتقدم الزواج تنشئ الألفة والصداقة والمساعدة المتبادلة، ويحل الحب الزوجي محل الحب الرومنطيكي بزيادة التعارف والمعاشرة بين الشريكين مما يزيد إشباع الزوجين للحب لأنه يتولد نتيجة مواجهة الزوجين للواقع وتقبل كل منها للآخر، كما هو بعيوبه ومحاسنه، محبوب ولكنه لا يزال إنسانا بكماله ونقائصه (محمود حسن، 1981، ص، 121)، ويعتبر التفاعل الثنائي الايجابي المبني على المحبة والمودة وإشباع الحاجات الأساسية والثانوية، أمر ضروري لتوفير الاتزان النفسي والاستقرار الاجتماعي والمحافظة عليهما، وغني عن القول أنه يجب على كل من الزوجين أن يقلل بقدر الإمكان مما يعرضهما من مشكلات وأن يساعد كل منهما الآخر على اكتساب وازدياد ما يشبع حاجته فيه خلال تفاعل ثنائي إيجابي معه في نطاق العلاقات الزوجية بأقصى درجة ممكنة، وذلك لأن ازدياد الإشباعات والمكاسب والفوائد التي يحققانها من زواجهما يعتبر بمثابة تدعيم وتعزيز لاستمرارية حياتهما الزوجية (ماهر محمود عمر، 2006، ص، 373).



ويبدو أن السعادة الزوجية والتوافق يشعر المرأة أكثر بالأمن النفسي لذلك بينت إحدى الدراسات التي أجريت في مجال التوافق أن النساء أكثر ميلا إلى التوافق في الزواج، ونتيجة لذلك تكون المرأة أكثر حرصا وانتباها ويقتظة في إنجاز متطلبات زوجها وتحقيق رغباته وربما كان ذلك هو الذي دعا بعض الدارسين إلى القول بأن التوافق في الزواج يكون أسهل عند الرجال لأن توقعاته بالنسبة تكون أقل (Nick stinnett et autre 1970, P 432)، وفي دراسة لـ ترمان Terman عن الخصائص المميزة للزوجات توصل فيها إلى أن الزوجات المتوافقات يتميزن بأنهن يتقبلن اتجاهات الآخرين ولديهن اتجاهات عاطفية نحوهم، كما توصلت سوزان هيرك Susana Herrick (1996)، إلى أنه كلما زادت مدة الزواج زاد الشعور بالراحة والهدوء مع النفس، ويرجع ذلك إلى أن كل شخص يعرف ويفهم الطرف الآخر وما يفعله وما لا يفعله، ( المؤتمر السنوي الرابع عشر، ، 2007، ص، 04).

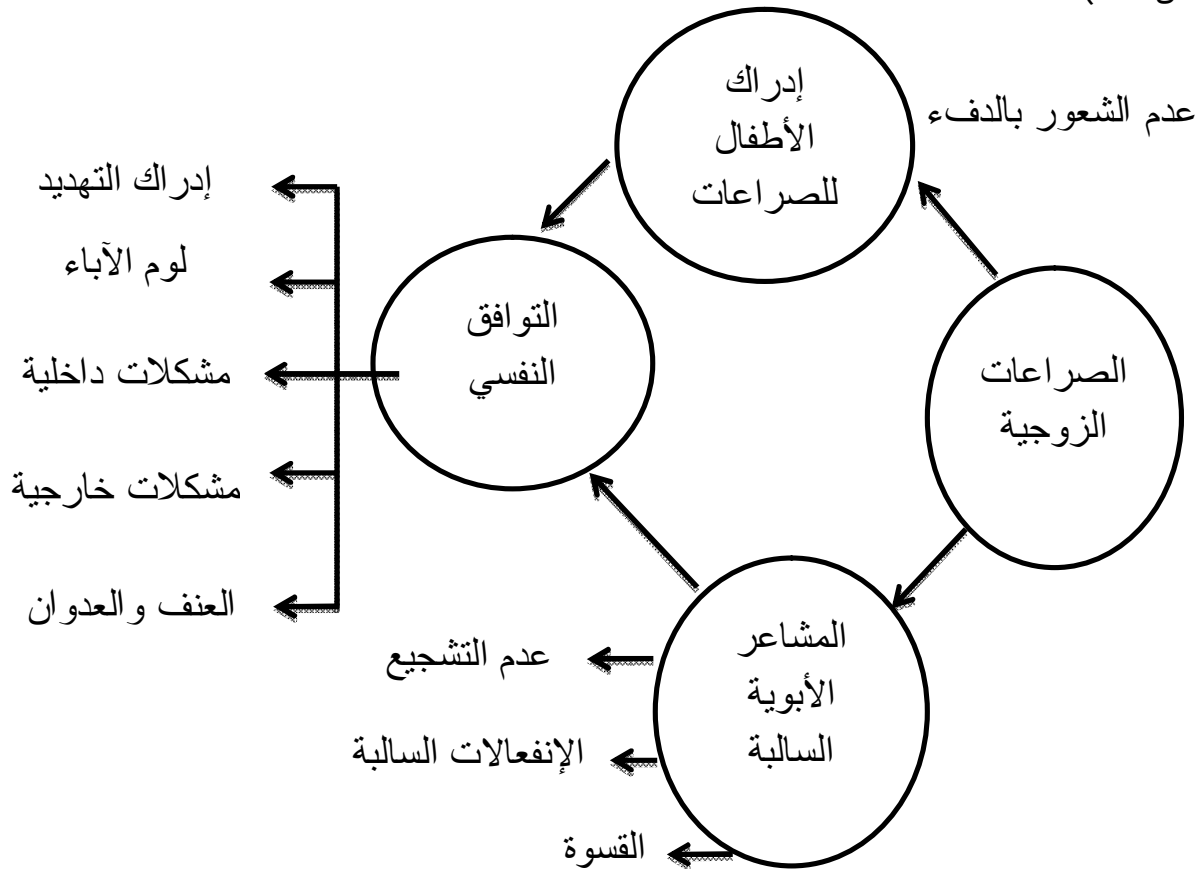
## 5 – 2 تأثير التوافق الزوجي على الأبناء:

إن الأسرة المتوافقة المتماسكة تؤدي إلى نمو جيد في شخصية الطفل، في كل الاتجاهات وإذا كانت الأم تشجع الطفل على التوحد بأبيه فإن ذلك يسرع حدوث التوحد، أما الأطفال الذين يعيشون في أسر غير متماسكة ولم يتمكنوا من التوحد الجيد بالأباء، فإن نسبة الجنوح تزداد بينهم وتشير نتائج الدراسات إلى أن الصراعات المنزلية تؤدي بالأطفال إلى الإصابة بالعصاب (أحمد عبد اللطيف وحيد، 2001، ص 176)

إن التقدير المتبادل بين الزوجين خاصة تقدير الزوج لزوجته التي تجد الإشباع في حياتها اليومية يمكنها من أداء واجباتها على أكمل وجه، وهذا ما تظهر نتائجه الايجابية أكثر على الطفل إذ أن بإمكان هذه المواقف أن تمنحه فرصة تكوين صورة إيجابية عن عالم الكبار، صورة تنمو معه باستمرار على أنهم سعداء يملؤهم الأمان، كما يساعده على التوافق النفسي والاجتماعي (محمد بيومي خليل، 1999، ص 17) وقد أكدت دراسة محمود عبد القادر (1966) أن الدفء العاطفي والانسجام الزواجي يؤثر إيجابيا على شخصية الطفل وكافة جوانب حياته النفسية والاجتماعية والعقلية (نفس المرجع، ص 17)، إضافة إلى أن العلاقات الودية بين الوالدين وتكثيف ثقافة الحوار والتواصل، من العوامل المساعدة على الحفاظ على التوازن النفسي المطلوب ولمد الأبناء بحرارة اللقاء الإنساني الفعلي، الذي وحده يمكن أن يحفظ صحته النفسية ثم إن تأمين الإحساس بتوفر خط دفاع وجودي منيع، وموثوق من العلاقة المبنية مع الوالدين والأهل عموما، يمد الجيل الجديد بالثقة الداخلية بقدرته على خوض مغامرة المستقبل وعالمه المدهش من دون التعرض لخطر الضياع (مصطفى حجازي، 2001، ص 143)، إن للعلاقة التي تجمع بين الوالدين أهمية بالغة في تكوين جو صفو وهادئ والتوافق في العلاقة الزوجية لا يناظره أي علاقة إنسانية لما يترتب عليه من نتائج على كامل أفراد الأسرة وخاصة التنشئة الاجتماعية للأبناء، فالعلاقة المنسجمة بين الوالدين تؤدي إلى جو أسري يساعد الطفل على النمو وعلى بلوغ شخصية متكاملة مترنة، كما تعزز ثقته

بنفسه وبالآخرين (مالك سليمان مخول، 1989، ص 133)، وقد وجد نوكس knox في دراسة قام بها سنة (1197) أن طريقة التعامل بين الوالدين لها أهمية كبير وتأثير واضح في سلوك الأبناء، ويمتد هذا التأثير في حياتهم المستقبلية، كما وجد أنه توجد علاقة قوية بين تواجد الوالدين معا وتبني المراهقين لاتجاهات اجتماعية سليمة في حين نجدها تتصف بالإهمال واللامبالاة في حالة انفصال الوالدين بالطلاق أو الموت (خليل ميخائيل معوض، 1994، ص399) وهناك اختلافات واضحة بين الأطفال في شخصياتهم حسب المعاملة التي يتلقونها من الوالدين، فمن الطبيعي أن نجد فرق بين شخصية فرد نشأ في ضل التدليل والعطف الزائد والحنان المفرط وبين شخصية فرد آخر نشأ في جو الصراع والظلم والمعاملة القاسية، وهذه الفروق مردها بالدرجة الأولى إلى معاملة الوالدين واتجاهاتها في التربية (سناء الخولي، 1999، ص 350)، ويعد مستوى الترابط بين الوالدين من أهم العوامل التي تؤثر في نوع المعاملة التي يتلقاها الأبناء من الآباء، فالعلاقات الوالدية التي تتسم بالانسجام والاتفاق والتعاون والاهتمامات المشتركة تشجع الآباء على القيام بواجباتهم الزوجية، ورعاية الأبناء، فالأسرة المتوافقة زواجيا تقدم لأبنائها نمونجا للتسامح والعطف، التعامل وتحيطهم بالرعاية والاهتمام والتقبل، مما يؤثر إيجابا على الآخرين في حين أن عدم الانسجام بين الوالدين يؤدي إلى اضطراب الجو الأسري، فيسود التوتر والقلق والنزاع وفقدان الثقة وعدم الرضا مما ينتج عنه ممارسة الآباء الأساليب غير السوية، مثل القسوة والإهمال والشك والحماية الزائدة

والتدليل والألم النفسي والتفرقة، فلا يمكن للوالدين التعيسين أن يسعدا أبنائهما، ولمعرفة تأثير الصراعات الزوجية وانخفاض التوافق الزوجي على سلوكيات الأبناء أجري كارل وآخرون (2003) دراسة تحليلية شملت مجموعة من الآباء والأمهات والأبناء في (1136) أسرة تعاني من مشكلات وصراعات زوجية، وتم استخدام أساليب المقابلة وتسجيل الحوارات والنقاشات مع الآباء، وتم تطبيق عدد من مقاييس التقرير الذاتي على الآباء والأبناء توصلت الدراسة للنموذج التالي (محمد جاسم العبيدي، 2004، ص، 27).



شكل رقم (12) يوضح علاقة الآباء بالأبناء

## 6 - قياس التوافق الزوجي:

لقد بدأ قياس التوافق الزوجي بطريقة متعددة في أواخر العشرينات ثم ظهرت بعد ذلك بعشر سنوات دراسات واسعة وشاملة اهتمت بتحديد العوامل الشخصية المرتبطة بالتوافق الزوجي، وتتنبأ بنجاح الزواج، وتبين أن معظم هذه الدراسات تركز بصفة عامة على خمسة مقاييس أو أقسام:

الانسجام أو عدم الانسجام والاهتمامات، والأنشطة المشتركة وإطار العواطف والثقة المتبادلة وعدم الإشباع والشعور بالعزلة الشخصية والتعاسة، وهناك محاولة أخرى لتصميم مقياس آخر بهدف تطبيقه لتقسيم العلاقات الزوجية ويتضمن تساؤلات مهمة هي، كيف يقابل الزواج احتياجاته وتوقعات المجتمع؟ وما العوامل التي تسهم في نمو الشخصية؟ وقد وضعت « برنارد » علامة مميزة تصلح لتقييم العلاقة الزوجية فالمعيار أو المقياس المناسب في رأيها يجب ألا ينهض على علاقة متخيلة، وإنما يجب أن يقوم على علاقة ممكنة وملموسة، ولهذا يمكن أن نقول إن الزواج ناجح استناداً إلى مدى الإشباع الممكن الذي يقدمه، وليس استناداً إلى ما يمكن أن نتخيله، وعلى ذلك تكون العلاقة الزوجية ناجحة إذا:

أ - كان الإشباع إيجابياً، أي إذا كان الجزاء لكل من الشريكين أكبر من الخسارة.

ب – إذا كان استمرار العلاقة الزوجية أفضل من أي بديل آخر كما في المثالين

التاليين:

**المثال الأول:**

أ. ب زوجان لا يحب أحدهما الآخر وهما على خلاف مستمر، وتكاليف بقائهما معا كبيرة من حيث الشعور بالإخفاق والإحباط والوحدة ولكن بقاؤهما معا له فوائد كبيرة أيضا فهما يستطيعان إقامة مسكن جميل ويحصلان على مكانة عالية في المجتمع ويحميان أطفالهما من المشكلات، التي قد تنتج عن الانفصال والطلاق ولهذا تعد تلك العلاقة ناجحة ليس لأنها أفضل ما يمكن تخيله ولكنها أفضل ما يمكن بمعنى أن الفوائد أكثر من التكاليف أو المكسب أكبر من الخسارة.

**المثال الثاني:**

زواج تكون فيه العلاقة الزوجية ناجحة فقط لأنها أفضل من أي بديل آخر كما في حالة (زوجة غير عاملة) تعتمد اقتصاديا على زوجها فيكون بقاؤها معه أفضل من أي بديل آخر على الرغم من عدم التوافق والتعاسة القائمة بينهما (أحمد محمود مبارك الكندري، 1992، ص ص، 188 189).

## 7 - معوقات التوافق الزوجي:

التوافق الزوجي شأنه شأن أي شيء آخر يتعرض لما يقويه ويدعمه ، كما أنه يتعرض لما يعوقه ، وهذا شيء طبيعي بل من متطلبات التوافق الزوجي فلولا تلك العقبات ما عرفنا طعم السعادة والتوافق الزوجين، فلا بد من وجود بعض المشكلات والاختلافات بين الزوجين ، ولكن المهم أن تحل هذه المشكلات بطريقة مناسبة في الوقت المناسب، فالاختلاف في الرأي لا يفسد للود قضية ولا مانع أن يطلب الزوجان النصيحة من المختصين الذين يتقون بهم، وإذا كانت الحياة لا تسير على وتيرة واحدة لذلك فلا يوجد سواء مطلق كما لا توجد حياة زوجية متوافقة بدرجة كلية فالكمال لله وحده لذلك ذكر محمد بيومي ( محمد بيومي خليل ، 1990، ص185 )

أن التوافق الزوجي يقوم على أساس العلاقة المتبادلة بين الزوجين، وأن لكل منهما شخصيته لها سماتها وأساليبها الخاصة في المعاملة الزوجية ، لهذا فالحياة الزوجية السعيدة لا تخلو من وجود بعض الاختلافات، والتي تتحول من خلال تفاهم الزوجين إلى مدعم جيد ومساعد على التوافق الزوجي ، فبقدر نجاح الزوجين في حل مثل هذه الاختلافات بقدر تحقيق التوافق الزوجي ، علي أي حال فهناك مجموعة من المعوقات للتوافق الزوجي ومنها ما يلي:

### 1 - البعد الأخلاقي مثل:

الشك في تصرفات أحد الزوجين ، سفر الزوج لفترات طويلة ، انحراف الزوج إهمال الزوج مسؤولياته الشرعية.

### 2- البعد المادي مثل:

كثرة طلبات الزوجة، وطمع الزوج في مرتب زوجته العاملة، وإهمال الزوج الزائد على حساب الأسرة، واختلاف المستوى المادي بين الأسرتين اختلافا كبيرا.

### 3- البعد الثقافي مثل:

انخفاض الوعي الثقافي للزوجة وانخفاض الوعي الثقافي للزوج، والتفاوت الشديد في مستوى ثقافة الزوجين

### 4- البعد النفسي مثل:

كثرة الضغوط النفسية والغيرة الزائدة بين الزوجين

### 5- البعد الشخصي مثل:

عدم عناية الزوجة بمظهرها داخل المنزل، ضعف شخصية الزوج وعقم أحد الزوجين.



**6- البعد الاجتماعي مثل:**

تدخل الأهل والجيران والأصدقاء في شؤون الأسرة، المغالاة في السيطرة من قبل الزوج و زواج الرجل بامرأة أخرى وإهماله زوجته الأولى (حسام محمود زكي على، 2008 ص ص 93، 94).

## الفصل الرابع

### نظرة حول المرأة العاملة

1 - تعريف المرأة العاملة

1 - 1 تعريف العمل

1 - 2 تعريف المرأة العاملة

2 - تطور عمل المرأة

3 - أسباب خروج المرأة للعمل

4 - أدوار المرأة العاملة

5 - الاتجاهات حول عمل المرأة

6 - آثار عمل المرأة

7 - مشاكل المرأة العاملة

## 1 - تعريف المرأة العاملة:

## 1 - 1 تعريف العمل :

تطلق صفة العامل على كل إنسان يمارس نشاطا مهنيا ومجموعة العناصر البشرية العاملة تشكل القوى العاملة في بلد معين (فريدريك معتوق، بدون سنة، ص 24).

ويعرفه أحمد زكي بدوي على أنه المجهود الإرادي والعقلي أو البدني يتضمن التأثير على الأشياء المادية وغير المادية لتحقيق هدف اقتصادي مفيد كما أنه وظيفة اجتماعية تتحقق فيها شخصية الفرد (عبد العزيز فهمي، بدون سنة، ص 69).

– ويعتبر موضوع العمل من أهم المواضيع التي حظيت باهتمامات الكثير من المفكرين في مختلف العصور والحضارات، ولعل ذلك يعود إلى كون العمل يمثل الوسيلة المشروعة التي يتمكن الفرد بواسطتها من إشباع حاجاته والتعبير عن قدراته (محمد جمال يحيى، 2003، ص 409)، والعمل بالنسبة للعساف هو مجهود إرادي يهدف إلى تحقيق منفعة اقتصادية (صالح بن أحمد العساف، 1986، ص 23)، ويعرف العمل أيضا على أنه حركة بقصد ولا نسمي الحركة بغير قصد عملا - لقوله تعالى " من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة " سورة النحل الآية 97 وقوله " ليجزي الذين آمنوا وعملوا الصالحات بالقسط " سورة يونس آية 4

<http://mawdoo3.com> 06/12/2011 h 18:15

- إن معنى العمل هو ما يقوم به الشخص من مجهود إرادي واعي، وهو ما يستهدف منه الإنسان السلع والخدمات لإشباع الحاجات التي تخصه والعمل، هو المجهود الحركي أو ما يسمى بالطاقة والجهد الذي يبذله الإنسان من أجل تحصيل أو إنتاج ما يؤدي إلى إشباع حاجة معينة <http://www.mojtamai.com> 20/12/2012

يتضح من تعريفات العمل أنه مجهود إنساني قصدي وإرادي، فما يبذله الحيوانات من جهد لا يعد عملاً، فالعمل صفة للإنسان الذي يفكر بعقل يؤثر به على الموجودات الجماد والمادة وعلى الإنسان فالعلاقات والتواصل في العمل من أهم المواضيع التي تدعم موضوع العمل، و الإنسان يعمل بدوافع أهمها سد حاجياته المختلفة في الحياة وتوفير مستوى اقتصادي ومكانة اجتماعية في مجتمعه، وليحقق ذاته ويحس بمعنى وجوده لا بد له من عمل ليثبت به ذاته ويحقق به إنسانيته.

## 2-1 تعريف المرأة العاملة:

هي المرأة التي تمارس نشاطاً مكافئاً وتتقاضى مقابله مبلغاً مالياً، بخلاف العمل المنزلي الغير مأجور (هيلين قان قليدر وآخرون، 1983، ص 26).

— وتعرف كذلك على أنها المرأة التي تعمل خارج نطاق الأسرة سواء في مؤسسات القطاع الحكومي أو الخاص التي تتيح لها العمل في مقابل أجر مادي (علي عبد العزيز عبد القادر، 1995، ص 115).

— وحسب إحسان محمد الحسن أن المرأة العاملة لا نعني بها المرأة التي تشتغل بالأعمال اليدوية الماهرة وغير الماهرة، التي تعمل بالمزارع بل نعني بها المرأة التي

تعمل خارج البيت مهما يكن عملها يدويا أو مهنيا أو إداريا أو علميا، إن المرأة العاملة تشغل دورين اجتماعيين متكاملين هما دور ربة البيت ودور العاملة أو الموظفة أو الخبيرة أو المعلمة خارج البيت (إحسان محمد الحسن، 2008، ص75)، وعرفت د كميليا المرأة العاملة بأنها المرأة التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مقابل عملها وهي التي تقوم بدورين أساسيين في الحياة دور ربة البيت ودور الموظفة. ( كميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1983، ص 55)، و التعريف المتداول للمرأة العاملة هو أن المرأة العاملة هي التي تخرج خارج البيت للعمل في منصب شغل، والعمل للمرأة شيء مهم في حياتها فالعمل يقضي على روتين الحياة، ويجعل للمرأة شخصية منفردة ، يزيد من ثقتها بنفسها، يعرفها طرق التعامل مع الآخرين فتشعر أنها مفيدة و تحقق ذاتها من خلال عملها وأيضا لا تنسى الجانب المادي المستقل فهي تشعر أنها سيدة نفسها

<http://www.rewity.com/vb/F38118/5/2010h15:09>

يتضح من التعاريف السابقة للمرأة العاملة أنها من تقوم بجهد إرادي تؤجر عليه خارج بيتها في مؤسسة أو قطاع حكومي أجرا ماديا ، فالمرأة العاملة المتزوجة تقوم بدورين اجتماعيين دورها كربة بيت وعاملة بالبيت ودورها كموظفة بمنصب عمل معين لكن تختص التعاريف الخاصة بعمل المرأة فقط العمل خارج المنزل وكأن العمل المنزلي من تنظيف وطبخ ورعاية للأطفال والزوج ليس له معنى أو تأثير على المرأة بل العكس، فالعمل المنزلي يأخذ قسطا كبيرا من مجهود المرأة واهتماماتها وتقصيرها في أداء واجباتها البيئية يشعرها بتأنيب الضمير وتتألم لذلك ، فالمرأة العاملة في

صراع دائم وتفكير مستمر في طرق وأساليب التوفيق بين عملها المنزلي لإرضاء أسرتها، زوجها وأطفالها وأخذ صورة ايجابية في المجتمع الذي تنتمي إليه، وكذا عملها خارج البيت وانضباطها فيه وتأديته على أتم وجه لكي تحافظ على مكانتها في العمل وتعمل دورها في الإطار الذي تعمل فيه ووسط كل هذا الصخب من المسؤوليات لا تجد المرأة لنفسها نصيبا كافيا للاهتمام بنفسها وخصوصياتها كامرأة، لذلك نجدها تعاني من ضغوطات شديدة تنهكها وتجعلها دائمة التعب والشكوى.

## 2 – تطور عمل المرأة:

يرتبط تطور عمل المرأة بتطور المكانة التي كانت تكتسبها فقد كانت المرأة العربية في عصر الجاهلية تباع وتشترى، وكانت تعامل أسوأ معاملة وكانت تحرم من كثير من الحقوق الأساسية وفي مقدمتها حق الحياة وحق الميراث، أما عن دور المرأة في الجاهلية ومكانتها داخل الأسرة ، فقد كانت صورة للظلم يحيط بها فهي مجرد مخلوق للمتعة والخدمة، وكان الرجل يملك سلطة واسعة بحيث المرأة لم تكن إلا أداة طيعة في يد الرجل، ولذلك فالوضع الاجتماعي والنفسي للمرأة لدى عرب الجاهلية كان سيئا فهي محرومة من إشباع حاجاتها الأساسية، كالحاجة للحب والود والحاجة للمكانة الاجتماعية، وتأكيد الذات الايجابي بالإكبار والاحترام و التكريم (هناك يحي أبو شهية، 2007، ص 159)، ففي العصر الجاهلي شاركت المرأة في الأعمال الزراعية وكانت عارفة بالعديد من الصناعات وعمليات الإنتاج والتوزيع والاستهلاك، ففي المجتمع

العربي قبل الإسلام اشتغلت المرأة ببعض الأعمال والحرف، كالطب وكانت تخرج بصحبة الرجال إلى ساحة الحرب لمداواة المرضى وتضميد الجرحى إلى جانب ممارسة دورها التقليدي، في ممارسة الغزل والنسيج وما يدل على ارتباط طبيعة عمل المرأة بمكانتها الاجتماعية، السيدة خديجة بنت خويلد التي عرف عنها أنها سيدة مارست النشاط الاقتصادي الواسع وكان لها الحرية في اختيار الزوج الصالح ، ونجد في القرن الثالث للميلاد في بادية الشام الملكة والقائدة "زنوبيا " ملكة تدمر وكانت تتصف بالمهارة في شؤون السياسة والحرب ،وفي اليمن حكمة الملكة بلقيس ، وفي القرن التاسع قبل الميلاد والتي أقامت حكمها على أساس الشورى والرجوع إلى شعبها في اتخاذ أي قرار (سعيد عاشور ، بدون سنة ، ص 9) وقضت الحضارة الرومانية أن تكون المرأة رقيقا تابعا للرجل، وقضت شرائع الهند القديمة أن الوباء والموت والجحيم والسم والأفاعي والنار خير من المرأة، وحقها في الحياة ينتهي بانتهاء أجل زوجها، الذي هو سيدها ومالكها فإذا رأت جثمانه يحرق ألقت بنفسها في ثرائه وإلا حاقت عليها اللعنة الأبدية (شوقي أبو خليل ، 1992 ، ص ص 223 ، 224).

أما المرأة في الإسلام فقد وضع لها مكانتها الصحيحة، حيث منحها حقوقها الإنسانية والمدنية والاقتصادية، وتجلى ذلك في عدد السور التي تعرضت لأمر النساء وهي كثيرة مثلا سورة البقرة والمائدة والنور و المجادلة والأحزاب و التحريم ولقد تعرضت السور للأسس التالية:

1- تكريم المرأة

2- نظام الأسرة

3- مساواة الرجل بالمرأة في الكسب في حدود الطاقة

4- حرية المرأة في وراثتها وأموالها

5- الحقوق المالية للمرأة (عدلي أبو طاحون، 2000، ص 55).

فالإنسان في المفهوم الإسلامي عبارة عن حسن القيم إلى ،زوجين ذكر وأنثى لتأدية وظيفتين مختلفتين في الميدان متكاملتين في إطار الحياة (حسن مصطفى حمدان ، بدون سنة ، ص109) أما في العصر الحديث أدت الثورة الصناعية إلى إحداث تغييرات اجتماعية واقتصادية اضطرت المرأة للعمل في المصانع والمناجم، فألقيت عليها أعباء غير محتملة من العمل داخل المنزل وخارجه وانحطت مكانتها، وعليه بدأت حركة إنسانية في أوروبا عام 1604 تطالب بالمساواة بين الرجال والنساء في فرنسا ، ولاقت الحركة النسائية تقدما طفيفا في إنجلترا حيث بدأت الثورة الصناعية ومع بداية القرن 19 أخذت المرأة بعض حقوقها، إلا أنه لم يؤخذ حقها في الانتخابات في القرن العشرين وفي أمريكا حرمت المرأة من العمل والنشاطات السياسية، أما ألمانيا فقد كانت الفكرة السائدة قبل 1914 أن المكان الطبيعي لنشاط المرأة هو المنزل والأطفال والكنيسة، أما في روسيا حثت المرأة على مساواة تامة بين الجنسين بعد الثورة البلشفية 1917 فيما



تعلق بالأجر والعمل ورغم المميزات التي حصلت عليها لم تستثنى من الأعمال الصعبة كالحفر والإنفاق ونظافة الشوارع (كميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1983، ص ص 52،52).

والمرأة الجزائرية كانت في الموعد عبر التاريخ، فشاركت أخاها الرجل في تحمل أعباء الحياة وبنت وشيدت وامتتهنت مختلف الحرف ودرست الأجيال، وشاركت حتى في الحقل السياسي لقد كان هناك توازن بين الرجل والمرأة في هذه البلاد كما في غيرها عبر التاريخ الإسلامي المزدهر إلى نهاية القرن 15 ومطلع القرن 16، حيث بدأ العالم العربي ومنه الجزائر يدخل عهد الضعف والتخلف، فساءت أوضاع الشعوب العربية رجالا ونساء، و كانت المرأة أكثر تضررا وأشد تخلفا بسبب حرمانها من التعليم ووضعها على هامش الحياة العامة (يحي بوعزيز، 2000، ص ص، 22، 23).

ومع تطور الوعي القومي ظهرت الحركات والجمعيات الوطنية المطالبة بحق المساواة في المواطنة مع الاحتفاظ بالشخصية الوطنية ودون الإخلال بوضع المرأة الجزائرية كحامية لقيم المجتمع وكرمز للشخصية العربية المسلمة، ففي عام 1930 تم إنشاء جمعية العلماء المسلمين الجزائريين التي كان أحد مبادئها حق المرأة الجزائرية في التعليم كما كانت ترى ضرورة تسليحها بشتى وسائل العلم والمعرفة وتحصينها دينيا لتكون بمثابة الدرع الواقي في وجه تهكمات الحركات التحررية للمرأة وأهداف المستعمر. (نوال حمداش، 2002، ص، 31)، ومشاركة المرأة الجزائرية في الحرب التحريرية طرحت قضية عملها ومساهمتها في الحرب، أدت إلى الرفع من مكانتها

والرقي بدورها، أما بعد الاستقلال (1962) اهتمت الجزائر في إطار التنمية الشاملة بالتعليم المختلف بين الجنسين، ومع تطور المجتمع الجزائري وارتفاع المستوى التعليمي للفتيات، تخلت المرأة الجزائرية عن التنظيم التقليدي لدورها واقتحمت سوق العمل وأصبحت مسؤولة عن نفسها اقتصاديا وأكثر حرية ( Souad Khodja .p8 )

### 3 - أسباب خروج المرأة للعمل:

تخرج المرأة للعمل إما لتأكيد ذاتها وإثبات شخصيتها، ورغبتها في الحفاظ على المستوى المعيشي المرتفع أو لاضطرارها للكفاح مع زوجها في مواجهة مشقة الأحوال الاقتصادية، وغلاء الأسعار بالحصول على قدر من المال المرتفع ليرفع من دخل الأسرة، وتحمل عبء الأسرة بمفردها إذا كانت هناك أسباب قاهرة تدعوها إلى ذلك كالانفصال عن زوجها بالوفاة أو الطلاق أو المرض المقعد ( علي السيد ، سماح الأوثرافي ، 2008 ، ص 50 )

### 4 - 1 الأسباب الاقتصادية:

إن ظاهرة خروج المرأة إلى العمل لم تظهر عشوائيا بل خضعت إلى عوامل عديدة دفعت المرأة دفعا إلى الاشتغال، وقد بينت الدراسات الأولى في هذا المجال أن أهم دوافع خروج المرأة للعمل هو الحاجة الاقتصادية، فخروج المرأة للعمل ضرورة ألزمتها الحاجات المتزايدة للمجتمع الصناعي الحديث، إذ أن تزايد أعباء المعيشة وغلائها من جهة و التطلع إلى الخروج عن إطارها التقليدي، والمتمثل في دور المنجبة والمربية و الراعية لشؤون أسرتها ، ففي دراسة قام بها هير عن دور المرأة المشتغلة

وعن السيطرة، أن النساء من الطبقة الدنيا يعملن من أجل المادة، فالعامل المادي يدفع المرأة إلى العمل، إذ نجده مرتبط بالأساس الطبقي للمرأة العاملة، ( فرحات نادية ، 2012 ،ص 27).

إن عمل المرأة قد أدى إلى مكاسب كبيرة فهو فضلا عن الاستفادة من نصف المجتمع في المشاركة في صنع الحياة، فإن اشتغالها ساهم في ارتفاع العلاقات الإنسانية وأصبح للمرأة كيان مستقل، (باسم محمد ولي ، محمد جاسم محمد ، 2004 ، ص 477)، والمقصود بالدافع الاقتصادي لخروج المرأة للعمل الحاجة الملحة للمرأة لكسب قوتها أو حاجة الأسرة إلى دخل المرأة، فهناك بحوث بينت أن عمل المرأة يمثل حاجة حقيقية إلى المال بينما بينت بحوث أخرى أن عمل المرأة لا يعتبر ضرورة قصوى وإنما يساعد في رفع المستوى الاقتصادي والثقافي للأسرة (كميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1998، ص 84) والمرأة في المجتمعات المختلفة تقوم بأدوار اقتصادية واجتماعية قيمة لا تتال التقدير الكافي عليها، ولا يتوفر لها المعارف الإرشادية المطلوبة، كما أنه من المعروف أن المرأة تمثل نصف الطاقة البشرية في المجتمع القروي العربي والذي يقدر بحوالي (20.8% ) حسب الإحصاء الدولي العام ( عصام نور ، 2002 ، ص 39 )

#### 4 – 2 الأسباب الاجتماعية:

للتورة الصناعية دورا بارزا في خروج معظم النساء للعمل خارج بيوتهن، فالمرأة تعمل في مختلف المجتمعات لكن السبب الجوهرى وراء خروج المرأة للعمل هو التصنيع، لأنه أتاح لها الكثير من فرص العمل (مصطفى عوفي، 2003، ص 134) كما أن

التصنيع يترك آثاره الواضحة على مكانة وقيمة المرأة، إذ يغير أحوالها الاجتماعية والثقافية والاقتصادية نحو الأحسن والأفضل، ويضعف من الفعاليات والأنشطة المجتمعية التي تقوم بها، ويتيح لها المجال بالمساهمة في بناء الصرح الحضاري في المجتمع وإحراز التقدم المادي والاجتماعي الذي ينبغي للمجتمع الوصول إليه، ومن الواضح أن التصنيع يضعف الأدوار الاجتماعية التي تحتلها المرأة فالمرأة في المجتمع التقليدي تشغل دورا اجتماعيا واحدا ألا وهو ربة البيت، أما في المجتمع الصناعي فالمرأة تشغل دورين اجتماعيين متكاملين، هما دور ربة البيت ودور العاملة أو الموظفة أو الخبيرة خارج البيت، واشتغال هذين الدورين الاجتماعيين المتكاملين قد أدى دوره الفاعل في رفع منزلة المرأة في المجتمع وزيادة الاحترام والتقدير اللذين تحصل عليهما من المجتمع (إحسان محمد الحسن، 2005، ص ص 209، 210)

#### 4 - 3 الأسباب النفسية:

أصبحت المرأة تشارك بالعمل في جميع مجالات الحياة العملية والنظرية، حيث أن العمل يحقق لها إشباعا نفسيا واجتماعيا وشعورا بالقيمة والمكانة والأمن، كما يساهم في تحقيق التكامل الأسري وارتفاع مستوى النضج الاجتماعي، كما أنه من دوافع خروج المرأة للعمل القيادي هو تأكيد الذات والرغبة في المشاركة في الحياة العامة وشغل وقت الفراغ، والرغبة في إحساس المجتمع بها وبذاتها ككيان له وجود مستقل، وبنيل الإعجاب من طرف المجتمع وإثبات قدرتها على الإنتاج والمشاركة في بناء

المجتمع (باسم محمد ولي، محمد جاسم محمد، 2004، ص 478)، والقيام بالعمل يشعر المرأة بالرضا والسرور والنجاح، وفي ذلك مكافأة هامة وتدعيم لثقتها بنفسها من النواحي

النفسية 30: 10 h 07/4/2013 on.php www.saida city.com

توجد الرغبة عند بعض النساء للكسب المادي من أجل الشعور باستقلال الشخصية أو الشعور بمتعة العمل ولذته أو التحرر من الإحساس بأنها مضطرة للحياة مع زوج قد تكثر سلبياته فتحاول بواسطة العمل أن تنسى حديث النفس وهموم الدنيا (هيام ملقي، 1987، ص 27)

#### 4 – 3 الأسباب السياسية:

أيضا هناك دوافع سياسية وراء عمل المرأة حيث جاءت الدساتير والقوانين الدولية التي تنص على المساواة بين المرأة والرجل في الحقوق والواجبات، وانهقدت مؤتمرات دولية في كل من مكسيكو والقاهرة ودول أخرى لمعالجة أوضاع المرأة في الأسرة والمجتمع وفي المجال الاجتماعي والثقافي وخاصة السياسي حيث يعتبر العمل بالنسبة للمرأة كحق سياسي تسعى من خلاله الوصول إلى السلطة وقد هاجمت ماري ريان جوندروغ فكرة الشيوعية الاقتصادية للنساء وطالبت بحق المرأة في العمل، فالنساء في نظرها يجب أن يقتحن كل الوظائف الصناعية والسياسية من أجل أن لا تبقى في مكانة وضيعة وهامشية لأنه بخروجها للعمل يمكنها أن تشارك في القرار السياسي للدولة.

## 4 – أدوار المرأة العاملة:

مما لا شك فيه أن المرأة تقوم بأدوار عديدة ومتنوعة وتسهم بشكل كبير في تنمية المجتمع، ثم إن السياسات الإنمائية التي تعتمد فقط على قوانين السوق دون الأخذ في الاعتبار العدالة الاجتماعية والبيئية وترقية الإنسان، وبخاصة دور المرأة مثل هذه أثبتت إفلاسها وذلك بإجماع الخبراء بمختلف توجهاتهم (علي غربي وآخرون، 2003، ص 51) ولذلك نوجز كل من دورها الاقتصادي والاجتماعي في مايلي:

## 5 – 1 الدور الاقتصادي للمرأة العاملة:

لقد لعبت المرأة دورا اقتصاديا كبيرا قبل الثورة الاقتصادية في كل المجتمعات حيث كانت الأسرة هي وحدة الإنتاج يتعاون كل أفرادها بغض النظر عن جنسهم، في سبيل إنتاج احتياجاتهم (الوحيشي أحمد بيبي، 1998، ص 177)، وتؤكد العديد من الدراسات على أن من بين مؤشرات تقدم المجتمع مساهمة نسائه في النشاط الاقتصادي، بل إن هناك آراء ترى أن أي خطة تنموية لا بد أن تعتمد في جهودها على مشاركة المرأة بجانب الرجل، بوصفها نصف القوى البشرية في المجتمع (فيصل حسونة، بدون سنة، ص 231)

تساهم المرأة في العديد من الصناعات التمويلية مثل صناعة الدواء، والمأكّل والملبس والحياكة والأشغال اليدوية والزخرفة والنسيج الرفيع وصناعة اللبن والجبن، وتربية الدواجن والعمل بالزراعة والحقل والبيع والشراء بالسوق.... الخ مشاركة بذلك في تحقيق الانتعاش الاقتصادي لأسرتها وكذا المعارف الإرشادية، كما أنه من المعروف

أن المرأة تمثل نصف الطاقة البشرية في المجتمع العربي القروي والذي يقدر بحوالي (20.8%) حسب الإحصاء الدولي العام (عصام نور، 2002، ص 39).

## 5 – 2 الدور الاجتماعي للمرأة العاملة:

- مما لا شك فيه أن المرأة العاملة تشرف على القيام بأدوار اجتماعية عديدة نوجزها في:
- دورها في الأسرة حيث تقوم بدور المربي الأول للأطفال بالتعاون مع زوجها في إعداد وتربية أبنائها إعدادا صالحا للحياة.
  - دورها في المدرسة بمختلف مراحل التعليم من الحضانة إلى مرحلة الثانوي حيث تسهم في تربية النشء في هذه السن الخطيرة.
  - شخصيتها في الحقل التعليمي حيث دخلت المرأة هذا الحقل وأدلت بلاءا حسنا وساهمت المرأة في إعداد الأجيال الصاعدة.
  - شخصية المرأة في مجالات العمل حيث أن المرأة العربية اتخذت دورا قياديا في كثير من المؤسسات الإنتاجية و الاجتماعية.
  - تؤدي المرأة دورا هاما ورئيسيا في مجال الطب والتمريض، ولا تخلوا المرأة من عطائها وتواجدها في مجال الإعلام والفن (عبد الرحمن عيسوي، 1998، ص 304).

## 5 – الاتجاهات نحو عمل المرأة:

إن وضع المرأة في المجتمع العربي يتأرجح بين ثلاث اتجاهات رئيسية هي:

## 5-1 – الاتجاه الأول:

وهو الاتجاه التقليدي المحافظ ويرى أنصار هذا الاتجاه أن عمل المرأة الأساسي، ووظيفتها الحقيقية تتلخص في تفرغها لبيتها، فعمل المرأة في البيت لإدارة شؤونه الداخلية وتربية الأطفال والقيام على شؤون الزوج من أساسيات الحياة التي ينبغي عدم التغافل عنها، وقد اعتبر بعضهم العمل خطرا يهدد سلامة العائلة، ودين المرأة وأخلاقها ولذا اتجهت هذه البحوث إلى حشد الروايات التي تؤكد على دور المرأة الأسري، وإلى استقصاء المعلومات الحديثة عن الأضرار التي سببها خروج المرأة إلى العمل في المجتمعات الحديثة، وربما كان هذا الاتجاه ينطلق عند البعض من نظرة أنانية ذكورية تريد أن تستحوذ على كل ما للمرأة لتكون خالصة للرجل، عقلها وقلبها ورقتها وطاقتها فهي متعته وسلوته وخادمته 09:00 h 17/06/2012 rafed.net

وقد أظهرت مجموعة من الدراسات أن هناك علاقة متبادلة بين وقوع خلافات نتيجة لعمل الزوجة ومدة الحياة الزوجية، فكلما قلت مدة الحياة الزوجية كان ذلك نتيجة لوقوع خلافات سببها عمل الزوجة، وكلما سبب عمل الزوجة خلافات كانت مدة الحياة الزوجية قصيرة، وبالتالي أدت إلى الطلاق، كما أظهرت دراسات أخرى حول مدى وجود علاقة بين عمل المرأة واستقلالها وازدياد حالات الطلاق، إذ يترتب على عمل المرأة عدم تفرغها للأسرة وإهمالها لبعض شؤون الزوج والأبناء، وكذلك يترتب على عملها آثار نفسية يأتي في مقدمتها الشعور المتزايد بالاستقلال، والاعتزاز بكيانها



ونتيجة إحساس الزوجة العاملة بقدرتها على الاستقلال يتولد عند الرجل إحساس داخلي بالضعف فيحاول أن يتغلب عليه بالقسوة على الزوجة ، رغما عنه ليؤكد أنه مازالت له الكلمة العليا، والسيطرة الكاملة فلا بد أن يصطدم بالشخصية الاستقلالية للزوجة،

فتحاول أن تتأثر ويصل الأمر إلى الطلاق [www.alifta.net](http://www.alifta.net) 22/05/2011

هذا وقد اهتم الإسلام بالبيت المسلم وإصلاحه اهتماما بالغاً، فأمر المرأة بالقرار في بيتها فقال « وقرن في بيوتكن ولا تبرجن تبرج الجاهلية الأولى » أي أقرن فيه لأنه أسلم لكن وأحفظ، ولا تبرجن أي لا تكثرن الخروج متجملات متطيبات كعادة أهل الجاهلية الأولى اللذين لا علم عندهم ولا دين، فكل هذا دفع للشر وأسبابه، وقال تعالى في بيان آلائه ونعمه على الناس « ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون » أي من آياته الدالة على رحمته وعنايته بعباده وحكمته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا تتاسبكم وتتاسبوهن لتسكنوا إليها ويحصل التوافق والمودة، وهذا يطرح تساؤل هل يمكن أن يتحقق هذا الأُنس الروحي وذلك السكن وتلك المودة والرحمة في بيت خرجت منه المرأة إلى العمل ، وأنهكت فيه وشغل بالها بما فيه من مسؤوليات وأعمال، أم أنها ستؤثر ببيتها وزوجها وتعرض عن الراتب الشهري المغربي الذي سيكون على حساب حقوق زوجها ( محمود الحمود النجدي ، 2000 ، ص 16 )

## 5 – 2 الاتجاه الثاني:

ويمثل فكرة الغالبية من الرجال والنساء ويتسم بنظرة متحررة نسبيا من دون أن يكون ذلك معارضا للتقاليد المستقرة مع إبقاء المرأة منسوبة إلى الرجل، ومحتاجة إلى رعايته سواء أكان أبا أو زوجا أو أخا، وينظر أصحاب هذا الاتجاه إلى موضوع عمل المرأة وخروجها من زاوية الإسلام الجامعة بين العمل والعاطفة، فمدنية الإسلام وحضارته العريقة لا ترضى للمرأة غير الانسجام الكامل مع قوانين الفطرة، فهو بذلك يفتح لها الباب للتخصص الملائم على مصراعيه لتكون الطيبة النسوية مثلا والخيرة الاجتماعية والمربية المدرسية، وما إلى ذلك من مثل هذه الأعمال التي لا يكون نجاحها على حساب البيت والأمومة، فأصحاب هذا الاتجاه يرون أن العمل حق ضروري ولكن في المجالات التي تتناسب مع أوثقتها ولا تتصادم مع القيم الإسلامية (هلا سبيع السباعي ، 2003، ص 13)، ويقول الدكتور محمد أمان بن علي الجامي رحمه الله في رسالته النافعة (نظام الأسرة في الإسلام)، ولسنا نقول كما يظن أن المرأة لا تخرج من بيتها لمزاولة الأعمال، كلا بل للمرأة المسلمة أن تعمل ولها مجالات واسعة في العمل، والقول بأن الإسلام يمنع المرأة عن العمل إساءة للإسلام، فالمرأة لها أن تزاول أعمالها دون محاولة أن تزاوم الرجال أو تختلط بهم أو تخلو بهم.

للمرأة أن توظف مدرسة، مديرة أو كاتبة في المدارس النسائية ولها أن تعمل طبيبة أو ممرضة أو في أي عمل تجيده في المستشفيات الخاصة بالنساء إلى آخر الأعمال

المناسبة 29/09/2010 h17:15 Majdah.maktoob.com وأوضح الدكتور الفوزان أن الإسلام أباح للمرأة أن تتولى العمل في أي وظيفة تتناسب طبيعتها وقدراتها لكي تثبت جدارتها وتكسب المزيد من المال ولتشارك الرجل في خدمة مجتمعها وتميئه وسد حاجاته، وتسهم في التطوير والإبداع والنهوض الحضاري في شتى المجالات بالإضافة لقيامها بحقوق زوجها وأولادها وأرحامها، مؤكداً أن المرأة نصف المجتمع، وهي التي تعد المجتمع كله ولا يمكن لمجتمع أن ينهض ويتطور دون جهد المرأة وجهادها فالأصل في عمل المرأة هو الإباحة وقد جعلت له الشريعة شروطاً وضوابط فهي حفظ مصالح المرأة والمجتمع وتدرأً المفسد عنها.

www.fiqh.islammessage.com 03/06/2013 h 09:00

### 5 – 3 الاتجاه الثالث:

وهذا الاتجاه المتحرر المتفتح الذي يؤمن بالمساواة بين المرأة والرجل في العمل وهذا الاتجاه يساوي بالحقوق والواجبات بين المرأة والرجل في المجالات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية كافة، ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن تخلف المجتمع العربي يعود لانعدام حرية المرأة وجهلها وعدم اطمئنانها على مستقبلها لكونها عضواً غير فعال في هذا المجتمع، وهؤلاء يطالبون بفتح الأبواب أمام المرأة في التعليم والتدريب بمختلف أنواعه (على بشرى، 1993، ص 113)

## 6 - أثار عمل المرأة

لقد تناول الباحثون والمفكرون أثار عمل المرأة من منظورين، يتعلق الجانب الأول بالأثر السلبي لعمل المرأة ويتعلق الثاني بالأثر الايجابي لعملها وعموما، سنتناول أثار عمل المرأة في الجوانب التالية:

## 6 - 1 أثار عمل المرأة على صحتها النفسية والجسمية:

إن لعمل المرأة أثار على صحتها النفسية والجسمية وهذه الآثار تتأرجح بين رأيين هما:

الرأي الأول (الجانب السلبي) المرأة المعاصرة خرجت للعمل مدفوعة بعدة عوامل (اقتصادية، اجتماعية، نفسية) فأصبحت تواجه عددا كبيرا من العوامل المتغيرة والمحيطة بها، مما جعل دورها معقدا ومرهقا نتيجة ازدواجية عملها داخل البيت وخارجه وهذا ما جعل دورها الحديث والمديد ( خروجها للعمل) يعود بالسلب على نفسياتها، ويسبب لها الكثير من المتاعب النفسية كالقلق والاكتئاب لأن خروجها للعمل خارج المنزل فتح الباب لهموم متنوعة، تبدأ من معاناتها مما يفوق طاقتها أحيانا وتؤدي بها في النهاية إلى حالة الاضطراب النفسي، وقد ثبت أن المرأة العاملة تكون أكثر عرضة للقلق والاكتئاب خاصة إذا كانت أم لأطفال صغار، فهي تدفع ثمن عملها من راحتها وأعصابها (لطي عبد العزيز شربيني، بدون سنة، ص 297)، والمسؤوليات الجديدة التي تتحملها المرأة جعلتها عرضة للاضطراب النفسي والتوتر الشديد والقلق الدائم،

حيث أنها تعمل كل يوم ثماني ساعات ثم ترجع إلى البيت مجهدة الجسم متعبة النفس، لتجد في انتظارها شلالا من المسؤولية، فالمنزل بحاجة إلى ترتيب وتنظيم، والأطفال ينتظرون من يعد لهم الطعام ويهيئ لهم جو الطفولة وغيرها من الوظائف، والعناية بالزوج مما يجعلها جسما ونفسيا عرضة في النهاية لكثير من الأمراض كالأمراض الجسدية، وعلى رأسها أمراض القلب والدورة الدموية والصداع والتشوه الجسدي والإحصائيات باتت تؤكد أن (78 %) من نسبة الأدوية المهدئة تصرف للنساء العاملات، ففي المجتمع الألماني مثلا تشير الإحصائيات أن نسبة وجع الرأس الدائم عند العاملات هو أكبر سبع مرات من تلك اللائي بدون عمل، والمرض الجنسي من موت الجنين أو الولادة قبل الأوان هو عند العاملات بشكل مرعب، ويرجع ذلك إلى الوقوف الدائم والجلوس المنحني أمام منضدة العمل، كما يعود التشويه الجسدي عند النساء كتضخم الرجلين أو تضخم البطن إلى الحالات النفسية (حسن مصطفى، 2004، ص ص 115، 116)، كما أننا نجد المرأة من الناحية الجسمية تتميز بضعف البنية ويصيبها التعب والملل نظرا لروتينية وكثرة الأعمال التي تؤديها مقارنة بالأعمال التي يؤديها الرجل، حيث أشارت إحدى الإحصائيات أن نسبة (72 %) من النساء العاملات بألمانيا مصابات بالأمراض العصبية وحالات الضعف العام (محمود أيوب شحيمي، 1997، ص، 63)، ونظرا لعدم ارتياح الرجل لأي تخفيف من جانب المرأة من حيث مسؤولياتها كمرأة وزوجة فإن التعب الملقى على الزوجة في هذه الحالة أصبح عبء مضاعفا،

مما سبب لكثير من الزوجات الإرهاق والإحساس الدائم بالتعب، ومع صراع الأدوار الذي تعيشه المرأة أصبحت المرأة العاملة مضطرة إلى أن تجمع بين الأمومة المتمثلة في احتضان الأطفال وتربيتهم وبين العمل الذي يدر دخلا إضافيا وأساسيا أحيانا على الأسرة، فازدادت وضعيتها تازما وتعرضا للإرهاق الشديد حيث أصبحت مجندة للقيام بأدوار متعددة في نفس الوقت بينما ضل الرجل يقوم بعمل واحد (محمود أيوب شحيمي، 1997، ص، 97) كما أن عمل المرأة يؤثر على أنوثتها وعلى رغبتها الجنسية، وعلى قدرتها على الإنجاب تأثيرا سلبيا، و إن عمل المرأة خارج البيت يوفر لها استقلالاً اقتصادياً يتيح لها أن تكون غير مرتبطة برجل أبا أو زوج أو أختا ارتباط كفاية وحاجة إلى الإنفاق، وهذا الاستقلال يضمن لها حرية الرأي في اختيار الزوج أو الصديق لكن خارج الأسرة، واختيار المعيشة التي تريد بعيدا عن العادات والتقاليد وهذا يتيح لها الفساد وللذئاب من البشر افتراسها، [WWW.PDFFACTORY.COM](http://WWW.PDFFACTORY.COM) 22/02/2011 h 17:55 وخروج الأم لميدان العمل وتركها لأطفالها دون رعايتها واهتمامها وحبها وحنانها يولد لدى أغلب الأمهات شعور بالذنب، لأنها تدرك مدى ضرورة تواجدتها مع أطفالها كما أنها تعي تأثير غيابها على تربية أولادها وخطورة إهمالها لهم، حيث أجريت دراسة في نيو أنجلند newengland على مجموعة من الأمهات الغير مشغلات وقد أظهرت الأمهات العاملات بعض الذنب بسبب احتمال إهمال أطفالهن

بينما لا يواجهن اهتماما كبيرا فيما يخص إهمالهن لأعمال البيت (كميليا عبد الفتاح، 1990، ص 102).

### الرأي الثاني (الجانب الإيجابي):

المرأة المعاصرة ترغب في العمل خارج المنزل لأن تخصص المرأة في العمل المنزلي يجعلها منعزلة في معظم الأحيان، ولا يوجد أمامها مجال كافي للتفاعل مع الآخرين، وهذا بلا شك يقلل من إشباعها، كما أن الأعمال المنزلية التي تتسم بالرتابة والروتينية قد تحقق إشباعا أكثر إذا قام بها فردان من الأسرة بدلا من فرد واحد، ولذلك فإن عمل المرأة يحقق رفاهية للأسرة في ظل الأوضاع السائدة، خاصة إذا فقد الزوج وظيفته أو تراجع مستوى كسبه لسبب أو لآخر (يحي زيتون، 2000، ص 25).

إن المرأة المشتغلة إنما تعمل مدفوعة برغبة في تأكيد ذاتها وتحقيق إمكانياتها، والمساهمة في تطوير المجتمع أي أن لديها رغبة في القيام بدور ايجابي نشيط في الحياة، ونتيجة إحساس المرأة بذاتها القوية وقدرتها على القيام بالأدوار المختلفة فإنها تصبح أكثر استقرارا من الناحية النفسية عن المرأة غير المشتغلة، فاشتغال المرأة يساعد على ترك المخاوف والسيطرة عليها، إذ يعتبر سلوكا ايجابيا سويا والذي من خلاله تستطيع أن تحقق ذاتها والذي يعطي الإحساس بالأمن، هذا الإحساس الذي تفقده بدرجة كبيرة غير المشتغلات، فالمرأة العاملة تريد عن طريق اندفاعها إلى العمل أن تثبت للمجتمع ولنفسها كم هي كفاء للقيام بدور ايجابي فعال، لابد أن يخرج عن الدور الأنثوي داخل جدران المنزل (كاميليا عبد الفتاح ، 1990 ، ص 275).

## 6 - 2 أثر عمل المرأة على أطفالها:

قد يتوقع البعض أن أطفال الأم العاملة خارج المنزل يختلفون عن أطفال الأم غير المشتغلة، لكن المشاهدات والبحوث لا تدعم هذا الافتراض، كما يبين (كير يما فيشر) أن كثيرا من الأمهات المشتغلات يحاولن بشدة أن يثبتن لأنفسهن ولأقاربهن أنهن لم يهملن أطفالهن، وأنهن يقضين معهم ساعات فعلية أكثر مما تقضيه ربات البيوت مع أطفالهن (كاميليا ابراهيم عبد الفتاح، 1990، ص ص 94، 95)، هذا وقد أخذت المدرسة التحليلية النفسية أهمية العوامل النفسية التي تربط الطفل بأمه في السنوات الأولى من عمره والآثار العميقة لهذه العوامل على نموه الانفعالي، وأهمية الحب في حياة الطفل، ترجع إلى أنه أول مظاهر العاطفة عنده اتجاه الآخرين، وحب الطفل لأمه خاصة يساعده على اكتساب الكثير من العادات التي ينبغي أن يتعلمها عن طريق المحاكاة، وبالنسبة لأثار عمل الأم على طفلها هناك تباين في الآراء فنجد البعض يرى أن عمل الأم جانب ايجابي في تطوير شخصية الطفل وفيما يلي عرض مختصر لهذه الآراء

— إحساس المرأة بذاتها أكثر نضجا من غير المشتغلة، ومن هنا فهي تعكس هذا الإحساس والنضج بالنجاح على أطفالها.

— المرأة المشتغلة تربط أبناءها بالواقع العلمي لأنها خبيرة وتعطيهم دائما الخبرة وتشجعهم نحو الاستقلال، وذلك نتيجة لاتصالها المباشر والدائم بالعالم الخارجي



— يتأثر الطفل في سنواته الأولى بشدة لغياب أمه، وقد تلقى الإحباطات بسبب انشغالها إن لم تعوضه عن ذلك الغياب، بالإقبال عليه بشوق ولهفة وحنان، وفي المقابل هناك من العلماء من يرى أن من الأفضل للأطفال أن يلقوا بعض الإحباط عن طريق غياب الأم بعض الوقت طالما هناك من يحل محله، وتشير بعض الدراسات إلى أن أبناء العاملة أكثر نضجا من الناحية الانفعالية من أطفال غير العاملة (سامية مصطفى الخشاب، 1983، ص 111)، إلا أن هناك فريق آخر من الباحثين أبرز عدة تأثيرات لعمل الأم خارج منزلها وتخليها جزئيا عن مسؤولياتها في تربية طفلها ونلخص هذه الآراء فيما يلي:

— يجد الطفل نفسه في أسرة منعزلة.

— يعيش أغلب وقته في مسكن صغير بين جدران الحجرات الضيقة.

— مجال اللعب في أغلب الأحيان محدود بل أنه غالبا ما يكون متعذرا في كثير من المساكن الحديثة في المدن وشقق صغيرة تضيق بالأثاث.

— رغبة الطفل في البحث والتنقيب والتجريب فيما حوله من الأشياء، تقيدها رغبة الكبار في المحافظة على نظافة المسكن ونظامه.

— أما خارج البيت فكثيرا ما يتعذر عليه أن يتصل بغيره من الأطفال حتى الكبار منهم هذه البيئة التي يعيش فيها الطفل (طفل الأم العاملة) لا تثير في نفس الصغير إلا الضيق والتوتر والضغط والشعور بالحرمان (كلير فهميم، 2005، ص 23)، إن الغياب

المتكرر أو الانفصال الجزئي للأم عن طفلها طوال اليوم من أبرز العوامل التي تزلزل أمن واستقرار حياة الطفل خاصة أثناء مراحل حياته الأولى وبالتالي فإن غياب الأم يجعل الطفل غير واثق من نفسه ولا في من حوله مما يؤدي به في النهاية إلى عدم التكيف والاندماج السليم في المجتمع مما يتطلب من الأم محاولة إشباع حاجات طفلها وغرس الثقة والأمان في نفسه من أجل تهيئته إلى الدخول في المجتمع والحياة الاجتماعية بمختلف معاييرها وقيمتها (أنسي محمد أحمد قاسم، 1998، ص 25) كما يرى بولي BOULLY أن الانفصال المبكر الطويل للأطفال عن أمهاتهم كان سببا أوليا لنمو سمة الجنوح واستمرار سوء السلوك وقد استمد بولي قناعاته هذه من ملاحظته للأطفال الصغار المودعين بالمؤسسات وقد وجد في دراسته الإكلينيكية ل (44) لصا أن بعضهم تبدو لديه عدم القدرة على إقامة علاقات طويلة ودائمة مع الآخرين ، وقد ارتبط هذا العجز لديهم بغياب الأم (جون بولي، 1980، ص 183) فالطفل يستشرف ثقته بنفسه وبالناس والمجتمع من أمه، وانفصاله عنها من العوامل التي تزلزل أمنه وتشعره بالضيق والشقاء وتغرس في نفسه الشعور بالحيرة والارتباك (سهير كامل أحمد، 1998 ، ص 42)، وتشير الدراسة التي قامت بها نبيلة أبو زيد علم (1987) إلى أن أبناء الأم العاملة يتميزون بالعنف والعصبية الزائدة في تنشئتهم ، فالأم ليس لديها الوقت الكافي لتلبية جميع مطالبهم، وبطبيعة الحال ستقوم بالأعمال المنزلية الأساسية وتلبية حاجاتهم الضرورية فقط، فالتعب الجسدي والإرهاق النفسي تخنفي معه المشاركات الاجتماعية

مع الأبناء، والمشاركة في اهتماماتهم وحل مشاكلهم (أنسي محمد أحمد قاسم، 1998، ص 128)، فالأم لا تقدم الغذاء والوقاية فقط بل تقدم ما هو أهم، العطف والحب والحنان وإذا كان إهمال الغذاء والحماية كثيرا ما يؤدي بالطفل إلى المرض أو إلى الهلاك في بعض الأحيان فإن إهمال الطفل وحرمانه من العطف والمحبة، غالبا ما يهدد كيانه بالخطر لأن الحرمان العاطفي كالجوع لا يمكن للطفل أن يتغلب عنه أو يتحملة، دون أن يصيبه منه الضرر خاصة في السنوات الأولى من عمره (محمد عبد الطاهر الطيب، 1991، ص 160) إن غياب الأم عن المنزل يعرض الطفل إلى مشاكل أكثر خطورة وعلى رأسها سرقة الأطفال التي يتعرض لها نتيجة اشتغال أمهاتهم، ففي الولايات المتحدة الأمريكية يبلغ عدد الأطفال المفقودين كل سنة حوالي (1,08) مليون طفل وتشير التقديرات والإحصائيات أن الرقم قد يتراوح بين (6000 و 50000) هم كالأطفال كاهن يفترض أنهم ضحايا اختطاف مجهول السبب ربما بغرض استخدامهم في تجارة البغاء أو بغرض بيعهم في تجارة البغاء أو بغرض بيعهم في السوق السوداء لبعض الأفراد الذين يودون الحصول على أطفال للتبني، لذلك فبعض المجتمعات بدأت ببرامج الغرض منها تعليم الأطفال كيفية تجنب اختطاف محتمل مع تقديم وسائل وأساليب الدفاع عن النفس، والبعض الآخر بدأ حملة تجميع بصمات الأطفال لتقديمها للبوليس عند الحاجة 01/01/2012 h 08:02 ، وفي دراسة أجرتها مليكة محمد مشينيش عام (1990) بعنوان الآثار النفسية والاجتماعية لخروج

الأم إلى العمل على أطفالها في مدينة عمان، تبين أن هناك بعض المشكلات التي انفراد بها أطفال الأمهات العاملات وهي سرعة الغضب، ملازمة الأم أثناء وجودها بالمنزل الإلحاح في طلب النقود، الشكوى عن المشاركة في الأعمال المنزلية، عدم إنفاق النقود بحكمة، عدم قضاء وقت كافي في الدراسة عدم المحافظة عن الكتب والأدوات المدرسية (علي بشرى، 1995، ص 45)، وقد بينت دراسة لويل أن البيوت التي تعمل فيها الأم تميل إلى تفضيل طرق نظامية حاسمة وتشجع أبنائها على الاستقلال (رغداء نعيسة، 1995، ص 61)، بينما توصلت دراسة فريال بهجت التي تمت عام 1981 إلى أن المرأة العاملة ليست لديها الوقت الكافي لرعاية أولادها بالمعدل نفسه الذي يتوفر للمرأة الغير عاملة، ولهذا فإن دور المرأة في مجال التنشئة الاجتماعية للأبناء والرعاية التربوية أخذ في التضاؤل، وهذا ما تؤيده دراسة سعيد سعيد التي أفادت بأن عمل المرأة أدى إلى تدني قدراتها على القيام بالإشراف على الجانب التربوي لأبنائها، فهي غير قادرة على متابعة دراسة الطفل والإشراف على تحفيزه لواجباته الدراسية (نجاح محرز رمضان، 1999 ص ص، 55 ، 56).

### 6 - 3 آثار عمل المرأة الزوج:

من المحتمل أن نتوقع حدوث تغيير في العلاقات الزوجية على الأسرة التي تعمل فيها الزوجة، بحيث يمكن وجود اختلاف بين هذه الأسرة، والأسرة التي لا تعمل فيها الزوجة خارج المنزل، خاصة في البيئة العربية حيث تزيد متطلبات الزوج ومسؤوليات

الأسرة على المرأة بما يفسر تعدد البحوث التي تتناول مسألة تقييم مستويات التوافق الزوجي لدى الزوجات العاملات، وفي هذا المجال تميل البحوث الأمريكية إلى اعتبار أن عمل المرأة يعد عنصرا داعما للتوافق الزوجي أو أنه غير مؤثر سلبا على العلاقة الزوجية، والواقع أن عمل المرأة كعنصر مؤثر على الزواج يرتبط بموقف الزوج وموافقته على عمل المرأة حيث أجرت إحدى عيادات الاستشارات الزوجية بحثا حول موافقة الزوج على عمل الزوجة وأثره على التوافق الزوجي، حيث بينت نتائج البحث أن هناك صراعا أكبر في الأسر التي لا يوافق فيها الزوج على عمل الزوجة، وقد بدا فرق واضح بالنسبة للبنود المتعلقة بميزانية الأسرة أما دراسة ناني many سنة (1999) فقد خلصت إلى النتائج التالية أن المناقشات كانت أكثر حدوثا بين الزوجات والأزواج في الأسر التي تعمل فيها الزوجة فكانت نسبته بين العاملات (15 %) وبين غير العاملات (08 %) وارتفعت نسبة النساء العاملات اللاتي طلبن الطلاق حتى نسبة (60 %) في حين كانت نسبتها لدى غير العاملات (47 %)، أما التوافق الزوجي لدى النساء العاملات المتعلمات أعلى بنسبة طفيفة لدى غير المتعلمات.

[www.ae./telecast.html](http://www.ae./telecast.html) 29/02/2010 h 16:30

وفي دراسة أكاديمية هامة قارنت (كليجر) بين خمسين زوجة مشغلة وخمسين غير مشغلة في ضوء مقياس (ثيرمان) المعدل للتوافق الزوجي، ولم تختلف المجموعات اختلافا يذكر، كما لم يختلف في درجة الاختلاف بين الزوج والزوجة فيما يتعلق

بالآراء الخاصة بشؤون الأسرة (كاميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1990، ص 95)، والزوج ينتظر من زوجته أن تلبي متطلباته واحتياجاته مهما كانت الظروف، لذلك كثيرا ما تعاني الزوجات من احباطات عديدة إذ أنها برغم المجهود الضخم الذي تقوم به فإنها تكون عرضة للنقد على أقل تقصير، ويكون مصدر النقد بالطبع هو الزوج ولكن في بعض الأحيان قد يقوم الأطفال بنقد الأم أيضا، لذلك يجب على الزوجة أن تكون صبورة وقوية الاحتمال، كما يجب عليها أن تكون متفائلة دائما مهما حدث. (طارق كمال، 2005، ص 213)

وأحيانا يرى الزوج زوجته العاملة تعبت من عملها، تزيدها أعباء ومسؤوليات البيت إرهاقا فيتحرج من أن يبوح باحتياجاته النفسية <http://www.Islam online.net> 08/06/2013 h 12:00 كما يسبب له عمل الزوجة خارج البيت وساوس حول اختلاطها بزملاء العمل من الرجال، فيرى أن هذا الاختلاط قد يعرضها للغواية من طرفهم (محمود حسن، بدون سنة، ص 181)، كما أن التحولات التي أصابت أماكن العمل لا تجري في فراغ بل أنها تترك آثارها الجسمية على حياة الملايين من الأسر والعائلات ، لقد رافق هبوط دور الرجل التقليدي باعتباره كاسب الرزق ومصدر الدخل الأول للأسرة، ارتفاع نسبي في درجة المساواة التي تتمتع بها المرأة (أنتوني غدير، 2004، ص 70) مما يؤثر على مكانة الرجل في الأسرة وتغيير لدوره نسبيا، وعزز عمل الزوجة قوتها في التأثير على قرارات الزوج، مما جعلها ندا له وزاد من وقوع

حدة الصراع بينهما فأسقط دخول المرأة للعمل حق الزوج في التحكم فيها (Souad Khodja sans anné, p55)، ومن الناحية الإيجابية فإن تحمل الرجل المسؤولية لتوفير مستلزمات المعيشة وإدارة الشؤون المالية للأسرة، يخول له السيطرة على المرأة في غضون الحياة الزوجية وضمن العلاقات العائلية، وكذلك النساء ذوات الدخل العالي يتمتعن بحظ أكبر من الاستقرار في الأسرة، وإلى جانب ما وهبته الطبيعة للرجل من قوى بدنية أكبر فإن القانون يمنحه في بعض الحالات امتيازات تؤهله للتقدم على المرأة، فهو رب البيت وله حق إتخاذ القرار في القضايا العائلية الهامة (شكوة نوابي، 2001، ص 177) ثم إن التقدم السريع الذي شهده العلم والإبداع، وتحسن مستوى العناية الصحية أحدث تغيرات هامة في النماذج الحياتية، أدى إلى تحقيق نجاحا نسبيا في مجال تحديد النسل، لقد طرأت تطورات سريعة في العلاقات التقليدية بين الرجل والمرأة أيضا، واستطاعت المرأة من خلال عملها وحصولها على دخل خاص بها أن تحصل على الاستقرار إلى حد ما، مما ترك أثارا طيبة في مسار حياتها وهياها لفرصة الرقي والتطور في المجالات المختلفة (فاروق السيد عثمان، 2001، ص 91).

ورغم أن هناك نسبة كبيرة من الرجال ترفض عمل المرأة، وكذلك بأن يقوم الرجال ببعض الواجبات المنزلية لأسباب يعتبرها بعضهم تحط من شأنهم، ولا تتطابق مع تصوراتهم لكن يمكن القول أن الأسرة في البلاد العربية أكثر استقرار وتشكل البنية الرئيسية للمجتمع كونه مجتمع جماعي لا يغلب عليه الطابع الفردي المتواجد في معظم

المجتمعات الغربية، هذا هو الدور الرئيسي للأسرة، وقد يكون هذا أمرا رئيسيا وهاما للكثيرين في البلاد العربية.

[http :www.dw.worled.de/dw. Article 16/02/2010 h 06 :40](http://www.dw.worled.de/dw.Article%2016/02/2010%20h%2006%3A40)

#### 6 – 4 آثار عمل المرأة في تغيير الأدوار والسلطة داخل الأسرة

نظرا لكون الأب أو الزوج هو الذي يعول الأسرة اقتصاديا، ويمثلها في المجتمع وهو الذي يعمل طول الوقت، فإن هذا أكسبه دورا مسيطرا، وأعطى له سيطرة على الزوجة وعلى الأبناء، هذا النمط التقليدي لدور الزوج هو الذي ركز السلطة من الناحية الشكلية على الأقل في يد الرجل، ومع تقدم الصناعة وخروج المرأة للعمل والتعليم، كل هذا أكسبها مكانات مساوية للرجل وأصبح لها استقلالها الاقتصادي ، وجعلها شريكة للزوج في القرارات الأسرية، وتلاحظ سناء الخولي أن مفهوم الدور و الحقوق والواجبات للزوج أو الزوجة من الأدوار الغير ثابتة ولكنها تتأثر بعوامل اجتماعية وثقافية فبالإضافة إلى دخول النساء ميدانا كان قاصرا على الرجال، أصبح كثير من الرجال يقومون بأعمال كانت قاصرة في الماضي على النساء ولهذا أصبحت هذه المرونة وعدم وضوح الفصل بين الأدوار عائقا في سبيل تقديم تعريف دقيق لكل من أدوار الزوج والزوجة، في الوقت الحالي نتيجة للفروق الاجتماعية والاقتصادية الجديدة التي

تمر بها كثير من المجتمعات المعاصرة.(محمد أحمد بيومي، عفاف عبد العظيم ناصر

،2009، ص ص، 283، 284)



وتقول نيفا في هذا المقام « يبدو أن لعمل النساء خارج البيت تأثيرا على مكانه النساء وسلطتهن في اتخاذ القرارات الخاصة بشراء السلع المهمة وتربية الأطفال فعمل المرأة أحدث تعديلا في الطبيعة السيكولوجية للعلاقات الزوجية، التي كانت تقوم على علاقات السيد والمسود (كاميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1984، ص 85) ولقد أجريت عدة دراسات حول أثر عمل المرأة على السلطة في الأسرة وعلى علاقتها الزوجية، فلقد بدراسة قام بلود وهاملين Blood et hamlin أثر عمل الزوجة خارج البيت.

على التوقعات الخاصة بالتغير في علاقات السلطة الأسرية والممارسات الفعلية للسلطة وتوصلت الدراسة إلى عدد القرارات التي اتخذتها الزوجان العاملات، ووضعت موضع التنفيذ أكثر من عدد القرارات التي اتخذتها الزوجات غير العاملات، كما حاول هير معرفة ما إذا كان لعمل الأم خارج البيت تأثيرا على اتخاذ القرارات الأسرية في منطقة بوسطن بالولايات المتحدة الأمريكية، وقد توصلت الدراسة إلى أن الزوجة العاملة من الطبقة العاملة تمارس تأثيرا في اتخاذ القرارات الأسرية يفوق تأثير الزوجة غير العاملة (عبد المجيد شيحة، 1987، ص 123).

إن خروج المرأة إلى العمل وإهمالها أو تقصيرها في واجباتها البيتية يؤدي إلى الصراع بين المرأة وزوجها، حيث تضعف سيطرة الرجل على الأسرة وتصبح القرارات الأسرية ليست من حق الرجل، إذ أصبحت المرأة تشاطره المهام وتساويه في القدرات والدخل وقد تفوقه لأن كثيرا من أرباب العمل يفضلون المرأة على الرجل

وخاصة الذين ليس لديهم أهداف شريفة (محمد يوسف الشويكي، سعد عبد الله عاشور، 2006، ص19).

## 7 – مشاكل المرأة العاملة:

تعاني المرأة العاملة من مشاكل عديدة على الصعيد المهني والشخصي والاجتماعي جراء العمل نذكر أهمها:

### 7 – 1 مشكلات خاصة بسبب العمل:

وهي المتعلقة بالمشاكل الشخصية التي تعاني منها المرأة العاملة بسبب عملها خارج البيت، حيث أن المرأة العاملة تعاني مشكلة التأخر في الوصول إلى البيت، وكذا توترات نفسية نتيجة العمل والإجهاد البدني بسبب العمل والضغوطات العائلية ومشكلة التقصير في أداء الواجبات المنزلية، وكذا افتقار الوقت اللازم لرعاية الأبناء، وكذا طبيعة العمل ذاتها تؤثر على المرأة وقد تسبب لها التوتر والضيق، وكثيرا ما يأتي الضيق للمرأة العاملة عن طريق ظروف العمل نفسها، فهي بحاجة للتوافق مع هذه الظروف، وبحاجة للتوافق مع زملاء العمل، وبالقدر نفسه بحاجة إلى الحفاظ على مكانتها المهنية، وإثبات قدرتها في مواقع العمل

[www.kobani.net/vb/mewreply/php?do=mewreply.p=446076](http://www.kobani.net/vb/mewreply/php?do=mewreply.p=446076)

**7 – 2 مشكلات داخل العمل:**

وهي المتعلقة بنوعية المشاكل التي تواجه المرأة العاملة في محيط عملها، وتبين أن المرأة تعاني من مشكلات التعامل مع المواطنين، ومشكلة قلة الأجور مقارنة بالرجل وكذا مشكلة من يعملن خارج مجال تخصصهن، وكذا مشكلة طول وقت العمل

Shamtosham.my goo-net/t 1044.topic 15/4/2013

**7 – 3 مشكلة التحرش الجنسي:**

ونعني به تصرف شخص معين بطريقة مؤذية وغير ملائمة مع شخص آخر، أو مجموعة من الأفراد بسبب جنسه، وتعتبر المضايقات الجنسية المظهر الأكثر بروزا وهو سلوك غير مرغوب فيه ذا صبغة جنسية، وقد ازداد الاهتمام بالتحرش الجنسي نظرا لأن المرأة المتحرش بها تخاف من استمرار هذا التحرش سواء في مكان العمل أو في المدرسة، حيث تشير الدراسات أن التحرش الجنسي أو المضايقات الجنسية تبدأ من المراحل الابتدائية و الثانوية.

www .ahewar.org /debat/show.art.asp ?aid =1079 17/05/2013

هذا وكشفت دراسات مسحية في أمريكا عن أن امرأة من بين امرأتين تعرضت في حياتها الأكاديمية أو العملية إلى مضايقات جنسية ، التي تبدأ من التحقير أو الازدراء أو التهديد إلى أن يصل الأمر إلى العنف الجسدي، أما المضايقات في العمل فتعتبر نوعا من التحرش الجنسي يصدر عن أشخاص يشعرون بعدم الأمن ، وبالتالي يتم

تعويض ذلك بفرض سيطرتهم ومضايقتهم للآخرين ، وتترتب على المضايقات الجنسية داخل العمل نتائج ضارة تلحق بالمرأة وتؤثر على إنتاجيتها وأدائها المهني ، وتجعلها عرضة للإصابة بالضغط والاضطرابات النفسية والمشاكل الصحية ، مما يجعل المرأة تشعر بالإحباط والإحساس بالدونية ، وهو ما يؤثر في حياتها العملية والأسرية

( هبة محمود علي حسين ، دس ، ص 14 )

#### 7 - 4 مشكلة غياب الأم عن الأبناء :

إن تحمل الأم للمسؤولية الاجتماعية والتربوية والصحية والغذائية لأطفالها ، هي مسؤولية فريدة من نوعها لا يجيدها سواها ، إذ حتى المؤسسات التربوية المعاصرة لا تستطيع تقديم ما تقدمه الأم لأطفالها بنفس الأداء والكفاءة لذلك على الأم العاملة أن ترعى أطفالها وتربيتهم تربية صحيحة ، فلقد كفل الإسلام رعاية الأطفال منذ ميلادهم إلى أن يبلغوا سن الرشد ، وأول هذه الرعاية ولاية الحضانة ، حيث تنمو عواطف الطفل وغرائزه البشرية ، وجعل هذه الولاية كاملة للمرأة

( غريب سيد وآخرون ، 1995 ، ص 103 )

#### 7 - 5 المشكلات الناتجة عن التداخل بين مسؤوليات المرأة:

إن عمل المرأة ومساهمتها في النشاط الاقتصادي واتساع نشاطها وخروجها عن إطار الواجبات والمهام الأسرية ، يعكس تغيرات نوعية في العلاقات الأسرية ، وعلاقات

الإنتاج في المجتمع ، واختيار المرأة لدورها في الحياة أصبح معقدا إلى حد كبير ، وذلك لتعرضها لضغط قوى عديدة ، فهي من ناحية تخضع لضغط التقاليد والطبيعة البيولوجية التي تدفعها إلى الأعمال المنزلية والأمومة ، ومن ناحية أخرى تتجذب إلى الفرص التي أصبحت متاحة أمامها في عالم الوظيفة والعمل ، والأجر ويواجه اختيار المرأة بالعقبات نتيجة لأربعة عوامل هي الزواج ، الأعمال المنزلية ، إنجاب الأطفال وتربيتهم ، والوظيفة وعند قيام الزوجة بكل هذه الأدوار يخلف لديها مشكلات وصراعات بينها وبين زوجها ، لأن المرأة من خلال تعليمها وعملها اكتشفت ذاتها وقدراتها وهذا ما أدى إلى تغيير في نوعية العلاقات الأسرية ، وبالتالي إلى مشكلات من نوع جديد في الأسرة ( سناء الخولي ، د س ، ص 90 )

#### 7 - 6 مشكلات على الصعيد الشخصي:

لقد ولد عمل المرأة الذي أخرجها من إطار الأسرة ومكنها من التفاعل مع مجتمعها والاستمتاع به بإرادتها الحرة مشكلات على المرأة نفسها ، لأن هذا العمل على الرغم من تأثيره إيجابيا على شخصية المرأة وتصرفاتها وأفكارها ، فإن هذه الأفكار الإيجابية نفسها قد تخلق من المرأة شخصية جديدة ضمن ظروف لا تتوافق تماما مع هذا التغيير مما يولد مشاكل على الصعيد الشخصي للمرأة وفي علاقتها بزوجها ، إن نضوج شخصية المرأة ووعيها بذاتها ، وعدم تقبل الرجل وتفهمه الذي يؤدي إلى نشوب الخلافات بين الزوجين يؤدي بالمرأة في كثير من الأحيان إلى كثير من الأمراض

النفسية بسبب تراكم هذه المشكلات استمراريتها برأي بعض المفكرين والأخصائيين الاجتماعيين

إن العمل يخلق صراعا حقيقيا في نفسية الزوجة العاملة ، ويبرز هذا الصراع في مظاهر مختلفة في داخلها تدعوها أحيانا إلى العودة إلى البيت كأم ، وتدعوها في الوقت نفسه تحت ضغط الحاجة إلى الاستمرار في العمل وتحقيق طموحها وهذا التناقض يخلق لديها موقفا نفسيا يظهر على شكل عدم الرضا وقلق نفسي خاصة إذا كانت تعمل في عمل روتيني ليس فيه إبداع ولا يساعد على ترقيتها مهنيا كما أن الصعوبات التي تواجهها المرأة العاملة في التوفيق بين أدوارها المتعددة ، أدت إلى إصابة المرأة بالتوتر النفسي والإرهاق ، إن التربية التقليدية نجحت في غرس عقدة الذنب إلى حد بعيد لدى المرأة العاملة ، التي تقضي جزءا من وقتها اليومي خارج المنزل إلى درجة أن المرأة العاملة تشعر بالذنب الكبير لمجرد حصول أي تقصير تجاه الزوج أو البيت وتعزو هذا التقصير إلى خروجها من البيت إلى العمل.

[www.kobani.net/vb/mewreply/php?do=mewreply.p=446076](http://www.kobani.net/vb/mewreply/php?do=mewreply.p=446076) 15/05/2013

## الفصل الخامس

### منهج وإجراءات الدراسة

1 - منهج الدراسة

2 - مجتمع الدراسة

3 - عينة الدراسة

4 - أدوات الدراسة

5 - الأساليب الإحصائية

**1 - منهج الدراسة:**

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي وذلك لمناسبته لأغراض الدراسة، هو الذي يعتمد على دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وكذلك معرفة اتجاه العلاقة هل هي علاقة إيجابية أم سلبية، (منى أحمد الأزهرى، مصطفى حسين باهي، 1999، ص، 27) وهو يعد طريقة في البحث عن الحاضر ويهدف إلى تجهيز بيانات لإثبات فروض معينة تمهيدا للإجابة على تساؤلات محددة بدقة، تتعلق بالظواهر الحالية وجمع المعلومات عنها بأدوات مناسبة وتحليلها. (إحسان الأغا، 2002، ص 43).

**2 - مجتمع الدراسة:**

يتكون مجتمع الدراسة من النساء العاملات في التعليم الابتدائي والممرضات المتزوجات في دائرة طولقة ولاية بسكرة ويعملن في القطاع العمومي، حيث اشتملت دائرة طولقة على أربعة مقاطعات تفتيشية كل مقاطعة حوت مجموعة من الإبتدائيات وبلغ عدد المعلمات المتزوجات فيها (175) معلمة أما في قطاع الصحة فقد حدد عدد الممرضات المتزوجات فيه بـ: 72 ممرضة، كما هو مبين في الملحقين رقم (6) و(7)



**3 - عينة الدراسة:****أ - العينة الاستطلاعية:**

من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة قامت الباحثة باختيار عينة استطلاعية من المعلمات والممرضات لدائرة طولقة حيث بلغ عددهن (30) مفردة (15) معلمة و(15) ممرضة اختيروا بطريقة عشوائية.

**ب - العينة النهائية (الأساسية):**

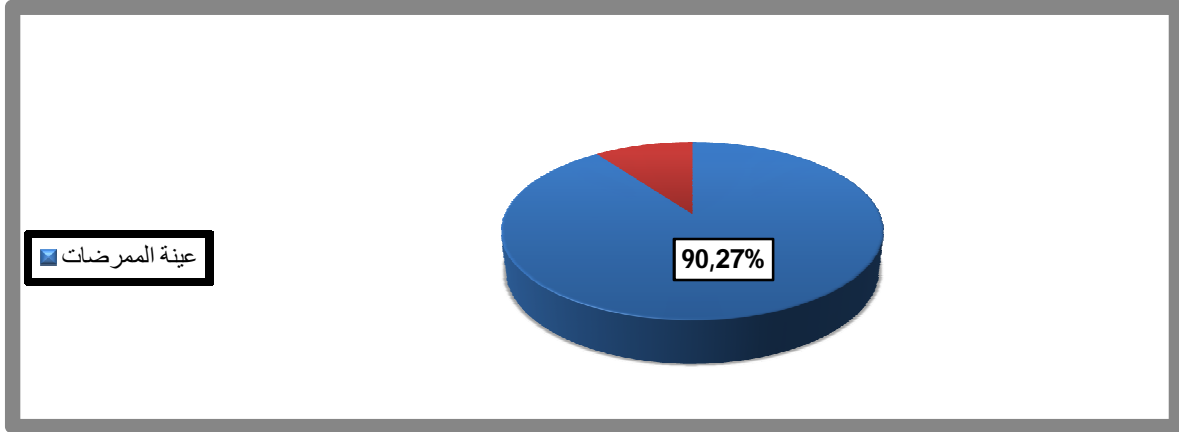
قامت الباحثة بمسح شامل لأفراد المجتمع الأصلي للدراسة، لفئتي المعلمات والممرضات حيث بلغ عدد أفراد العينة في حجمه النهائي (130) مفردة وتم استبعاد المفردات التي امتنعت أو كانت في عطلة مرضية أو في عطلة أمومة أو التي كانت استجاباتها منقوصة أو التي رفضت الاستجابة أساسا كما يوضح الملحق رقم (08)

## توصيف العينة في حجمها النهائي وخصائصها:

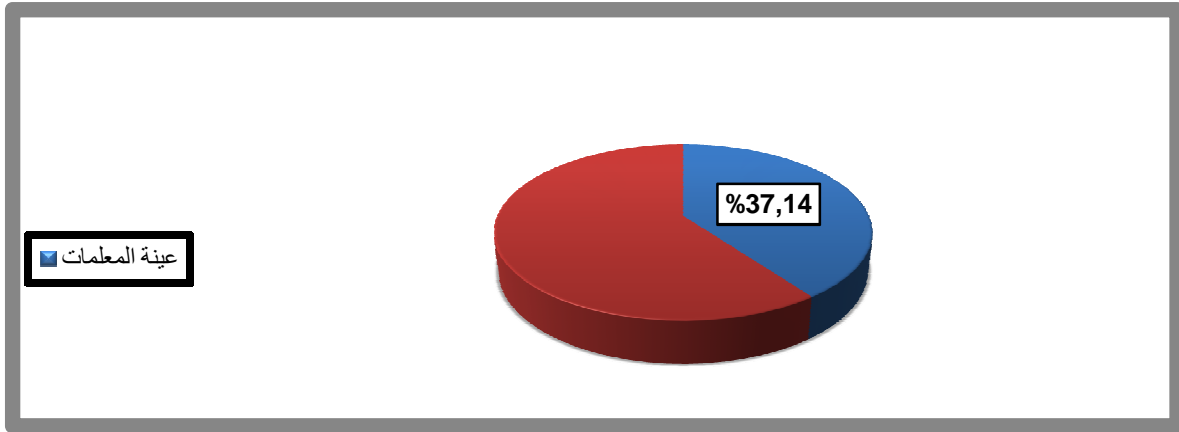
جدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد العينة حسب المهنة

المعلمات			الممرضات		
النسبة المئوية	العينة	مجتمع الدراسة	النسبة المئوية	العينة	مجتمع الدراسة
90,27%	65	72	37,14%	65	175

من خلال الجدول رقم (04) الذي يوضح اختيار عينة الدراسة من مجتمعي المعلمات والممرضات استنادا إلى المهنة، حيث أن عدد المستجيبات بالنسبة لعينة الممرضات بلغ (90,27%) بالنسبة لمجتمع الممرضات، وهي نسبة عالية جدا مما يوحي بتجاوب أفراد العينة وعدم امتناعهن عن الاستجابة، في حين كانت نسبة المعلمات (37,14%) وهي قليلة مقارنة بنسبة الممرضات نظرا لمجموعة من الظروف كانت أهمها امتناع نسبة منهن عن الاستجابة، ونسبة أخرى كانت استجاباتها منقوصة مما جعلنا نستبعدنا ناهيك عن من كن في عطلة مرضية أو عطلة أمومة، وعموما الملحق رقم (08) يوضح ذلك.



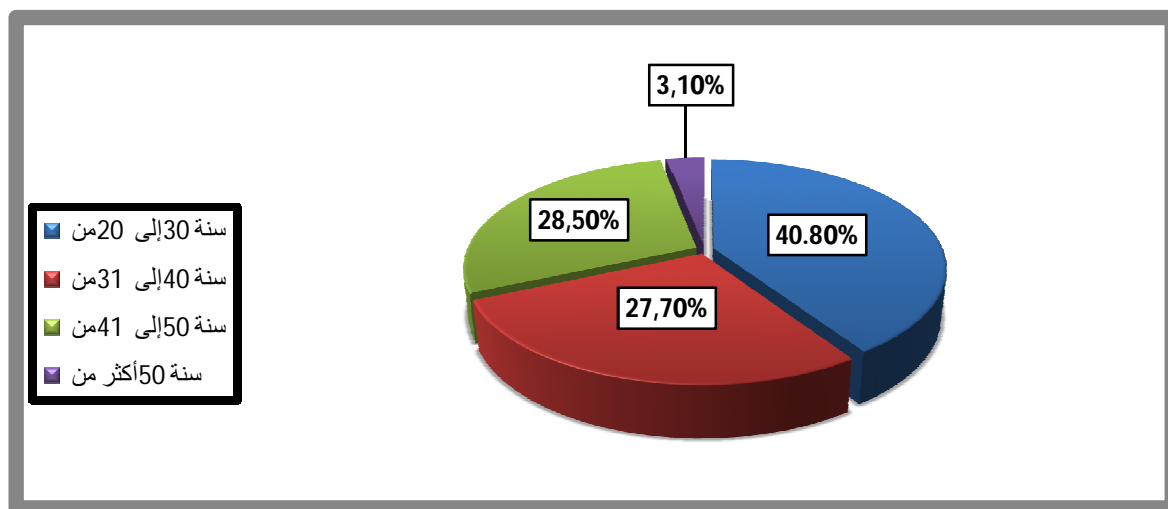
شكل رقم (13) يوضح نسبة عينة الممرضات بالنسبة للمجتمع الأصلي لها



شكل رقم (14) يوضح نسبة عينة المعلمات بالنسبة للمجتمع الأصلي لها

جدول رقم (05) يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن

النسبة المئوية	التكرار	السن
40,8	53	من 20 إلى 30 سنة
27,7	36	من 31 إلى 40 سنة
28,5	37	من 41 إلى 50 سنة
3,1	4	أكثر من 50 سنة
100	130	المجموع



شكل رقم (15) يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن

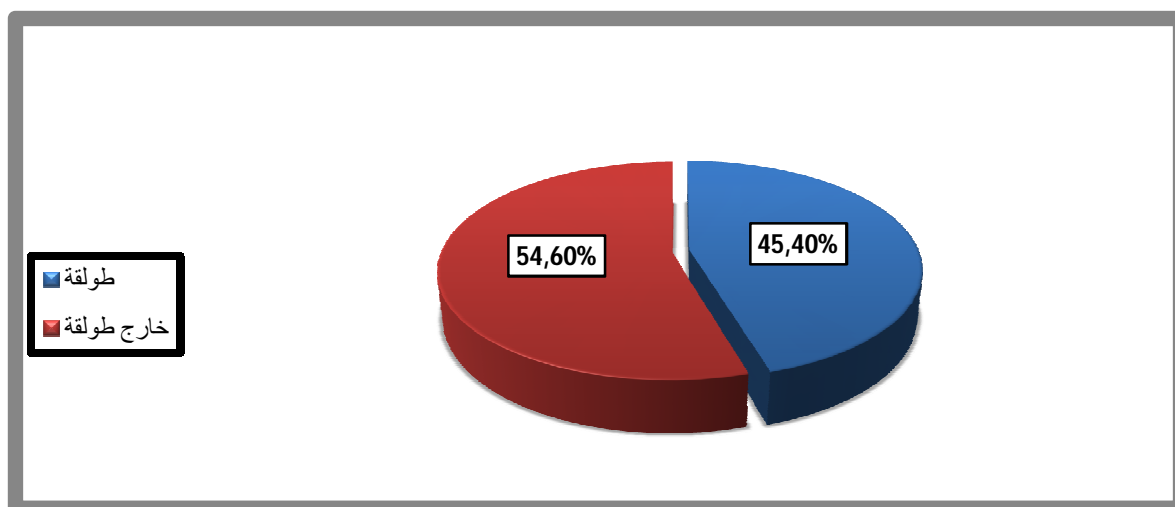
من خلال الجدول رقم (05) والشكل رقم (14) يتضح أن أغلب أفراد العينة هن من فئة عمرية بين (20 – 30) سنة أي ما نسبته (40,8%) وهي فئة الشباب الذي يوحى بالنشاط والعطاء أكثر في مجال العمل، يليها الفئة العمرية بين (41 – 50) سنة بنسبة

(28,5%) ثم الفئة العمرية بين (31 – 40) سنة بنسبة (27,7%) وأخيرا الفئة

العمرية أكثر من (50) سنة مثلت نسبة (03,1%) وهي نسبة ضئيلة جدا

جدول رقم (06) يوضح توزيع أفراد العينة حسب مكان الإقامة

الإقامة	التكرار	النسبة المئوية
طولقة	59	45,4
خارج طولقة	71	54,6
المجموع	130	100



شكل رقم (16) يوضح توزيع أفراد العينة حسب مكان الإقامة

والملاحظ أيضا من خلال الجدول رقم (06) والشكل رقم (15) أن أفراد العينة من

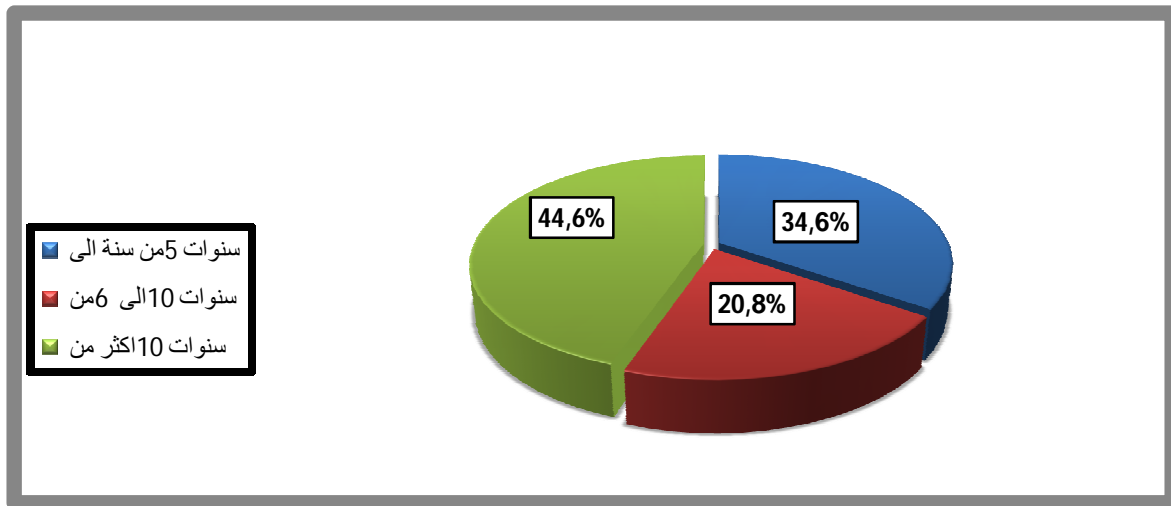
حيث مكان الإقامة مقسم إلى عاملات من دائرة طولقة وعاملات من خارج دائرة

طولقة وعددهن في الفئتين متقارب، فبالنسبة للفئة المقيمة خارج دائرة طولقة، تطرح

مشكلة التنقل من البيت إلى مكان العمل وهو أمر يدعو للتعب والإرهاق جراء التنقل اليومي.

جدول رقم (07) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الخبرة

النسبة المئوية	التكرار	الخبرة
34.6	45	من سنة الى 5 سنوات
20.8	27	من 6 الى 10 سنوات
44.6	58	اكثر من 10 سنوات
100.0	130	المجموع



شكل رقم (17) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الخبرة

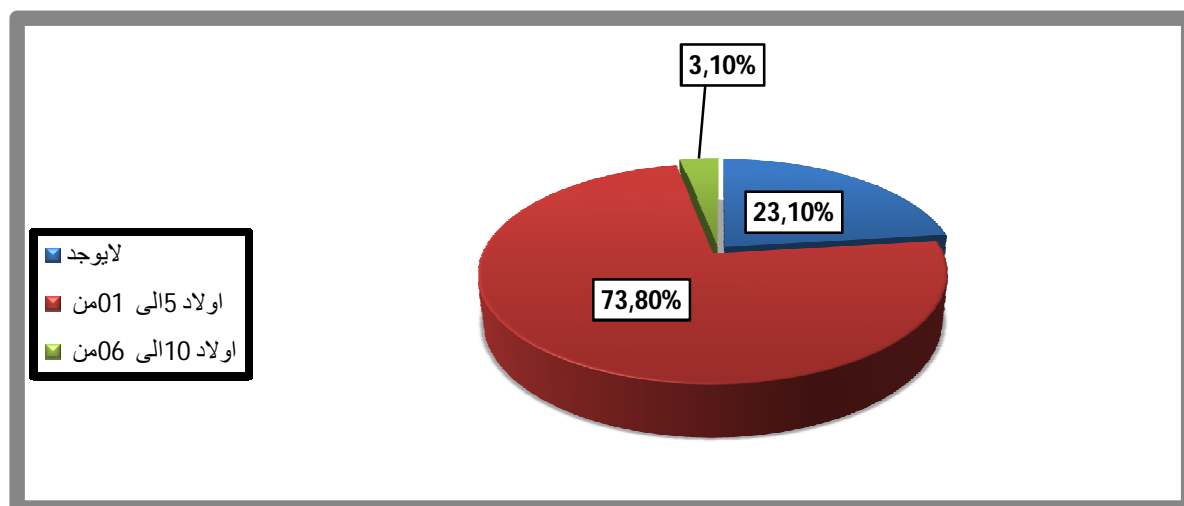
يتضح من خلال الجدول رقم (07) والشكل رقم (16) أن أغلب أفراد العينة هن من اللواتي لديهن خبرة أكثر من عشرة سنوات، وهو ما مثلته نسبة (44,6%) ثم يلي ذلك

اللواتي لديهن من سنة إلى خمسة سنوات بنسبة ( 34,6%) خبرة ،وأخيرا من تتراوح

سنوات الخبرة لديهن من (06) إلى (10) سنوات بنسبة (20,8%)

جدول رقم (08) يوضح توزيع أفراد العينة حسب عدد الأولاد

عدد الأولاد	التكرار	النسبة المئوية
لا يوجد	30	23,1
من 1 إلى 5 أولاد	96	73,8
من 6 إلى 10 أولاد	4	3,1
المجموع	130	100



شكل رقم (18) يوضح توزيع أفراد العينة حسب عدد الأولاد.

يتضح من خلال الجدول رقم (08) والشكل رقم (17) أن غالبية أفراد العينة عدد

أولادهم بين (1 – 5) أطفال أي ما نسبته (73,80%) وهي نسبة كبيرة ومؤشر على

تنظيم النسل الذي تنتهجه المرأة العاملة، يليه نسبة (23,10%) من الذين لا يوجد لديهم أطفال وهذا يطرح مشكل التأخر في الإنجاب وما يرتبط به من مشاكل العقم وغيرها وهذا الموضوع يحتاج لدراسة خاصة به، وأخيرا نسبة (03,10%) هي للنساء اللواتي لديهن من (6 – 10) أطفال وهي قليلة ذلك أن المرأة العاملة تميل لأن يكون لها عدد محدد من الأولاد.

#### 4 – أدوات الدراسة:

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة أداتين تمثلتا في استبيان الضغوط المهنية، واستبيان التوافق الزوجي.

#### 1 – استبيان الضغوط المهنية:

وهو استبيان من تصميم الباحثة تكون من (46) عبارة موزعة على ثلاثة محاور أساسية، المحور الأول معنون بـ: الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل، والمحور الثاني معنون بـ: الضغوط الناتجة عن بيئة العمل، والمحور الثالث معنون بـ: الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار، وهذا التقسيم ناتج عن تصور الباحثة حول المعلومات المراد جمعها من خلال هذه الإستبانة الخاصة بالضغوط المهنية للمرأة. وهي تشكل أبعاد البحث.



## 1 - 1 الخصائص السيكومترية للأداة:

### – الصدق:

تم حساب صدق الاستبيان عن طريقة الصدق الظاهري أو ما يسمى صدق المحكمين حيث تم عرض الاستبيان في صورته الأولى على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في علم النفس بلغ عددهم (07) حيث أعطوا ملاحظاتهم حول صياغة بعض البنود وأسلوب وضع العبارات وغيرها إلا أن الأداة في صورتها العامة لاقت قبولا من مجموعة المحكمين وهو ما يوضحه الملحق رقم (05)

### – الثبات:

تم حساب ثبات الاستبيان عن طريق التجزئة النصفية حيث تم تطبيق الاختبار عن عينة استطلاعية قوامها (30) امرأة عاملة في قطاعي الصحة والتعليم، ثم تجزئة الاستبيان إلى قسمين فردي وزوجي ثم حساب معامل الارتباط بين نصفي الاختيار عن طريق معادلة بيرسون بالمعادلة التالية:

$$r = \frac{N \times \text{مج س} \times \text{ص} - \text{مج س} \times \text{مج ص}}{\sqrt{[N \times \text{مج س}^2 - 2 \times \text{مج س} \times \text{مج ص} + N \times \text{مج ص}^2]}}$$

وكانت النتيجة  $r = (0,70)$  وهو معامل ارتباط ثبات دال مما يدل على ثبات الأداة

**2 – استبيان التوافق الزوجي:**

و هو استبيان من تصميم الباحثة أيضا يتكون من (53) عبارة موزعة على سبعة محاور هي:

المحور الأول الحب والعاطفة، المحور الثاني التوافق الجنسي، المحور الثالث التوافق الديني، المحور الرابع التوافق في الثقافة والاتجاهات، المحور الخامس التوافق الاجتماعي والاقتصادي، المحور السادس النضج الانفعالي، المحور السابع الثقة.

**2 – 1 الخصائص السيكومترية للأداة:****– الصدق:**

تم حساب صدق الأداة عن طريق الاتساق الداخلي

الصدق الاتساق الداخلي لعبارات التوافق الزوجي

وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمحور التابعة له وذلك للتأكد من مدى وجود ارتباط بين البنود والمحور.

جدول رقم (09) يوضح صدق استنبیان التوافق الزوجي

رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة (sig)
.1	,771	,000
.2	,729**	,000
.3	,654**	,000
.4	,482**	,007
.5	,705**	,000
.6	,679**	,000
.7	,487**	,006
.8	,641**	,000
.9	,579**	,001
.10	,582**	,001
.11	,561**	,001
.12	,545**	,002
.13	,547**	,002
.14	,093	,625
.15	,638**	,000
.16	,691**	,000
.17	,665**	,000

,000	,842**	.18
,000	,786**	.19
,000	,702**	.20
,000	,641**	.21
,000	,713**	.22
,000	,644**	.23
,000	,683**	.24
,000	,790**	.25
,000	,831**	.26
,000	,711**	.27
,000	,835**	.28
,000	,707**	.29
,000	,758**	.30
,000	,793**	.31
,000	,679**	.32
,000	,733**	.33
,000	,672**	.34
,002	,540**	.35
,000	,614**	.36
,000	,749**	.37

,200	,241	.38
,005	,496**	.39
,000	,622**	.40
,000	,758**	.41
,000	,798**	.42
,000	,757**	.43
,000	,685**	.44
,000	,606**	.45
,000	,696**	.46
,000	,752**	.47
,000	,696**	.48
,000	,843**	.49
,000	,753**	.50
,001	,556**	.51
,000	,689**	.52
,000	,772**	.53

\*\* دال عند مستوى الدلالة (0.01).

وهي معاملات ارتباط عالية مما يدل على صدق الأداة.

**– الثبات:**

تم حساب ثبات الاستبيان عن طريق تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه حيث طبق الاختبار على عينة عدد أفرادها (30) مفردة وبعد عشرين يوما من تطبيق الاختبار تم إعادة تطبيقه على العينة مرة ثانية، ثم تم حساب معامل الارتباط بينهما حيث كانت  $r = (0,79)$  وهو معامل ارتباط قوي مما بين ثبات الاختبار.

**5 – الأساليب الإحصائية:**

اعتمدت الدراسة على بعض الأساليب الإحصائية تمثلت في / نظام SPSS وهو اختصار للأحرف الأولى من الكلمات الآتية Statistical Package for Social Scences.

وهو عبارة عن حزم حسابوتية متكاملة لإدخال البيانات وتحليلها، ويستخدم هذا البرنامج عادة في جميع البحوث العلمية التي تتمثل في العديد من البيانات الإحصائية للعلوم الاجتماعية وتحليلها التي تتمثل على العديد من البيانات الرقمية، وقد أنشأ خصيصا لتحليل بيانات البحوث الاجتماعية لكنه لا يقتصر عليها فقط بل يشتمل على معظم الاختبارات الإحصائية تقريبا وله قدرة فائقة على معالجة البيانات كما أنه لا يتوافق مع معظم البرمجيات المشهورة ولهذا يرى الباحثون أنه أداة فاعلة لتحليل شتي

أنواع البحوث العلمية 03/06/2013 h 10:45 <http://www.myportail.com>

**– التكرارات:**

وتطلق على عدد الحالات من مجموع أو فئة معينة باعتبارها تكرارات لظهور الحالات أو القيم أو الأفراد داخل العينة (هالة منصور، 2000، ص، 6).

**– النسب المؤوية:**

وهي معروفة ويرمز لها بالرمز (%) وتحسب بالعلاقة

$$100 \times \frac{\text{تكرارات الاحتمالات}}{\text{مجموع التكرارات}}$$

**– المتوسط الحسابي:**

المتوسط الحسابي لقيمة ما، ما هو إلا مجموع ذلك المتغير مقسوما على عدد هذه القيم

$$\frac{\text{مجموع } x \text{ - س}}{n} = \text{س}$$

المتوسط الحسابي لقيمة ما، ما هو إلا مجموع ذلك المتغير مقسوما على عدد هذه القيم (سامي محمد ملحم، 2002 ، ص، 161)، ويتم حسابه بالقانون التالي: س =

(كمال سلطان ، محمد سالم ، 2004 ، ص 104).

حيث أن س هي القيمة.

ت هو التكرارات

ن مجموع التكرارات

اختبار Test T لدلالة الفروق

– الانحراف المعياري:

ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم في متوسطها الحسابي، ويحسب

الانحراف المعياري بالطريقة التالية: (مقدم عبد الحفيظ، 2003، ص، 71).

$$(ع) = \frac{\text{مج س}^2}{ن}$$

– معامل الارتباط:

هناك عدة تقنيات لحساب معامل الارتباط بين متغير وآخر وقد استخدمنا معامل

الارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين متغيري الدراسة وتم حسابه بالمعادلة التالية:

$$ر = \frac{ن \times \text{مج س ص} - \text{مج س} \times \text{مج ص}}{\sqrt{[ن \times \text{مج س}^2 - (\text{مج س})^2][ن \times \text{مج ص}^2 - (\text{مج ص})^2]}}$$



## الفصل السادس

عرض ومناقشة وتحليل نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات

1 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية العامة

2 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى

3 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية

4 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

5 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

6 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة

## 1 - عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية العامة:

توجد علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي لدى الممرضات و المعلمات

الجدول رقم(10) يوضح نتائج الفرضية العامة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغوط المهنية	3,3430	0,61521	130	- 0,040	0,649
التوافق الزوجي	3,7836	0,61133			

يتضح من خلال الجدول رقم (10) الخاص بالعلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق

الزوجي لدى الممرضات والمعلمات، أنها علاقة إرتباطية سالبة عكسية أي أنه كلما

زاد الضغط المهني قل التوافق الزوجي وهذه النتيجة تتفق مع نتائج كل من دراسة

نوال العمران (2008) ودراسة حسام محمود زكي عليا (2008) وكذا دراسة أيور

EUR (2004) ودراسة يمينه مقبال هدييل (2011) ودراسة فينور وإيفانز(1989)

وهذا راجع إلى أن الإنسان قد تواجهه عوائق تفوق قدرته على التكيف والتعامل معها

وبالتالي يكون تأثيرها سلبي على كل جوانب حياته بما فيها الحياة الزوجية، فالمرأة

تبذل مجهودا ليس بالهين في أداء مهنتها سواء كمعلمة أو كمرضة، وسعيا منها أن

تثبت ذاتها وتحقق إنجازات تكسبها القيمة والمكانة الاجتماعية في بيئة العمل خصوصا

وأن مهنتي التعليم والتمريض يحتاجان إلى خصائص نفسية وانفعالية من نوع خاص،

ذلك أن هاتين الأخيرتين من المهن الإنسانية والقائم عليها يجب أن يتحلى بالصبر والقدرة على التحمل وفهم الطرف الآخر، وتقديم المساعدة واللباقة والهدوء والنشاط الدعوب.... الخ هذه الصفات تحتاج إلى قدرة نفسية عالية وراحة بدنية تهيئ العاملة من خلالها نفسيا لهذه الأدوار، لذلك نجد المرأة العاملة تستنزف معظم قوتها وجهدها في العمل حتى إذا رجعت إلى المنزل وجدت أعباء الوظيفة المنزلية من غسل وتنظيف، وتوظيف المنزل والاهتمام براحة الزوج و الأولاد وتلبية متطلباتهم جميعا دون نقص أو تقصير، وكأن المرأة تدفع فاتورة أو ضريبة خروجها من المنزل الضعف في أداء أدوارها المنزلية، ولعل عصرنا الحديث أصبح يتميز بضغط الحياة المتنوعة نظرا لمتطلبات الحداثة والعصرنة والتسارع الحضاري، الذي جعل من الإنسان يبحث عن المادة ليلبي حاجياته ليست الأساسية فحسب بل كماليات الحياة التي كانت في الماضي أصبحت اليوم من أولى الأولويات، لذلك تقضي المرأة قسطا كبيرا من حياتها في العمل لتساعد الزوج في مصاريف الأسرة، لكن في المقابل تدفع ثمن ذلك ضغوطا كثيرة تحملها معها إلى بيتها بآثارها السلبية على الصحة النفسية والجسدية لها، مما يؤثر على حياتها الشخصية وعلاقتها الزوجية.

ففي هذا الصدد أشار فيشر (Fisher) أن (75%) من المشاكل التي تعامل معها في ممارسته الإكلينيكية هي عبارة عن مشاكل مرتبطة بالضغط، وأن أغلبها يتسبب في اضطرابات المزاج. (Olson de Frainj 1994 P 460)، كما يرى كمال إبراهيم مرسى

أن أغلب أزمات الحياة الزوجية سببها، ضغوط إما من داخل الأسرة أو من خارجها وأن استجابة الزوجين لهذه الضغوط إما يجعلها تتعقد ويصعب تجاوزها، أو يجعلها عادية يمكن التغلب عليها (كمال إبراهيم مرسى، 1995، ص ص، 208، 209)، هذا ولا يخلو بيت من المشاكل والخلافات بين الزوجين والتي يكون سببها اختلاف في طباع وعادات الزوجين أو الخصائص الشاذة نوعا ما لأحد الطرفين أو مشكلات سببها المحيط الاجتماعي من ذوي العلاقة بالزوجين، إلا أن الزوجين غالبا ما يلجأ إلى طرق ووسائل لتسوية الخلاف كأن يبادر أحدهما لحل المشكلة، أو أن ينقص أحدهما من نفسه أو يتنازل أحدهما عن حق من حقوقه، كل هذا في سبيل أن تسير عجلة الحياة الزوجية ويتجاوز المشكلات والخلافات ويرتبط مستوى حل المشكلات الزوجية بطبيعة شخصية كل من الزوج والزوجة، فمنهما المسامح ومنهما الطيب القلب ومنهما الغاضب ومنهما الثائر ومنهما الحقود إلا أن المرأة في مجتمعنا الجزائري وتصوراتها هي من يوكل إليها مسؤولية تحمل المشاكل والصعاب والصبر والتحلي بالحلم للحفاظ على أسرتها من التفكك والضياع، وعلى الرغم من قدرة المرأة العاملة على مواجهة الضغوط واستخدامها لأساليب إدارة المشقة فقد أوضحت البحوث في المجتمعات الفردية أنها أقل توافقا في حياتها الزوجية وأقل رضا عن حياتها، وهو ما أكدته دراسة (Pandy Monika 1996) التي هدفت إلى تحديد الفروق بين المرأة العاملة وغير العاملة في التوافق مع الضغوط الناتجة عن الزواج والمشكلات الاجتماعية وقد اشتملت

العينة على (100) امرأة عاملة و(100) امرأة غير عاملة تتراوح أعمارهن ما بين (20 – 40) سنة مما يوضح أن عمل المرأة أثر بشكل سلبي على قدرتها على التوافق مع المشكلات والضغوط التي تواجهها في حياتها الزوجية والاجتماعية، كما كانت الغير عاملة أكثر شعورا بالرضا عن حياتها الزوجية وأكثر وفاء بالتوقعات التي يتوقعها منها الآخرون في مجال الزواج. (Pandy M , 1996 , P 75)، وقد يؤدي خروج المرأة للعمل إلى سوء العلاقات الزوجية، فقد بين بحث قامت به الباحثة ناي سنة (1956) أن المناقشات في الحياة الزوجية كانت أكثر حدوثا عند أسر الزوجات العاملات فكانت نسبته بين المشتغلات (15 %) وبين عدم المشتغلات (08 %) كما ارتفعت نسبة اللاتي طلبن الطلاق إلى (47,60 %) للمشتغلات وهذا بين أن الزوجة غير العاملة أكثر توافقا في حياتها الزوجية من العاملة (نايف عودة، 1997، ص، 215).

إن الدور الأساسي للمرأة هو في البيت فطبيعتها وفطرتها تهيؤها للقيام بدور ربة البيت وفي هذا الصدد يبين الله عز وجل في الآية الكريمة قوله « وقرن في بيوتكن ولا تبرجن تبرج الجاهلية الأولى » الأحزاب الآية 33 إن قيام المرأة بدورها في بيتها على أتم صورة لن يترك لها جهدا تدخره للقيام بوظيفة أخرى، فالوظيفة المنزلية مجهدة وكثيرة عكس ما يعتقد البعض، ثم إن المرأة صالحة للمشاركة في بناء المجتمع صلاحا لا يصلح لأحد غيرها كالحمل والإرضاع وتربية الأولاد وخدمة البيت والقيام على شؤونه، وهذه الخدمات التي تقوم بها للمجتمع الإنساني داخل بيتها في ستر

وصيانة وعفاف ومحافظة على الشرف والفضيلة والقيم لا تقل عن خدمة الرجل بالاكْتساب، كل هذه الأدوار تدعم فكرة أن ضغوط المرأة تؤثر سلباً على التوافق الزوجي للمرأة إلا أن الضغط مطلوب بمستوى معين لتجديد النشاط فقد ذكر ديفد فونتانا Dived Fontana (1993) أن الضغط Stress يمثل العنصر المجدد للطاقة التكيفية للعقل والجسم فإذا كانت هذه الطاقة يمكن التكيف معها فيكون الضغط مفيداً، أو كما يسميه بعض الباحثين الضغط الإيجابي، أما إذا لم يكن التكيف معها فيكون ضاراً أو كما يسميه بعضهم الآخر الضغط السلبي لهذا لا بد من وجود قدر معين من الضغط لتمشي عجلة الحياة ويؤيد ذلك قوله تعالى « الذين أخرجوا من ديارهم بغير حق إلا أن يقولوا ربنا الله ولولا دفع الله الناس بعضهم ببعض لهدمت صوامع وبيع وصلوات ومساجد يذكر فيها اسم الله كثيراً ولينصرن الله من ينصره إن الله لقوي عزيز » سورة الحج الآية 40 (ديفد فونتانا، 1993، ص، 13)، حيث كان المسلمون في أول الإسلام ممنوعين من قتال الكفار والصبر عليهم لحكمة إلهية لتعلو كلمة الله ويذكر اسم الله والتمكن من العبادة فيدفع الله بالمجاهدين في سبيله ضرر الكافرين ولولاه لهدمت هذه المعابد [www.imadislam.com/tafsir/022\\_01.html](http://www.imadislam.com/tafsir/022_01.html) أضف إلى ذلك أن الحياة الأسرية التي تتميز بالدفء والمحبة والتعاون بين الزوجين وإحسان الطرف بالطرف الآخر ومساعدته على تحمل أعباء الحياة المختلفة يجعل من الحياة الأسرية متنفساً للمرأة من ضغوط الحياة فالمرأة التي تعود من العمل إلى البيت وتجد زوجها وأطفالها ينتظرون

قدومها ويقدمون مجهودها خارج المنزل، وهي التي تعمل وتكد من أجل تحسين الوضع الاقتصادي للأسرة وتلبية حاجيات أطفالها جميعا ومساعدة الزوج في المصاريف لأن الحياة كفاح ومساندة ويشعر الرجل بأن هناك يدا تعينه على تحمل أعباء المصاريف التي لا تنتهي في ظل متطلبات الحياة اليومية، والعصر الصاخب بمظاهر الترف والمغريات المادية، فنجده يرأف لحالها وربما يساعدها في بعض الوظائف المنزلية ليخفف عنها عبء متاعب العمل، ذلك أن خروج المرأة للعمل لم يعد مجرد عول للأسرة، بل أصبح من أولويات حياة المرأة وأصبحت لا تستطيع الاستغناء عنه لأنه وسيلة لتحقيق ذاتها، وكسب المال وتوسيع نطاق العلاقات الاجتماعية وهذه الأخيرة قد تؤثر في بعض الأحيان على علاقة المرأة بزوجها وخاصة إذا انفتحت المرأة العاملة في علاقاتها مع الرجال، من زملائها في أماكن العمل لذلك نجد كثيرا من المغالطات التي تشوب عمل المرأة خارج البيت لكن يبقى هذا الأمر نسبي يختلف من امرأة لامرأة ومن بيئة اجتماعية لبيئة أخرى فنظرة المجتمع للمرأة العاملة ودورها يختلف من مجتمع لآخر، كذلك حسب تربية المرأة وتكوينها النفسي، كل ذلك يؤثر في العلاقة العاطفية بين الزوجين أو من ناحية اهتمام ورعاية الأم العاملة بأولادها، والواقع أن ديننا أولى العلاقة الزوجية الاهتمام الكثير وخاصة دور المرأة فيها لأنه دورها الفطري الذي أكسبها الله تعالى إياه وهو أسمى دور، رعاية الزوج وتربية الأبناء والسهر على راحتهم، صحيح أن الضغط المهني يؤثر سلبا على المرأة العاملة لأنها

شبكة تحتل وظائف متنوعة وكثيرة لكن هناك إستراتيجيات وعوامل تتعلق بالزوجين ليحافظ الواحد منهم على حياته المشتركة مع الآخر ومن علامات العلاقات والروابط المتينة بين الزوجين الانسجام والثقة المتبادلة في أحزان ومسرات بعضهما البعض، لتمهيد الأرضية اللازمة لبسط خاطر الزوجين من خلال مشاركة أحدهما للآخر والتعاون والمرافقة وإحساس كل منهما بالآلام ومعاناة الآخر، وعلى المرء أن يشعر أن علاقته بزوجته علاقة متينة حيث يحس كل منهما أن وجود الطرف الآخر هو جزء لا يتجزأ من وجوده، وفي هذه الحالة ستكون العلاقة الزوجية جيدة ومبنية على أساس قوي، يجعل الحياة الزوجية دائما مليئة بالإنشداد والسعادة وبغير ذلك سيكون الزوجان في حياتهما كالغربيين الذين يعيشان في مكان واحد حيث يعودان إلى المنزل وقد ملئ كل منهما بطنه بفطيرة من السوق، وفي المنزل يأخذ كل منهما زاوية ويمسك بمجلة أو صحيفة أو يشاهد فلما ما حتى يحين وقت النوم وهكذا... (حبيب الله طاهري، 2003، ص 104) كذلك في هذا الصدد يجب على الزوج والزوجة كليهما أن لا يكثران من توقعات كل منهما للآخر بل أن يقدر كل منهما مجهود الآخر وعمله ويشكره على خدماته وهو ما يبعث على إكساب الجو الأسري حرارة وحيوية وبذلك يشعر كل منهما أن هناك من يقدر أتعابه ومسؤولياته، ولكي تسير عجلة الحياة الزوجية على وتيرة طيبة حسنة لا بد للزوجين أن يتحملا بعضهما، لأن بنو البشر ليسوا معصومين ولا هم بعيدين عن الخطأ، كذلك الحال بالنسبة للزوجين فلكل منهما أخطاؤه في التعامل والسلوك



والأخلاق وغيرها و إذا لم يحاول كل منهما سد النقص واستكمالها في الطرف الآخر، وينسجم مع طباعه فإن حياتهما ستواجه الفشل، فالمرأة التي تعيش ضغط العمل تجدها ضيقة النفس متعبة ربما تفرغ جزءا من شحناتها الانفعالية داخل حيز بيتها، أو ربما تعبر أحيانا بغضب وانزعاج عن بعض الأمور التي تنتظرها في البيت، هنا يكون دور الزوج في محاولة استيعاب عجزها عن القيام بكامل الأدوار على أتم وجه، والبعد عن انتقادها في أعمالها ورفع معنوياتها، وتخفيف حملها بهذه الصورة تكون المساندة والتفهم في العلاقة الزوجية لتعم السعادة في البيوت. وكذا الزوجة يجب عليها القيام بأدوار الزوجية على أحسن وجه، طاعة الله عز وجل ومرضاته وإتباع سنة الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم، لأن البناء الأسري أعظم بناء وباستحكامه نضمن سلامة المجتمع من المشاكل والانحرافات فكم من زوجة عاملة أنهكتها العمل وأتعبه فلم تجد متسعا من الوقت للاهتمام بنفسها وبجمالها وأهملت زوجها، مما فسح المجال له لمخالطة النساء وإتباع طريق الفساد والانحراف وهذا بدوره يؤثر على أمن الأسرة وعلى نفسية الأبناء نتيجة ضياع القدوة الحسنة المتمثلة في شخصية الوالد مركز السلطة، لذلك لن يكون العمل ذريعة للمرأة بأن تضيع حق أولادها وزوجها وإن لم تستطع أن توفق بين العمل والبيت فمن الأفضل لسلامتها وسلامة أسرتها أن تتخلى عن العمل الذي يدر مالا ويفسد أجيالا لذلك قال الرسول صلى الله عليه وسلم « لو كنت أمرا أحدا أن يسجد لأحد لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها » وكذا جاءت امرأة إلى

النبى صلى الله عليه وسلم فقالت يا رسول الله أنا وافدة النساء إليك ، هذا الجهاد كتبه الله على الرجال فإن يصبوا أجروا وإن قتلوا كانوا أحياء عند ربهم يرزقون ونحن معاشر النساء نقوم عليهم فما لنا من ذلك فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم أبلغني من لقيتي من النساء أن طاعة المرأة الزوج واعترافها بحقه يعدل ذلك وقليل منكن من يفعله. (محمد مهدي الاستنبولي، دس ،ص207).

### – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

– توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات.

### – الجدول رقم(11) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل	3,6007	0,76148	130	-0,40	0,655
التوافق الزوجي	3,7836	0,61133			

من خلال الجدول رقم(11) يتضح أنه توجد علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي، أي أنه كلما زادت الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل قل التوافق الزوجي.

تعاني المرأة العاملة في التمريض والتعليم الإرهاق النفسي داخل العمل أو الإحساس بضغط نفسي مرتبطة بالمناخ الوظيفي، وتولد ضغوط العمل حالات عدم الاتزان النفسي والجسمي، وتتولد هذه الضغوط عادة من عوامل خاصة بطبيعة العمل، ويعود إحساس المرأة بالضغط الناتجة عن طبيعة العمل إلى قيمة العمل ذاته وأثره في حياتها وانعكاس ذلك الأثر على علاقتها في المجتمع بصفة عامة، إضافة إلى ما تسببه الآثار السلبية لضغوط العمل من شعور بالتوتر والإجهاد المتصلين بالأمراض الجسمية والنفسية والعقلية، التي تؤثر على الانجاز والإتقان والإنتاج بشكل عام، فمتطلبات العمل الزائدة التي تؤدي إلى تراكم التعب الجسماني تجعل من المرأة غير قادرة على القيام بأعباء العمل أو المتطلبات المتضاربة والتوجهات المحيرة، التي يكون مصدرها صراع الدور وغموضه، أو ضالة استخدام قدرات الفرد لافتنار الوظيفة إلى الثراء الوظيفي وعناصر التشويق والتنوع في العمل، التي تستثير هم الفرد وتجدد نشاطه فمهنتي التمريض والتعليم هي مهن تتميز بالطابع الروتيني في الأداء كما جاء في تصريحات العديد من ممارسات هذه المهن، لكن طابعها الإنساني المتعدد هو الذي جعلها من أصعب المهن وأكثرها بالنسبة للضغط، فمهنة التمريض هي من أسمى المهن التي ابتكرها الإنسان نظرا لما تساهم به من إنقاذ المرضى من الخطر أو الموت، فالمرضة تعتبر حلقة اتصال بين المريض وباقي أعضاء الفريق الطبي في المؤسسات الصحية المختلفة، والتمريض علم وفن يهتم بالأفراد ككل جسما وعقلا وروحا وهو خدمة

مباشرة تهدف إلى استيفاء حاجات الفرد والأسرة والمجتمع في الصحة والمرض لذلك تعتبر الممرضة حجر الزاوية في كفاءة المستشفى، فهي التي تعتني بالمرضى وتقدم لهم جميع الخدمات الصحية اللازمة وترفع روحهم المعنوية.... الخ.

إن أداء مهنة التمريض على الوجه الأكمل يتطلب من ممارسي هذه المهنة مراعاة عدد من الأسس الهامة المرتبطة ببعضها ارتباطاً وثيقاً والتي ذكرها كما يلي:

(علي العقل، 2003، ص 25)

– توفر المثل العليا الأخلاقية والصحية وأهمها روح العطف والشفقة، الشعور بالمسؤولية ومحاسبة النفس على التقصير، العناية وملاحظة أية أعراض طارئة على المريض، وتنبيه الطبيب لها، روح التعاون وذلك بين الطبيب وممارسي مهنة التمريض وأهل المريض حتى يتم العلاج، الجد والمثابرة فيجب ألا ييأس ممارسوا مهنة التمريض أو يملوا من طول مدة التمريض، وأن لا يغضبوا من معاملة أي مريض و حفظ أسرار المرضى وعائلاتهم ( بهية إبراهيم التويجري، 2007 ، ص 25).

كل هذا في سبيل راحة وشفاء المريض، لكنها تعاني أتعاب شديدة ومشاكل عديدة في أدائها لهذا الدور مما يؤثر سلباً على راحتها في بيتها واستقرارها مع زوجها وأطفالها كذلك الحال بالنسبة للمعلمة إذ تواجه هذه الأخيرة مصادر ضغوط عديدة ناجمة عن اضطراب المناخ التنظيمي للعمل، وما تتسم به هذه المهنة من أعباء وما تتميز به من كثرة الواجبات، والأدوار لها مسؤولية قد لا تجدها في المهن الأخرى وهي مسؤولية

إعداد الفرد للحياة هذه المسؤولية التي تستدعي التوافق المهني والراحة النفسية للمعلمة، قصد تبليغ رسالتها النبيلة على أحسن وجه ولا شك أن معاشة المعلمة لضغوط مهنة التعليم يعتبر من المعوقات الأساسية لفشل المدرسة في تأدية مهامها، هذا وتصنف المدارس ضمن أعلى البيئات الضاغطة، وبذلك تواجه المعلمة الكثير من الظروف والصعوبات التي تجعلها غير قادرة على تأدية مهنتها، وهذا ما يترجم معاناتها النفسية المتمثلة في القلق والتوتر و تدني الدافعية وهذا ما ينعكس سلبا على أداء رسالتها على أحسن وجه (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص، 220)، فلقد أوضحت دراسة برايس و آخرون (1988) العوامل المهنية المختلفة التي ساهمت في إحساس المدرسة بالإرهاك النفسي ومن بينها الممارسات الإدارية السلبية، عدم مشاركة الأساتذة في اتخاذ القرارات، نقص المساندة الاجتماعية، إضافة إلى العوامل الشخصية المتمثلة في نقص الكفاءة والخبرة، وفي نفس المضمرة أشارت دراسة نعمة رمضان (1991) أن من بين أسباب عدم الرضا الوظيفي تتمثل في الراتب، الترقية في الوظيفة، وظروف العمل وسياسة الإدارة، كما أوضحت دراسة محمد دسوقي أن الضغوط المهنية تختلف من مهنة إلى أخرى وبينت دراسة فيلدنج وجل أن المعلمات أكثر إحساسا بضغوط مهنة التدريس، وكانت الاتجاهات السلبية نحو الطلاب المصدر الرئيسي للشعور بالضغط.

( شارف خوجة مليكة، 2010، ص 23)، وتختلف مستويات الضغط النفسي تبعا لتنوع

العمل وطبيعته وعليه يشير لانفورد (Langford 1987) بهذا المفهوم إلى أن أكثر

مجالات العمل إثارة للضغط، تلك التي تمتاز بمواجهة مباشرة مع الناس والتي يكرس فيها الأفراد أنفسهم لخدمة الآخرين، فالممرضات والمعلمات معرضات لضغوط أكثر من غيرهم، حيث اختار هؤلاء مهنتهم ولديهم الرغبة القوية لمساعدة الآخرين ولكنهم سرعان ما يدركون حجم المشاكل فيعملون بأقصى جهدهم ليجدوا أن المشاكل تستمر عندها يصيبهم الإنهاك النفسي، ويشعرون بالاحترق لشعورهم أنهم عديمي الفائدة (يحي ندى ، 1998 ، ص 02)، فالممرضات العاملات في المستشفيات يتعرضون إلى درجات متباينة من الضغوط النفسية والاجتماعية المتعلقة بالعمل، حيث يشعرون بأن جهودهم في العمل لا تحضي بالتقدير والثواب لذلك فإن مهنة التمريض تعتبر واحدة من Job Stressful المهن التي تتطلب من العاملين فيها مهاماً كثيرة فهي تعد من المهن الفاعلة التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغط تجعل بعض الممرضات غير راضين وغير مطمئنين في مهنتهم، مما ترتب عليه آثار سلبية تنعكس على كفاءتهم وتوافقهم النفسي والمهني (جودت يحي، 2003، ص، 03)، وفي دراسة لينده موساوي (2001) تحت عنوان علاقة الضغط المهني ببعض المتغيرات المهنية والفردية عند الممرضين توصلت إلى:

- يعاني الممرضون من الضغط المهني.
- توجد علاقة بين طبيعة المهنة والضغط المهني.
- توجد علاقة بين العلاقات داخل المستشفى والضغط المهني.

– توجد علاقة بين الأجر والضغط المهني.

– توجد علاقة بين الترقية والضغط المهني.

– توجد علاقة بين وسائل العمل والضغط المهني.

– توجد علاقة بين فئات السن المختلفة والضغط المهني.

لا توجد فروق بين الجنسين من حيث الشعور بالضغط وكذا دراسة (جلولي شتوحي

نسيمة، 2003 ص05) تحت عنوان الإنهاك المهني لدى الممرضات واستراتيجيات

المقاومة المستخدمة توصلت الدراسة إلى:

أنه يعاني الممرضون من شدة مرتفعة على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي، ومن شدة

متوسطة على مستوى كل من بعد فقدان الشعور التعاطفي وبعد نقص الشعور بالانجاز،

يميل الممرضون إلى استخدام إستراتيجية التجنب كأول إستراتيجية للتقليل من شدة

الاحترق النفسي (موهوب فوزي، دس، ص 187).

## 3 - عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي لدى الممرضات والمعلمات.

– الجدول رقم ( 12 ) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغوط المهنية	2,9198	0,8475	130	0,032	0,722
الناتجة عن بيئة العمل					
التوافق الزوجي	3,7836	0,61133			

يتضح من الجدول رقم (12) الخاص بعلاقة الضغوط الناتجة عن بيئة العمل بالتوافق الزوجي أنها علاقة موجبة ليست سالبة أو عكسية وذلك راجع إلى أن عينة البحث لا تعاني ضغوطا مرتبطة بالبيئة سواء كانت فيزيقية أي (النظافة، الضوضاء، الضوء، وغيرها) أو بالنسبة للبيئة الاجتماعية أو العلاقات الإنسانية في بيئة العمل أو العلاقة مع الزملاء والمدراء وغيرها، و بالتالي عندما تنخفض المشاكل المرتبطة ببيئة العمل على العاملة، يكون هنا الضغط إيجابي أي أثره ملطف لجو العمل بالنسبة للمرأة، فتوفر بيئة عمل آمنة نظيفة مريحة تخلو فيها مشاكل نقص أو سوء المعدات الخاصة بالعمل، وكذا الجو العلائقي الذي يخلو من الصراع والمنافسة الشديدة كل هذا يجعل من المرأة



مرتاحة في بيئة العمل، بالتالي منسجمة أكثر، و بالتالي عامل ضغط بيئة العمل لا يؤثر سلبا على توافقها الزوجي، إن الإنسان يسعى بطبيعته لتحقيق السعادة والاستقرار الانفعالي من خلال عمله وذلك كما أشار فرويد Freud «إن الصحة النفسية هي القدرة على الحب والعمل معا» ويسعى أيضا إلى إشباع حاجاته وذلك كما حددها ماسلو Maslow في مدرج للحاجات حيث الحاجات الفسيولوجية، وحاجات الأمن والحاجات الاجتماعية وحاجات تقدير الذات و حاجات تحقيق الذات، وإشباع إحدى هذه الحاجات يعني له الاستقرار إلى حين تثيره حاجة أخرى يريد تحقيقها (سعد رياض، 2005، ص 12)، إن سير هذه الحاجات بشتى أنواعها الفطرية والاجتماعية، الشعورية واللاشعورية نحو تحقيق أهدافها قد تكون عاملا فعلا في إحداث التوافق بشتى أبعاده (التوافق الزوجي، التوافق الصحي والتوافق الاجتماعي، التوافق الانفعالي والتوافق المهني).

ولكي يحقق الفرد الكفاءة يجب أن يكون متوافقا مع مختلف ظروف عمله الفيزيقية والاجتماعية وكذا التطورات المختلفة التي تطرأ على مهنته، والواقع أن المرأة تبذل مجهودات كثيرة لكي تشعر بالرضا على أدائها لمهنتها سواء كمعلمة أو كمرمضة، وفي نفس الوقت تسعى أكثر لإحداث قدر كافي من الاستقرار الزوجي، فبعد المساعدات المتعددة التي قدمتها الدولة للعائلة تفرغت المرأة إلى القيام بوظائفها الأساسية، بحيث أصبحت نوعية هذه الوظائف عالية جدا واستطاعت العائلة أن توفر المزيد من الوقت لتستفيد منه في مجالات العمل والفراغ فقد استفادت المرأة من هذا

الوقت في العمل خارج البيت وزيادة مدخولات العائلة وتحسين ظروفها الاقتصادية، خصوصا بعد ارتفاع المنزلة الاجتماعية للمرأة، وتطور الحالة الاقتصادية للعائلة مما أتاح فرص تحسين أحوالها الاجتماعية وزيادة درجة التفاهم بين الزوجين (إحسان محمد الحسن، 2005، ص، 207)، هذا والمرأة الجزائرية تتميز بطابع المرونة في أداء أدوارها المختلفة حيث تسعى لكي تتميز بل وتحسن من نوعية الأداء، فالعمل المنزلي هو وظيفة تقوم بها المرأة وتستهلك جهدا كبيرا منها لكن في مقابلها شعور بالانجاز المرتبط بحب الأسرة والزوج والأبناء، وقيامها بدورها هذا ليس فرضا بل برغبة منها تشعرها بالسعادة وبتحقيق الذات المنزلية، فالدور التربوي للمرأة في بيتها وإشباعها العاطفي لزوجها وأبنائها يشعرها بأنها أنثى معطاءة، وهذه حاجة من أهم الحاجات الخاصة بالمرأة لا تحققها إلا بثقافة في ممارسة أدوارها الأنثوية.

إن ممارسة المرأة لمهنتي التمريض والتعليم إنما يتأتى من مناسبة خصائص المرأة و انسجامها مع هذه المهن، ذلك أن ممارسة الإنسان لمهنة ما يتطلب منه التمتع بقدرات عقلية وجسمية معينة تتفق ومتطلبات نوع العمل المكلف بأدائه، ومع الظروف التي يتم فيها العمل والتي تحيط به فإذا استطاعت المرأة التوفيق بين قدراتها و استعداداتها من جهة ومتطلبات مهنتها من جهة أخرى يمكننا أن نقول أنها حققت قدرا كافيا من التوافق في بيئة العمل، هذا التوافق مع العمل يؤثر على توافقها مع زوجها ويتعدى الأمر إلى تطوير بيئة العمل وحتى الإبداع في مجال العمل لأن عامل التوافق بصفة عامة يجعل

الفرد منتج إيجابي، وفعال في بيئته المهنية والاجتماعية وفي حياته الخاصة، فالتوافق مؤشر من مؤشرات الصحة النفسية للمرأة واتزانها، لذلك كان لزاما أن تتوفر بيئات العمل على قدر كافي من وسائل الراحة والمعدات والتجهيزات الخاصة بالعمل، وكذا الجو العام العلائقي في بيئة العمل لنضمن أداء جيدا للممرضة والمعلمة، وبالتالي نضمن تقديم خدمات تعليمية وصحية لأفراد المجتمع لأن المجتمع يتطور بتطور التعليم والصحة، وكأن التعليم الجيد والخدمة الصحية السليمة المميّزة هي أهم مؤشرات تقدم المجتمع ونهوض حضارته، ثم إن العاملة تقضي وقتا طويلا في العمل قد يقدر بثلاثي وقتها وهي في علاقة مباشرة مع بيئة العمل الفيزيائية وكذا الاجتماعية، حيث أشارت أبحاث كثيرة إلى أن هناك ارتباط واضح بين نوعية البيئة الاجتماعية في العمل و بين اضطراب الشخص النفسي والاقتراحات المذكورة مدعمة وغير متعارضة مع العلاقات الاجتماعية في العمل، والتي تسرع وتحسن من الحالة الصحية لمقابلة الاحتياجات الشخصية الأساسية، للتعاطف والقبول والشعور بالانتماء ولأن معظم الموظفين يقضون تقريبا نصف أوقات أيامهم في العمل فإنه يبدو معقولا أن نتوقع أن زملاء العمل والرؤساء ربما يلعبون دورا أساسيا في إرضاء هذه الاحتياجات، ومع ذلك فإنه يجب الوضع في الاعتبار أن حالة الفرد النفسية بالتأكيد لها دخل بنوعية العلاقات التي يملكها الفرد، وأيضا الشعور بتلك العلاقات إلى جانب تأثير هذه العلاقات الإنسانية على الصحة النفسية للعامل (مجدي أحمد محمد عبد الله، 2008، ص، 222)، ثم إن تصميم وحدة

التمريض ومكانها ومواقع الأجهزة والمساحة المعطاة لمحطات التمريض كلها تبدو وكأنها أمور بسيطة أو ثانوية إلا إنها تلعب دورا في طبيعة توفير الخدمات الصحية بالإضافة إلى ذلك فإن المريض نفسه يتأثر بموقع وإمكانية الوصول إلى الأماكن الاجتماعية، ومناطق الزيارات والممرات وغرفهم الشخصية، ومستويات الإزعاج ومستوى الخصوصية، فجميع هذه العوامل لها علاقة مباشرة على مستوى الصحة النفسية والجسمية للمرضى والممرضين ( DIVINCENTI M ,1976 ,P33 ) كما أن الدعم بين ممارسي المهنة، ووجود العلاقات بين الزملاء في العمل، كما أن توفير مكونات التفاهم والتخاطب في بيئة العمل مثل الثقة والمساعدة المتبادلة والدعم المتبادل والصدقة والاستمتاع وتوحيد الجهود لإنجاز الهدف، ووجود الطاقات الخلاقة وغياب التهديدات و الاحتكاكات بين الأفراد في بيئة العمل جميعها عوامل تساعد على توحيد المجموعة وبناء علاقات إيجابية ( DUTCHER A,ADAMS C,1994 ,P30 ).

فالإنسان يأنس لأخيه الإنسان في جو يسوده التفهم واحترام الآخر، والإحساس بمشكلته ومحاولة تفرغ جزءا من الشحنات الانفعالية التي تخلفها لديه ضغوط الحياة عامة وضغوط العمل خاصة ف للعلاقات الاجتماعية دورا كبيرا ليس في خفض درجة الضغوط وتلطيفها فحسب، بل حتى جعل العاملة تشعر بمستوى عال من الرضا الوظيفي، فمنذ ظهور دراسات ألتون مايو، أصبحت العلاقات الاجتماعية تحتل مكانة بارزة ضمن محددات الرضي الوظيفي، وهذا الأثر يتوقف على حجم هذه الجماعة

وكثافة التعامل معها والأهم من ذلك درجة التماثل أو التكامل في خصائص هذه الجماعة، وقوة حاجة الانتماء لدى الفرد وكذلك قدرة هذه الجماعة على أن تكون مصدر للمنفعة أو مصدر توتر الفرد (شعبان على حسين سيسي، 2002، ص، 378).

#### 4 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي لدى الممرضات والمعلمات.

#### – الجدول رقم (13) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار	3,66683	0,65258	130	-0,126	0,154
التوافق الزوجي	3,7836	0,61133			

من خلال الجدول رقم (13) يتضح أنه توجد علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للمرأة، ذلك أن تعدد الأدوار من أكبر المشاكل والصعوبات التي تعاني منها المرأة العاملة.

إن عمالة المرأة لها أثرها الواضح على الزوج والأبناء وحتى الأهل والجيران، أما عن علاقتها بالزوج فتغير من علاقة الزوجة المشتغلة إلى مستوى الزمالة والمشاركة، فمشاركة المرأة في ميزانية الأسرة أو تساويها في التعليم مع الرجل قد يؤدي إلى أن تنظر إلى زوجها نظرة زمالة أو رفقة لا نظرة سيد أو مهيمن (سناء الخولي، 1993، ص، 219)، وفي هذا الصدد تقول أندري ميشال على دور المرأة المعاصرة دور معقد جدا، إذ عليها أن تعمل بكل قواها من أجل التوفيق بين أشغال البيت والعمل خارج البيت (محمد عاطف غيث، بدون سنة، ص، 151)، وقد أشار زهير حطب قائلاً أن خروج الأم إلى العمل ولد في حد ذاته مجموعة من المشكلات، وعلى رأسها عدم تمكنها من القيام بعملها المنزلي على الصورة التي تقوم بها سواها، أي الأم الغير عاملة وهكذا تعامل كمقصرة بحق أسرتها وأبنائها، ويرى حامدي عمار في دراسة عن مشاركة المرأة العربية في التنمية أن إتاحة مزيد من الفرص لانضمام المرأة إلى قوة العمل يؤدي في كثير من الحالات إلى إرهابها من خلال الجمع بين مسؤولياتها للعمل الخارجي ومسؤولياتها للبيت ورعاية الأطفال، (سامي محمد ملحم، 1993، ص، 101). وبهذا أصبحت الأم العاملة تقوم بوظيفة مزدوجة فهي تعمل خارج البيت وفي الوقت نفسه تقوم بتربية ورعاية أطفالها الصغار ومن هنا كان الدور المزدوج للأم يمثل أحد المكونات الأساسية في صراع الدور لدى الأم العاملة، حيث تمتد آثار هذا الصراع لدى المرأة العاملة إلى جميع الأطراف الداخلة في قطاع الدور، بحيث يحتل الطفل مكانة

هامة بين هذه الأدوار، وبالتالي فتقصير الأم في أداء دورها الأمومي بالخصوص يشعرها بالذنب، هذا الشعور الذي يكون أصعب إحساس يتعب المرأة ويرهقها نفسياً، لذلك نجد بعض البحوث التي تعرضت إلى القلق والذنب الذي يميز الأمهات العاملات وهذا ما لاحظته كليجر وذلك لأن الأم عادة ما تتحمل مسؤولية أي خلل يحدث في تربية الأبناء، أو أي ضعف في صحتهم أو أي نقص في رعايتهم، الأمر الذي يدفعها إلى إجهاد نفسها في سبيل تعويضهم عن فترة غيابها، وقد يدفع لديها الإحساس إلى الشعور بالذنب الذي يؤدي إلى حالة من عدم الرضا عن عملها، لأن قضاء الأم العاملة معظم وقتها في العمل الخارجي يجعلها تحس أنها مقصرة في حق أطفالها ومن ثم فهي عندما تعود إلى المنزل تحاول قدر المستطاع أن تعوض ما فاتها تجاه رعاية أطفالها، ويقول في هذا الصدد برنارد شو في بيان قيمة الأمومة، أن العمل الذي تنهض به النساء لا يمكن الاستعاضة عنه بشيء آخر فهو حمل الأجنة، وولادتهم وإرضاعهم وتدبير البيوت من أجلهم ولكنهن لا يؤجرون عليه بأموال نقدية (صالح بن أحمد العساف، 1986، ص23)، إن الوضع الأسري الجديد الذي تعيشه كل أسر الأمهات العاملات هو في الحقيقة نتيجة للتغيرات الاجتماعية والاقتصادية التي عرفها المجتمع الجزائري، إلا أن الوضع في حد ذاته أحدث سلسلة من التغيرات في البناء الأسري ووظائفه فأصبح دور الأم مزدوجاً، إذ تكون خاضعة إلى ضغوط دورها الطبيعي تجاه دورها الأمومي من جهة، وظروف والتزامات دورها الخارجي من جهة أخرى، فالأم العاملة تعامل

خارج البيت على أساس أنها عاملة فقط دون مراعاة أدنى اعتبار لمسؤولياتها الأسرية والاجتماعية، ونفس الشيء في البيت تعامل كزوجة وأم وربة بيت فقط وعليها أن تقي بكامل واجباتها المنزلية (الطاهر منادي، 1985، ص، 12)، وفي هذا الصدد عالجت الباحثة زبيدة بن عويشة موضوع أثر عمل الزوجة الأم في بناء الأسرة الجزائرية، وتهدف الدراسة إلى تحليل العلاقة بين خروج الزوجة الأم إلى العمل والتغيرات التي قد تطرأ على دورها ومكانتها الاجتماعية داخل الأسرة، وانعكاس ذلك على أطفالها وقد توصلت الباحثة إلى أن عمل الزوجة الأم يأخذ الكثير من وقتها وجهدها وهذا ما يجعلها غير قادرة على تلبية ما يحتاجه أطفالها من رعاية وتربية (زبيدة بن عويشة، 1986)، إن تعدد أدوار المرأة لم يؤثر فقط على الزوج بل حتى على الأبناء الذين هم في حاجة ماسة لوجود أمهم وقت الحاجة وتلبية مستلزماتهم وإشباعهم عاطفياً، ذلك أن دور الأم في الأسرة لا يعوضه دور آخر سواء الأب أو الأهل أو المربية، فالأم خلقها الله نبع الحب والحنان الطبيعي الذي يزيد من نشاط الأطفال وذكائهم وإنجازهم، وفي هذا الصدد يذكر الدكتور خيرى الحنبلي مؤكداً على أننا لا نستطيع أن ننكر أن العلاقات الأسرية في الأسرة التي تعمل فيها الزوجة قد تأثر بالصراع بين الزوجين على السيادة والميزانية والانجاز ومعاملة الأطفال، وإن كانت نتائج ذلك تختلف من فئة إلى أخرى ويعكس هذا الاختلاف المستويات الاقتصادية والثقافية والميول الشخصية، فاشتغال المرأة لساعات طويلة عن بيتها وأولادها يشعرهم بنوع من الإهمال وهذا يؤثر على



شخصيتهم ونموهم الفيزيولوجي خاصة في الأشهر الأولى من الولادة، وفي هذا المجال قامت الدكتورة بثينة قنديل بدراسة للمقارنة بين أبناء الأمهات المشتغلات وغير المشتغلات من حيث نواحي شخصيتهم وقد توصلت إلى أن تكيف أبناء المشتغلات يقل كلما زاد غياب الأم اليومي عن خمس ساعات، كما تبين أن أبناء الأمهات المشتغلات أكثر طموحا من غيرهم، ويرى بارسوتر أن الاستقرار في بيئة الأسرة هو المهمة الرئيسية للزوج الأب والزوجة الأم (عفاف عبد العليم، إبراهيم ناصر، 1995، ص، 92).

إن اضطراب دور الزوج وعدم وضوح الرؤية بالنسبة له هو من أهم أسباب الاضطرابات الزوجية بشكل عام، فبعض الرجال في المجتمعات العربية، على الرغم من أنهم لم يعودوا المعيلين الوحيدين للأسرة بعد دخول المرأة مجال العمل، إلا أنهم لا يزالوا متمسكين بمركزهم كأصحاب السلطة الوحيدين، وبقائهم أصحاب السلطة الأولى في المنزل أمر تقبله معظم النساء وحتى العاملات منهن بيد أن قليلا منهن اللاتي يقبلن أن تكون سلطة الزوج مطلقة، وتقوم كثير من النساء بالتعبير عن آرائهن ووجهات نظرهن في كثير من أمور الأسرة، ولهن آرائهن الخاصة في ترتيب ميزانية البيت وفي تربية الأولاد واختيار حياتهن الاجتماعية.... الخ.

ولهذا نرى ازديادا ملحوظا في اضطرابات الحياة الزوجية، وكثرة المراجعات النفسية لعلاج هذه الحالات، وتشير دراسات مختلفة أجريت في عدة مجتمعات عربية إلى ازدياد حالات الطلاق بين المتعلمين (منى الصواف قتيبة الحلبي، 2006، ص ص، 56 57).

إن ضغط تعدد الأدوار يؤثر على المرأة إلى حد أنها تصاب بأمراض عديدة جسدية وحتى نفسية وعقلية، ففي الولايات المتحدة الأمريكية ذكر وولترجوف و، جنيث تودور في تقريرهما أن معدلات الإصابات بالأمراض العقلية أعلى عند النساء منهم عند الرجال، وترجع هذه التقارير الأسباب في ذلك إلى الضغوط المرتبطة بالدور الاجتماعي للمرأة المتزوجة، وقد اقترحا بأن النفسية الموجودة لدى المرأة العاملة في البيت ربما تكون نتيجة أن البيت والعائلة ليست مصادر إرضائية وانشغال، كثيرا من النساء يشعرهن بالإحباط لقيامهن بالعمل وتربية الأطفال معا، ولأن العمل متكرر وغير مطلوب بالإضافة إلى ذلك، أن دور ربة البيت غير محدد وغير واضح. (أحمد محمد مبارك، 1992، ص، 93)، هذا وقد أكدت بعض الدراسات أن الزوجات عززن قوتهن وأصبحن ندا لأزواجهن، كما أكدت كذلك بأن اشتغال الزوجات يزيد من وقوع الصراع بين الزوجين إلا أنه لا يغير من المستوى العام للسعادة في الزواج (كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 94)، فرغم التغيرات التي حدثت على بنية الأسرة ووظيفتها نتيجة خروج المرأة للعمل وخاصة على مستوى الأدوار والحالات، إلا أنه مازالت تلك القيم التقليدية تحمل المرأة مسؤولية الأعمال المنزلية ورعاية الأطفال برغم ازدواجية الدور، ففي هذا الصدد أجري بحث في استراليا عام (1984) توصل إلى أن (84%) من المبحوثين يرون أن الرجل والمرأة ينبغي أن يتقاسما المهام المنزلية و هذا التحول في الاتجاهات تدعمه دراسات أخرى تكشف أن الرجال قد أصبحوا أكثر مشاركة في

الأعمال المنزلية مثل رعاية الأطفال، والطهي وغسل الصحون والتسوق (بهية جوادي الحبشي ، 1994 ، ص 245).

## 5 – عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط المهنية لدى المرأة تعزى إلى المهنة

الجدول رقم (14) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة		قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن		
دال عند 0,05	0,003	128	-3,011	0,61386	3,4056	65	مرضة	عن طبيعة العمل الضغوط الناتجة
				0,84536	3,7958	65	معلمة	
دال عند 0,05	0,00	128	-5,647	0,59323	3,5449	65	مرضة	عن بيئة العمل الضغوط الناتجة
				0,89114	3,2947	65	معلمة	
غير دال	0,215	128	-1,246	0,61813	3,5971	65	مرضة	عن تعدد الأدوار الضغوط الناتجة
				0,68265	3,7394	65	معلمة	
دال عند 0,05	0,00	128	-4,494	0,43654	3,1167	65	مرضة	الضغوط المهنية
				0,68435	3,5692	65	معلمة	

يتضح من خلال الجدول رقم(14) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمات والممرضات في الضغوط المهنية لصالح المعلمات، أي أن معلمات مرحلة التعليم الابتدائي يعانين ضغوطا أكبر، وهذا راجع إلى أن المعلمة تقوم بوظيفة إعداد وتنمية قدرات الطفل وإكسابه المعارف الأساسية وتنمية الكفاءات القاعدية في مجالات التعبير الشفهي والقراءة والرياضيات والعلوم والتربية الخلقية والإسلامية، أي تلقينه وتعليمه أسس المعرفة ونقشها عليه كصفحة بيضاء، وهي في سبيل أداء وظيفتها الصعبة تواجه باستمرار متطلبات متباينة ومتناقضة، كمقاومة التلميذ فاتصال المعلمة ليس اتصال بشيء أو آلة بل هو اتصال بعقول بشرية، واختلاف مستوياتها المعرفية في انخفاضها وارتفاعها فالمعلمة مجهددة بين تحضير الدرس مسبقا، وتركيز في الانتباه ودقة في التعامل وكذا ضغط المفتش إضافة إلى مشكلات أخرى كاحتفاظ الأقسام، مما يعيق المعلمة عن أداء دورها بصورة جيدة مما يشعرها بالقلق والعجز عن التحكم في سلوك التلاميذ، ويعيقها عن إيصال المعلومات إلى التلاميذ بصورة جيدة كذلك سوء أخلاق بعض التلاميذ، ومشكلات الرسوب ونقص الدافعية للتعلم كل هذه الأمور تجعل المعلم يجد من دافعيته وعطائه وتشعره بإحباط مستمر، وكأن دورها غير ذي جدوى مما يزيد من حدة ضغطها النفسي، كذلك الأجر الذي تتقاضاه المعلمة يعتبر من أهم العوامل المؤثرة في حدوث الضغط كما يقول هاملتون Hamilton لا يمكن للعمل الذي لا يدر ربحا أن يؤدي إلى التوافق فالأجر الذي تحصل عليه المعلمة وقيمتها والمنح الإضافية

دافعان قويان للتمسك بالعمل التربوي، في حالة ما إذا كان عملها لا يدر عليها الدخل الكافي لإشباع تلك الحاجات فهذا ما يسبب لها الإحباط النفسي ويدفعها إلى ترك العمل التربوي أو القيام بعمل آخر بحثاً وراء بديل له، وهذا ما يزيد عليها ضغطاً وجهداً قد يؤثران على توازنها وحتى على مستوى كفاءتها التربوية (ناصر الدين زيدي، 2006، ص، 150)، وهو ما أكدته دراسة سكوب وريتشارد أن النمو المهني للمعلم واتجاهاته الموجبة نحو المهنة هو الراتب الكافي والمساندة من المجتمع المحيط للمدرسة.

كما أجريت دراسة في أستراليا بمقاطعة نيو وريلز حول أسباب استقالة المعلمين عن مهنة التدريس أجريت على (57) معلماً حديثي الاستقالة من التعليم الابتدائي أوضحت النتائج أن من أهم أسباب الاستقالة هو عدم استطاعة المدرس مسايرة التغيرات في العملية التعليمية في مقاومتها، إضافة إلى معاناته من الاتجاهات السلبية نحو مهنة التدريس، ونقص العائد المادي وسوء أخلاق التلاميذ وسوء العلاقة مع الزملاء.

<http://www.maganim.com/articles/view.asp?key=311>

07/03/2011 h 05:28

وفي دراسة لـ محمد الشافي (1998) بعنوان ضغوط مهنة التدريس مقارنة بضغوط بعض المهن الأخرى وفي علاقتها ببعض المعتقدات التربوية للمعلمين، هدفت الدراسة إلى مقارنة ضغوط مهنة التدريس كما يدركها المدرسون بضغوط بعض المهن والكشف عن الارتباط بين تقدير المعلمين للضغوط المهنية ومعتقداتهم التربوية وتكونت عينة

الدراسة من أربع عينات فرعية (46) معلما بالمرحلة الابتدائية و(49) ممرضة و(42) موظفا بالسنترال و(39) إداريا بالمدارس، وأظهرت نتائج الدراسة أن مهنة التدريس أعلى ضغطا من مهنة مقسم الهواتف، وأقل ضغطا من التمريض في حين لا يوجد اختلاف في ضغوط العمل في مهنة التدريس والعمل الإداري بالمدارس كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة معنوية بين تقدير المعلمين للضغوط المهنية ومعتقداتهم التربوية، بالإضافة إلى ذلك تتميز الإدارة بالتعقيد وعدم المرونة مما يجعل المدرسة أمام موقف فيه الكثير من التعقيد، إذ تشعر أحيانا بعدم الطمأنينة، لما يأتيها من رأي الإدارة فيها أو رأي المفتش، وفي هذا الجو يكون عليها أن تركز انتباهها لساعات متعددة خلال النهار وأن تعي شؤون مدرستها ومشكلاتها، لساعات متعددة بعد خروجها من المدرسة، وأن الإرهاق الذي يصيب المعلمة من جراء ضغط العمل وشروطه وما يتطلبه من تنوع في المسؤوليات، وعناية في التحضير وتركيز في الانتباه، ودقة في التعامل مع الناشئين لا يعادله إرهاق يمكن أن يأتي من العديد من المهن الأخرى (ناصر الدين زبيدي، 2006، ص148)، و قد أجريت العديد من الدراسات التي تناولت المشكلات التي تعد مصادر رئيسية للتوتر عند المعلمات وأظهرت أن أهم تلك المشكلات هي سوء سلوك الطلاب وضغط العمل والحاجة إلى التقدير المهني وتدني النظرة العامة للمعلمين ومهنتهم، والصعوبات المرتبطة بالأدوار التي يقوم بها المعلمون وضعف العلاقة مع أولياء الأمور والمجتمع، وصعوبة ظروف العمل وسوء معاملة الإدارة

المدرسية وضعف السيطرة على العمل، وقلة التفاعل الاجتماعي في بيئة العمل وعدم ملائمة متطلبات العمل، وضعف اعتبار العمل كمصدر للفخر والاعتزاز وضغوطات المدرسة، وعدم ملائمة التجهيزات المدرسية وكثرة عدد التلاميذ في الفصل، وغموض الدور الذي يقوم به المعلم كما أجريت دراسات أخرى لمعرفة المشكلات التي تسهم في إضعاف الرضا الوظيفي عند المعلمات، وبينت نتائجها أن أهم تلك المشكلات تتمثل في ضعف المكانة الاجتماعية للمعلمة، والطبيعة التكرارية لمهنة التعليم وضعف المشاركة في صنع القرار والرقابة الشخصية والمهنية وضعف الدعم الإداري وانخفاض الرواتب وكثرة الواجبات التدريسية والتغير المستمر للسياسات التربوية والأساليب الإدارية التسلطية وطول المناهج وتعقيدها وقلة فرص الترقية (علي حمود علي، بدون سنة، ص 35، 36).

— إن المعلمة هي الحجر الأساسي الذي يهيم في تطوير الواقع التربوي لإنشاء جيل يحمل علما نقيًا وخلقًا حسنًا وتوجهات فكرية فاعلة، إن بناء الذات الإنسانية ليس بالأمر الهين بل يتطلب أناسًا أكفاء تتوفر فيهم عوامل الراحة والصحة النفسية والتوافق النفسي والاجتماعي، لكن في ظل المشكلات التي تواجه المعلمين والمعلمات في أداء أنبل مهنة على الإطلاق إذ يسميها البعض أم المهن، كيف للمعلمة أن تقوم بدورها على أتم وجه ومهنتها لا تلبي احتياجاتها الأساسية كضعف الرواتب وضآلتها تجعل المرأة تنزعج من هذا المآزق المالي في ظل غلاء المعيشة واللباس والمعدات وغيرها وكذا

مشكلة النقل هذا من الجانب المادي، أما من الجانب المعنوي فإن السلطة التي تواجهها المرأة من إدارة المدرسة أحيانا وسوء العلاقة مع المدرسين أي الجو الاجتماعي العام للمدرسة الذي يتسم بعدم التفاهم والتطور والرقابة وغيرها من المفاهيم السلبية الأثر على المرأة مما يشعرها بالإحباط والتوتر المستمرين لأن بيئة العمل عموما غير مريحة، أضف إلى ذلك نقص الترقية والحوافز، فالمعلمة تحاول أن تحسن من كفاءتها بصورة ذاتية، تقرأ وتستكشف تبادر بتحسين وتطوير العملية التعليمية لكنها تنتظر اعتراف لهذا الجهد، يتمثل في تحسين المعلمة بدورها وأهميتها كإنسانة تسهم في بناء أفراد يقيمون صرح الحضارة ولمجتمع يحتاج للراقي والتطوير، على الرغم من أن مهنة التعليم من أصعب المهن وأكثرها شعورا بالضغط المهني، وهذا ما بينته دراستنا إلا أن وجهات أخرى من النظر ترى أنه يوجد من المهن ما هو أكثر إرهاقا وتعبا للعامل كمهنة التمريض، فمهنة التمريض في الجزائر على غرار الدول المتحضرة تعاني الكثير من المشاكل ذلك أن الخدمة الصحية في الجزائر تبقى دون مستوى متطلبات المواطن الجزائري، وهذا ما نلاحظه من شكاوى المواطنين من سوء الخدمات الصحية وكذا المعاملات اللإنسانية التي باتت السمة البارزة للممارسات الصحية خصوصا لدى الممرضين فهذه الوضعية التي آل إليها مستوى الممرضين في الجزائر تستدعي الدراسة والبحث، لأن المهن التي تسعى إلى تقديم المساعدة الاجتماعية تولد ضغطا مستمرا، يصل إلى الاحتراق النفسي الناتج عن طبيعة المهنة، كذلك تشير



الإحصائيات الطبية التي نشرتها المنظمة العالمية في تقريرها السنوي حول الوضع الصحي في العالم أن الاضطرابات الصحية التي لها علاقة بالضغط والظروف البيئية السلبية الأخرى تمثل ما بين (50) بالمائة و (80) بالمائة من كل الأمراض، أما في الجزائر فقد جاء الاهتمام بالصحة العقلية لعمال القطاع الصحي في التعليم الوزارية رقم (18) المؤرخة بتاريخ 27 أكتوبر 2002 التي جاء فيها:

غالبا ما يواجه مهني الصحة العاملين في المصالح الاستعجالية ومصالح العناية المركزة وضعيات قصوى في كفاحهم الدائم ضد معانات المرضى الذين يتكفلون بهم، فهم لا يخضعون للعبء الكمي للمهنة فحسب، لكن أيضا لأعباء فكرية وانفعالية تتزايد في المصالح ذات النشاط المكثف نظرا للضغوط التنظيمية و العلائقية، أو تلك المرتبطة بمعاشهم المهني أين يمتزج عدم الرضا، نقص المشاركة إتخاذ القرارات.... الخ، وقد ينجر عن كل هذه الإرغامات معاناة نفسية خصوصا لما تكون ظروف العمل غير ملائمة، وتؤدي إلى ضغط المهنة وتظاهراته القصوى الاحتراق النفسي (ميهوبي فوزي، دس، ص ص، 179، 180)، كما كشف جلولي (2003) أن الممرضين يعانون من شدة مرتفعة من الإجهاد الانفعالي وشدة متوسطة من تبدل المشاعر وتدني الشعور بالانجاز، وهذا مرده أن الممرض يعايش حالات الألم للمرضى والأئين و الشكوى، وربما طالت معاناة المريض في المستشفى واستاءت حالته مما يستدعي من الممرضة التدخل لتخفيف الألم ومواساة المرضى وتجتهد في ذلك ما استطاعت، بالكلمة الطبية والمعاملة

الحسنة والابتسامة، والنصيحة إلى غير ذلك من أساليب التعامل التي تدخل الاطمئنان والراحة على نفس المريض، إلا أن الممرضة تبقى إنسانة لها مشاعر وعواطف تتأثر بحالات المرضى التي تستدعي الشفقة عليهم، وتشير دراسة فهد السيف (2000) أن الاحتراق النفسي للممرضين ناتج عن طبيعة الوظيفة وهو راجع إلى قصر المسار الوظيفي وفرص الترقى، والندم لاختيار التخصص والحاجة للقيام بأعمال أخرى لزيادة الدخل، وتشعب المسؤوليات المسببة للتوتر، الإنهاك لزيادة أعباء العمل، الخوف من التعرض لبعض الأمراض، طغيان مسؤوليات العمل على الحياة الخاصة الإحباط لضالة فرص النمو المهني، التفاوت في تقدير المهنة مع المهن الأخرى وتظهر من بين الأعراض الخاصة بالعلاقات الاجتماعية، تبني سلوك واتجاه دفاعي في العلاقات مع الآخرين تتمثل في عدم الثقة بالآخرين، تجاهل الآخرين والتفاعل معهم بشكل آلي تكتفه البرودة في الانفعال (علي عسكر، 2003، ص 46)، وعلى ذلك يختلف إدراك المرأة العاملة للضغط المهني حسب طبيعة المهنة والمشاكل المحيطة بها، وتختلف كذلك من بيئة للأخرى ومن مؤسسة لأخرى.

## 6- عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزوجي تعزي إلى المهنة.

الجدول رقم (15) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الخامسة

الدلالة	مستوى الدلالة sig	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن		
غير دال	128	0,770	0,59998	3,8250	65	ممرضة	التوافق
			0,62437	3,7422	65	معلمة	الزوجي

يتضح من الجدول رقم (15) أعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزوجي، وذلك يرجع إلى أن المرأة الجزائرية تبقى امرأة مهما اختلفت المهنة التي تقوم بها أو دورها في المجتمع، فإنها أبدا لا تنسى دورها الطبيعي الموكل إليها كزوجة وأم وتسعى دائما إلى تحقيق أقصى درجات التوافق الزوجي، ولأن المرأة على اختلاف بيئتها الاجتماعية أو انتمائها العرقي سواء أكانت عاملة أو غير عاملة مثقفة أو غير مثقفة، تستعد أول ما تستعد في حياتها لأن تكون زوجة وتهيب للأدوار الخاصة بهذه المكانة الاجتماعية التي لها وزنها وقيمتها داخل المجتمع، ويدفعها دافع الأمومة وهو أقوى دافع على الإطلاق لأن تكون رعية أبنائها وزوجها و الحفاظ على تماسك أسرتها أولى الأولويات في حياتها.

إن احباطات ومشاكل العمل مهما كثرت وتراكت فإنها هينة مقارنة بأن تقصر المرأة في أداء دورها كأم أو كزوجة، حينها تشعر بذنب شديد وألم نفسي ليس له مثيل لذلك نجد العديد من الدراسات التي اهتمت بالأسرة والاستقرار الأسري وأبعاده، ومن بين هذه الدراسات دراسة عزيزة المانع عن الاستقرار الأسري، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها لضمان الاستقرار الأسري مالي:

— تنمية الصلات النفسية القوية بين أفراد الأسرة

— تنمية سبل التفاهم والاحترام المتبادل

— تنمية كفاءات الأفراد في تحمل المسؤولية والثقة المتبادلة

— تنمية الإيمان بالقيم الأخلاقية والأسرية القائمة على المرجعيات الدينية

(عثمان بن صالح بن عبد المحسن العامر، 2000، ص، 32).

لقد أولى ديننا الإسلامي المرأة مكانته عظيمة وجليلة لأنه لا يمكن لحياة أن تستمر إلا بحياة شطريها الذكر والأنثى.

إن قيام المرأة بدورها كزوجة وربة بيت لا يعني أبدا أنها سجينه لا يمكنها القيام بوظيفة في المجتمع، فعن الزعيم السلفي العظيم عبد الحميد بن باديس عن «الربيع بنت معوذ» أنها حضرت بيعة الرضوان وكانت ممن يغزون مع النبي صلى الله عليه وسلم مع نساء أخريات، يخدمن الجيش و يسقين الماء ويداوين الجرحى ويحملنهم إلى

المدينة. (محمد الغزالي، 1990، ص 63). فضلا عن قيامهن بأدوار الزوجية على وجهها الصحيح فعلاقة الزوجين علاقة سكن ومودة ورحمة وهو أساس لإنجاب الأطفال وتعمير الأرض، لذلك كان اهتمام المرأة بموضوع أسرتها أولى الاهتمامات وأهم عنصر في سعادتها كعضو فاعل في هذه العلاقة، ثم إن الحياة الزوجية السعيدة تتسم بطابع التعاون والمشاركة بين الزوجين، فالزوجان يعملان في بناء أسرة إنسانية ولا يتم هذا البناء إلا إذا كان عملهما يتسم بالتضحية والإيثار والتسامح والتحمل، وكذا مبدأ العدالة والذي يشمل الموقف والكلمة الطيبة والثقة والإنفاق، ولن تكون هناك سعادة في أسرة تقوم على الاستغلال والتقصير والتواكل والظلم، بل السعادة تكمن في التعامل بما يرضي الله عز وجل وإعطاء الطرف الآخر حقه، وإضفاء روح المرح والدعابة في الحياة، فالحياة الجامدة التي تقوم على نظام الحقوق والواجبات فقط تكون جافة والحياة الزوجية يجب أن تكون مرنة يتأقلم أفرادها مع كل المستجدات سواء كانت سارة أم ضارة لكي تسير الحياة سيرا طبيعيا وصحيا إن صح التعبير، لأن الأسرة السعيدة تنتج للمجتمع أفراد صالحين أصحاء يحملون قيم أصيلة تعبر عن انتمائهم لمجتمع صالح ويرى علماء النفس أن المشكلات النفسية التي يتعرض لها الزوجان في مراحل حياتهما تتطلب نوعا من التوافق النفسي ليستعينا به على مواجهة بعض الظروف الاقتصادية والاجتماعية في الأسرة، إذن الأصل في التوافق الزوجي أن يتحقق لكل من الزوجين الاستقرار الأسري والشعور بالرضا والسرور والرحمة بينهما كما قال تعالى « ومن

آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة « صدق الله العظيم الروم41. إن الحياة على الأرض إذا خلت من المتعة كانت جافة قاسية لذلك أحاطت حكمة الله كل غرائز البقاء بأسباب المتعة، وإن تدبر هذه الحكمة تجعل الإنسان على بينة من الغاية منها، إنها ليست هدفا لذاتها وإنما هي وسيلة لأهداف كريمة، فإن الفرع الكريم لا يأتي إلا من أصل كريم ( الحياة الزوجية ) حيث كانت المرأة في القديم تعتبر حيوانا لا روح له، ولم تكن زوجة، فلما أرادوا إنصافها في المؤتمر الفرنسي سنة 586 كان جهد ما قرروه لها أنها إنسان وليست حيوان، إنسان خلق لخدمة الرجل، ونحن بإزاء أية كريمه تتطرق نورا ورقة وتروع صدقا وقوة، ما جاء به محمد صلى الله عليه وسلم منذ أربعة عشرة قرنا ، فهي تقرر أن المرأة أية من آيات الله خلقها من أنفس الرجال لا من طينة أخرى وخلقها لتكون زوجة لا لتكون خادما ( محمد مهدي الاستنبولي ، د س ، ص 26 )

ويؤكد صالح عبد العزيز من مؤشرات التعاطف بين الزوجين ذلك الحنين الذي يشعر به كل منهما في غيبة الآخر وتلك السعادة التي يشعر بها الزوج والزوجة في وجود الآخر، والميل إلى التضحية من أجل الطرف الآخر، والتعاضدي على ما بالطرف الآخر من عيوب ومحاولة كل من الطرفين الاقتراب من الطرف الآخر في الميول وفي المزاج وفي وجهة النظر والتجاوب العاطفي. (أحمد محمد مبارك الكندري، 1992، ص 182).

هذا ولكل امرأة نظرتها حول الأساليب المناسبة لتحقيق التوافق الزوجي والسعادة الزوجية، وهذا الاختلاف راجع إلى البيئة الاجتماعية التي تنتمي إليها المرأة وثقافتها وكذا أنماط التفكير والنظرة إلى الزوج والحياة الأسرية، فمنهن من تحتكم إلى الدين في علاقتها مع زوجها ومنهن من تحتكم إلى العرف ومنهن من تحتكم إلى تجارب الآخرين أو رؤيتهم للموضوع، إلا أن هناك قواعد وأسس عامة لاستحكام بناء الروابط الأسرية وهي الحب والمودة والرحمة بين الزوجين، التعاون، العدالة، الثقة، الاحترام الإشباع العاطفي والجنسي، المشاركة وغيرها....

— وقد بذل الكثير من الباحثين عددا كبيرا من المحاولات لدراسة العوامل التي تؤدي إلى التوافق الأسري، حيث يعتقد البعض أن توفير الجو الأسري الملائم للزوج كي يقوم بدوره ومسؤولياته في الأسرة على أكمل وجه من الأمور المهمة حيث أن الحياة الزوجية حياة قوامها تحمل المسؤوليات فعلى المرأة أن تهتم بزوجها ومنزلها وتبذل كل ما في وسعها من أجل توفير السعادة للحياة الزوجية في الأسرة، ولا تترك الأمور للخادمة أو المربية كما يحدث في بعض الأسر.

ففي دراسة لراوية دسوقي 1986 هدفت إلى معرفة العوامل المؤدية إلى التوافق الزوجي وتكونت العينة من 90 زوجا وزوجة من محافظة الزقازيق بمصر، حيث طبقت عليهم استمارة بيانات خاصة عن المتزوجين ومقياس التوافق الزوجي واختبار تفهم الموضوع واختبار عوامل الشخصية للراشدين الصورة ب لكاتل وقد توصلت

الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها أنه كلما زاد عدد سنوات الزواج ازداد التوافق الزوجي وكذلك وجود عوامل تؤدي إلى التوافق الزوجي هي:

الحاجة إلى المكانة الحاجة إلى الحب والعطف والقدرة على التحمل

وفي دراسة كيتامورا وآخرون (1995) والتي هدفت إلى التعرف على العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي في المجتمع الياباني وقد تكونت عينة الدراسة من 146 فردا (67 من الذكور) و(69 من الإناث) واستخدم الباحثون المقابلة الشخصية للمفحوصين بالإضافة إلى استخدام اختبار التوافق الزوجي (لوكي لاوس) بعد تقنيه على المجتمع الياباني واختبار الشخصية (إيزنك) ومقياس الأساليب الوالدية ومقياس الرغبة الاجتماعية، وقد أوضحت النتائج أن العوامل المرتبطة بالتوافق الزوجي في المجتمع الياباني هي:

- وجود جوانب حياتية متعددة يتفق عليها الزوجان (الاتفاق الثنائي).
- الثقة بالشريك والتمسك به وقت الأزمات (الرضا الزوجي).
- عدم إطالة وقت النزاع أو الخصام بين الزوجين (المرونة).
- عدم الخروج كثيرا من المنزل و الاستمتاع عند المكوث فيه (عشق بيت الزوجية).
- المشاركة الوجدانية والاهتمام بمشكلات الشريك (الاهتمام المشترك).



— قلة عدد أفراد الأسرة اللذين يعيشون في بيت الزوجية الرضا بمواصفات المنزل  
(عبد الله جاد محمود، 2006، ص 76).

إن المرأة بما أودعه الله فيها من حس مرهف وعاطفة جياشة و رغبة شديدة في  
الأمومة وتربية الأولاد، كل هذا يجعلها تضحى وتتفانى في العطاء بحبها لزوجها و  
أبنائها فهي دائما تسهر لراحتهم حيث توفر كل عوامل الراحة من منزل نظيف وأكل  
مطهو على حساب رغبة أفراد عائلتها، و لباس نظيف مرتب ناهيك عن علاقاتها  
الاجتماعية المترتبة عن الزواج كعلاقتها بأهل زوجها وأقاربه، فعلاقة الزوجة الجيدة  
مع أهل زوجها بحسن استقبالهم ومعاملتهم بالحسنى، والإحساس بمشكلاتهم ومشاركتهم  
أفراحهم وتحمل بعضا من آلامهم وجعلهم يشعرون أنها فردا منهم كل هذا يجعل المرأة  
تكتسب مكانة طيبة بالنسبة إلى زوجها وأهله والمحيط الاجتماعي، فالمرأة عالم بحد  
ذاته في التفاعل المثمر والعلاقات الاجتماعية التي تنمي أواصر الروابط العائلية وكلما  
وجدت أسرة كبيرة موحدة ومتماسكة وناجحة ومتوافقة، تجد وراء ذلك امرأة ذكية تتقن  
فنيات الحوار والتعامل الجيد وتساعد على اتحاد الأسرة و العكس كلما وجدت أسرة  
تكثر فيها الخصومات والمشاكل تجد المرأة ذات وظيفة هدامة، لأن التصورات  
الاجتماعية المرتبطة بالزوجة في المجتمع الجزائري تتجه نحو أن المرأة تتحمل  
وتصبر ولا تثير المشاكل لأتفه الأسباب تنقص من نفسها تضحى ..... وغيرها من  
المفاهيم السائدة في مجتمعنا حول دور الزوجة في حفظ توازن الأسرة واستقرارها

وهذا ينأتى من التربية التي تلقته المرأة في أسرتها منذ أن كانت فتاة حيث تكتسب مفاهيم المحبة ومبادئ احترام الآخرين، وعدم إفشاء الأسرار وتجنب صفات السوء كالغيبة والنميمة..... وغيرها من الصفات المذمومة، خلقيا وهذا لا يرتبط بالمرأة فحسب بل وحتى الرجل وكما يقال وراء كل رجل عظيم امرأة، وعلى هذا تكون الحياة الزوجية حياة تكامل وتعاون ومساندة ومودة لا حياة شقاق وتنافر وتباغض، وعلى الرجل كذلك أن يقوم بدوره في القوامة وحسن المعاملة والمعاشرة لزوجته وإعطائها حقها بما يرضي الله عز و جل، كما قال تعالى في محكم تنزيله «الرجال قوامون على النساء بما فضل الله بعضهم على بعض وبما أنفقوا » صدق الله العظيم وهي أية عظيمة يبين الله فيها أن القوامة بيد الرجل، فهو المسئول الأول على رعاية أسرته وزوجته والقيام على شؤونهم وبذل ما في وسعه لتلبية جميع متطلباتهم وحاجياتهم قلت أم كثرت، حتى ولو كانت زوجته عاملة فلا يحق له التدخل في دخلها أو صرفه إلا برضا منها وطيب خاطر، وهو جانب قد فصل فيه ديننا الحنيف لأن مال الزوجة وممتلكاتها إذا لم يتفق الزوجان في كيفية التصرف فيه قد يثير العديد من المشاكل لذلك فاتفق الزوجان حول دخل الزوجة وسبل صرفه والاستفادة منه يعتبر، جانب مهم جدا في استحكام بناء الأسرة وتوافقها الزوجي كما أنه على الزوج أن يوفر الحماية لزوجته ويشعرها بالأمن النفسي وبحاجته إليها وأن حياته بدونها لا معنى لها، فالمرأة لا تحتاج الكثير لترضى بالعكس المرأة تحتاج إلى عاطفة صادقة نبيلة ومحبة مخصصة

تشعرها بالأمان، إن كل النساء على وجه هذه البسيطة يبحثن عن الأمان هذا المفهوم إذا شعرت المرأة بوجوده لدى شريك حياتها فإنها ستكون في منتهى العطاء، ولا تدخر خيرا عن زوجها لأننا في عصر ازداد فيه الغلو في مظاهر الترف وبهرج الحياة مما ساق الكثيرين نحو مفاهيم الزيف الذي يصل أحيانا حد الانحراف ، وكثرت مشاكل الأسرة ومشاكل الزوجين وتوتر العلاقة لذلك على كل من الزوجين أن يضع بين عينيه أهداف الأسرة ويعملا سويا على توطيد أواصر العلاقة بالبسمة والكلمة الطيبة العذبة والإحساس الصادق.....الخ، ليضمن كل منهما شريكه وتستمر العلاقة الزوجية مستحكمة البناء متوافقة وسعيدة.

## خاتمة

إن الحياة التي نحيها مليئة بالمتاعب والمنغصات والضغوط ليست فقط الناجمة عن العمل بل وضغوط الحياة عموماً و الدراسة كشفت على أنه للضغط المهني علاقة بالتوافق الزوجي للمرأة لأنها إنسانة تحس وتشعر، تتألم وتحبط جراء ما تحتويه بيئة العمل من مشاكل فيزيقية واجتماعية وكذا الضغوط المترتبة عن قيامها بأدوار عديدة كل هذا ينعكس سلبي على حياتها الأسرية واستقرارها الزوجي وعلى أطفالها، فالمرأة سواء أكانت ممرضة أو معلمة فإنها تخبر قدراً كبيراً من الضغوط المهنية، التي تحمل آثارها معها إلى بيتها تاركة الأثر الواضح على نفسية المرأة وعلى صحتها الجسدية ناهيك عن الأثر الذي يمس علاقتها بزوجها وأبناءها، اللذين ينتظرون قدومها من العمل لتلبي حاجاتهم المؤجلة إلى حين عودتها، فتباشر قيامها بدورها المنزلي كزوجة وأم، دون رغبة منهم في أي تقصير أو نقص يخص قيامها بدورها في البيت، لكن تبقى هناك فروق في درجة الإحساس بالضغط المهني لصالح المعلمات، في حين يبقى عامل التوافق الزوجي رغبة كل امرأة عاملة سواء كانت ممرضة أو معلمة لأنه أساس الحياة الزوجية، ومدعاة لاستمرارها.

# المراجع

## قائمة المراجع

### – المصادر

1 – القرآن الكريم

2 – الحديث النبوي الشريف

### – قائمة الكتب باللغة العربية

1 – أحمد إبراهيم (بدون سنة)، الإدارة التعليمية بين النظرية والتطبيق، ط 1، مكتبة المعارف المدنية الإسكندرية.

2 – أحمد بطاح (2006)، قضايا معاصرة في الإدارة التربوية، ط 1، دار الشروق للنشر والتوزيع، الأردن.

3 – أحمد تيغزة ، قضايا تربوية معاصرة ، دار الهدى للنشر، الجزائر.

4 – أحمد زايد وآخرون (بدون سنة) الأسرة والطفولة، دراسات وأنتروبولوجية، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

5 – إحسان الأغا (2002) ، البحث التربوي وعناصره، مناهجه وأدواته، ط 4، الجامعة الإسلامية غزة.

6 – إحسان محمد الحسن (2005) علم الاجتماع الصناعي ، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن.

7 – إحسان محمد الحسن (بدون سنة) علم الاجتماع المرأة، دراسة تحليلية عن دور المرأة في المجتمع المعاصر، ط1، دار وائل للنشر، بيروت.

- 8 – أحمد محمد عوض بني أحمد (2007) الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس، ط1، دار حامد للنشر والتوزيع، الأردن.
- 9 – أحمد محمد مبارك الكندي (1992) علم النفس الأسري، ط2، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
- 10 – أحمد عزت رايح (2009) أصول علم النفس، ط1، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- 11 – أحمد عبد اللطيف وحيد (2001) علم النفس الاجتماعي، ط1 دار ميسرة للطباعة و النشر والتوزيع، عمان.
- 12 – أحمد فراج حسين (2004) أحكام الزواج في الشريعة الإسلامية، الدار الجامعية الجديدة للنشر الازاريطة، الإسكندرية.
- 13 – أنتوني غدير، ترجمة فايز الصباغ (2005)، علم الاجتماع، ط 1، مركز دراسات الوحدة العربية مكتبة الرابطة، بيروت.
- 14 – أنسي محمد أحمد قاسم (1998) أطفال بلا أسر، ط1، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
- 15 – أوسقلد شقارتن، تعريب شعبان بركات (بدون سنة)، علم النفس الجنسي، ط2، المكتبة العصرية صيد، بيروت.
- 16 – الزهراني سعيد، علي محمد جمعة، محمد بندر فاطمة (1991) دراسة مسحية حول وضع الممرضات السعوديات على رأس العمل بوزارة الصحة، الرياض، الإدارة العامة للبحوث.

- 17 – بامبلا جوردون، ترجمة أمينة التيون (2005) السعادة الزوجية بعد الإجاب، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 18 – باسم محمد ولي، محمد جاسم محمد (2009)، المدخل إلى علم النفس الاجتماعي، ط1، مكتبة دار الثقافة للنشر، عمان.
- 19 – بدرة معتصم ميموني (2005) الاضطرابات النفسية والعقلية عند الطفل، ط2 ديوان المطبوعات الجامعية الساحة المركزية بن عكنون.
- 20 – ببيير داکو، ترجمة بوجالي محمد الشريف، (2007) الانتصارات المدهشة لعلم النفس، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، عين مليلة، الجزائر.
- 21 – توفيق الواعي (2006) استراتيجيات في تربية الأسرة المسلمة، خلية البحوث والدراسات، الدار الخلدونية للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 22 – تيموتي ج نرول (2007) علم النفس الإكلينيكي، ترجمة فخري شاكر طعيمة، حنان لطفي زين الدين، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع.
- 23 – جان بنجمان ستورا (1997) الإجهاد وأسبابه وعلاجه، ترجمة انطوان هاشم، منشورات عويدات، بيروت لبنان.
- 24 – جمعة السيد يوسف (2001)، النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية، دار غريب للنشر، القاهرة.
- 25 – حبيب الله طاهري (2005)، مشاكل الأسرة وطرق حلها، ط2، دار الهادي للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.
- 26 – حسين أحمد حشمت، مصطفى حسين باهي (2006)، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي، الدار الجامعية للنشر، مصر.



27 – حسين علاوي (2009)، مدخل إلى علم النفس المرضي، مركز الكتاب للنشر، مصر.

28 – حمدي علي الفرماوي، رضا عبد الله (2009)، الضغوط النفسية في مجال العمل والحياة، دار الصفا للنشر، عمان.

29 – حنان عبد الرحمن الأحمدى (2002) ضغوط العمل لدى الأطباء، المصادر والأعراض، دار الطباعة للنشر والتوزيع، السعودية.

30 – خليل ميخائيل معوض (1994) سيكولوجية النمو، الطفولة والمراهقة، ط3

دار الفكر الجامعي

31 – ديفيد فونتانا (1994) الضغوط النفسية تغلب عليها وابدأ الحياة، ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

32 – رونالدي ريجيو (1999)، المدخل إلى علم النفس الصناعي و التنظيمي، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان الأردن.

33 – سامية مصطفى الخشاب، (1993) النظرية الاجتماعية ودراسة الأسرة، دار الفكر العربي، القاهرة.

34 – سعاد جبر سعيد (2008)، سيكولوجية التنشئة الأسرية للفتيات، ط1، عالم الكتاب الحديث، دار الكتاب العالمي، الأردن.

35 – سعيد محمد عثمان (2009)، الاستقرار الأسري وأثره على الفرد والمجتمع، مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية.

- 36 – سلوى عبد الحميد الخطيب، (2002)، نظرة في علم الاجتماع المعاصر، ط1، المملكة العربية السعودية.
- 37 – سعد رياض (2005)، الصحة النفسية للعمال، ط1، دار الكلمة للنشر والتوزيع، مصر.
- 38 – سمير شيخاني، (2003)، الضغط النفسي، طبيعته، أسبابه، المساعدة الذاتية، المداواة، دار الفكر العربي، بيروت.
- 39 – سعيد حسين العزة (2000)، الإرشاد الأسري، نظرياته وأساليبه العلاجية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 40 – سلامة الخمسي، (2003)، دراسات وبحوث عن المعلم العربي، ط1، دار الوفاء للطباعة والنشر، القاهرة.
- 41 – سليمان إبراهيم أبو دوقة (2002)، الحب، الخطوبة والزفاف، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- 42 – سناء الخولي، (1993)، التغير الاجتماعي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 43 – سناء الخولي (بدون سنة) الزواج والعلاقات الأسرية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
- 44 – سناء الخولي (1999)، الأسرة والحياة العائلية، دار المعرفة الجامعية، الأزاريطة.
- 45 – شكوة نوابي نجاد، (2004)، التوافق والالتوافق لدى الأطفال الناشئة وطرق مواجهة السلوكيات الشاذة، ط1، دار الهادي للطباعة والنشر.

- 46 – شكوة نوابي نجاد، (2001)، علم النفس المرأة، ترجمة زهراء جلولي.
- 47 – سهير كامل أحمد (1998)، دراسات في سيكولوجيا الطفولة، مركز الإسكندرية، القاهرة مصر.
- 48 – سهير كامل أحمد، (2000)، الصحة النفسية والتوافق، مركز الإسكندرية للكتاب، القاهرة.
- 49 – شعبان علي حسين السيبي، (2002)، علم النفس أسس السلوك الإنساني بين النظرية والتطبيق، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- 50 – شوقي أبو خليل، (1992)، الإسلام في قفص الاتهام، دار الفكر، الجزائر.
- 51 – صلاح الدين محمد عبد الباقي (2002)، السلوك الفعال في المنظمات، الدار الجامعية للنشر الجديد، الازاريطة، الإسكندرية.
- 52 – طارق كمال، (2005)، الصحة النفسية للأسرة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
- 53 – طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم (2006)، إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، ط 1، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان.
- 54 – عبد الرحمان بني أحمد محمد هيجان (1998)، ضغوط العمل منهج شامل لدراسة مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض.
- 55 – عبد الرحمان سليمان طيريري، (1994)، الضغط النفسي، مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته، ط 1، الرياض.

- 56 – عبد العزيز عبد الحميد محمد، (2005)، سيكولوجيا مواجهة الضغوط الكبرى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 57 – عبد الرحمان العيسوي، (1985)، علم النفس الفيزيولوجي، دراسة في تفسير السلوك الإنساني، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 58 – عبد الرحمان العيسوي، (بدون سنة)، سيكولوجيا العمل والعمال، دار الراتب الجامعية، بيروت.
- 59 – عبد الرحمان العيسوي، (2004)، سيكولوجيا النساء، ط 1، منشورات الحلبي الحقوقية، بيروت.
- 60 – عبد الحميد محمد الشاذلي، (2002)، الواجبات المدرسية والتوافق، المكتبة الجامعية الازاريطة.
- 61 – عبد الحميد الشاذلي، (2001)، الصحة النفسية والسيكولوجيا الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
- 62 – عبد العزيز فهمي، (بدون سنة)، موسوعة المصطلحات الاقتصادية والإحصائية، دار النهضة، القاهرة.
- 63 – عبد القادر القصير، (1999)، الأسرة المتغيرة ومجتمع المدينة، ط 1، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
- 64 – عبد الرحمان بن جميل بن عبد الرحمان قصاص، (بدون سنة)، المشكلات الواقعية للتربية العملية، آفاق وحلول مستقبلية، مكة المكرمة.
- 65 – عطا الله فؤاد الخالدي، دكال سعيد الدين العلمي (2009)، الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف، ط 1، دار الصفاء للنشر، عمان.

- 66 – عمر وصيفي عقيلي، (2005)، إدارة الموارد البشرية المعاصرة، ط 1، دار وائل، عمان، الأردن.
- 67 – علي عسكر، (2003)، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- 68 – علي غربي وآخرون (2003)، تنمية المجتمع من التحديث إلى العولمة، ط 1، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 69 – عدلي علي أبو طاحون، (2000) حقوق المرأة دراسات دينية وسوسولوجية، المكتب الجامعي الحديث، الأزاريطة.
- 70 – عصام نور (2002)، دور المرأة في تنمية المجتمع المحلي، مؤسسة شباب الجامعة، مصر.
- 71 – علاء الدين كفاقي، (2008)، الإرشاد الأسري، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
- 72 – عفاف عبد العليم، إبراهيم ناصر، (1995) التنمية الثقافية والتغير النظامي للأسرة، دار المعرفة الجامعية.
- 73 – علي راشد، (1993)، مفاهيم ومبادئ تربوية، ط 1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- 74 – علي سيد، سماح الأثراني (2008)، دور المدرسة والأسرة في التنشئة الإجتماعية عند الطفل، ط 1 دار الرفيق للنشر، بيروت لبنان.
- 75 – غريب سيد وآخرون، (2001)، علم اجتماع الأسرة، ج 8، دار المعرفة الجامعية.

- 76 – فاخر عاقل، (1985)، معجم علم النفس إنجليزي، فرنسي، عربي، الدار المصرية، بيروت.
- 77 – فاخر عاقل (1985)، علم النفس التربوي، ط4، دار العلم للملايين، بيروت لبنان.
- 78 – فاروق السيد عثمان (2001)، القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي القاهرة.
- 79 – فريدريك معتوق، (2009)، معجم العلوم الاجتماعية، إنجليزي، فرنسي، عربي، المعاجم الأكاديمية المتخصصة.
- 80 – فاروق عبده فلية، السيد محمد عبد المجيد، (2005)، السلوك التنظيمي في إدارة المؤسسات التعليمية، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطبع، عمان.
- 81 – فوزي محمد جبل، (2000)، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.
- 82 – فيصل حسونة (بدون سنة)، إدارة الموارد البشرية، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 83 – قصر الرابي، (1995)، الدائرة الأثوية الصامتة، لبنان.
- 84 – كاميليا عبد الفتاح، (1972)، سيكولوجيا المرأة العاملة، ط1، دار الثقافة العربية للنشر، القاهرة.
- 85 – كمال إبراهيم مرسي، (1995)، العلاقات الزوجية والصحة النفسية في الإسلام وعلم النفس، ط2، دار القلم للنشر، الكويت.

86 – كفاي علاء الدين، (1982)، مقياس وجهة الضبط، مكتبة الأنجلو مصرية، مصر.

87 – كلير فهم (2005)، الأمومة والطفولة، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة مصر.

88 – لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، (2006)، الإجهاد، مخبر التطبيقات التربوية والنفسية، قسنطينة، دار الهدى للطباعة والنشر، الجزائر.

89 – لوري إيه ليدن روبنستين، (2004)، دليل إدارة الضغوط و استراتيجيات للتمتع بالصحة والسلام الداخلي، ط1، مكتبة جرير، السعودية.

90 – ماجدة بهاء الدين السيد عبيد، (2008)، الضغط النفسي، مشكلاته، وأثره على الصحة النفسية، ط 1، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان.

91 – مالك سليمان مخول (1989) علم النفس الاجتماعي، د ط، جامعة دمشق

92 – ماهر محمود عمر، (2008)، سيكولوجيا العلاقات الاجتماعية، دار المعرفة الجامعية، الأزاريطة.

93 – مجدي أحمد محمد عبد الله، (2008)، نصوص ودراسات سيكولوجية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

94 – محمد أحمد بيومي، عفاف عبد العلي ناصر، (2003)، علم الاجتماع العائلي، دراسة تغيرات في الأسرة العربية، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية.

95 – محمد بن صالح العثيمين، (2003)، الزواج في الشريعة الإسلامية، مكتبة الصفا دار الإمام مالك، القاهرة.

96 – محمد الحسن، (2008)، علم الاجتماع المرأة، ط1، دار وائل للنشر، عمان الأردن.

97 – محمد إسماعيل بلال، (2005)، السلوك التنظيمي، الدار الجامعية الجديدة، الإسكندرية.

98 – محمد بومخولوف، (2001)، التنظيم الصناعي والبيئة، شركة دار الأمة للطباعة والنشر والتوزيع، برج الكيفان، الجزائر.

99 – محمد حسين، محمد حمدات، (2008)، السلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية للمؤسسات، ط 1، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.

100 – محمد الصيرفي، (2008)، الضغط والقلق الإداري، مؤسسة حورس الدولية للنشر، الإسكندرية.

101 – محمد جاسم العبيدي، (2009)، مشكلات الصحة النفسية، أمراضها وعلاجها، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.

102 – محمد جمال يحيوي، (2003)، دراسات في علوم النفس، دار الغرب للنشر والتوزيع، الجزائر.

103 – محمد توفيق الماضي السمالوطي (1981)، الدين والبناء الاجتماعي، دراسة في علم الاجتماع العائلي ج8، ط1، دار الشروق للطباعة والنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية.

104 – محمد شحاتة ربيع، (2000)، علم النفس الصناعي، ط 3، دار غريب للطباعة والنشر.



- 105 – محمد عاطف غيث، (بدون سنة)، المشاكل الاجتماعية والسلوك الإحتراقي، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 106 – محمد قاسم عبد الله، (2001)، مدخل إلى الصحة النفسية، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن.
- 107 – محمد مهدي الاستنبولي، (بدون سنة)، الزواج الإسلامي السعيد، دمشق.
- 108 – محمود أيوب شحيمي، (1997)، الإرشاد النفسي والتربوي والاجتماعي لدى الأطفال، دار العيفا اللبناني، لبنان.
- 109 – محمد السيد عبد الرحمن، راوية حسن دسوقي، (1988)، التيؤ بالتوافق الزوجي، بحوث المؤتمر الرابع لعلم النفس، مصر 25 – 27 يناير.
- 110 – محمد عبد الظاهر الطيب (1991) مشكلة الأبناء وعلاجها من الجنين إلى المراهقة، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 111 – محمود حسن، (1981)، الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
- 112 – محيا زيتون (2000)، المرأة والتنمية مناهج نظرية وقضايا عملية، المركز القومي للبحوث الاجتماعية و الجنائية، القاهرة.
- 113 – مصطفى بوتفنوشت، (1984)، ترجمة دمري أحمد، العائلة الجزائرية، التطور والخصائص الحديثة، ديوان المطبوعات الجامعية الساحة المركزية بن عكنون الجزائر
- 114 – مصطفى حسين باهي، محمد متولي عفيفي، (2005)، سيكولوجيا الإدارة الرياضية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

- 115 – مصطفى حجازي، (2001)، علم النفس والعولمة، ط 1، شركة المطبوعات للنشر والتوزيع، بيروت.
- 116 – مصطفى خليل الشرقاوي، (بدون سنة)، علم الصحة النفسية، دار النهضة العربية، بيروت.
- 117 – معن محمود عباصرة، مروان محمد بني أحمد (2008)، إدارة الصراع والأزمات و ضغوط العمل والتغيير، دار الحامد للنشر و التوزيع، عمان، الأردن.
- 118 – مقدم عبد الحفيظ (2003)، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، الساحة المركزية بن عكنون، الجزائر.
- 119 – منى أحمد الأزهرى، مصطفى حسين باهي (1999) أصول البحث العلمي في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 120 – منير مرسي سرحان، (1982) في اجتماعيات التربية، مكتبة الأنجلو المصرية
- 121 – ناصر الدين زيدي، (2002)، سيكولوجيا المدرس الجزائري، دراسة وصفية تحليلية، ديوان المطبوعات الجامعية للنشر، الجزائر.
- 122 – ناصر إسماعيل محمد إسماعيل (2007)، الانحرافات الجنسية عند الشباب وعلاجها في الكتاب والسنة، دار الفجر للنشر، الجزائر.
- 123 – نبيل السمالوطي، (1988)، بناء المجتمع الإسلامي ونظمه، دراسة في علم الاجتماع الإسلامي، ط2، دار الشروق للنشر والتوزيع والطباعة.
- 124 – هناء يحي أبو شهية، (2007)، الإسلام وتأصيل علم النفس، ط 1، دار الفكر العربي مصر.

125 – هيام ملقي (1987) المرأة العربية بين التعليم والعمل ومشكلة اغتراب نشاطها ووظيفتها داخل الأسرة والمجتمع، ط 1، دار الفكر العربي.

126 – هيلين قان فيلد وآخرون (بدون سنة)، المرأة الجزائرية، إشراف عبد القادر جغلول، دار الطباعة والنشر بيروت.

127 – الوحيشي أحمد بيبي، (1998)، الأسرة والزواج، مقدمة في علم الاجتماع العائلي، ج8، الجامعة المفتوحة طرابلس.

128 – يحي بوعزيز، (2000)، المرأة الجزائرية وحركة الإصلاح النسوية العربية، ج8،

#### المجلات:

129 – الطاهر منادي، (1985)، المرأة وواجبات المنزل والتزامات الشغل، مجلة الحسين، العدد، مارس، 252.

130 – السيد محمد عبد المجيد، (2004)، إساءة المعاملة والأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المدرسة الابتدائية، مجلة دراسات نفسية، العدد 03، أفريل، قسم علم النفس، جامعة المنصورة.

131 – حسين حريم، (2003)، ضغوط العمل لدى الكادر التمريضي في المستشفيات الخاصة بالأردن، مجلة جامعة دمشق، المجلد 24، العدد الثاني.

132 – حنان حسين الحلو، (2004)، مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية في فلسطين، رئيس التحرير، ميشيل شواقفة، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 31، العدد 02، أيلول، عمان الأردن.

133 – رجاء مريم (2008)، مصادر الضغوط النفسية لدى العاملات في مهنة التمريض التابعة لوزارة التعليم العالي في محافظة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد 24، العدد الثاني.

134 – عبير محمد الصبان، (2007)، التوافق الزوجي في ضوء بعض سمات الشخصية لدى عينة من الزوجات السعوديات في مكة المكرمة، المؤتمر السنوي الرابع عشر.

135 – عثمان بن صالح بن عبد المحسن العامر، (2000)، معوقات التوافق بين الزوجين في ظل التحديات الثقافية المعاصرة للأسرة المسلمة، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، السنة الخامسة عشر، العدد 17.

136 – على عبد العزيز عبد القادر (1995)، اتجاهات طالبات جامعة الملك فيصل نحو عمل المرأة السعودية، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 02، العدد الأول، مجلة النشر العلمي، الكويت.

137 – غسان حسين الحلو (2004) مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية الحكومية بفلسطين، مجلة دراسات، مجلة علمية محكمة ، المجلد 31، العدد 2 أيلول، الجامعة الأردنية.

138 – سامية محمد ملحم، (1993)، مشكلات التوافق لدى المرأة العاملة في كل من الأردن والمملكة العربية السعودية، المجلة العربية للتربية، العدد 02، تونس المنظمة العربية للثقافة والعلوم، ديسمبر.

139 – سعد الأمانة، (1421هـ)، الضغوط النفسية، مجلة النبأ، العدد 54، شباط

149 – محمد عبد الرحمان مرحبا، محمد أحمد النابلسي، (1991)، لابن سينا مؤسس  
البيكوسوماتيك، مجلة الثقافة النفسية، العدد7، المجلد 12، دار النهضة العربية  
بيروت.

141 – محمد حمودة عبد الناصر، (1996)، العلاقة بين عدم موضوعية النظام  
الإشرافي وبعض الظواهر السلبية في التنظيم، المجلة العربية للعلوم الإدارية، المجلد  
04، العدد 01، الكويت.

142 – مجلة علم النفس (1996)، مجلة فصلية تصدر عن الهيئة المعربة للكتاب،  
العدد 37، يناير، فبراير، مارس.

143 – مصطفى عوفي، (2003)، خروج المرأة إلى ميدان العمل وأثره على  
التماسك الأسري، مجلة العلوم الإنسانية، منشورات جامعة قسنطينة العدد التاسع عشر،  
جوان.

144 – مشيرة اليوسفي (1990)، ضغوط الحياة الموجبة والسالبة وضغوط عمل  
المعلم كمنبئ للتوافق، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، جامعة المنيا، العدد الرابع  
المجلد الثالث.

145 – نايف عودة النبوي، (1997)، عمل المرأة وأثره على نفسية أبنائها، مجلة  
التربية، العدد، 122، 26 سبتمبر.

146 – نبيل شواقفة، الضغوط النفسية التي تواجه معلمي المدارس الثانوية دراسات  
مجلة علمية محكمة، تصدر عن عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، العلوم  
التربوية.

147 – يمينة مقبال هديبل، (2011)، الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي، مجلة دراسات نفسية، مخبر الممارسة النفسية والتربوية، العدد 07، ديسمبر، الجزائر.

### الرسائل الجامعية:

148 – آسيا بن عيسى، (1990)، نحو ملامح لشخصية المعلم، رسالة ماجستير، جامعة قسنطينة، تخصص علم النفس.

149 – إيناس بني أحمد علي السلمي، (2008)، الاقتصاد المنزلي، رسالة ماجستير، كلية التربية، تخصص سكن وإدارة منزل، مكة المكرمة.

150 – باهي سلامي (2007) مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسوماتية لدي مدرسي، الابتدائي، المتوسط، الثانوي، أطروحة دكتوراه في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر.

151 – بهية إبراهيم التويجري، (2007) المشكلات التي تواجه ممارسي مهنة التمريض في بيئة العمل، رسالة ماجستير في الإدارة، جامعة الملك سعود الرياض.

152 – حسام عبد الرحيم المالكي، (1422 هـ)، القلق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى كل من المرأة العاملة في التعليم وغير العاملة، دراسة مقارنة على عينة من مدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي.

153 – حسام محمود زكي، (2008)، الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا، رسالة ماجستير في التربية، كلية التربية، قسم الصحة النفسية.

154 – دليلة عيطور، (1997)، الضغط النفسي الاجتماعي لدى الممرضين، رسالة ماجستير، معهد علم النفس وعلوم التربية جامعة الجزائر.

- 155 – رجاء باهرمز (1991) كفاءة أداء الممرضة السعودية، دراسة تحليلية مقارنة بينها وبين الأجنيات رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود.
- 156 – زبيدة بن عويشة، (1986)، أثر عمل الزوجة الأم في بناء الأسرة الجزائرية، رسالة ماجستير في علم الاجتماع، جامعة الجزائر.
- 157 – صالح محمد حسين أبو حطب، (2003)، الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في محافظة غزة، رسالة ماجستير في آداب وعلم النفس، كلية البنات، قسم علم النفس، جامعة الأقصى، غزة.
- 158 – شارف خوجة مليكة (2010) مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين دراسة مقارنة في المراحل التعليمية (ابتدائي، متوسط، ثانوي)، رسالة ماجستير في علم النفي المدرسي، جامعة تيزي وزو.
- 159 – عبد الله جاد محمود، (2006)، التوافق الزوجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي، كلية التربية، جامعة المنصورة.
- 160 – غربي صبرينة، (2003)، مستويات الضغط المهني وعلاقتها بمستويات الاكتئاب لدى الممرضين، رسالة ماجستير، تخصص علم النفس العمل والتنظيم، جامعة الجزائر.
- 161 – فرحان بن سالم بن ربيع العنزي، (1430هـ)، دور أساليب التفكير ومعايير اختيار الشريك وبعض المتغيرات الديموغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزوجي، رسالة دكتوراه، تخصص إرشاد نفسي، جامعة أم القرى، قسم علم النفس، المملكة العربية السعودية.

162 – شويطر ليلي، (2004)، الضغط المهني لصراع الدور وغموضه وعلاقته بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى الموظفين، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي جامعة الجزائر.

163 – محمود فتحي محمد، (2009)، التدخل المهني للخدمة الاجتماعية لتنمية وعي الفتيات بأساليب التوافق الزوجي، رسالة دكتوراه في علم النفس، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة الفيوم.

164 – نجاح محرز رمضان (1999) العوامل المؤثرة في إدخال الآباء أطفالهم في رياض الأطفال ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية.

165 – ندى يحيى، (1998)، مصادر ومستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالروح المعنوية كما يراها معلمو وكالة الغوث، رسالة ماجستير، جامعة النجاح، فلسطين.

166 – نوال عبد الله الحنطي، مشكلات التوافق الزوجي لدى الأسرة السعودية خلال السنوات الخمس الأولى في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة الملك سعود.

167 – هدى طاهر أحمد داوود، (2002)، فاعلية برنامج إرشادي لتطوير القدرة على مواجهة الضغوط لدى المرأة اليمنية، رسالة دكتوراه، المركز الوطني للمعلومات، اليمن.

168 – هلا سبيع السباعي، الصعوبات التي تواجه الأم العاملة في التوفيق بين العمل والمنزل ، دبلوم دراسات عليا، كلية التربية، قسم تخطيط تربوي، جامعة دمشق.



169- Pankow(G) (1977)! **structure familiale et psychose**, Aubier Montaigne paris

170- Cohen, CL, Bradbury (1997), **Negative life events**, marital interaction and the longitudinal course of new lywed marriage, J personality and Social psychology.

171- DAWSMR and la Quits, (1984), **A psychology theory of work Adjustment** press mine polis university of meme sot.

172 - French, S.E ; Lenton ,R ;Walters (2000) , An Empirical Evaluation of an expanded nursing ,stress scal ,journal of nursing measurment

173 - Geoff thomas Gartn et al , (1997), **on line, empathic Accuracy in Marital interaction**, J-of personality and Social psychology

174 - Good carter, (1973), **dictionnaire of Educatio** 3rd craw hill.

175 - Hillhouse,J.J.L Adler.C .M,(1997) Investegating stress effect patterns in hospital staff nurses:result of cluster analysis .social acience and medicine

176 Hpkins,M.E (2001)critical condition .nurse week

177- J .EmC Garth (1976) **stress and behavior in organisation inmdunnette** (eds) and book of industriel and organisationnel psycholgy Chicago rand mc nally

178 - Lacoste Dujardin, (1987), **Des Mère contre les femmes maternité et patareat**, au Maghreb, éd la seconvert paris.

179 -Laura, Fraday,( 1998) Inventer de droit au travail **.le mouvement social** ,ED ,de l atelier N 184 ,1998

- 180- MC vicar; Andrew (2003) **work place .stress in nursing**  
 .aliterature review ,journal of advanced nursing
- 181- MoffifaT&Caspi A(1998) **Anntation : implication of violence**  
 betweenintimatepartners for children psychologists–psychiatrists
- 182 - Nick stinnett. Janet coltins, and Jamese-Montagamery,  
 (1970), **Marital Need Satisfaction of older**, hesbands and wives,  
 Journal of Marriage and Family August.
- 183 olsonj& Defraig, (1994), **mariage and the Family diversity and**  
**Strenga**, this May Fuds publishing company, usa California
- 184- Souad khoja, **les algerienne du quotidien** , entreprise national  
 de livre, Alger
- 185 - Spector.pe, (1988), **devloppement of work locus of control**  
**Social**, Journal of occupational psychology
- 186- \_Stechmiller ,J(2002) **the nursing shortage in acute and**  
 critcale care settings ,American association of collège of nursing
- 187- William N-Stephens, (1963), **the Family in cross**, cultural  
 pererspective-Ny holt Rinehart and Winston.
- 188- Yamina Ait Amar Ousaid (1960), **le Mariage en Kabylie**,  
 éducation de ST devincennec centre d'étude berbère.

المواقع الالكترونية:

- 189 - [http : /rb.7cc.com t 805058.html](http://rb.7cc.com/t/805058.html) 15/06 /2009 h 12 :58
- 190 - [http : /www.acofps.com/vb/sl/hothread](http://www.acofps.com/vb/sl/hothread) 21/03/2012 h 04 :00
- 191- [http : /www.womengatewag.com](http://www.womengatewag.com) 18/02/2009 h 03:24
- 192 - [http : /mbadr.net/a/abhabibas@google](http://mbadr.net/a/abhabibas@google) Groups.com  
 29/01/2012 h 05 :20

193- <http://mawdoo3.com> 06/12/2011 h 18:15

194 - <http://www.rewity.com/vb/F381> 18/05/2010 h 15:09

195 - [www.saidacity.com on.php](http://www.saidacity.com/on.php) 07/04/2013 h 10: 30

196 - <http://www.dw.worled.de/dw.article> 16/02/2010 h 06 :40

197 - <http://www.Islamonline.net> 08/06/2013 h 12:00

198 - <http://www.maganim.com/articles/view.asp?key=311>  
07/03/2011 h 05:28

199 - <http://www.creapharme.ch./stress.synptomes/html>  
29 /05/2009 h 09:50

200 - <http://www.hayatna.fs.com> 18/02/2009 h 09:00

201 –<http://www.rabihat.alwaha.net/moltaqa/shaw.thread.php>  
?25/02/2009 h 04:45

202 - <http://bafree.net> 30/01/2012 h10:20

203- [www.shms.com](http://www.shms.com) 25/04/2012 h 11:00

204 - [www.alitthad.com](http://www.alitthad.com) 08/06/2013 h 14:30

205 - [www.fiqh.islamessage.com](http://www.fiqh.islamessage.com) 03/06/2013 h 09:00

206 - [www.yemen.mic.info](http://www.yemen.mic.info) 04/06/2013 h 04:30

207 - <http://www.myportail.com> 03/06/2013 h 10:45

208 - [www.egyptladies.net/vb/t175543.html](http://www.egyptladies.net/vb/t175543.html) 23/6/2013 h 10:24

209- [annabaa.org/nbanewes/50/011.htm](http://annabaa.org/nbanewes/50/011.htm) 23/06/2013 h 10 :38

210 - [sham to sham .my goo .net/t 1044topic](http://shamtoham.mygoo.net/t1044topic) 24/08/2013 h18:22

211- <http://www.el.massa-com> 15/08/2012

- 212 - ar.wikipedia.org 01/09/2012
- 213 - http://www.mojtamai.com. 20/12/2012
- 214 - rafed.ne 17/06/2012 h 09:00
- 215 - www.alifta.net 22/05/2011 h 10:00
- 216 - Majdah.maktoob.com 29/09/2010 h 17 : 15
- 217 - WWW.PDFFACTORY .COM 22/02/2011 h 17:55
- 218 - islamtoday.net 01/01/2012 h 08:02
- 219 - www.ae./telecast.html 29/02/2010 h 16:30
- 220- teachers – handicapped – children – htm 12/2/2009
- 221- https://twiter.com. 23/04/2012
- 222- www .elazayen .com a(14) htm .24/8/2011
- 223- Almisk.net/ar/artcicle php ? id=2505 27/11/2012
- 224- al-wefq-org/news.php ?action=show& 3774 7/4/2011224
- 225-www.ebnmaryam.com/vb/t30118.html8/7/2010
- 226-Shamtosham.my goo-net/t 1044.topic 15/4/2013
- 227-www .ahewar.org /debat/show.art.asp ?aid =1079 17/05/2013

الملاحق

استبيان الضغوط المهنية

رغبة منا في إجراء بحث حول الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم نرجو منكي سيدتي قراءة هذه العبارات والإجابة عنها حسب طبيعة معاشك في بيئة العمل بوضع علامة (x) في الخانة التي ترينها مناسبة، ونعلمك أن هذه المعلومات لن تخدم إلا أغراض البحث العلمي.

بيانات عامة:

السن:.....

المستوى التعليمي:.....

المهنة:.....

مكان الإقامة:.....

عدد سنوات الخبرة:.....

عدد الأولاد:.....

إشراف:

أ د/إبراهيمي الطاهر

إعداد:

إبراهيمي أسماء

تساهم العبارات التالية في شعوري بالضغط المهني

المحور الأول: الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	عدد ساعات العمل تستهلك جهدي كله					
02	طبيعة عملي لا تسمح لي بالاهتمام الكافي بنفسي					
03	راتبي لا يتناسب مع مؤهلي العلمي					
04	قلة فرص التقدم والترقية					
05	نقص الحوافز					
06	أعباء العمل تعوقني عن تطوير مهاراتي ومعارفي					
07	الروتينية في العمل					
08	عدم الاستقرار في القوانين واللوائح الإدارية المتعلقة بالعمل					
09	تضائل فرض التدريب					
10	عدم كفاية العطل الرسمية					
11	صعوبة إتمام إنجاز المهام المكلف بها					

## المحور الثاني: الضغوط الناتجة عن بيئة العمل

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	نقص الاهتمام بالنظافة					
02	كثرة الضوضاء					
03	درجة الحرارة تزعجني					
04	نقص التجهيزات والمعدات اللازمة لأداء العمل					
05	عدم توفر أماكن للراحة في بيئة العمل					
06	التنقل اليومي من البيت إلى مكان العمل					
07	الخلافات الكثيرة بين الزملاء في العمل					
08	الافتقار إلى تماسك الجماعة في العمل					
09	التمييز بين العمال يضايقني					
10	عدم احترام المسؤولين للدور المهني الذي أقوم به					
11	نقص الدعم والمؤازرة بين جماعة العمل التي أنتسب إليها					
12	الانتقادات الموجهة لي من الإدارة					
13	المنافسة الشديدة بين الزملاء					
14	عدم اهتمام المسؤولين بمشاكل العمال					
15	سوء الاتصال في مجال العمل					
16	القيادة الغير مناسبة في العمل					
17	تفشي الوساطة والمحسوبية					
18	الرقابة والسيطرة من طرف الإدارة					
19	نقص الفرص المتاحة لاستغلال قدراتي					



المحور الثالث: الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار

إطلاقا	نادرا	أحيانا	كثيرا	كثيرا جدا	العبارات	الرقم
					التفكير في مشكلاتي البيئية خلال أدائي لعملي	01
					صعوبة التوفيق بين مهام الأسرة والعمل ترهقني	02
					كثرة الوظائف المنزلية على عاتقي	03
					التفكير في تربية الأبناء ومساهم الدراسي	04
					الالتزام بالواجبات الاجتماعية كالزيارات العائلية	05
					شعوري أن عملي يأخذ وقتي على حساب الرعاية العاطفية لزوجي وأبنائي	06
					شعوري بالضيق عندما أقصر في أحد واجباتي البيئية أو المهنية	07
					أعاني من التعب والإرهاق لإرضاء الجميع	08
					شعوري بتحمل كل مسؤوليات البيت يرهقني	09
					أبذل قصارى جهدي لإتمام واجباتي في البيت والمهنة	10
					أعاني من عدم تقدير زوجي للمجهودات التي أقوم بها	11
					قلة ساعات النوم بسبب كثرة الأعباء	12
					قلة الاهتمام بهواياتي	13
					شعوري بتسارع الوقت	14
					كثرة التوعكات الصحية	15
					أشعر بحالة عدم الاستقرار	16

استبيان التوافق الزوجي

رغبة منا في إجراء بحث حول الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة في قطاعي الصحة والتعليم نرجو منكي سيدتي قراءة هذه العبارات والإجابة عنها حسب طبيعة معاشك في بيئة العمل بوضع علامة (x) في الخانة التي ترينها مناسبة، ونعلمك أن هذه المعلومات لن تخدم إلا أغراض البحث العلمي.

بيانات عامة:

السن:.....

المستوى التعليمي:.....

المهنة:.....

مكان الإقامة:.....

عدد سنوات الخبرة:.....

عدد الأولاد:.....

إشراف:

أ د/ابراهيم الطاهر

إعداد:

ابراهيم أسماء

## المحور الأول: الحب والعاطفة

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	نحس بالحب المتبادل					
02	نتوودد إلى بعضنا					
03	كل منا يأنس للآخر في جو عائلي					
04	نتبادل عبارات المدح					
05	لا يطيق أحدنا البعد عن الآخر					
06	أمتع الأوقات تلك التي نقضيها سويا					
07	نتبادل الهدايا					
08	لا يستصيغ أحدنا طعامه أو شرابه بدون الآخر					

## المحور الثاني: التوافق الجنسي

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	يتزين كل منا للآخر					
02	يولى كل منا أهمية للقاء الجنسي					
03	أستجيب لدعوة الجنس كلما طلبها مني زوجي والعكس					
04	ينضر كل منا لشريكه على أنه مشبع جنسيا					
05	الجنس في حياتنا وسيلة شرعية لغاية كبرى					
06	يحرص كل منا على تحقيق أقصى إشباع عاطفي وجنسي للآخر					
07	نتلاقى روحيا قبل أن نتلاقى جسديا					

### المحور الثالث: التوافق الديني

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	يحرص كل منا على أداء العبادات في وقتها					
02	نتعامل سويا بما يرضي الله					
03	نربي أبناءنا على طاعة الله					
04	نعلم أبناءنا السلوك الإسلامي					
05	نقتدي بالرسول (ص) والصحابة					
06	يراعي كل منا حقوق وواجبات شريكه كما أمر بها الله					
07	نشجع بعضنا على القيام بنشاطات وأعمال تقربنا من الله					

### المحور الرابع: التوافق في الثقافة والاتجاهات

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	نتقارب في قيمنا وعاداتنا وطباعنا					
02	نشترك في التوجهات الفكرية عموما					
03	منطلقاتنا نترجم ثقافة مشتركة					
04	نتبادل الأفكار والآراء ونسرح بخيالنا معا					
05	نظرتنا إلى الحياة متقاربة					
06	نشترك في لغة خطاب واحدة					
07	اهتماماتنا متقاربة وكذا مولاتنا					
08	تصوراتنا للمواضيع الاجتماعية وغيرها مشتركة					

## المحور الخامس: التوافق الاجتماعي والاقتصادي

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	نتفق في أمور إدارة البيت وتربية الأولاد					
02	نشترك في إتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة					
03	نعتمد مبدأ العدالة في توزيع السلطة في البيت					
04	نوفر مدخرات لمواجهة الطوارئ					
05	أشعر زوجي بقيمته في المناسبات					
06	نشعر بالالتحام بالمحيط الأسري لعائلتنا					
07	يشغل زوجي وظيفة توفر دخلا محترما					

## المحور السادس: النضج الانفعالي

الرقم	العبارات	كثيرا جدا	كثيرا	أحيانا	نادرا	إطلاقا
01	نتحكم في انفعالنا					
02	نلتقي في نقطة واحدة تنهي خلافاتنا					
03	يغلب عامل التفهم والتعقل في حواراتنا					
04	يشعر كل منا بالدعم الانفعالي والعاطفي للآخر					
05	يبذل كل منا ما بوسعه لإسعاد الطرف الآخر					
06	يبنتسم كل منا للآخر حتى في أصعب المواقف					

المحور السابع: الثقة

إطلاقا	نادرا	أحيانا	كثيرا	كثيرا جدا	العبارات	الرقم
					يشعر كل منا بالثقة في شريكه	01
					يتقبل كل منا وجهة نظر الآخر	02
					أرضي عن تصرفات زوجي من الناحية الدينية والأخلاقية	03
					تسود الصراحة بيننا	04
					نتقبل انتقادات بعضنا	05
					أتحدث عن كل ما يضايقني لزوجي	06
					لم نختلف يوما عن مبدأ احترامنا	07
					يشعر كل منا بحاجته للآخر وبسندته في الأزمات	08

الملحق رقم (03) استجابة أفراد العينة حول مقياس الضغوط المهنية

الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة
ضغوط المعلمات				ضغوط الممرضات			
148	99	125	66	67	34	204	01
144	100	147	67	141	35	151	02
153	101	176	68	137	36	155	03
173	102	155	69	136	37	153	04
129	103	100	70	126	38	125	05
149	104	147	71	157	39	192	06
183	105	199	72	145	40	127	07
177	106	177	73	153	41	168	08
168	107	177	74	156	42	191	09
150	108	185	75	153	43	143	10
154	109	151	76	156	44	111	11
139	110	157	77	143	45	125	12
153	111	126	78	220	46	149	13
119	112	137	79	173	47	190	14
96	113	111	80	164	48	173	15
123	114	114	81	113	49	187	16
158	115	162	82	206	50	196	17
173	116	163	83	156	51	199	18
133	117	94	84	151	52	210	19
134	118	156	85	208	53	95	20
137	119	164	86	188	54	186	21
129	120	135	87	197	55	168	22
125	121	160	88	184	56	197	23
173	122	105	89	149	57	197	24
128	123	133	90	199	58	182	25
128	124	156	91	160	59	214	26
128	125	139	92	164	60	198	27
160	126	144	93	183	61	148	28
180	127	122	94	161	62	148	29
133	128	173	95	150	63	180	30
113	129	88	96	158	64	127	31
178	130	125	97	207	65	157	32
		127	98			130	33

الملحق رقم (04) استجابة أفراد العينة حول مقياس التوافق الزوجي

الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة	الدرجة الكلية	رقم الاستمارة
التوافق الزوجي للمعلمات				التوافق الزوجي للممرضات			
211	99	173	66	228	34	159	01
222	100	183	67	241	35	163	02
238	101	170	68	210	36	143	03
153	102	176	69	206	37	182	04
211	103	204	70	163	38	189	05
169	104	176	71	204	39	203	06
171	105	223	72	213	40	215	07
180	106	203	73	240	41	216	08
206	107	223	74	176	42	191	09
192	108	150	75	211	43	138	10
165	109	241	76	204	44	208	11
180	110	116	77	203	45	244	12
207	111	187	78	197	46	204	13
177	112	170	79	198	47	204	14
202	113	225	80	215	48	131	15
224	114	223	81	203	49	211	16
193	115	175	82	204	50	205	17
198	116	193	83	147	51	169	18
161	117	230	84	166	52	193	19
166	118	192	85	260	53	201	20
197	119	64	86	248	54	156	21
180	120	235	87	168	55	236	22
202	121	241	88	227	56	213	23
34	122	208	89	207	57	242	24
201	123	265	90	222	58	222	25
218	124	186	91	229	59	103	26
250	125	214	92	247	60	192	27
226	126	176	93	211	61	184	28
227	127	248	94	191	62	232	29
208	128	198	95	191	63	204	30
247	129	224	96	231	64	236	31
254	130	224	97	217	65	164	32
		143	98			218	33



الملحق رقم (05) جدول يوضح أسماء الأساتذة المحكمين

الدرجة العلمية	اسم ولقب المحكم	الرقم
أستاذ التعليم العالي	لوكيا الهاشمي	01
أستاذ محاضر أ	برو محمد	02
أستاذ محاضر	نوال حمداش	03
أستاذ محاضر أ	ضياف زين الدين	04
أستاذ محاضر أ	مجاهدي الطاهر	05
أستاذ محاضر	عمور عمر عيسى	06
أستاذ محاضر أ	طه حمود	07

## ملحق رقم (06)

يوضح مجتمع الدراسة الخاصة بالمعلمات

عدد الابتدائيات : 07 منها 06 بلدية ليشانة

المقاطعة : طوّلقة رقم 01

عدد المعلمات المتزوجات 51

العنوان : شارع الأمير عبد القادر بوشقرون

الرقم	اسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	أبي ذر الغفاري	طريق أورلال	03	
02	مغزي حب الله علي	شارع الأمير عبد القادر	07	
03	قبسي مبارك	شارع غيرب قويدر	07	
04	حميدي بوبكر	حي العقيد عميروش	02	
05	عثمان بن عفان	حي عين الصفراء	02	
06	حماني عيسى	بوشقرون	03	
07	بوخالفي الدراجي	بوشقرون	02	
		العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات	26	

عدد الابتدائيات : بلدية ليشانة

الرقم	إسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	بن الصغير بوزيان	شارع رحمان الصالح	09	
02	لمعافي عبد الباقي	وسط المدينة ليشانة	05	
03	طالب عبد الرحمان	حي شرق الواد ليشانة	02	
04	الشيخ بوزيان	الزعاطشة ليشانة	04	
05	بوعبيد محمد	ليشانة	03	
06	لمودع أحمد	ليشانة	02	
		العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات	25	

المقاطعة : طوّلقة رقم 02

عدد الإبتدائيات : 10

العنوان : حي المستقبل طوّلقة

عدد المعلمات المتزوجات 45

الرقم	إسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	حشاني الدراجي	بجانب التكوين المهني	07	
02	المنطقة العمرانية	مقابل الضمان الإجتماعي	03	
03	النهضة	بجوار الدرك الوطني	06	
04	السايب معمر	بجوار ثانوية شكري	03	
05	حميدي عيسى	حي 400 مسكن (بريد طوّلقة)	06	
06	قيصران محمد	حي فرفار	04	
07	حشاني فرحات	حي لبرش لوطاية	02	
08	مغربي علي	حي سيدي رواق شرق	02	
09	مخلوف مخلوف	حي سيدي رواق غرب	07	
10	ساعد مخلوف	حي سيدي رواق غرب	05	
		العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات	45	

المقاطعة : طولقة رقم 03

عدد الابتدائيات : 07، منها أربعة ببلدية برج بن عزوز

العنوان : طولقة

عدد المعلمات المتزوجات 34

الرقم	إسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	سلمي محمد الصغير	/	06	
02	مبارك الملي	حي المجاهدين رقم 02	03	
03	أحمد محبوب	حي الكعابشية	03	
04	قريد عبد القادر	/	02	
05	شوراب أحمد	طريق سوق السبت	03	
06	قرندي إبراهيم	نراع البطيخ	02	
07	حمود مسعود	وراء مسجد أبو بكر الصديق	06	
		العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات	25	

عدد الابتدائيات : بلدية برج بن عزوز

الرقم	إسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	خرف الله مسعود	/	03	
02	بجاوي الطاهر	/	06	
03	عبادو لخضر	/	/	
04	الإخوة شامة	/	/	
		العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات	9	

المقاطعة : طو لقة رقم 04

عدد الإبتدائيات : 09، منها أربعة ببلدية لغروس

العنوان : حي 80 مسكن طو لقة

عدد المعلمات المتزوجات 45

الرقم	اسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	بن بلعباس محمد	حي المحطة	01	
02	سبع محمد	حي بستان الأبداع	04	
03	زاوية النعيم النعيمي	حي الزاوية	02	
04	الشريف موقاي محمد	الدائرة القديمة	04	
05	لخضر	حي بستان الأبداع	04	
06	بوشامي محمد رشيد	حي المقطوفة	04	
07	شكري محمد	حي 80 مسكن	09	
08	محمد العيد آل خليفة	حي 80 مسكن تساهمي	07	
09	حملاوي عامر	حي المقطوفة	02	
10	قانة صميذة			
العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات			37	

عدد الإبتدائيات : بلدية لغروس

الرقم	إسم المدرسة	العنوان	عدد المعلمات	الملاحظات
01	حي أحمد عمراني	/	02	
02	ضيبي الصالح	/	01	
03	رغيس محمد	/	01	
04	أحمد طالب	/	04	
العدد الإجمالي للمعلمات المتزوجات			08	

يوضح مجتمع الدراسة لعينة الممرضات

ملحق رقم (07)

عدد الممرضات المتزوجات	الهيكل الصحية	البلديات	عدد الممرضات المتزوجات	الهيكل الصحية	البلديات	الدوائر
02	المجمع الصحي فوغالة	فوغالة	25	العيادة المتعددة الخدمات طولقة	فوغالة	فوغالة
00	قاعة العلاج الاخوة البار		03	قاعة العلاج 80 مسكن		
00	قاعة العلاج يحيي العيد		01	قاعة العلاج فرفار 01		
00	قاعة العلاج دباب معمر		01	قاعة العلاج فرفار 02		
00	وحدة الكشف والمتابعة فوغالة		00	قاعة العلاج لبداع		
02	المجمع الصحي لغروس	لغروس	01	مصلحة الوقاية	لغروس	لغروس
00	قاعة العلاج لغروس		00	مصلحة طب العمل		
00	الوحدة الصحية العامري		01	المركز الوسيط للصحة العقلية		
00	وحدة الكشف والمتابعة لغروس		00	مؤسسة إعادة التربية		
06	المجمع الصحي أورلال	أورلال	00	وحدة الكشف والمتابعة ، متقنة الحاج مقراني	أورلال	أورلال
00	وحدة الكشف والمتابعة أورلال		01	المجمع الصحي ليشانة		
05	المجمع الصحي أوماش	أوماش	01	قاعة العلاج 02	أوماش	أوماش
00	قاعة العلاج السعدة		02	قاعة العلاج الزعاطشة		
01	وحدة الكشف والمتابعة أوماش		01	قاعة العلاج 02		
01	قاعة العلاج أمليبي	أمليبي	03	المجمع الصحي بوشقرون	بوشقرون	بوشقرون
00	وحدة الكشف والمتابعة أمليبي		00	قاعة العلاج البراكنية		
03	المجمع الصحي أمخادمة	أمخادمة	00	قاعة العلاج عميروش	أمخادمة	أمخادمة
01	قاعة العلاج بنطوبوس		01	وحدة الكشف والمتابعة بوشقرون		
00	قاعة العلاج أمخادمة		02	المجمع الصحي برج بن عزوز		
00	وحدة الكشف والمتابعة أمخادمة	البرج	00	قاعة العلاج سيدي قباليسي	البرج بن عزوز	البرج بن عزوز
04	المجمع الصحي ليوية		03	وحدة الكشف والمتابعة برج بن عزوز		
00	قاعة العلاج المرموثة					
00	وحدة الكشف والمتابعة ليوية					
01	قاعة العلاج الصغيرة					

## ملحق رقم (08)

يوضح توزيع أفراد مجتمع الدراسة والعينة والأفراد المستبعدون وأسباب استبعادهم

### في قطاع التعليم (المعلمات)

عدد أفراد مجتمع البحث	الذين استجابوا	في عطة أمومة	في عطة مرضية	رفضوا الاستجابة	استجاباتهم منقوصة
175	65	18	11	46	35

### في قطاع الصحة (الممرضات)

عدد أفراد مجتمع البحث	الذين استجابوا	في عطة أمومة	في عطة مرضية
72	65	4	3

## ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي لدى الممرضات والمعلمات العاملات بالقطاع العمومي بدائرة طولقة ولاية بسكرة، وقد تكونت عينة الدراسة من 130 امرأة عاملة، 65 ممرضة، 65 معلمة اختيروا بطريقة عشوائية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لأغراض الدراسة وتأتي هذه الدراسة للإجابة على التساؤل الرئيسي التالي :-

هل توجد علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي لدى الممرضات والمعلمات العاملات بدائرة طولقة ؟

تتجر عنه التساؤلات الجزئية التالية : -

- هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات ؟

- هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات ؟

- هل توجد علاقة بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات ؟



— هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الضغوط المهنية للممرضات والمعلمات تعزى

إلى المهنة؟

— هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التوافق الزوجي للممرضات والمعلمات

تعزى إلى المهنة؟

ولتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة ببناء وتطبيق مقياسي الضغوط المهنية والتوافق

الزوجي، واستخدمت الباحثة نظام SPSS كأسلوب إحصائي لمعالجة البيانات.

وتم اختيار الأساليب الإحصائية التالية :

التكرارات، النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، اختبارات

ومعامل الارتباط بيرسون.

وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية :

— توجد علاقة ارتباطية سالبة عكسية بين الضغوط المهنية والتوافق الزوجي للممرضات

والمعلمات.

— توجد علاقة ارتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق

الزوجي للممرضات والمعلمات.

— توجد علاقة إرتباطية بين الضغوط الناتجة عن بيئة العمل والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات.

— توجد علاقة إرتباطية سالبة عكسية بين الضغوط الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزوجي للممرضات والمعلمات.

— توجد فروق بين الممرضات والمعلمات في الضغوط تعزى إلى المهنة.

— لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممرضات والمعلمات في التوافق الزوجي.

## Résumé de l'étude

L'objectif de cette étude est de reconnaître la relation entre le stress professionnel et l'adaptation marital, chez les infirmières et les enseignantes qui travaillent dans le secteur public à la daïra de Tolga wilaya de Biskra, l'échantillon de l'étude comprenait 130 femmes, 65 infirmière, 65 enseignants qui ont été choisis au hasard. Le chercheur dans cette a utilisé la méthode descriptive analytique au l'objectives de la recherche. Cette étude vient de répondre à la questions principal suivante : fractionnaires :

Y a-t-il une relation entre le stress professionnel et l'adaptation marital des infirmières et des enseignantes qui travaillent à la daïra de Tolga ?

ET de questions fractionnaires :

Y a-t-il une relation entre le stress professionnel résultant de la nature de travail et l'adaptation marital des infirmières et des enseignantes qui travaillent à la daïra de Tolga ?

Y a-t-il une relation entre le stress professionnel résultant de l'environnement de travail et l'adaptation maritale

Des infirmières et des enseignantes qui travaillent à la daïra de Tolga ?

Y a-t-il une relation entre le stress professionnel résultant de la multiplicité des rôles et l'adaptation marital des infirmières et des enseignantes qui travaillent à la daïra de Tolga ?

Y a-t-il des différences à significative statistique entre les infirmières et les enseignantes au stress professionnel selon le travail ?

Y a-t-il des différences à significative statistique entre les infirmières et les enseignantes au l'adaptation marital selon le travail ?

Pour réaliser les buts de recherche, la chercheuse a préparé les moyens de mesure suivants :

Le questionnaire de stress professionnel

Le questionnaire de l'adaptation marital

Et elle a utilisé le système SPSS comme une méthode statistique pour traiter les données, et après choisir les méthodes statistiques suivantes : les répétitions, les pourcentages, les moyennes, T test, test de Person

Les résultats de l'étude étaient comme suit :

Il y a une relation négative entre le stress professionnel et l'adaptation marital des infirmières et des enseignantes qui travaillent dans la région de Tolga

Il y a une relation négative entre le stress professionnel résultant de la nature de travail et l'adaptation marital des infirmières et des enseignantes qui travaillent

Il y a une relation entre le stress professionnel résultant de l'environnement de travail et l'adaptation marital

Il existe des différences significatives statistiques entre les infirmières et les enseignantes au stress professionnel selon le travail ?

Il n'existe pas de différences significatives statistiques entre les infirmières et les enseignantes au l'adaptation marital selon le travail