

جامعة مولود معمري - تيزي وزو -

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس

الضغط المهني وعلاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في

المجالين الكتابي والسمعي

دراسة ميدانية مقارنة

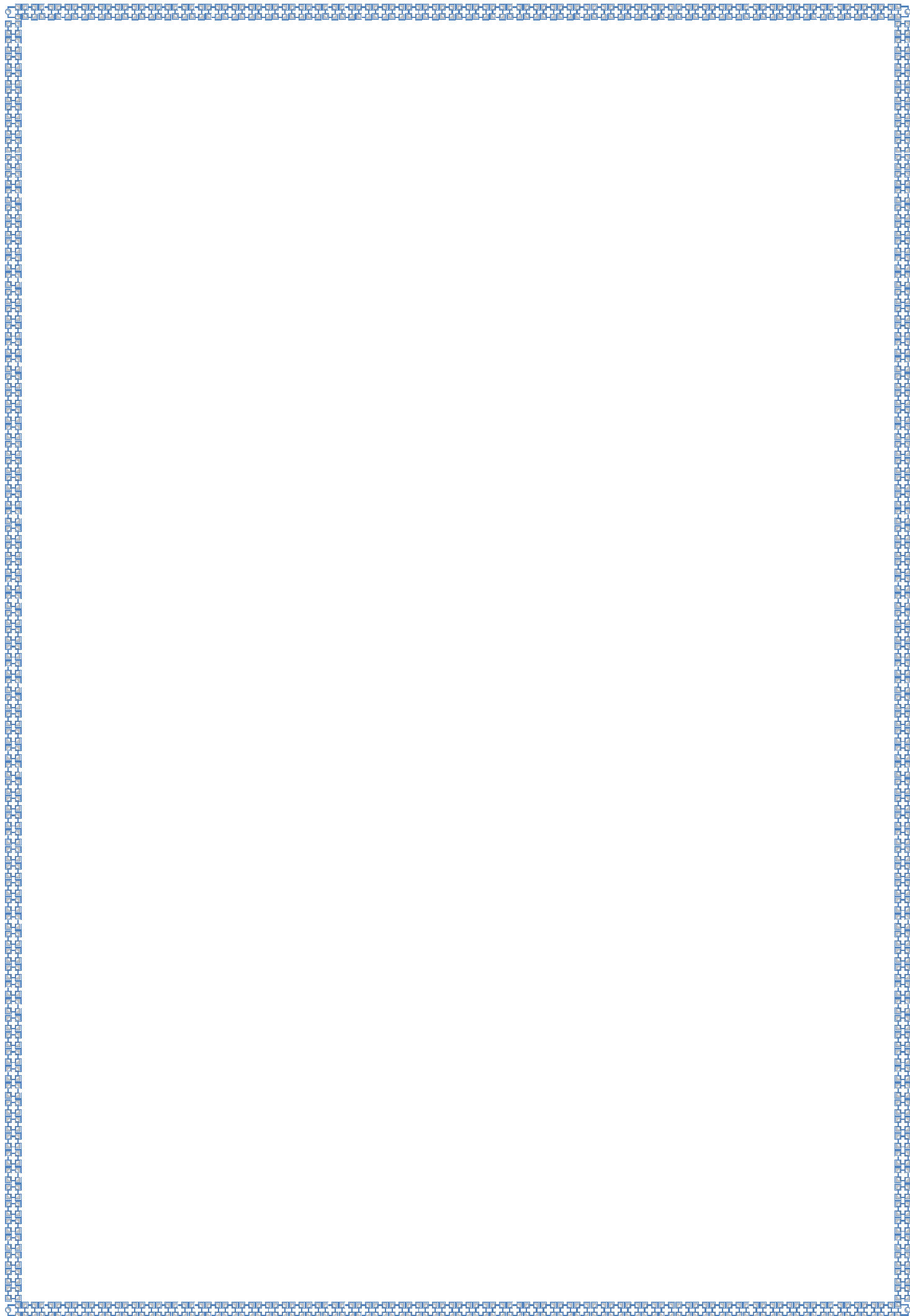
مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير، التخصص: علم النفس عمل وتنظيم

- إعداد الطالبة: -
معلوم ليلى
- إشراف :
أ. د /میزاب ناصر

- أعضاء لجنة المناقشة :

د /خلفان رشيد: أستاذ محاضر صنف أ، جامعة تيزي وزو.....رئيسا
-أ.د/میزاب ناصر: أستاذ التعليم العالي، جامعة تيزي وزو.....مقررا
د /ايدير عبد الرزاق: أستاذ محاضر صنف أ، جامعة تيزي وزو.....ممتحنا
د /نايت عبد السلام كريمة: أستاذة محاضر صنف ب، جامعة تيزي وزو.....ممتحنة

السنة الجامعية: 2014 – 2015



- ملخص البحث بالعربية:

موضوع الدراسة هو الضغط المهني وعلاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة من الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي، ذلك بقياس الضغط المهني والاحتراق النفسي لدى العينتين.

هدفت الدراسة أيضا إلى المقارنة بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي فيما يخص المتغيرين، الضغط المهني والاحتراق النفسي.

لذلك اعتمدنا في الدراسة على المنهج الوصفي بعد أن تم اختيار العينة بطريقة عرضية قصدية، وتم استعمال مقياسين مقياس الضغط المهني " لروبير كرساك" ومقياس الاحتراق النفسي " لكرستينا ماسلاش".

طبقت الدراسة على عينة مكونة من 100 صحفي، منهم 50 صحفيا في المجال الكتابي، و50 صحفيا في المجال السمعي ذلك في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة.

وبعد تبويب وتفريغ معطيات الدراسة حصلنا على النتائج التالية:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين.
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال الكتابي.
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في مستوى الضغط المهني.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين في درجات الاحتراق النفسي.

- **Le résumé de la recherche en français :**

Cette étude avait pour but de révéler la relation entre le stress professionnel et le burn-out auprès d'un échantillon de journalistes des différentes spécialités, presse écrite et presse radio, et ceux en mesurant la pression professionnel et le burn-out dans tous ces axes.

L'étude visait aussi à établir une comparaison entre les deux spécialités, journalistes de presse écrite et journalistes de presse radio par rapport aux deux variables, le stress professionnel et le burn-out sous ses différentes facettes.

L'objet de notre étude préconise l'adoption d'une approche descriptive, ainsi l'échantillon a été sélectionné d'une manière plus large, par conséquent nous avons eue recours à l'utilisation de deux types de mesures, en premier lieu celle de **Robert Karasek** qui mesure le stress professionnel, deuxièmement l'échelle **Christina Maslach** qui mesure le burn-out.

L'étude a été réalisée sur un échantillon de données recueillies auprès d'un groupe socioprofessionnel composé de 100 journalistes, dont la moitié c'est-à-dire 50% des journalistes travaillent à la presse écrite, l'autre moitié travaillent à la Radio. Les données supports nécessaires aux statistiques de notre objet d'étude ont été recueillies auprès de journalistes en provenance de quatre wilayas : Tizi-Ouzou, Alger, Bouira et Bejaia.

Après analyse des données de l'étude, nous avons obtenus les résultats suivants :

- ❖ La présence d'une relation statistiquement significative entre le stress professionnel et l'émergence du burn-out, chez les journalistes
- ❖ La présence d'une relation statistiquement significative entre le stress professionnel et l'émergence du burn-out, chez les journalistes spécialisés dans la presse écrite.
- ❖ La présence d'une relation statistiquement significative entre le stress professionnel et l'émergence du burn-out chez les journalistes de spécialité presse radio
- ❖ Il existe des différences significatives entre les deux échantillons des différentes spécialités au niveau du stress professionnel.
- ❖ Il n'existe pas de différences significatives apparentes statistiquement parlant entre les deux échantillons des différentes spécialités, au niveau du burn-out.

كلمة شكر وتقدير:

أتقدم بجزيل الشكر إلى كل من له الفضل في إتمام هذا البحث، وأخص بالذكر الأستاذ الدكتور ناصر ميزاب الذي أشرف على هذه المذكرة والذي لم يبخل بنصائحه السديدة، التي كانت عوناً وسنداً في إنجاز العمل.

وأتقدم بالشكر إلى كل الأساتذة كل باسمه ومكانته الرفيعة والذين ساهموا بتحكيم الاستبيانات بإرشاداتهم التي أتت بفائدة كبيرة.

كما أتوجه بالشكر والعرفان لكل من الدكتور خلفان رشيد والدكتور إيدير عبد الرزاق، والدكتورة نايت عبد السلام كريمة على قبولهم مناقشة مذكرتي.

كما أتقدم بالشكر الجزيل لكل الأساتذة الذين لم يبخلوا علي بنصائحهم القيمة، وأخص بالذكر الدكتور طاهر بن تونس والأستاذ بن نعمان.

كما لا أنسى تقديم الشكر لكل من ساهم في الرد على استبياناتنا من الأسرة

الإعلامية، لكل الصحفيين الذي يعملون في مكاتب الصحف الكتابية

(الخبر و الشروق ،الجزائر الجديدة ،وقت الجزائر ، le soird'Algérie, liberté et la dépêche ،
de Kabylie لولاية تيزي وزو)

وكل الصحفيين العاملين في إذاعة بجاية والبويرة.

كما أشكر كل من ساعدني على إنجاز هذا البحث المتواضع

إما بأرائهم أو بإرشاداتهم.

معلوم ليلى

الإهداء:

إلى روح جدي وجدتي وعمي حميد .

وإلى الوالدين الكريمين.

وإلى إخواني خالد ويوسف.

والى عائلات أعمامي منهم عائلة عمي حميد، زوجته وابنه ولحاج و بناته.

وعمي صغير وزوجته وخاصة ابنيهما الصغير سامي .

وعمتي نورة وعمتي ويزة وعائلتها.

وعائلة أخوالي جدي وجدتي، حسين وحسن وعائلته وخالاتي.

وكل العائلة .

إلى كل الأصدقاء والزملاء، واخص بالذكر صديقتي جميلة ورادية ودليلة .

إليكم اهدي ثمرة جهدي .

معلوم ليلي

فهرس المحتويات:

- ملخص الدراسة باللغتين العربية والفرنسية
- كلمة شكر وتقدير
- الإهداء
- فهرس المحتويات
- فهرس الجداول
- فهرس الأشكال
- فهرس الملاحق
- الموضوع
- مقدمة..... أ-هـ

الفصل الأول

الإطار العام لإشكالية الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة..... 08
- 2- فرضيات الدراسة 29
- 3- أهمية الدراسة 30
- 4- أهداف الدراسة 31
- 5- تحديد المفاهيم والتعريفات الإجرائية 31

الفصل الثاني: مهنة الصحافة المكتوبة والمسموعة

46.....	-تمهيد
46.....	-1 الفرق بين الإعلام والصحافة
47.....	-2 لمحة تاريخية عن الصحافة المكتوبة
49.....	-3 نظريات الصحافة
53.....	-4 وظائف الصحافة المكتوبة
55.....	-5 أنواع الصحف
56.....	-6 أهم الصحف الجزائرية
58.....	-7 خصائص الصحافة المكتوبة
59.....	-8 لمحة تاريخية عن الصحافة السمعية
62.....	-9 خصائص الإذاعة
63.....	-10 الأنظمة الإذاعية في العلم
64.....	-11 العوامل المؤثرة في العمل الإذاعي
65.....	-12 وظائف الإذاعة
66.....	-13 أنواع الإذاعات
67.....	-14 أهم فضاءات الإذاعة في الجزائر
68.....	-15 مهنة الصحفي عموما في القانون الجزائري

- خلاصة.....82

الفصل الثالث: الضغط المهني لدى الصحفيين

-تمهيد:85

-1 لمحة تاريخية عن الضغط المهني.....85

-2 أهمية دراسة الضغوط.....88

-3 عناصر ضغوط العمل.....89

-4 مراحل حدوث الضغط.....90

-5 أسباب ضغوط العمل.....91

-6 أنواع الضغط المهني.....94

-7 مصادر ضغوط العمل.....99

-8 نماذج الضغوط المهنية.....102

-9 النظريات التي فسرت الضغط المهني.....109

-10 آثار الضغط المهني.....115

-11 نتائج استمرار الضغوط.....118

- خلاصة.....119

الفصل الرابع: الاحتراق النفسي لدى الصحفيين

122.....	-تمهيد:
122.....	-1 الفرق بين الاحتراق النفسي والمفاهيم الأخرى.
124.....	-2 مراحل الاحتراق النفسي
128.....	-3 أعراض الاحتراق النفسي
130.....	-4 مستويات الاحتراق النفسي
130.....	-5 أسباب الاحتراق النفسي
134.....	-6 مصادر الاحتراق النفسي
135.....	-7 أبعاد الاحتراق النفسي.
138.....	-8 النماذج والنظريات التي فسرت الاحتراق النفسي
144.....	-9 نتائج الاحتراق النفسي
145.....	- خلاصة

الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية

148.....	- تمهيد:
148.....	1-التذكير بفرضيات الدراسة.....
149.....	2-منهج البحث.....
150.....	3-الدراسة الاستطلاعية.....
150.....	3-1-عينة الدراسة الاستطلاعية.....
151.....	3-2-الأدوات المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية.....
151.....	3-3-النتائج التي حصلنا عليها في الدراسة الاستطلاعية.....
152.....	4-الدراسة الأساسية.....
152.....	4-1-حدود البحث.....
152.....	4-2-عينة البحث وخصائصها.....
157.....	4-3-كيفية اختيار عينة البحث.....
157.....	4-4-خصائص العينة.....
166.....	4-5-أدوات الدراسة.....
178.....	4-6-إجراءات تطبيق الدراسة.....

4-7- إجراءات تفريغ البيانات 179

4-8- الأساليب الإحصائية 180

- خلاصة 182

الفصل السادس: عرض وتحليل ومناقشة

نتائج الدراسة

- تمهيد 185

1- عرض نتائج الدراسة الميدانية 185

1-1- عرض نتائج مقياسي البحث 185

1-1-1- عرض نتائج مقياس الضغط المهني 185

1-1-2- عرض نتائج مقياس الاحتراق النفسي 194

1-2- عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة 201

1-2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الأولى 201

1-2-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية 204

207.....	2- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة
207.....	2-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى
224.....	2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية
228.....	3- النتائج العامة للدراسة
232.....	4- خلاصة عامة
233.....	5- اقتراحات
260-235.....	6- قائمة المراجع
	- الملاحق.

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
01	نسبة تمثيل العينة من مجتمع الدراسة في الصحافة المكتوبة في كل ولاية	153
02	نسبة تمثيل العينة من مجتمع الدراسة في الصحافة السمعية في كل ولاية	155
03	توزيع عينة الدراسة حسب المجالين (الكتابي والسمعي)	156
04	توزيع العينة حسب الجنس	158
05	توزيع العينة حسب السن	159
06	توزيع العينة حسب الحالة المدنية (متزوج، عازب)	160
07	توزيع العينة حسب الاقدمية	161
08	توزيع العينة حسب الجنس	162
09	توزيع العينة حسب السن	163
10	توزيع العينة حسب الحالة المدنية (متزوج، عازب)	164
11	توزيع العينة حسب الاقدمية	165
12	توزيع بنود المقياس	168
13	معامل الثبات والصدق الذاتي لدى عينة الصحفيين	171
14	درجات الضغط المهني	172
15	توزيع فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي	174

16	دلالة ثبات المقياس الأصلي	175
17	معامل الثبات و الصدق الذاتي لمقياس ماسلاش	177
18	تصنيف درجات أبعاد مقياس ماسلاش	178
19	توزيع المقياسين على عينة الدراسة	179
20	نتائج عينة الصحفيين في المجال الكتابي على مقياس الضغط المهني	186
21	نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي على مقياس الضغط المهني	190
22	نتائج العينتين على قياس الضغط المهني	193
23	نتائج عينة الصحفيين تخصص كتابي على مقياس الاحتراق النفسي	194
24	نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي على مقياس الاحتراق النفسي في كل ابعاده	198
25	عرض نتائج فرضية علاقة الضغط المهني بظهور الاحتراق النفسي لدى صحفيي في المجال الكتابي	202
26	نتيجة الفرضية علاقة الضغط المهني و علاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي	203
27	متوسط الدرجات والانحراف المعياري ودرجة الحرية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للعينتين على نتائج درجات الضغط المهني	205
28	متوسط الدرجات والانحراف المعياري ودرجة الحرية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للعينتين على الأبعاد الفرعية الثلاث	206

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الشكل	الصفحة
01	عناصر ضغوط العمل	90
02	مراحل الضغوط عند سيلبي	91
03	نموذج كرايتنرو كينيكي لضغوط العمل	102
04	نموذج كوير لضغوط العمل	103
05	توضيح نموذج مارشال	104
06	نموذج سيفريستلضغوط العمل	105
07	نموذج كرساك لضغوط العمل	107
08	نموذج لينريك	107
09	نموذج جيبسون وزملائه	108
10	الضغط عند سيلبي	110
11	نظرية التقدير المعرفي للضغط	112
12	أعراض الضغوط	118
13	نموذج شيرنس للاحتراق النفسي	140
14	نموذجفروندبرغfreudenberger	141
15	عينة الصحافة المكتوبة حسبالولايات	154

156	عينة الصحافة المسموعة حسبالولايات	16
157	توزيع عينة الدراسة حسب المجالين	17
159	توزيع العينة حسب الجنس	18
160	توزيع أفراد العينة حسب السن	19
161	توزيع أفراد العينة حسب الحالة المدنية(متزوج ، عازب)	20
162	توزيع أفراد العينة حسب الاقدمية	21
163	توزيع العينة حسب الجنس	22
164	توزيع أفراد العينة حسب السن	23
165	توزيع أفراد العينة حسب الحالة المدنية	24
166	توزيع أفراد العينة حسب الاقدمية	25
187	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد الطلب النفسي	26
187	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد اتخاذ القرار	27
188	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد الدعم الاجتماعي	28
191	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في الطلب النفسي	29
191	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد اتخاذ القرار	30
192	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد السندالاجتماعي	31

195	العرض البياني لنتائج عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده لعينة الصحفيين تخصص كتابي	32
195	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده لعينة الصحفيين تخصص السمعي	33
196	العرض البياني لنتائج عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده تبدل المشاعر	34
199	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده الإجهاد الانفعالي	35
199	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده الشعور بنقص الانجاز	36
200	العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده تبدل المشاعر	37

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	بيان بأسماء المحكمين و درجاتهم العلمية
02	وثيقة دراسة الصدق الظاهري للأدوات المستخدمة في الدراسة
03	النسخة الأولى بعد ترجمة مقياس الضغط المهني لكرساك
04	النسخة النهائية لمقياس الضغط المهني لكرساك
05	النسخة الفرنسية لمقياس كرساك للضغط المهني
06	مفتاح تصحيح مقياس الضغط المهني كرساك
07	النسخة المعربة و الطبقة لقياس الاحتراق النفسي لكريستينا ماسلاش
08	النسخة الفرنسية لمقياس لماسلاش للاحتراق النفسي
09	مفتاح تصحيح مقياس الاحتراق النفسي
10	النسب المئوية لتقديرات المحكمين على مدى انتماء البنود إلى مقياس الضغط المهني لدى الصحفيين
11	النسب المئوية لتقديرات المحكمين على مدى انتماء البنود إلى مقياس الاحتراق النفسي لدى الصحفيين
12	نتائج ثبات المقياس الضغط المهني بطريقة ألفا كرونباخ
13	نتائج ثبات مقياس الاحتراق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ
14	درجة ارتباط المقاييس بمعامل ارتباط بيرسون
15	نتيجة اختبار (ت)

مقدمة:

عُرف الإنسان منذ القدم بحب الاستطلاع وشغفه الشديد لمعرفة الحقائق حول الظواهر التي تحيط به من أوضاع سياسية واجتماعية واقتصادية وثقافية التي يعيشها ويتفاعل معها، وتبلورت هذه الرغبة الجامحة إلى تقفي آثار الحقيقة في ظهور الصحافة التي كانت على شكل جداريات في عهد الحضارة البابلية، إلا أن إرادة الإنسان تسعى قدما لتحقيق حاجات نفسية ومادية، هذا ما جعله يبحث عن سبل تطوير وسائل الاتصال من أجل الكشف عن خبايا الأحداث والأنباء المختلفة قصد الاطمئنان عن وضعه والتهيؤ لمواجهة الحالات الطارئة.

فالاهتمام بالصحافة كان منذ القدم فهي تعتبر المحرك والمنشط الأساسي لحركة التغير والتطور في المجتمع، حيث ساهمت بمختلف وسائلها في تنمية الوعي والمستوى الثقافي والفكري، كما تأثرت بجميع المراحل التاريخية التي مرت بها الأمم حتى أصبحت تشكل السلطة الرابعة كما لقبها إدmond بيرك **Edmund Burke**.

وننتج عن تقدم الإعلام صدور أول صحيفة في العالم و ذلك في بريطانيا سنة 1702 ولم يتوقف الأمر عند هذا الحد بل تعدى إلى ظهور الإعلام بوسائله المختلفة إما المقروءة عن طريق الكلمة المكتوبة، أو السمعية كالإذاعة أو المرئية كالتلفزيون .

فالصحافة المكتوبة من أهم وسائل الاتصال فهي تغطي مجالات وموضوعات متنوعة حيث أنها تصل إلى عدد كبير من الناس، فأصبحت من الضروريات بالنسبة للمتقنين، كما أن القائم بهذه المهنة لا يقتصر دوره

في تقديم الأنباء بل يفرض عليه البحث ونقل المعلومات والحقائق كما هي والتي تحتاج إلى وجود حرية التعبير التي تعتبر جوهر عمله (حسام الدين، 2003، ص174).

أما التلفزيون والإذاعة فهي من وسائل الإعلام ذات التأثير الفوري، وتتصف بالثقة والمصداقية لما لها من تأثير كبير على حياة المستمعين والمشاهدين نظرا لنقل الأخبار بطريقة سريعة وفي أوقات مختلفة وفي أماكن متفرقة وبأقل التكاليف. فالاختلاف الموجود بين طبيعة المجالات يؤدي إلى اختلاف طبيعة العمل فيها.

لكن مهنة الصحافة لا تخلو من مشاكل وتحديات، فممتنها يصطدم بعراقيل مختلفة تعيقه على أداء واجبه المهني ومنعه من الوصول إلى مصادر المعلومات وإيصالها للرأي العام كما يعاني أيضا من رقابة المسؤولين والتي تنتج عنها الرقابة الذاتية، إضافة إلى طبيعة المهنة التي تتميز بالإيقاع السريع وتناقض الطلبات والتعليمات التي يتلقاها، وتختلف هذه العراقيل من مجال إلآخر فالصحفيون الذين يمتنون الصحافة المكتوبة يواجهون الكمية المفرطة في العمل ومواعيد الطباعة ومشاكل التحرير، أما الصحفيون الذين يعملون في الإذاعة يعانون ضغوطات متصلة بالبحث والتعامل مع الأحداث بحذر شديد ودقيق فأى خطأ بسيط يؤدي بهم إلى نتائج وخيمة ومشاكل مع الجهات العليا لكون المؤسسة تابعة للدولة .

كما تتسم بيئة العمل الصحفي بالضغوط والتحديات التي يواجهها يوميا والتي تتميز بخصائص روتينية في غالب الأحيان وذلك بحضور الاجتماعات أين يتم عرض المواضيع والتحقيقات التي قاموا بإنجازها أو تغطية الأخبار والندوات والمؤتمرات قبل إرسالها إلى غرف الأخبار أو قاعات التحرير، وبعد الوقت هو الفاصل بين نجاح موقع على آخر، وعلى الصحفي متابعة الأحداث وتطوراتها على مدار اليوم، إضافة إلى الضغوط المتعلقة بحصول المعلومات والاطلاع على الوثائق والبيانات، زيادة إلى الرأي العام الذي يرفض أخبارا أو معلومات ينشرها الصحفي، إلى جانب ضغوطات التوافق مع السياسة التحريرية لصحفهم وأيضا

الصعوبات المرتبطة بنقص الإمكانيات المادية للمؤسسات الإعلامية، هذا ما يخلف عدم الرضا عن جو العمل الذي يؤدي إلى التراجع في الأداء المهني (أسماء قنديل، ص 1).

ولهذا سميت مهنة الإعلام مهنة المتاعب لاحتوائها على دوافع الضغوط المهنية التي تعتبر من المواضيع المتداولة في الأوساط العلمية نظرا لانتشارها بين العمال والتي تؤدي إلى ظهور مختلف الاضطرابات النفسية كالإحساس بالقلق والاكتئاب والغضب... الخ، وأهم اضطراب يمكن للفرد أن يصل إليه نتيجة لتراكمات هذه الضغوط هو الاحتراق النفسي الذي يعتبر آخر درجة للضغط حيث يستنزف الفرد نفسيا وجسديا، ويتخلى عن أهدافه المهنية ومشاعره الإنسانية نتيجة لعدم الاهتمام بمتطلبات العامل.

وعليه لم يكن اختياري للموضوع مجرد صدفة بل هو قناعة مطلقة ناتجة من أوضاع المهنة السالفة الذكر إلى جانب اطلاعي على الصحف اليومية التي تتضمن في صفحاتها أخبارا حول الصراعات الدائمة التي يعاني منها الصحفي، كالمتابعات القضائية والتهديدات التي تصل في بعض الأحيان إلى حد الاختطاف والاعتقال، ويتجلى ذلك في أولئك الذين ينجزون تحقيقات كبرى حول الحروب أو المظاهرات حيث يجازفون بحياتهم من أجل تقفي آثار الحقيقة وتنوير الرأي العام بحق الإعلام.

بتفاعل هذه الضغوط المهنية يمكن أن تؤثر على صحة الصحفيين النفسية والتي تتطور إلى أعراض الاحتراق النفسي في حالة عدم مواجهة تلك الضغوط.

وعليه فالحديث عن الضغط المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى الصحفيين والمقارنة بين المجالين السمعي والكتابي دفعنا إلى القيام بهذا البحث، واعتمدنا في ذلك على الخطة الآتية:

القسم الأول: يمثل الجانب النظري ويحتوي على:

الفصل الأول: الذي تناولنا فيه الإطار العام لإشكالية الدراسة وفرضياتها وأهداف الدراسة، تحديد المفاهيم والتعريفات الإجرائية.

الفصل الثاني: تناولنا فيه مهنة الصحافة بدأناه بالتمهيد ثم تطرقنا إلى الفرق بين الإعلام بصفة عامة والصحافة بصفة خاصة ثم تعرضنا إلى لمحة تاريخية عن الصحافة المكتوبة، نظرياتها و وظائفها، كما تطرقنا إلى أنواع الصحف المكتوبة وأهمها، عرضنا أيضا لمحة تاريخية عن الصحافة السمعية وخصائصها وأشرنا إلى الأنظمة الإذاعية في العالم والعوامل المؤثرة في العمل الإذاعي كما عرضنا أيضا وظائف الإذاعة وأنواعها كما اشرنا إليهم فضاءاتها في الجزائر وفي الأخير تطرقنا إلى مهنة الصحفي في قانون الإعلام الجزائري وختمناه بخلاصة الفصل.

الفصل الثالث: وتناولنا فيه متغير الضغط المهني لدى الصحفيين واستهلناه بالتمهيد حيث أدرجنا أهمية دراسة ضغوط العمل وعناصرها وأشرنا إلى لمحة تاريخية لضغوط المهنة، ومراحل حدوثها وأسبابها وأنواعها ومصادرها، كما عرضنا نماذج ونظريات التي تناولت الضغط المهني وآثاره، وفي الأخير خلاصة الفصل.

الفصل الرابع: يتضمن متغير الاحتراق النفسي لدى الصحفيين حيث بدأناه بتمهيد وتناولنا فيه الفرق بين الاحتراق النفسي وبعض المفاهيم، كما أدرجنا بعض المراحل والأعراض، وأشرنا إلى مستويات الاحتراق النفسي وأسبابه وأبعاده، وتطرقنا بعده إلى النماذج والنظريات التي فسرت الظاهرة تفسيراً علمياً، وفي الأخير تعرضنا لنتائجها وخلاصة الفصل.

القسم الثاني: وهو الجانب التطبيقي ويحتوي على:

الفصل الخامس: تناولنا فيه الإجراءات المنهجية واستهلناه بالتمهيد ثم التذكير بفرضيات الدراسة وتناولنا فيه الدراسة الاستطلاعية مع عيناتها والأدوات المستعملة فيها ثم النتائج التي حصلنا عليها كما قمنا بالدراسة الأساسية والتي تعرضنا فيها إلى منهج البحث وحدود وعينتي البحث، خصائصها، أدوات الدراسة ثم تناولنا الإجراءات التطبيقية وإجراءات تفريغ البيانات، في الأخير خلاصة الفصل.

الفصل السادس: يتضمن عرض وتحليل وتفسير نتائج الدراسة، وختمنا البحث بعرض الاقتراحات والمراجع وفي الأخير الملاحق.

الفصل الأول

الإطار العام لإشكالية الدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- تحديد المفاهيم والتعريفات الإجرائية

1- إشكالية الدراسة:

يشكل الإعلام جميع أوجه النشاط الاتصالية الذي يعمل على تزويد الفرد بجميع الحقائق والمعلومات المعرفية، باعتبار أن الاتصال قوة محركة للمجتمع، بحيث يؤدي إلى حركة تفاعلية مؤثرة ومتأثرة في المجتمع، فالاتصال عملية اجتماعية يجري في بيئة معينة يؤثر فيها ويتأثر بها (نجم طه، 1989، ص153).

فبتزايد دور وسائل الإعلام في تنمية وعي الأفراد وزيادة معلوماتهم وتطلعاتهم، أصبحت في الوقت الراهن من أهم المصادر التي تؤخذ منها المعارف والمعلومات عن العالم المحيط، فهي تلعب دوراً مؤثراً في تشكيل وعي المواطنين، بحيث تؤثر هذه الوسائل في الطريقة التي يدرك بها الأفراد الأمور، كما يرسم الصورة الذهنية لدى الأفراد عن الدول والمواقف والقضايا والأحداث (حلس موسى ، 2010، ص 146).

يرتبط الإعلام بالبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد بجميع أشكال الوعي الاجتماعي والوعي السياسي لأن طبيعة الإنسان تميل إلى الحكم، لما فيه من طبيعة الاجتماع كما قال ابن خلدون لا بد من نظم سياسية ينتظم بها أمر العمران البشري (ابن خلدون ، 1965 ، ص 711)، كما يرتبط الإعلام بالبيئة الاقتصادية والثقافية، حيث ترى نظرية الإعلام أن النسق الاجتماعي بمثابة المؤشر والعامل الرئيسي أو الوكيل للتغيير، هكذا فإنه من المتوقع من وسائل الإعلام تغيير اتجاهات الناس وتعليمهم التوحد أو الحراك النفسي المهم والضروري لعملية التغيير الاجتماعي (علم الدين ، 1999 ، ص 109).

لذا نجد أن للإعلام وسائل تأثير واضحة على تشكيل الوعي الاجتماعي، حيث يعمل النظام الإعلامي للمجتمع خلال ما يتبناه من اتجاهات فكرية وأيديولوجية وطبقية على صياغة وعي الأفراد، ويعتمد في ذلك على أساليب في معالجة هذه الرسالة الإعلامية (حلس موسى، 2003، ص 182).

كما تساهم في الالتفاف الجماهيري حول مشكلات سياسية وتخلق مناخا إعلاميا تثار فيه التنمية السياسية وتساعد أيضا وسائل الإعلام في تكوين رأي عام صائب لحل المشكلات (إسماعيل، 1997، ص 49).
تعتبر الصحافة بجميع وسائلها المحرك والمنشط لحركة التغيير في المجتمع وسبب التفوق أمام التنافس العالمي. فالمؤسسة الإعلامية القوية تساهم في الرقي بالمجتمع والوطن، ذلك لاهتمامها بالتوعية والتطور، بالاعتماد على برامج التوعية من أجل الارتقاء بفكر الفرد لمواجهة التحديات حتى أنها اعتبرت من أهم الوسائل التعليمية، المعرفية التي تنشر الثقافة والمعلومات، وتقوم سلوكيات الأفراد (اليحياوي، 2004، ص 40).

إن الصحافة بوسائلها الإعلامية المكتوبة والسمعية والبصرية تعتبر من أهم قنوات المعلومات، ذلك لنقلها مختلف الأخبار للمواطن وعرض مختلف وجهات النظر والرأي، خلق حوار حضاري معرفي لتبادل الآراء بمختلف المعتقدات والأفكار ونقلها للمواطنين (تقرير المنظمة المصرية لحقوق الإنسان، 2013، ص 1).

إلا أن المناخ الاجتماعي والتأثيرات التي تمارس على الصحفي يختلفان من دولة إلى أخرى ومن مجال إلى آخر، ذلك حسب العلاقات التي تربط بين مختلف أنظمة المجتمع سواء اجتماعية، سياسية واقتصادية التي تختلف بدورها من مجتمع إلى آخر ومن بيئة إلى أخرى، وحسب النظرية الصحفية المعتمدة بها (محمد عبد الحميد، 2000، ص 360).

لذا توجد مجموعة من العوائق تعيق الأداء الصحفي وتختلف من وسيلة إلى أخرى، وتمنعه من الوصول إلى المعلومات ونشرها للرأي العام، ذلك بفرض الرقابة من طرف السلطة على ما ينشر، وتحديد ما يجوز

نشره وما لا يجوز، التحكم بمختلف المصادر المادية كالكهرباء، الورق، وسائل الطباعة، عرض المطبوعات للمصادرة بعد الطبع، غلق بعض وسائل الإعلام بقوة، تعرض المقرات للحرق إلى آخره (عماد مكايي ، 1994 ، ص 86) .

حيث أصبحت الأوضاع الإعلامية تثير تساؤلات عديدة حول هيمنة أصحاب المصالح والنفوذ، التي تقرض سيطرتها على الوضع لتدعيم موقفها وسياستها في المجتمع، وتأثيرها على العوامل الاقتصادية التي تتحكم في موارد المؤسسات الإعلامية (محمد عبد الحميد، 2000، ص361).

هذه المعوقات والضغوط التي يتعرض لها الصحفي تختلف باختلاف مجالاتها ونوعها (جلال الدين الحماصي، 1965، ص 104).

فقد شهدت الصحافة المكتوبة مثلاً في السبعينيات في مصر مختلف أنواع الضغوط كإذلال الصحفيين بتعرضهم للعنف، الاعتقالات، منع البعض منهم من الكتابة أو الإمضاء على مقالاتهم المكتوبة وتهديدهم بإلغاء التصريح الخاص الممنوح للصحيفة، كما تقوم بتضييق الخناق على كل المعلومات التي تمثل مصدرها الأساسي، فهذه الممارسات عادة ما تلجأ إليها الحكومات غير الديمقراطية (طه عبد العاطي نجم، 2004، ص 57).

ومن أهم العراقيل التي يصطدم بها الصحفي اليوم هي الرقابة التي يمارسها رئيس التحرير على ما يكتبه (Gérard hoffbeck, 2002 , p10)

هذا ما يدفع الصحفي إلى الرقابة الذاتية لتفادي المشكلات مع الجهات المسؤولة، لذا يلجأ إلى خلق هذه الرقابة دون رقيب رسمي، ويسكت على ما يغضب السلطة أو من له السيطرة والتمويل، لكن لهذه الرقابة نتائج سلبية تؤدي إلى تدهور المعايير المهنية بدلا من الاعتماد على معايير تتصف بالدقة والموضوعية والتعبير عن الواقع وعلاقته بالرأي العام، وتصبح تخدم السلطة أكثر من خدمة المجتمع، مما أدى إلى إشاعة الرقابة الذاتية دون رقيب رسمي (عواطف عبد الرحمن، 1984، ص100).

في هذا الصدد توصلت دراسة **محمد قيراط 1992 Mohamed kirat** حول الرقابة والتدخل في العمل أن 70% من الصحفيين المستجوبين يتعرضون للتدخل في عملهم من طرف من هم أعلى منهم منصب، 44% يرون أن هذا التدخل يؤدي إلى قتل الإبداع الشخصي وحرية الصحفي، فالرقابة تشجع الركود وانحطاط الأداء لديهم والرقابة الذاتية تجبرهم على تجنب الخوض في المشاكل الحقيقية التي يعيشها المجتمع، ودفعهم إلى تغطية نشاطات روتينية لمختلف الوزراء والتشكيلات الحكومية، مما يقلل من مصداقية الصحفي والوسيلة الإعلامية (Mohamed kirat, 1992, P 24).

نفس الشيء بالنسبة لدراسة **حسينة بوشخ 2014** التي وجدت أن 6.25% من الصحفيين يعانون من إجبارهم بكتابة موضوع معين، أما نسبة 11.25% منهم يعانون من المساس بجوهر الموضوعات وإبقاء توقيعهم الشخصي عليها، أما نسبة 1.25% يعانون من عدم نشر موضوعات تمس بسياسة الدولة وأشخاصا نافذين في السلطة، مما يدفع الصحفي إلى ممارسة الرقابة الذاتية على ما يكتبه (حسينة بوشخ، 2014، ص 134).

أما **أحلام باي 2006** فوجدت في دراستها أن 64.24% من الصحفيين المبحوثين يعانون من رقابة رئيس التحرير (أحلام باي، 2006، ص 161).

كما أن للبيئة المحيطة بالصحفي دورا في التأثير على مستوى أدائه الوظيفي سواء داخل المؤسسة الإعلامية أو خارجها (محمد صاحب سلطان، 2011، ص 45).

حيث يظهر ذلك في تأثره بالمجتمع الذي يعمل فيه، ذلك بإتباع القوانين التي يحددها والتي يجب أن يمشي عليها برسمه الحدود التي يلتزم بها والمواضيع والأحداث التي يتناولها (Henry Schutz et marcel du Fresne , 2007, p341).

هذا ما أثبتته **دييتمر و شوفيل 1999 Scheufele Dietmar** في دراستهما حيث بين أن العوامل المؤثرة على ممارسة وسائل الإعلام والصحفيين هي معايير القيم الاجتماعية، والتنظيمات والممارسات

الخاصة بوسائل الإعلام والتوجهات الإيديولوجية أو السياسية لدى الصحفيين، فهي كلها عوامل تؤثر في الممارسة الإعلامية داخل بيئة العمل الصحفي (Dietmara, scheufele 1999 , P 95).

أما أحلام باي في دراستها ترجع المعوقات الاجتماعية إلى انتشار الأمية بين أفراد المجتمع، حيث يشكل معوقا لحرية الصحافة في الجزائر بنسبة 65.11%، ونسبة 48.83% تمثل بعض العادات والتقاليد التي تشكل معوقا، إضافة إلى 86.04% تشمل بعض القضايا الاجتماعية التي يصعب على الصحفيين معالجتها بحرية، أما الفقر يشكل 30.23% (أحلام باي، 2006، ص 161).

أما دراسة محمد قيراط Mohamed kirat 1992 بينت أن أكثر من 57% من الصحفيين المستجوبين لديهم مشكلات في بيئة عملهم، وأكثر من 15% يرون أن الظروف جد سيئة (، Mohamed kirat, 1992 p24).

و أهم إشكال يعيق الصحفي هو الصعوبات التي يصادفها في الوصول إلى مصادر المعلومات التي تعتبر جوهر عمله حيث إنه يصطدم بعراقيل تمنعه من الوصول إليها والتعبير عن آرائه، ذلك ما توصلت إليها دراسة حسينة بوشيوخ حيث أن 80% من الصحفيين من مجموع 40 صحفيا يجدون صعوبات للوصول إلى مصدر المعلومة والخبر الرسمي في الجزائر، فهو يعتبر أكبر انشغال بالنسبة لهم فيمثل 30% مقارنة مع الصعوبات الأخرى، كما يشعر 22.5% بتقلص الحرية في الكتابة و 6,25% يعانون من انتقاء الموضوعات والقضايا التي يكتبون عنها، 13.75% يجدون صعوبات في تغطية الأحداث ميدانيا، إضافة إلى صعوبات أخرى التي أدرجتها الباحثة بالترتيب والمتمثلة: في تعذر الوصول إلى مصادر الأخبار غير الرسمية، الكتابة تحت الطلب، الضغط اليومي، مواكبة توجهات سياسية معينة، عدم نشر موضوعات تمس سياسة الدولة رغم الجهود التي قام بها الصحفي (حسينة بوشيوخ، 2014 ، ص 134).

أما دراسة أحلام باي فوجدت أن 99.28% من الصحفيين يعانون صعوبات الوصول إلى مصادر المعلومات، فهي من أهم المعوقات المهنية بالنسبة لهم (أحلام باي، 2006، ص 161).

نفس النتيجة التي توصلت إليها دراسة محمد قيراط Mohamed kirat 1992 حيث وجد أن نسبة 76% يعانون من خيبة أمل بسبب علاقتهم مع مصادر الخبر، فنسبة 23% يعانون بسبب عملهم فيما يخص الاستقرار واستخدام المواهب والإبداعات الفكرية والحرية، الأجر والسكن (Mohamed kirat 1992, p24).

وفيما يخص الصعوبات المعنوية التي يعاني منها الصحفي يوميا داخل مؤسسته فتتصدر الضغوط النفسية فيها المرتبة الأولى في قائمة هذه الصعوبات من التوتر والقلق، فهذا ما وصلت إليه دراسة حسينة بوشيش 2014 حيث وجدت أن الصحفي يعاني من طبيعة المهنة التي تتميز بإيقاع سريع بنسبة 1.25%، ونسبة 11.25% يعانون من المساس بجوهر الموضوعات مع إبقاء توقيعهم، وصف البعض هذا المشكل بنوع من العقاب النفسي لذا رتبت الضغوط النفسية في المرتبة الأولى، وتمثل نسبة 32.85%، أما المرتبة الثانية تتمثل في طريقة معاملة المسؤولين لهم التي وصفوها بغير المرضية بنسبة 24.82%، أما نسبة 15.71% فتمثل عدم شعورهم بالتقدير المعنوي الذي يستحقونه، ونسبة 15.7% يشعرون بعدم الارتياح في ظل وجود منافسة مهنية غير شريفة من البعض، بسبب الغيرة السلبية بين زملاء العمل التي تؤدي إلى إشاعة التوتر في أجواء العمل.

يعاني أيضا الصحفيون من تهرب الجهات الرسمية من استقباليهم والرد على أسئلتهم وتزويدهم ببيانات أو معلومات أو تصريحات ضرورية في بعض الأوقات، مما يؤدي إلى التعتيم الإعلامي المضر بالمهنة (حسينة بوشيش، 2014، ص 135، ص 138).

أما الصعوبات المادية بمختلف أنواعها فتتمثل في الأجر الضئيل، نقص المنح والعلاوات، نقص في وسائل العمل، معاناتهم من قلة فرص التدريب والتكوين، فهذا ما تثبته دراسة **محمد قيراط Mouhamed kirat** سابقا.

كما وجدت دراسة **حسينة بوشيوخ 2014** أن نسبة 26.5% من الصحفيين يشكون من نقص المنحة التي تقدم لهم حيث تعتبر من أهم النقائص المادية، ويمثل مطلب رفع الأجر من أهم المطالب بنسبة 25.60%، كما يطالبون باحترام المنح و العلاوات المقررة في الاتفاقيات الجماعية وصرفها في الأوقات المناسبة، فالبعض يرى التقصير في وسائل العمل المادية من طرف مؤسساتهم، كعدم توفير وسائل النقل ساعة الحاجة بنسبة 13.41%، وعدم توفير حواسيب شخصية أو تعطل شبكة الانترنت بنسبة 8.53%، فهي الصعوبات التي قالوا إنها تنعكس سلبا على أدائهم المهني من جهة، وواقعهم الاجتماعي من جهة أخرى حيث تعتبر من الأسباب الكافية والمباشرة لتنقل الكثير منهم من جريدة إلى أخرى خلال سنوات قليلة (**حسينة بوشيوخ، 2014، ص 136**).

في حين وجدت **أحلام باي 2006** فيما يخص المعوقات الاقتصادية أن نسبة 79.06% يشكون من الضغط بسبب التمويل العمومي والخاص للصحف، إضافة إلى الضغط الناتج عن الإشهار العمومي والخاص بنسبة 87.20%، أما الضغط من طرف الدولة على الصحف بسبب الديون تمثل نسبة 79.06%، أما الضغط الناتج عن احتكار المطابع فتتمثل نسبة 65.11% (**أحلام باي، 2006، ص 161**).

هكذا يظهر أن مهنة الصحافة مرتبطة ارتباطا شديدا بالظروف السياسية والقانونية التي تتحكم في حريتها كما تتأثر بالظروف الاقتصادية التي تتحكم في الوسائل المادية، التي تخلق معوقات اجتماعية ومهنية.

ففيما يخص المشاكل القانونية فالصحفي يتعرض بسبب دفاعه عن أفكاره وحرية التعبير والرأي إلى سلسلة من المتابعات القضائية، والتهديدات وتعرض المؤسسات الإعلامية للغلق والتعليق (إسماعيل معارفة قالية ، 1999 ، ص 73).

وقد جاء في إحدى المقالات أن أغلبية الصحفيين يعانون من صرامة القوانين حيث يتعرضون لضغوطات جراء مقالاتهم، والتضييق عليهم للحصول على المعلومات، واعتقالهم في حالات عديدة جراء هذه القوانين، كما تطول مدة الحبس الاحتياطي لأن الفصل في هذه القضايا يعالج ببطء شديد أمام المحاكم (محمد رزيق، 2009، ص 86).

كما بينت دراسة أحلام باي أن الصحافة المكتوبة تتعرض لضغوط سياسية قانونية من قبل السلطة الحاكمة بنسبة 67.72%، ويظهر ذلك بعدم تقبلها لنقد الصحفيين واتخاذ إجراءات المحاكمة والسجن ضدهم، ونسبة 79.47% يرون سلبية قانون الإعلام اتجاه حرية الصحافة، أما 41.86% فيرون سلبية قانون العقوبات اتجاه حرية الصحافة (أحلام باي، 2006، ص 161).

أما دراسة فوكيس Voakes 2000 عن مسؤولية الصحفيين الأخلاقية وعن مدى قدرتهم على تحقيق التوازن بين الاعتبارات الأخلاقية والقانونية أثناء العمل، فتوصلت إلى ثلاث نماذج تحكم العلاقة بين القانون والأخلاق في العمل الصحفي، أولاً نموذج الانعزال الذي يعطي الأولوية للقانون، ثانياً نموذج التوافق الذي يوازن بين الأخلاقيات أي عدم التناقض، وثالثاً نموذج المسؤولية الذي يوازن بين القانون والأخلاقيات، فتوصلت الدراسة إلى إيجاد أن 60% من الصحفيين يؤيدون نموذج الانعزال والتوافق، أما 40% فيؤيدون نموذج المسؤولية الذي يبين تأثير متغيرات أخرى بجانب القانون والأخلاقيات التي هي أخلاق المهنة، السياسة التحريرية، والمصادر، زملاء المهنة وجماعات الأصدقاء

(voakes ,2000, p p 14,29).

بالتالي يمكن للأوضاع التي يعيشها الصحفي أن تؤثر في نظريته وتولد لديه اتجاهات سلبية اتجاه مهنته، مما يؤثر على حالته النفسية أو السلوكية وتؤثر مستوى أدائه ورضاه عن العمل.

في هذا الإطار توصلت دراسة قام بها **ويفر وويلهاوت Weaver and wilhoit** حول مستوى الرضا الوظيفي للصحفيين في أمريكا، فوجدا أن الرضا انخفض مقارنة مع الدراسات السابقة، حيث إنه كانت درجة الرضا حوالي 50% عام 1971 وفي سنة 1982 انخفضت إلى 40%، ثم إلى 27% سنة 1992 ومن أسباب الرضا وعدمه : الإحساس بالاستقلالية في العمل بنسبة 25%، التحدي المهني بنسبة 20%، المرتبات المشجعة 14%، الإدارة والزمالة المهنية 13%، التأثير وخدمة المجتمع 13%، ظروف العمل والأمان الوظيفي 5%، ضعف المرتبات 50%، قلة فرص الترقية والمعززات الوظيفية 20% عن (علي شويل، ص 8).

احتلت مهنة الصحافة خاصة الصحف اليومية صدارة قائمة أصعب المهن في العالم، إذ يتعرض من يعمل فيها لضغط عصبي هائل، حيث كشفت دراسة أمريكية في موقع **newroom.de** أن الضغط العصبي الذي يتعرض له الصحفيين والمتحدث الإعلامي لجهة معينة، يفوق ضغط عمل الشرطي وسائق الطاكسي، وترجع الدراسة سبب هذا الضغط إلى ارتباط الصحفيين بمواعيد تسليم محددة لمواضيعهم، أما المتحدثون الإعلاميون فتعاطيهم مع الرأي العام هو الذي يضعهم تحت الضغط لأن أي خطأ بسيط سيحاسبون عليه (محمد أبو سبحة، جانفي 2014).

أما في الجزائر فقد تم الكشف في دراسة أن 70% من الصحفيين يعانون من الضغط الدموي وأمراض القلب والسكري، ذلك بسبب طبيعة المهنة المحفوفة بالمخاطر والاعتداءات والصعوبات من أجل الحصول على المعلومة وفوق كل ذلك لا يتمكن الكثير من الحصول على حقوقهم المالية ولا التصريح بعدد كبير منهم لدى الضمان الاجتماعي (زبير فاضل، 2012).

كما فقدت الصحافة الجزائرية في 2014 حوالي 9 صحفيين أغلبهم تحت الثلاثين من العمر بعد إصابتهم بأزمات قلبية جراء الضغوط الاجتماعية، الاقتصادية، القانونية، الصحية والمهنية التي يعيشونها (تسعيد بداد، 2014).

إضافة إلى كل الظروف السابقة، فالصحفي يعيش جانبا آمنا خاصا حيث يكون المستهدف دائما في حالات الأزمات والمشكلات التي يعيشها الوطن أو العالم، هذا ما يثبتته الواقع وما أكد عليه المهتمون بدراسة مصاعب المهنة حيث يرى **عماد المكاوي** أن الصحفيين لم يسلموا من العنف والإرهاب فهم يتعرضون للاعتداءات الجسدية والمعنوية كالضرب والشتم، فهناك من يختفون تماما ويصل الحد إلى المساس بحياتهم (حسن عماد المكاوي، ص ص 86.87).

هذا ما يثبتته وضع الصحفي الجزائري في سنوات التسعينات، حيث راح ضحيتها الكثير فقد قتل أكثر من 58 صحفيا من قبل الجماعات الإرهابية بين 1993 و 1996، واختفاء صحفيين آخرين منذ ذلك الوقت (جويل كمبانا، 2006، ص ص 1، 39).

كما وجدت دراسة **للجنة حماية الصحفيين** في نيويورك حول مناطق الصراعات والنزاع المسلح أن حوالي 580 صحفيا فقدوا حياتهم بين سنة 1992 إلى سنة 2006، وكان القتل العمدى هو سبب وفاتهم في هذه المناطق، وبينت الدراسة أن 71.4% تعرضوا للقتل المباشر أما 18.4% كانوا ضحايا القصف 10% أثناء قيامهم بمهام في مناطق خطيرة، وهذه النسب تدل على التعمد في قتلهم (هيثم مناع، ص ص 1، 5).

أما موقع **اتحاد الصحفيين العرب** نشر تقريرا بعنوان السجل القاتم من عام 2000 إلى 2001 حول الاعتداءات على الصحفيين في فلسطين، حيث قتل 3 صحفيين وإصابة 208 بسبب تعرضهم للضرب، كما تم الاعتداء على 8 مؤسسات وسحب بطاقة 17 صحفيا، فقد جاء في إعلان باريس 2003 أن الصحفيين والإعلاميين أصبحوا هدفا للهجوم أثناء النزاع المسلح، هذا بسبب واجب مهنتهم في أداء

مصلحة عامة، بتوجيه رأي المجتمع الدولي لفضائع النزاعات (عمران محمد محافظة، 2006، ص 70).

إحصائيات أخرى من "منظمة مراسلون بلا حدود" لاحظت تزايداً في عدد ضحايا الصحفيين ففي عام 2002 بلغ عدد الضحايا 25 قتيلاً، وفي 2003 اغتيل 40 صحفياً، وعام 2004 حوالي 53 صحفياً، أما في عام 2005 وصل عدد الضحايا إلى 63 قتيلاً و 5 من مساعديهم وتم إصابة 1308 منهم واعتقال 807 آخرين (منظمة مراسلون بلا حدود).

في العراق بين 2003-2005 اغتيل حوالي 56 صحفياً ومسعداً، واختطاف 29 آخرين، كما تعرض الآخرون للاعتداء ومنعهم من تغطية الأحداث واعتقالهم، أما حرب الفيتنام خلال 20 سنة فقد اغتيل 63 صحفياً (منظمة مراسلون بلا حدود، الأهرام، 2005).

فقد تم اختطاف العشرات من الرهائن ووقف العديد من الصحف، وتوقيف الصحفيين في العديد من البلدان العربية (محسن عوض، 2005، ص 4).

كما أنه لم يسلم الصحفيون في بعض الدول من السلطات الحكومية والعسكرية، فقد تعرضوا للضرب واستخدام العنف والترهيب، ذلك لإبعادهم عن المناطق التي لا يراود كشف الحقيقة فيها، فقد اغتيل 121 صحفياً في 25 بلداً في العالم عام 2009 (هيثم مناع، ص 1، 5).

أما أنباء موسكو فأوردت إحصائيات عن ضحايا مهنة الصحافة في تقرير نشرته "حملة شعار الصحافة في جنيف" وجاء فيه أن العالم فقد 106 صحفياً عام 2011، 20 منهم ماتوا في مناطق الربيع العربي، وأكثر من 100 صحفي تعرضوا للمضايقات واعتقالات وإصابات في كل من مصر، ليبيا، سوريا، تونس واليمن، كذلك تعتبر المكسيك وباكستان من الدول الخطيرة لممارسة مهنة الصحافة، فقد قتل في المكسيك 12 صحفياً هم ضحايا نزاعات بين الجيش وعصابات المخدرات في شمال البلاد، أما في باكستان فقد اغتيل 11 صحفياً في الحدود مع أفغانستان وتأتي العراق وليبيا والفلبين، إضافة إلى صحفيين تعرضوا

للخطف والإخفاء، وأشارت المنظمة إلى أن ثلثي الصحفيين قتلوا عمدا خاصة في أمريكا اللاتينية، أما الثلث الآخر قتل في حوادث التظاهرات والمعارك والتفجيرات الانتحارية وانفجار الألغام (أنباء موسكو ، ص 14).

أيضا يعاني الصحفي من مخاطر النزاعات والحروب، حيث يكون المستهدف الأول من اجل إخفاء الحقائق و الوقائع، هذا ما يدفعه إلى الابتعاد عن ممارسة المهنة كما هي، هذا ما أكدته دراسة محمد شلبية 2008 التي تبين مدى تأثير العمل الصحفي بالمخاطر ومنازعات الحروب، حيث أظهرت الدراسة أن 79% من مجموع عينة الدراسة يرون أن الإعلامي يعمل في ظروف خطرة دائما أو أحيانا، وأن 93.7% يرون أن العمل في ظروف الأزمات والطوارئ يؤثر على طبيعة العمل الإعلامي دائما وفي معظم الأحيان، وأن 88.4% يرون أن المخاطر التي تواجه الإعلاميين تؤثر في مصداقيتهم في هذه الظروف، و 89.5% يرون أن المخاطر والصعوبات التي تواجه الإعلاميين تجعلهم يعتمدون إلى التعقيم على بعض الحقائق والأحداث، وبالتالي تضعف مصداقيتهم كما يرى 67.4% أن جو المنافسة بين المحطات الفضائية والتغطيات الإخبارية الحصرية تساعد على المخاطرة من أجل تحقيق سبق الصحفي، و أن 27.4% يرون أن ذلك يكون أحيانا، أما 75.8% يرون أن العمل في مجال الإعلام لا بد أن يكون مستقلا وبعيدا عن مصالح أو تأثيرات داخلية أو خارجية.

يرى أيضا 87.9% أن الأطراف المتنازعة لا توفر حماية كافية للصحفيين والإعلاميين في التغطية الميدانية، و 74.2% يرون ارتفاع عدد الصحفيين والإعلاميين الذين ماتوا في الميدان في ظروف الحرب، مثل العراق ، أفغانستان ، فلسطين والمناطق الأخرى الساخنة في العالم، و 77.7% يرون أن إصابة الكثير من الإعلاميين في التغطية الميدانية غالبا ما يكون متعمدا، و 81.6% يرون أن القوانين الإعلامية والصحفية التي تكفل حرية العمل الصحفي لا تجنب الصحفيين الاعتقالات

والتساؤلات والمحاكم في الكثير من الدول في ظروف الأزمات والطوارئ (محمود شلبية ، 2008 ، ص 299).

فوجد فوكيس voakes في دراسته أن نسبة كبيرة من الصحفيين يرغبون في التقاعد وذلك بسبب الضغوط التي يواجهونها في مهماتهم العملية (علي شويل ، ص ص 7 ، 8) .

بينت دراسات مختلفة أن معظم الصحفيين يعانون من مشاكل جسدية مختلفة ذلك نتيجة للظروف التي يعيشونها في بيئة عملهم حيث تنجر من هذه الشروط أمراض مختلفة واضطرابات جسدية متنوعة هذا ما أورده دراسة حول الصحة الجسدية للإعلاميين حيث توصلت دراسة أمريكية إلى إيجاد 70% من العاملين في مهنة المتاعب يعانون من الضغط الدموي وأمراض القلبوالسكري (المشاكل الصحية للإعلاميين ، 2014 ، ص 15).

في ضوء ما رأيناه سابقا نجد أن الصحفي يتعرض إلى ضغوط مختلفة بمختلف مجالاتها ذلك ما يعوق السير العادي لعملهم، وفي هذا الإطار فالضغط يشير إلى وجود مسببات تستثير ردود أفعال معينة هذا ما اتفق عليه معظم الباحثين، رغم اختلاف انتماءاتهم الفكرية واتجاهاتهم العلمية. وتم الاتفاق على أن الضغوط من الظواهر الإنسانية المعقدة بسبب تعقد أساليب الحياة والتغير المستمر في مجالاتها، لذا يتوجب على الفرد التكيف مع المعطيات الجديدة حتى لا يكون عرضة لها (هارون توفيق ، 1999 ، ص 3).

كما يمثل الضغط إحدى الظواهر الإنسانية التي تصاحب التعقيدات المتسارعة التي واكبت عملية التطور في عالم اليوم، وتم تحديد هذه الظاهرة لدى مقدمي الخدمات الاجتماعية خاصة، في العديد من الدول المتقدمة والنامية (Rothmann, 2003, p 52).

فيرى هانس سيلبي بان سبت Hans Selye ben sabat 1965 أن الضغط حالة داخلية للجهاز العضوي بعد أن يقوم بالاستجابة للعوامل المثيرة له، فهذه الاستجابة تكون غير محددة من قبل الجسم

اتجاه أي طلب، فهو موقف يدرك على أنه يفوق قدرات وإمكانيات الفرد للتعامل معه، فهو نتيجة متطلبات تفرض على الجسم الذي يفتقر إلى قدرات لمواجهة، ويكون بالتالي التأثير عقلي أو جسدي (Boissieres, 2003, p3).

فالتعامل مع الآثار والنتائج المترتبة عن الضغط يتطلب إتباع ثلاث طرق، إما في الدراسة أو القياس أو المعالجة، وتتمثل هذه الطرق في: المجال النفسي أين يتم التركيز على الاكتئاب، القلق، انخفاض مفهوم الذات، عدم الرضا، الاحتراق... الخ، وفي المجال الفسيولوجي يتم التركيز على ضعف الصحة، الإصابة بأمراض القلب، الشكاوي النفس جسمية... الخ، وفي المجال السلوكي يعتمد على النشاطات والفعاليات وأنماط السلوكيات والاستراتيجيات التي يواجه بها الفرد المواقف الضاغطة (عبد الرحمن الطريفي ، ص 159).

كما أكد كوبر ومارشال 1976 Cooper et marshal على أن تنامي الشعور بضغط العمل يرتبط ببيئة العمل الخارجية وما تحويه من فرص وتهديدات في تفاعلها مع مكونات بيئة العمل الداخلية وما تحويها من نقاط قوة ومناطق ضعف ومدى التوازن بين الحقوق والواجبات والتزامها بالتوصيف الوظيفي الفعال ومن ثم فإن المحرك البيئي الداخلي والخارجي يلعب الدور الأبرز في حدوث المشكلة ويزيد من الشعور بالضغط لدى العاملين (Lakshminarayanan, 2008, p 4).

وهناك من يرجع الضغط إلى القلق من أحداث الحياة غير مرغوب فيها، التي تسبب التوتر والضغط، وتؤثر في حياة الفرد وذاته، بالتالي تتطلب التكيف مع الأوضاع الجديدة، كما تظهر الضغوط النفسية عندما يواجه الفرد حوادث مزعجة ويشعر بالتهديد وعدم الارتياح.

يرى سارفينو Sarafino 1994 أنه عندما يكون هناك تفاعل بين الشخص والبيئة تظهر هناك ضغوط نفسية، ذلك نتيجة لإدراك الفرد التناقض بين المطالب البيولوجية والسيكولوجية والاجتماعية (sarafino, 1994 , p 24).

فالضغوط التي تتجر عن تفاعل الفرد ببيئته تختلف من بيئة إلى أخرى بصفة عامة، والضغوط المتعلقة ببيئة العمل لها خصوصياتها بصفة خاصة حيث أنها مرتبطة بطبيعة المهنة، التي بدورها تختلف من مهنة إلى أخرى فلكل مشكلاتها وضغوط خاصة بها، التي تظهر فيما بعد على شكل معاناة نفسية، تؤدي إلى نتائج سلبية هامة على صحة الفرد وعلى المؤسسة التي يعمل فيها.

ومن أسباب دراسة الضغوط المهنية هي الكشف إلى أي مدى يؤثر الضغط في مستوى الأداء الوظيفي للعمال، وعلاقته بدافعيتهم للعمل وأيضاً إشباع احتياجاتهم و تحقيق أهدافهم في العمل والشعور بالأمان في وظيفتهم، فالضغوط المهنية لها علاقة بصحة الأفراد النفسية والبدنية ، كما تؤدي إلى تدني مستوى الرضا و تقدير الذات لدى العمال، وانخفاض دافعيتهم للعمل وبالتالي تظهر حالات من النفور وعدم الانتظام في العمل، مما يزيد الضغط والتوتر العصبي والقلق النفسي، وانعدام الثقة واللامبالاة في تأديته والقصور في انجازه (الخصري، 1991، ص 227).

توصلت نتائج الدراسة حول طبيعة تأثير ضغوط العمل على الرضا الوظيفي، إلى انه كلما ازدادت ضغوط العمل كلما انخفض الرضا الوظيفي (شاطر شفيق، 2009، 2010، ص 241). كما تتأثر الضغوط المهنية بالسند الاجتماعي الذي يتلقاه العامل في بيئة عمله ومستويات اتخاذه للقرارات وأيضاً متطلبات العمل التي يواجهها.

فهناك آراء متشابهة لكل من **فينبيرج وكرييد Weinberg et Creed** في مجلة **لانسييت Lancet** و **نيدهامر وشركائه Neidhammer and all** في الجريدة الإسكندنافية للمحيط المهني والصحة 1998، حول السند الاجتماعي في الوسط المهني من طرف المؤطرين وزملاء العمل، حيث وجدوا أن هناك تأثيراً كبيراً في عدم ارتفاع الضغط المهني عن (حسية برزوان ، 2009 ، ص 22).

كما بينت دراسة **Hellemans et Karnas 1999** وجود ثلاثة عوامل تسبب الضغط وتتمثل في مستوى اتخاذ القرارات، متطلبات العمل، والدعم الاجتماعي، واستخلاص ستة عوامل أخرى وهي: اتخاذ

القرارات والتدريب ، ضغط الوقت، الإزعاج، الدعم الاجتماعي من الرئيس والدعم الاجتماعي من الزملاء وتوصلا إلى نظرية أن الفرد عندما لا يشعر بالضغط تماما يكون مستوى اتخاذ القرار لديه متوسطا، والمتطلبات النفسية للعمل قليلة والدعم الاجتماعي مرتفعا، ويشعر بضغط مرتفع عندما يكون اتخاذ القرار لديه في مستوى ضعيف جدا ومتطلبات النفسية اتجاه العمل مرتفعة جدا والدعم الاجتماعي ضعيف جدا، أما الفرد عندما لا يشعر بالضغط فهذا يعني أن متطلباته النفسية في العمل ليست مرتفعة كالذي يتعرض للضغط مرتفع (Laurent Guillet, 2012 , p 04).

فعدم إشباع الفرد لحاجاته خاصة الأساسية منها من أهم العوامل التي تؤدي إلى ظهور الضغوط، وبما أنه من الصعب إشباع هذه الحاجات جميعها لازدياد متطلبات الإنسان فهذا ما أدى إلى ظهور مشكلات أكثر تعقيدا (عويدي، 1992، ص104).

لهذه الضغوط نتائج هامة ومختلفة تتمثل في اضطرابات مختلفة سواء جسمية أو نفسية أو منظمائية، حيث يظهر ذلك في الدراسات التي أجريت في هذا المجال فأشار تقرير من كندا أن ما يقارب 80% من العمال الكنديين يعانون من ضغوط العمل والقلق، ذلك يرجع إلى عدم قدرتهم على الموازنة بين تطلعاتهم الخاصة وعملهم (طه عبد العظيم، 2006، ص217).

أما المنظمة الأوروبية للسلامة و الصحة في العمل، فبينت أن الضغط يؤدي إلى التقاعد المبكر بسبب الأمراض الناتجة عنه، و مشكل التغيب إضافة إلى ارتفاع مجموع الأيام الضائعة من العمل المرتبطة بطريقة مباشرة بالضغط، حيث تصل من 50% إلى 60% من مجموع الأيام (Patrick et romain , p03, 2006).

في إنجلترا وجد أن نصف أيام العمل الضائعة مرتبطة بالضغط سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، حيث وجد حوالي 180 مليون يوم عمل ضائع في السنة.

أما في الدول الإسكندنافية فتبين أن الأمراض القلبية مرتبطة بالضغط حيث أن 4% من نسبة حوادث العمل و الأمراض ترجع إليه (Segma A , 1992, p 12).

أصحاب المصانع يضيعون حوالي مليون ونصف جنيه إسترليني في السنة بسبب الضغط في بريطانيا (سمير شيخاني ، 2003 ، ص 14).

تكلف الضغوط في الولايات المتحدة الأمريكية حوالي 500 مليون دولار سنويا، أما الأمراض الناجمة عن الضغوط فتكلف الصناعة الأمريكية حوالي 132 مليون يوم عمل مفقود (جنيبرج وبارون، 2004، ص 45).

وفيما يخص استهلاك المهدئات بسبب الضغط فيصل إلى حوالي 5 مليار جرعة و 16 ألف قرص أسبرين كل سنة (سمير شيخاني، 2003، ص 14).

بينت دراسة في فرنسا أن 23.53 مليون عامل تعرضوا إلى عرض من أعراض الضغط المهني، وتبين أن ما يقدر ما بين 830, 1656 مليون أورو أي نسبة 10% إلى 20% تدفع من أجل التأمين الاجتماعي المرتبط بحوادث العمل والأمراض المهنية (Bejean et autre , 2004,p 25).

فأصبحت ضغوط العمل محل اهتمام الكثير من الأفراد والمؤسسات نظرا إلى الأمراض المترتبة عنها والتكاليف الناتجة عنها (هيجان عبد الرحمن، 1998، ص 18).

هكذا يظهر أن الضغوط والصراعات، تؤديان إلى فقدان الفرد القدرة على مقاومة الأمراض، ويعد العمل احد عوامل الضغوط النفسية إما الدائمة أو المؤقتة، عندما يكون الفرد في خلاف مع الزملاء أو الإدارة، أو عندما يكون في مجال لا يتناسب مع ميوله أو تخصصه أو يكون تحت إدارة مسؤول غير مرن، أو عدم رضاه عن الوضع الوظيفي الذي هو فيه وكثرة الجزاءات والتحقيقات، إضافة إلى عدم فهمه لدوره في العمل، وأساليب التقويم والحوافز، عدم تحديد مسؤولية الموظف، الفشل في تحقيق الذات، عدم العدل و المساواة ، نقص الكفاءة والخبرة إلى آخره (الحسين عبد العزيز ، 2002، ص 97).

إلا أن حسن علي إسماعيل 1999 يرى أن للضغط آثارا ايجابية كدفع الفرد للزيادة في الإنتاج، دفعه للمحافظة على حياته، وبدون هذه الضغوط لا يمكن أن يكون هناك لا تغيير ولا إنتاجية، كما له آثار سلبية وذلك عندما لا يستطيع الفرد مواجهة المتطلبات التي تواجهه من الواقع الاجتماعي والاقتصادي والسياسي والمهني... الخ، لكن هذه الضغوط ليست ضاغطة في حد ذاتها ولكن تكتسب تلك الصفة إذا أدركها الفرد على أنها كذلك، بالتالي تكون لها نتائج على مستوى ذات الفرد سواء جسمية أو معرفية أو عقلية أو نفسية (هارون توفيق، 1999 ، ص 03).

إلا أنه تم التساؤل كثيرا عن مصير العامل في حالة عدم مواجهته للضغط وعدم تلقيه الدعم من طرف المحيطين به فهل يمكن أن يشعر بأعراض أخرى، لذا ظهرت عدة دراسات اهتمت ببعض الأعراض الجديدة التي يمكن أن تظهر وراء الضغط المهني، فتوصلت معظم الدراسات إلى أن النتيجة الأخيرة التي يمكن أن يصل إليها العامل هي ظاهرة الاحتراق النفسي الذي يعتبر كمستوى أخير من المعاناة، كما يمكن أن يكون بسبب عدم الاهتمام بالعامل، لذا تم التركيز على الموضوع من طرف العديد من الباحثين، وعرف العديد من الدراسات بحثا عن طبيعته خاصة كونه يأتي من ضغوط العمل، وأول من استعمل هذا المصطلح هو فرودنبيرغ هيربرت Freudenberger Herbert في السبعينات، بعد مجموعة من الدراسات التي قام بها حول مظاهر الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها العمال في مختلف القطاعات الخدماتية، حيث أرجع أسباب الاحتراق النفسي إلى الاستعمال المفرط للطاقة الذي يؤدي بعدها إلى الإحساس بالإرهاك والفتل، ثم يليه الإجهاد الذي يؤدي إلى الانطفاء (canoui mourange et Masson, 1998).

اعتبرت كرسيتينا ماسلاش Kristina Maslach 1977 من رواد هذا المجال، فقد عرفت على أنه إجهاد يصيب الفرد بسبب أعباء العمل والمتطلبات الزائدة والمستمرة على الفرد بما يفوق طاقته وإمكانياته،

بالتالي تنتج من هذه الحالة مجموعة من الأعراض النفسية والجسمية والعقلية (, 1977 , maslach , pp 100 113).

كما توصلت ماسلاش و جاكسون 1981 maslach and jackson إلى ثلاثة أبعاد له، وهي الإجهاد الانفعالي، تبدل الشعور و نقص الشعور بالإنجاز (, maslach and Jackson , 1981, pp 99, 113).

وبينت ماسلاش 1982 أن الاحتراق النفسي يمس المهنة الاجتماعية أكثر، ويظهر بعد التعرض إلى الضغط لمدة طويلة ويفقد الفرد القدرة على التكيف مع الوضع، كما يمكن أن يؤدي إلى سلوكيات عنيفة (طحاينية وزملائه ، 1990 ، ص 60).

أما ساراسون 1972 Sarson فيرى أن الفرد المحترق نفسيا يرجع إلى الخدمة الطويلة، فبعد مرور سنوات على عمله يفقد حماسه وطموحه وعدم اهتمامه بالعمل، فالعامل كلما مارس مهنة لمدة طويلة كلما قلت استجابته وحيويته لما يحيط به من مؤثرات في العمل فقد أرجع ذلك إلى أن طول الخبرة التي تؤدي إلى الإحساس بالملل هذا ما يؤدي إلى زيادة الضغط (يارا كندي ، 1993، ص 31).

ومن أهم العوامل التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي حسب هوك 1980 هو العبء الزائد في العمل والحاجة إلى المكافآت والعزلة عن الأصدقاء والحاجة إلى المساندة الإدارية.

أما فريدمان 1990 Friedman فيرى أن الاحتراق النفسي ينقسم إلى نوعين أوله يرتبط بالسمات الشخصية، وهو ما يفسر استعداد الفرد للاحتراق، أما الثاني فيرتبط بنظام ومناخ العمل والمساندة الاجتماعية والمهنية (محمد عادل ، 1995، ص 22).

فظاهرة الاحتراق تؤدي إلى سوء التوافق وذلك لتعرض العمال لأسباب مختلفة لظروف لا يستطيعون التحكم فيها مما يمنعهم من القيام بدورهم بشكل فعال، وهو ما يدفعهم إلى الإحساس بالعجز عن القيام بالمهام المطلوبة منهم وبالمستوى الذي يتوقعه منهم الإداريون ومتخذو القرارات، هذا الشعور بالعجز

واستنفاد الجهد يؤديان بهم إلى حالة من الإنهاك الانفعالي والاستنزاف النفسي (مقابلة، 1996، ص 111).

توصلت دراسة طحائية وزملائه إلى أن العمال يتعرضون لحالات من التوتر والاحتراق النفسي بسبب ضغوط العمل في مختلف المهن والوظائف التي يمارسونها، فعلاقات العمل والظروف الفيزيائية والممارسات الإدارية وضغوط العمل وغموض الدور، وسوء التنظيم وغيرها من الأسباب التي لها دور رئيسي في وجود ظاهرة الاحتراق (طحائية وزملائه، ص 60).

فمعظم الباحثين يرون أن الاحتراق النفسي حالة من الإنهاك والاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية، أما الظواهر السلبية للاحتراق النفسي فتتمثل في التعب، الإرهاق، فقدان الاهتمام بالآخرين والعمل، الشعور بالعجز... الخ (علي عسكر، 2000، ص 102).

ومن أهم أسبابه هو التعامل مع الناس والتفاعل معهم لفترة طويلة وفي مواقف تتطلب بذل مجهود انفعالي مضاعف، يؤدي إلى الإجهاد البدني، الذهني، العصبي والانفعالي التي تعتبر من مؤشرات الاحتراق النفسي (Pines and Aronson, 1983 , p45).

فالاحتراق النفسي يستخدم للدلالة على ظرفين، الأول يشير إلى الظروف البيئية التي تحيط بالفرد والتي تسبب له نوع من الضيق والتوتر وبالتالي تمثل مسببات مختلفة ومصادر خارجية للاحتراق النفسي، وظرف ثان يشير إلى ردود أفعال داخلية التي تحدث بسبب هذه المصادر، أو الشعور السيء الذي يعطي تسميات الاحتراق النفسي (أحمد محمد عوض، 2007، ص 40).

كثرة أدوار العمال وتعددتها تدفعهم إلى بذل المزيد من المجهودات والطاقة لمواجهة هذه المواقف، التي قد تكون مصدر إرهاق شديد يؤدي إلى سوء التوافق النفسي وعدم تطابق قدرات العامل مع متطلبات العمل، كما يشعر أن وظيفته لا تحقق رغباته وميوله (Dominique servant, 2005, p 143).

رغم أن الاحتراق النفسي يعتبر من أبرز مشكلات العصر التي تواجه العمال في مختلف المنظمات، والذي يؤدي إلى تقليل القدرة على الإنجاز والإبداع، ورغم ما له من آثار سلبية على المؤسسات والأفراد سواء نفسية أو فسيولوجية أو سلوكية، غير أنه لم يتم الاهتمام به كثيرا في الدراسات المحلية.

وعلى ضوء ما رأيناه فالعمال عامة والصحفيون خاصة يتعرضون لتوترات وضغوط متعددة المصادر والأشكال، نظرا للمهام الكثيرة التي تتجاوز في الكثير من الأحيان إمكانياتهم وقدراتهم، ومن خلال ما رأيناه من دراسات سابقة وجدنا أن هناك علاقة بين الضغط المهني والاحتراق النفسي لدى العمال، إلا أن الدراسات حول علاقة الضغط المهني بالاحتراق النفسي لدى الصحفيين لا تزال محدودة رغم أهميتها.

وبما أن الضغط المهني درجات والاحتراق النفسي مستويات، نسعى في هذا البحث إلى إيجاد العلاقة التي تربط بين درجات الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، مع إظهار الفروق بين درجات هذين المتغيرين لدى الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي، وذلك بصياغة السؤالين الأساسيين التاليين:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في درجة

الضغط المهني ومستوى الاحتراق النفسي؟

أما الأسئلة الفرعية فهي كما يلي:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي؟

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني و ظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في درجة الضغط المهني؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في مستوى الاحتراق النفسي؟

2-فرضيات الدراسة:

- الفرضية الأساسية الأولى:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين.

- الفرضية الجزئية الأولى:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

- الفرضية الجزئية الثانية:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

- الفرضية الأساسية الثانية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجة الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي.

- الفرضية الجزئية الأولى:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجة الضغط المهني.

- الفرضية الجزئية الثانية:
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين تخصص كتابي والصحفيين تخصص سمعي في مستوى الاحتراق النفسي.

3 - أهمية الدراسة:

- نحاول في هذه الدراسة الاهتمام العلمي بظاهرة الضغط المهني والاحتراق النفسي وإظهار آثارها السلبية على الموظف.
- توضيح العلاقة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجالين الصحافة المكتوبة والصحافة المسموعة للذين يهتمهم الأمر.
- الكشف عن معاناة الصحفيين و مستويات الضغط و درجات الاحتراق النفسي لديهم .
- قلة الدراسات الجامعية حول هذا الموضوع على حد علمنا خاصة في جامعتنا
- إثراء البحث العلمي بهذا الموضوع.
- اقتراح بعض الاقتراحات من خلال نتائج دراستنا المتواضعة، التي ستساهم ربما في توضيح كيفية التعامل داخل المؤسسات الإعلامية والعوامل المؤثرة في نفسية الصحفيين، ولفت نظر المسؤولين إلى ضرورة العناية بالضغط المهني ورسم خطة سياسية تخفف آثاره، وتحسين ظروف العمال وإبعادهم قدر المستطاع عن الضغوط والاحتراق النفسي.

4 - أهداف الدراسة:

- تحديد العلاقة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين.
- تحديد العلاقة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي .
- تحديد العلاقة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي .

- تحديد الفروق بين الصحفيين في المجال المكتابي والمجال السمعي في درجة الضغط المهني والاحتراق النفسي.

5 - تحديد المفاهيم:

تعتبر مرحلة تحديد المفاهيم من أهم مراحل البحث، حيث أنه من خلالها يتم توضيح وتحديد أهم متغيرات الموضوع وفهم الدلالات ومعاني المصطلحات الهامة التي تساعد على فهم الموضوع، ولهذا سوف نحاول أن نتعرف إلى أهمها وذلك لتعدد واختلافها بين العلماء حيث أن كل واحد يركز على زاوية معينة في تعريفه حسب تخصصه وهذه البعض منها:

1-5 مفهوم الضغط المهني:

- التعريف اللغوي للضغط المهني :

- الضغط: ضغط ضغطا، معناه عصره، زحمة، ضيق عليه (قاموس المنجد، ص 451).

- المهنة: العمل، الحرفة أو الصنعة التي تتطلب حذقا ومهارة، وجمعها مهن (المعجم العربي الوسيط، ص 395).

- المفهوم الاصطلاحي للضغط:

الضغط هو استجابة تكيفية لدى الفرد، تختلف باختلاف خصائصه نتيجة للتفاعل مع البيئة، وتتمثل في اختلال التوازن الداخلي للجسم، مما يؤدي غالبا إلى المشكلات الصحية والجسمية والنفسية (حنان عبد الرحيم الأحمد، 2006، ص 19).

الضغط هو الحالة العضوية لدى الإنسان، الذي تحدث فيها مشاكل و يتضمن المثير الذي يؤدي إلى ردود أفعال و هو الضغط (Wolf , 1975 , p 57) .

- الضغط استجابة مكيفة، تتوسطها الفروق الشخصية والعمليات السيكلوجية، والتي تحدث نتيجة حدثاً أو فعل بيئي خارجي، بحيث تكون على شكل متطلبات سيكلوجية أو مادية مفرطة على الفرد (Gibson , 1994 , p 57) .

- الضغط حالة ديناميكية يواجه فيها الفرد فرصاً أو متطلبات مرتبطة بما يرغب به، لكن النتائج المرتبطة بها تدرك على أنها غير مؤكدة ومبهما (العطية مصطفى، 2000، ص 371).

- المفهوم الاصطلاحي للضغط المهني:

- تعريف كوكس 1990 :

إن الضغط ينشأ نتيجة أي صراع بين المطالب الملقاة على الفرد في العمل، وقدرته على التعامل معها حيث يفكر الفرد في المطلب وفي قدرته، وأي اختلال في توازن بين الطرفين يؤدي إلى ظهور الضغط (طه عبد العظيم ، 2000 ، ص 19).

- الضغط المهني هو تجربة ذاتية لدى الفرد، تحدث نتيجة لعوامل في الفرد نفسه أو البيئة التي يعمل فيها، بما في ذلك المنظمة، حيث يترتب على هذه العوامل حدوث آثار أو نتائج جسمية أو نفسية أو سلوكية على الفرد، تؤثر بدورها على أدائه مما يستلزم معالجة هذه الآثار وإدارتها بطريقة سليمة (هيجان عبد الرحمن، 1998، ص 23).

- الضغوط المهنية مجموعة من المتغيرات الجسمية والنفسية، التي تحدث للفرد ردود فعل أثناء مواجهته للمواقف المحيطة به والتي تمثل تهديداً له.

- تعريف caplan et autre :

الضغط المهني هو مجموعة من الخصائص موجودة في بيئة العمل التي تخلق التهديد للفرد.

- تعريف Cooper marshal :

ضغوط العمل هي مجموعة العوامل البيئية السلبية مثل غموض الدور، صراع الدور، أحوال العمل السيئة والأعباء الزائدة، والتي لها علاقة بأداء عمل معين (العميان محمود، 2004، ص 160).

- تعريف Oltmanns et Emery 1998 :

اعتبرا الضغوط كمثيرات في العمل ، فهي الأحداث التي تفرض على الشخص وتلزمه وتفرض عليه تكيفا فسيولوجيا أو معرفيا أو سلوكيا (oltmann et emery, 1998, P287) .

- تعريف Davison et Neal 1994 :

تعتبر الضغوط هنا كاستجابات الطريقة التي تدرك بها أو تقدر بها البيئة، وهي التي تحدد ما إذا كان الضغط موجودا أم لا، وبالتالي نحس بالضغط عندما نقدر الموقف بأنه يتطلب استجابات تكيفية من أو تختلف الاستجابة من فرد إلى آخر (Davison et Neale, 1994 , P191).

- تعريف سيزلاقي و آخرين :

ضغوط العمل هي تجربة ذاتية تحدث اختلالا نفسيا أو عضويا لدى الفرد، وتنتج عن عوامل في البيئة الخارجية للمنظمة أو الفرد نفسه (سيزلاقي اندرو دي ، 1991، ص 180).

- تعريف جمعة سيد يوسف :

الضغوط هي الحالة التي يدركها الكائن الذي يتعرض لأحداث أو ظروف معينة بأنها غير مريحة أو مزعجة أو على الأقل تحتاج إلى نوع من التكيف أو إعادة التكيف، وإن استمرارها قد يؤدي إلى آثار سلبية كالمرض والاضطرابات وسوء التوافق (جمعة سيد يوسف، ص 13).

- تعريف صلاح الدين محمد عبد الباقي:
الضغوط عبارة عن ردود فعل اتجاه المؤثرات المادية والنفسية المتمثلة في الخوف والاضطراب وزيادة ضغط الدم والارتباك، حيث تعبر هذه الردود بعدم ارتياح الفرد في ذلك الموقف (صلاح الدين محمد، ص 284).
- تعريف علي إسماعيل علي:
الضغط استجابة داخلية لما يدركه الفرد من مؤثرات داخلية أو خارجية، تسبب تغيرا في توازنه الحالي (علي إسماعيل علي، 1999، ص 75).
- تعريف Levine and scotch:
الضغط يكون في اضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية، ويتضمن المواقف التي يدرك فيها الفرد بان هناك فرقا بين ما يطلب منه سواء أكان داخليا أو خارجيا وقدرته على الاستجابة لها (هارون توفيق الرشيد ، 1999 ، ص 19) .
- تعريف Hans Selye:
الضغط المهني هو ليس فقط ردود أفعال فسيولوجية وانفعالية ونفسية لحوادث أو أشياء مهددة للفرد في بيئة العمل.
- تعريف Marglis et al:
إن بعض ظروف العمل بتفاعلها مع خصائص العامل الشخصية تسبب خللا في الاتزان البدني والنفسي للفرد عن (محمود سلمان العميان، 2004، ص 160).
- تعريف Mitchell baten ben 1987:
ضغوط العمل هي كل ما يؤدي إلى خلل في قدرة الفرد على التكيف والحفاظ على توازنه الطبيعي (باتن ، 1987 ، ص 68) .

- تعريف رواية حسن 2002 :

الضغط هو مجموعة من التفاعلات بين الفرد والبيئة والتي تسبب حالة عاطفية أو وجدانية غير سارة، مثل التوتر والقلق أو الشعور بالامتهان (رواية حسن، ص 399)

- تعريف طه عبد العظيم و سلامة عبد العظيم :

الضغط المهني هو الاستجابات النفسية والجسمية التي تحدث عندما تتجاوز متطلبات الوظيفة قدرات وإمكانيات وحاجات العامل أو الموظف، ومن ثم يترتب عليها آثار سلبية على صحته (طه عبد العظيم، 2006 ، ص 216).

فحسب هذه التعريفات هناك من يرجع الضغط إلى أسباب خارجية بيئية وهناك من يرجعها إلى التفاعل بين خصائص الفرد الشخصية وإدراكه لها والظروف الخارجية، وتكون الاستجابة مختلفة من فرد إلى آخر وهناك من ركز على الجانب الفسيولوجي وذلك عند استجابة الجسم للموقف الضاغط، وبالتالي نجد أن الضغط يظهر عندما يكون هناك عدم التناسب بين خصائص العامل ومتطلبات عمله الذي يؤدي إلى خلل في التوازن.

- المفهوم الإجرائي للضغط المهني:

المقصود بالضغط المهني في الدراسة الحالية، هو مدى تعرض الصحفي لضغط العمل نتيجة للعبء النفسي ومستوى اتخاذ القرار ونسبة الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه في بيئة عمله، وهو الدرجة التي يتحصل عليها الصحفي (مرتفعة، منخفضة) على مقياس كرساك في أبعاده الثلاثة الطلب النفسي، مستوى اتخاذ القرار، السند الاجتماعي في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة، الجزائر العاصمة.

5-2 مفهوم الاحتراق النفسي:

- المفهوم اللغوي:

- تعريف معجم الوسيط: الاحتراق من الفعل احترق، يحترق احتراقاً، احترق الشيء، هلك

(إبراهيم أنيس وآخرون، 1962، ص 189).

- حسب علي عسكر 2005 القاموس يعرف الفعل يحترق بالفعل يفشل وينهار، أو يصبح منهكا

نتيجة العمل الزائد على الطاقة، ونستخلص أن الاحتراق النفسي يتضمن معنى الهلاك والاستنزاف (علي

عسكر، 2005، ص 105).

- المفهوم الاصطلاحي:

- تعريف فرودنبورغ freudenberg 1974:

الاحتراق النفسي حالة من الاستنزاف البدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من الضغوط، أي يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة.

- كما هو إجهاد داخلي وانخفاض الطاقة والنشاط والقدرة على العمل، الذي يكون بسبب الجهد الذي

يستعمله الفرد للوصول إلى هدف غير محقق، خاصة في المهام الإنسانية ومهام المساعدات

. (canoui pierre,2003 , p 36)

- تعريف جاكسون Jackson 1984:

هو إرهاق انفعالي وجسماني وسخط على الذات وعلى الآخرين، وأيضا على العمل مع فقدان الحماس والكسل والتبلد ونقص الإنتاجية.

- تعريف دالي Daley 1979 وكيراكون kyacon 1983 :
الاحتراق النفسي هو رد فعل للضغوط المتراكمة ذات التأثير السلبي على الفرد، وتتنوع الاستجابة لهذه الضغوط في طبيعتها من حيث تكرارها ودرجة تعرض الفرد لها (مقابلة، 1996، ص ص 111،112).
- تعريف ماسلاش Maslach 1982 :
الاحتراق النفسي هو حالة من الإجهاد الانفعالي أو الاستنفاد البدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط و يتضمن ثلاثة مكونات: الإجهاد الانفعالي، تيلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي (السرطاوي ، ص 60) .
- تعريف كورتن corten2008 :
الاحتراق النفسي هو الاستعمال المتكرر لميكانيزمات التكيف من طرف العامل لتحسين موقفه أمام ضغوط العمل (Dominique coppe, 2013 , p2) .
- تعريف auditât et Voirol :
الاحتراق النفسي هو ضعف و تبذير الطاقة الحيوية الناتجة عن المتطلبات المفرطة التي فرضتها البيئة الخارجية، سواء العمل، العائلة، الأصدقاء و نظام القيم في المجتمع التي تأخذ كل قوانا وميكانيزمات الدفاع و كل جهودنا (Auditat et Voirol, p25) .
- تعريف علي عسكر 2000 :
الاحتراق النفسي حالة من الاستنفاد أو الإنهاك البدني والانفعالي، نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية، ويتمثل الاحتراق النفسي في مجموعة من الظواهر السلبية منها: التعب والإرهاق، الشعور بالعجز، فقدان الاهتمام بالآخرين والعمل، السخرية من الآخرين الكآبة والشك في قيمة الحياة والعلاقات الاجتماعية والسلبية في مفهوم الذات (علي عسكر، 2000، ص 102).

- التعريف الإجرائي للاحتراق النفسي:

هو التراكم المستمر للضغوط المهنية التي لم يتم مواجهتها في الوقت المناسب، وتؤدي إلى الإجهاد والانطفاء الداخلي لدى الصحفيين في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة، الجزائر العاصمة، وهو الدرجة التي يتحصل عليها الصحفي وفق مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش (m b i) (مرتفعة، متوسطة، منخفضة).

5-3- مفهوم الصحافة المكتوبة:

لم يتم إيجاد تعريف واحد للصحافة ويرجع ذلك للتطور الذي تعرفه الممارسة الصحفية، ولهذا سوف نتطرق إلى تعريفات مختلفة:

1- تعريف الصحافة المكتوبة:

- المفهوم اللغوي للصحافة المكتوبة:

الصحافة جمع صحف أو صحائف، الصحيفة هي الصفحة والصحف، صحائف هي الكتابة بمعنى الرسالة (قاموس المنجد، ص ص 14، 417).

- ويعرفها معجم الوسيط أنها مهنة من يجمع الأخبار والآراء، وينشرها في صحيفة أو مجلة والنسبة

إليها صحفي (مصطفى إبراهيم وآخرون، 1960، ص 510).

- الصحافة عند المحدثين :

كتابة الجرائد، عالم الصحافة كتبة الجرائد (قاموس المنجد، ص 417).

- وفي قاموس اكسفورد:

كلمة صحافة تعني presse وهي شيء مرتبط بالطباعة والطبع ونشر الأخبار والمعلومات، كما تعني أيضا journal وهي الصحيفة، أما الصحافة فتعني journalism (فاروق أبو زيد، 1986، ص 37).

- المفهوم الاصطلاحي للصحافة المكتوبة :

الصحافة المكتوبة هي هيئة إدارية توظف الوسيلة الصحفية أو الصحافة، والتي تعني فن تسجيل الوقائع اليومية بدقة وانتظام، مع الاستجابة لرغبات الرأي العام وتوجيهه والاهتمام بالجماعات البشرية، وتناقشها الأخبار ووصف نشاطها وتسليتها... الخ، فالصحافة هي مرآة تنعكس عليها صورة الجماعة وآرائها وخواطرها (مروة أديب، 1961، ص 17).

- تعريف إجلال خليفة:

الصحافة المطبوعة قسم من أقسام الصحافة وتنقسم إلى عدة أقسام، وتنفرع إلى نوعيات أقل تحدد الخطوط العريضة لمعنى الصحافة ومهمتها، والقسم الأول منها هو الصحافة المطبوعة التي تتكون من الصحف اليومية والنصف أسبوعية والمجلات بأنواعها الكثيرة المتعددة الدورية والأهداف والسياسات والكتب والكتيبات والمنشورات وملصقات وما إليها... الخ (خليفة إجلال، 1976، ص 55).

- تعريف محمد عبد الحميد:

الصحافة المكتوبة هي عملية اجتماعية تساهم في تحقيق عدد من الحاجات الاجتماعية التي يتطلع المجتمع لتحقيقها، من خلال عدد من المؤسسات الاجتماعية، ومنها المؤسسة الصحفية ومهما اختلف الهدف من قيامها فهي مرتبطة بطبيعة اجتماعية، في تحقيقها لعدد من الحاجات الفردية التي تجتمع في فئة من الفئات وتشكل فيما بعد مجموع القراء أو الرأي العام أو الجمهور والعملية الاتصالية (محمد عبد الحميد، 1992، ص 23).

- تعريف همام طلعت:

الصحافة المكتوبة هي وسيلة من وسائل الإعلام، وأطلق على الوسائل المطبوعة التي تشمل الصحف والمجلات الدوريات، الكتب والنشرات، الكتيبات، اللافتات والملصقات (همام طلعت، 1983، ص 7).

- تعريف الموسوعة العربية:

الصحافة هي كل سطح رقيق يكتب عليه، وجمع صحف وصحائف وهي مجموع من الصفحات، أو مجموعة منها تصدر في مواعيد منتظمة وتحمل في طياتها مواد إخبارية وثقافية وسياسية واجتماعية واقتصادية وعلمية وثقافية وفنية ورياضية، والذي يعمل بهذه المهنة يسمى صحافيا (حمدان وآخرون، 1999 ، ص 45) .

- الصحافة هي إحدى وسائل الإعلام وهي نشرات يومية أسبوعية، تقدم من خلالها المعلومات العامة، كما أن قنواتها متنوعة من جرائد، إذاعات، فضائيات، انترنت وصحافة الكترونية (صالح بلعيد، 2006، ص 100).

- الصحافة تعني فن تأريخ وقائع الحياة اليومية وعرضها كما هي، والتعليق على الأحداث الجارية بروح علمية واقعية، فالمصداقية هي أساس الذي تقوم عليه الصحافة، كما تختلف هذه الصحف من حيث تخصصها (مروى أديب، 1961، ص 10).

- الصحافة هي صناعة إصدار الصحف، وذلك باستفتاء الأنباء ونشر المقالات بهدف الإعلام ونشر الرأي والتسلية، كما أنها واسطة تبادل الآراء والأفكار بين أفراد المجتمع وبين الهيئة الحاكمة والهيئة المحكومة، فضلا عن أنها من أهم وسائل توجيه الرأي العام (احمد زكي بدوي ، 1994 ، ص 124).

- وهناك من يسميها الصحافة الورقية المطبوعة التقليدية (صالح وعلم الدين، 2004، ص 125).

- تعريف قانون الإعلام الجزائري للصحافة المكتوبة لسنة 1990:

المادة 15: تعتبر نشرية دورية كل الصحف والمجلات بكل أنواعها والتي تصدر في فترات منتظمة وتصنف النشريات إلى صنفين: الصحف الإخبارية العامة والنشريات الدورية المتخصصة.

المادة 16: تعتبر الصحف الإخبارية عامة بمفهوم هذا القانون النشريات الدورية التي تشكل مصدرا للإعلام حول الأحداث الوطنية والدولية والموجهة إلى الجمهور (الجريدة الرسمية للإعلام، 1990،

ص 4)

- التعريف الإجرائي للصحافة المكتوبة :

الصحافة المكتوبة هي التي تعتمد على الطباعة والكتابة وهي الصحافة المطبوعة على الورق، وتسمى الجرائد أو الصحف، وتصدر يوميا وتقدم للأفراد فيها مختلف الأخبار والمعلومات السياسية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو الرياضية... الخ مع التعليق والتحليل في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة وفقا للعينة المعتمدة.

2- مفهوم الإذاعة :

- المعنى اللغوي للإذاعة :

الإشاعة وهي بمعنى النشر العام وذيوع ما يقال، حيث أن العرب يصفون الرجل الذي لا يكتُم السر بأنه رجل مذيع.

- المفهوم الاصطلاحي:

يمكن تعريف الإذاعة بأنها الانتشار المنظم والمقصود بواسطة الراديو لمواد إخبارية وثقافية وتعليمية وتجارية وغيرها من البرامج ليلتقطها في وقت واحد المستمعون المنتشرون في كل أنحاء العالم، بصفة فردية أو جماعية باستخدام أجهزة الاستقبال المناسبة (إبراهيم إمام، 1985، ص 256).

- الإذاعة أو الراديو يعتبر وسيلة الاتصال الوحيدة التي لا يمكن وقفها، فهو وسيلة يمكن أن تصل إلى جميع أنحاء العالم في نفس الوقت ونقل الرسائل من دولة إلى أخرى ولهذا لعبت دورا لا يمكن الاستغناء عنه في الاتصالات الدولية (جيهان احمد رشتي، 1979، ص 3).

- تعرف أيضا بأنها من الوسائل التي تثبت أثريا من خلال الموجات وتعمل على شد انتباه المستمع من خلال مؤثرات صوتية مختلفة، وتعتمد على نجاحها على القدرات الثلاثية المذيع، المخرج والتقني، كما أن الإذاعة تخبر بشكل أسرع مما تفعله الوسائل الأخرى، فالجديد المعلن ينتقل فورا من الإذاعة فعندما نسمع بحدث هاما سيقع فإننا لا نهبط ولو إلى أقرب كشك بل نفتح المذيع الذي أصبح يواجه اليوم رهان العولمة الإعلامية (رولان كايرو، 1984، ص 682).

- التعريف الإجرائي للصحافة السمعية:

هو تلك الصحافة التي تعتمد على الصوت وتقدم الأخبار المختلفة: السياسية، الاجتماعية، الثقافية، الرياضية والاقتصادية... الخ على جهاز الراديو في كل من ولاية بجاية، البويرة، تيزي وزو والجزائر العاصمة وفقا للجنة المعتمدة.

3- مفهوم الصحفي:

- المفهوم اللغوي:

هو الذي اتخذ مهنة الصحافة مهنة له (قاموس المنجد، ص 417).

- المفهوم الاصطلاحي للصحفي:

الصحفيون هم الذين يمتنون بطريقة منتظمة أعمالا من إنتاجهم للنشر في صحف يومية أو دورية، وفي وكالات الأنباء والإذاعة والتلفزيون مقابل أجر (Bohére G , 1984 , p p 8.9) .

- المفهوم الإجرائي للصحفي:

الصحفيون هم الأفراد الذين يمارسون مهنة الصحافة بعد حصولهم على شهادة خاصة بالإعلام في المؤسسات مقابل اجر، ويقومون بعملهم في إحدى المؤسسات الإعلامية الخاصة بالصحف المكتوبة والخاصة بالإذاعة الواقعة في ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة وفقا للعيينة المعتمدة.

الفصل الثاني

مهنة الصحافة المكتوبة والمسموعة

- تمهيد

- 1- الفرق بين الصحافة و الإعلام
- 2- لمحة تاريخية عن الصحافة المكتوبة
- 3- نظريات الصحافة
- 4- وظائف الصحافة المكتوبة
- 5- أنواع الصحف
- 6- اهم الصحف الجزائرية
- 7- خصائص الصحافة المكتوبة
- 8- لمحة تاريخية عن الصحافة السمعية
- 9- خصائص الإذاعة
- 10- الأنظمة الإذاعية في العالم
- 11- العوامل التي المؤثرة في العمل الإذاعي
- 12- وظائف الإذاعة
- 13- أنواع الإذاعات
- 14- أهم الفضاءات الإذاعية في الجزائر
- 15- مهنة الصحفي عموما في القانون الجزائري

-خلاصة

- تمهيد:

ساهمت الصحافة منذ القدم في تنمية وعي الأفراد في جميع المجالات، سواء السياسية، الثقافية، الاجتماعية و التربوية... الخ، وتوجيه الرأي العام بنشر الأفكار والمعلومات، ونظرا لأهميتها فقد أصبحت سلطة رابعة في جميع دساتير الدول، وفي هذا الفصل سوف نحاول أن نتطرق إلى الفرق بينها وبين الإعلام، اللوحة التاريخية لها والنظريات التي ساهمت في تطويرها وبعض العناوين التي تساعد على فهمنا للموضوع.

1- الفرق بين الإعلام و الصحافة :

الإعلام بالمفهوم اللغوي معناه أعلم، أخبر أو أبلغ إلا انه لا يقتصر على مفهوم العلم على تناقل الأخبار فقط بل تشمل عملية الاتصال الذهني بين الطرفين أحدهما مرسل والثاني مستقبل، وعادة ما يتبادل الطرفان هذه العملية (ياسين شواف، 1997، ص 7).

فبالتالي لكي يوجد هناك إعلام يجب أن يكون هناك طرفين ولغة للتفاهم، وتبادل المعلومات ونقلها. فالإعلام أقدم من الصحافة و أشمل منها، كونه نشأ منذ أن ظهرت الحاجة إلى نقل المعلومات وتبادلها، ومع بدء الحياة الاجتماعية للإنسان، أما الصحافة فلم تظهر إلا بعد اكتشاف المطبعة (فاروق أبو زيد، 1998 ، ص 47) .

لذا نجد الفرق واضحا بين الإعلام والصحافة، حيث أن الإعلام فضاء واسع يشمل كل عمليات الاتصال، أما الصحافة فتعني كل ما هو مطبوع ومسموع أو مرئي، فالصحافة إذن هي جزء من الإعلام أو إحدى وسائله.

2-لمحة تاريخية عن الصحافة المكتوبة :

إن الرسائل الإخبارية قديمة قدم الإنسان، حيث إنه كان في عهد البابليين مؤرخون يقومون بتسجيل الأحداث الواقعة في ذلك الوقت، وهو دور الصحفيين اليوم، أما الفضل في ابتداء الصحافة المصورة فيرجع للأشوريين وذلك بترقيم حوادث انتصاراتهم، إلى جانب كل رقم يقومون برسم صور الأسرى والملوك بالألوان ويعرضونها في شوارعهم وقصورهم.

أما الصدور الأول للصحيفة فكان عام 911 ق م في بكين و هي صحيفة رسمية تنشر أوامر وأخبار الدوائر الحكومية، و اشترك فيها أكثر من 10000 مشاركا حسب إيميل بوفان **Émile Bouvane**، كما يرجع الفضل للحضارة الصينية في اختراع الورق من البامبو، حيث قاموا بصناعة ورق من ألياف النباتات و أيضا من الحرير، و قامت روما بتجربة أخرى ذلك بإصدار **القيصر يوليوس** صحيفة "الوقائع اليومية" سنة 59 ق م، و كانت تحتوي على الأخبار الرسمية و النشرات الحكومية، حيث كانت تعلق في الميادين العامة ليتمكن الجميع من قراءتها، ثم تم نسخ هذه الوقائع الرسمية وأصبح الحصول عليها لقراءتها في البيت ممكنا (إبراهيم إمام و محمد فريد عزت ، 2006، ص 17).

أما في أوروبا فظهرت الصحافة على شكل رسائل إخبارية خلال العصور الوسطى، حيث تروي أخبار الملوك والنبلاء ومن أهم وظائفها نشر أنباء الحروب الأوروبية، فأصبحت الصحافة الإخبارية تتناول موضوعات سياسية واقتصادية وحربية، ساهم **غوتنبورغ يوحنا** 1468،1338 في تطوير وازدهار الصحافة وبروزها وذلك باختراع المطبعة في ألمانيا (مجموعة من الباحثين العرب والإعلام القضائي، 2004، ص13).

أما في فرنسا فلم تظهر الوسيلة الإعلامية إلا في عام 1777م وأول صحيفة هي "journal du paris" (بيير ألبرت، 1987، ص 96).

كما ظهرت 1000 صحيفة خلال أربع سنوات رافعة شعار الصحافة حارس الشعب.

أما في القرن 19م بعد هزيمة نابليون لم يبق سوى أربع جرائد فقط، مع السماح بصحيفة واحدة في الأقاليم، وفي بداية القرن 20م ظهرت 75 صحيفة في باريس و 250 جريدة في الأقاليم وأصبح من الضروري تنظيم الصحافة مهنيا وقانونيا.

وخلال الحرب العالمية الأولى ظهرت أزمة مالية وتم إدماج عدة صحف فرنسية في مكتب الصحافة العسكرية، كما تم حرمان المراسلين من الجبهات المتقدمة وظهرت في هذا الوقت الصحافة المصورة وصحف الأطفال.

أما خلال الحرب العالمية الثانية فتراجعت قليلا الصحافة الفرنسية إلى 1000 صحيفة، وتميزت هذه الفترة بظهور وكالة الأنباء الألمانية، وفي منتصف القرن 20 م في الخمسينيات تطورت وسائل الاتصال وظهرت الراديو والتلفاز والانترنت...الخ وذلك على حساب الصحافة المكتوبة التي أصبحت كمكمل للإعلام، كما تأثرت بالتقدم التقني والتضخم الاقتصادي وتم توظيف خدمات وكالات الإعلام في مؤسسة واحدة متكاملة، وأصبح الجمهور يفضل الصحافة المتخصصة والخفيفة والمسلية.

وفي الجزائر أول جريدة نشرت هي جريدة المبشر خلال الاحتلال الفرنسي، وهي أيضا الأولى على المستوى العربي فعرفت الجزائر الصحافة بعد عام 1830م بعد دخول فرنسا، وكانت الصحافة في ذلك الوقت أجنبية اللغة والفكر وذو أهداف أجنبية. قامت الإدارة الفرنسية بإنشاء أول جريدة فرنسية عربية سنة 1847 وهدفها هو نشر نصوصها التشريعية الخاصة بها كسلطة مستعمرة، ومن أهم أهدافها القضاء على المقاومة الشعبية، وفي عام 1903م أضاف "فيكتور باروكان" ملحقا باللغة العربية لجريدته الأخبار، وفي نفس السنة قام "ألبرت فونتانا" بإصدار جريدة المغرب باللغة العربية.

في سنة 1905 أصدرت أول جريدة عربية أسبوعية، أما الجرائد الوطنية العربية فلم تنشر إلا في عام 1908 على يد الرسام عمر راسم بجريدته الجزائر، ثم أصدرت جريدة أخرى في وهران وهي الحق سنة

1911، لكن تم توقيف الجريدتين من طرف المستعمر الفرنسي، إلا أن الأمر لم يتوقف هنا بل في عام 1913 تم إصدار جريدة الفاروق، وأيضاً عودة الفنان عمر راسم بجريدة أخرى (نبذة تاريخية عن الصحف الجزائرية).

3-نظريات الصحافة :

أ - نظرية السلطة :

تعتبر أقدم نظرية لأنها ظهرت خلال نهاية القرن 16 م وبداية القرن 17م، ويظهر الأول للصحف، واستمر هذا النظام حتى قيام الثورة الفرنسية، حيث كان تحت يد الحكم الاستبدادي والحكم المطلق والفكر الإقطاعي وأفكار العصور الوسطى التي تأخذ بالحق الإلهي للملوك، و كان الفكر السياسي هو المسير للنظام الإعلامي السلطوي، فالفرد تابع للدولة و كل أمور الدولة تحت يد الحاكم الذي يستمد سلطته من الحق الإلهي (فاروق أبو زيد، 1998، ص 89).

حيث يجب على وسائل الإعلام أن تدعم السلطة و ذلك لتقدم المجتمع ووصول الدولة إلى أهدافها، ويعتبر الإعلام أهم أداة في يد السلطة للوصول إلى أهدافها والضغط و الإقناع، كما تستعمل الصحافة من أجل تحقيق التوازن السياسي والاجتماعي، ونجد دور الصحافة هو دعم السلطة (محمد سعد إبراهيم، 1999 ، ص 52).

إذا الصحافة هي وسيلة من وسائل السيطرة في يد السلطة.

مبادئ هذه النظرية تتمثل في :

- الصحافة تلتزم بتأييد كل ما يصدر عن الحكومة والدفاع عن سياستها .
- يتم تعيين الصحفي من الحاكم و يعين من يشاء ويعتبر ذلك امتيازاً للصحافي، وبالتالي عليه تأييد النظام وإلا سحب منه الامتياز.

- يسمح للأفراد امتلاك الصحف لكن بقاءها واستمرارها يعود إلى قرار السلطة، والسلطة هي التي تقدم الرخص، وتفرض الرقابة على الصحف.
- أما درجة الحرية الممنوحة فيجب أن تحدد من السلطة الحاكمة حيث تكون حسب الحالة السياسية (فاروق أبو زيد ، 1998 ص 88 ، و عماد المكاوي ، 1994 ، ص 66) .

ب - نظرية الحرية :

- رفضت هذه النظرية نظرية السلطة وذلك بفضل التطور الديمقراطي والسياسي والحريات الدينية، واتساع نطاق التجارة، وقبول مبدأ الحرية الاقتصادية .
- وظهرت النظرية إلى الوجود خلال القرن 18م بعد كفاح طويل، وازدهرت في القرن 19م (جيهان احمد رشتي ، ص 89).
- وتطورت الحرية بفضل دعوة المفكرين في عدة دول كبريطانيا "جون لوك"، أمريكا من طرف "جون ميلتون"، وفرنسا من طرف "روسو وفولتير" ومن مطالب ميثاق الحرية خلال الثورة الفرنسية حق كل مواطن أن يكتب ويطلع ما يشاء بكل حرية، إلا ما يخالف النظام العام
- وصدر دستور في الولايات المتحدة الأمريكية بعد نهاية الثورة التحريرية، و تضمن حق كل شخص في التعبير عن رأيه شفاهه أو طباعة أو بأية طريقة أخرى (حسن عماد مكاوي ، 1994 ، ص ص 67، 66).

أهم مبادئ هذا النظام :

- حق الفرد في المعرفة، ولكي يمارس الفرد هذا الحق لا بد من حرية الصحافة دون أية قيود .
- تعدد مصادر المعرفة بتعدد الصحف ذات الاتجاهات المختلفة .
- حق الفرد في إصدار ما يشاء من الصحف دون سماح السلطة الحاكمة .

- عدم فرض الرقابة على الصحف سواء ما كان قد نشر أو ما لحق، فالقضاء وحده يحاسب الصحافة إذا كان هناك أي تجاوز وليس الحكومة (فاروق أبو زيد، 1998، ص 93).

ج - النظرية الاشتراكية :

إن النظرة الاشتراكية تختلف عن النظرة الليبرالية، حيث اعتبرها "لينين" أنها استحواذ من طرف الأغنياء والبرجوازيين، وذلك لقدرتهم في إصدار الصحف وحرمان الفئات الأخرى التي لا تملك هذه القدرة، وبالتالي لا تكون هناك حرية الصحافة.

يرى لينين أنه لضمان حرية الصحافة يجب أن تكون هناك ملكية عامة للبناء الاقتصادي للصحافة في رأسمالها ومطابعها ونشراتها ومنشأتها وشبكة توزيعها، هكذا يمكن لكل مواطن أن يملك حق استخدام الصحافة، وليس فقط حماية الدولة لحق التعبير عما يود المرء قوله (عواطف بن عبد الرحمن، 1985، ص ص 154، 155).

وترى هذه النظرية أنه لا يجب أن يكون التعبير عن المصالح متعارضا، لأن إذا امتد النقاش سوف يشكل خطورة على المجتمع، ولهذا الأخير الحق في ممارسة الرقابة لمنع أو معاقبة كل ما يكون مخالفا للمجتمع الشيوعي، وبالتالي وظائف الصحافة تحدد في إطار تشكيل المجتمع والتحرك نحو الشيوعية والتنشئة الاجتماعية والتعبئة نحو أهداف اجتماعية واقتصادية مخطط لها (محمد سعد إبراهيم، 1999، ص 54).

مبادئ هذا النظام:

- تصوير الصحافة واقع الحياة الاجتماعية دون تشويه هذا الواقع بالتهويل أو التهوين.
- التزام الصحافة بقضايا ومشاكل المجتمع والنظام السياسي، وتلعب دورا في التوعية.

- تركيز الصحافة على النشاطات الجماعية، ولا يتم التركيز على النشاطات الخاصة، وإبراز العلاقة بين الحدث والمجتمع.
- ترفض الاشتراكية كل أنواع الملكية الفردية للصحف، بل تكون هناك الملكية الجماعية للصحف التي تمثلها أحزاب واتحادات ونقابات، هكذا يتحقق طابع الواقعية والالتزام والجماعية (فاروق أبو زيد، 1998، ص 99).

د -نظرية المسؤولية الاجتماعية:

ظهرت هذه النظرية في الولايات المتحدة الأمريكية سنة 1948، وسط ظروف اجتماعية معقدة، منها ارتفاع نسبة التعليم، ازدياد اهتمام الناس بالقضايا العامة كما زادت انتقاداتهم لممارسات وسائل الإعلام (حسن عماد مكاي، 1994، ص 69).

ميل أصحاب الصحف إلى التعبير عن آرائهم السياسية والاقتصادية على حساب الآراء المعارضة، إضافة إلى احتكار ملكية الصحافة، وبالتالي تم اصطدام هذه المشاكل بمفهوم الحرية وتمت المطالبة بالمسؤولية الاجتماعية للإعلام.

وتمتد جذور هذه النظرية إلى النظرية الليبرالية، لكن هذه النظرية أتت ضوابط أخلاقية على الصحافة، وهدف النظرية هو التوفيق بين حرية الصحافة والمسؤولية الاجتماعية في المجتمعات الليبرالية (محمد سعد إبراهيم، 1999، ص 55).

وبالتالي كل حرية تقابلها مسؤولية (جيهان احمد رشتي، ص 93).

كما يجب على وسائل الإعلام خدمة النظام السياسي لأنه تقع عليه مسؤولية تنوير الجماهير بالحقائق والأرقام، كما يجب عليها أن تراقب أعمال الحكومة والشركات والهيئات العامة لصيانة مصالح الأفراد والجماعات في نفس الوقت.

مبادئ هذه النظرية:

- يجب على وسائل الإعلام قبول التزامات معينة للمجتمع ويتم تنفيذ هذه الالتزامات بمعايير مهنية راقية، لنقل المعلومات كالحقيقة، الدقة، الموضوعية والتوازن.
- التنظيم المهني لوسائل الإعلام في إطار القوانين والمؤسسات القائمة لقبول هذه الالتزامات و تنفيذها .
- يجب على و سائل الإعلام تجنب ما يؤدي إلى الفوضى والعنف في المجتمع .
- تعدد وسائل الإعلام وحق الأفراد في الرد والتعليق على مختلف وجهات النظر (محمد عبد الحميد، 2000، ص 344 ومحمد حسام الدين، 2003، ص 61).
- هذه النظرية تنكر وجود الحرية ومصالح المجتمع، وضرورة وجود التزام ذاتي من جانب الصحافة بمجموعة من الوثائق الأخلاقية.
- دور وظيفة الصحافة هو اجتماعي وذلك بتقديم البيانات عن الأحداث (فاروق أبو زيد، ص 95 وحسن عماد مكاوي، ص 71).

4- وظائف الصحافة المكتوبة:

إنه من غير الممكن تحديد وظائف الصحف والخدمات التي تقدمها للفرد، وذلك بسبب تعدد مواضيعها واختلاف الشرائح التي تكتب لها، ورغم ذلك فهناك محاولات لتحديد وظائف هذه الصحف، ونأخذ على سبيل المثال تقسيم "لاسويل" حيث حدد في أواخر الأربعينيات ثلاث وظائف وهي مراقبة البيئة، العمل على ترابط المجتمع، ونقل التراث الثقافي وأضاف إلى ذلك وظيفة التسلية والترفيه.

وبالتالي أصبحت الصحافة مؤسسة اجتماعية وهذه بعض الوظائف التي تهدف الصحافة المكتوبة لتحقيقها:

أ - الوظيفة الإخبارية:

أصبح تسابق الحصول على الأخبار والبحث عنها ونشرها معيار الإعلام المعاصر، وذلك لما للأخبار من أهمية من الناحية المعرفية، وإلا ما فهمنا ما يجري في العالم الذي نعيش فيه (محمد سيد محمد، 1986، ص 31).

إنها وظيفة أساسية تقوم بها حيث تجعل الفرد دائم الاتصال بمحيطه، وذلك بواسطة الإرسال وتلقي المعلومات وتزويده بمجموعة من المعطيات.

و حسب "فرانسيس بال" فهذه الوظيفة تساعد الفرد على كشف ذاته، وتكون له خيارات وإمكانية التغيير أكثر فعالية (فريال مهني ، 2002 ، ص 44) .

ب - وظيفة الترفيه والتسلية:

فنلاحظ في الصحف مجموعة من الألعاب والكلمات المتقطعة، الألغاز، القصص، الكاريكاتوريات وتحقيقات صحفية... الخ، وهي تخفف العبء عن النفس والعقل، كما أدى ذلك إلى ظهور الصحافة الشعبية، و أدت زيادة الدخل الإعلاني لصحف خفض ثمن بيعها، وأيضا خفض قيمة الاشتراكات وأدى هذا التطور إلى ظهور المنافسة بين الصحف، واستحداث صحف جديدة لجذب اكبر عدد ممكن من الجمهور (فاروق أبو زيد 1998، ص 66) .

ج - الوظيفة الاقناعية :

تعتمد الصحافة المكتوبة على أساليب اقناعية وذلك من اجل الوصول إلى النتائج المخطط لها، وذلك يتم بالتركيز على الواقع وإظهاره كما يراه الجمهور ودون تزيفه أو تغييره، وهو ما يسمى بالأمانة (لبيض ليندا ، 2001 ، ص 72) .

فالإقناع لا يجب أن يعتمد على الأسلوب العقلي فقط بل أيضا على الأسلوب العاطفي، والإيحاء الغير مباشر (معجم المصطلحات، 1994).

وهذا بهدف التغيير في السلوكيات السلبية عند الأفراد والتأثير فيهم.

د -الوظيفة التاريخية:

إن الصحافة أصبحت تقوم بتسجيل وقائع الحياة الاجتماعية، ولهذا أصبحت مصدرا تاريخيا (فاروق أبو زيد 1998، ص 67).

ن -الوظيفة التثقيفية:

لم تبق الصحف في الوظيفة الإخبارية بل خصصت مساحات للتثقيف، وذلك بغرض إشباع رغبة القارئ وبناء مجتمع متحضر ومتقف، وتسمح للفرد بالتعرف على كل ما يدور حوله من أحداث نسبية. فهذه الوظيفة مهمة جدا حيث إنها تنمي وتطور ثقافة الفرد وتسمح له بمعايشة التطورات التي تحدث في مجتمعه، واكتسابه مهارات اجتماعية والتمسك بالعادات والتقاليد والقيم الاجتماعية التي تحدد الهوية.

هـ -الوظيفة الاستشارية:

فالصحافة اليوم لا تعتمد فقط على نقل الأخبار و الوقائع الاجتماعية، بل تعدت ذلك إلى إبداء الرأي الخاص بهم على ما يحدث حولهم (زهير احداان ، 1993 ، ص 91) .

5-أنواع الصحف :

هناك عدة أنواع من الصحف وذلك حسب النظام الإعلامي والسياسي الذي تعيش فيه وهي كالتالي:

1-5 من حيث التخصيص: تنقسم إلى:

أ -الصحف العلمية: تهتم بكل ما هو جديد في المجال المعرفي والعلمي والتكنولوجي، وتقوم بمتابعة التقدم العلمي والحضاري.

ب -الصحافة المالية والاقتصادية: والتي تهتم بالمجال المالي والاقتصادي، كما تهتم بالمشكلات

التمويلية ودراسة التضخم المالي والعلاقات الاقتصادية بين الدول، والاهتمام بالبطالة.

ج -الصحف السياسية: وتهتم هذه الصحف بالمجال السياسي سواء الدولي أو المحلي، كما لها

ميولات إيديولوجية، وانتماء إلى جماعات تؤيدها.

2-5 من حيث الملكية: فهناك صحف عامة تابعة للحكومة وصحف خاصة تابعة للقطاع الخاص

وهي مستقلة.

3-5 من حيث الانتشار: حيث هناك نوعان:

أ -الصحف المحلية: التي تهتم بمنطقة جغرافية محددة.

ب -الصحف الوطنية: فهي تشمل كل الوطن حيث يتم توزيعها في كل أرجاء الوطن، وتتكون على

العديد من المواضيع منها الأخبار المحلية والوطنية والدولية، الفن، الثقافة الرياضة...الخ.

ج -صحف أسبوعية أو شهرية: التي يطلق عليها اسم المجلات (زهير احداث، 1993،

ص 91).

6- أهم الصحف الجزائرية : و تتمثل في :

1- الخبر اليومي

2- الشروق الجزائرية

3- النهار الجديد

4- الفجر

5- الشعب

6- المساء

- 7- النصر الجزائرية
- 8- صوت الأحرار
- 9- آخر ساعة
- 10- الجزائر نيوز
- 11- وقت الجزائر
- 12- البلاد
- 13- الهدف
- 14- الشباك
- 15- الخبر الرياضي
- 16- Le quotidien de Kabylie
- 17- Liberté
- 18- El Watan
- 19- El moudjahid
- 20- L'expression
- 21- Le soir d'Algérie
- 22- Dz foot
- 23- Le buteur
- 24- Compétition

(أهم الصحف الجزائرية، 2014).

7- خصائص الصحافة المكتوبة:

- الصحافة المكتوبة تمثل الجرائد والمجلات، وهي وسيلة اتصال مطبوعة دورية تختلف عن المطبوعات الأخرى غير الدورية كالكتب والملصقات والنشرات... الخ.
- الصحافة المكتوبة كوسيلة اتصال تتضمن مزايا ونقائص، حيث إنها الوسيلة الوحيدة التي لا تحظى بالصوت الإنساني، وهذه الميزة تمثل نقص بالنسبة لهذه الوسيلة.
- الصحافة المكتوبة هي الوسيلة الوحيدة التي تمكن القارئ من الاستمرار في القراءة أو التوقف والرجوع للصفحات السابقة أو متابعة القراءة، وقراءتها عدة مرات وفي أي وقت وفي أي مكان.
- الصحافة المكتوبة تتطلب من القارئ الجهد للقراءة، ويمكن أن تكون لدى البعض عقبات نفسية كما تحتاج إلى خيال مستمر ومتصل، وقراءة ما بين السطور وفهم المعاني... الخ.
- والصحافة المكتوبة يتم استخدامها من طبقة معينة في المجتمع، وهم الذين يعرفون القراءة والكتابة مما يحرم الأميين منها (أشرف صالح محمود، 2004، ص 126).
- تعتبر من أقدم وسائل الإعلام.
- تختلف من حيث الصدور، فهناك اليومية، الأسبوعية الشهرية، صباحية، مساءية.
- تصدر بلغات مختلفة حسب مكان تواجدها، ولكل صحيفة أيديولوجيتها.
- وهي من وسائل نقل المعلومات إلى الجمهور.
- التنوع، وذلك يظهر في التغطية الشاملة لكافة الأخبار السياسية، الثقافية، الاقتصادية، الاجتماعية، الرياضية... الخ.
- الإشهار هو أهم مصدر دخل لكل الصحف (عباسة جيلالي، 2001، ص 135).

8-لمحة تاريخية عن الصحافة السمعية:

تطور الراديو عبر تجارب ونظريات مختلفة فقد توصل الأمريكي "جوزيف هنري **Joseph Henry**" والفيزيائي البريطاني "مايكل فرادي **Mecheael Faraday**" إلى أهم نظريات في أوائل القرن م19، وقد قاما بتجارب حول المغناط الكهربية، وتوصلا إلى نظرية مفادها أن مرور التيار من سلك يمكن أن يؤدي إلى مروره إلى سلك آخر، رغم أن السلكين غير متصلين و هي تسمى نظرية الحث.

وفي عام 1846 شرح الفيزيائي البريطاني "جيمس كليرك ماكسويل **Jemesclerk Maxwell**" النظرية، بافتراضه وجود موجات كهرومغناطيسية تنتقل بسرعة الضوء.

أما في عام 1880 أثبت الفيزيائي الألماني "هينريتش هرتز **Heinrich Hertz**" بتجاربه صحة نظرية ماكسويل، وفي 1895 قام المخترع الايطالي "غولييلمو ماركوني **Guglielmo Marconi**" بجمع كل الأفكار والنظريات السابقة إلى أفكاره الخاصة، وقام بإرسال أول إشارة اتصال بموجات الراديو عبر الهواء عام 1895 باستعماله الموجات الكهرومغناطيسية، وأرسل شفرات رقمية لمسافة تزيد على 1.5 كم، وفي عام 1901 حقق أول إرسال للإشارات الشفوية عبر المحيط الأطلسي بين إنجلترا ونيو فنلندا.

وفي بداية القرن 20م طور المهندسين الكهربائيون أنواعا مختلفة للصمامات التي تسمح في كشف وتضخيم إشارات الراديو، وقد حصل الأمريكي "لي دي فورست **Lee De Forest**" عام 1907 على براءة اختراع صمام اسمه الثلاثي يستطيع تضخيم إشارات الراديو، وهو العنصر الأساسي في مستقبل الراديو.

في عام 1906 قام الفيزيائي "ريجينالد أبري فسندين **Reginald Aubrey Fessenden**" وهو أستاذ بجامعة بيتسبرغ **Pittsburgh** بالتحدث بواسطة موجات الراديو من بران تروك في ماساتشوستس **Massachusetts** في أمريكا إلى سفن البحر في المحيط الأطلسي، وقام المخترع الأول

"الدوين ارمسترونج **Edwin Armstrong** " في تطوير مستقبلات الراديو، وفي 1981 طورت الدائرة المغايرة الفوقية من أجل تحسين الاستقبال في المذياع، وهي لا تزال تستعمل حتى اليوم ذات قدرة اختيارية عالية، وفي 1933 طور البث الإذاعي بتضمين التردد، وقد ساهم اللاسلكي في ذلك الوقت في إنقاذ العديد من البحارة الأمريكيين، وفي الثلاثينيات ابتدأ الاستعمال الواسع للراديو في حالات الاستعجال من طرف الطيارين والشرطة والجيش.

في عام 1910 بدأ البث التجريبي الإذاعي حيث قام **لي دي فورست** بنقل برنامج من مسرح غنائي في مدينة نيويورك. وبدأت خدمات البث الإذاعي في الدول حيث إن في العشرينيات من القرن العشرين ظهرت المحطة التجارية الأولى في مدينة ديترويت الأمريكية ابتداء من 20 أوت 1920 بدأت البث بشكل منتظم، ومحطة إذاعية تجريبية في مدينة بتسبيرج الأمريكية (**المذياع نبذة تاريخية، 2009**).

وبدأت نسبة ارتفاع أجهزة الراديو و البث الإذاعي من سنة إلى أخرى في العالم، ففي بداية الألفية الثانية بينت دراسات اليونسكو أن هناك حوالي 20 ألف محطة راديو في العالم وأكثر من بليون جهاز راديو عند الأفراد، وهذا ما يدل على أن الراديو لم تتأثر بظهور التلفاز، وذلك يعود إلى سهولة استعماله وهبوط ثمنه مقارنة بالأجهزة الأخرى، كالتلفاز والانترنت إضافة إلى إمكانية استعمال الراديو في أي مكان وسهولة حمله (**community radio handbook , p 1**).

بدأ تاريخ البث الإذاعي في عشرينيات القرن العشرين، ووصل ذروتها في ثلاثينيات وأربعينيات القرن نفسه. أما التلفزيون التجريبي الذي كان محل دراسة قبل الحرب العالمية الثانية، فقد بدأ العمل به في أواخر أربعينيات القرن العشرين، وانتشر على نطاق واسع في خمسينيات وستينيات القرن العشرين، ليحل محل الراديو إلى حد كبير ولكن ليس تمامًا.

أما في الجزائر كانت الراديو تابعة للحكومة الفرنسية في أواخر القرن العشرين وكانت موجهة إلى الأقلية الأوروبية الموجودة في الجزائر، وفي سنة 1945م أعطيت بعض الامتيازات للجزائريين للإذاعة وتكون

من 3 أعضاء جزائريين وثلاثة أوروبيين و6 شخصيات لها اهتمام بشؤون الإذاعة و6 ممثلين عن الموظفين والعمال التابعين للإذاعة.

بقيت الإذاعة الجزائرية تبث بالفرنسية، وارتأت فرنسا إلى إنشاء قناة باللغة العربية في 1943م وأخرى بالقبائلية في عام 1948 م، وذلك للاتصال بالجزائريين والتأثير فيهم (مجلة الشاشة الصغيرة، 2001، ص 11).

وفي عام 1956م تم تأسيس إذاعة صوت الجزائر في تونس وتبلغ مدة برامجها 15د والتي لها تأثير كبير على الجزائريين، وهدف هذه الإذاعة هو الوقوف ضد الاستعمار وإقناع الرأي الدولي بشرعية وعدالة القضية الجزائرية.

ظلت الإذاعة والتلفزيون بين أيدي المستعمر، خاصة بعد مفاوضات إيفيان أين قامت السلطات الفرنسية بإبقاء السيطرة على بعض المؤسسات الاستراتيجية في البلاد.

في يوم من الايام أتى ضابط من جيش التحرير الوطني ليخبر المدير الفرنسي أنه معين لمراقبة نشرة الأخبار وهذا ما لم يتقبله المدير وخرج مع طاقمه، تم بالتالي على المستويات العليا بإصدار قرار استرجاع الإذاعة والتلفزيون، وقام فريق من الجيش الوطني الشعبي باحتلال موقع الإذاعة والتلفزيون ونزع العلم الفرنسي واستبداله بالعلم الجزائري (موقع التلفزيون الجزائري).

وتم استرجاع الإذاعة والتلفزيون في 1962/10/28، بعد ذلك تم تحويل الإعلام الثوري إلى الإعلام الموجه رغم أنه في البداية هناك نقص في الإمكانيات والوسائل، إلا أنها استطاعت أن تفرض نفسها (زهير احدين، 1991، ص 98).

في ذلك الوقت هناك التمييز بين نوعين فهناك وسائل الإعلام تخضع في تسييرها لوزارة الإعلام، وبعضها تخضع لجبهة التحرير الوطني، ولكن في 1967م صدر مرسوم في 19/10/1967 تم وضع وسائل الإعلام تحت إشراف الدولة وتخضع لوزارة الإعلام وفي 11/11/1967 أصدر مرسوم آخر باعتبار

الإذاعة والتلفزيون مؤسسة عمومية ذات طابع صناعي وتجاري، وتتميز بالشخصية المعنوية واستقلالية مالية، وتحتكر بث البرامج الإذاعية والتلفزيونية.

بقيت تسمية مؤسسة الراديو والتلفزيون ولهما نفس الميزانية حيث وصلت حتى 70% عام 1974. فالاهتمام الأول كان حول الراديو، ففي سنة 1966م تم إنشاء محطتين للإرسال واحدة في وهران والأخرى في قسنطينة، وارتفع عدد أجهزة الراديو بسبب استيراد الدولة للأجهزة، وترتفع قوة الموجات من سنة إلى أخرى (زهير احdden، 1991 ص 106، 108).

9- خصائص الإذاعة:

- الإذاعة هي أوسع وسائل الإعلام انتشارا، لأنها تستطيع الوصول إلى الجمهور بدون أي عقبات سواء جغرافية أو أمنية أو قيود سياسية، وتقدم الإذاعة لمستمعيها مختلف البرامج والبرورتاج والإعلانات والأغاني والحصص... الخ دون أن تعيق الفرد في انشغالاته.
- ويمكن تهيئة ذهن المستمعين وخلق جو نفسي لتلقي الأخبار والمعلومات بتقديم الموسيقى والمؤثرات الصوتية.
- كما أن تكلفة الراديو أرخص مقارنة بوسائل الاتصال الأخرى: الصحف، المجلات، التلفزيون... الخ تقوم بتجميع الجمهور حول رأي معين وجذب اهتمامه للمسائل العامة، خاصة في أوقات الأزمات.
- تعتبر وسيلة مهمة للتنمية، وذلك بتقديم المعلومات المختلفة خاصة لدى المناطق النائية التي تقل فيها أجهزة التلفزيون أين تنتشر الأمية ويهتمون بالكلمة المنطوقة.
- لا تتطلب التفرغ الكامل للفرد كباقي الوسائل، كما لا يشترط القراءة والكتابة، ويساعد على تنمية القدرات الذهنية والتصورات وتنمية المخيلة (محمد منير حاجب، 1998، ص ص 246، 247).

- النظام الإذاعي يتأثر بالظروف المحيطة بالمجتمع سياسية، اقتصادية، اجتماعية، ثقافية، تاريخية، دينية... الخ كما يعكس شخصية المجتمع و يعبر عن فلسفته وأهدافه وطموحاته، كما يعكس الهوية الثقافية (إبراهيم عبد الله المسلمي ، ص 331).
- الإذاعة تحظى بالصوت الإنساني وتعتبر هذه النقطة مصدر الفعالية والجاذبية.
- الصحافة السمعية لا تعطي المجال للمستمع في التوقف والعودة من جديد إلى نفس الفكرة أو الرجوع لما سبق أو سماعها عدة مرات، وفي أي وقت وهذه النقطة هي نقطة ضعف التي لا يمكن للمستمع فيها إعادة النظر في تفاصيلها.
- الصحافة المسموعة أو الراديو لا تتطلب مجهودا من المستمع وهذه نقطة قوة لها.
- الصحافة المسموعة هي موجهة لكل شرائح المجتمع ويفهمها الكل (أشرف صالح، ص 126).

10- الأنظمة الإذاعية في العالم: فقد قسمها سيندي هيد Sydney Head إلى:

أ -النظام الإذاعي في دول الرأسمالية: وتمثله دول أمريكا الشمالية، أوروبا الغربية، اليابان، استراليا ونيوزيلندا ويسود في هذا النظام هنا النمط التجاري، وينظر إلى الإعلام باعتباره سلعة قابلة للبيع والشراء (أشرف صالح، ص ص126، 334).

ب -النظام الإذاعي في الدول الاشتراكية: تمثله دول أوروبا الشرقية، الاتحاد السوفيتي سابقا حيث تقوم بوظيفة سياسية. الدولة هي التي تتولى تمويلها والسيطرة عليها، وذلك لخدمة أهدافها وأفكارها الشيوعية، فهي تطبق قول لينين الذي يقول إن الراديو صحيفة بلا ورق وبلا حدود.

ج -النظام الإذاعي في دول العالم الثالث: كآسيا، إفريقيا وأمريكا اللاتينية فقد تأثرت الأنظمة الإذاعية فيها بالأنظمة الغربية من حيث هياكل التنظيم والقواعد غير المكتوبة، وأساليب الإنتاج والقيم التي تعكسها البرامج، ويرجع الأمر إلى نقل ذلك عن طريق التدريب وخبراء الأجانب.

وتكون الإذاعات في هذه المناطق تحت إشراف الدولة أو النظام التجاري في الملكية والسيطرة أو إشراف هيئات عامة أو تجمع أكثر من نظام (حسن عماد مكاوي، 1994، ص 91).

11- العوامل التي تؤثر في العمل الإذاعي:

أ - **طبيعة الإذاعة كوسيلة إعلامية:** وذلك في توزيع الترددات، ساعات الإرسال وقوة أجهزة الإرسال مما يؤدي إلى تدخل الحكومات لضبط كل هذه العوامل.

ب - **الأوضاع السياسية:** وذلك في تمرير الحكومات خطاباتها ودعاياتها وتوجيه الإذاعة والمساهمة في تمويلها، وذلك يؤدي إلى قيد الإذاعة وخدمة النظام السياسي.

ج - **الأوضاع التعليمية والثقافية:** تدفع الأمية إلى استعمال الإذاعة مختلف الوسائل من أجل التعليم والتثقيف.

د - **الأوضاع الاقتصادية:** التي ترتبط بالتعليم وذلك كلما زاد العلم والوعي أدى ذلك إلى زيادة الإنتاج وتطور النظام الاقتصادي الذي يؤدي بدوره إلى زيادة الصناعة الإعلامية، وبالتالي أجهزة الإرسال.

هـ - **عامل اللغة:** إن تعدد اللهجات يعيق الأداء الإذاعي وبذلك من الصعب إرضاء جميع المستمعين (إبراهيم عبد الله، ص 323).

و - **العامل الديني:** وذلك عندما تقوم الدولة بفرض الاعتماد على دين واحد متجاهلة الأقليات الدينية الأخرى باستخدام دين واحد للنظام الإذاعي لدولتهم، على عكس الدول التي تسمح بالحرية الدينية.

ي - **التمويل:** النظام الإعلامي هو الذي يحدد طريقة التمويل إما حكومي كالدول الإفريقية والآسيوية، أو إعلانات ودعم تجاري ومؤسسات صناعية كالولايات المتحدة الأمريكية وبعض الدول الجنوبية، أو رسوم الرخص التي تعتمد عليها الدول الأوروبي (جيهان احمد رشتي، 1979، ص 19).

12- وظائف الإذاعة:

- هناك العديد من الدراسات في العالم أثبتت أن الراديو ما زال ينافس التلفزيون، وذلك لتحقيق بعض الوظائف التي تعجز التلفزيون على تحقيقها.
- الراديو يحقق إيقاع أو نغمة معينة للنشاط اليومي، وذلك لما يتناسب الفرد صباحا قبل أن يخرج للخارج، ويساعد على خفض التوترات التي يعيشها الفرد وروتين العمل اليومي والشعور بالعزلة.
- فالإذاعة مورد سياسي و اقتصادي ومورد تربوي ومحرك ثقافي، وأداة تكنولوجية (المسؤولية الأمنية للمرافق الإعلامية في الدول العربية، 1986، ص 156) .

أ - **الوظيفة السياسية:** تساعد في التنشئة السياسية وغرس قيم سياسية حسب النظام الحاكم، وإيصال رسائل إعلامية تهدف إلى دعم النظام والشخصية الوطنية، وترسيخ الوحدة الوطنية في الدولة، وهي كأداة وسيطة بين الحكومة والشعب.

ب - **الوظيفة الاقتصادية:** وذلك بتقديم برامج أو إعلانات من أجل ترويج منتج أو سلعة أو خدمة معينة، التي تساهم على رفع مدخولاتها كما تلعب دور الرقيب لمختلف المشاريع الاقتصادية، وتلعب دور مهم في المناطق النائية، وذلك بإخراجها من العزلة وتقديم برامج تنموية من أجل تحسين وضعيتهم وهي مسؤولة عن التنمية الريفية وإنعاش الزراعة والفلاحة.

ج - **الوظيفة التربوية والثقافية:** وذلك بتشجيع التعليم واكتساب المعارف والمهارات والخبرات التي تساعد على الرقي بالسلوك الفردي والجماعي، كما تقدم برامج تثقيفية وتعليمية والجمع بين التثقيف والترفيه، وبالتالي تساهم في تطوير الملامح الحضارية في المجتمع (عدلي سيد محمد ، ص 146).

د - الوظيفة الاجتماعية: تخدم المجتمع وذلك بترسيخ قيم المجتمع وحضارته وعقيدته والتراث والعادات والتقاليد والرفي بالفكر والسلوك، وتقويم السلوك الاجتماعي الفردي، كما تتحدث عن مشاكل المجتمع ومحاولة إيجاد حلول لها، وهي كوسيط بين شكاوى المواطنين والمسؤولين.

13- أنواع الإذاعات :

تصنف حسب قوة إرسالها أو حسب المجال الجغرافي وهي أربعة:

أ - الإذاعة المحلية: وهي تبث برامج إلى جمهور منطقة محددة، متقارب من الناحية الاجتماعية والثقافية، مثلاً سكان قرية واحدة أو مجموعة من القرى المتقاربة أو مدينة كبيرة...الخ.

ب - الإذاعة الإقليمية: حسب عبد المجيد شكري تخاطب مجموعة داخل إقليم طبقاً للتقسيم الإداري للدولة، فقد يفصل بين الأقاليم حاجز أو أكثر، كحاجز اللغة والدين وحواجز جغرافية مما يجعل كل إقليم مستقلاً بحد ذاته، وبالتالي نجد أن الإذاعة الإقليمية تتواجد في عاصمة الإقليم تخاطب أفراد الإقليم كله، وفي نفس الوقت نجد في كل إقليم مجتمعات محلية يمكن إنشاؤها إذاعات محلية صغيرة.

ج - الإذاعة الوطنية: وهي تكون في عاصمة الدولة، ولها شدة البث قوية تغطي كل الدولة وتخاطب غالبية المواطنين، وتقدم الكل دون التفصيل لاختلاف الاهتمامات والثقافات والتقاليد (عبد المجيد شكري، 1987، ص 58).

د - الإذاعة الدولية: توجه من داخل دولة أجنبية إلى دولة معينة وبنفس لغة الدولة الموجهة إليها، ويكون الإرسال على موجة ذات طول معين، أما قوة الإرسال تتوقف على أجهزة المحطة (عدلي سيد محمد ، ص 146).

14- أهم فضاءات الإذاعة في الجزائر نجد:

- 1- القنوات الأولى وهي قناة إذاعية عامة.
 - 2- القناة الثانية الناطقة بالأمازيغية.
 - 3- القناة الثالثة الناطقة بالفرنسية.
 - 4- إذاعة الجزائر الدولية وهي إذاعة إخبارية بدأت بالبث عام 2007.
 - 5- إذاعة القرآن إذاعة دينية.
 - 6- الإذاعة الثقافية.
 - 7- إذاعة نت والتي تبث عبر الموقع الإلكتروني الرسمي للإذاعة الجزائرية.
- أما الإذاعات المحلية فنجد إذاعة البهجة لسكان الجزائر العاصمة، وقناة متيجة للولايات المحاذية للجزائر العاصمة، البليدة بومرداس تيبازة، أما الآن فكل الولايات تقريبا لديها إذاعة محلية تقدر ب 46 إذاعة.
- لكن هناك إذاعات خارج الفضاء العمومي الجزائري، ولا تخضع للقانون الجزائري وهي ذات ملكية خاصة وهي:
- قناة خليفة تي في 2002 ولكن أوقفت في 2004 .
 - إذاعة بور أف أم تبث بلغتين الأمازيغية والعربية في باريس .
 - إذاعة بربر تي في تبث بلغة أمازيغية وفرنسية عام 2000.
 - قناة الجزائر على موقع اليوتوب وهي معارضة للسلطة.
 - الشروق تي في بدأت في 2011 في العاصمة الأردنية.
 - راديو كلمة الجزائر معارضة.

15- مهنة الصحافة في القانون الجزائري:

- **تعريف قانون الإعلام:** هو قانون ينظم حماية المعلومات الشخصية والعامة والاتصالات ويشكل بذلك جزءا من الحقوق العامة والقانون المدني والقانون الجنائي وينقسم هذا القانون إلى الحقوق الملكية الفكرية التي تنتمي إلى القانون المدني وحقوق البث والنشر والاتصالات التي تنتمي إلى القانون الإداري.
- فقانون الإعلام بمعناه التقليدي يقتصر في حرية دور النشر والبث من الصحافة والإذاعة والتلفزيون وصناعة السينما أما معناه الجديد فأضيفت إليه الانترنت والمليديا.
- كما يهتم قانون الإعلام بتنظيم حقوق وأهداف الإعلاميين وتكون الاتصالات تتمتع بحرية في الاستخدام وتضمن تعددية الآراء وحرية الفكر وحماية مستخدمي وسائل الإعلام وحماية الملكية الفكرية كما يهتم بحق الاتصالات من الناحية التقنية للاتصالات التي تنتقل عن طريقها المعلومات وتؤثر تلك الإطارات بإطار المليديا وتتداخل فيها (حمداوي جابر مليكة، 2012).

- التشريع الإعلامي عموما في القانون الجزائري:

- إن الجزائر قبل الاستقلال كانت تحت ظل قوانين وتنظيمات الاستعمار واستمر ذلك إلى غاية استرجاع سيادتها الوطنية في 1962 فظلت تطبق القوانين الفرنسية إلا ما يتنافى مع السيادة الوطنية ويتناقض مع الهوية الوطنية وظل ساري المفعول إلى غاية سنة 1975 وظل بالتالي قانون الإعلام يمشي بتشريعات القوانين الفرنسية.

قانون الصحفي 1968:

- بعد 19 جوان 1965 عرف القانون الجزائري فراغا كبيرا وفي هذا الظرف ظهر قانون الصحفي الذي اشتمل على سبعة فصول وهي: تعريف الصحفي المحترف، واجباته، إجراءات التوظيف، الراتب، المكافأة الترقية، الترخيص، أخلاقيات المهنة والبطاقة المهنية.

إلا أن هذا القانون اعتبر أنه ناقص في عدة جوانب فقد أعطى أهمية كبيرة للواجبات والعقوبات على حساب الحقوق والحرية كما ظل هذا القانون محدودا في حركته بين ثلاثة هيئات رسمية وهي الحزب، الحكومة والنقابة التي تقوم بتعيين كبار المسؤولين ومديري الأجهزة الإعلامية المختلفة وتم التحكم في مدخولات ومخرجات المؤسسات الإعلامية .

قانون الإعلام 1982:

وجاء هذا القانون لملء الفراغ القانوني في الإعلام الجزائري، خاصة بعد التغيرات التي عرفها المجتمع الجزائري منذ 1962، والنظام السياسي المتمثل في الحزب الواحد والنظام الاشتراكي حيث صدر هذا القانون في 6 فيفري 1982 بعد المصادقة عليه من طرف المجلس الشعبي الوطني في ديسمبر 1981، فهو أول قانون الإعلام منذ الاستقلال وقد تم التركيز فيه أكثر على واجبات الصحفي واعتمد على مبدأ احتكار الدولة لوسائل الإعلام بواسطة وزارة الإعلام والحزب، واعتبار قطاع الإعلام من قطاعات السيادة الوطنية وهو التعبير عن إرادة الثورة، كما يترجم مطالب الجماهير الشعبية ويعمل على تجنيد وتنظيم كل القوى لتحقيق الأهداف الوطنية، تم من خلال هذا القانون إقرار مبدأ الحق في الإعلام فنصت المادة الأولى على أن "الإعلام قطاع من قطاعات السيادة الوطنية " والمادة الثانية تشير إلى "الحق في الإعلام حق أساسي لجميع المواطنين وتعمل الدولة على توفير إعلام كامل وموضوعي " (الجريدة الرسمية، 1982 ، ص 242، 255).

إلا أن هذا القانون انتقد واعتبره الصحفيون قانون العقوبات كما كرس هذا القانون هيمنة وسيطرة الدولة ووزارة الإعلام وحزب جبهة التحرير الوطني والمنظمات الجماهيرية التابعة له على وسائل الإعلام والإعلان من المواد (24) إلى (32) كما خصص هذا القانون (43) مادة للإجراءات العقابية ضد الصحفيين لذلك سمي بقانون العقوبات كما يتم تطبيق قانون العقوبات على جرائم النشر وليس قانون الإعلام رغم الخصوصية التي يعرفها العمل الإعلامي ولا توجد فيه سوى مادة واحدة وهي المادة (45)

التي أشارت إلى "حرية الصحفي في الوصول إلى مصادر المعلومات" إلا أن هذه المادة لم تطبق في أرض الواقع (حمدوي جابر مليكة، 2012).

أما محاور هذا القانون فتشمل سبعة محاور وهي:

- ملكية إصدار الصحف. مؤكدة احتكار الدولة والحزب لملكية إصدار الصحف في المواد (12، 14، 15، 24، 60، 61)، حق ممارسة مهنة الصحافة، مبادئ وأهداف الرسالة الإعلامية، حق المواطن في الإعلام، حق النقد، الرقابة والتوجيه.

- الواجبات والعقوبات: فجاء في المادتين (42) و(43) أنه يوجب على الصحفي ممارسة مهنته ضمن منظور عمل نظامي في خدمة الاختيارات التي تتضمنها النصوص الأساسية للبلاد، الاحتراس من إدخال أخبار خاطئة ونشرها، عدم الاستفادة الشخصية المادية من التعاون الصحفي مع المؤسسات، احترام مبادئ الأخلاق المهنية والمسؤولية الاجتماعية أي سرّ المهنة، السعي من خلال العمل إلى السمو لتحرير الإنسان ونشر السلام والتعاون والمساواة والعدالة بين الشعوب.

أما المادة (71) فأشارت إلى تحمل المسؤولية كل ما يكتب من طرف مدير كل المؤسسات سواء مكتوبة أو سمعية بصرية.

أما من حيث حقوق الصحفي فجاءت في المادة (40) حق الصحفي في التكوين المهني المستمر، المادة (45) الحق والحرية الكاملة للوصول لمصادر الخبر، أما في المادة (47) جاء فيها رفض تقديم المعلومات للصحفي إذا كانت هذه المعلومات تمس بالأمن الداخلي والخارجي للدولة أو تقشي سر عسكري أو اقتصادي أو مساس كرامة المواطن والحقوق الدستورية (brahimi brahim, 1991, p 24).

وانتقد هذا القانون كونه يفتقر إلى مواد تصون حقوق الصحفي أثناء البحث عن الحقيقة والتي تحميه من الأخطار والمشاكل التي قد يتعرض لها أثناء عمله.

- الجرائم الواقعة بواسطة الصحافة :

خصص قانون الإعلام 1982 حوالي (40) مادة وخصصت 15 منها للمخالفات العامة من المادة (85) إلى المادة 100، بينما خصصت (25) مادة للمخالفات الواقعة بواسطة الصحافة.

ومنها حوالي 20 جريمة أي مخالفات وتتمثل فيما يلي:

-جرائم التشهير: وتتمثل في المادة (109) التي تنص على نشر أي صورة أو هوية أو شخصية القصر، المادة (118) إهانة رئيس الجمهورية، المادة (119) القذف الموجه لأعضاء وقيادات الحكومة والسياسة أو المؤسسات السياسية الوطنية للحزب والدولة أو ممثليها، المادة (122) إهانة رؤساء وأعضاء الدول الأجنبية، والمادة (123) إهانة أعضاء ورؤساء البعثات الدبلوماسية، المادة (124) القذف والشتيم في حق المواطنين.

-جرائم الإفشاء: المادة (105) وهي إفشاء سر من الأسرار العسكرية.

-جرائم الخبر الكاذب: المادة (101) وتتمثل في نشر أخبار خاطئة أو مغرضة من شأنها المساس بأمن الدولة وقوانينها واختياراتها.

-جرائم ماسة بسير العدالة: وتتمثل في المادة (107) كل نشر يمس بأسرار التحقيق الأولى للجنايات والجنح، المادة (110) نشر مناقشات جلسة مغلقة بقرار من الجهة القضائية، المادة (112) المحاكمات العسكرية الممنوعة النشر، المادة (113) استعمال أي جهاز للتصوير عند افتتاح الجلسة القضائية، المادة (114) نشر مداوالات المحاكم والمجالس القضائية، المادة (111) نشر مناقشات محاكمات تتعلق بدعوى إثبات الأبوة أو دعوى طلاق أو الإجهاض.

- جرائم مخلة بالآداب العامة: المادة (106) نشر كل ما يخالف الآداب العامة وحسن الأخلاق.
- جرائم التحريض: المادة (108) تشير إلى كل المواد الواردة في قانون العقوبات وهي (236، 285، 333 و 342)، المادة (116) التحريض على ارتكاب جنايات أو جنح تمس أمن الدولة، المادة (117) نشر كل ما يمكن إلحاق الضرر بالجيش الوطني الشعبي خاصة التحريض على العصيان، المادة (115) الدفاع عن الوقائع الموصوفة على أنها جناية أو اغتيال أو نهب أو حريق أو سرقة أو تدمير بمتفجرات في الأماكن العمومية (الجريدة الرسمية ، 1982 ، ص ص 43،55).
- واعتبر هذا القانون من طرف المتخصصين والصحفيين أنه وثيقة عقابية تعاقب أكثر مما تحمي المهنة الصحفية (Mohemed kirat, 1992 , p 22)
- و في 11 ماي 2000 تم انتخاب المجلس الأعلى لأخلاقيات الصحافة الذي يتكون من تسعة صحفيين تم انتخابهم من قبل زملائهم الصحفيين.
- وهذا المجلس هو هيئة مستقلة تنظيما يعمل من أجل غرس القيم النبيلة للعمل الصحفي، وصون مهنة الإعلام من الاستغلال والتلاعب بمقوماتها، كما يناضل هذا المجلس من أجل حرية الصحافة وحمايتها من المتطفلين والانتهازيين، ومن أهم المواد التي جاءت في ميثاق الشرف للصحفيين الجزائريين ما يلي:
- احترام الحقيقة مهما كانت عواقبها على الصحفي لأن الجمهور له الحق في معرفتها.
- الدفاع عن حرية الصحافة والرأي والتعليق والنقد، الفصل بين الخبر والتعليق.
- الحفاظ على الأسرار المهنية وعدم الإفصاح عن مصادر الأخبار .

يعاقب القانون جريمة القذف والإهانة والتشهير والشتم والتجريح في جميع الأنظمة التشريعية في دول العالم، كما أن حق الإنسان في المحافظة على خصوصيته وكرامته وشرفه وعرضه حق مضمون في جميع الدول والمجتمعات، هذا لا يعني أن الصحفي بإمكانه أن يتعدى ويتجاوز أخلاقيات المهنة، وأن يخرج عن حدود الممارسة الإعلامية المسؤولة والنزيهة، فالحرية بدون مسؤولية تعني الفوضى وتعني المساس والاعتداء على حرية الآخرين، هذا ما لا يقبل به أي صحفي مسؤول وملتزم، كذلك لا يقبل به أي فرد في المجتمع غيور .

- قانون الإعلام لسنة 1990 :

جاء هذا القانون بعد التغير الذي عرفته الجزائر من نظام الحزب الواحد إلى نظام التعددية الحزبية التي أفرزتها أحداث أكتوبر 1988، وعرف هذا القانون تعديل الدستور وإنهاء عهد الحزب الواحد وإعلان التعددية، ونتيجة لذلك حدث تعديل في قانون الإعلام لسنة 1982 وصدر قانون آخر للإعلام وهو قانون سنة 1990، حيث جاء فيه (106) مادة وتسعة أبواب، وعرف التعددية في الصحافة المطبوعة وأبقى على القطاع السمعي البصري في يد الدولة.

حيث في المادة (01 و 02 و 04) تمت الإشارة إلى الحق في الإعلام وهدف القانون هو تحديد القواعد والمبادئ الأساسية لممارسة الحق في الإعلام.

وبلاحظ في هذه المواد تنازل عن العبارات التي تشير إلى احتكار الدولة والحزب لقطاع الإعلام، وفيما يخص ملكية إصدار الصحف جاء في المادة (14) إصدار نشرية دورية حرة، وبالتالي وضع حد لاحتكار الدولة للصحافة فيما يخص الملكية والإصدار والتوزيع (الجريدة الرسمية، 1990، ص ص 2، 4).

-تنظيم النشاط الصحفي:

جاء في المادة (28) وفيه تعريف الصحفي، وعدم إجباره على العمل في الأجهزة الإعلامية التابعة للدولة كما جاء في القانون القديم في مادته (33، 35 و 36) حق الحصول على المعلومات والاطلاع على الوثائق الإدارية، دون الوثائق السرية مثل القانون القديم في مواده (45، 46 و 47).

المادة (37) حق الصحفي في السر المهني إلا أن هذا القانون سمح للسلطة القضائية أن تجبر الصحفيين الكشف عن أسرار مصادرهم في القضايا المعينة وهو ما ورد في القانون القديم في المادتين (48 و 49).

المادة (40) توجب الصحفي احترام الحقوق الدستورية وحريات الأفراد، وتصحيح الأخبار الخاطئة، التحلي بالنزاهة والموضوعية والصدق، والامتناع عن التتويه بالعرقية والعنف، وعن الانتحال والاقتراء والقذف والوشاية، وأيضا الامتناع عن استغلال السمعة المرتبطة بالمهنة لأغراض شخصية أو مادية (الجريدة الرسمية 1990، ص ص 7، 10، 12).

رغم أن القانون كفل للصحفي حق اختيار الصحيفة التي يعمل بها وحق الوصول إلى المعلومات، إلا أنها لم يتم ممارستها في الواقع.

كما خصص المشرع (22) مادة فيما يخص الأحكام الجزائية، وأضاف للقانون السابق المادة (77) التي تنص على سجن من 6 إلى 3 سنوات اعتبارا لمن أساء للأديان السماوية، وفي المادة (81) يعاقب من سنة إلى 5 سنوات سجنا لكل مدير يتلقى إعانات أجنبية، والمادة (82) يسجن من شهر إلى عامين كل من باع الصحف الأجنبية الممنوعة، وفي المادة (83) يسجن من شهر إلى عام من يبيع بالتجول دون تصريح، والمادة (86) يسجن من 5 إلى 10 سنوات كل من ينشر المعلومات التي تمس بسيادة الدولة أو الوحدة الوطنية، كما يعاقب القانون أيضا كل من يهين رئيس الجمهورية والقذف الموجه للأعضاء القيادة السياسية، والحكومة أو إلى المؤسسات السياسية للحزب أو الدولة أو ممثليها، ونشر فحوى المحاكمات العسكرية الممنوعة والتحريض على العصيان (الجريدة الرسمية 1990، ص ص 16، 18).

إلا أن هذه العقوبات لم تطبق في الواقع إلا نادرا.

والملاحظون في قانون الإعلام وجدوا أنه غلبت سمة المنع والعقاب من المادة (77) إلى المادة (99)، حتى أصبح الصحفي يراقب أكثر ما يكتبه، ولا مجال للإبداع حتى لا يخالف القانون (إسماعيل معارفه قالية، 1999، ص71).

تم تعديل قانون العقوبات في 2001 وهو القانون المعدل رقم 01-09 المؤرخ في 26 جوان 2001 ومن أهم التعديلات نجد المادتين (144) مكرر والتي تتضمن عقوبة بالحبس من 3 أشهر إلى اثني عشر شهرا و غرامة من 50000 دج إلى 250000 دج، أو بإحدى العقوبتين فقط، لكل من أساء لرئيس الجمهورية بعبارات تتضمن الإهانة أو السب أو القذف، سواء عن طريق الكتابة أو الرسم أو التصريح أو بأية آلية لبث الصوت أو الصورة، أو بأية وسيلة الكترونية أو معلوماتية أو إعلامية أخرى، والمادة (144) مكرر 1 جاء فيها أنه في حالة ارتكاب الجريمة المنصوص عليها في المادة السابقة بواسطة نشره يومية أو شهرية أو غيرها، فإن المتابعة الجزائية تتخذ ضد مرتكب الإساءة وضد المسؤولين عن النشرية وعن تحريرها، وضد النشرية نفسها، وتكون العقوبة بحبس من 3 أشهر إلى 12 شهرا وبغرامة من 50000 دج إلى 250000 دج أو بإحدى هاتين العقوبتين فقط، وتعاقب النشرية بغرامة من 500000 دج إلى 2500000 دج، أما في حالة العود ستضاعف عقوبات الحبس والغرامة.

وتنص المادة (146) على تطبيق نفس العقوبات الواردة في نص المادة (144) مكرر في حالة ارتكاب نفس الجرائم ضد البرلمان أو إحدى غرفتيه، أو ضد المجالس القضائية أو المحاكم أو ضد الجيش الوطني الشعبي أو أية هيئة نظامية أو عمومية أخرى (الجريدة الرسمية، 2001، صص 6، 26).

- القانون الإعلامي الجديد 2012:

جاء قانون الإعلام الجديد في سنة 2012 كرد من طرف الدولة على نقائص القانون السابق، الذي عمّر أزيد من 22 سنة، إلا أنه لم يتم العمل به كليا، بل تم تعطيل الكثير من مواده والهيئات التي نص عليها،

مثل المجلس الأعلى للإعلام الذي تم إلغائه سنة 1993، رغم ارتياح الإعلاميين له، وأثناء الاضطرابات التي مست الجزائر في العشرية الأخيرة ومن القرن العشرين بادرت الدولة بإصدار تشريعات عديدة أدت كلها إلى التضيق في بعض الأحيان على العمل الصحفي، وهو ما يمس مباشرة بحق المواطن في الإعلام، حيث لا يصبح بوسع الصحف تقديم أخبار كاملة أو الوصول الحر إلى مصادر الأخبار.

وقد تم إسقاط أغلب المواد التي كانت تنص على عقوبات السجن اتجاه الصحفيين عند ارتكاب أخطاء عند ممارسة عملهم في هذا القانون الجديد، وتم تعويض هذه العقوبات بغرامات مالية.

كما قام هذا القانون بتوفير حماية أكبر للصحفيين في علاقته مع رب العمل حيث نص على ضرورة وجود عقد رسمي يوضح واجبات وحقوق كلا الطرفين، كما ألزم على صاحب العمل صراحة باكتتاب تأمين على حياة الصحفي في حالة إرسال هذا الأخير إلى تغطية أحداث تجري في مناطق حروب، أو أوبئة أو كوارث تكون حياة الصحفي بها في خطر داهم ، ولا يحق لصاحب العمل التذرع برفض الصحفي القيام بالعمل بتلك المناطق لمعاقبته.

وصنف القانون الجديد النشريات إلى فئتين وهي نفسها مع القانون 1990 القديم وهي:

-النشريات الدورية للإعلام العام هي كل نشرية تتناول خبرا حول وقائع لأحداث وطنية أو دولية وتكون موجهة للجمهور .

-النشريات الدورية المتخصصة وهي كل نشرية تتناول خبرا له علاقة بميادين خاصة وتكون موجهة لفئات من الجمهور .

أما أنشطة الإعلام حسب هذا القانون فهي: وسائل الإعلام التابعة للقطاع العمومي، وسائل الإعلام التي تنشئها هيئات عمومية، وسائل الإعلام التي تنشئها أحزاب سياسية أو جمعيات معتمدة، وسائل الإعلام التي يملكها أو ينشئها أشخاص معنويون يخضعون للقانون الجزائري ويمتلك رأسمالها أشخاص طبيعيين أو معنويون يحملون الجنسية الجزائرية (الجريدة الرسمية، 2012، ص 3، 6).

- مهنة الصحافة حسب هذا القانون:

المادة (73) نصت على أنه يعتبر صحفيا يتفرغ للبحث عن الأخبار وجمعها وانتقائها أو تقديم الخبر لدى أو لحساب نشرية دورية أو وكالة أنباء أو خدمة اتصال سمعي بصري أو وسيلة إعلام عبر الانترنت ويتخذ من هذا النشاط مهنته المنتظمة ومصدرا رئيسيا لدخله.

ويعد صحفيا محترفا كل مراسل دائم أو له علاقة تعاقدية مع جهاز إعلام حسب المادة (75)، وتثبت صفة الصحفي المحترف بالبطاقة الوطنية للصحفي وهذا ما نصت عليه المادة (76)، كما يمنع الصحفي الذي يؤدي مهنته بصفة دائمة في نشرية دورية أو وسيلة إعلامية أن يؤدي عملا مهما كانت طبيعته لحساب نشرية دورية أخرى أو وسيلة إعلامية أخرى أو هيئة مستخدمة أخرى وهذا ما نصت عليه المادة (77). وتنص المادة (79) على مدير مسؤول نشرية إعلام العام أن يوظف الصحفيين الحاصلين على البطاقة الوطنية للصحفي المحترف بصفة دائمة على أن يساوي عددهم على الأقل ثلث طاقم التحرير وتطبق هذه الأحكام على طاقم تحرير خدمات الاتصال السمعي البصري، دون وسائل الإعلام الالكترونية. وتخضع علاقة العمل بين الهيئة المستخدمة والصحفي إلى عقد مكتوب يحدد حقوق وواجبات الطرفين حسب المادة (80)، وتنص المادة (83) على وجوب تزويد الصحفيين بالأخبار والمعلومات التي يطلبها من كل الهيئات والإدارات والمؤسسات بما يكفل حق المواطن في الإعلام، إلا في الحالات التي ينص القانون خلاف ذلك حسب المادة (84)، وتتضمن المادة (85) السر المهني.

المادة (88) كل عمل صحفي يخضع للموافقة المسبقة لصاحبه كما يستفيد الصحفي من حق الملكية الأدبية والفنية لأعماله (الجريدة الرسمية، 2012، ص ص 9، 10).

- سلطات الضبط في الإعلام:

سلطة الضبط في الصحافة الكتابية: جدد قانون الإعلام للعام 2012 هيئة سماها سلطة ضبط الصحافة المكتوبة وهي سلطة مستقلة تتمتع بالشخصية المعنوية والاستقلال المالي، وهو نفس التعريف الذي حملة قانون الإعلام لعام 1990 فيما كان يسمى آنذاك بالمجلس الأعلى للإعلام. ومن أهم مهامها نشر وتوزيع الإعلام المكتوب في كامل القطر، ضمان نوعية عالية للمحتوى الإعلامي للنشريات وإبراز الثقافة الوطنية المتعددة وتطويرها، دعم النشر باللغتين الوطنيتين، ضمان الشفافية الاقتصادية في إدارة المؤسسات الإعلامية، تفادي احتكار شخص واحد لعدة عناوين أو تأثيره فيها مالياً أو سياسياً أو إيديولوجياً، سن المبادئ التي يتم عليها توزيع الإعانات المالية التي تمنحها الدولة للناشرين، مراقبة مضمون وهدف الإشهار ومدى تقيده بالمقاييس، استلام تصريحات الحسابات المالية للمؤسسات الإعلامية، جمع كل المعلومات الضرورية من الإدارات والمؤسسات الصحفية للتأكد من ضمان احترام التزامات كل منها (الجريدة الرسمية 2012 ، ص ص 6 ، 7).

-سلطة الضبط السمعي البصري:

في الباب الخامس أعلن القانون عن فتح المشهد المرئي والمسموع لمن يلي:

الهيئات العمومية، مؤسسات وأجهزة القطاع العمومي، المؤسسات أو الشركات التابعة للقانون الجزائري. وأحدث المشرع سلطة تختص بإدارة شؤون النشاط السمعي البصري إلا أنه لم يحدد تركيبها ومهامها حيث نصت المادة (65) على أن مهام وصلاحيات سلطة الضبط السمعي البصري وكذا تشكيلتها وسيرها

بموجب القانون المتعلق بالسمعي البصري. وفي المادة (66) نص القانون على حرية ممارسة الإعلام عن طريق الإنترنت شريطة إيداع تصريح مسبق دون تحديد الجهة المحولة باستقبال التصاريح المسبقة، والمعلومات الواجب ظهورها في الطلب ولا الآجال، وإعداد بتحديد كيفية تطبيق المادة عن طريق النظم (الجريدة الرسمية، 2012، ص 8).

نشاط الإعلام عن طريق الصحافة المكتوبة :

المادة (3) إصدار النشريات الدورية ، ويقصد بأنشطة الإعلام في مفهوم هذا القانون العضوي، كل نشر أو بث لوقائع أحداث أو آراء أو أفكار أو معارف عبر أية وسيلة مكتوبة أو مسموعة أو إلكترونية، وتكون موجهة للجمهور أو لفئة منه، أما المادة (4) تضمن أنشطة الإعلام على وجه الخصوص عن طريق وسائل الإعلام التابعة للقطاع العمومي، ووسائل الإعلام التي تنشئها هيئات عمومية، ووسائل الإعلام التي تملكها أو تنشئها أحزاب سياسية أو جمعيات معتمدة، ووسائل الإعلام التي يملكها أو ينشئها أشخاص معنويون يخضعون للقانون الجزائري ويمتلك رأسمالها أشخاص طبيعيين أو معنويون يتمتعون بالجنسية الجزائرية (الجريدة الرسمية 2012، ص ص 3، 6)، والمادة (5) تساهم ممارسة أنشطة الإعلام على الخصوص فيما يلي الاستجابة لحاجات المواطن في مجال الإعلام والثقافة والتربية والترفيه والمعارف العلمية والتقنية، ترقية مبادئ النظام الجمهوري وقيم الديمقراطية وحقوق الإنسان والتسامح ونبذ العنصرية والعنف، ترقية روح المواطنة وثقافة الحوار، ترقية الثقافة الوطنية وإشعاعها في ظل احترام التنوع اللغوي والثقافي الذي يميز المجتمع الجزائري، المساهمة في الحوار بين ثقافات العالم القائمة على مبادئ الرقي والعدالة والسلم، أما المادة (6) يقصد بالنشريات الدورية للإعلام العام في مفهوم القانون العضوي كل نشرة تتناول خبرا حول وقائع لأحداث وطنية ودولية، تكون موجهة للجمهور المادة (7) يجب على كل نشرة دورية للإعلام العام جهوية أو محلية أن تخصص نسبة 50 % على

الأقل من مساحتها التحريرية إلى مضامين تتعلق بالمنطقة الجغرافية التي تغطيها، المادة (30) يجب أن تنشر النشريات الدورية سنويا عبر صفحاتها حصيلة الحسابات مصدقا عليها عن السنة السابقة، وفي حالة عدم القيام بذلك توجه سلطة ضبط الصحافة المكتوبة اعذارا إلى النشريات الدورية لنشر حصيلة حساباتها في أجل 30 يوما، وفي حالة عدم نشر الحصيلة في الأجل المذكور يمكن لسلطة ضبط الصحافة المكتوبة أن تقرر وقف صدور النشريات إلى غاية تسوية وضعيتها، المادة (36) تسهر الدولة على ضمان ترقية توزيع الصحافة المكتوبة عبر كامل التراب الوطني بهدف تمكين كل المواطنين من الوصول إلى الخبر (الجريدة الرسمية ، 2012 ، ص ص 3 ، 6).

-المسؤولية و المخالفات التي تصدر من الخطأ المهني الإعلامي :

تنص المادة (115) يتحمل المدير مسؤول النشريات أو مدير جهاز الصحافة الالكترونية وكذا صاحب الكتابة أو الرسم مسؤولية كل كتابة أو رسم يتم نشرهما من طرف نشريات دورية أو صحافة إلكترونية، ويتحمل مدير خدمة الاتصال السمعي البصري أو عبر الانترنت وصاحب الخبر الذي تم بثه المسؤولية عن الخبر السمعي والبصري المنبث من قبل خدمة الاتصال السمعي البصري أو عبر الانترنت (الجريدة الرسمية ، 2012 ، ص 12).

تنص المادة (116) يعاقب كل من خالف أحكام المادة (26) من القانون العضوي بغرامة من 100.000 دج إلى 300.000 دج والوقف المؤقت أو النهائي للنشريات أو جهاز إعلام يمكن أن تأمر المحكمة بمصادرة الأموال محل الجنحة ، وتنص المادة (117) يعاقب بغرامة من 100.000 دج إلى 400.000 دج كل مدير أي من العناوين أو أجهزة الإعلام المنصوص عليها في المادة (4) أعلاه تقاضي باسمه الشخصي أو لحساب وسيلة إعلام سواء بصفة مباشرة أو غير مباشرة أموالا أو قبل مزايا

من طرف مؤسسة عمومية أو خاصة أجنبية ما عدا عائدات الاشتراك والإشهار وفقا للأسعار والتنظيمات المعمول بها، يمكن أن تأمر المحكمة بمصادرة الأموال محل الجنحة.

أما المادة (119) فتتص على معاقبة كل من ينشر أو يبث في إحدى وسائل الإعلام المنصوص عليها في هذا القانون العضوي أي خبر أو وثيقة تلحق ضررا بر التحقيق الابتدائي في الجرائم بغرامة من 50.00 دج إلى 100.000 دج، كما تعاقب المادة (120) كل نشر وبث جلسات السرية للجهات القضائية ب 100.000 دج إلى 200.000 دج، أما المادة (123) تتص على معاقبة كل من أهان رؤساء الدول الأجنبية أو البعثات الدبلوماسية المعتمدين لدى حكومة الجزائر ب 25.000 دج إلى 100.000 دج.

أما فيما يخص التقادم فتتص المادة (124) أن الدعوى العمومية والمدنية المتعلقةان بالجنح المرتكبة من طرف الصحافة الكتابية أو السمعية البصرية أو الالكترونية بعد 6 أشهر كاملة ابتداء من تاريخ ارتكابها (الجريدة الرسمية 2012، ص ص 12، 13).

- الخلاصة:

نجد أن الصحاف هي مهنة تقوم بجمع الأخبار وتحليلها والتحقق من مصداقيتها، وغالبا ما تكون هذه الأخبار من مستجدات الأحداث في العالم، فسواء كانت صحافة مسموعة أو مكتوبة فلها دور مهم في المجتمع حيث تساهم في التوعية والنضج وبناء حضارات الدول، خاصة إذا تم الاهتمام بممتهني هذه الوظيفة.

الفصل الثالث

الضغط المهني لدى الصحفيين

-تمهيد

1- لمحة تاريخية عن الضغط المهني و علاقته بالعمل

2- أهمية دراسة ضغوط العمل

3- عناصر ضغوط العمل

4- أسباب الضغط المهني

5- أنواع الضغط

6- مصادر ضغوط العمل

7- آثار الضغط المهني

8- نماذج الضغوط

9- النظريات التي فسرت الضغط المهني

10- آثار الضغط المهني

11- نتائج استمرار الضغوط

-خلاصة

- تمهيد:

تعد الضغوط المهنية من أهم المواضيع التي تشغل الباحثين، نظرا لانتشارها السريع في مجالات العمل، ومن أجل التعرف عليها وفهمها أكثر واكتشاف أسباب حدوثها والتقليل من حدتها، فقد ظهرت عدة أطر نظرية، ووسائل قياس مختلفة ذلك من أجل الحصول على المعلومات وإيجاد حلول لها.

نحن في فصلنا هذا حاولنا أن نتطرق إلى مجموعة من العناصر التي تساعدنا على فهم الموضوع، حيث بدأنا أولاً بلمحة تاريخية عن الضغط المهني وعلاقته بالعمل ثم أهمية دراسة ضغوط العمل، عناصر ضغوط العمل، أسبابها، أنواع الضغط، مصادره، آثار الضغط المهني نماذج الضغوط والنظريات التي فسرتها، خلاصة الفصل.

1- لمحة تاريخية عن الضغط المهني :

كثير من الباحثين يبحثون عن مفهوم الضغط و عن تاريخه، فأول من ذكر هذا المصطلح هو شارل داروين 1872 Charles Darwin، لكنه لم يسميه بالضغط واكتفى على اعتبار الخوف كمحفز لجعل الجسم مستعد لمواجهة الخطر، لتظهر في هذه الحالة سلوكيات فسيولوجية كارتفاع ضغط الدم، اتساع عدسة العين ... الخ، وفي 1910 لاحظ الطبيب الأمريكي Osler في أعماله حول الالتهابات الرئوية، أن العمل الشاق و المسؤولية الثقيلة يمكن أن تسبب القلق الذي يمكن أن يؤدي إلى مشاكل طبية، ومن هنا أظهرت الأبحاث العلاقة بين الانفعالات النفسية والردود الفسيولوجية التي تتجر عنها.

كما يعتبر ولتر كانون Walter Brad Ford kannan من بين الأوائل الذين بحثوا في موضوع الضغط، فقد قام عام 1932 بعمل استجابة الكر أو الفر بعد عدة تجارب على الفئران، حيث وجد أنه بعد شعورها بقرع الخطر تحدث تغيرات فسيولوجية سريعة بداخلها، ذلك بعد استقبالها من طرف الدماغ الذي يبعثها كإشارات تهديد إلى الجهاز العصبي والغدد الصماء، بالتالي تحدث استجابة فسيولوجية تدفع الكائن

إلى مواجهة التهديد والهروب منه، كما توصل إلى نتيجة مفادها أن الضغوط يمكن أن تحدث آثار سلبية بجسم الكائن، إذا استمرت الاستجابة لها لمدة طويلة (جمعة سيد يوسف ، 2007 ، ص 8).

ثم جاءت مرحلة جديد لمفهوم الضغط بدأت من طرف هانس سيلبي Hans Selye، فهو الأول الذي اهتم فعلا بمصطلح الضغط سنة 1925 عندما كان طالب في السنة الثانية تخصص الطب، حيث لاحظ أن مختلف الأمراض الالتهابية تمثل مجموعة من الأعراض المشتركة، لكن دون أن توجد إشارة خاصة، فهذا ما لم يسمح له بإيجاد تشخيص محدد فسمّاها بالأعراض العامة للمرض، وقام بالبحث عن التأثيرات التي قد تخلفها الهرمونات الجنسية على الأداء الفسيولوجي، و في سنة 1935 حقن مجموعة من الفئران بخلاصة من بويضات مبيضية للبقرة placentaire et ovariens، فلاحظ مجموعة من النتائج السلبية كظهور تقرحات هضمية، بالتالي قام بعد ذلك بتلخيص الأعراض و قرر دراسة تأثير العامل الضاغط بمختلف أنواعه، أي تأثير العوامل الخارجية (كالحرارة و البرودة) على الاستجابة الفسيولوجية للفئران ولاحظ أن لها نفس التأثيرات، حيث أن كل الضغوط بغض النظر عن نوعها تؤدي إلى تمدد القشرة الأدرينالينية وتقلص الغدة اللمفاوية، تقرح المعدة والاثنتا عشر .

أما في عام 1936 نشر في مجلة علمية موضوع يشرح فيه ردود فعل الحيوان بين 6 ساعات و 48 ساعة عند إدخال عامل ضار فيه، فظهرت إشارات كثيرة التغير معها، كهبوط درجة حرارة الجسم، الضعف في العضلات... الخ، بعد مرور 48 ساعة تبقى الغدة الكظرية تعمل بشكل جيد فالحيوان يقاوم، ولوحظ عودته لطبيعته العادية، لكن بعد 3 أشهر من المقاومة تنقص هذه الأخيرة، ويمكن أن يؤدي الوضع إلى الموت.

كما تحدث سيلبي فيما بعد على زملة التكيف العام SGA، ولم يذكر مصطلح الضغط حتى عام 1946 حيث كشف من خلالها تقسيم زملة التكيف العام إلى ثلاثة أقسام أو مراحل: فسمى المرحلة الأولى بمرحلة الإنذار، ويكون الجسم في حالة طوارئ بعد المفاجأة الأولى، حيث يقوم بالمقاومة ويكون في موقف

دفاعي للتسيير الخوف الذي شعر به، كمتتبع هذه المرحلة اضطرابات جسمية، كانهضاف درجة حرارة الجسم، ضعف في العضلات، الإحساس بتقرحات هضمية.

ثم تليها مرحلة ثانية وهي المقاومة: هنا يقوم الجسم بتطوير استراتيجيات لمواجهة هذا الاعتداء الذي تعرض له، حيث يقوم بالتكيف مع الوضعية الجديدة وترتبط مدة هذه المرحلة بدرجة مقاومة كل واحد، كما تصاحب هذه المرحلة إفرازات هرمونية تساعد على محاربة الضغط

تلي المرحلة الثالثة وهي مرحلة الإجهاد: حيث تظهر عندما يكون الجسم أمام متطلبات تفوق قدراته في التكيف (لمحة تاريخية عن ضغوط العمل، ص 1).

إلى غاية سنة 1950 كرر سيلبي نظريته فأسند مصطلح الضغط إلى العامل المسبب، ثم إلى نتائج وأخيرا إلى أحد أو كل هذه العوامل، بقي سيلبي يتابع أبحاثه إلى أن توفي.

نشر عدة كتب حيث في كتابه ضغط الحياة 1956 اعتبر العوامل الضاغطة أنها مختلفة الأحداث والظروف التي تمثل تهديدا للجسم، و في 1974 في كتابه الضغط بدون *déstressé* فرق بين نوعين من الضغط : الضغط الايجابي والضغط السلبي، و من أهم النتائج التي توصل إليها سيلبي هي العلاقة الموجودة بين الضغوط والصحة، حيث يمكن للضغوط أن تكون لها تأثير ايجابي على صحة الجسم، فهو كمنبه يساعد الجسم على التكيف ومواجهة المخاطر، كما يمكن أن يكون للضغوط تأثير سلبي على الصحة، ذلك عند كثرتها واستمرارها (*claire edey gamassou,2004, p 4*).

بالتالي ساهم سيلبي كثيرا في فهم مصطلح الضغط، لكن الأبحاث لم تتوقف عنده بل هناك العديد من الأعمال والأبحاث حول هذا الموضوع، فمن سيلبي إلى يومنا هذا انتقل التفكير من الضغط الفسيولوجي إلى الضغط النفسي، فقد قام لاسار *Lasserre 2002* بشرح فكرة سيلبي حول الضغط باعتباره اعتداء جسماني يؤدي إلى ردود فعل غير محددة للجسم، وبالتالي تظهر أعراض فسيولوجية، كما أضاف مفهوم الضغط النفسي التي لم يطورها سيلبي، حيث لوحظ أن في بداية الضغط لم يؤخذ إلا في زاويته

الفسولوجية (حيث أعتبر كاعتداء جسدي الذي يؤدي إلى استجابة جسدية)، لكن اعتبر عند البعض أنه اعتداء نفسي يؤدي إلى استجابة نفسية أو سيكوسوماتية.

حسب لاسار **Lasserre** الضغط عبارة عن اعتداء نفسي أو اجتماعي يؤدي إلى استجابة غير محددة للجسم، يمكن أن تكون اضطرابات نفسية أو اضطرابات جسدية، هذا التعريف حاول إعطاء نظرة تامة عن الضغط، حيث أن المنظور الفسيولوجي والسيكولوجي متداخلة يصعب تمييزها، لأنه كلما أجهدنا الضغط جسديا كلما أجهدنا نفسيا، والعكس صحيح.

كرر لاسار فيما بعد نموذج كوكس وماكي **Cox et Mackay** الذي أخذ طريقة استجابة الجسم للاعتداء الضاغط .

حيث في عام 1978 قام الباحثين بتقديم نموذج تفاعل الضغط الذي يتكون من 5 مراحل وهي:

- المرحلة الأولى: أسند إلى مصادر المتطلبات (إما داخلية أو خارجية).
- الرحلة الثانية: خاص بتقييم المتطلبات والقدرات على مواجهتها، وإذا حدث اللاتوازن بين هذين العاملين سوف يظهر الضغط.
- المرحلة الثالثة: حدوث تغيرات سيكولوجية وفسيولوجية إذا ظهر الضغط.
- المرحلة الرابعة: تخص نتائج سير المواجهة الكر والفر. **faireface**.
- المرحلة الخامسة: هي الأخيرة هو سير الكر و الفر **feedback (lassare,2002, p25)**.

2- أهمية دراسة ضغوط العمل :

- تفادي اتخاذ أي قرار خاطئ، الذي يمكن أن يكون نتيجة ظروف صعبة تواجه متخذ القرار.
- الرفع من إنتاجية المؤسسة وتفادي التكاليف المباشرة والغير مباشرة لضغوط العمل.
- توفير مناخ تنظيمي ملائم يساعد على تأدية الأعمال بفعالية.
- تنمية قدرات متخذ القرار على مواجهة الضغوط وتحسين الإنتاجية.

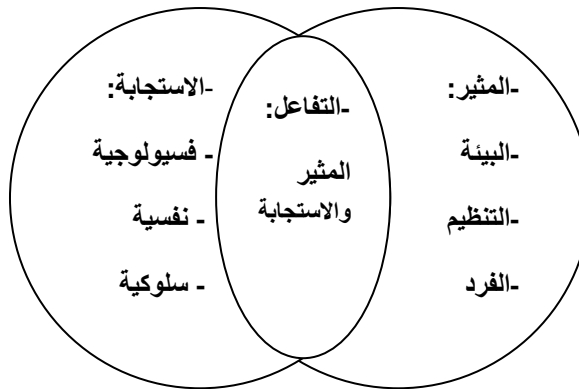
- تنمية المهارات الإدارية لمتخذي القرارات، كتنظيم وتنظيم توجيه ورقابة (سيد مصطفى جاد ، 1991، ص 115).

3- عناصر ضغوط العمل:

أ - **عنصر المثير:** هي العوامل المرتبطة بالبيئة الخارجية والداخلية للمؤسسة، والعوامل المرتبطة بالعامل التي تولد الشعور بالضغط.

ب - **عنصر الاستجابة:** هي ردود الأفعال الفسيولوجية والنفسية والسلوكية للعامل، عند تعرضه للمثيرات (سيزلاقي اندرودي، 1991، ص 180).

ج - **عنصر التفاعل:** هو التفاعل بين المثيرات والاستجابات، أي أن الضغط الذي يواجهه العامل هو نتيجة تفاعل العوامل الخارجية البيئية والداخلية للمؤسسة والعوامل المرتبطة بالفرد، بالتالي قد تصدر من الأفراد بعض ردود الأفعال المتوازنة أو غير المتوازنة (المطرفي سليمان ، ص 30).



- شكل رقم (1): عناصر ضغوط العمل (معن محدود عياصرة، 2008، ص 113).

4- مراحل حدوث الضغط:

حسب هانس سيللي هناك ثلاث مراحل :

- **مرحلة الإنذار:** هنا يستعد الجسم بكل قواه لمواجهة الخطر، ذلك نتيجة تعرضه لمنبهات مفاجئة، فتحدث تغيرات عضوية وكيميائية كارتفاع نسبة السكر في الجسم وزيادة ضربات القلب، يكون الجسم في حالة استنفار وتأهب من أجل الدفاع والتكيف مع الوضع.
- **مرحلة المواجهة:** في حالة استمرار الضغوط تأتي مرحلة أخرى هي المواجهة، حيث تشمل الأعراض الجسمية التي يحدثها التعرض المستمر للمنبهات والمواقف الضاغطة، ويكون الكائن فيها قد اكتسب القدرة على التكيف معها، أما في حالة استمرار الضغط قد يؤدي إلى اضطراب التوازن الداخلي مما يحدث المزيد من الإفرازات الهرمونية المسببة للاضطرابات العضوية.
- **مرحلة الإنهاك:** في حالة استمرار الضغوط لمدة طويلة يصل فيها الكائن إلى عجز في المقاومة والتكيف، هنا يدخل في مرحلة الإنهاك وتتهار الدفاعات الهرمونية وتضطرب الغدد واصابة العديد من الأجهزة بالعطب، بالتالي سير المريض نحو الموت سريعا (حكيمة أيت حمودة، ص 96).

المرحلة الأولى	المرحلة الثانية	المرحلة الثالثة
مستوى طبيعي للمقاومة		
حركة المنبه	المقاومة	الإنهاك
يبدأ الجسم بالتغير في الأول كشف للعوامل الضاغطة وكذلك تقل المقاومة	تزداد ظهور عوامل الضغط غير أن المقاومة تزداد أكثر من المعدل	بعد فترة المقاومة يبدأ الجسم في الإحساس بالإنهاك فتقل طاقة المقاومة

- شكل رقم (2): مراحل الضغوط عند سيلبي (صلاح الدين محمد عبد الباقي، 2002، ص

309).

5- أسباب ضغوط العمل:

اختلف الباحثون عن تحديد أسباب الضغط المهني، ذلك بسبب الاختلاف في الاتجاهات النظرية ومجالات دراسة الضغوط، كما أنه من الصعب جمع كل مصادر الضغوط وتطبيقها على جميع الوظائف، ذلك لاختلاف المهن والضغوط التي تتعرض إليها، أيضا وجود الفروق الفردية حيث أن هناك ضغوط مرتبطة بالمهنة وضغوط مرتبطة بالفرد ذاته وضغوط خارجية، من أهم هذه الأسباب نجد:

1-5 أعباء العمل:

يرى شولتز Schultz أن العمل الزائد من الأسباب الرئيسية للضغط، فهو مصدر تأزم نفسي شديد ومعاناة تستهلك طاقة جسمية ونفسية للفرد (محمد شحاتة ربيع، 2010، ص 259).

ويترتب عن عبء العمل نقص في الأداء، كما أنها عبارة عن كثرة الواجبات والمهام التي يتطلبها العمل على الفرد في وقت محدد، بالتالي يكون هناك عدم التوازن بين إمكانيات الفرد مع تلك الواجبات سواء مهنية أو علمية (صالح بن عبد الرحمن ، 2008 ، ص 74).

والحمل الزائد للعمل يؤدي إلى أمراض القلب حيث بينت الدراسة على مجموعة أفراد في سن الرشد الذين أصيبوا بنوبات قلبية، أن 70% من العمال الذين تعرضوا للنوبات يعملون 60 ساعة أسبوعياً (محمد شحاتة، 2010، ص 259).

2-5 نوعية العمل:

إن نوعية العمل لها تأثير كبير على الضغط، هذا بسبب الدقة والمهارة التي تتطلبها المهمة وطبيعتها الخطيرة، كما أن افتقار الفرد للمؤهلات المهنية والعلمية التي يواجه بها الفرد متطلبات العمل تؤدي بدورها لضغوط في العمل، أي أن الفرد يجد نفسه أمام مهمة تتطلب مهارات أكبر من قدراته، كما أن درجة تعقد العمل تزيد من مشكل الضغط لدى العامل، ذلك لعدم امتلاكه مهارات يواجه هذا التعقيد (صالح بن عبد الرحمن ، 2008 ، ص 74).

3-5 تقييم الأداء:

يكون العمال الذين أعطيت لهم تقديرات منخفضة في عملية تقييم الأداء تحت الضغوط، خاصة إذا شعر الفرد أنه ظلم سواء فعلياً أو الشعور الذاتي فقط، بما أن الوظيفة مصدر أساسي لتحقيق الذات والتقدم المهني والوظيفي للفرد فإنه إذا فقد ذلك سوف يتحول إلى مصدر من مصادر الضغط، لهذا فتقييم

الموظف بمنحه علاوات أو ترقيته أو حرمانه منها له دور كبير في تحديد درجة الضغط في العمل (صالح بن عبد الرحمان، ص 75).

4-5 العمل الروتيني:

فهذا العمل يؤدي إلى شعور العامل بالملل بسبب تكرار نفس المهمة، فعدم التجديد والجمود يؤدي إلى الشعور بالضيق والانضغاط النفسي (محمد شحاتة ربيع، 2010، ص 260).

5-5 المتطلبات الوظيفية:

إن العامل يحتاج إلى تطوير قدراته ومسايرة التطور والتقدم التكنولوجي والعلمي واكتساب خبرات جديدة لمواجهة المستجدات التي تواجهه في مكان عمله، إلا أنه في بعض الأحيان نجد استحالة ذلك بسبب ضيق الوقت وكثرة الأعباء، هذا ما يؤدي إلى الشعور بالضغط إذا لم يطور مهاراته (صالح عبد الرحمن، 2008، ص 76).

6-5 التطور التكنولوجي:

يعتبره بعض العمال تهديدا لمكانتهم ذلك باستبدالهم بالآلات والاستغناء عن العديد منهم وتعرضهم للبطالة، كما انه يصعب على البعض استيعاب كيفية تشغيل الآلات الحديثة.

7-5 الظروف الفيزيائية:

الإضاءة غير الكافية ودرجة الحرارة المرتفعة أو المنخفضة والضوضاء، التعرض للمواد الكيماوية الضارة أو الغبار أو التعرض للأمراض المهنية، قد تؤدي إلى الشعور بالضغط ويمكن اعتبارها من الأسباب الرئيسية له.

8-5 تحمل المسؤولية:

يحدث الضغط عندما يشعر الفرد الذي يشتغل في منصب عالي أنه مسؤول عند تقييم أشخاص آخرين وكتابة التقارير عنهم، إما عن ترقيتهم أو فصلهم من العمل، فذلك يؤدي به إلى الشعور بالضيق والقلق لأن القرار يتعلق بمصير مهم بالنسبة للعامل.

9-5 العمل في غير مجال التخصص :

فالعامل الذي يشغل منصب غير مجال اختصاصه يشعره بعدم استفادته من الفترة الطويلة التي قضاها في التعلم، هذا ما يصيبه بالإحباط والشعور بالضغط، سواء كانت متطلبات المهمة تفوق قدراته أو أقل منها (محمد شحاتة ربيع، 2010، ص ص 259 ، 260).

6- أنواع الضغط المهني:

تختلف ضغوط العمل حسب تصنيفها، فعند الخضيرى 1991 فيمكن تصنيف أنواع الضغوط حسب مختلف الأسس منها:

أ - من حيث الضرورة والضرر: حيث هناك ضغوط ضرورية وغير ضرورية ومضغوط ضارة أو ليست ضارة.

ب - من حيث الدرجة التي بلغ إليها الضغط: حيث هناك ضغط في مرحلة النشوء وضغط في مرحلة النمو، ضغط في مرحلة التكامل والنضج وضغط في مرحلة الانكماش ومرحلة التلاشي والاختفاء.

ج - من حيث اتساع الضغط: فهناك ضغط كلي وضغط جزئي.

د - من حيث شدة الضغط: هناك الضغوط القوية والمتوسطة والهادئة.

هـ - من حيث موضوع الضغط: فنجد الضغوط المادية والمعنوية والسلوكية والوظيفية.

و - من حيث مصدر الضغط: فهناك مصادر داخلية، مصادر خارجية، مصادر ذاتية

(الخضيرى محسن، 1991، ص 13) .

ي - من حيث الايجابية والسلبية: هناك ضغوط ايجابية وسلبية.

كما أن هناك من قسّم أنواع الضغوط إلى مجموعة أخرويى كالتالى:

أ - الضغوط الاقتصادية والاجتماعية:

- نجد منها المناخ السياسى والأمن القومى.
- استمرار الحكومات لفترة طويلة.
- عدم ثبات النظام الاقتصادى.
- المشكلات الاقتصادية والمالية.
- التغيرات التكنولوجية.
- التغيرات القىمية والثقافية.
- البيئة المجتمعية وظروف الإقامة والطبقات الاجتماعية.
- الجريمة والاعتصاب.

ب - الضغوط الشخصية والأسرية:

- الصراع دور الشخص بين دوره فى المنزل ودوره فى العمل.
- التعرض للمخاطر الطبيعية والبشرية.
- المشكلات مع أفراد الأسرة وتوقعات أعضائها.

- المشكلات مع الأصدقاء والأقارب.
- الزواج من شريك الحياة متعدد الأدوار.
- الاختلالات الزوجية والجنسية، الطلاق أو الانفصال.
- مشكلات خاصة بالتسلسل الهرمي في الأسرة.
- المسؤولية عن الأطفال.
- مشكلات الأبناء في المدرسة والجامعة.
- التعرض للإساءة في الطفولة.
- أسلوب الحياة الفردي.
- الضواغط في السفر والعطل والأعياد والمناسبات الاجتماعية.
- محاولة القيام بأدوار متعددة في الوقت نفسه.

ج- الضغط في العمل:

- التوقعات والآمال الطموح والأهداف.
- الخوف من فقدان الوظيفة.
- الخوف من الفشل وعدم الكفاءة.
- الخوف من المرض والخوف من الحماقة والدونية.
- القلق و الاتجاه السلبي نحو الحياة .
- الاستجابات السلبية غير السارة.
- الإحساس بالإحباط.
- نقص القدرة على إدارة الذات.
- الحاجات والمتطلبات الداخلية.

- الاستعدادات الفردية والسمات الشخصية.
- الشعور بعدم الثقة والحيرة والتوجس.
- مشكلات الصحة الجسمية والنفسية والروحية.

د- ضغوط المهن والوظائف: منها:

- الضغوط التنظيمية:

- حجم البيروقراطية.
- التغيرات المؤسسية.
- التكنولوجيا المعقدة.
- صناعة الخدمات.
- المناخ داخل المؤسسة.
- السياسات داخل المؤسسة.

- ضغوط المهنة:

- تتمثل في الظروف الفيزيائية في العمل.
- حجم العمل وتغير نمط العمل.
- زيادة عبء العمل ومسؤولية الفرد.
- المسؤولية عن اتخاذ القرارات.
- عدم الأمان في العمل ونقص السيطرة عليه.
- عدم الرضا عن العمل.
- الإخفاقات في العمل.

- **ضغوط المسار المهني:**
 - صراع الأدوار وغموضها.
 - إدراك عدم التطور في المسار المهني.
 - نقص في وضوح الأهداف.
 - وجود مدير متصلب وسطحي أو رئيس مدمن على العمل.
 - تأثير البطالة ونقص التأهيل والتدريب.
 - ضعف الإدارة .
 - الرئيس الغير الكفاء.
 - عوامل عدم الراحة.
 - عوامل المنافسة.
 - عوامل التعويضات.
- **ضغوط مشكلات العلاقات:**
 - المشكلات مع المشرف.
 - المشكلات مع المساعدين.
 - الصراع مع الزملاء.
 - العجز عن تطوير العلاقات الاجتماعية في العمل.
 - نقص تماسك الجماعة.
 - نقص المساندة الاجتماعية (جمعة سيد يوسف، 2007، ص 18).

7 -مصادر ضغوط العمل:

هناك من يطلق عليها أسباب الضغوط، حيث نجد العديد من التصنيفات المختلفة بالاعتماد على أسس مختلفة ومن بينها:

أ -من حيث مرتباتها:

تنقسم إلى ضغوط بناءة إيجابية، كالترقية في العمل والزواج ...الخ، وضغوط هدامة سلبية كالمرض، الإصابة في العمل ...الخ.

ب -من حيث الاستمرار:

تنقسم إلى ضغوط متقطعة كالمناسبات الاجتماعية، الإجازات، مخالفات القانون ...الخ، وضغوط مستمرة.

ج -من حيث المنشأ:

تصنف بدورها إلى ضغوط داخلية للفرد كالحاجات، المتغيرات الفسيولوجية، الطموحات، الأهداف ...الخ، وضغوط خارجية هي نتاج البيئة الخارجية كالضوضاء، الظروف الطبيعية ...الخ.

د -من حيث المكان الذي تحدث فيه:

إما العمل أو المنزل، أو في المدرسة، في الشارع ...الخ.

هـ - من حيث عدد المتأثرين بها :

تنقسم إلى ضغوط عامة كالزلازل، الفيضانات، الحرائق وهي الأحداث المشتركة بين الأفراد.

و -ضغوط خاصة:

هي التي تؤثر على فرد واحد أو على عدد محدّد من الأفراد، كحوادث الطرق، حوادث شخصية ...الخ.

ي - من حيث شدة الأحداث والمواقف الضاغطة:

تصنف إلى مصادر خفيفة ومعتدلة وشديدة.

ن - من حيث مجال الحياة أين تحدث فيه:

كمصادر الضغط في المجال الاقتصادي والسياسي والاجتماعي أو إداري وتنظيمي (جمعة يوسف، 2004، ص ص 23، 24).

ما يهتمنا هنا أكثر هي مصادر الضغوط من حيث المكان وهو مكان العمل، حيث هناك العديد من المصادر التي تؤثر ويتأثر بها الفرد في محيط عمله، سنحاول حصرها فيما يلي:

- طبيعة الدور المهني :

أ- صراع الدور:

يحدث هذا الصراع عندما يجد الفرد نفسه أمام متطلبات متعارضة مع متطلبات دوره، مثلاً مهنة تتطلب العمل لساعات طويلة ومن جهة أخرى دور الشخص المتمثل في الأب مثلاً، فهنا يجد نفسه أمام متطلبات عمل متعارضة في نفس الوقت مع دوره كأب، بالتالي توقعات الفرد المتصلة بالعمل تتعارض مع مجموعة أخرى من التوقعات، هذا ما يؤدي إلى الصراع (محمد حسن حمدات، 2008، ص 173).

ب- غموض الدور:

هنا تكون المعلومات غير كافية لتأدية العمل هذا ما يؤدي إلى عدم تمكنه من أداء هامه بأكمله وجهذا ما يفتح المجال لظهور ضغوط نفسية، حيث توصل الباحثون إلى أن الغموض في العمل يؤدي إلى ارتفاع القلق والتوتر والاكتئاب بين العال (احمد شحاتة، 2008، ص 30).

فقد عرف ماتس وإيفنسفيك 1987 Matisse et Ivencevich غموض الدور أنه نقص وضوح أهداف العمل ومدى مسؤوليات الفرد في عمله (بشير إسماعيل، 2008، ص 66).

ج- الظروف الطبيعية للعمل :

إن الظروف المحيطة بنا تؤثر على انجازاتها ومن أهمها:

- الضوضاء:

فالضوضاء أكثر من مجرد صوت، فهو صوت مزعج غير مقبول من طرف العامل، خاصة إذا ازدادت عن طبيعتها حيث تؤدي إلى إنهاك سمعي الذي يتحول في بعض الأحيان إلى الصمم.

- الإضاءة:

زيادة مستوى الإضاءة عادة ما تؤدي إلى حسن الأداء لأن الإضاءة تؤثر على التمييز البصري، أما في حالة نقصانها فذلك يؤدي إلى الضغط (بشير إسماعيل، 2008 ص 81).

د- العبء المهني:

يحدث العبء المهني عندما لا يستطيع الفرد إنجاز مهامه في الوقت المتاح له، أو عندما تكون هذه المهام تتطلب قدرات عليا لا يملكها الفرد، فهذا ما يؤدي إلى الضغوط التي تؤدي بدورها إلى زيادة في ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم... الخ، فلهذا العبء المهني نوعين:

- **عبء كمي:** هو عبارة عن كثرة الأعمال التي يجب على الفرد إنجازها في وقت غير كاف.

- **عبء نوعي:** هو شعور الفرد أن متطلبات المهمة تفوق قدراته لأدائها.

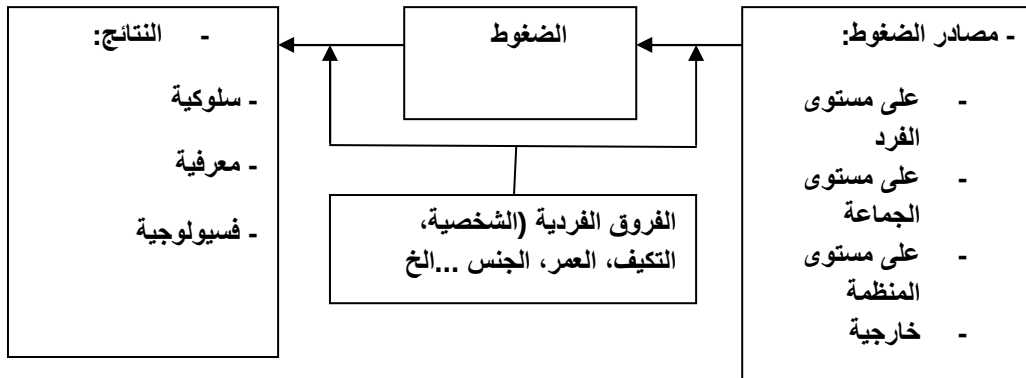
ن - ضغط الوقت و كثرة العمل :

يحتاج العمال في يوم عملهم لفترات الراحة كأوقات الغذاء والقهوة، فهي أوقات يسترجع العامل أنفاسه ويسترخي ليجدد نشاطه، فعدم كفاية الوقت للقيام بأعباء المهنة ومتطلباتها يؤدي إلى الضغوط كما أن قلة الوقت اللازم للراحة يُشعر الفرد بالضيق والتوتر والضغط (محمد حسن حمدات، 2008، ص 175).

8- نماذج الضغوط المهنية:

8-1 نموذج كينيكي وكريتني 1992kinicki and kreitne:

اعتمدا على نموذج John invancevich et matteson 1979 الذي يوضح نموذج المسببات التنظيمية، عمل الفرد، الجماعة والمنظمة والأوضاع الخارجية، الأوضاع الاقتصادية والأسرية ونوعية الحياة... الخ، ويبيّن النموذج أن هناك فروق فردية تؤثر على إدراك الفرد لمصادر الضغوط واختلاف مستوى الضغوط، كما بيّن أيضا إدارة الضغوط من طرف الفرد والمنظمة.

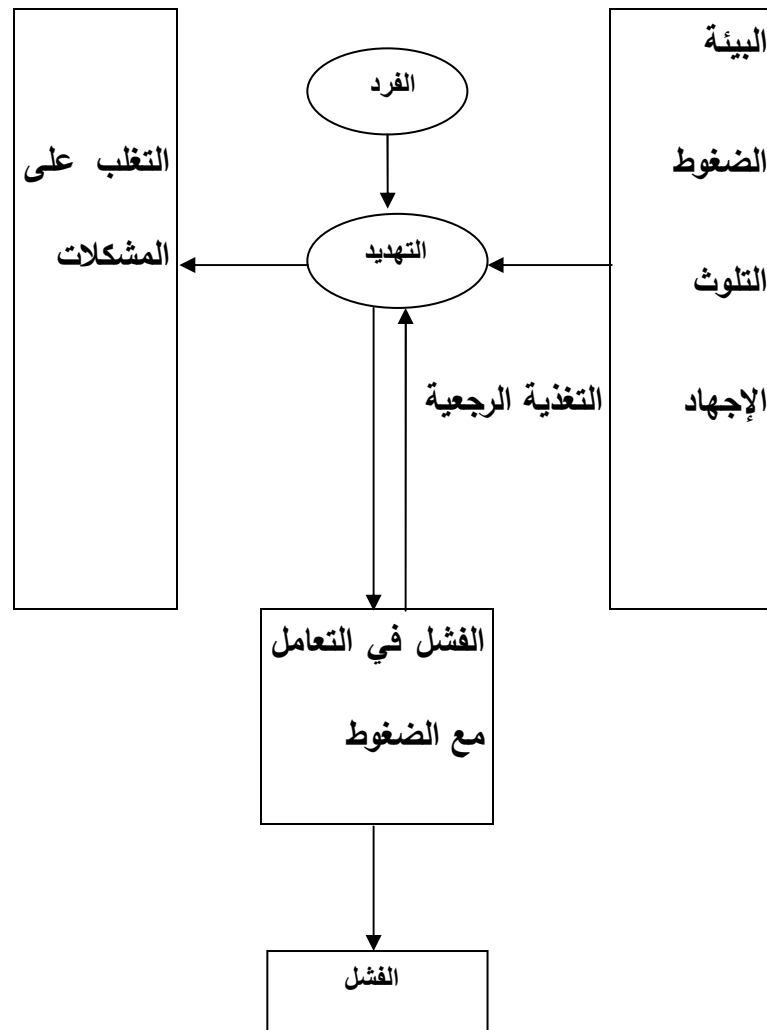


- شكل رقم (3): نموذج كينيكي وكرايتني kinicki and kreitne لضغوط العمل (p 598 , kinicki and kreitne 1992).

8-2 نموذج كوبر ومارشال 1979 Copper et Marchal:

اعتمد هذا النموذج في تفسير الضغط على عدة عوامل، حيث اعتبر كل ما يدور في بيئة الفرد مصدرا للضغوط، فمنها ما يرتبط بالعلاقات بين العمال داخل المؤسسة وبين الرؤساء و المرؤوسين والعملاء، وما هو مرتبط بظروف العمل كعامل الوقت، نوع المهمة، التغير التقني والتكنولوجي، طبيعة الدور داخل المؤسسة كوضوح الدور أو غموضه، أيضا ما يرتبط بعوامل المكافأة وما يرتبط بالمناخ التنظيمي

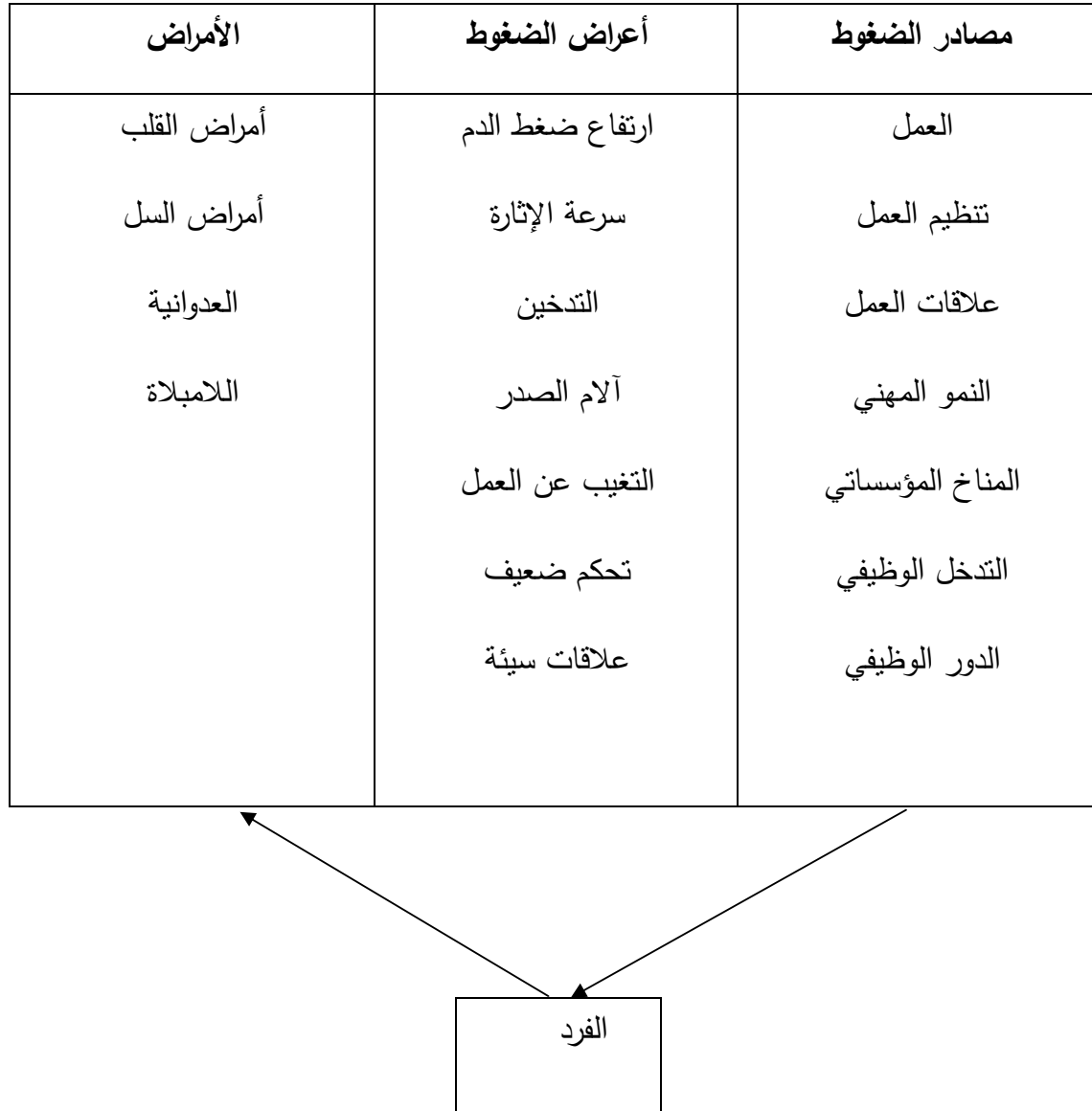
كالاتصالات واتخاذ القرارات، كما اعتمد على العوامل المحيطة بالفرد وخارج المؤسسة وهي تلك المرتبطة بالمشكلات اليومية كالأسرة والحياة الشخصية له (Levi , 1981, p 19).



- شكل رقم (4): نموذج كوبر Copper لضغوط العمل

8-3- نموذج مارشل Marshal:

هنا يبين العوامل التي تسبب الضغوط للعامل والأعراض التي تظهر عليه، والتي تؤدي في النهاية إلى أمراض القلب أو إلى أعراض عدوانية أو تكرار الحوادث في المؤسسة.



- شكل رقم (5): توضيح نموذج مارशल

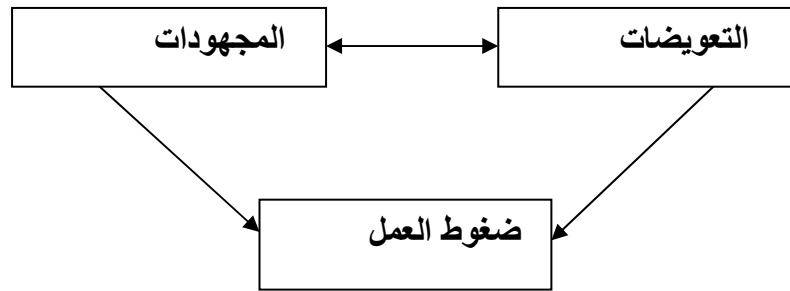
لكن هذا النموذج لم يؤخذ بعين الاعتبار العوامل الذاتية التي تلعب دورا هاما مع أعباء الوظيفة.

8-4- نموذج سيغريست Siegrist :

قد ركز في تفسير الضغوط على عنصرين وهما:

- المجهودات: وهي القدرات الفكرية والعضلية التي يقدمها العامل في عمله.
 - التعويضات: هي التغذية الرجعية التي يتحصل عليها الفرد مقابل تأديته للعمل إما مادية كالأجر والعلاوات... الخ، أو معنوية كالتقدير والاحترام... الخ.
- ويشعر الفرد هنا بالضغط إذا كانت العوائد التي يتحصل عليها اقل من مجهوداته

(Xavier molenatles, 2010)



- شكل رقم (6): نموذج سيغريست لضغوط العمل

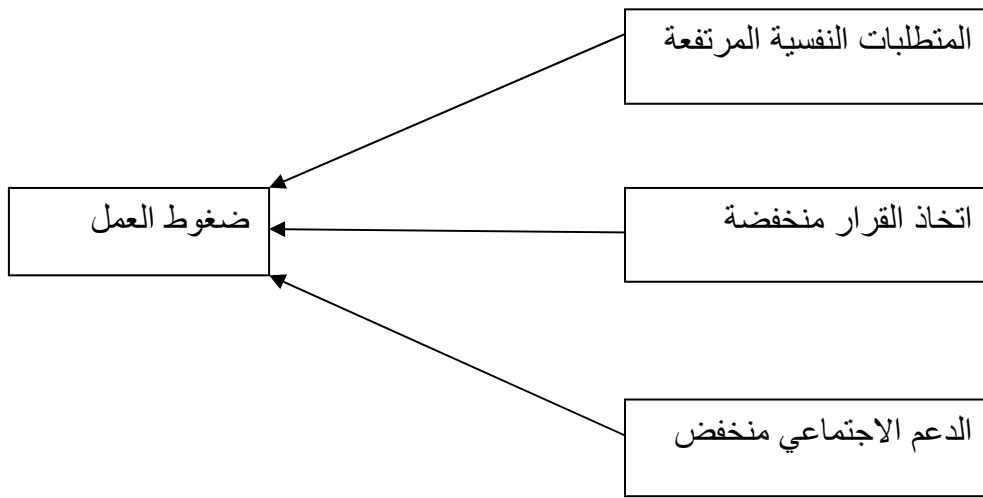
8-5- نموذج كراساك Karasek :

يربط هذا النموذج الضغط بالظروف المرتبطة ببيئة العمل الداخلية أو الخارجية، ويعتمد على ثلاثة متغيرات هي:

أ- المتطلبات: تشمل الاحتياجات الفردية في بيئة العمل حيث تتمثل في طول ساعات العمل، الأوقات المخصصة للمهام، سرعة الأعمال والأعباء الوظيفية... الخ.

ب-حرية اتخاذ القرار: تتمثل في قدرات الفرد في الحكم الذاتي، الخبرات الوظيفية، المهارات التدريب والمسؤولية ...الخ.

ج-الدعم الاجتماعي: تنحصر في البيئة الاجتماعية التي يؤدي فيها الفرد عمله، وتتمثل في النمط الإداري، مناخ العمل، الاندماج في العمل، مساعدة الزملاء والثقافة التنظيمية في المؤسسة ...الخ (vitorrio , 2003, p8).



- شكل رقم (7): نموذج كراساك لضغوط العمل (من إعداد الطلبة)

8-6- نموذج لينريك l'inrick:

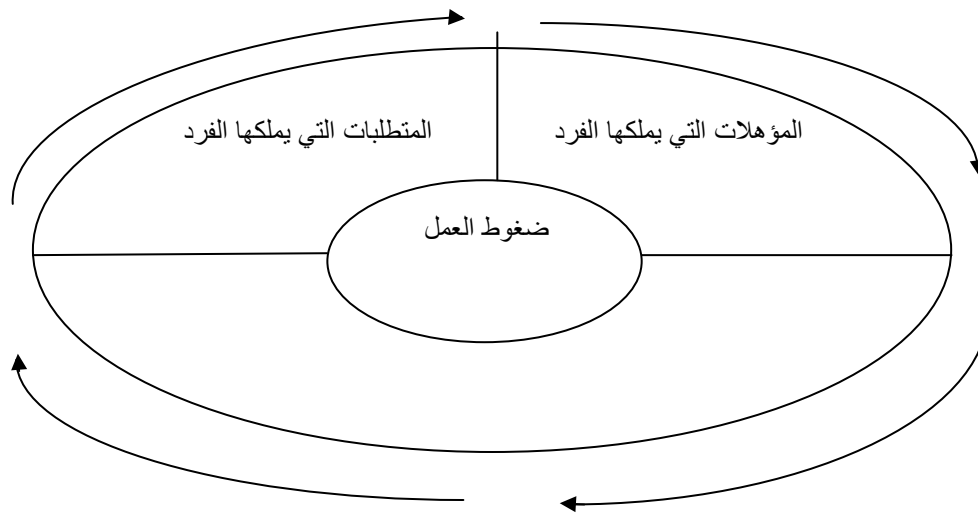
قدم الباحث سيمون مورس **simon moors**: سنة 1994 نموذج لتفسير الضغوط العمل وركز على بعدين وهما:

- متطلبات العمل كقيود الإنتاج، الكمية، النوعية، قيود الوقت ... الخ.
- المؤهلات التي يتمتع بها الفرد كالقدرات الجسمية والفكرية والخبرات ... الخ.

حيث يعتبر هذا النموذج أن متطلبات العمل ومؤهلات الفرد تتغير عبر الزمن، فيمكن للفرد أن ينتقل من حالة لاتوازن إلى حالة توازن والعكس صحيح.

فالضغوط تنشأ في حالة توفر شرطين وهما:

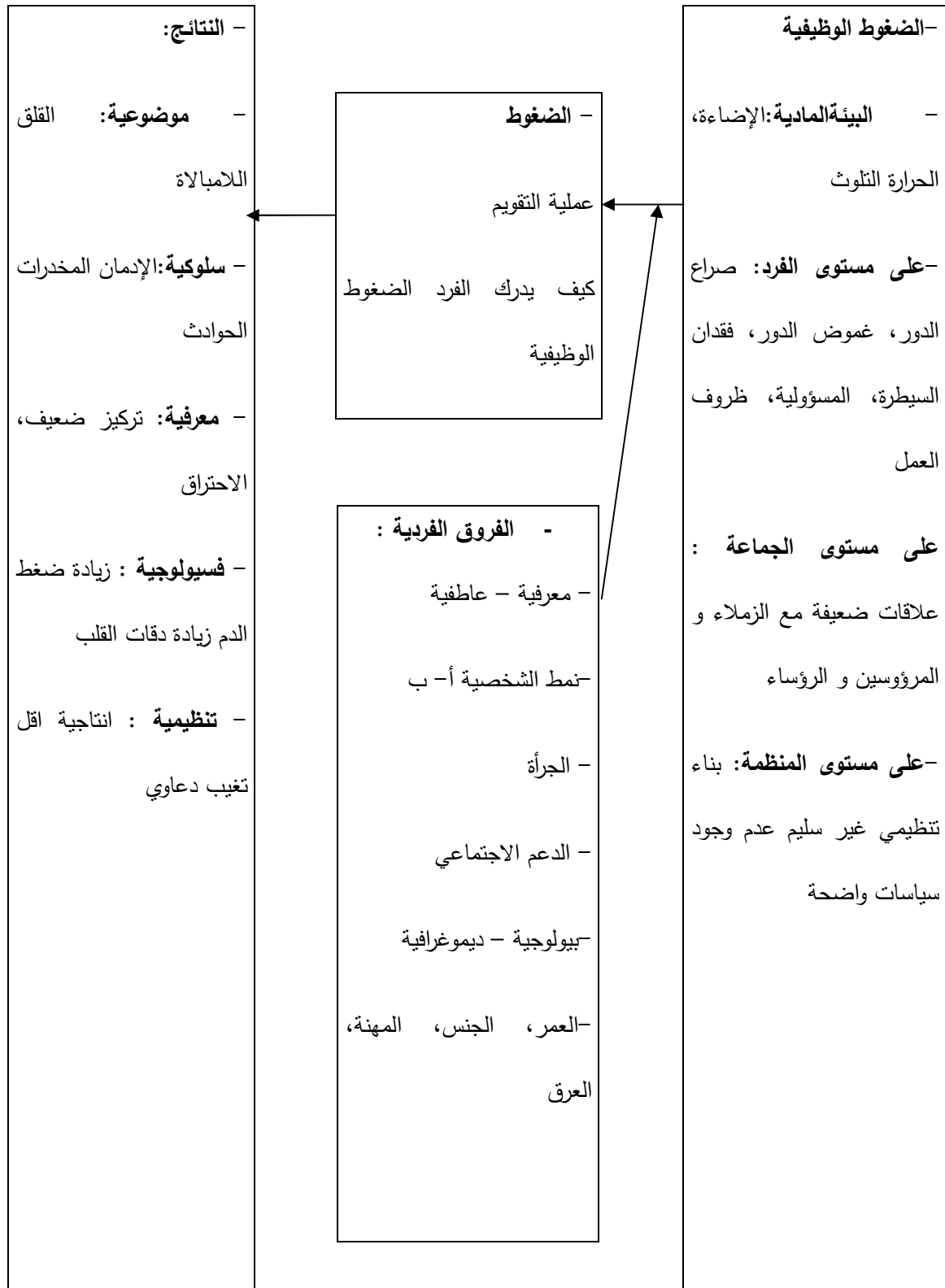
- أن يكون الفرد في وضعية لاتوازن أي عدم تناسب مؤهلاته مع متطلبات العمل.
- أن يشعر الفرد بأن الوضعية التي هو فيها تهدد مكانته في المؤسسة، سواء بفقدان العمل أو التقدير...الخ.



شكل رقم (8): نموذج لتفسير الضغوط العمل (l'inriect p 36)

7-8- نموذج جيبسون و زملائه Gibson ivancevich and Donnelly :

ركز هذا النموذج على توضيح مصادر الضغوط الوظيفية المختلفة، و تأثير عملية إدراك الفرد لها، ومستوى الضغط الذي يشعر به الفرد، وعلى نتائج وأثار هذا الضغط حيث أشار أيضا النموذج إلى دور الفروق الفردية على إدراك الظروف الضاغطة التي يواجهها.



شكل رقم (9): يمثل نموذج جيبسون وزملائه (Gibson L. invacevich and donnelly,

1994,p266)

9- النظريات التي فسرت الضغط المهني:

هناك العديد من النظريات التي فسرت الضغط المهني ومن أهمها:

9-1-نظرية والتر كانون 1932 Walter Cannon:

إن والتر كانون **Walter cannon** فسر الضغط تفسيراً مادياً، حيث أن النظرية أشارت إلى أن العوامل الذاتية تتأثر بالعوامل البيئية، فالتعرض للظروف القاسية في العمل يؤدي إلى خلل في النظام البيولوجي للفرد، فاعتبر العامل كائن بيولوجي وشخصيته مجرد معدن.

بالتالي نجد أن هذه النظرية لم تأخذ بعين الاعتبار العوامل العقلية والنفسية للفرد، التي تعتبر جوهر الفروق الفردية أين تختلف الاستجابة للمؤثرات البيئية من فرد إلى آخر.

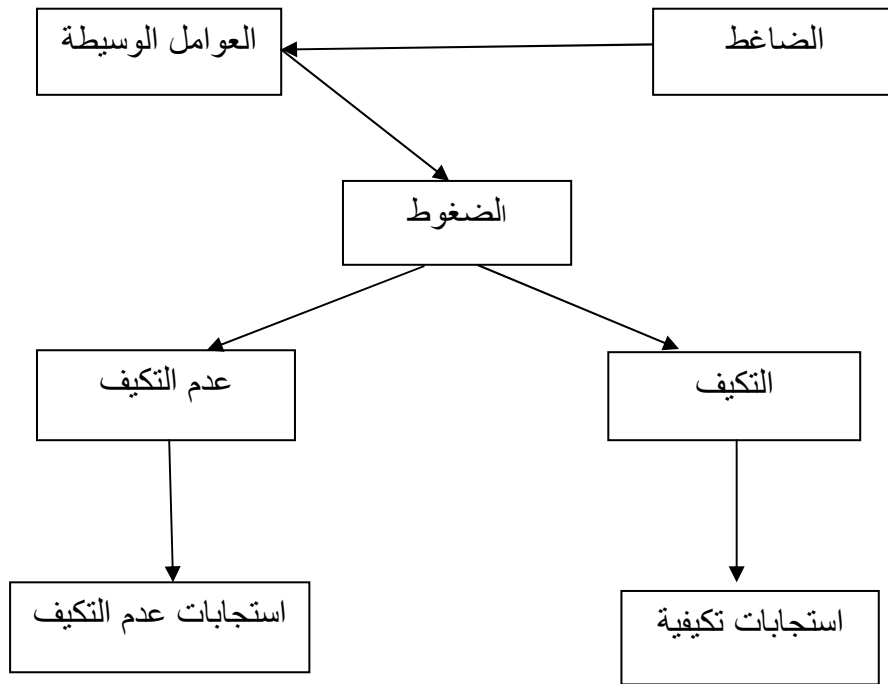
9-2-نظرية هانس سيلس 1982Hans Seley:

اعتبر سيلس الضغط استجابة لعامل ضاغط، حيث تختلف استجابات الأشخاص حسب اختلاف البيئات الضاغطة، بالتالي ردود فعل الفرد للأحداث الضاغطة تتبع نمطاً متناسقاً ويسمى نمط التكيف العام للأعراض المتزامنة، لهذا اعتبر سيلس أن استجابات الإنسان للضغوط تمر بثلاث مراحل وهي:

أ-حالة الإنذار (الفرع): هنا يحدث للجسم تغيرات نتيجة للعامل الضاغط، وبالتالي تقل مقاومة الجسم، في حالة انهيار المقاومة بسبب شدة الضاغط يمكن أن تؤدي إلى الوفاة، بالتالي الإنذار هو الجاهزية للتعاطي مع الضغوط.

ب-المقاومة: هنا تكون المقاومة ضد الضاغط حيث تختفي الأعراض التي ظهرت في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى تدل على التكيف، تستأنف العمليات الفسيولوجية وظيفتها الطبيعية بعد أن أصابها الاضطراب.

ج-الإجهاد: هذه المرحلة تأتي بعد مرحلة المقاومة، عندما يكون الجسم قد تكيف، وبعد أن استنفذ الطاقة الضرورية، أما في حالة ما إذا كانت الاستجابة الدفاعية شديدة ومستمرة لوقت طويل يمكن أن تؤدي إلى أمراض التكيف.



شكل رقم (10): الضغط عند سيللي (فاروق سيد عثمان، 2001، ص 99) .

إن هذه النظرية اعتبرت مرحلة الفرع مرحلة يتغير الجسم فيها ونتيجة لهذا التغير تقل مقاومته، وتأتي مرحلة المقاومة أين يكون الضغط ملازماً للتكيف ، بالتالي تختفي التغيرات التي ظهرت في المرحلة الأولى وتظهر تغيرات أخرى، وفي مرحلة الإجهاد يستنفذ الجسم الطاقة للتكيف (Hans Seley , 1982,p 7).

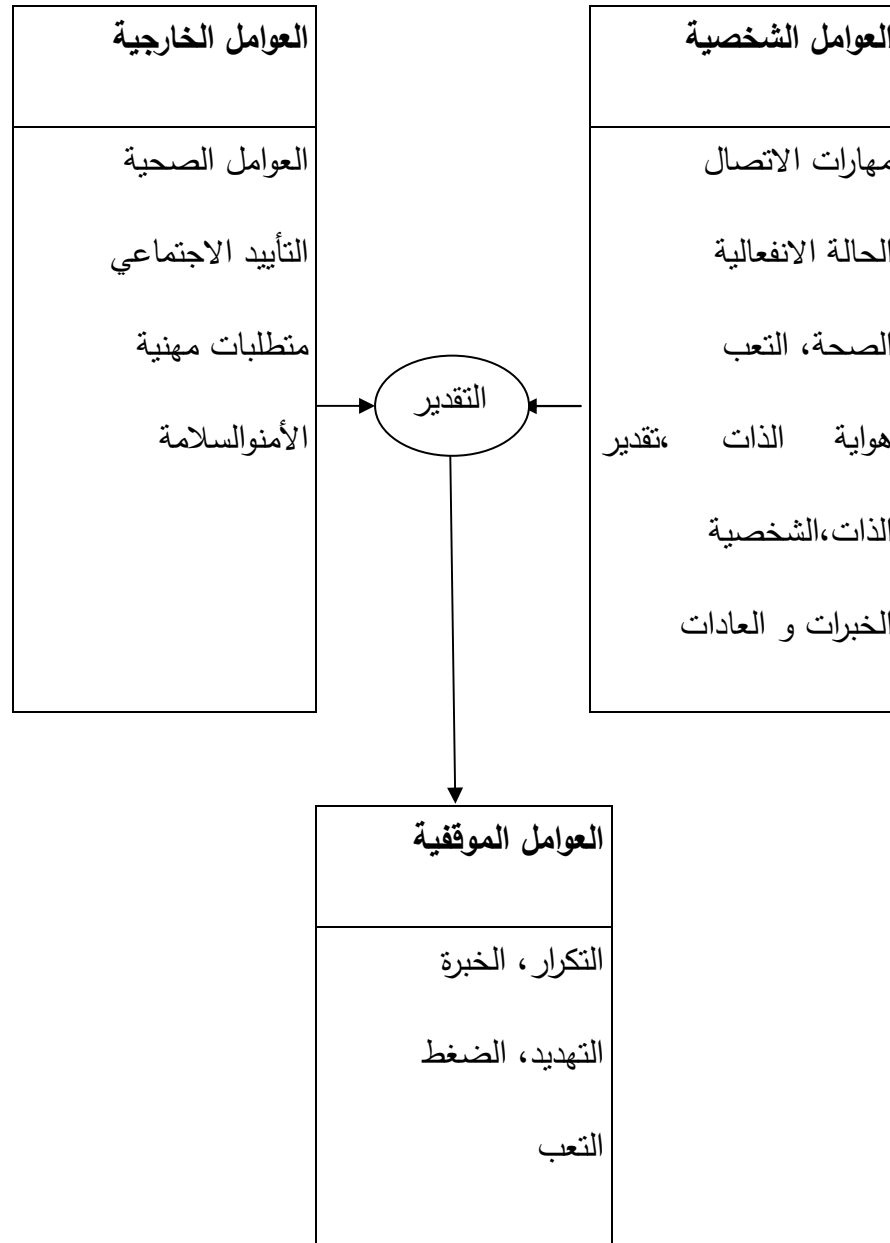
لكن هذه النظرية تجاهلت عوامل مهمة وهي العوامل المرتبطة بالشخصية المهنية ارتباطاً شديداً بالتجربة، المهارات، الخبرة وعوامل التدريب... الخ.

9-3- نظرية التقدير المعرفي لازاروس 1970: Lazarus

حسب هذه النظرية فالتعرض للضغط يعتمد على تقدير الفرد للموقف واعتقاداته الذاتية حول قدرته على مواجهة موقف ما، وتحدث الضغوط حسب هذه النظرية عندما يكون هناك تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد، حيث يمر تقييمه وإدراكه للتهديد بمرحلتين وهما:

أ- المرحلة الأولى: هي أين يكون التعرف إلى حدث ما أنه يسبب الضغوط.

ب- المرحلة الثانية: هي مرحلة أين يحدد الفرد طرق مواجهة المشكلات التي تظهر في الموقف.



شكل رقم (11): نظرية التقدير المعرفي للضغط (فاروق السيد عثمان، 2001، ص 101).

فالضغط يختلف من فرد إلى آخر ذلك حسب العوامل الشخصية والفردية والخارجية، فنتيجة لعدم توافق

المتطلبات الشخصية للفرد تظهر الضغوط (lazarus, folkman 1984, p19)

لكن هذه النظرية تركز على العوامل الوسيطة أكثر، حيث أنه كلما تغيرت تقديرات الفرد تصاحبها تغيرات

في انفعالات هو عملية التحمل لديه.

نلاحظ فيما سبق انه قد تعددت النماذج والنظريات المفسرة للضغط المهني حيث ركزت في تفسيراتها على العوامل التنظيمية والبيئية والبيولوجية والعقلية والنفسية ...الخ ويمكن تلخيصها فيما يلي:

أ- النظرية الجسمية:

ترجع هذه النظرية الضغوط إلى استجابات جسمية غير محددة، تتمثل في مثيرات في البيئة المحيطة التي تؤثر مباشرة على الجسم، لأن البعض من أجهزة الجسم تتعامل مباشرة مع المثيرات والضغوط المحيطة به، ومن أهم هذه الأجهزة الجهاز الطرفي الذي يقوم بالتأثير على جهازين في جسم الفرد العامل، وهما جهاز الغدد الصماء والجهاز العصبي اللاإرادي، فتتم هذه العملية ببعث الجسم رسالة الضغط بواسطة المهاد إلى الغدة النخامية بالدماغ كما تقوم هذه الأخيرة ببعث إشارة إنذار بإرسال هرمونات الغدد الصماء والتي تفرز بدورها الأدرينالين التي تسبب تغيرات وتفاعلات جسمية كعصر الهضم (صالح عبد الوحيد، 1996 ، ص 30).

ب- النظرية الاجتماعية:

هذه النظرية اعتبرت الإنسان مخلوق اجتماعي بطبعه، لذا فالضغوط الموجودة في البيئة الاجتماعية المحيطة به قد تسبب له الشعور بالضغط الذي يؤدي إلى عدم التوافق، فالعلاقات الاجتماعية السيئة تؤدي إلى توتر الفرد وشعوره بالضغط، حيث أن هذا الأخير يرتبط بمدى استقرار العلاقات الاجتماعية، فكلما كانت هناك ضغوط على الفرد نجد وراءها سوء عدم استقرار العلاقات الاجتماعية أو عدم التوافق والانسجام في توقعات المراكز، فينشأ جراء ذلك شعور الفرد بالغموض والتعارض وهو كنتيجة لوظيفة غير متوافقة مع توقعات الفرد.

ج- النظرية السلوكية:

تعتبر هذه النظرية الضغوط والمشاعر كاستجابات للمثيرات المحيطة بالفرد، حيث أن الفرد عند إدراك العلاقات التلازمية بين الشعور بالضغط وبين العناصر المثيرة لها، تؤدي إلى احتمال ظهور الشعور بالضغط، نستطيع القول أنه ذا الشعور يمكن اكتسابه وتعلمه، فبمجرد أن يقيّم الفرد الخطر من عنصر معين يمكن تحديد مقدار الضغوط الذي يتعرض له (محمد الصرفي، 2008، ص ص 84.85).

د- نظرية التحليل النفسي:

اعتبرت هذه النظرية الضغط على أنه شكل من أشكال الصدمة الأولية، ذلك بعد التحليل النفسي للوضعية الضاغطة، ومن رواد هذا الاتجاه نجد فرويد حيث أنه لم يعتبر الضغط على أنه مجرد حدث خارجي بل كحدث داخلي أيضاً، حيث وضع الأنا في موقع الاختيار، إما القدرة على مواجهة الضغط أو انهيار ميكانزماته الدفاعية عند التعرض للإثارة الشديدة (عبد الرحمن العيسوي، 2000، ص 78). حيث يرى أن شخصية الفرد تتكون من ثلاثة عناصر أساسية وهي:

- **الهو:** الذي يمثل الجانب اللاشعوري من الشخصية، حيث يعتبر مكان الطاقة الغريزية الذي يعمل بصورة غير منطقية وغير عقلانية.
- **الأنا:** هو العنصر الذي يمثل الجانب الشعوري، ويرى الواقع المادي والاجتماعي ويقوم بالعمليات العقلية والمنطقية التي تناسب الواقع.
- **الأنا الأعلى:** هو الذي يمثل الجانب الأخلاقي والمثل والقيم الاجتماعية، يسعى دائماً للمثالية ويرمز للجانب المثالي في الشخصية.

بالتالي حسب هذه النظرية الشعور بالضغط يأتي نتيجة الكبت للدوافع التي لا تجد مجال للإفصاح عن نفسها وتخرج للخارج وتعبّر عن نفسها، لهذا تتحول إلى أمراض واضطرابات أو مواضيع أخرى

(Girdan. d and everly. Sand Dusek, 1997 , p129)

و- النظرية الإدراكية المعرفية :

ترى هذه النظرية أن للفرد قدرات عديدة تساعد على فهم ما يحيط به، ليس كما هي في الواقع بل كما يراها هو، لذا نجد الفرد يقوم بسلوكات حسب إدراكه للأحداث فهو يعتقد دائما أن ما لديه من قدرات ومصادر التكيف لا تكفيه لمواجهة متطلبات وضغوط العمل، وهذا ما يؤدي إلى الإحباط والتوتر فالفرد إذن يواجه الأحداث حسب اعتقاداته وليس كما هي في الواقع (أبو حميدان يوسف، 1999، ص 56).

10- آثار الضغط المهني:

إن تعرض الفرد للضغوط يؤدي إلى ظهور تأثيرات سلبية على شخصيته، ومن أهم الآثار السلبية التي توصل إليها الباحثون نجد:

أ- الآثار المعرفية:

يؤدي الضغط إلى التأثير في الوظائف العقلية التي تصبح غير فعالة ومنها التأثير على البناء المعرفي له حيث يظهر ذلك في:

- نقص الانتباه والتركيز وضعف قوة الملاحظة.
- نسيان الأشياء وعدم القدرة على اتخاذ القرارات.
- تدهور الذاكرة وزيادة الأخطاء.
- نقصان القدرة على التقييم المعرفي الصحيح للموقف.
- صعوبة معالجة المعلومات وحل المشكلات.

- النظرة السلبية للذات سواء من الفرد أو الآخرين.
- التفكير الجامد والنمطي بدلا من التفكير الإبتكاري (سمير شيخاني، 2003، ص 18).

ب - الآثار الانفعالية:

وتظهر الأعراض التالية:

- استثارة الخوف والقلق والإحباط بسرعة.
- ازدياد التوتر النفسي والفسولوجي.
- سيطرة أفكار الوسواس القهري.
- انخفاض تقدير الذات.
- انخفاض الطاقة وبذل الجهد لدى الفرد.
- ظهور الصراعات بين الشخصية.
- ازدياد الاندفاعية والحساسية المفرطة (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص 46).
- عواطف غير مناسبة، الشعور باليأس والضيق، الرغبة في الموت، الاكتئاب، الشعور بعدم القدرة على الحركة (علي إسماعيل علي، 1999، ص 90).

ج - الآثار الفسيولوجية :

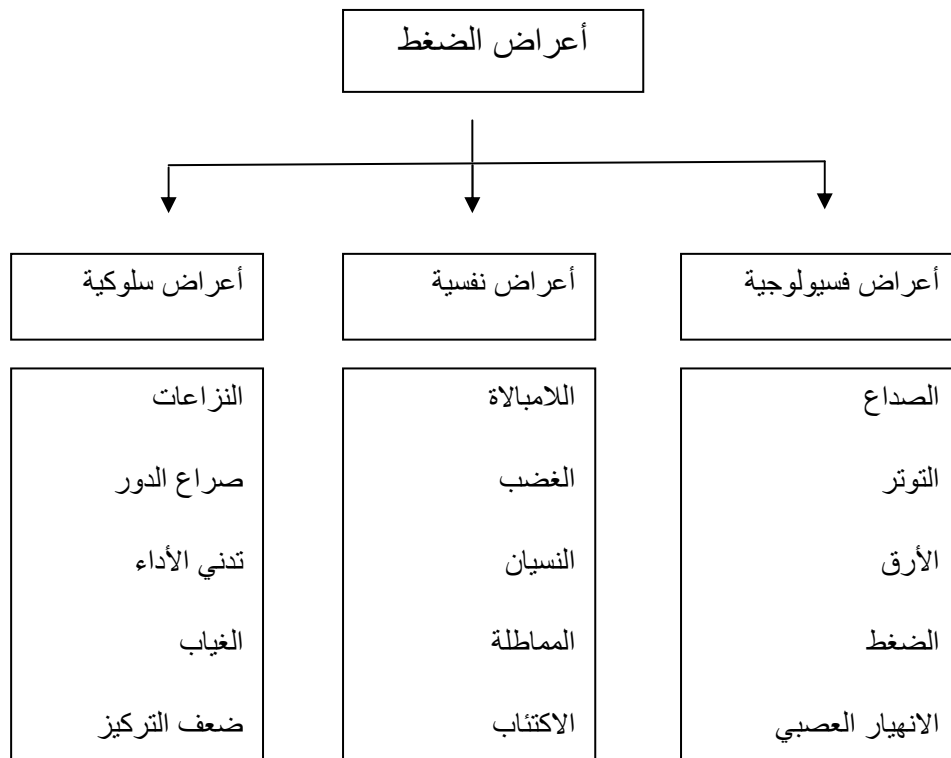
تتمثل الأعراض في:

- اضطرابات المعدة والأمعاء.
- الشعور بالغثيان والارتعاش.
- ارتفاع الكوليسترول في الدم وهذا ما يؤدي للأزمات القلبية.

- إفراز كمية كبيرة من الأدرنالين وذلك ما يؤدي إلى زيادة دقات القلب وارتفاع ضغط الدم وزيادة نسبة السكر في الدم.

د- الآثار السلوكية:

- تظهر الأعراض كما يلي :
- اضطرابات لغوية كالتأتأة والتلعثم.
- انخفاض إنتاجية الفرد.
- اضطرابات في النوم وإهمال المنظر والصحة.
- انخفاض الأداء والقيام باستجابات سلوكية غير مرغوبة.
- انخفاض مستوى نشاط الفرد والتوقف عن ممارسة هواياته.
- عدم الثقة في الآخرين والتخلي عن الواجبات والمسؤوليات.
- تعاطي المخدرات والتدخين والعقاقير.
- تزايد معدلات التغيب عن العمل وعدم الرضا عنها.
- الميل إلى العزلة (طه عبد العظيم حسين، 2006، ص 46).
- قضم الأظافر، وسواس المرض، تصعيد أخطاء الآخرين، تجاهل الآخرين، التهكم والصخرية من الآخرين (علي عسكر، 2000، ص 45).



شكل رقم (12): أعراض الضغوط (إدارة ضغوط العمل، ص 53).

11- نتائج استمرار الضغوط:

أ - الأداء والعمل:

إن الأداء العادي يرتبط بدرجة معتدلة من الضغط، كما بينت الدراسات أن الغياب وترك العمل واللجوء إلى المهدئات مرتبط بالضغوط وفي حالة استمرارها يؤدي إلى حالة نفسية وهو ما يعرف بالاحتراق النفسي الذي يعبر عن استنزاف بدني وانفعالي، فتظهر مظاهر سلبية كالإرهاق، التعب، فقدان الاهتمام بالعمل والسخرية من الآخرين...الخ.

كل هذا يؤثر على قدرة الفرد في العمل، ويصبح الوضع خطير إذا بقي العمال المحترقون نفسياً في أعمالهم دون أية مساهمة منهم في واجهته، لهذا تمت دراسة هذا الموضوع من طرف العديد من الباحثين باعتبار الاحتراق النفسي كأحد نتائج الضغوط في مجال العمل.

دراسة شخصية العامل ومعرفة استراتيجياته في مواجهة المشاكل الداخلية للمؤسسة، ذلك حسب أهميتها وفي الوقت اللازم، أي معرفة كيفية مواجهة العامل للضغوط المهنية.

كيفية احتكاك العامل مع زملائه وكيفية استجابته للتصرفات السلوكية المختلفة في المنظمة (علي عسكر، 1999، ص ص 173، 176).

خلاصة :

في ضوء ما رأيناه فضغوط العمل تأتي نتيجة لعدة عوامل، عوامل خارجية بيئية وعوامل داخلية مؤسسية وعوامل شخصية وإدراكية، فكلما كانت هذه العوامل تفوق قدرات وإمكانيات الفرد يكون التصدي لها ضعيف وتعرضه للضغط مرتفع، أي إذا كانت متطلبات العمل تفوق إمكانيات الفرد يكون هناك ضغط، كما اختلفت مصادره من باحث إلى آخر فمنها مصادر عبء العمل، ضغوط بيئة العمل، مصادر الضغوط المادية والمعنوية... الخ، والتي تنعكس سلباً على حياة الفرد إما المهنية أو الخاصة، لذا ظهرت عدة نظريات فسرت هذه الظاهرة بمحاولة التنبؤ بها وإيجاد الحلول التي تنقص من آثارها.

الفصل الرابع

الاحتراق النفسي لدى الصحفيين

-تمهيد

- 1-الفرق بين الاحتراق النفسي و المفاهيم الأخرى
- 2-مراحل الاحتراق النفسي
- 3-أعراض الاحتراق النفسي
- 4-مستويات الاحتراق النفسي
- 5-أسباب الاحتراق النفسي
- 6-مصادر الاحتراق النفسي
- 7-أبعاد الاحتراق النفسي
- 8-النماذج و النظريات التي تفسر الاحتراق النفسي
- 9-نتائج الاحتراق النفسي

-خلاصة

- تمهيد:

لقد أصبح موضوع الاحتراق النفسي من المواضيع التي اهتم بها علماء النفس في العصر الحديث كونه من اضطرابات هذا العصر، حيث حاولوا معرفة ماهيته وأسبابه ونتائجه، هذا ما أدى إلى ظهور عدة دراسات وعدة نظريات، ويعود ذلك إلى الآثار السلبية الخطيرة التي يعاني منها العامل خاصة وأنه مفهوم جديد لا يعرف المصاب به أعراضه.

لذا في هذا الفصل سوف نحاول التطرق إلى معنى الاحتراق النفسي، الفرق بينه وبين المفاهيم الأخرى، مراحل، أعراضه، مستوياته، عرض أسبابه وأعراضه وأهم النظريات التي حاولت تفسير هذا المفهوم.

1- الفرق بين الاحتراق النفسي وبعض المفاهيم الأخرى:

أ - الاحتراق النفسي والضغط النفسي:

الفرق الموجود بين الاحتراق النفسي والضغط النفسي هو أن الضغط شعور مؤقت، حيث أنه بمجرد أن يتم التعامل مع مصادر الضغط يتم زواله، فهو لا يطول عند الفرد فغالبا ما يزول لمدة قصيرة، أما الاحتراق النفسي فهو عكس الضغط لأنه يطول عند الفرد حيث أنه مرتبط بعوامل ضاغطة لمدة زمنية طويلة، والتي تؤدي إلى استنزاف انفعالي وفقدان الاهتمام بالعمل.

ب - الاحتراق النفسي والقلق:

فالفرق الموجود بينهما هو أن القلق يمثل مجموعة من الأفكار والمشاعر السلبية والمزعجة التي تصل في بعض الأحيان إلى قلق حاد وتصاحبها أعراض جسمية وصراع داخلي غير واع، ويمكن أن يتحول إلى الضغط الذي يتحول بدوره إلى الاحتراق النفسي حالة استمراره، لذا فالقلق هو سبب الاحتراق النفسي وهذا الأخير هو نتيجة استمرار القلق وتطوره.

ج -الاحتراق النفسي والتهرب النفسي:

التهرب النفسي هو التهرب الفرد عن تحمل المسؤولية والتمارض والإحساس بأنه ليس على ما يرام، ويخلق أضرار للتهرب من مسؤولياته، فهو بصدد حماية نفسه إذن فهذه الحالة حالة واعية وإرادية ذلك من أجل خفض الضغط، فهي وسيلة دفاعية لحماية النفس لكنها تؤثر على الإنتاجية، أما الاحتراق النفسي فيحدث على مستوى اللاوعي مصاحبة بأعراض جسمانية وسلوكية وانفعالية التي يمكن أن تتحول مع مرور الوقت إلى حالة مرضية.

ج -الاحتراق النفسي والتعب:

التعب هو حالة مؤقتة إذ تكون لفترة قصيرة، أما إذا استمر التعب والتوتر فهي علامة أولى لظاهرة الاحتراق النفسي، أما الاحتراق النفسي فهو ظاهرة ثابتة ومستمرة نسبيا (بدران، 1997، ص 3537).

د -الاحتراق النفسي وعدم الرضا:

استمرار عدم الرضا يؤدي إلى الاحتراق النفسي هذا بسبب أنه يؤدي إلى الضغط في العمل، لذا يجب الاهتمام بظاهرة عدم الرضا كسبب من أسباب الاحتراق النفسي والتعامل معها بفعالية (عسكر وآخرون، 1986، ص 13).

2-مراحل الاحتراق النفسي:

إن ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة وفي نفس الوقت، فإنما تمر عبر أربع مراحل وهي:

أ - المرحلة الأولى مرحلة الحماس المثالي:

هنا تكون طاقة الفرد عالية جدا يكون مليء بالطموح، تكون له أهداف عالية ويكرس نفسه كليا للمؤسسة التي يعمل فيها رغم أن عمله صارم والظروف التي يعمل فيها غير ملائمة، كل هذا لاعتقاده أنه سيحصل على كل ما يريد من خلال عمله.

ب - المرحلة الثانية مرحلة الركود :

تأتي عندما يدرك الفرد أن رغم جهوده المبذولة لم يتحصل على النتائج المرجوة والمتوقعة منه، من هنا يمكن ملاحظة الإجهاد المزمّن عليه ويقل جهده وحماسه.

ج - المرحلة الثالثة مرحلة الإحباط و الخيبة :

هنا الفرد يظهر عليه التعب والإحباط ويدرك أن توقعاته نحو المؤسسة مفرطة كثيرا، وترقباته في الاعتراف لم تتحقق، فيرى بأنه لا يمكن أن يصل إليها، بالتالي يصبح غير صبور وسريع الغضب وساخر... الخ.

د - المرحلة الرابعة مرحلة الخمول و اللامبالاة:

الفرد هنا يفقد كل الاهتمام بالعمل والمحيط كما يفقد الدافعية والفعالية، فإنه قد احرق كل احتياطاته الطاقوية، هذه هي آخر مرحلة للاحتراق النفسي (Dominique coppe, 2013 , p 5).

- أما 1987 Matteson et Ivancevich فيرى أن الاحتراق النفسي لدى الفرد يتطور عبر المراحل التالية:

أ -مرحلة الاستغراق:

هنا يكون مستوى الرضا عاليا، لكنه يبدأ بالانخفاض في حالة ما إذا لم يكن هناك تناسق بين المتوقع من العمل وما يحدث في الواقع.

ب -مرحلة التبدل:

تقل الكفاءة وينخفض الرضا تدريجيا ويشعر الفرد بالمرض، كما ينقل اهتماماته إلى المظاهر الأخرى خارج العمل كالاتصالات الاجتماعية والهوايات، ذلك لشغل أوقات فراغه.

ج -مرحلة الانفصال:

يبدأ الفرد في الانسحاب النفسي بعدما أن يدرك ما حدث، فيصبح معتلا بدنيا ونفسيا ويكون مستوى الإجهاد النفسي مرتفعا لديه.

د -المرحلة الحرجة:

هي أقصى مرحلة يمكن أن يصل الفرد إليها وهي مرحلة الانفجار، ذلك بعد أن تزداد الأعراض البدنية والسلوكية والنفسية سوءا، فتزداد شكوكه حول ذاته والتفكير في ترك العمل وحتى الانتحار (السرطاوي زيدان ، 1998 ، ص 11).

أما الاحتراق النفسي حسب ماسلاش وجاكسون فيتكون من ثلاثة أبعاد تتطور عبر ثلاث مراحل تبعا لترتيب زمني معين وهي:

الإنهاك الانفعالي، تبدل المشاعر، انخفاض الإنجاز الشخصي.

- الإنهاك الانفعالي: يحدث عندما تصبح طلبات الفرد غير محتملة، يشعر هذا الأخير بالإنهاك.

- تبدل المشاعر: في المرحلة الثانية وهو من أجل حماية نفسه من الطلبات التي تصبح غير محتملة.

- فقدان الإنجاز: وتأتي في المرحلة الأخيرة.

- مراحل الاحتراق النفسي عند برودسكي Brodsky و عند أدلويش Edelwich

لقد ميز أدلويش وبرودسكي أربع مراحل للاحتراق النفسي وهي:

-**الحماس:** تُترجم هذه المرحلة بقيام الفرد بأعمال كثيرة وبمشاريع طموحة غير محققة تقريبا، فيشعر بكل إمكانياته فيصبح العمل لديه كالمخدر، ومع إفراطه المبالغ في العمل سيتعب مع الوقت ويصبح أقل فعالية ويدور في الفراغ.

-**الخمود:** في هذه المرحلة يرجع الفرد سبب عدم قدرته على العمل إلى نقص طاقاته، غير أنه بالمقابل يصرف ساعات أكثر في العمل، فيشتكي من التعب والآلام السيكوسوماتية مع اضطراب الانتباه والنوم فيلجأ إلى شرب الأدوية، حيث يصبح الرضا عن حاجاته الخاصة وارتفاع مداخله والتقدم المهني من أولويته.

-**الإحباط:** يشعر الفرد في هذه المرحلة بالذنب وبالعجز، في تساءل عن فعاليته وعن قيمته في العمل ومدى ملاءمته لعمله، فيخمد ويصبح سريع الاستثارة، تبدأ لديه الاضطرابات السيكوسوماتية والانفعالية في الظهور لديه.

-**اللامبالاة:** هنا تتخفف معنويات الفرد وينقص أدائه، فيصبح محبطا تماما إلى درجة أنه لا يستطيع إتمام عمله، إلا أنه يواصل المقاومة من أجل البقاء، فيحاول أن ينتهي من عمله في أقل وقت ممكن، يتفادى التحديات ويحمي نفسه ممن قد يضعه في خطر.

- مراحل الاحتراق النفسي عند اتييزر 1981:

هناك خمس مراحل لتطور الاحتراق النفسي، إذ يشير إلى استقرار الاكتئاب نتيجة الإحباط الغير معبر

عنه من خلال الحلقة المفرغة الآتية:

الإحباط، الغضب، الاكتئاب، العدوانية، النكوص.

يرتبط الاكتئاب بالعجز والإحباط اتجاه الواقع والشعور بعدم المنفعة الاجتماعية وبعدم الكفاءة، تُتبع هذه المرحلة بالغضب والشعور بالذنب عن الذات لذا يأتي بسلوكات عدوانية اتجاه الآخرين التي تظهر على شكل انتقادات معلنة ولاذعة، أو بعدائية غير معبر عنها.

ثم تأتي مرحلة النكوص التي تترجم بالعودة إلى ردود أفعال صيانية كالشكوى المزمنة، الثثرة والحاجة الدائمة لاعتراف الآخرين به، بعدها يستسلم الفرد ويترك حل المشاكل فيركز اهتمامه على ردود أفعاله الخاصة ويتهرب من الأماكن أو الأشخاص الذين يسببون له ضغطاً، ثم يستقر الاكتئاب لديه والذي يحدد بعدم الرضا الشديد والعام، وأخذ مسافة بعيد اتجاه الآخرين والمؤسسة، التغييب والهروب مما يزيد من شعوره بالإحباط أكثر.

- مراحل الاحتراق النفسي عند شوفولي وبيترز 2000: ميز مؤخر كل من شوفولي وبيترز

المرحلة الأولى وهي اختلال التوازن بين موارد الفرد وطلبات الضغط، بعدها تتطور لدى هذا الأخير

مجموعة من الاتجاهات والسلوكات السلبية، كالميل إلى معاملة متلقي الخدمة بطريقة ميكانيكية

أو باهتمام تهكمي في إرضاء حاجة الآخرين، حيث تعتبر هذه السلوكات والاتجاهات كميكانيزمات

مقاومة و دفاعية تعمل على تقليص الإنهاك الانفعالي، ففي هذه المرحلة يضع الفرد مسافة بينه وبين

الآخرين من أجل حماية نفسه ضد المحيط الاجتماعي الضاغط، وهي إستراتيجية مقاومة غير فعالة، إذ

أنها تزيد من الضغط بدلا من تخفيفه ومن خطورة المشاكل البين شخصية، وكننتيجة لذلك تقل فعالية

الفرد فيت حقيق أهدافه، بالتالي ينقص إنجازاه الشخصي (مزياني فتحة، ص ص 156، 158).

3- أعراض الاحتراق النفسي:

إن الاحتراق النفسي ظاهرة لها أعراض، فيمكن أن تمر دون أن نهتم بها ومن أهمها نجد:

أ - الاستجابات الفسيولوجية :

- تتمثل في اضطرابات جسمية كارتفاع ضغط الدم، ارتفاع معدل ضربات القلب اضطرابات في

المعدة، جفاف في الحلق والضييق في التنفس (بدران ، 1997، ص35، 36).

- الإجهاد الفيزيقي:

يظهر ذلك في فقدان الطاقة، اضطرابات النوم، التعب المزمن، تغيرات في الوزن، نقص في مقاومة

الأمراض، الاضطرابات المعوية وآلام البطن.

ب - الاستجابات النفسية: تتمثل في:

- الإجهاد الانفعالي:

نقص الدافعية، الملل، خيبة الأمل، انخفاض في تقدير الذات، الإحساس بالفشل، القلق، سرعة التأثر

والانفعال، نفاذ الصبر ونوبات الغضب أو البكاء الاكتئاب والوحدة النفسية... الخ

(Dominique coppe, p 2 2013).

- الإجهاد العقلي:

وتظهر على شكل اضطرابات في التركيز والذاكرة، فقدان المعاني الأولوية، عدم تنظيم العمل، تهويل

الأحداث ضعف القدرة على حل المشكلات... الخ.

- الاضطرابات السلوكية:

يتخذ الفرد مواقف إدارية ذلك بالاختفاء وراء القوانين، العدوانية والسخرية، زيادة معدل التغيب، العزلة عن المجتمع، التعب لأقل مجهود، الإكثار في تناول الكحول والعقاقير والتدخين... الخ.

فعدة اضطرابات وأمراض جسدية يمكن أن تحمل إشارات قبلية وهي أعراض الإجهاد، فيمكن أن تكون نزلة برد وآلام الظهر، أما نوبات الغضب أو البكاء فهي التفاصيل تشرح الحالة الانفعالية الداخلية للفرد، ومع ارتفاع الضغط الذي ينمو داخل الفرد يمكن أن يؤدي إلى انحراف الاحتراق النفسي إلى أمراض نفسية خطيرة، التي تؤدي في بعض الأحيان إلى الانتحار (بدران، 1997، ص 57).

و هناك تقسيم مراحل حدوث الاحتراق النفسي إلى أقسام أخرى و هي :

-**أعراض عضوية:** تتمثل الأعراض العضوية في: الإعياء، الأرق، ارتفاع ضغط الدم، كثرة التعرض للصداع واللجوء للتدخين، الإحساس بالإرهاك طوال اليوم، الإحساس بالتعب بعد العمل.

-**أعراض نفسية انفعالية:** تتمثل الأعراض النفسية من الملل، عدم الثقة بالنفس، التوتر، فقدان الحماس، فتور الهمة، الغضب، الاستياء وعدم الرغبة في الذهاب للعمل.

-**أعراض اجتماعية:** وهي أعراض متعلقة بالآخرين تتمثل في الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء،

الميل الانعزال والانسحاب من الجماعة (دريد، 2007، ص ص 22-23).

4-مستويات الاحتراق النفسي:

صنف سبانيول 1979 Spaniol الاحتراق النفسي إلى ثلاث مستويات أرجعها إلى روتين العمل وتتمثل هذه المستويات في :

أ - **الاحتراق النفسي المعتدل**: في هذه المرحلة نجد ظهور نوبات قصيرة من الإحباط والقلق والتعب والتهيج لكن بصورة بسيطة وصغيرة.

ب - **الاحتراق النفسي المتوسط**: نجد في هذه المرحلة استمرار نفس الأعراض السابقة، لكن هذه المرة لمدة أطول من السابق، حيث تمتد من أسبوعين فما فوق.

ج - **الاحتراق النفسي الشديد**: أما هذه المرحلة نجد الاحتراق النفسي قد فاق عن المرحلتين السابقتين، فنتيجة لظهور مشاعر الاحتراق النفسي المعتدل والمتوسط بصورة مستمرة، تظهر أمراض جسمية ونفسية مزمنة كالقرحة، آلام الظهر ونوبات الصداع الشديد... الخ، وهنا يصبح الاحتراق النفسي مشكلة خطيرة تحتاج إلى المساعدة في أقرب وقت (بدران، 1997، ص 57).

5- أسباب الاحتراق النفسي:

لاحظ فرويدنبرغر **freudenberger** أن الأفراد الذين يملكون الصورة المثالية على أنفسهم والمخلصين الملتزمين الذين تكون لديهم الدافعية القوية للنجاح المهني، والذين يتميزون بنشاط خاص وقدرات للقيام بالعمل هم المعرضون للاحتراق النفسي، حيث ينتهون بفقدان الارتباط مع أنفسهم.

وحسب ماسلاش وليتر **maslach et leiter** فالخلل الأساسي لا يرجع إلى الشخص ذاته بل إلى محيط العمل الذي يعمل فيه، فالاحتراق النفسي كعرض نتيجة لحالات وضعية في العمل رغم أن هذه الظاهرة مرتبطة بالفرد.

أما إغزافيير و ليغرون **Bernard et D.légeron Xavier** فيعتقدان أنه ليس الفرد هو الذي يجب معالجته بل هو محيط العمل، فالعديد من العوامل المحيطة به تسبب الظاهرة: كعبء العمل، تعقد المهام، غياب الرقابة، عدم القدرة بالقيام بالنشاط، عدم وجود علاوات والاعتراف بالجهود المبذولة، عدم وجود

الدعم الاجتماعي والتوافق مع فريق العمل، عدم توافق قيم الفرد مع قيم المؤسسة، الشعور بعدم المساواة وعدم توفر مصادر المعلومة لإنجاز العمل، هذا ما يؤدي في النهاية إلى ظهور الاحتراق النفسي عند الفرد الذي يظهر على أنه مرتبط بالسمات الشخصية والعوامل المحيطة بالفرد، وبالتالي كل فرد معرض للاحتراق النفسي إذا كان في المحيط المهني الذي يسبب الأمراض (Letourneur , 2011 , p 12.13Auntoine).

ومن أهم الأسباب الأخرى التي اتفق عليها العلماء أنها تسبب الاحتراق النفسي هي:

1-5 الأسباب التنظيمية (المؤسسية): إن معظم الباحثين يرجعون حالة الاحتراق النفسي إلى أسباب تنظيمية بحتة، حيث اعتبروه كتعب مرضي ناتج عن تنظيم العمل المعاصر، فالتركيبة والمبادئ التنظيمية سواء في المؤسسات الخاصة أو العمومية هي التي تحدد المكونات الصحية النفسية للفرد (Gaulejac , 2004 , p15).

كما تم التوصل إلى ثلاثة افتراضات حول الأسباب التنظيمية وهي:

- فالفرد الذي يفقد الإمكانيات والكفاءة سوف يتعرض للضغط والقلق، وفي حالة استمرار هذين العرضين سوف يظهر ما يسمى العجز في التعلم هذا بسبب شعور الفرد أنه عاجز على العمل وتحسين أي شيء، يجد الفرد نفسه لا يمتلك بما يواجه مشاكله، لذا يشعر بالضغط الذي يؤدي إلى الاحتراق النفسي في حالة استمراره.
- أما الافتراض الثاني فتشير البحوث الأخرى إلى أن العمل الممل والخال من الإثارة يؤدي إلى الضغط والاحتراق، فأى مشكل يواجه الشخص في العمل يساهم في الشعور بحالة عدم الرضا والضغط، في حالة استمراره يؤدي إلى الاحتراق النفسي، فالأفراد عادة ما يتوقعون الكثير من مواقع عملهم لكنهم يصدمون بالواقع ويصابون بخيبة أمل لأنهم لم يجدوا ما توقعوه مثلا المسؤولين المتفهمين، عملاء يقدرّون الجهود

ويعترفون بالجميل، زملاء متعاونين، فرص الترقية، الاستقلالية، الراتب الكاف... الخ عادة ما يؤدي كل هذا إلى عدم الرضا والضغط والاحترق النفسي فيما بعد.

- الفرضية الثالثة ترجعه إلى المناخ التنظيمي للمؤسسة فالتركيبة الوظيفية تساهم في ظهور الاحتراق النفسي، فللقيادة والإشراف دور في ذلك حيث أن المسؤولين في مؤسسات الخدمات الإنسانية يركزون على حاجات المستفيدين من خدماتها، ويهملون العمال الذين يقومون بمسؤولياتهم كما يعتمدون على أسلوب التحكم ومحاسبة العمال إذا لم يتبعوا الخط المرسوم، ذلك ما يؤدي إلى صراعات بين المنظمة والعمال، كما أن ظاهرة الاحتراق النفسي تنتقل من عامل إلى آخر كأنها معدية، فنسبة إمكانية إصابة العضو الجديد في المنظمة الذي يسود فيها الاحتراق النفسي تكون عالية (بدران، 1997، ص 63، 65).

- الاحتراق النفسي في المنظمة يكون بسبب عبء العمل، الأوقات التناوبية، القيود في وسائل العمل في الوضعيات الخطيرة، قلة الاتصالات، غموض الدور، غياب الاعتراف والدعم... الخ.

وفي هذا الصدد قد تم تحديد المجالات المعرضة للاحتراق النفسي وهي مجال الصحة، التعليم، الأعمال الاجتماعية... الخ، فهي مهن يكون الاتصال مع الناس أكثر رغم أن كل الأعمال تسبب الاحتراق النفسي إلا أن المجالات التي تكون طبيعتها تفرض التعامل مع الناس (كالمعمل مع الفريق أو تكون مسؤول على مجموعة من العمال) هي أكثر عرضة للاحتراق النفسي (Dominique coppe, 2003 , p5).

2-5 الأسباب الفردية (الذاتية): فحسب فرودنبيرغر freudenberger فالأشخاص الأكثر عرضة للاحتراق النفسي هم الذين يؤمنون بالمثالية والالتزام بالعمل والإخلاص له، ذلك بسبب وقوعه تحت تأثير الضغط الذي يفرض عليه القيام بعمله بأكمل وجه وبطريقة فعالة، بالمقابل تواجهه مشاكل العمل التي تحبط من اندفاعه (عسكر وآخرون، 1986، ص 13).

بالتالي العوامل الفردية التي تساهم في حدوث الاحتراق النفسي هي الكمال، المثالية، الطموح، الحاجة للاعتراف، فقدان الثقة بالنفس وتقدير الذات... الخ.

فالاحتراق النفسي هو تعبير شديد للمثالية التي تكون عند البعض ومكرهات الواقع التي تحد من تحقيق ما يسعى إليه الفرد، مع الوقت ينطفئ الفرد بعد إدراكه بأنه مهمش هذا التجاهل يؤدي إلى حالات انفعالية صعبة تؤدي إلى مواجهة نزاعات داخلية تؤثر على القيم الشخصية للفرد (Dominique coppe ,

p6 , 2013).

و هذه بعض الأسباب الشخصية و الفردية الأخرى :

- مدى واقعية الفرد في توقعاته وآماله، فالإفراط في المثالية تؤدي إلى مخاطر الوهم، بالتالي الاحتراق النفسي.
- زيادة حصر اهتمام الفرد بالعمل فذلك يؤدي إلى الاحتراق النفسي.
- تعرض المصلحين الاجتماعيين أكثر للاحتراق النفسي ذلك بسبب طبيعة الأهداف المهنية.
- مهارات التكيف العام.
- النجاح السابق في مهن ذات تحد لقدرات الفرد.
- درجة تقييم الفرد لنفسه.
- الوعي بمشكلة الاحتراق النفسي.

3-5 الأسباب الاجتماعية:

ليس للأسباب الاجتماعية علاقة مباشرة بظهور الاحتراق النفسي، لكن لها دور مهم في إحداثه فالتوقعات الاجتماعية من العامل أو المسؤول يمكن أن تولد لديه ضغط عصبي فيجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي، ومن أهم العوامل الاجتماعية التي تؤدي إليه هي:

- التغيرات الاقتصادية والاجتماعية التي تؤدي إلى ظهور مشاكل في المجتمع قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي.
- عدم تلقي بعض المؤسسات الهامشية الدعم من طرف المجتمع ذلك بسبب التطور الاجتماعي والثقافي والحضاري الذي يعرفه، بالتالي يجد العمال أنفسهم أكثر عرضة للاحتراق النفسي (بدران، 1997، ص 63، 65).

6-مصادر الاحتراق النفسي:

تشير البحوث والدراسات النفسية إلى أن مصادر الاحتراق النفسي يمكن تصنيفها إلى مجموعتين:

-**المجموعة الأولى:** تتمثل في المصادر المهنية أو الخارجية التي تتعلق بطبيعة العمل وبيئته ودور العاملين فيها.

-**المجموعة الثانية:** هي المصادر الشخصية أو الداخلية، التي تتعلق بالخصائص الشخصية والنفسية للعاملين.

-**ظاهرة الاحتراق النفسي** محتومة بعوامل استعداده وبخبرات سابقة لدى العامل ولا تعزى في المقام الأول للمهنة فقط.

أما هيبس وهالين في نتيجة دراستهم أشارت إلى وجود خمسة عوامل من المتوقع أن تساهم في تعرض العاملين لظاهرة الاحتراق النفسي وهي عبء العمل وكثرة المسؤوليات المهنية، العلاقة بين العاملين ورؤسائهم، العلاقة بين العاملين والزبائن، العلاقة بين العاملين وزملائهم الرواتب والتعويضات (الخطيب، 2007، ص 9) .

7- أبعاد الاحتراق النفسي:

- الإنهاك الانفعالي:

يعتبر شيوت Schutte وآخرون 2000 الإنهاك الانفعالي كسمة مميزة للتناذر .

أما شيروم 1989 Shirom يعتبره كعرض جوهري في الاحتراق النفسي.

أما عند ماسلاش وجاكسون 1984 فإنه يشير إلى شعور الفرد باستنزاف انفعالي مفرط نتيجة احتكاكه بالناس الآخرين.

وبيزي 1999 يعتبره بعدم شعور الفرد بتشبع انفعالي وعاطفي في عمله، واستنزاف موارد قوته نتيجة التزامه الشديد في علاقته بالآخرين.

في نفس السياق ذهب تاريس وآخرون 1999 Taris and all إلى أن الإنهاك الانفعالي يشير إلى شعور الفرد بتوتر موارده الانفعالية حيث يصبح انفعال.

إن الإجهاد الانفعالي يشير إلى شعور الفرد باستنزاف وتشبع موارده الانفعالية، نتيجة لطبيعة عمله التي تفرض عليه التعامل مع أفراد آخرين بحاجة إلى خدماته.

أما كاولي 1995 Cowley فيرى أن الفرد في هذه المرحلة يشعر باستنزاف موارده الانفعالية وليس لديه مصدر للتزويد بالطاقة، فيضع مسافة بينه وبين منهم بحاجة إلى خدمات هو الطلبات.

و يرى ستانون 1998 Stanon أن الفرد لا يجد في هذه المرحلة وسيلة للتخفيف عن هذا الشعور إلا بوضع مسافة بينه وبين من يتعامل معهم.

- تبلد الشعور:

- يشير تبلد الشعور حسب ماسلاش وجاكسون 1984 إلى الاستجابة العديمة الشعور والقاسية

اتجاه الأشخاص الذين يتلقون منهم الخدمة والرعاية، كما أنه يعني معاملة الأفراد الآخرين كأشياء.

فتبلد الشعور يتضمن عند تاريس وآخرون 1986 اتجاهات سلبية حيادية منفصلة مفرطة اتجاه الآخرين.

ويذكر شيوت وآخرون 2000 أن تبلد الشعور يشير إلى اتجاهات ومشاعر الفرد السلبية والساخرة

والمستقلة المبنية للمجهول اتجاه الأفراد الآخرين، ويتضمن أيضا الشعور السلبي والشعور بالقسوة

والإهمال، وتطور مشاعر السخرية وعدم الاحترام.

وعليه فهؤلاء الأفراد حسب ستان ونريشو إيزوأهولا 1998 يطورون اعتقادات وضيفة وحقيقة عن

الأشخاص الآخرين، ويتوقعون الأسوأ لهم فسريرا ما يكرهونهم تماما، ففي هذه المرحلة يفقدون الاهتمام

بالغير والتطابق معهم كفرد منهم.

- نقص الإنجاز الشخصي:

لقي هذا البعد الأخير من أبعاد الاحتراق النفسي أهمية قليلة من قبل الباحثين على خلاف البعدين

السابقين الإنهاك الانفعالي وتبلد المشاعر.

فيعني نقص الإنجاز الشخصي لدى ماسلاش وجاكسون 1984 أنه انخفاض شعور الفرد بكفاءته

وإنجازه المثمر في عمله مع الناس.

أما شيوت وآخرون 2000 فيعتبره انخفاض شعور الفرد بكفاءته وميله إلى التقييم السلبي لذاته، خاصة

فيما يتعلق بعمله مع الأفراد الآخرين.

وحسب تاريس وآخرون 1999 فهو انخفاض مشاعر الكفاءة والإنجاز المثمر في العمل.

ويرجع بيزي نقص الشعور بالإنجاز الشخصي في العمل، إلى طبيعة التقييم الخاصة فيما يتعلق بالعمل اتجاه الزبائن، فالأفراد في مهن تقديم المساعدة لديهم صورة سلبية حول ذواتهم كمهنيين، فتظهر الطريقة التي ينجزون بها عملهم على نقيض ما يجب أن تكون عليه في إطار علاقة المساعدة، فيكون لديهم إحساس عام بتعكير الصفو وبأنهم ليسوا في مستوى متطلبات وكفاءات مركزهم ويظنون أنهم أخطئوا في توجيههم المهني.

في هذا الصدد بين الباحث ونفي العجز المكتسب أن الحالات التي تتناقص فيها جهود الفرد بصفة متكررة عن تحقيق نتائج إيجابية، تطور لديه أعراض الضغط والاكتئاب خاصة عندما يعتقد أن عمله لا يضيف له شيئاً، فيفقد القدرة على الاحتمال ويشعر بالإرهاق شيئاً فشيئاً.

وعليه فإن الاحتراق النفسي عند ماسلاش وجاكسون عبارة عن تناذر يتضمن ثلاثة أبعاد متمثلة في : الإنهاك الانفعالي وتبدل المشاعر وانخفاض الإنجاز الشخصي، والملاحظ في أغلبية تعريفات الباحثين الآخرين اللاحقة لتعريف ماسلاش وجاكسون حذت حذوهما، كون هذا التعريف في حد ذاته يعتبر نموذج قابل للقياس، ذلك من خلال أداة Maslach Burnout Inventory (MBI) التي تقيس الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي (مزياني فتيحة، ص ص 152، 154).

أبعاد ماسلاش وآخرون Maslach and all 1976-1978: حيث أنهم توصلوا إلى ثلاثة أبعاد مهمة يمر عليها الاحتراق النفسي، ذلك نتيجة للصدام الذي يحدث في العمل مسبباً التوتر الشديد والضغط التي تؤدي إلى تغيرات نفسية وسلوكية، وتظهر في فقدان الاهتمام وعدم الالتزام، فأظهرت الباحثة هذه المشاعر في ثلاثة أبعاد وهي:

أ - الإجهاد الانفعالي:

يظهر هذا العرض بعد أن يتعرض الفرد لأعباء عمل زائدة ومسؤوليات كبيرة، حيث أنه يحاول أن يقدم كل ما يملك من طاقته فيؤدي به الوضع إلى الشعور بالتعب الشديد والإرهاك كما يجد نفسه لا يملك شيء يقدمه على المستوى النفسي.

ب - فقدان الآنية (التبدل):

تعرفه ماسلاش وبينز 1977 على أنه إحساس بالإنسانية والسخرية من العملاء حيث يظهر ذلك في صورة تحقير أثناء المعاملة معهم، لذا فهو الشعور الذي يظهر لدى الفرد نتيجة الضغط الزائد، الذي يؤدي إلى ظهور مشاعر سلبية اتجاه من يعمل معهم كالامبالاة، التهمك وعدم الشعور بالقيم الإنسانية... الخ.

ج - الشعور بالنقص في الإنجاز الشخصي :

في هذا البعد نجد الأفراد يقيّمون أنفسهم سلبيا ويشعرون بأنهم ليسوا قادرين على القيام بمسؤولياتهم، وأنهم غير كفؤين، ونقصان مشاعر السعادة والرضا لديهم (Maslach and al, 1976,1978).

8-النماذج والنظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

8-1- نموذج شرنيس 1985:cherniss:

فحسبه الاحتراق النفسي يمر بثلاثة مراحل:

المرحلة الأولى: الضغط المهني أو متطلبات تفوق قدرات الفرد، هنا هي حالة من الشدة والتوتر.

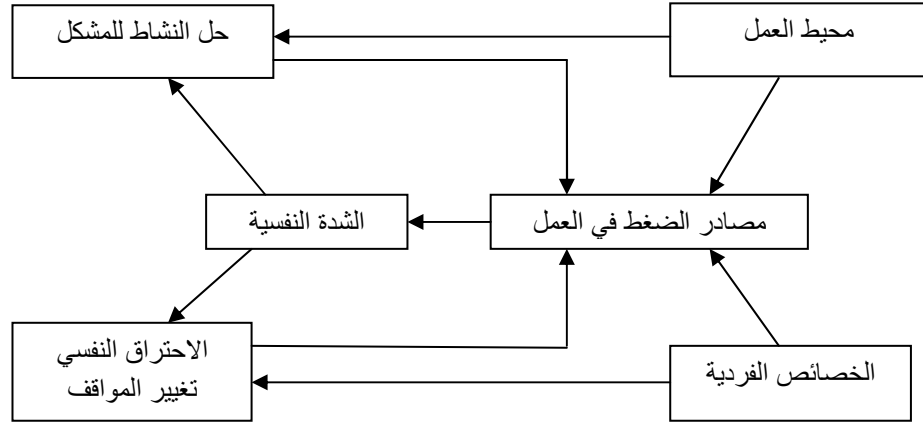
المرحلة الثانية: هي استجابة انفعالية للضغط، يسيطر عليه الإرهاق والقلق والإرهاك.

المرحلة الثالثة: هي مرحلة المواجهة والتعايش التي تؤدي إلى تغيرات موقفية وسلوكية، حيث تحتوي فقط

على (اللامبالاة، طلب المكافآت، قلة الحياء... الخ).

فهذا النموذج التفاعلي هو أول من أظهر أن الاحتراق النفسي هو نتيجة التفاعلات بين بعض العوامل مرتبطة بالعمل وهي: عبء العمل، الاستقلالية، العزلة الاجتماعية، التوجيه المهني والدعم المهني، فالاحتراق النفسي هو نتيجة فشل في التوفيق بين الواقع في العمل اليومي والتوقعات أو الخرافة المهنية التي رسمت في ذهن العامل (Philippe zawieja , p 11).

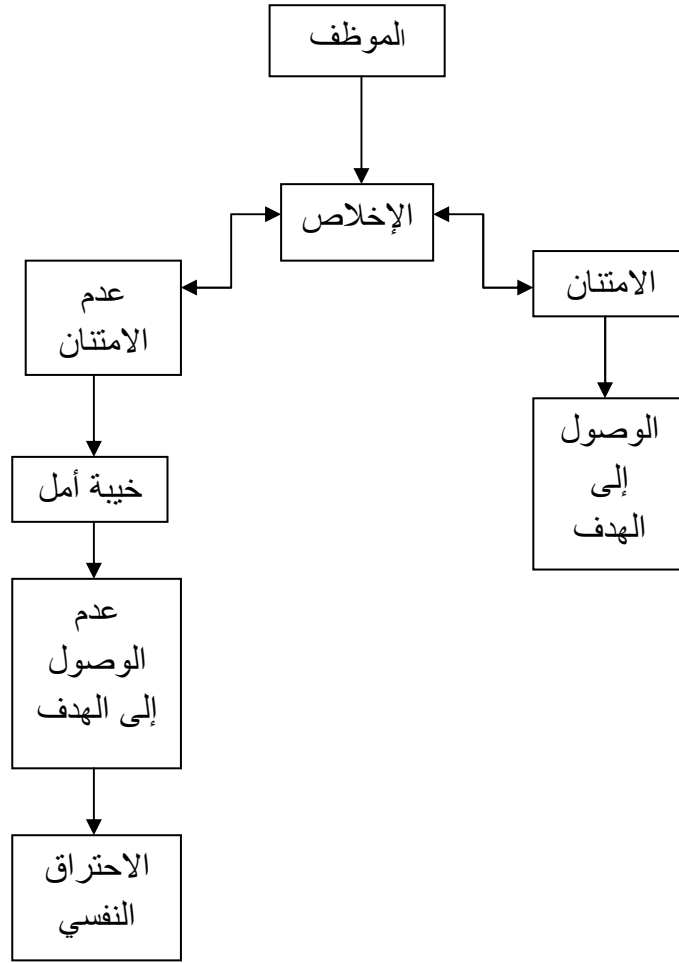
كما أن الاحتراق النفسي ينشأ نتيجة لتفاعل كل خصائص بيئة العمل والمتغيرات الشخصية للعامل، فالمتغيرات الشخصية هي السمات والخصائص الشخصية التي يتصف بها الفرد المتمثلة في الخصائص الديموغرافية كالعمر، وأيضا توجهات الفرد نحو مهنة والمساندات خارج العمل، أي مدى تلقي الموظف الدعم من الآخرين و نظرة المجتمع إليه وإلى مهنته، ففي حالة عدم قدرة العامل التوافق مع بيئة عمله بسبب تعرضه لضغوطها سيؤدي ذلك إلى عدم الثقة في الذات ونقصان الكفاءة والمشاكل مع الزملاء...الخ كما تعد كمصادر الضغوط، ففي حالة استطاعة الموظف التوافق مع البيئة المهنية سوف يعطي نتائج إيجابية والعكس صحيح، أي يؤدي به الوضع إلى نقصان مسؤوليته الشخصية، التناقض بين المثالية والواقع، الاغتراب النفسي والوظيفي ونقصان الاهتمام بالذات، ففي حالة معاناة العامل بهذه الأعراض فهذا يدل على إصابته بالاحتراق النفسي.



شكل رقم (13): نموذج شيرنس للاحتراق النفسي (Truchot,2006 p , 105)

8-2- نموذج Freudenberger 1974:

إن الاحتراق النفسي يمس الموظفين الأكثر إخلاصاً في عملهم لأنهم يعملون بالمثالية والسعي لأهداف محددة كالشكر، الامتثال، الاعتراف بأعمالهم لكن بلوغهم لأهدافهم تصطدم بالواقع والروتين، بالتالي الاحتراق النفسي هو حالة من التعب و خيبة أمل و الانهيار الناتج عن الإيمان بقضية أو بنمط حياة وبالعلاقة تفشل فيما بعد في الوصول إلى نتائج حاسمة (Philippe zawieja, p 11).



- شكل رقم (14): نموذج Freudenberg (من تصميم الطالبة)

3-8- نموذج Lauderale:

ميز بين ثلاث مراحل وهي:

- **الخلط:** وهو إحساس واسع بأن شيء ما ليس على ما يرام.
 - **الخيبة:** عدم الرضا، الغضب، عبء في العمل... الخ.
 - **فقدان الأمل:** الإحساس بعدم الكفاية، السخافة، الوقاحة، جمود الإحساس والخمول... الخ.
- فالاحتراق النفسي يأتي نتيجة لتعرض للخيبة عندما لا يجيب الواقع لتوقعات الفرد في العمل ومساره في حياته الشخصية، كما أشار الباحث إلى أن الاحتراق النفسي لم يظهر إلا حديثا بسبب الحضارة خاصة

بعد الحرب العالمية الثانية، ونتيجة لسرعة الحياة الاجتماعية منذ ظهور العلاقات بين الدول، وهذا يؤدي إلى عدم القدرة بالتنبؤ بالمستقبل وإحساس الفرد في كل أدواره الاجتماعية كأنه في ورطة ودوامة.

8-4- نموذج Maslach et Leiter:

الاحتراق النفسي هو عرض ثلاثي الأبعاد، ناتج عن ضغط المجتمع لمدة طويلة من الوقت وتتمثل في:
الإجهاد الانفعالي: الذي يتميز بالضغط غياب الطاقة، التعب والاندفاعية... الخ، مع تأثير جسماني وتطوير مختلف الاستراتيجيات لتفادي الضغط.

تبلد المشاعر: هنا يفقد الفرد الخصائص الإنسانية كالوقاحة، الابتعاد، خسارة المثالية، العزلة، التنديد، العنف وسوء المعاملة.

نقص الإنجاز الشخصي: شعور الفرد بعدم الفعالية وعدم القدرة وفقدان القيمم انخفاض الدافعية واستحالة الاندماج الحقيقي في العمل والإحساس بنقص الإنجاز.

8-5- نموذج Pines et Aronson 1988:

يعتبران الاحتراق النفسي حالة من الإجهاد الفيزيقي والانفعالي والعقلي الناتج عن التعقيد والاستمرار الطويل في وضعيات انفعالية شديدة، فاعتبار الدافعية في اختيار المهنة لها علاقة في المساعدة المرتبطة بحاجة الاعتقاد بأن الحياة لها معنى، بالتالي ذلك يساعد على تفادي الاحتراق النفسي.

8-6- نموذج Gil-monte 2012:

إن الاحتراق النفسي هو استجابة للضغوط المهنية المزمنة التي تؤدي إلى مختلف الاختلالات الشخصية، فتمتاز بالإتلاف العقلي والمعرفي أي فقدان الحماس اتجاه العمل، وإتلاف انفعالي الذي يمتاز بالإجهاد النفسي، أما الإتلاف السلوكي يتمثل في الكسل والخمول، أما استراتيجيات المواجهة والتعايش تسمح برفع

كل إتلاف انفعالي وعقلي، كما يسمح بتسيير درجة الضغط المرتفع والحكم غير مقبول والشعور بالذنب
(Philippe zawieja, p 11.34).

7-8-نظرية الضغط و الاحتراق النفسي ذات أساس اجتماعي نفسي ل Joseph Blase:

قدمت النظرية نموذجا نفسيا اجتماعيا للضغط والاحتراق النفسي بالتأثيرات السلبية للضغوط على المدى الطويل على مصادر تكيف الموظف، فالاحتراق النفسي لا يحدث دفعة واحدة بل يحدث بصورة تدريجية عبر فترات زمنية بعد التعرض لضغوط العمل لفترة زمنية طويلة، بالتالي فهو تأكل تدريجي للكفاءات المهنية الهامة ونقص القدرة على الأداء الفعال.

8-8-نموذج العلاقات البنائية:

وصف النموذج العلاقات المتبادلة بين أبعاد الاحتراق النفسي المتمثلة في الإنجاز الشخصي ومشاعر الإجهاد، ومدى تأثير كل منها على الآخر، فأشار إلى أن بعد الإنجاز الشخصي يؤثر على الجهاز الانفعالي، حيث أنه كلما ارتفع انجاز الفرد يقل إحساسه بالإجهاد والتبلد.

كما وضّح النموذج ارتباط استراتيجيات المواجهة الفعالة بالإنجاز الشخصي، أما الاستراتيجيات غير الفعالة ارتبطت بمشاعر الإجهاد، أي أن هناك نوع من العلاقات المتبادلة بين استراتيجيات المواجهة بنوعيتها وبين الاحتراق النفسي، وبين أبعاد الاحتراق النفسي ببعضها البعض وهما بعدي تبلد المشاعر والإجهاد الانفعالي وبين البعد الثالث للاحتراق النفسي الذي يدل ارتفاعه على انخفاض الاحتراق النفسي، بينما يدل انخفاضه على ارتفاع الاحتراق النفسي وهو بعد الإنجاز الشخصي (نماذج الاحتراق النفسي، ص 1).

9- نتائج الاحتراق النفسي:

إن الاحتراق النفسي يؤدي إلى عدة نتائج سلبية إما على مستوى الجماعة أو المنظمة والمؤسسة، إضافة إلى نتائج عائلية:

أ- على مستوى الفريق: فالأضرار التي تنجم عن الاحتراق النفسي على مستوى المنظمة هو نقص إنتاجية الجماعة ونوعية العمل، أيضا زيادة مشاكل بين أفراد الجماعة واضطراب العلاقات فيما بينهم.

ب- على المستوى التنظيمي: الاحتراق النفسي أيضا يؤدي إلى نتائج ضارة داخل المنظمة وتتمثل في:

-ارتفاع ظاهرة التغيب.

-الدوران في العمل.

-ارتفاع عبء العمل والضغط الإضافي ...الخ.

ج- على مستوى المؤسسة: زيادة النفقات الصحية والتعويضات على البطالة ...الخ.

د- على مستوى العائلي: فعندما يمس الاحتراق النفسي الحياة الشخصية للفرد فلا بد أن ينتقل إلى علاقته مع الأسرة، ويظهر ذلك في:

-عدم التفهم والعجز أمام المحيط.

-التوترات العائلية تكون عالية.

كما أن الاحتراق النفسي ينتقل كالعدوى، فيمس أيضا الطرف الآخر (Dominique coope, 2013)

6.7 pp.).

بالتالي آثار الاحتراق النفسي على الفرد ما هي إلا انعكاس لظروف العمل الغير محتملة، حيث تبدأ عندما يكون هناك إجهاد يصعب التقليل منه أو التخلص منه بحل المشكلات، فالتغيرات في الاتجاهات

والسلوك المصاحب للاحتراق النفسي ما هو إلا ميكانزمات الدفاع التي توفر الهروب نفسياً، التي تحمي

الفرد من تعقد حالته إلى الأسوأ من ناحية الضغط العصبي، ومن أهم آثار الاحتراق النفسي نجد:

-التقليل من الإحساس بالمسؤولية.

-البعد النفسي في التعامل مع العمل.

-استنفاد الطاقة النفسية.

-التخلي عن المثاليات واكتساب السلبية.

-لوم الآخرين في حالة الفشل.

-نقص الفعالية الخاصة بالأداء.

كثرة التغيب عن العمل وعدم الاستقرار الوظيفي (حسين حريم، 2004، ص 295).

خلاصة:

إن ما يمكن استنتاجه في هذا الفصل هو أن الاحتراق النفسي من الدرجات الأخيرة لضغوط المهنة

وعوامل أخرى مرتبطة إما بالفرد أو المؤسسة، فالأفراد الذين يعانون منه يتميزون باستنفاد طاقتهم، يظهر

ذلك على شكل إنهاك جسدي و نفسي وانفعالي، هذه الوضعية مقلقة تدعو المعالجة لأنها خطيرة

ومستمرة تسبب مشاكل صحية وسلوكية، وتأثر في نوعية العمل بسبب عدم قدرة المصابين به في

الاسترخاء.

الفصل الخامس

الإجراءات المنهجية

-تمهيد

1- التذكير بفرضيات الدراسة

2- منهج البحث

3- الدراسة الاستطلاعية

3-1- عينة الدراسة الاستطلاعية

3-2- الأدوات المستعملة في الدراسة الاستطلاعية

3-3- نتائج الدراسة الاستطلاعية

4- الدراسة الأساسية

4-1- حدود البحث

4-2- عينة البحث و خصائصها

4-3- كيفية اختيار عينة البحث

4-4- خصائص العينة

4-5- أدوات الدراسة

4-6- إجراءات تطبيق الدراسة

4-7- إجراءات تقرير البيانات

4-8- الأساليب الإحصائية

-خلاصة

- تمهيد:

تهدف الدراسة إلى تحديد علاقة الضغط المهني بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي، لتحقيق ذلك لا بد من إتباع طريقة أو إجراءات للدراسة، ففي هذا الفصل تم التطرق أولاً إلى التذكير بفرضيات الدراسة ثم منهج البحث، وبعدها تناولنا الدراسة الاستطلاعية التي تبين العينة والأدوات المستعملة فيها، ثم النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة، كما تضمن الفصل الدراسة الأساسية التي تحتوي عينة البحث وخصائصها وحدود البحث، أدوات الدراسة، إجراءات التطبيق، وإجراءات تفريغ البيانات، وأخيراً خلاصة الفصل.

1- التذكير بفرضيات الدراسة:

1-1-1 الفرضية الأساسية الأولى:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين.

1-1-1-1 الفرضيات الجزئية الأولى:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

1-1-1-2 الفرضية الجزئية الثانية:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

1-2- الفرضية الأساسية الثانية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجة الضغط المهني والاحتراق النفسي.

1-2-1- الفرضية الجزئية الأولى:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال كتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجة الضغط المهني

1-2-2- الفرضية الجزئية الثانية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في ظهور الاحتراق النفسي.

2- منهج البحث:

تحتاج الدراسة العلمية إلى قواعد يتبعها الباحث للوصول إلى الهدف المسطر بدقة وموضوعية، وبأسلوب علمي، حيث يعرف الجوهري المنهج على أنه الطريقة التي يتبعها الباحث لدراسة مشكلة من المشاكل، أو هو أسلوب التفكير المنظم والكيفية التي يصل بها الباحث إلى أهدافه (الجوهري عبد الهادي وآخرون، 1979، ص170).

فالمنهج المستخدم في الدراسة هو المنهج الوصفي التحليلي، ذلك لملاءمته مع أهداف الدراسة المتمثلة في معرفة العلاقة الارتباطية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي عند الصحفيين في المجال الكتابي والسمعي، ولجمع البيانات والمعلومات المتعلقة بمتغيرات الدراسة من أجل وصفها وتحليلها وتفسيرها والوصول إلى التعميمات المناسبة.

3- الدراسة الاستطلاعية:

تم الاستعانة بالدراسة الاستطلاعية من أجل جمع المعلومات حول موضوع البحث وفهمه أكثر، والتحقق من مدى توفر العينة المناسبة للبحث وإمكانية إجراء البحث في الميدان، أيضا التأكد من عدم تعديل الفروض، والتحقق من صلاحية الأدوات المهيأة للاستعمال في الدراسة الأساسية ذلك من حيث وضوحها ومناسبتها، كذلك تسمح هذه الدراسة من معرفة الزمن الذي نطبق فيه أدوات الدراسة، كما تساعد على حساب صدق وثبات المقاييس قبل تطبيقها في الدراسة الأساسية.

خاصة التأكد من مقياس الضغط المهني "لروبرت كراساك" الذي لم نجد النسخة المطبقة له في البيئة الجزائرية ولا المعربة، كما لم يتم تطبيقه على الصحفيين، والدليل على ذلك أن نسخة المقياس منعدمة باللغة العربية إلا بعد ترجمته من النسخة باللغة الفرنسية إلى اللغة العربية، فعكس مقياس الاحتراق النفسي "الكريستينا ماسلاش" الذي طبق في البيئة الجزائرية وتم تطبيقه على عينة من الصحفيين في البيئة السعودية.

لذلك ارتأينا أن نتجه للمكاتب الجهوية للصحافة المكتوبة لولاية تيزي وزو، ولاية بجاية، أيضا الإذاعات الجهوية لكلا الولايتين من أجل الحصول على موافقة المسؤولين.

3-1- عينة الدراسة الاستطلاعية:

بلغت العينة الاستطلاعية ثلاثة وثلاثين (30) صحفيا وثمانية عشرة (15) من الصحافة المكتوبة وخمسة عشرة (15) من الصحافة المسموعة في كلا من ولايتي تيزي وزو وبجاية، حيث تتراوح أعمارهم بين 25 سنة و58 سنة.

بقيت الدراسة الاستطلاعية حوالي ستة 6 أشهر، امتدت من شهر ماي إلى نهاية شهر أكتوبر من سنة 2014، استعملت الدراسة من أجل التأكد من ملائمة أدوات المهيئة للدراسة، والإشارة إلى العبارات غير الواضحة والعبارات الواضحة.

3-2- الأدوات المستخدمة في الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء هذه الدراسة بتطبيق مقياسين، مقياس الاحتراق النفسي " لماسلاش " الذي ترجم إلى اللغة العربية من طرف العديد من الباحثين، ومقياس الضغط المهني الذي أعده "كرساك" باللغة الانجليزية الذي تم ترجمته إلى اللغة الفرنسية، أما نحن قمنا بترجمته إلى اللغة العربية وعرضناه على المختصين في اللغة الفرنسية والترجمة، الذين قاموا بترجمته ترجمة عكسية.

3-3- النتائج التي حصلنا عليها في الدراسة الاستطلاعية:

بعد الانتهاء من الدراسة الاستطلاعية تم جمع الاستبيانات الموزعة على عينة الدراسة، وتحصلنا على نتائج مفادها أن أدوات البحث مفهومة وسهلة، رغم أن هناك بعض الكلمات غير الواضحة لكن تم تعديلها، وتم التأكد من توفر العينة المناسبة للبحث.

في الأخير تم حساب صدق وثبات المقياسين بالاعتماد على طريقة معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات والاعتماد على الصدق الظاهري والداخلي لحساب الصدق (أنظر الصفحتين 170. 177).

4- الدراسة الأساسية:**4-1- حدود البحث:**

تتمثل حدود هذه الدراسة في إطار حدودها البشرية والزمنية والمكانية:

الحدود البشرية: تتمثل في أفراد عينة الدراسة المتكونة من الصحفيين الذين يعملون في الصحافة المكتوبة في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة، والصحافة المسموعة في كل من ولاية بجاية، البويرة، تيزي وزو والجزائر العاصمة، حيث بلغ عددهم 100 صحفي.

الحدود الزمنية: أجري البحث الميداني في السداسي الثاني من سنة 2014 _ 2015.

الحدود المكانية: تم إجراء البحث على عينة من الصحفيين لولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة فبلغ عدد مكاتب الجرائد ثمانية عشر (18) مكتبا، وعدد الإذاعات ستة (06) مؤسسات.

4-2- عينة البحث وخصائصها:

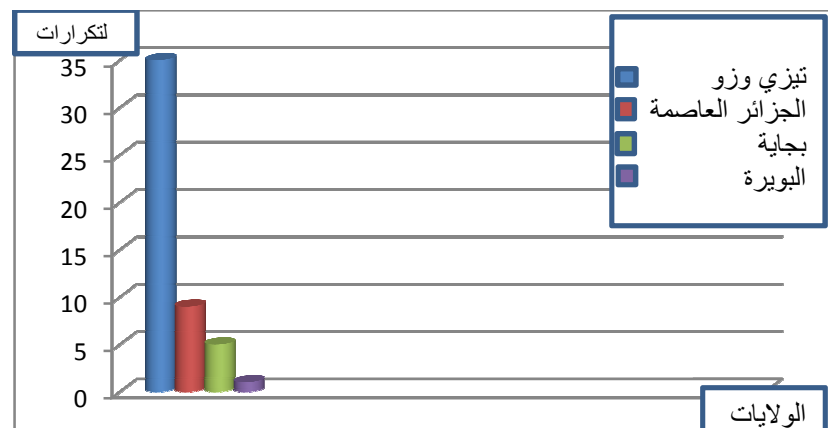
يتمثل أفراد العينة من مجموعة أفراد المجتمع الأصلي لكل من ولاية تيزي وزو، بجاية، الجزائر العاصمة والبويرة لمكاتب الصحف المكتوبة، والمؤسسات الإذاعية، أي صحفيي المجال الكتابي المتكونة من خمسين (50) صحفيا، وصحفي المجال السمعي المتكونة من خمسين (50) صحفيا.

جدول رقم (01):نسبة تمثيل العينة من مجتمع الدراسة في الصحافة المكتوبة في كل ولاية

المجال	الاسم الجريدة	الولاية	عدد الصحفيين	النسبة المئوية
المجال الكتابي	الخبر	تيزي وزو	02	%4
		بجاية	01	%2
		الجزائر العاصمة	02	%4
	الشروق	تيزي وزو	08	%16
		الجزائر العاصمة	02	%4
		البويرة	01	%2
	النهار	تيزي وزو	09	%18
		الجزائر العاصمة	02	%4
	وقت الجزائر	تيزي وزو	05	%10
	الجزائر الجديدة	تيزي وزو	02	%4
	Le soir	تيزي وزو	02	%4
		بجاية	01	%2
		الجزائر العاصمة	01	%2
	Liberté	تيزي وزو	02	%4
		بجاية	01	%2
		الجزائر العاصمة	02	%4

10%	05	تيزي وزو	La dépêche de Kabylie
4%	02	بجاية	El Watane
100 %	50	18 مكتبا	المجموع

يتبين من خلال الجدول أننسبة الصحفيين لولاية تيزي وزو تمثل أكبر نسبة مقارنة بالولايات الأخرى حيث وصل مجموع الصحفيين محل الدراسة إلى خمسة وثلاثون (35) صحفياً أي ما يمثل نسبة 70 %، ثم تليها ولاية الجزائر بتسعة (09) صحفيين أي بنسبة 18 %، ولاية بجاية بخمسة (05) صحفيين والتي تمثل نسبة 10 %، بعدها تليها ولاية البويرة بصحفي واحد (1) ويمثل نسبة 2. %

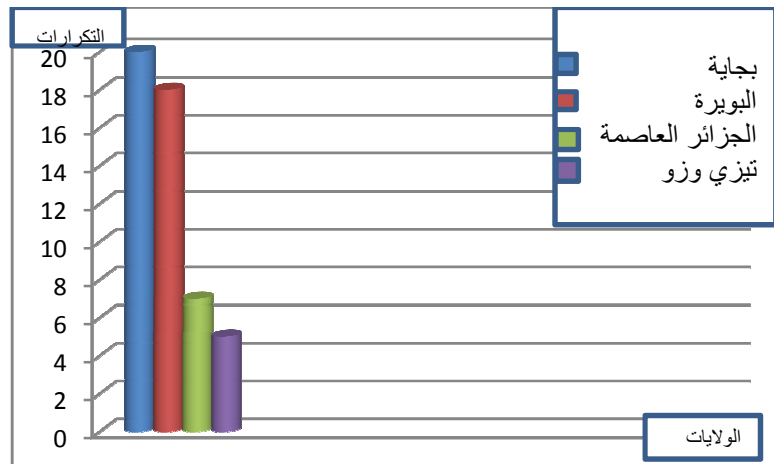


- شكل رقم (15): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال الكتابي حسب كل ولاية.

جدول رقم (02): نسبة تمثيل العينة من مجتمع الدراسة في الصحافة السمعية في كل ولاية

المجال	اسم الإذاعة	الولاية	عدد الصحفيين	النسب المئوية
المجال السمعي	إذاعة الصومام	بجاية	20	40 %
	إذاعة البويرة	البويرة	18	36 %
	الإذاعة الوطنية 1	الجزائر العاصمة	02	14 %
	الإذاعة الوطنية 2		04	
	الإذاعة الوطنية 3		01	
	إذاعة جرجرة	تيزي وزو	05	10 %
	المجموع	04 اذاعات	50	100 %

يبين الجدول أن عدد الصحفيين لولاية بجاية في الصحافة المسموعة أكبر من عدد الصحفيين في الولايات الأخرى حيث يصل عددها إلى عشرين (20) صحفياً ونسبتهم 40 % تمثل النسبة الكبيرة مقارنة بالنسبة الأخرى، تليها ولاية البويرة حيث وصل عددهم إلى ثمانية عشرة (18) صحفياً أي ما نسبته 36 %، بعدها تليها ولاية الجزائر بإذاعاتها الوطنية الثلاث حيث وصل عدد الصحفيين إلى سبعة (07) صحفياً وتمثل نسبة 14 %، أما في ولاية تيزي وزو بلغ عددهم خمسة (05) صحفيين أي ما يمثل نسبة 10 %.



- شكل رقم (16): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال السمعي في كل ولاية.

جدول رقم (3): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب المجالين (الكتابي والسمعي)

النسبة المئوية	عدد الصحفيين	المجال
50 %	50	الصحافة الكتابية
50 %	50	الصحافة السمعية
100 %	100	المجموع

من خلال الجدول يتبين أن إجمالي الصحفيين في المجال الكتابي هو خمسون (50) صحفياً، وإجمالي

الصحفيين في المجال السمعي هو خمسون (50) صحفياً، هو ما يمثل نسبة 50 % لكلا المجالين أما

النسبة الإجمالية هي 100 %.



- شكل رقم (17): العرض البياني للعينة الكلية لصحفيين في المجالين الكتابي والسمعي.

4-3- كيفية اختيار عينة البحث:

اخترنا العينة بطريقة عرضية قصدية، حسب الخصائص المذكورة أدناه فهي الملائمة في بحثنا هذا نظرا لمحدودية أفراد العينة، فيعرفها مورييس أنجرس أنها عينة غير احتمالية يتم سحبها من مجتمع البحث حسبما يليق بالباحث، ذلك عندما لا يكون أمامه أي اختيار، فهي الحالة التي لا يستطيع الباحث أن يحصي في البداية مجتمع البحث المستهدف ولا اختيار العناصر بطريقة عشوائية (مورييس أنجرس، 2004، ص 311).

كما يقصد بها أيضا قيام الباحث باختيار عينة بحثه قصدية، ذلك بسبب تقدير الباحث بتحقيق غرض بحثه، كما أن هذه العينة تمثل مجتمع الدراسة تمثيلا صحيحا (طلعت إبراهيم لطفي، 1995، ص 65).

4-4- خصائص العينة:

يتكون مجتمع الدراسة من عينة الصحفيين تبلغ مائة (100) صحفيا مقسمين إلى مجموعتين هي خمسين (50) صحفيا في كل من مكاتب الصحف لولاية بجاية، البويرة، تيزي وزو والجزائر العاصمة التي يبلغ عددها ثمانية عشرة (18) مكتبا خاص بالصحافة المكتوبة، وخمسين (50) صحفيا يعملون في

المؤسسات الإذاعية حيث تتمثل في ستة (6) إذاعات، منها ثلاث إذاعات محلية في كل من ولاية بجاية، البويرة، تيزي وزو وثلاثة أخرى وطنية.

ويعملون بصورة دائمة في مناصب عملهم.

وقد وزعت العينتين كما يلي:

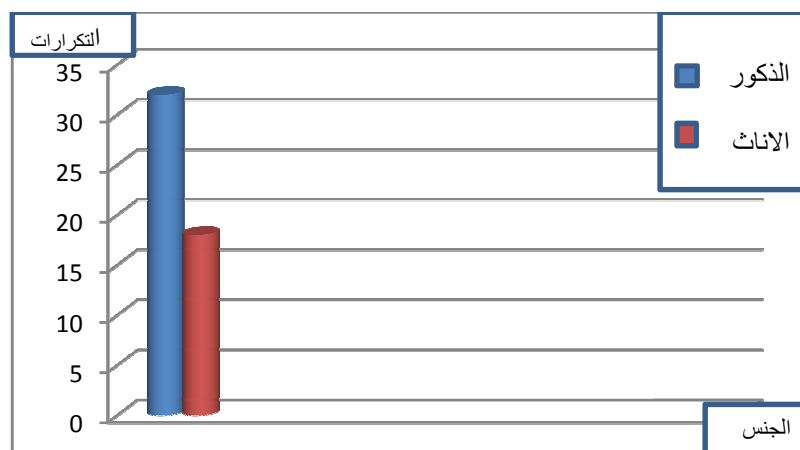
4-4-1- خصائص عينة الصحافة المكتوبة:

- خصائص العينة حسب الجنس:

الجدول رقم (4) :توزيع العينة حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة
الإناث	18	36 %
الذكور	32	64 %
المجموع	50	100 %

من خلال الجدول يتبين أن أغلبية فئة العينة هم ذكور، حيث وصل عددهم إلى اثنين وثلاثون (32) ذكر مقابل ثمانية عشرة (18) أنثى وهذا ما يمثل 64 % من الذكور، و 36 % من الإناث.



- شكل رقم (18): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال الكتابي حسب الجنس.

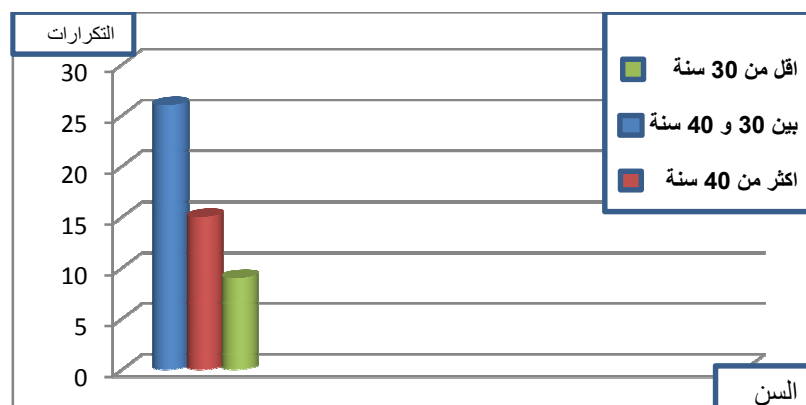
- خصائص العينة حسب السن

الجدول رقم (05): توزيع العينة حسب السن

النسبة	التكرار	السن
% 18	9	أقل من 30 سنة
% 52	26	بين 30 و 40 سنة
% 30	15	أكثر من 40 سنة
% 100	50	المجموع

من خلال الجدول يتضح أن الصحفيين الذين تتراوح أعمارهم بين ثلاثين (30) سنة وأربعين (40) سنة هم الذين يمثلون أكبر عدد بستة وعشرين 26 صحفياً، ثم تليها الفئة العمرية التي لها أكثر من أربعين (40) سنة بخمسة عشرة (15) صحفياً، وتسعة (9) صحفياً أقل من ثلاثين (30) سنة، بالتالي تكون نسبة الفئة

الأولى هي 52 %، ثم تليها الفئة الثانية التي تمثل نسبة 30%، ثم تليها الفئة الثالثة التي تمثل نسبة 18 %.

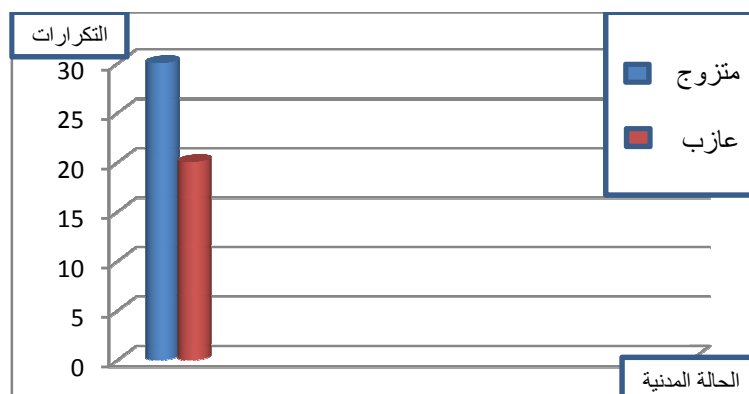


- شكل رقم (19): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال الكتابي حسب السن.

جدول رقم (06): توزيع العينة حسب الحالة المدنية (متزوج، عازب)

النسبة	التكرار	الحالة المدنية
40 %	20	عازب
60 %	30	متزوج
100 %	50	المجموع

من خلال الجدول يتضح أن عدد المتزوجين أكثر من عدد العزاب بثلاثين (30) صحفياً متزوج التي تمثل 60 % مقابل عشرون (20) صحفياً عازبا الذين يمثلون نسبة 40 %.

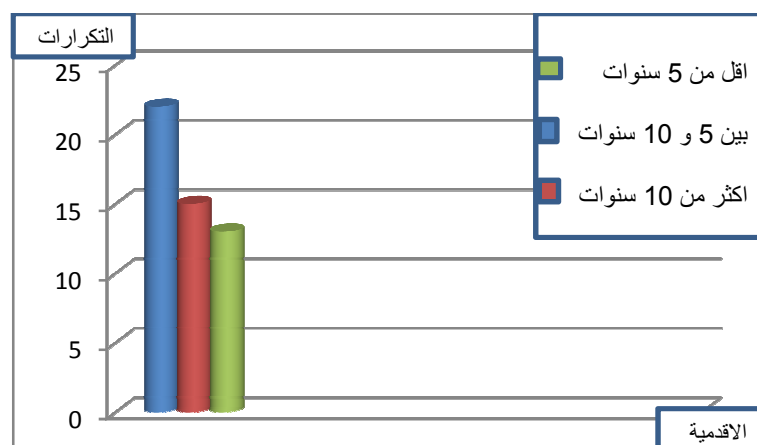


- شكل رقم (20): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال الكتابي حسب الحالة المدنية (متزوج ، عازب).

جدول رقم (07): توزيع العينة حسب الأقدمية

النسبة	التكرار	السنوات
26 %	13	أقل من 5 سنوات
44 %	22	بين 5 و 10 سنوات
30 %	15	أكثر من 10 سنوات
100 %	50	المجموع

يلاحظ من خلال الجدول أن الفئة التي تتراوح أقدميتهم في العمل بين خمسة (5) وعشرة (10) سنوات أكبر من الفئات الأخرى، ذلك باثنين وعشرون (22) صحفياً، ثم تليها الفئة التي تزيد أقدميتها عن عشرة 10 سنوات بخمسة عشرة (15) صحفياً، وأخيراً الفئة التي تقل أقدميتهم عن خمسة (5) سنوات بثلاثة عشرة (13) صحفياً، بالتالي النسبة التي تمثلها الفئة الأولى هي 44 % أما الفئة الثانية فتتمثل نسبة 30 %، الفئة التي تقل أقدميتها عن خمسة (5) سنوات هي 26 %.



- شكل رقم (21): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال الكتابي حسب الأقدمية.

4-4-2- خصائص عينة الصحافة المسموعة:

- خصائص العينة حسب الجنس:

جدول رقم (08) : توزيع العينة حسب الجنس

النسبة	التكرار	الجنس
46%	23	الإناث
54%	27	الذكور
100 %	50	المجموع

من خلال الجدول يتضح أن عدد الصحفيين الذكور أكثر من عدد الإناث، ذلك بسبعة وعشرين (27) صحفياً مقابل ثلاثة وعشرين (23) صحفية، بالتالي نجد أن نسبة الصحفيين هو 54 % أما النسبة الصحفيات فتمثل 46 %.



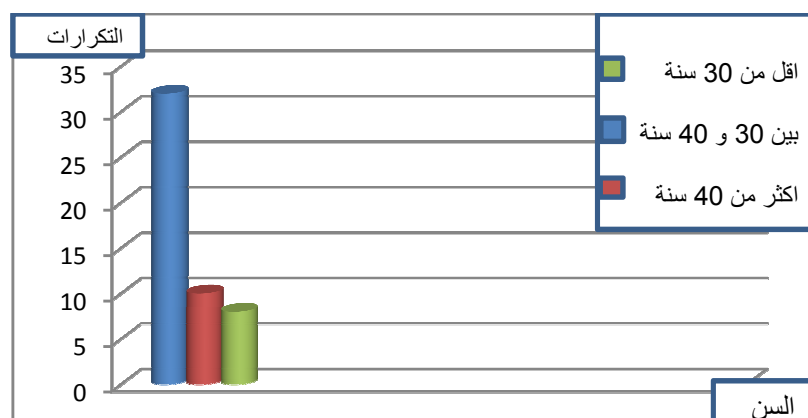
- الشكل رقم (22): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال السمعي حسب الجنس.

- خصائص العينة حسب السن

جدول رقم (09) : توزيع العينة حسب السن

السن	التكرار	النسبة
أقل من 30 سنة	8	16%
بين 30 و 40 سنة	32	64%
أكثر من 40 سنة	10	20%
المجموع	50	100 %

يبين الجدول أن الفئة العمرية التي تمثل بين ثلاثين (30) وأربعين (40) سنة هي الأكثر، ثم تليها الفئة العمرية التي تمثل أكثر من أربعين (40) سنة، وتليها الفئة العمرية التي تمثل أقل من ثلاثين (30) سنة، لذا تمثل الفئة الأولى 64% والثانية 20% والثالثة 16%.



- شكل رقم (23): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال السمعي حسب السن.

جدول رقم (10): توزيع العينة حسب الحالة المدنية (متزوج، عازب)

الحالة المدنية	التكرار	النسبة
عازب	19	38%
متزوج	31	62%
المجموع	50	100 %

من خلال الجدول يلاحظ أن عدد المتزوجين أكثر من العزاب، حيث يصل عددهم إلى واحد وثلاثين (31) متزوجا، ثم العزاب الذين يصل عددهم إلى تسعة عشرة (19) عازبا، وبذلك تصل نسبة المتزوجين إلى 62% ونسبة العزاب هي 38%.

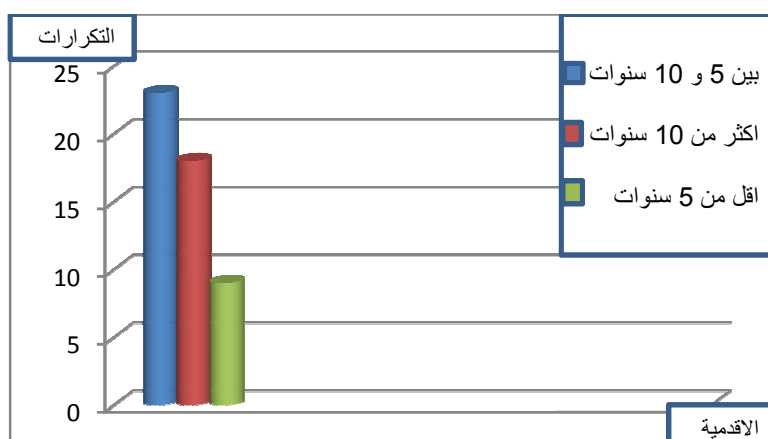


- شكل رقم (24): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال السمعي حسب الحالة المدنية (متزوج، عازب).

جدول رقم (11): توزيع العينة حسب الأقدمية

النسبة	التكرار	السنوات
18%	9	أقل من 5 سنوات
46%	23	بين 5 و 10 سنوات
36%	18	أكثر من 10 سنوات
100 %	50	المجموع

يبين الجدول أن عدد الصحفيين الذين لديهم الأقدمية بين خمسة (5) وعشرة (10) سنوات هو 23 صحفياً، أما عدد الذين لديهم الأقدمية أكثر من عشرة 10 سنوات هو ثمانية عشرة 18 صحفياً، والذين لديهم الأقدمية أقل من خمسة (5) سنوات فعددهم هو تسعة (9) صحفيين، ذلك ما يمثل نسبة 46% بالنسبة للفئة الأولى و نسبة 36% بالنسبة للفئة الثانية أما الفئة الثالثة فتتمثل 18%.



- شكل رقم (25): العرض البياني لعينة الصحفيين في المجال السمعي حسب الأقدمية.

4-5- أدوات الدراسة:

للقيام ببحث علمي لا بد من الاعتماد على مجموعة من الأدوات، وتسمى أيضا بتقنيات البحث العلمي ويستعملها الباحث لجمع البراهين والأدلة اللازمة لاختبار صحة فروضه (عثمان حسن عثمان، 1998، ص 35).

سوف يتم عرض الأدوات المستعملة في البحث الحالي والتطرق إلى تصحيحها وتطبيقها ومن بينها:

4-5-1- مقياس الضغط المهني:

- وصف المقياس :

هذا المقياس من تصميم العالم الاجتماع الأمريكي "روبرت كرساك Robert Karasek" حيث يسمح هذا المقياس بتقييم الصحة النفسية في العمل، كما يقيس المقياس ثلاثة محاور في محيط النفس الاجتماعي في العمل وتتمثل فيما يلي:

- **الطلب النفسي أو العبء النفسي:** يشمل كمية العمل التي تتطلبها الوظيفة وسرعتها، مع الشروط العقلية التي يجب توفرها، أيضا قيود الوقت التي لها صلة بالعمل، إمكانية التجزئة، الطلبات المتناقضة التي يتلقاها الموظف الخ، كل هذا يمثل العبء النفسي في العمل.

- **استقلالية اتخاذ القرار:** يعبر هذا المحور عن قدرة العامل على اتخاذ القرارات في تسيير العمل، إمكانيات أن يكون مبدعا، استخدام قدراته وتطويرها وإمكانيات اختيار كيفية ممارسة وظيفته والمشاركة في القرارات، واستعماله لقدراته ومؤهلاته وإمكانيات تطويرها.

- **الدعم الاجتماعي:** يتدخل هذا العنصر كمخفف للضغط في العمل أي ملطف للجو الضاغط، كما يتمثل في الدعم الفني والعاطفي من طرف المسؤولين والزملاء.

يحتوي المقياس على ست وعشرون (26) عبارة تسع (9) عبارات خاصة بالطلب النفسي، وتسع (9) عبارات خاصة بمحور موقف القرار، أما ثمانية (8) عبارات لمحور الدعم الاجتماعي.

جدول رقم (12): توزيع بنود مقياس كرساك

المحاور	العبارات
- الطلب النفسي	
الكمية - السرعة	13، 12، 10
الشدة - التعقيد	15، 11، 14
التجزئة - القدرة على التنبؤ	18، 17، 16
- استقلالية القرار	
موقف أو هامش من التسيير	8، 6، 4
الاستخدام الحالي للمهارات	7، 5، 2
تطوير المهارات	9، 3، 1
- الدعم الاجتماعي	
أ - الدعم الفني المهني	
- من المسؤولين	21، 22
- من الزملاء	26، 23
ب - الدعم العاطفي	
- من المسؤولين	19، 20
- من الزملاء	24، 25

(Caroline Bennet et autres, 2007, 2008, p p 6, 11)

- الخصائص السيكمترية:

- صدق وثبات المقياس حسب البحث الحالي:

معنى الصدق أن الاختبار يقيس فعلا الظاهرة التي وضع لأجلها، فهو يتناول العلاقة الموجودة بين السمة أو الظاهرة التي يراد قياسها، فعادة ما يكون الاختبار الصادق ثابتا والعكس غير صحيح

(aktouf Omar ,1987, p 85)

فتم حساب الصدق في هذا المقياس بطريقتين، ألا وهما الصدق الظاهري والصدق الذاتي.

- الصدق الظاهري:

بعد ترجمة مقياس "كراساك" من النسخة الفرنسية وعرضه على المختصين في اللغة الفرنسية والترجمة، تم توزيع المقياس بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين في مختلف الاختصاصات منها علم النفس العمل والتنظيم، علم النفس الاجتماعي وعلم النفس العيادي ذلك من أجل التأكد من وضوح عبارات المقياس ومناسبتها، وبعد استرجاعها تم استخدام معادلة كوبر Cooper لحساب صدق المقياس حسب اتفاق المحكمين، ويتمثل قانون كوبر في:

معادلة كوبر = $\frac{\text{عدد مرات الاتفاق} \times 100}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات عدم الاتفاق}}$ (صرداوي نزييم ، 2009، ص 312).

عدد مرات الاتفاق + عدد مرات عدم الاتفاق

وجدنا في النهاية أن معادلة كوبر = 100 %.

رغم أن هناك بعض الملاحظات حول بعض العبارات التي أخذناها بعين الاعتبار في الدراسة الأساسية.

- الصدق الذاتي:

يقصد به صدق نتائج الاختبار حيث تكون هذه النتائج خالية من أخطاء المقياس، ويتم حساب الصدق

الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات وهو كالتالي:

معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل ثبات الاختبار (سعد عبد الرحمن، 1999 ص 186)}}$.

$$0.91 = \sqrt{0.84}$$

معامل الصدق الذاتي لدى عينة الصحفيين في مقياس كرساك هي: 0.91.

- حساب الثبات:

أغلب كتب الإحصاء حددت أربعة طرق لحساب ثبات أدوات جمع البيانات وهي:

طريقة إعادة الاختبار، طريقة التجزئة النصفية، طريقة الاختبارات المتكافئة، طريقة تحليل التباين (محمد

بوعلاق، 1999 ، ص 196).

ويقصد بالثبات دقة واتساق المقياس، يظهر ذلك عندما يتحصل فرد واحد على نفس الدرجة أو قريبة منها

في نفس الاختبار، هذا ما يثبت أن المقياس له درجة عالية من الثبات (رجاء محمود أبو علام، 2006،

ص 463).

بعد تقرير البيانات التي تحصلنا عليها في الدراسة الاستطلاعية داخل برنامج الحزمة الإحصائية

تم الاعتماد في حساب الثبات على معامل ألفا كرونباخ.

بعدها تم حساب درجة الارتباط بين درجتَي العينة وحساب درجة الاتساق الداخلي، تم الحصول على

0.84.

جدول رقم (13): معامل الثبات والصدق الذاتي لدى عينة الصحفيين

الصدق الذاتي	معامل الثبات	حجم العينة
0.91	0.84	30

يوضح الجدول أن قيمة معامل الثبات هي (0.84) وقيمة الصدق الذاتي وصلت إلى (0.91) لذا صدق المقياس مرتفع، هو دليل على أنه يقيس ما وضع لقياسه.

-تصحيح المقياس:

يقوم المستجوب بوضع العلامة (x) في إحدى الخانات التي تمثل شعوره، وتأتي في شكل أربعة عبارات وهي غير موافق تماماً، غير موافق، موافق، موافق تماماً، حيث يتم تصحيح هذه الإجابات بالاعتماد على طريقة ليكرت، ذلك بإعطاء درجة من 1 إلى 4 درجات لكل إجابة حسب ترتيبها، ويتم في النهاية حساب نتيجة كل محور بالطريقة التالية:

- حساب نتيجة محور الطلب النفسي يكون بالطريقة التالية:

$$Q10 + Q11 + Q12 + (5 - Q13) + Q14 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18$$

- حساب نتيجة محور موقف القرار يكون بالطريقة التالية:

$$(4 * Q4) + 4(5 - Q6) + (4 * Q8) + 2(5 - Q2) + (2 * Q5) + (2 * Q7) + (2 * Q1) + (2 * Q3) + (2 * Q9)$$

- حساب نتيجة محور الدعم الاجتماعي يكون بالطريقة التالية:

$$Q19 + Q20 + Q21 + Q22 + Q23 + Q24 + Q25 + Q26$$

فأعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها المستجوب بالنسبة للمحور الطلب النفسي هي عشرين (20) درجة، أما المحور الثاني المتمثل في موقف القرار فأعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها هي سبعين (70) درجة، أما أعلى درجة بالنسبة لمحور الدعم الاجتماعي هي أربعة وعشرين (24) درجة.

فيكون الموقف ضاغطا جدا عندما تكون النتيجة المتحصل عليها في الطلب النفسي أعلى من عشرين (20) درجة، ودرجة موقف القرار أقل من سبعين (70) درجة وضعف في الدعم الاجتماعي أقل من أربعة وعشرين (24) درجة، يكون الوضع في حالة استرخاء إذا كان هناك ضعف في الطلب النفسي وارتفاع موقف اتخاذ القرار لممارسة المهنة، ويكون في موقف نشاط إذا كان هناك ارتفاع في الطلب النفسي وارتفاع في موقف اتخاذ القرار ولكن يكون الموقف السلبي إذا كان هناك ضعف في الطلب النفسي وضعف في موقف اتخاذ القرار في نفس الوقت.

- جدول رقم (14): يمثل درجات الضغط المهني

		بعد الطلب النفسي			
		مرتفع	منخفض		
بعد اتخاذ القرار	مرتفع	عمل نشيط	عمل مسترخ غير ضاغط	مرتفع	بعد الدعم الاجتماعي
	ضعيف	عمل ضاغط	عمل سلبي	ضعيف	

(Karasek R ,1981, pp 694-705) (انظر الملحق رقم 03)

4-5-2- مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش:

- وصف المقياس :

تم وضع هذا المقياس من طرف "ماسلاش و جاكسون" 1981 باللغة الانجليزية لقياس الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية، و يعتبر مقياس عالمي نظرا لمصادقيته واستعماله الواسع لدى مختلف الباحثين، حيث تم ترجمته إلى عدة لغات منها الفرنسية، والعربية حيث قام عدد من الباحثين بتعريبه ليتلاءم ببيئتهم العربية كالدواني وزملائه 1989، مقابلة وسلامة 1990، الوابلي 1995 والدبابسة 1993 كما طبق في البيئة الجزائرية من طرف جلولي شتوحي نسيم 2003 وحاتم وهيبة 2005 وميهوب فوزي وجرادي التيجاني 2007 .

يتكون المقياس من اثنين وعشرون (22) بندا موزعا على ثلاثة أبعاد رئيسية وهي:

- **الإجهاد الانفعالي:** هو يقيس الإنهاك العضوي وشعور الفرد بكونه متعبا ومجهدا إلى درجة كبيرة، ومستنزفا عاطفيا، ذهنيا ووجدانيا، حيث يضم تسعة (9) بنود وهي: (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9).

- **التبلد الإحساسي:** و يقيس المشاعر السلبية وحتى التهكمية اتجاه المستفيدين من الخدمة والزملاء، وهو التبلد في الأحاسيس اتجاه العمل والآخرين، ويضم خمسة (5) بنود هي: (10، 11، 12، 13، 14).

- **الانجاز الشخصي:** يقيس أحاسيس عدم الفعالية المهنية وانخفاض تقدير وتحقيق الذات في العمل، هو الشعور بتحقيق أو عدم تحقيق انجازات شخصية على صعيد العمل، ويضم ثمانية (8) بنود هي: (15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22) (سعيد الظفري، 2010، ص 181).

كما تم الاعتماد على النسخة المعربة لزيد البتال وعلى شويل من السعودية، بعد التحقق من درجة المصادقية المطلوبة. ذلك بعد أن تم إجراء بعض التعديلات لتناسب الدراسة الحالية وتطبيق المقياس

على أشخاص يشتغلون في البيئة الإعلامية، وبعدها تم عرض الاستمارة على أساتذة علم النفس المتخصصين لتقييمها، في النهاية تم الأخذ بعين الاعتبار كل ملاحظاتهم، واعتمادنا الاستمارة الخاصة بهذه الدراسة (أنظر الملحق رقم 07).

جدول رقم (15): توزيع فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي

المجموع	توزيع الفقرات	البعد
9 فقرات	9-8-7-6-5-4-3-2-1	الإجهاد الانفعالي
5 فقرات	14-13-12-11-10-	تبلد المشاعر
8 فقرات	-20-19-18-17-16-15 22-21	نقص الشعور بالإنجاز
22 فقرة		المجموع

- الخصائص السيكومترية :

لقد تم التأكد من صدق المقياس بأكثر من طريقة حيث أن المقياس الأصلي يتمتع بمستوى جيد من الصدق، ذلك من خلال الدراسات المختلفة التي قامت بها كل من:

.maslach et jackson1981,iwanicki et schwab 1981 , gold kyriaco 1987

كما تم التأكد في الدراسات العربية حيث استخرج عدد من الباحثين دلالات جيدة من الصدق، منهم الدواني وزملائه وأبو هلال سلامة 1992 والوابلي سنة 1995 وشويل القرني وتم عرضه على مجموعة من المحكمين للتأكد من صحة تعريبه ومناسبته لأهداف الدراسة، كما تم التحقق من الصدق العاملي والصدق الذاتي والصدق الظاهري.

أما ثبات المقياس الأصلي فقامت ماسلاش وجاكسون بحساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، ذلك لحساب تكرار وشدة الأبعاد الثلاث للمقياس حيث وجدت:

جدول رقم (16): دلالة ثبات المقياس الأصلي

البعد	ثبات التكرار	ثبات الشدة
الإجهاد الانفعالي	0,90	0,87
تبلد المشاعر	0,79	0,76
نقص الشعور بالإنجاز	0,71	0,73

أما دواني وآخرون 1989 فقاموا باستخراج معاملات الاتساق الداخلي لكل بعد وللمقياس ككل حيث وجدوا:

- الإجهاد الانفعالي 0,80، تبلد المشاعر 0,60، نقص الشعور بالإنجاز 0,76، المقياس ككل 0,75.

كما وجد أبو هلال وسلامة 1992 بعد استخراج معاملات الثبات لأبعاد المقياس ما يلي:

الإجهاد الانفعالي 0,84، تبلد الشعور 0,76، نقص الانجاز 0,71.

أما دراسة الوابلي فبلغت قيمة معاملات الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ للأبعاد الثلاث :

0,83 بالنسبة للإجهاد الانفعالي، 0,72 لبعد تبلد المشاعر و 0,86 بالنسبة لنقص الشعور بالإنجاز .

كل هذه القيم مرتفعة، هذا ما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

كما تم التحقق من صدق وثبات المقياس في البيئة الجزائرية، ذلك في دراسة حاتم وهيبة 2005 على

أطباء الاستعجالات وجلولي شتوح نسيمة 2003 على الممرضين وميهوب فوزي 2007 وجرادي

التيجاني 2007 على المعلمين.

حيث وجدت دراسة جرادي التيجاني 2007 أن:

الإجهاد الانفعالي 0,76، تبدل الشعور 0,60، نقص الانجاز 0,63 أما الثبات الكلي للمقياس فبلغ 0.69

- صدق و ثبات المقياس حسب البحث الحالي:

تم حساب الصدق في هذا المقياس بطريقتين وهما الصدق الظاهري والصدق الذاتي:

-الصدق الظاهري:

أولا وزع مقياس ماسلاش بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين في مختلف الاختصاصات منها علم النفس العمل والتنظيم، علم النفس الاجتماعي وعلم النفس العيادي، هذا من أجل التأكد من وضوح عبارات المقياس ومناسبتها، وبعد استرجاع المقياس استخدمنا معادلة كوبر **cooper** لحساب صدق المقياس حسب اتفاق المحكمين وتم الحصول على 98.55 %.

-الصدق الذاتي:

$$\text{الصدق الذاتي} = \sqrt{0.64} = 0.80$$

معامل الصدق الذاتي لدى عينة من الصحفيين في مقياس ماسلاش هي 0.80.

حساب الثبات:

بعد تفريغ البيانات المتحصل عليها في الدراسة الاستطلاعية في برنامج الحزمة الإحصائية تم الاعتماد على طريقة الاتساق الداخلي باستعمال معامل ألفا كرونباخ لحساب الثبات.

باستعمال طريقة الاتساق الداخلي التي حسبت بمعامل ألفا كرونباخ وصلت قيمة الثبات إلى (0.80)

وهو ما يدل على أن المقياس يتميز باتساق داخلي بين عباراته، بالتالي معامل الثبات لهذا المقياس عال يمكن استخدامه في هذا البحث.

جدول رقم (17): معامل الثبات والصدق الذاتي لمقياس ماسلاش

حجم العينة	معامل الثبات	الصدق الذاتي
30	0.64	0.80

من خلال الجدول يتضح أن قيمة معامل الثبات تمثل (0.64)، وقيمة الصدق الذاتي تمثل (0.80) وتوضح هاتين النسبتين أن المقياس له درجة عالية من الثبات وهو دليل على أنه يقيس ما وضع لقياسه.

- تصحيح المقياس:

يطلب من المستجوب وضع العلامة (x) في الخانة المناسبة لكل فقرة من فقرات المقياس، من مرات قليلة إلى كل يوم والتي تعبر عن تكرار الشعور لديه، عند تصحيح استجابات الأفراد تعطى درجات من 0 إلى 6 درجات، حيث يكون مستوى الاحتراق النفسي عاليا إذا كانت درجات البعدين الأول (الإجهاد الانفعالي) والثاني (التبلد الإحساسي) مرتفعة ودرجة البعد الثالث (الانجاز الشخصي) منخفضة، الجدول التالي يبين توزيع مستويات الاحتراق النفسي الذي بينته ماسلاش للمهن المختلفة بعد تطبيق المقياس على أكثر من 11000 مستجيب:

جدول رقم (18): تصنيف درجات أبعاد مقياس ماسلاش

فئات الاحتراق النفسي	مرتفع	متوسط	منخفض
الإجهاد الانفعالي	أكثر من 27	بين 17 و 26	أقل من 16
تبدل المشاعر	أكثر من 13	بين 7 و 12	أقل من 6
الشعور بنقص الانجاز	أقل من 31	بين 32 و 38	أكثر من 39

(Maslach cristina and Jackson susane,1986)

4-6- إجراءات تطبيق الدراسة:

بعد التأكد من صدق وثبات المقياس تم توزيع حوالي 150 استمارة من المقياسين معا على الصحفيين الذين يعملون في المكاتب الجهوية للصحافة المكتوبة، والذين يعملون في الإذاعات المحلية والوطنية في كل من ولاية تيزي وزو، بجاية، الجزائر العاصمة والبويرة، وبعد مدة تم استرجاع 104 نسخة وهي كالتالي:

جدول رقم (19): توزيع المقياسين على عينة الدراسة

المقياس	العدد	المسترجعة	الملغاة	المقبولة
الضغط المهني	75	55	05	50
الاحتراق النفسي	75	55	05	50
المجموع	150	110	10	100

المُلاحظ في الجدول أنه لم يتم استرجاع كل الاستبيانات الموزعة على عينة الدراسة، حيث أنه تم توزيع مائة وخمسين (150) نسخة ولم نسترجع منها إلا مائة وعشر (110) نسخة، كما تم إلغاء خمس (05) نسخ من مقياس الاحتراق النفسي ذلك نظرا لعدم استيفائها الشروط المتعلقة بالإجابة، وتم إلغاء ثلاث (03) نسخ من مقياس الضغط المهني لنفس الأسباب، في النهاية تم سحب نسختين أخريين من مقياس الضغط المهني للحصول على نفس عدد استبيانات الاحتراق النفسي، في النهاية تم الحصول على عينة مقدرة بمائة (100) مستجوب مقسمة على المجالين خمسين (50) صحفيا في الصحافة المكتوبة وخمسين (50) صحفيا في الصحافة المسموعة.

4-7- إجراء تفريغ البيانات:

قمنا في بحثنا باستخدام الحاسوب لتحليل البيانات والوصول إلى النتائج حيث قمنا بتفريغ البيانات حسب أسلوب نظام الحاسوب حيث تم تفريغ بيانات كل عينة جدول خاص، وتم تحويل البيانات إلى رموز رقمية، وبعدها تمت معالجة هذه البيانات بواسطة برنامج الرزمة الإحصائية من نوع (SPSS19 و SPSS21).

4-8- الأساليب الإحصائية:

تتقسم فرضياتنا إلى قسمين وهما: فرضيات الارتباط وفرضيات الفروق قمنا استخدمنا الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات المتحصل عليها بعد تطبيق قياسي البحث وهي كالتالي:

4-8-1- أدوات الإحصاء الوصفي: الإحصاء الوصفي يسمح بجمع البيانات، تبويبها، تنظيمها

تلخيصها ووصفها باستخدام جداول تكرارية أو رسوم بيانية (محمد بوعلاق، 2009، ص 12) وقد استخدمنا في دراستنا مقاييس النزعة المركزية ومقاييس التشتت وهي كالتالي:

أ-مقاييس النزعة المركزية:

- المتوسط الحسابي: تم استخدام المتوسط الحسابي لمعرفة متوسط الدرجات وتحديد درجات الضغوط ومستويات الاحتراق النفسي.

ب-مقاييس التشتت:

- النسب المئوية: استعملنا النسب المئوية لحساب التكرارات ولها أهمية كبيرة عند حساب الفروق ودلالاتها بين النسبتين.

- الانحراف المعياري: استخدمنا الانحراف المعياري للتعرف على متوسط انحراف القيم عن متوسطها الحسابي.

ويساعد المتوسط الحساب والانحراف المعياري للمقارنة الأولية بين أفراد عينة الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي، كما تساعد أيضا في حساب اختبار (ت) لدلالة الفروق بين أفراد العينتين فما يخص متغيرات البحث.

4-8-2- أدوات قياس العلاقة:

أ- معامل الارتباط: قمنا باستخدام معامل ارتباط بيرسون لغرض معرفة العلاقة بين المتغير المستقل المتمثل في الضغط المهني والمتغير التابع المتمثل في الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، كما نقوم بالتأكد من صحة فرضيات الارتباط بين المتغيرات، وإذا كانت العلاقة بين المتغيرات موجبة دالة أو سالبة دالة.

ويرى محمد بوسنة 2007 معامل ارتباط بيرسون هو من أهم المعاملات وأكثرها شيوعاً وأدقها جميعاً حيث أنه يتأثر بجميع القيم، إنه يمثل قوة العلاقة الخطية بين المتغيرين (محمد بوسنة، 2007، ص 264).

4-8-3- الأدوات الإحصائية الاستدلالية: فيهدف الإحصاء الاستدلالي إلى الوصول للإجابات

الكمية عن أسئلة مشكلات البحوث والتحقق من الفرضيات (محمد بوعلاق، 2009، ص 12) واستخدمنا اختبار (ت) لمعرفة دلالة الفروق الإحصائية.

- اختبار (ت): في حالة توفر عينتين وكان حجمهما لا يتجاوز (200) فرد فاستخدام (ت) يسمح لنا بتحويل الفروق المشاهدة بين العينتين من خلال المتوسطين الحسابيين لهما إلى قيمة معيارية تائية (عبد الكريم بو حفص، 2005، ص 175).

- وتمت معالجة هذه المعطيات من خلال الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية "SPSS 19" و"SPSS 21".

- خلاصة:

بعد إتباع الخطوات المنهجية المتمثلة في التذكير بفرضيات البحث واختيار العينة بالطريقة العرضية القصدية وباستعمال المنهج الوصفي، تم الاعتماد على مقياسين وهما مقياس الضغط المهني "الكرساك" ومقياس الاحتراق النفسي "لماسلاش" والاعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات التي تم الحصول عليها في الدراسة الميدانية.

الفصل السادس

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

-تمهيد

1- عرض نتائج الدراسة الميدانية

1-1- عرض نتائج مقياسي البحث

1-1-1- عرض نتائج مقياس الضغط المهني

1-1-2- عرض نتائج مقياس الاحتراق النفسي

1-2- عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة

1-2-1- عرض نتائج الفرضية الأساسية الأولى

1-2-2- عرض نتائج الفرضية الأساسية الثانية

2- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

2-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى

2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية

3- النتائج العامة للدراسة

4- خلاصة

5- اقتراحات

6- المراجع

- الملاحق

- تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرض نتائج الدراسة التي تم الوصول إليها من خلال الدراسة الميدانية، وذلك بعد تطبيق المقياسين مقياس الضغط المهني ومقياس الاحتراق النفسي على عينة من الصحفيين في المجالين الصحافة المكتوبة والمسموعة، كما يتناول نتيجة العلاقة الموجودة بين المتغيرين باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والفروق الموجودة بين العينتين باستعمال اختبار (ت)، وهذا بهدف التأكد من مدى تحقق فرضيات الدراسة أو عدم تحققها، وفي النهاية تم مناقشة النتائج وتفسيرها بالاعتماد على نتائج الدراسات السابقة، مع الوصول إلى نتائج الدراسة وخلصتها والاشارة إلى مراجع الدراسة.

1- عرض نتائج الدراسة الميدانية:

1-1- عرض نتائج مقياسي البحث:

بعد تفريغ بيانات مقياسي الضغط المهني والاحتراق النفسي بالاعتماد على الإحصاء الوصفي تحصلنا على النتائج التالية:

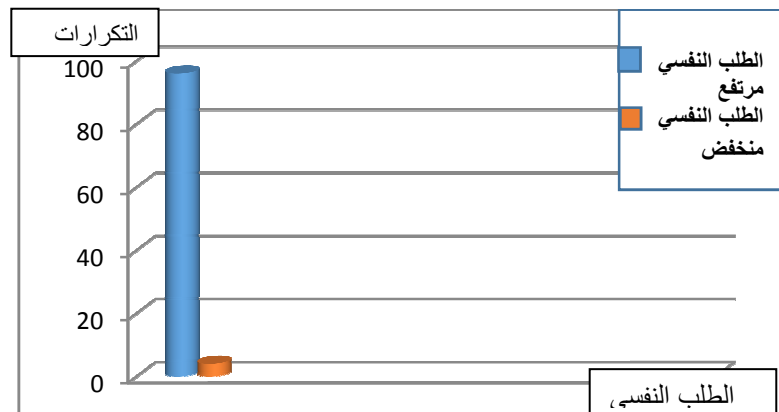
1-1-1- عرض نتائج الضغط المهني: بعد تفريغ وتبويب المعطيات المتحصل عليها، تم حساب

درجات عينة الدراسة والحصول على ما يلي:

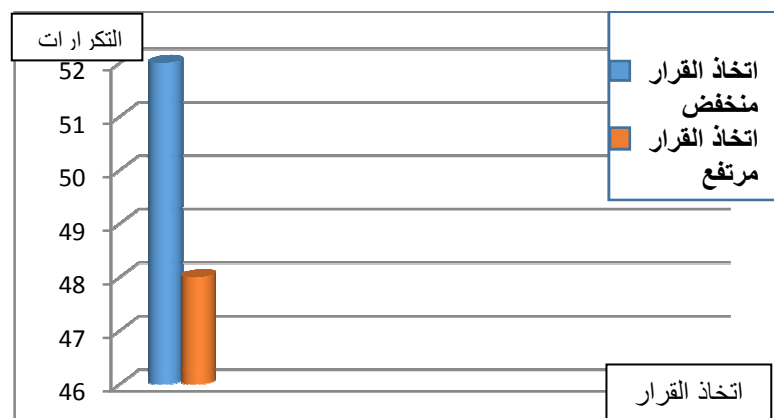
أ- نتائج عينة الصحفيين في المجال الكتابي:

- جدول رقم (20): نتائج عينة الصحفيين في المجال الكتابي على مقياس الضغط المهني

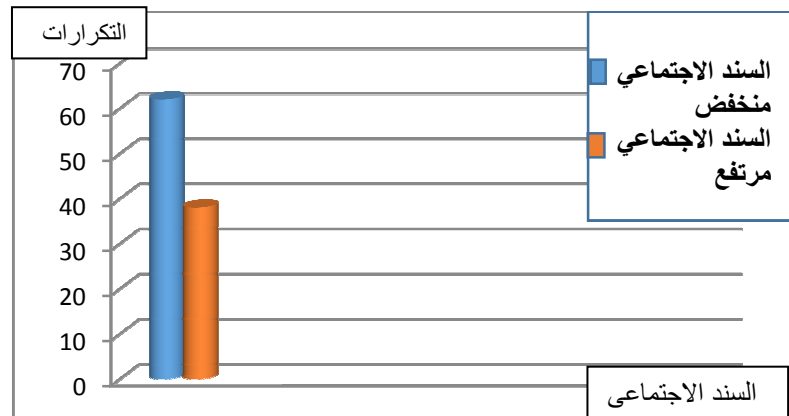
		بعد الطلب النفسي			
		مرتفع اذا كان أكثر من 20 درجة	منخفض اذا كان أقل من 20 درجة		
		48 صحفيا	صحفيان 2		
		%96	%4		
بعد الدعم الاجتماعي	مرتفع اذا كان أكثر من 24 درجة	عمل نشيط	عمل مسترخ	مرتفع اذا كان أكثر من 70 درجة	بعد اتخاذ القرار
	19 صحفي			24 صحفيا	
	%38			%48	
	منخفض اذا كان أقل من 24 درجة	عمل ضاغط	عمل سلبي	ضعيف اذا كان أقل من 70 درجة	
	31 صحفيا			26 صحفيا	
	%62			%52	



- شكل رقم (26): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد الطلب النفسي



- شكل رقم (27): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد اتخاذ القرار



- شكل رقم (28): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني في بعد الدعم الاجتماعي

يبين الجدول رقم (20) نتائج الإحصاء الوصفي الخاصة بعينة الصحفيين في المجال الكتابي لمقياس الضغط المهني، حيث تبين درجة إجابة أفراد الدراسة فيما يخص المتغير المستقل المتمثل في الضغط المهني، وهي كما يلي : حيث أن في الطلب النفسي بلغ عدد الأفراد ثمانية وأربعين (48) فردا لديهم درجات أكثر من 20 درجة، وهذا ما يدل على ارتفاع الطلبات النفسية عندهم، مقابل فردين (2) لديهم درجات أقل من 20 درجة وهو دليل على عدم تعرضهم للطلبات النفسية والأعباء النفسية عالية، أما النسب المئوية فتبين أن 96% من الأفراد تحصلوا على أكثر من 20 درجة، و 4% تحصلوا على أقل من 20 درجة هذا ما يدل على ارتفاع الطلبات النفسية لدى هذه الفئة.

أما فيما يخص البعد الثاني الذي يمثل موقف اتخاذ القرار فيبلغ عدد أفراد العينة الذين تحصلوا على أقل من 70 درجة ستة وعشرين (26) فردا، هذا دليل انخفاض درجة اتخاذ القرار عندهم، أما الأفراد الذين تحصلوا على أكثر من 70 درجة فعددهم أربعة وعشرين (24) فردا، وهذا يبين أن درجة اتخاذ القرار لديهم مرتفعة، أما النسب المئوية فتبين أن 52% من أفراد العينة تحصلوا على درجات أقل من 70 درجة و 48% تحصلوا على أكثر من 70 درجة وهو دليل انخفاض مستوى اتخاذ القرار لدى الصحفيين.

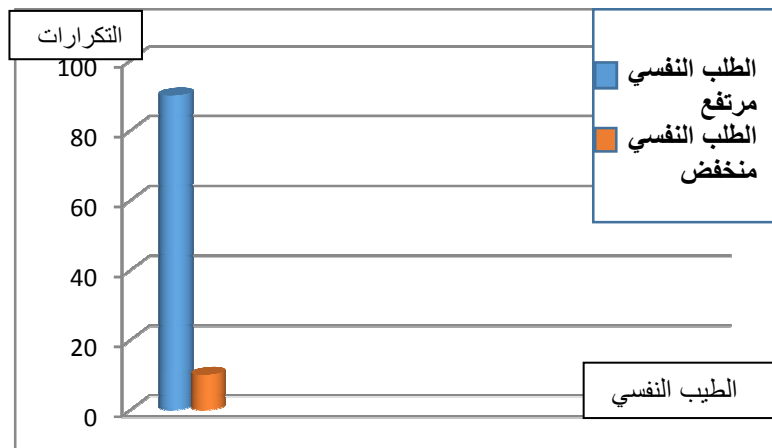
أما البعد الثالث الذي يخص الدعم الاجتماعي فالأفراد الذين تحصلوا من خلاله على درجة أقل من 24 درجة فيبلغ عددهم واحد وثلاثين (31) فرداً، وهو ما يبين ضعف السند الاجتماعي لديهم، مقابل تسعة عشرة (19) فرداً تحصلوا على أكثر من 24 درجة، وهذا دليل على أن السند الاجتماعي لديهم مرتفع، أما النسب المئوية ف62% من أفراد العينة تحصلوا على أقل من 24 درجة، و38% تحصلوا على أكثر من 24 درجة، هذا ما يعني أن السند الاجتماعي لديهم منخفض.

بمقارنة النتائج المتحصل عليها بدليل المقياس نجد أن الضغط المهني لدى هذه العينة مرتفع جداً، ذلك بتحقيق تركيبة مفتاح المقياس، بحيث أن الطلاب النفسي أكبر من 20 درجة، وموقف اتخاذ القرار أقل من 70 درجة، أما السند الاجتماعي فهو أقل من 24 درجة، ولم تتحقق التركيبات الأخرى لدرجات الضغط المهني.

ب- نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي:

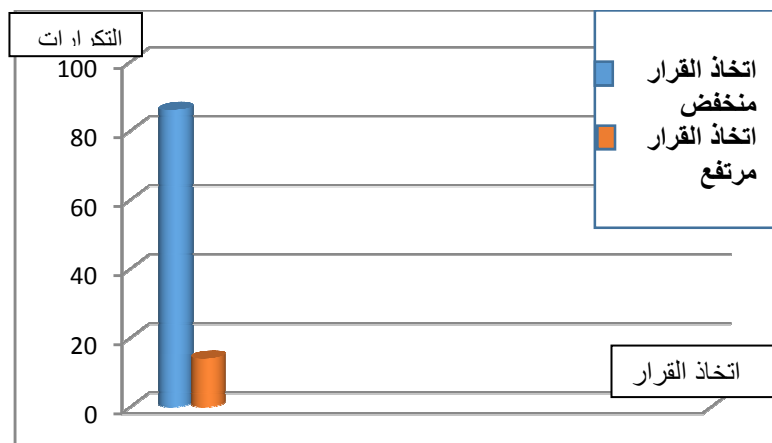
- الجدول رقم (21): نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي على مقياس الضغط المهني

		بعد الطلب النفسي			
		مرتفع اذا كان أكثر من 20 درجة	منخفض اذا كان اقل من 20 درجة		
		45 صحفيا	3 صحفيين		
		%90	%6		
بعد اتخاذ القرار	مرتفع اذا كان أكثر من 70 درجة	عمل نشيط	عمل مسترخ	مرتفع اذا كان أكثر من 24 درجة	بعد الدعم الاجتماعي
	7 صحفيين			12 صحفيا	
	%14			%24	
	ضعيف اذا كان اقل من 70 درجة	عمل ضاغط	عمل سلبي	منخفض اذا كان اقل من 24 درجة	
	43 صحفيا			38 صحفيا	
	%86			% 76	



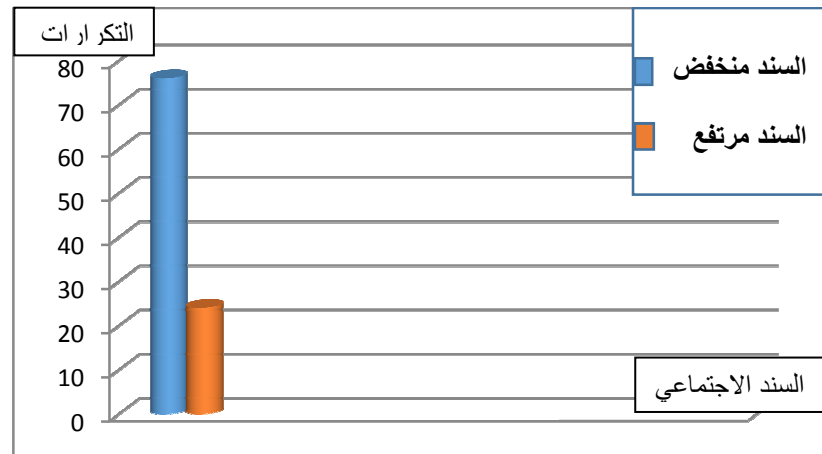
- شكل رقم (29): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني لدى الصحفيين في

المجال السمعي في بعد الطلب النفسي



- شكل رقم (30): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني لدى الصحفيين في

المجال السمعي في بعد اتخاذ القرار



- شكل رقم (31): نتيجة عينة الدراسة على مقياس الضغط المهني لدى الصحفيين في

المجال السمعي في بعد السند الاجتماعي

يبين الجدول رقم (21) نتائج الإحصاء الوصفي الخاص بعينة الصحفيين تخصص سمعي لمقياس الضغط المهني، فدرجات إجابة أفراد الدراسة فيما يخص الضغط المهني في كل الأبعاد هي كما يلي: الطلب النفسي بلغ عددهم خمسة وأربعين (45) فردا لديهم درجات أكثر من 20 درجة، هذا ما يدل على ارتفاع الطلبات النفسية عندهم، مقابل ثلاثة (3) أفراد لديهم درجات أقل من 20 درجة، هو دليل على عدم تعرضهم لطلبات نفسية عالية، أما حسب النسب المئوية ف90% من أفراد العينة تحصلوا على درجات أقل من 20 درجة، و6% تحصلوا على درجات أكثر من 24 درجة.

أما فيما يخص البعد الثاني الذي هو موقف اتخاذ القرار، فيبلغ عدد أفراد العينة الذين تحصلوا على أقل من 70 درجة ثلاثة وأربعين (43) فردا، هذا ما يدل على أن درجة اتخاذ القرار عندهم منخفضة، أما الأفراد الذين تحصلوا على أكثر من 70 درجة فعددهم سبعة (7) أفراد، هذا ما يبين أن درجة اتخاذ القرار

لديهم مرتفعة، حيث توضح النسب المئوية أن 86% من أفراد العينة حصلوا على أقل من 70 درجة، 14% حصلوا على درجات أكثر من 70 درجة ويعني أن الصحفيين هنا لديهم طلبات نفسية مرتفعة. أما البعد الثالث الذي هو الدعم الاجتماعي فعدد الأفراد الذين حصلوا فيه على أقل من 24 درجة فيبلغ عددهم ثمانية وثلاثين (38) فرداً، وهو ما يبين ضعف السند الاجتماعي لديهم، مقابل اثنا عشرة (12) فرداً حصلوا على أكثر من 24 درجة، وهذا دليل على أن السند الاجتماعي لديهم مرتفع، وتوضح النسب المئوية أن 76% لديهم أقل من 24 درجة، و24% لديهم أكثر من 24 درجة وهو دليل على انخفاض السند الاجتماعي لدى العينة.

بمقارنة النتائج المتحصل عليها بدليل المقياس نجد أن الضغط المهني لدى هذه العينة مرتفع جداً، وذلك بتحقيق تركيبة الضغط المرتفع ألا وهي: الطلب النفسي أكثر من 20 درجة، وموقف اتخاذ القرار أقل من 70 درجة، أما السند الاجتماعي فهو أقل من 24 درجة، ولم تتحقق التركيبات الأخرى للمستويات الأخرى للضغط.

الجدول التالي يوضح نتائج العينتين على مقياس الضغط المهني:

جدول رقم (22): نتائج العينتين على قياس الضغط المهني

الأبعاد	المجال الكتابي	المجال السمعي
الطلب النفسي	96% أكثر من 20 درجة	90% أكثر من 20 درجة
استقلالية القرار	52% أقل من 70 درجة	86% أقل من 70 درجة
السند الاجتماعي	62% أقل من 24 درجة	76% أقل من 24 درجة

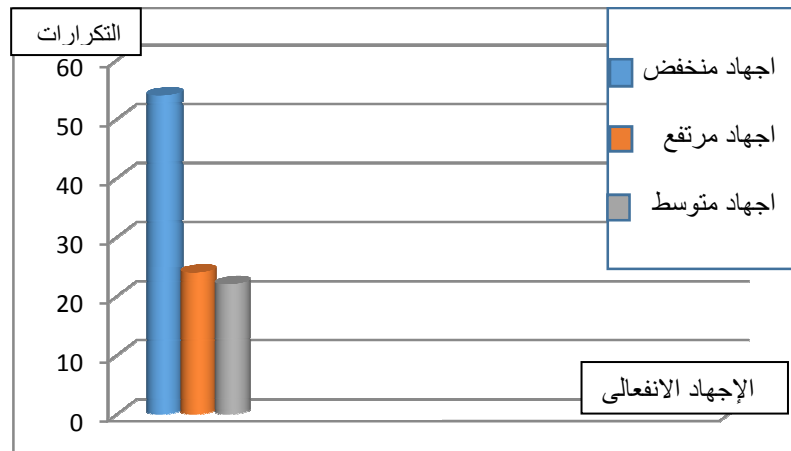
1-1-2- عرض نتائج مقياس الاحتراق النفسي:

أ- عرض نتائج الصحفيين في المجال الكتابي:

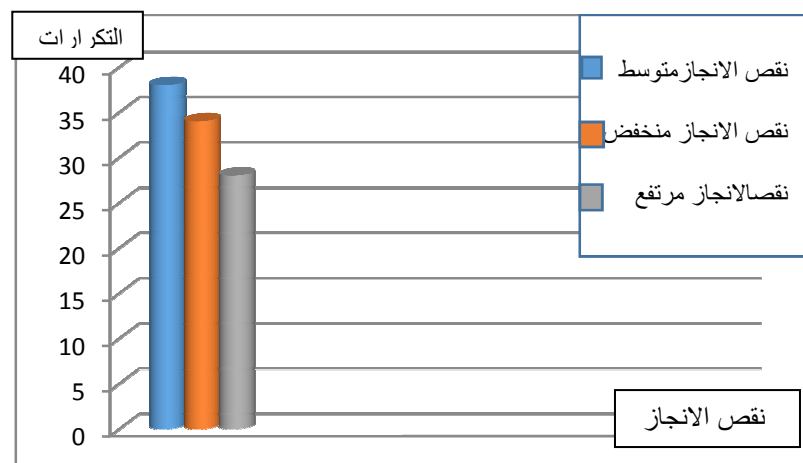
بعد حساب الدرجات المتحصل عليها لعينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي تم التوصل إلى مايلي:

جدول رقم (23): نتائج عينة الصحفيين في المجال الكتابي على مقياس الاحتراق النفسي

الأبعاد	مرتفع	النسبة المئوية	متوسط	النسبة المئوية	منخفض	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
الإجهاد الانفعالي	12	%24	11	%22	27	%54	50	%100
	صحفيا		صحفيا		صحفيا		صحفيا	
الشعور بنقص الانجاز	14	%28	19	%38	17	%34	50	%100
	صحفيا		صحفيا		صحفيا		صحفيا	
تبلد المشاعر	صحفيان 2	%4	7	%14	41	%82	50	%100
			صحفيا		صحفيا		صحفيا	

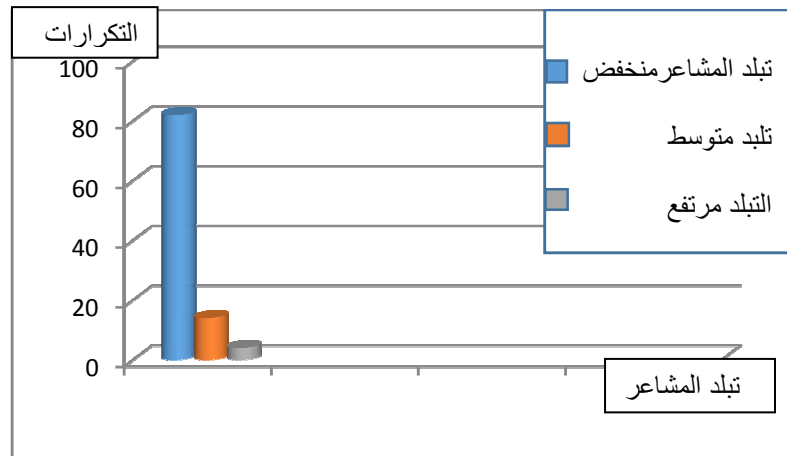


- شكل رقم (32): نتائج عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعد الاجهاد الانفعالي



- شكل رقم (33): العرض البياني لنتائج عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعد

الشعور بنقص الانجاز



- شكل رقم (34): العرض البياني لنتائج عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعد

تبلد المشاعر

يبين الجدول رقم (23) نتائج مقياس الاحتراق النفسي الذي يمثل المتغير التابع لأفراد عينة الصحفيين في المجال الكتابي، حيث أن عدد الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي مرتفع في الإجهاد الانفعالي هو اثنتا عشرة (12) فرداً، والذين لديهم الاحتراق النفسي متوسط في الإجهاد الانفعالي أحد عشرة (11) فرداً، أما الذين لديهم الاحتراق النفسي منخفض في الإجهاد الانفعالي فهم سبعة وعشرين (27) فرداً، لذلك نجد أن نسبة الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي منخفض يمثلون أكبر نسبة بـ 54%، ثم تليها فئة الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي مرتفع بـ 24، وأخيراً نسبة 22% التي تمثلها الفئة التي لديها الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي متوسطاً.

أما بعد الشعور بنقص الانجاز فعدد الأفراد الذين يشعرون بالانجاز مرتفعهم أربعة عشر (14) فرداً فالاحتراق النفسي عندهم منخفض، وتسعة عشر (19) فرداً لديهم الشعور بالانجاز متوسطاً وبالتالي الاحتراق النفسي عندهم متوسط، وسبعة عشر (17) فرداً لديهم الشعور بالانجاز منخفضاً إذن

الاحتراق النفسي عندهم مرتفع، أما أعلى نسبة فهي 38% الاحتراق النفسي لديهم متوسطا في بعد الشعور بنقص الانجاز، و34% لديهم الاحتراق النفسي منخفضا في بعد الشعور بنقص الانجاز، ثم تليها نسبة 28% من الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي مرتفعا في بعد الشعور بنقص الانجاز.

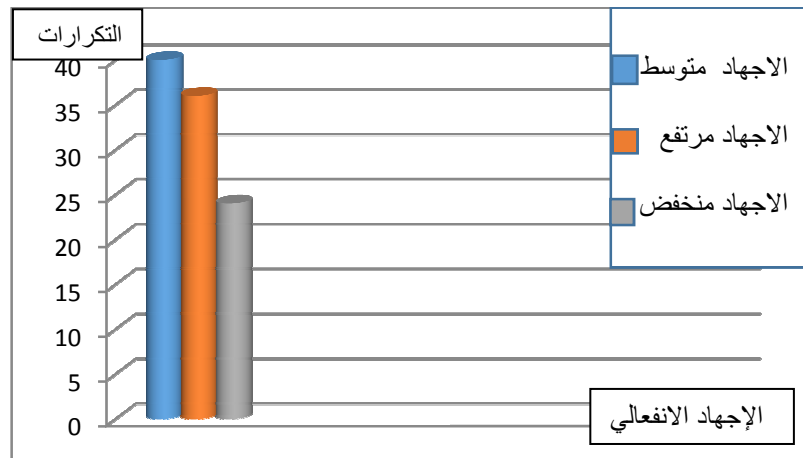
أما في بعد تبدل المشاعر هناك فردين (2) لديهم الاحتراق النفسي في بعد تبدل في المشاعر مرتفع، وسبعة (7) أفراد لديهم الاحتراق النفسي متوسطا في بعد التبدل، وواحد و أربعون (41) فردا فالاحتراق النفسي عندهم منخفض في بعد تبدل المشاعر، ذلك ما يمثل نسبة 4 % من الأفراد لديهم الاحتراق النفسي في بعد تبدل المشاعر مرتفع، ونسبة 14% لديهم تبدل في المشاعر متوسطا، أما النسبة الكبيرة فهي 82% فهم الأفراد الذين ينخفض عندهم مستوى الاحتراق النفسي في بعد تبدل المشاعر.

ب- عرض نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي على مقياس الاحتراق النفسي:

جدول رقم (24): نتائج عينة الصحفيين في المجال السمعي على مقياس الاحتراق النفسي في كل

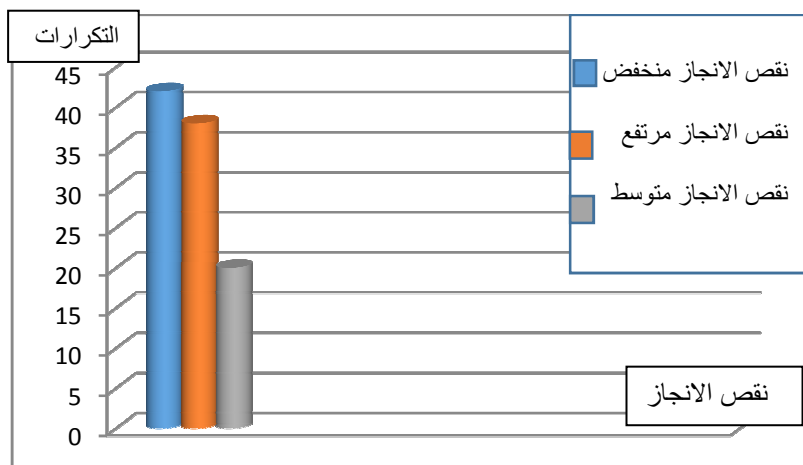
أبعاده

الأبعاد	مرتفع	النسب المئوية	متوسط	النسب المئوية	منخفض	النسب المئوية	التكرار	النسب المئوية
الإجهاد الانفعالي	18 صحفيا	%36	20 صحفيا	%40	12 صحفيا	%24	50 صحفيا	%100
الشعور بنقص الانجاز	21 صحفيا	%42	10 صحفيا	%20	19 صحفيا	%38	50 صحفيا	%100
تبلد المشاعر	10 صحفيا	%20	11 صحفيا	%22	29 صحفيا	%58	50 صحفيا	%100



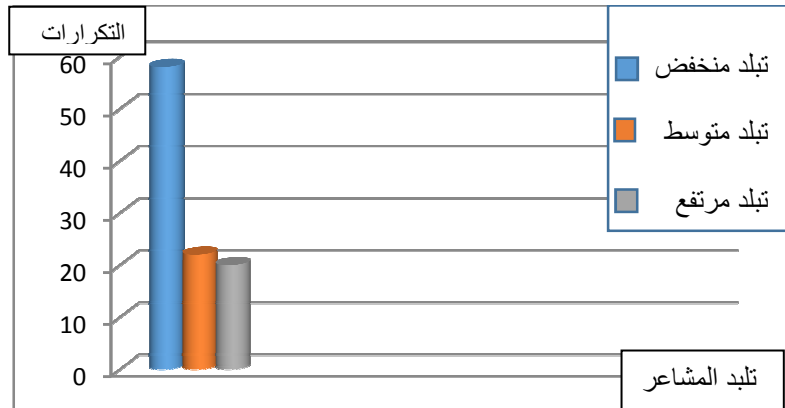
- شكل رقم (35): العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعده

الإجهاد الانفعالي



- شكل رقم (36): العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعد

الشعور بنقص الإنجاز



- شكل رقم (37): العرض البياني لنتيجة عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي في بعد

تبلد المشاعر

يبين الجدول رقم (24) نتائج مقياس الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال السمعي حيث يبين أن عدد الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي مرتفعاً هو ثمانية عشر (18) فرداً ، وعدد الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي متوسطاً هم عشرين (20) فرداً، أما الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي منخفضاً فهم اثنتا عشر (12) فرداً، بالتالي نسبة الأفراد الذين لديهم درجة الاحتراق النفسي مرتفعة في بعد الإجهاد الانفعالي هي 36%، وتليها النسبة المتوسطة بـ 40%، وأخيراً نسبة 24% تمثل الأفراد الذين لديهم درجة الاحتراق النفسي منخفضة في بعد الإجهاد الانفعالي.

وفيما يخص بعد الشعور بنقص الانجاز الشخصي فعدد الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد شعور بنقص الانجاز منخفض هم واحد و عشرون (21) فرداً، والذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الشعور بنقص الانجاز متوسطهم عشرة (10) أفراد، أما الذين لديهم الاحتراق النفسي في بعد الشعور بنقص الانجاز مرتفعهم تسعة عشر (19) فرداً، ذلك ما يمثل نسبة 42% من الأفراد الذين لديهم احتراق

نفسى مرتفعاً في بعد الانجاز الشخصي، نسبة 20% من الأفراد الذين لديهم احتراق نفسى متوسطاً في بعد الانجاز الشخصي و 38% هي نسبة الأفراد الذين لديهم احتراق نفسى منخفضاً في بعد الانجاز الشخصي.

أما على مستوى بعد تبدل المشاعر نجد أن الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسى مرتفعاً في بعد تبدل المشاعر فهم عشرة (10) أفراد، أما الأفراد الذين لديهم الاحتراق النفسى متوسطاً في بعد تبدل المشاعر هم أحد عشر (11) فرداً، وتسعة وعشرين (29) فرداً لديهم الاحتراق النفسى منخفضاً في بعد تبدل المشاعر، ذلك ما يمثل نسب متفاوتة حيث أن 20% هي نسبة الأفراد ذوي الاحتراق النفسى مرتفعاً في بعد التبدل المشاعر، و22% لديهم الاحتراق النفسى متوسطاً في بعد التبدل في المشاعر، و58% لديهم الاحتراق النفسى منخفضاً في بعد التبدل في المشاعر.

1-2- عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة:

1-2-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الأولى على أساس عامل الارتباط

بيرسون:

نص الفرضية: "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسى لدى الصحفيين".

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون (ر) للمعالجة الإحصائية، والوصول إلى قيمة ارتباطية تؤكد صحة فرضيات الارتباط، كما نتحقق من الفرضيات الجزئية من الفرضية الأساسية، فالهدف من استخدام هذه الأداة إذن هو الوصول إلى القيمة الارتباطية التي تؤكد صحة الفرضيات.

1-2-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

تتصّ الفرضية على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للإجابة على الفرضية.

جدول رقم (25): عرض نتائج فرضية علاقة الضغط المهني بظهور الاحتراق النفسي لدى صحفيي

المجال الكتابي

المتغيرات	حجم العينة	معامل الارتباط	الدالة المحسوبة	مستوى الدالة المعتمدة	الدالة
الضغط المهني	50	0.380	0.006	0.05	دالة
الاحتراق النفسي					

يبين الجدول أن قيمة الدلالة المحسوبة على (SPSS) هي (0.006) فهي أقل من قيمة الدلالة المعتمدة (0.05) بالتالي هي دالة إحصائية، هذا ما يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة وقوية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي، لهذا ففرضية الدراسة التي تقول أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال الكتابي قد تحققت، لذا ترفض الفرضية البديلة التي تشير إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

1-2-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون للإجابة على هذه الفرضية:

جدول رقم (26): نتيجة فرضية علاقة الضغط المهني بظهور الاحتراق النفسي لدى صحفيي المجال

السمعي

المتغيرات	حجم العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	الدلالة
الضغط المهني	50	0.386	0.006	0.05	دالة
الاحتراق النفسي					

يلاحظ من خلال الجدول رقم (26) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون (الدلالة المحسوبة) بلغت (0.006) فهي اصغر من قيمة الدلالة المعتمدة (0.05) إذن هي دالة إحصائية، وهو دليل على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي، لذا فالفرضية الجزئية الثانية التي تنص على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال السمعي قد تحققت، وترفض الفرضية البديلة التي تقول أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

بما أن الفرضية الجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية من الفرضية الأساسية الأولى قد تحققنا، فإن الفرضية الأساسية التي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين قد تحققت.

1-2-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية على أساس اختبار (ت):

تم استخدام اختبار (ت) للتأكد من الفرضية الأساسية الثانية مع فرضياتها الجزئية، والهدف من استعمال هذه الأداة هو التأكد من فرضيات الفروق إذا تحققت أم لا، أو للتأكد على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي فيما يخص درجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي.

تنص الفرضية على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في درجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي ".

1-2-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى من الفرضية العامة الثانية:

فمنطلق هذه الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في درجات الضغط المهني ".

تم استعمال اختبار (ت) للإجابة على الفرضية.

الجدول التالي يلخص نتائج متوسط الدرجات والانحراف المعياري، ودرجة الحرية وقيمة (ت)، مستوى الدلالة المحسوبة والمعتمدة، ومستوى الدلالة على نتائج درجات الضغط المهني.

جدول رقم (27): متوسط الدرجات والانحراف المعياري ودرجة الحرية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى

الدلالة للعينتين على نتائج درجات الضغط المهني

المتغير	العينة	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيم ت	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	الدلالة
درجات الضغط المهني	المجال الكتابي	50	75.34	8.71	98	2.250	0.027	0.05	دالة
	المجال السمعي	50	71.10	10.08					

يتبين لنا من خلال الجدول رقم (27) أن المتوسطات الحسابية تبين فروق بين العينتين فيما يخص الضغط المهني، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الصحافة في المجال الكتابي وعينة الصحافة في المجال السمعي، فبلغت قيمة مستوى الدلالة المحسوبة (0.027) بدرجة الحرية (98)، فهي اصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة (0.05)، إذن هي ذات دلالة إحصائية موجبة، بالتالي الفرضية الجزئية الأولى التي تقول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجات الضغط المهني قد تحققت.

وإذا تمت مقارنة الفروق بين العينتين فنجد أنها جاءت لصالح الصحفيين في المجال الكتابي حيث بلغ متوسط الحسابي لديهم (75.34) والانحراف المعياري (8.71)، أما المتوسط الحسابي لدى الصحفيين في المجال السمعي فبلغ (71.10) والانحراف المعياري (10.08).

1-2-6- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية من الفرضية العامة

الثانية:

مفاد هذه الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في مستويات الاحتراق النفسي.

تم حساب متوسط الدرجات والانحراف المعياري ودرجة الحرية وقيمة (ت)، ومستوى الدلالة المحسوبة والمعتمدة، ومستويات الدلالة للعينتين على أبعاد الاحتراق النفسي.

جدول رقم (28): متوسط الدرجات والانحراف المعياري ودرجة الحرية وقيم (ت) المحسوبة

ومستوى الدلالة للعينتين على الأبعاد الثلاث للاحتراق النفسي

الأبعاد	العينة	حجم العينة	متوسط الدرجات	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمدة	الدلالة
الاحتراق النفسي	المجال الكتابي	50	55.82	10.81	98	2.052-	0.43	0.05	غير دالة
	المجال السمعي	50	61.08	14.55					

الجدول رقم (28) يوضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العينتين على مستوى متغير الاحتراق النفسي، حيث بلغت مستوى الدلالة المحسوبة (0.43) بدرجة الحرية (98) فهي أكبر من قيمة الدلالة المعتمدة (0.05)، لذا هذه القيمة ليس لها دلالة إحصائية، بالتالي الفرضية الجزئية الثانية التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في

المجال السمعي في مستويات الاحتراق النفسي لم تتحقق، لذا نقبل الفرضية البديلة التي تقول أنه ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي، والصحفيين في المجال السمعي في مستويات الاحتراق النفسي.

بما أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت والفرضية الجزئية الثانية لم تتحقق، فإن الفرضية الأساسية الثانية التي تنص على " وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي " قد تحققت جزئياً.

2-تفسير ومناقشة نتائج الدراسة:

سوف نحاول تفسير ومناقشة النتائج المتحصل عليها بالاعتماد على النتائج الإحصائية والبيانات المجدولة وذلك بالاستعانة بالدراسات والبحوث السابقة

2-1-تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

2-1-1-تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

تهدف الفرضية إلى الإجابة على التساؤل: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي؟

فالفرضية تتوقع علاقة ارتباطية بين الضغط المهني والاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي، وللتأكد من مدى صدق الفرضية الجزئية الأولى من الفرضية الأساسية الأولى، استخدمنا معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة والإجابة على الفرضية.

بعد استعمال معامل ارتباط بيرسون، يبين الجدول رقم (24) على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال الكتابي عند مستوى الدلالة (0.05)، فالعلاقة هنا طردية أي أن مستوى الاحتراق النفسي مرهون بدرجة الضغط المهني، فكلما زاد الضغط المهني ارتفع معه الاحتراق النفسي، فهذه النتيجة منطقية لأن زيادة كمية العمل عبارة عن زيادة المسؤوليات مما يؤدي إلى شعور الموظف بالإرهاك والاحتراق، وكل انخفاض في درجات الضغط المهني يصاحبه انخفاض في مستويات الاحتراق النفسي، كما يتأكد في الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي يتماشى بطريقة طردية حسب المعاناة التي يعاني منها الفرد في عينة الدراسة، ففي هذا السياق ترى **ماسلاش وجاكسون عام 1996** أن لضغوط العمل دور كبير في شعور الموظف بأعراض الاحتراق النفسي، لقد أشارت الدراسة إلى أن التماذي في الشعور بضغط العمل يؤدي إلى حالة من الإعياء العاطفي المصحوبة بالعديد من التداعيات، منها الشعور بالتعب الجسدي والنفسي والعقلي (**Shailesh Kumar, 2007, p 1**).

كما أكدت العديد من الدراسات أن الاحتراق النفسي يتولد نتيجة للتعرض المستمر للضغوط، وهو يأتي على شكل استنزاف عاطفي وبدني وانفعالي، الذي يساهم بإعطاء نظرة سلبية لقدرة الفرد في عمله (علي عسكر، 1999، ص 176).

وفي هذا السياق فالضغوط ترتبط بطبيعة الأعمال والمهام والأنشطة التي يمارسها العمال في عملهم (**Dollard, 2001, p 16**). فاعتبرها **خالد محمد رشيد 1997** على أنها تعبير عن حالة من الإجهاد العقلي والجسمي التي تحدث نتيجة للحوادث التي تسبب قلقاً أو إزعاجاً، كما يمكن أن تحدث نتيجة لعوامل عدم الرضا أو نتيجة للصفات التي تسود بيئة العمل، أو أنها تحدث نتيجة للتفاعل بين هذه المسببات جميعاً (**خالد محمد رشيد، 1997، ص 23**).

فتوصلت دراسة **عمران أميمة 2000** إلى أن معوقات بيئة عمل الصحفي ومعوقات الحصول على المعلومات والضغوط الإدارية والتنظيمية داخل المؤسسة، والضغوط المتعلقة بأخلاقيات المهنة هي أهم معاناة الصحفي (**عمران أميمة، 2000، ص 103**).

ربما يعود سبب الضغوط لدى الصحفي الذي يعمل في ميدان الصحافة المكتوبة إلى المتطلبات النفسية التي يمكن إرجاعها إلى أعباء نفسية عالية وضغوطات داخلية، خاصة وأن واجبه المهني يفرض عليه الدقة والموضوعية التي تعتبر من أصعب الأهداف، إضافة إلى أعباء الكتابة التي تتطلب السرعة والعبء الذهني، حيث تتعدم فترات الراحة في غالب الأحيان فهو يعمل في أي وقت وأي ظرف بسبب المتابعات الدائمة للمستجدات والأحداث، إضافة إلى السرعة التي تفرضها طبيعة العمل خاصة في ظل زمن السرعة والتكنولوجية، فهو ملزم على الحصول على خبراً قبل الآخرين وكتابة مقاله بسرعة وبعثه للنشر، ليصدر في الصباح الباكر في الجرائد اليومية، لذا فهو ملزم على متابعة هذه الوثيرة، كما أن التناقض الذي يعترض مهامه دوماً يزيد من توتره حيث أن واجباته المهنية تملّي عليه البحث عن الحقائق ونشرها وتوعية الناس وتمكينهم من الاطلاع على ما يدور حولهم من أحداث مختلفة، هذا ما يدفعه إلى المجازفة بروحه في مغامرات لا تحمد عقباها، ذلك لا لشيء إلا من أجل تنوير الرأي العام بحق الإعلام خاصة إذا تعلق الأمر بالتقارير والتحقيقات الخاصة بالبؤساء والعائلات المعوزة التي رمتها الظروف إلى هامش الحياة، ومن جهة يصادف أمامه عوائق وحواجز تمنعه من الوصول إلى الحقائق وخاصة تلك المتعلقة بخبايا السلطة والسياسة، فإذا تم الوصول إليها يمكن أن يواجه مشاكل قضائية أو تهديدات لدى مختلف الجهات، هذا ما يخلق عنده صراعات واضطرابات داخلية والخوف من النشر أو عدم النشر، بالتالي يتعرض إلى أعباء نفسية عالية.

فقد أكد كلود لوموان Claude Lemoine 2003 أن العمل الذهني يولد تعباً عصبياً أو نفسياً وذلك نتيجة لظروف العمل (Claude lemoine ، 2003, p 66).

كما أشارت دراسة الهمشري 1993 إلى أن ارتفاع ساعات العمل والضوضاء ورداءة نوعية الأثاث وضعف التهوية والتبريد والروتين، وضغط العمل اليومي يؤدي إلى شعور عينة دراسته بالتوتر النفسي.

ودراسة بدران Badran 2003 وليوناتيدي Leonataridi 2002 وجدت أن ظروف العمل وزيادة عدد ساعات العمل قد تساهم في ارتفاع الضغط.

وتوصلت دراسة تغريد زياد 2006 إلى وجود علاقة ارتباطية بين التكنولوجيا المستخدمة وضغوط العمل في عينة دراستها في الجامعات، فأصبحت التكنولوجيا أداة لزيادة عبء العمل وذلك عند تعطلها وعدم وجود بديل لها، مما يؤدي إلى زيادة الإحساس بضغط العمل في الجامعات محل الدراسة (تغريد زياد عمار، 2006، ص228).

أما دراسة (عبد القادر احمد) و(عمار) و(الدورسي) و(النعاس) و(السباعي) و(القبلان) بينت وجود علاقة بين الضغط المهني والأعباء الوظيفية.

كما أشار علي شويل في دراسته أن منسوبي المؤسسات الإعلامية يشعرون بضغط مهنية، ذلك نتيجة المنافسة الواسعة والضغط المؤسسية والمجتمعية.

ويمكن لنقص سلطة اتخاذ القرار أنتسبب الضغط، كون الصحفي في المجال الصحافة المكتوبة يواجه رقابة مفرطة من طرف المسؤولين على كل ما يكتبه وما ينشره، ذلك تقاديا لأي مشاكل مع الدولة أو مع الأشخاص الذين يمكن أن يمسه مقال ما، لهذا تكون حرية الصحفي هنا ضيقة جدا إلى حد يمكن أن يمل عليه مسؤوله المواضيع التي يجب أن يكتب عليها، بالتالي فقرار النشر وقبول المقال دائما يعود إلى سلطة المسؤول، أين يجد الصحفي نفسه بعيدا عن اتخاذ أي رأي اتجاه مقالاته، لذا تكون حريته محدودة في اتخاذ مواقف في عمله، ذلك ما يؤدي به إلى شعوره بالإحباط وبالضغط .

فقد أشار **عسكر سمير 1988** إلى أنه إذا زادت صلاحيات الموظف قل شعوره بالضغط، حيث أن عدم إتاحة الفرصة للموظفين للمشاركة في اتخاذ القرارات يؤدي إلى شعورهم بالمعاناة وتدني مستوى رضاهم (**عسكر سمير ،1988،ص 15**).

كما وجدت دراسة **تغريد زياد** علاقة ارتباطية موجبة بين الضغط المهني والمشاركة في اتخاذ القرارات، حيث أنه كلما قلت مشاركة الأفراد في اتخاذ القرارات كلما زادت درجة ضغوط العمل، وأرجعت ذلك إلى عدم اهتمام الإدارة بتقارير سير العمل التي يقدمها العمال عن حاجتهم ومشاكلهم، أيضا عدم الأخذ برأيهم قبل إصدار أي قرار يتعلق بعملهم، إضافة إلى عدم اهتمام الإدارة بعقد اللقاءات الدورية والمستمرة للتعرف على مشاكل الأفراد، ذلك ما يشعر الأفراد ببعد الإدارة والتقليل من إحساسه بالمسؤولية اتجاه الأعمال أو الأشياء داخل بيئة العمل (**تغريد زياد عمار،2006،ص 229**)

أما دراسة **أبو يوسف 2000** حول العوامل المؤثرة في ممارسة الصحفيين لمهنتهم، والتعرف إلى طبيعة الممارسة المهنية التي يؤديها الصحفي أثناء معالجته للقضايا العربية ، فتوصلت إلى نتائج مفادها أن 83 % من الصحفيين يتأثرون بمواقف وتوجهات النظام السياسي المصري أثناء معالجتهم للقضايا العربية، و38 % من المحررين تتعرض مقالاتهم للتعديلات، فتوصلت الدراسة إلى أن المحررين الصحفيين في الصحف المصرية يتعرضون لضغوط مهنية من رؤسائهم في العمل إلى جانب الرقابة الذاتية التي تمثل عائقا في ممارستهم المهنية خوفا من إجراءات تعسفية من طرف الإدارة (**أبو يوسف إيناس ، 2000**).

كما يمكن أن يكون للدعم الاجتماعي دور في حدوث الضغوط، حيث يمكن إرجاع عدم حصول الصحفي للسند الاجتماعي من طرف الزملاء والمسؤولين إلى محاولة كل واحد نشر مقال أفضل من الآخر، أو التسابق إلى الحصول على معلومات أكثر من الآخر، بالتالي فجو المنافسة يمكن أن يؤدي في بعض الأحيان إلى الأنانية التي تفرض على صاحبها عدم مساعدة الآخر، هذا الأمر يزيد النزعة الفردية في

العمل الصحفي والمنافسة الشرسة، بشكل يؤثر في العمل الجماعي (jean jacques croc, 2011,p 79).

فالسند الاجتماعي الضعيف من طرف المسؤولين والزملاء يؤدي إلى تأزم الوضع السائد في محيط عمل الصحفي، فقد أكدت مارجوليس وكوين 1974 margoles et quinn أن عدم تقدير مهام العمال من طرف المسؤولين يؤدي إلى التوتر والضغط في العمل، أما حسب ستورا 1993stora فالضغط ليس ناتجا فقط عن المنافسة بين الزملاء والعلاقات المهنية السيئة، وإنما هو ناتج من نقص السند بين الزملاء في المواقف الصعبة، كما أن تأخير أو توقيف الترقية أو تقليل مناسبات الارتقاء يؤدي إلى الإحباط (حسبية بورزوان، 2009، ص148).

أما دراسة خالد يوسف الزغبى فأكدت وجود آثار دالة إحصائية بين الدعم الاجتماعي وضغوط العمل التي تواجه العاملين في مراكز الدوائر الحكومية في محافظة جدة، حيث أن الدعم التنظيمي يؤدي إلى انخفاض مستويات الضغوط والاضطرابات النفسية، ذلك ما يساعد الفرد في التكيف النفسي مع ظروف العمل وتحقيق أهداف المنظمة، مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الضغط المهني، فالدعم الاجتماعي يعتبر كمنهج وقائي للتعامل مع الآثار النفسية التي يخلقها الضغط، وأيضاً دراسة جو وفوكادا 1995 توصلت إلى وجود علاقة بين الدعم الاجتماعي والقدرة على التكيف في العمل، فالفاعل المستمر مع هذه الجماعة ونجاح الفرد في خلق علاقات مع الزملاء يشعره بالارتياح، كما أن المساندة الاجتماعية تساعد الفرد على الترويح عن النفس، ذلك ما يشعر الفرد بالراحة النفسية والأمان والاطمئنان (خالد يوسف الزغبى، 2012، ص269).

نفس ما توصلت إليه دراسة هيتي وآخرون 2008 حيث وجدت أن للدعم التنظيمي أثر في تخفيف الإجهاد الوظيفي.

ودراسة **تشابمان 1995** توصلت إلى نتائج مفادها أن الممرضين والممرضات يدركون أن انخفاض مستوى مساندة زملائهم يؤدي إلى شعورهم بازدياد مستوى الضغط المهني (**محمد فرج الله، 2010، ص 103**).

أما دراسة **نجيب بن عباس 2005** التي تهدف إلى التعرف على أنواع الضغوط التي تتعرض لها الصحافة الرياضية، فبيّنت أن الضغوط الاقتصادية من أهم الضغوط التي يتعرض لها الصحفي وهي فوق المتوسط حيث وجد نسبة 3.71% تعود إلى ضغوط الأجر الضئيل الذي يتلقاه الصحفي، وتليها الضغوط الاجتماعية بنسبة 3.31 % الناتجة عن حساسية الموضوع بسبب الجماهير المنحازون إلى فرقهم، وكتابات تواجه بالهجوم من طرف الجهات الرسمية، والضغوط التأهيلية بنسبة 3.10% تعود إلى قلة فرص التأهيل، حيث ان هناك 22% فقط تحصلوا على دبلوم بكالوريا الصحافة، أما الضغوط النفسية فتتمثل 2.9% وترجع إلى عدم توفر الحماية القانونية وعدم تحقيق عنصر الراحة النفسية، المشاحنات، المنافسة، عدم توفر الحماية الأمنية، أما ظروف العمل فتتمثل بنسبة 2.89% ترجع إلى الوقت المحدد للطباعة الذي يزيد من صعوبة العمل، عدم توفر نشرات صحفية رياضية متخصصة، وأخيرا العلاقات مع الزملاء التي تمثل 2.73% فترجع إلى التنافس مع الزملاء وضعف التعامل بينهم والشعور ببعض الحرج في توجيه النقد البناء لهم في العمل (**نجيب بن عباس، 2005، ص ص 99 ، 111**).

فقد أشار **علي عسكر واحمد عبد الله 1998** في دراستهما أن زيادة الضغوط وعدم القدرة على مواجهتها يصل بالفرد إلى حالة من الاحتراق النفسي (**عسكر واحمد عبد الله، 1998، ص 72**).

الذي يعتبر ظاهرة خطيرة تشكل معوقا كبيرا يحول دون قيام الفرد بدوره، الأمر الذي يؤثر على انجازه (**عسكر و جامع الانصري، 1986**).

فيرجع مقابلة ورشدهان 1997 الاحتراق النفسي إلى نتيجة الضغوط الشديدة التي تسببها أعباء العمل ومتطلباته مما تنعكس آثاره سلباً على العملاء وعلى المؤسسات، كما يعتبر استنزاف الطاقة النفسية المخزنة لدى الفرد الذي يؤدي به إلى حالة عدم الاتزان.

ويرى الخريشات وعربيات 2005 أن هذه الحالة تبدأ من اللحظة التي يشعر فيها الفرد القائم بالعمل بضعف قدرته على إشباع طموحاته وتنفيذ توقعاته من هذا العمل، ثم عجزه على تنفيذ متطلبات العمل المطلوبة، سواء للحاجة لبعض المعدات أو التقنيات الغير متوفرة، أو لبعض المهارات الشخصية لدى الشخص الذي لا يملكها، مما يولد لديه شعوراً بالقلق وضعف الحماس والتوتر الذي ينعكس على سلوك الفرد وتعامله مع الآخرين.

كما اعتُبر الاحتراق كاستجابة للتوتر الناتج عن أوضاع العمل ويتضح ذلك من تعريف بيرجر **berger** ألا وهو استنفاد الفرد لمصادره الجسمية والنفسية، وحسب كيرنس **chernis** هي حالة يصبح فيها الفرد الذي كان ملتزماً بمهنته مهملاً نتيجة للتوتر الذي يصادفه فيعمله (أسمى عبد الحافظ، 2013، ص 301).

فيمكن إرجاع الاحتراق النفسي المتوسط لدى الصحفيين في مجال الصحافة المكتوبة على مستوى الاجهاد الانفعالي إلى تحكم الصحفيين في مشاعرهم الانفعالية، وقدرتهم النفسية على مواجهة أوضاع العمل ومعرفة كيفية التعامل ومواجهة الصعوبات التي تواجههم، كأخذ أوقات من الراحة التي تساعد على تقادي الإجهاد، إضافة إلى دراية الصحفي كيف يتعامل مع الناس في مواجهته لهم، كما أن طبيعة مهنة الصحفي في الكتابة والنشر بعيدة عن الاحتكاك المباشر مع الجمهور الذي يمكن أن يحاسبه مباشرة، فالعواطف المجهدة تأتي نتيجة لخصائص معينة للعمل، كما أنهم لا يرون أن حياتهم بلا معنى نتيجة

ممارسة مهنتهم فهذا العمل قد وفر للكثير مكانة اجتماعية ونفسية تشبع حبه للمهنة، ولم يمسه التبدل الإحساسي.

فالإنجاز الشخصي المتوسط يرجع سببه ربما إلى العمل الزائد والضغط المستمرة من طرف الجمهور التي تدفعهم للشعور بأهمية ما يقومون به، فالصحافة اليومية تحظى بشعبية واهتمام كبير من الجمهور خاصة الشريحة المثقفة، ذلك إذا نظرنا إلى النتيجة المعتدلة ايجابيا، أما إذا نظرنا إلى النتيجة بنظرة سلبية فيمكن أن نرجعها إلى أن في بعض الأحيان المتتبع للصحف اليومية يبدي عدم الرضا عن أداء الصحفي، ذلك ما يجعله عرضة للنقد أو المتابعات القضائية، أو تعرضه للإهانات سواء لفظية أو جسدية، إثارة الرأي العام ضده، لذلك فهو مضطر إلى انتقاء المواضيع التي ترقى للجميع وتلبية رغبات وممارسة الرقابة الذاتية على نفسه مما يؤدي إلى شعوره بعدم الرضا على ما قدمه مقارنة مع ما يمكن تقديمه لذا يشعر بنقص انجازه.

كما يمكن أن يرجع إلى عدم التقدير المعنوي للصحفي وقلة الإمكانيات، عدم احترام المسؤولين لمبادئ المهنة مما يؤثر سلبا على دافعية الانجاز نحو العمل.

ويمكن أيضا إرجاع النتيجة كذلك إلى أن الصحفي في المجال الكتابي لم يقتنع بما ينشره ويقدمه فتقديره لعمله لم يكن كيفما يظنه، بسبب الظروف التي يعمل فيها والتي لم تعط له الحرية التامة لتقديم كل ما يسعى إليه.

توصلت دراسة لامبي 2007 إلى أن هناك علاقة ايجابية بين الاحتراق النفسي وتطور مفهوم الذات حيث أنه عندما يكون هناك ارتفاع في مفهوم الذات يقابله ارتفاع في مستوى الانجاز الفردي (أسمي عبد الحافظ ، 2013، ص 303).

فكلما كان الصحفي في ظروف جيدة وفي حالة نفسية مستقرة يكون إحساسه بأنه نشيط ويكون انجازه الشخصي مرتفع.

فتتفق أيضا دراستنا مع دراسة **نوال بنت عثمان** حيث أن مستوى الاحتراق النفسي على مستوى الاجهاد الانفعالي لدى عينة العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة كان منخفضا، ويرجع ذلك إلى التحكم في انفعالهن وتحمل درجة من المسؤولية الاجتماعية والسيطرة على النفس وتحمل المسؤولية اتجاه فئة ذوي الاحتياجات الخاصة (**نوال بنت عثمان، 2008، ص 121**)، ولم تتفق مع كل من دراسة **جرار 2011** و**مسعود 2010** و**العتيبي 2005** **الفرح 2001** **رمضان 1999** **عودة 1998** و**الطحاينة وعيسى 1996** التي توصلت إلى أن درجة الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي كان متوسطا لدى المعلمين، كما تختلف مع دراسة **المحمود 2000** و**الزغلول وآخرون 2003** التي كشفت أن درجة الاحتراق النفسي عالية في هذا البعد لدى عينة دراستهم.

فقد اتفقت الدراسة السابقة مع دراسة **السرطاوي 1997** عندما توصل إلى مستوى معتدل من الاحتراق النفسي في بعد نقص الشعور بالإنجاز، ووجود مستوى متدن من الاحتراق النفسي في بعد تبدل المشاعر. كما اختلفت دراستنا مع دراسة **جرار 2011** التي وجد فيها درجة منخفضة في الاحتراق النفسي على نفس البعد لدى مديري المدارس الثانوية في الضفة الغربية.

أيضا لم تتفق دراستنا مع دراسة **شويل القرني** على مستوى نتائج البعدين الإجهاد الانفعالي وتبدل المشاعر لدى الإعلاميين، حيث توصلت الدراسة إلى وجود درجات متوسطة من الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة في هذين البعدين، عكس دراستنا التي وجدناها منخفضة، لكن وافقته دراستنا في البعد الأخير الذي هو وجود درجات متوسطة في بعد الانجاز الشخصي، يرجع ذلك ربما إلى استطاعة الصحفي التحكم في انفعالاته وتوفره على مؤهلات وخبرات تكفيه لتسيير متطلباته المهنية.

كما أن دراستنا لم تتفق مع دراسة **عراي سميرة وآخرون 2008** على مدربي كرة القدم في الأردن التي توصلت إلى أن مستوى الاحتراق النفسي كان متوسطا، واختلفت أيضا مع دراسة **ويلسون وبيرد 1984 Wilson Bird** التي توصلت إلى نتيجة مفادها تعرض مدربي إحدى الجامعات الكندية إلى

مستويات عالية من الاحتراق النفسي، ذلك راجع إلى الفترة الزمنية الطويلة، وخسارة الموسم الرياضي وساعات تدريبهم الكثيرة (شريط محمد المأمون، 2011، ص 127).

كما عكس بحثنا دراسة ساروس 1990 Sarros et all التي أشارت إلى ارتفاع الاحتراق النفسي لدى المديرين الاستراليين، ذلك راجع إلى قلة احترافهم ونقص خبرتهم المهنية وبطء نموهم المهني (نوال بنت عثمان، 2008، ص 92).

لذا فالدراسة الحالية اتفقت مع دراسة عودة 1998 التي بينت وجود علاقة ايجابية ما بين الاحتراق النفسي وضغوط العمل لدى المعلمين (أمانى بسام، 2012، ص 133).

كما اتفقت مع دراسة الدبابسة 1993، الكخن 1997، الوابلي 1995، Brmely et Emerson 1995 Hatton, 1998, dyer et quine 1999 التي تؤكد أن المعلمين يعانون من الضغوط النفسية، ذلك راجع إلى طبيعة المهنة الاجتماعية التي تتصف بها والتي تؤدي إلى وصول المعلم إلى درجة الاحتراق النفسي، بسبب عدم القدرة على مواجهة المتطلبات الإضافية للعمل.

بالرجوع إلى النتيجة المتحصل عليها من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى من الفرضية الأساسية الأولى قد تحققت.

2-1-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

حيث تهدف الفرضية إلى الإجابة على التساؤل التالي: هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي؟

فالفرضية تتوقع علاقة ارتباطية بين الضغط المهني والاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي، وللتأكد من مدى صدق الفرضية الجزئية الثانية من الفرضية الأساسية الأولى استخدمنا معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة والإجابة على الفرضية.

حيث اتضح أن القيمة المحسوبة في الجدول رقم (27) تساوي (0.006) هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهو ما يعني أن الاحتراق النفسي يرتفع كلما ارتفع الضغط المهني.

هذا يدل على أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين الضغط المهني والاحتراق النفسي، فكلما ارتفع الضغط المهني يزداد الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

كما رأينا سابقاً أن العبء الكبير في العمل يسبب الاحتراق النفسي، بالتالي فالنتيجة متوقعة كلما زاد شعور العامل بالضغط دون مواجهته كلما أدى إلى إصابته بالاحتراق النفسي، الذي يعتبر من المراحل المتقدمة من مراحل الضغط.

فلا يجب تجاهل الضغوط في العمل لأن تأثيرها يمس كل المنظمات سواء الانتاجية أو الخدماتية، كما يمس كل الأفراد سواء الرؤساء أو المرؤوسين (محمد صلاح الدين، 2009، ص 8).

فللضغوط آثار سلبية على سلوك الأفراد والجماعات حيث وجدت إحصائيات في الولايات المتحدة الأمريكية أن 82 % من الأفراد العاملين يعانون فعلياً من الضغوط المهنية، وتكلف هذه الضغوط الاقتصاد الأمريكي حوالي ثلاث مائة (300) بليون دولار أمريكي سنوياً، ذلك نتيجة لارتفاع مستويات الغياب عن العمل وارتفاع معدل الدوران في العمل (عبد الرحمن المير، 1995، ص ص 207، 210).

ويرى محمد صلاح الدين 2009 أن الضغط حالة نفسية أو ذهنية واجتماعية تنتاب الإنسان وتتسم بالشعور بالإرهاق الجسمي والبدني، قد يصل إلى الاحتراق النفسي الذي يتسم بالضيق والشعور بالتعاسة وعدم القدرة على التأقلم (محمد صلاح الدين، 2009، ص 9).

فوجدت دراسة أبو مسعود 2010 وعود 2010 ومشرف 2002 وعودة 1998 أنه كلما زادت درجة الضغط كلما زادت درجة الاحتراق النفسي، فهناك علاقة طردية بين ضغط العمل والاحتراق النفسي.

لذا يمكن إرجاع الضغط لدى الصحفيين في المجال السمعي إلى صدور كل القرارات من طرف السلطة والمسؤول، خاصة أن الإذاعة من المؤسسات العمومية التي تتحكم فيها الدولة، فنجد أن الصحفي في الإذاعة ليس له أدنى حرية في التعليق على ما أراد أو التحقيق بحريته الشخصية، فكل شيء مخطط ومقيد حسب تعليمات الوزارة والمسؤولين فهي تمثل سياسة الدولة، نتيجة لذلك فالفرد الذي لم تتح له الفرصة في المشاركة في اتخاذ القرار يؤدي به الأمر إلى الشعور بالمعاناة والسلبية وتدني مستوى رضاه، كما أن عدم الاهتمام من قبل المؤسسة يؤدي إلى الشعور بالعجز أو فقدان التحكم في عمله وعدم استطاعته التأثير على الأحداث الهامة بوظيفته، فتوصلت دراسة باك 1997 Buck ومارشال كوبر 1972 marchel et Cooper في هذا الصدد إلى أن عدم إتاحة الفرصة للمشاركة في اتخاذ القرارات يؤدي إلى عدم محاولة الفرد لتحسين أدائه، ويتجنب إعطاء الاقتراحات المفيدة للمنظمة، لأن السماح للمشاركة يعبر عن ثقة الإدارة به (سماهر مسلم، 2010، ص 107).

فقد وجدت دراسة كامل عمران 1993 علاقة ايجابية بين درجة المركزية في وضع الخطط ورسم سياسات اتخاذ القرارات وتحديد الإجراءات الخاصة بالعمل مع مستوى الشعور بالاحتراق النفسي.

كما يمكن أن يكون للدعم الاجتماعي الضعيف دور في الضغط المهني لدى الصحفيين، فالصحفي الذي يعمل في الإذاعة ولا يتمتع بالدعم من طرف الزملاء أو المسؤولين يؤدي إلى زيادة الضغوط وتأزمها، حيث بينت دراسة العوران 2005 آثار الدعم الاجتماعي في تخفيف ضغوط العمل لدى رجال الأمن العام (تغريد زياد، 2006، ص 229).

كما أكدت دراسة ولش ولافان 1981 lavane et Walsch أنه كلما كان الموظفين متعاونين وعلاقتهم طيبة كلما قل الضغط المهني (lavane et Walsch, 1981, p 1086).

أما دراسة باك **1972 Buck** وجدت أن العلاقات بين الرئيس والمرؤوس إذا كانت على أساس التعسف والأناية وعدم الاهتمام بأمور الآخرين فهو مؤشر حدوث الضغط والاحتراق النفسي.

وتوصلت دراسة ليدر وماسلاش **1988 Leiter et Maslach** إلى أن هناك علاقة ايجابية بين رئيس غير مرح وبين الإنهاك العاطفي والتقليل من الانجازات الشخصية، بينما هناك علاقة سلبية بين رئيس مرح وتبلد المشاعر أو عدم الإنسانية، كما أن هناك علاقة ايجابية بين التفاعل مع الزملاء والمراجعين وبين الانجازات الشخصية (**Maslach, 1988, p 128**).

أما دراسة لاروكو وزملائه **1980 Larocco et al** حيث وجدت علاقة قوية بين المساندة الاجتماعية وبين الاحتراق النفسي، فكلما زادت المساندة الاجتماعية كلما قلت الشكاوي المرتبطة بصحة الأفراد (**216 p , 1980 Larocco**).

وتوصلت دراسة العتيبي إلى وجود علاقة طردية بين انعدام العلاقات الاجتماعية ودرجة الضغط الوظيفي، أي انه كلما زاد انعدام العلاقات الاجتماعية كلما زاد الضغط المهني.

إلا أن دراستنا لم تتفق مع نتيجة دراسة سماهر مسلم **2010** التي بينت أن هناك علاقات إنسانية واجتماعية لدى الموظفين المديرين، وترجع الباحثة ذلك إلى طبيعة الإنسان الاجتماعية مما ينعكس على بيئة العمل، ووجود العلاقات غير رسمية إلى جانب العلاقات الرسمية (سماهر مسلم، **2010**، ص 109).

كما وجد عبد الرحمن سليمان الطيرري **1994** في دراسته أن من يعملون في قطاع الصحة والتعليم يتعرضون لضغوط عمل مرتفعة ثم تليها فئة القطاع الصناعي والتجاري (عبد الرحمن الطيرري، **1994**، ص 50، 13).

وأيضاً تتفق مع دراسة جري توفت واندرسون **Garytoft and anderson 1981** حول الأطباء فوجد أن العبء الزائد والمسؤولية على حياة المرضى هي أهم مصادر الضغط، وتؤدي إلى ارتفاعه لديهم (إسماعيل طه، ص 121).

فالضغط بصفة عامة يكون سبباً في الاحتراق النفسي إذا لم يستطع الفرد التغلب عليه (عبد المجيد عبد الحميد، 1998، ص 58).

فيعتبر الاحتراق النفسي حالة يكون فيها الفرد تحت ضغط داخلي لدوافع العطاء والالتزام، وتقف الظروف الخارجية حائلاً دون هذا العطاء أو تحقيقه للمستوى المرغوب من النجاح، وهذه الحالة النفسية التي تصف الفرد في هذا الموقف من الصراع بين الرغبة والعطاء، والالتزام الداخلي ومعوقات الأداء الخارجي يطلق عليها الاحتراق النفسي (فتحي عكاشة، 1999، ص 98).

ويمكن إرجاع الاحتراق النفسي المتوسط لدى الصحفيين في المجال السمعي كما رأينا سابقاً إلى العبء الذي يواجهونه في العمل، فبالتالي النتيجة متوقعة كلما زاد شعور العامل بالضغط دون مواجهته، كلما أدى إلى إصابته بالاحتراق النفسي الذي يعتبر المرحلة المتقدمة من مراحل الضغط.

وربما يرجع سبب اعتدال الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي إلى أن الصحفي في خضم هذه الضغوط يستطيع أن يوفق بينها وبين علاقته بالآخرين، ويجد دائماً طريقة من أجل مواجهتها، فيمكن للفرد المتخصص في المجال الذي يعمل فيه وامتلاكه للخبرات أن تجعله يواجه العراقيل التي تصادفه ويواجهها بطريقة إيجابية، لذا فالضغوط الخارجية التي يعاني منها في العمل كتحديد المواضيع التي يبحثها من طرف السلطة أو المسؤول مستقلة عن الإجهاد الانفعالي، هذا إذا أعطينا للنتيجة نظرة إيجابية، أما إذا أعطينا لها نظرة سلبية فربما سبب الإجهاد الانفعالي يعود إلى معاناة صحفيي العينة نفسياً، بسبب عزوف معظم الأفراد عن متابعة الإذاعة حيث أصبحت من اهتمام فئة معينة من المجتمع، فهي فئة الكبار

والأميين بصفة خاصة هذا بعد ظهور الوسائل التكنولوجية الحديثة التي جذبت اهتمام الجميع إليها، ذلك ما يدفعه إلى مخاطبة هذه الفئة وتسهيل الأسلوب والدقة، وبذل كل المجهود والالتزام لتلبية رغبة المستمعين، لكنه في الأخير يصطدم باللامبالاة ذلك ما ينعكس على أدائه ودافعيته للعمل.

أما النتيجة المنخفضة على مستوى الاحتراق النفسي في بعد الشعور بنقص الانجاز ربما ترجع إلى خصوصية العينة، فرغم الضغوط المرتفعة التي يعيشها الصحفيون في بيئة عملهم إلا أن أغلبيتهم يشعرون بارتفاع انجازهم وكان تقييمهم لأدائهم ايجابيا، فوضوح أعمالهم التي لا تحمل أي تعقيدات ولا تشكل لديهم أي عبء عند ممارستهم لمسؤولياتهم تتركهم يشعرون بالقيام بمهامهم بأكمل وجه، كما أن عدم تلقيهم انتقادات وإنذارات من طرف مسؤوليهم بسبب أداء المهام المسطرة لهم يجعلهم يقيمون أدائهم بإيجابية، ذلك ما يشعروهم بارتفاع الانجاز لديهم.

لذا تتفق دراستنا مع دراسة العتيبي حين وجد أن الاحتراق النفسي كان معتدلا على بعد الإجهاد الانفعالي لدى معلمي فئات الإعاقة الخاصة (سماهر مسلم، 2010، ص 109).

ولم تتفق مع دراسة الزغلول والخريشا والخالدي حيث وجدوا درجة عالية في مستوى الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي لمستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات.

ومع دراسة سلمان 2003 حيث وجد أن مستوى الاحتراق النفسي على بعد الإجهاد الانفعالي لدى المرشدين التربويين في فلسطين كان متدنيا.

كما لم تتفق دراستنا مع دراسة الخالدي 2002 فقد توصلت إلى تسجيل درجة عالية من الاحتراق النفسي في بعد الإجهاد الانفعالي لدى معلمي مدارس الكرك.

كما تتفق دراستنا مع دراسة **سماهر مسلم 2010** التي وجدت أن الاحتراق النفسي في بعد الشعور بنقص الانجاز منخفض، وترجع ذلك إلى وضوح الأعمال الإدارية لدى الموظفين وفهمها مما يؤدي إلى التقييم الايجابي لأدائهم.

تتفق أيضا مع دراسة **العلي 2003 والكلابي ورشيد 2001** على العاملين في القطاع الحكومي في غزة، فالاحتراق النفسي في هذا البعد منخفض.

كما تختلف مع دراسة **العتيبي** الذي وجد الاحتراق النفسي اعتدل في هذا البعد لدى معلمي متعددي الإعاقة ومعلمي الإعاقة العقلية وعالية لدى عينة معلمي التوحيديين.

واختلفت دراستنا أيضا مع دراسة **رمضان 1999** التي وجدت الاحتراق النفسي مرتفع في هذا البعد، ويرجع ذلك إلى محدودية الموارد المتاحة للموظفين في وزارة السلطة الوطنية (سماهر مسلم، 2010، ص 104).

وبذلك تتفق نتيجة الفرضية الجزئية الثانية مع دراسة **أبو مسعود 2010 وعواد 2010 ومشرف 2002** و**عودة 1998** حيث أثبتت انه كلما زادت درجة الضغط كلما زادت درجة الاحتراق النفسي، أي أن هناك علاقة طردية بين ضغط العمل والاحتراق النفسي.

كما تتفق مع دراسة **القحطاني 2006** حول مستوى الاحتراق النفسي والقلق والضغط النفسي لدى مديري المدارس الثانوية في عمان، حيث توصل إلى وجود علاقة طردية بين الاحتراق النفسي والضغط النفسي (القحطاني، 2006، ص 304).

بالرجوع إلى النتيجة المتحصل عليها من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية من الفرضية الأساسية الأولى قد تحققت.

بما أن الفرضيتين الجزئيتين الأولى والثانية من الفرضية الأساسية الأولى قد تحققتا، فإن هذه الأخيرة التي مفادها أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين قد تحققت.

2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية:

تنص الفرضية على " وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي ".

2-2-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

منطلق الفرضية الجزئية الأولى يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي وفي المجال السمعي في مستويات الضغط المهني.

تهدف هذه الفرضية إلى الإجابة على التساؤل التالي: هل هناك فروقات دلالة إحصائية بين صحفيي المجال الكتابي وصحفيي المجال السمعي في مستويات الضغط المهني؟

تتوقع هذه الفرضية وجود فروق دالة بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي فيما يخص درجات الضغط المهني، وللتحقق من ذلك استعملنا اختبار (ت) واتضح لنا من خلال الجدول رقم (30) أن القيمة المحسوبة دالة إحصائياً عند الدلالة (0.027)، فهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) فالفرضية مقبولة، بالتالي تحققت فرضية الدراسة التي تقول أنه هناك فروق دالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجات الضغط المهني، وترفض الفرضية الصفرية.

إذا قارنا درجة متوسطات العينتين نجد الفروق جاءت لصالح الصحفيين في المجال الكتابي حيث بلغت (75.34) مقابل (71.10) لعينة الصحفيين في المجال السمعي، وهذا يعني أن الصحفيين في مجال

الصحافة المكتوبة لديهم ضغط مهني أعلى مقارنة بالصحفيين في المجال السمعي، رغم أن الصحفيين في مجال الصحافة المسموعة يعانون من ضغط مرتفع إلا أن الصحفيين في المجال الكتابي يعانون أكثر من الضغط، ويمكن إرجاع سبب هذا الاختلاف إلى ضغط المهمة والتعامل مع الأوراق والملفات التي تعتبر من العناصر الأساسية للضغط المهني، كما أن الصحفيين في مجال الصحافة المكتوبة هم الأكثر طلباً في الآونة الأخيرة من الصحافة المسموعة، كما يمكن إرجاع ارتفاع الضغط لدى صحفيي الميدان الكتابي إلى أعباء نفسية عالية وضغوطات داخلية، لكون واجبهم المهني يتطلب منهم الدقة والواقعية التي تعد من أعقد المرامي، زيادة إلى أتعاب التحرير التي ترغمهم على السرعة والجهد الفكري والدوام المستمر في العمل بسبب الاطلاع على مختلف مجريات الأحداث في أي وقت، فهم مرغمون على السرعة في الكتابة والنشر.

كما يمكن أيضاً تفسير هذا الاختلاف أن الصحفي الذي يعمل في المجال السمعي له ضمانات أكثر من الصحفي الذي يعمل في المجال الكتابي، كون أن الإذاعة من المؤسسات العمومية والرسمية فغالبا ما يجد الصحفي تسهيلات للحصول على المعلومات ويكون له امتيازات على الآخرين لنشر الأخبار، والتغطيات الرسمية وله الأولوية على ذلك، كما أن تعيين الحدود التي يجب عليه العمل وفقها يساعده على تخفيف العبء مقارنة بالآخرين، ويكون مصدر المعلومات محدد من طرف السلطة فيمكن أن تعطي الضوء الأخضر والحصول على المعلومة بسهولة أو عدم السماح بذلك، هذا ما يؤدي بالصحفي إلى عدم العناية والبحث عنها. إضافة إلى أن الوقت الكاف لتهيئة نفسه والحصول على معلومات بطريقة مباشرة من طرف المسؤول أو أحد الضيوف بدون أن يكلف نفسه بإعادة ما قاله الضيف، كما يمكن إرجاع السبب إلى النسبة المنخفضة لمتتبعي الإذاعة بالمقارنة مع متتبعي الصحف اليومية، هذا ما يؤدي ربما

إلى اختلاف هذه النتيجة بين العينتين، بزيادة الضغط لدى عينة الصحفيين في المجال الكتابي مقارنة بالسمعي.

كما ترجع مایسة النیال وهشام عبد الله 1997 الفروق في متغيرات الدراسة إلى عامل التخصص، أي أن درجة الضغط تختلف من مهنة إلى أخرى.

أما عويد المشعان 1998 فيرى أن الاختلاف في درجات الضغط يرجع لاختلاف الأدوار في العمل (حسية بورزوان، 2009، ص 149).

لم تتفق دراستنا مع دراسة علي شویل حيث وجد ان الإعلاميين العاملين في الإعلام المرئي والمسموع هم الأكثر عرضة للضغوط المهنية مقارنة بالإعلام الكتابي (علي شویل، دس، ص 32).
ومن خلال النتائج المتحصل عليها في اختبار (ت) فإن الفرضية الجزئية الأولى من الفرضية الأساسية الثانية قد تحققت.

2-2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تشير الفرضية الجزئية الثانية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الصحافة المكتوبة والصحفيين في المجال الصحافة المسموعة في مستويات الاحتراق النفسي.

وتهدف هذه الفرضية إلى الإجابة على التساؤل: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين صحفيي المجال الكتابي وصحفيي المجال السمعي في درجات الاحتراق النفسي؟

هذه الفرضية تتوقع وجود فروق دالة بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي فيما يخص درجات الاحتراق النفسي، ولتأكد من صدق الفرضية استخدمنا اختبار (ت).

يبين الجدول رقم (30) أن الفروق بين العينتين غير دالة إحصائياً، حيث أن القيمة المحسوبة هي (0.43)، فهي أكبر من مستوى الدلالة المعتمدة (0.05) فهذا يعني عدم وجود فروق بين مستويات

الاحتراق النفسي لدى العينتين.

هذا يرجع ربما إلى أن الصحفيين في كلا المجالين الكتابي والسمعي يمرون بنفس أجواء العمل، ذلك عند إيصالهم المعلومة مباشرة إلى القراء والمستمعين، حيث لا يسمح للصحفي أن يمس بمشاعر الناس فعليه مراعاة النظام الاجتماعي والعادات والتقاليد واحترام القارئ والمستمع، فأبي خطأ بسيط سيحاسب عليه ولا يسامح عليه، لذلك يبذل مجهودات من أجل مسايرة طبيعة عمله بدقة وحذر شديدين، كما أن الإذاعة من المؤسسات الرسمية الحساسة التي لا يسمح فيها التفوه بأي شيء و ذلك مما يؤدي إلى استنفاد الطاقة في بعض الأحيان، خاصة عند التقديم المباشر مع المسؤولين حول المشاريع التي تعاني الفوضى والنقص، حيث يتهرب هذا الأخير عن الإدلاء بالحقائق التي يسعى إليها المستمع.

كما يتعرض للمساءلة عند عدم حضوره مناسبات الدولة وعدم نشره وبث الأخبار الرسمية للدولة في وقت سريع وبطريقة مباشرة.

أما الصحفيين في مجال الصحافة المكتوبة يسعون أكثر من الآخرين للبحث عن المعلومة وإرضاء متابعيهم نظراً للثقة الممنوحة لهم من طرف الجمهور، إلا أنهم يصطدمون بعوائق تحول بينه وبين هذه المصادر مما يشعرهم بالأسف وعدم تحقيق أهم رسالة لهم، كما يتعرضون للمساءلة من طرف الرئيس في حالة عدم الحصول على موضوع ما.

فصعوبة الوصول إلى المعلومة ومحدودية الحرية، محددات الوقت، اختلاف مستويات الأفراد وطبائعهم وطلباتهم وكل العراقيل التي تواجه الصحفي، تؤدي به إلى الإحساس بنقص الانجاز وعدم الوصول إلى ما خطط له من قبل، هو ما يؤدي إلى عدم رضاه التام على انجازه في مهنته.

من خلال ما سبق نجد أنه رغم اختلاف المعوقات والمشاكل في طبيعتها إلا أن لها نفس التأثير على الصحفيين.

وبناء على كل ما سبق بينت النتائج المتوصل إليها من خلال اختبار (ت) أن الفرضية الجزئية الثانية من الفرضية الأساسية الثانية لم تتحقق، لذا نقبل الفرضية البديلة التي تنص على أنه، ليس هناك فروق ذات

دلالة إحصائية بين الصحفيين في مجال الصحافة المكتوبة والصحفيين في مجال الصحافة المسموعة في مستويات الاحتراق النفسي.

بما أن الفرضية الجزئية الأولى من الفرضية الأساسية الثانية قد تحققت، والفرضية الجزئية الثانية من الفرضية الأساسية الثانية لم تتحقق، نستنتج أن الفرضية الأساسية الثانية التي مفادها وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في مجال الصحافة المكتوبة والصحفيين في مجال الصحافة المسموعة في درجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي قد تحققت جزئياً.

3-النتائج العامة للدراسة:

يعتبر الضغط المهني من المواضيع المطروحة في عصرنا هذا، وذلك لتفاقم الظاهرة حيث اشتملت معظم المهن، وذلك نتيجة للتغيرات التي طرأت على المجتمع، في ظل زمن السرعة والتكنولوجية، فالضغط المهني يظهر نتيجة المشاكل التي يصادفها الفرد في مواجهة مطالب الحياة، في عالم اليوم المعقد (هانم ياركندي، 2008، ص 2) ويرجع الاهتمام بالضغط إلى الآثار السلبية على سلوك الأفراد والجماعات في العمل، حيث وجدت الإحصائيات في الولايات المتحدة الأمريكية أن 82% من الأفراد العاملين يعانون فعلياً من الضغوط المهنية (عبد الرحمن المير، 1995، ص 210).

وهناك من يرجع الضغوط إلى ازدياد المتطلبات البيئية على إمكانيات الفرد وإدراكه على أنها غير موازية لقدراته، هذا ما ينجر عنه الفشل في مواجهة تلك المتطلبات (علي عسكر، احمد عباس، 1988، ص 69).

فقد أثارت هذه الضغوط اهتمام العديد من الباحثين ذلك للتعرف على مسبباتها والآثار المترتبة عنها من أجل وضع استراتيجيات ملائمة للحد منها (هيجان، 1998، ص 43).

يرى محمد أبو العلا 2009 أن الضغط حالة نفسية وذهنية، تؤدي إلى بالإرهاق الجسمي الذي يتطور إلى مشاكل أخرى وأهمها الاحتراق النفسي (محمد صلاح الدين، 2009، ص 9).

فالاحتراق النفسي عبارة عن حالة من الإرهاق النفسي والإجهاد البدني والشعور بنقص الانجاز نتيجة للأعباء التي يواجهها الفرد في محيط عمله، فقد أظهرت العديد من النظريات والدراسات التي تناولت العلاقة بين الضغط المهني والاحتراق النفسي أن هذا الأخير هو نتيجة لتراكمات الضغوط المهنية، ومن بين هؤلاء نجد كريستينا ماسلاش، محمد صلاح الدين أبو العلا، علي عسكر إلى آخره، و نظرا لخطورته فقد زاد اهتمام العلماء به خاصة في الآونة الأخيرة ، نظرا لنتائج السلبية التي يتعرض لها المصاب به حيث تصل في بعض الأحيان إلى حد الانتحار.

وعليه انطلقت دراستنا من منطلق أن الصحافة مهنة المتاعب خاصة أن الباحثين والمختصين قد اجمعوا جميعا على ذلك، نظرا للجهود التي يقومون بها من أجل الظفر بالمعلومة وبالمقابل يصادفون عوائق تحول بينهم وبين الحقائق التي يجرون من أجلها، إضافة إلى طبيعة المهنة المرتبطة ارتباطا وثيقا بالوقت والدقة، هذا ما يجعل الصحفي عرضة لضغوط مختلفة إما في بيئته الداخلية أو الخارجية والتي يمكن أن تسبب له درجات عليا من الضغط ويمكن أن تصل إلى حد الاحتراق النفسي.

لذا جاءت دراستنا بهدف معرفة العلاقة الموجودة بين الضغط المهني وعلاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، والوقوف على الفروق التي تظهر بين الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي وفقا لدرجات الضغط المهني ومستويات الاحتراق النفسي. حيث أتت دراستنا كإضافة للدراسات والبحوث السابقة التي تعرضت للضغوط في مختلف المجالات، لذا انطلقنا من فكرة أساسية أو مسلمة أساسية أنه هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين.

أما الفكرة الأخرى هي أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين صحفيي المجال الكتابي وصحفيي المجال السمعي وفقا لمتغير الضغط المهني والاحتراق النفسي.

من هذه النقاط اتجهنا في دراستنا الميدانية للإجابة على تساؤلات إشكالية الدراسة، واعتمدنا في دراسة الموضوع في جانبه النظري والتطبيقي، بإتباع منهجية حددت فيها أدوات وأساليب معالجة الموضوع ميدانيا وإحصائيا.

ومن خلال نتائج الدراسة الميدانية تم التحقق من فرضيات الدراسة التي أتت على الشكل التالي:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، حيث بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطيه موجبة ودالة بين الضغط المهني والاحتراق النفسي، فهذا الأخير يظهر نتيجة الضغط المهني الذي يعيشه الصحفي والنتائج عن عدم توافق قدراته الفردية بمتطلبات المحيط الخارجي هذا ما يؤدي به إلى الشعور بالعبء النفسي والجسدي، وذلك ما يجعلها تتطور إلى الاحتراق النفسي في حالة عدم المواجهة.

كما تحققت الفرضيات الجزئية التالية:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال الكتابي.

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في المجال السمعي.

كما بينت نتائج الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي فيما يخص الضغط المهني، وذلك لصالح الصحفيين في المجال الكتابي، ولا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي فيما يخص الاحتراق النفسي.

وعليه فالنتيجة العامة التي توصلت إليها دراستنا هي أن الاحتراق النفسي يرتبط ارتباطا وثيقا بالضغط المهني، وأن الفروق الفردية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي على مستوى الضغط المهني هي فروق جوهرية.

وفي النهاية لقد تم الإجابة على تساؤلات الدراسة وعن العلاقة الموجودة بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى عينة الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي ، بعد الإجابة المؤقتة عليها عن طريق الفرضيات، والبحث عنها بالدراسة الميدانية في المؤسسات الإعلامية لولاية تيزي وزو، بجاية، البويرة والجزائر العاصمة، ذلك بالاستعانة بأدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الضغط المهني لروبرت كرساك ومقياس الاحتراق النفسي لكريستينا ماسلاش لجمع البيانات، وقمنا بالمعالجة الإحصائية بمعامل الارتباط بيرسون واختبار (ت) للفروق بواسطة (SPSS)، فاتضح من خلال النتائج أنه توجد علاقة ارتباطية بين الضغط المهني والاحتراق النفسي لدى الصحفيين في كلا المجالين الكتابي والسمعي، أما فيما يخص الفروق فتم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجالين الكتابي والسمعي في درجات الضغط المهني، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجالين الكتابي والسمعي في مستويات الاحتراق النفسي.

إلا أن النتائج المتوصل إليها تبقى دائما نسبية تشمل فقط عينة الدراسة بسبب ضيق الوقت وصغر حجم العينة، إضافة إلى الصعوبات التي صادفناها.

في الأخير يمكن القول أن الضغوط المهنية هي درجات مرتبطة بظروف العمل، فإذا لم يتم مواجهتها سوف تتراكم لتصل إلى درجاتها العليا التي يمكن أن تتأزم، وتنتقل إلى المرحلة الأخيرة التي تتمثل في الاحتراق النفسي، الذي يكون له نتائج وخيمة إما على المؤسسة أو الموظف، ويكون عرضة لأمراض وأزمات صحية إما نفسية أو جسدية.

4-خلاصة:

استهدف البحث الحالي دراسة الضغط المهني وعلاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، والكشف عما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والمجال السمعي.

تعرضنا إلى فرضيتين أساسيتين الأولى تتمثل في وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين، والثانية تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجة الضغط المهني ومستوى الاحتراق النفسي.

وللإجابة على الفرضيات تم قياس متغيري الدراسة وقمنا بجمع البيانات وتحليلها إحصائياً، هذه أهم النتائج التي تم التوصل إليها:

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى صحفيي المجال الكتابي.
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغط المهني وظهور الاحتراق النفسي لدى صحفيي المجال السمعي.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في درجات الضغط المهني.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين في المجال الكتابي والصحفيين في المجال السمعي في مستويات الاحتراق النفسي.

5- اقتراحات:

- إجراء المزيد من الدراسات حول موضوع الضغط المهني والاحتراق النفسي والتي تتناول بيئة العمل داخل المؤسسات الإعلامية.
- تهيئة المناخ الملائم للصحفيين من أجل ممارسة مهنتهم وتقديم خدماتهم للجمهور.

- ضرورة تقديم مكافآت وعلاوات وتقييم خدمات الصحفيين من اجل خلق روح المبادرة وتقدير الذات وما يفعلونه.
- ضرورة تشجيع الأفكار الجديدة والمبادرات الفردية والجماعية.
- ضرورة توفير التدريبات الدورية للصحفيين، وتوفير أوقات الراحة والاستجمام.
- متابعة طبيعة العمل الصحفي من أجل الكشف عن النقائص والحد من السلبيات.
- مساعدة الصحفي لأداء مهامه ذلك بتوفير الوسائل المختلفة.
- توفير بطاقة الصحفي من أجل ممارسة مهامه بكل حرية.
- تعديل القانون الخاص بالصحافة بمراعاة النقاط التالية:
- ضرورة توسيع مجال حرية التعبير ومساعدة الصحفيين على الوصول إلى مصادر المعلومات.
- إزالة الحواجز والعراقيل التي تحول دون الوصول إلى الحقائق ذات صلة بمصير المجتمع والأمة.
- مساعدة الصحفي على تقفي أثار الحقيقة المتعلقة بخبايا السلطة والسياسة وحمايته من المتابعة القضائية.

قائمة المراجع

6- قائمة المراجع :

-أولا : باللغة العربية :

أ -الكتب:

- 1- إبراهيم إمام ومحمد فريد عزت (2006): وكالة الأنباء المعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 2- إبراهيم إمام (1985): الإعلام الإذاعي والتلفزيوني، دار الفكر العربي، مصر.
- 3- إبراهيم عبد الله المسلمي (د س): التشريعات الإعلامية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 4- ابن خلدون (1965): العبر وديوان المبتدأ والخبر في أيام العرب والعجم والبربر ومن عاصرهم من ذوي السلطان الاكبر، مقدمة ابن خلدون، تحقيق علي عبد الواحد وافي، الطبعة 2، الجزء 4، لجنة البيان الغربي، مصر.
- 5- احمد عبد المطيع شيخاني(2008): التكيف مع الضغوط النفسية، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.
- 6- احمد محمد عوض بني احمد (2007): الاحتراق النفسي والمناخ النفسي في المدارس، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن.
- 7- احمد زكي بدوي واحمد خليفة (1994): معجم مصطلحات الإعلام، الطبعة 2، دار الكتاب اللبناني، القاهرة، بيروت.
- 8- أسماء عبد العزيز (2002): المدخل المسير إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، السعودية.

- 9- اسماعيل محمود حسن (1997): التنشئة السياسية، دراسة دور اخبار التلفزيون، دار النشر للجامعة، القاهرة.
- 10- إسماعيل معارفة قالية (1999): الإعلام، حقائق، وأبعاد، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 11- أشرف صالح وعلم الدين محمد (2004): مقدمة في الصحافة، مركز جامعة القاهرة للتعليم المفتوح، القاهرة.
- 12- الجوهري عبد الهادي وآخرون (1979): دراسات في علم الاجتماع السياسي، اسبوط، مكتبة الطليعة، مصر.
- 13- الخصري محسن احمد (1991): الضغوط الإدارية الظاهرة الأسباب، العلاج، مكتبة القاهرة، مكتبة مدبولي مصر.
- 14- الخطيب محمد جواد (2007): الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، بحث مقدم للمؤتمر التربوي الثالث الجودة في التعليم الفلسطيني، كلية التربية لغزة، جامعة الأزهر، فلسطين.
- 15- العويدي قاسم هادي (1992): العصاب، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد.
- 16- العطية مصطفى كامل وأبو العزم (2000): مقدمة في السلوك التنظيمي، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، القاهرة.
- 17- العميان محمود سلمان (2004): السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال، دار وائل للنشر، الأردن.
- 18- القحطاني سعد (2006): دراسة مسببات ضغوط العمل الجمركي وكيفية التعامل معها بالتطبيق على جمرك مطار الملك خالد الدولي بالرياض، معهد الإدارة العامة، برنامج الإدارة الجمركية، الدورة 5، الرياض.

- 19- المطرفي سليمان (د س): معوقات الاتصال الإداري وأثرها على مستوى ضغوط العمل، أكاديمية نايف العربية، الرياض السعودية.
- 20- اليحياوي يحيى (2004): في العولمة التكنولوجية الثقافية مدخل إلى تكنولوجيا المعرفة، دار للطباعة والنشر، لبنان.
- 21- بشرى إسماعيل (2008): ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، المكتبة الانجلومصرية، القاهرة.
- 22- ببير البيرت (1987): الصحافة، ترجمة فاطمة عبد الله، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.
- 23- بندر ناصر بن العتيبي (د س): الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في معاهد التربية الفكرية، دراسة مقارنة، السعودية.
- 24- جمعة سيد يوسف (2007): إدارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث، كلية الهندسة، جامعة القاهرة.
- 25- جمعة يوسف (2004): إدارة ضغوط العمل نموذج للتدريب والممارسة، القاهرة، دار ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
- 26- جلال الدين الحماصي (1965): صحافة سمعية بصرية، صحافة سمعية، صحافة مكتوبة، دار المعارف، القاهرة.
- 27- جيرارد جرينبرج وروبرت بارون (2004): إدارة السلوك في المنظمات، تعريب محمد رفاعي وبسيوني إسماعيل، دار المريخ للنشر، الرياض، السعودية.
- 28- جيهان احمد رشتي (1979): الإعلام الدولي بالراديو والتلفزيون، دار الفكر العربي، مصر.
- 29- جيهان احمد رشتي (د س): النظام الإذاعي في المجتمعات العربية، دراسة في الإعلام الدولي، دار الفكر العربي، القاهرة.

- 30- حسن عماد مكاوي (1994): إنتاج البرامج للراديو النظرية والتطبيق، مكتبة الانجلومصرية القاهرة، مصر.
- 31- حسين حريم (2004): السلوك التنظيمي، سلوك الأفراد والجماعات في منظمات الأعمال، دار الحمد الحامد للنشر والتوزيع الأردن.
- 32- حسينة بوشيخ(2014): بيئة العمل الصحفي وأثارها في ممارسة أخلاقيات المهنة، دراسة حالة جامعة باجي مختار، الجزائر.
- 33- حلس موسى عبد الرحيم (2003): مدخل إلى علم الاجتماع، مكتبة ومطبعة دار المنار، غزة، فلسطين.
- 34- حمدان وآخرون(1999): الموسوعة العربية، مؤسسة أعمال، الموسوعة للنشر والتوزيع.
- 35- حنان عبد الرحيم الأحمدى(2006): ضغوط العمل لدى الأطباء، المصادر والأعراض، مركز البحوث، معهد الإدارة العامة، القاهرة.
- 36- خليفة إجلال (1976): الصحافة المقروءة، مرئية، مدرسية، مسجدية، تجارية، إدارية، دار الطباعة الحديثة، القاهرة.
- 37- رجاء محمود أبو علام (2006): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، الطبعة 5، دار النشر للجامعات، القاهرة.
- 38- رواية حسن(2002): السلوك التنظيمي، دار الجامعي، مصر.
- 39- رولان كايرول(1984): الصحافة المكتوبة والسمعية البصرية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 40- زهير احدادن(1991): مدخل إلى علوم الإعلام والاتصال، ديون المطبوعات الجامعية، الجزائر.

- 41- سعد عبد الرحمن (1999): القياس النفسي النظرية والتطبيق، الطبعة 2، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 42- سمير شيخاني(2003): الضغط النفسي، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، لبنان.
- 43- سيزلاقي اندري ووالاس مارك(1991): السلوك التنظيمي والأداء، تعريب جعفر أبو القاسم احمد،معهد الإدارة العامة، الرياض.
- 44- طلعت إبراهيم لطفي (1995): أساليب وأدوات البحث الاجتماعي، دار غريب للطباعة والنشر، والتوزيع، القاهرة .
- 45- طه عبد العاطي نجم (2004): الاتصال الجماهيري في المجتمع العربي الحديث، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- 46- طه عبد العظيم حسن وسلامة عبد العظيم حسين (2006): استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- 47- صالح وعلم الدين محمود (2004): مقدمة في الصحافة، مركز جامعة القاهرة للتعليم المفتوح، مصر.
- 48- صلاح الدين محمد عبد الباقي(2002): السلوك الإنساني في المنظمات، دار الجامعة للطباعة والنشر، الإسكندرية، القاهرة.
- 49- عباسية جيلالي(2001):سلطة الصحافة في الجزائر، دار الكتاب،الجزائر.
- 50- عبد الرحمن العيساوي (د س): الاضطرابات النفس جسدية، دار الراتب الجامعي، بيروت، لبنان.
- 51- عبد الكريم بوحفص(2005): الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية والإنسانية، ديوان المطبوعة، جامعة الجزائر.
- 52- عبد المجيد شكري(1987): الإذاعات المحلية لغة العصر، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

- 53- عبد المجيد عبد الحميد (1998): نظريات الشخصية، البناء، النمو الديناميات، طرق البحث والتقويم، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 54- عثمان حسن عثمان (1998): المنهجية في كتابة البحوث والرسائل الجامعية، منشورات الشهاب، الجزائر.
- 55- عديلي سيد محمد رضا (د س): البناء الدرامي في الراديو والتلفزيون، دار الفكر العربي القاهرة، مصر.
- 56- علم الدين محمود (1996): علم الاجتماع المعرفة، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، مصر.
- 57- علي إسماعيل علي (1999): استراتيجية الخدمة الاجتماعية المدرسية للتدخل في مواقف الضغوط والأزمات، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
- 58- علي بن شويل القرني (د س): دراسة عن مستوى الضغوط المهنية والاحترق النفسي في المؤسسات الإعلامية، في المملكة العربية السعودية، الرياض.
- 59- علي عسكر (2005): الأسس النفسية والاجتماعية للسلوك في مجال العمل، دار الكتاب الحديث للنشر والتوزيع، الكويت.
- 60- علي عسكر (2000): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الطبعة 3، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- 61- علي عسكر (1999): علم النفس الصناعي والتنظيمي بين النظرية والتطبيق، دار الكتاب الحديث، الطبعة 1، القاهرة.
- 62- عمران محمود محافظة (2006): الحماية القانونية الدولية للصحفيين ووسائل الإعلام، دراسة في ضوء قواعد القانون الدولي، مؤسسة للبحوث والدراسات، جامعة مؤتة، الكرك المملكة الأردنية الهاشمية، المجلد 22، العدد 6.

- 63- عواطف عبد الرحمن (1984): قضايا التبعية الإعلامية والثقافية، دار المعرفة، الكويت.
- 64- فاروق أبو زيد (1998): مدخل إلى علم الصحافة، الطبعة 2، عالم الكتاب، القاهرة.
- 65- فاروق سيد عثمان (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي.
- 66- فتحي محمد عكاشة (1999): علم النفس الصناعي، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية.
- 67- فريال مهني (2002): علوم الاتصال والمجتمعات الرقمية، دار الفكر المعاصر، مصر.
- 68- محمد الصرفي (2008): السلوك الإداري، حورس الدولية، الإسكندرية.
- 69- محمد بوسنة (2007): علم النفس القياسي، المبادئ الأساسية، سلسلة الكتب الأساسية في العلوم الإنسانية والاجتماعية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 70- محمد بوعلاق (1999): الهدف الإجرائي تمييزه وصياغته، دراسة نظرية وميدانية، قصر الكتاب، الجزائر.
- 71- محمد بوعلاق (2009): الموجه في الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، دار الأمل للنشر والطباعة والتوزيع، الجزائر.
- 72- محمد حسن محمد حمدات (2008): السلوك التنظيمي، دار الحامد، عمان.
- 73- محمد حسام الدين (2003): المسؤولية الاجتماعية للصحافة، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
- 74- محمد رزيق (2009): الوجه الآخر للصحافة الجزائرية، مجموعة من التعليقات نشرت في جريدة السفير الأسبوعية، في أواخر جانفي 2004 إلى غاية بداية شهر فيفري 2006.
- 75- محمد سعد إبراهيم (1999): الإعلام التنموي والتعددية الحزبية، الجزء الأول، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.
- 76- محمد سيد محمد (1986): المسؤولية الإعلامية في الإسلام، الطبعة 2، دار الرفاعي، الرياض.

- 77- محمد شحاتة ربيع(2010): علم النفس المهني، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
- 78- محمد عادل عبد الله (1995): بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين، دراسة نفسية، المجلد 5، العدد 2، (ص ص345، 375).
- 79- محمد عبد الحميد (2000): نظريات الإعلام واتجاهات التأثير، الطبعة 2، عالم الكتب، القاهرة.
- 80- محمد عبد الحميد (1992): البحث العلمي في الدراسات الإعلامية، عالم الكتب، القاهرة.
- 81- محسن احمد الخضري ومحمد عبد الغني سعود (1986): الأسس العلمية لكتابة رسائل الماجستير والدكتوراه، المكتبة الانجلومصرية، مصر.
- 82- محمد صاحب سلطان (2011): إدارة المؤسسات الإعلامية أنماط أساليب القيادة، دارالمسيرة، عمان.
- 83- محمد مسلم (2007): مدخل إلى علم النفس العمل، دار قرطبة، الجزائر.
- 84- محمد منير حاجب (1998): الإعلام والتنمية الشاملة، دار الفجر للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 85- مروة أديب(1961): الصحافة العربية نشأتها وتطورها، منشورات دار مكتبة الحياة، بيروت.
- 86- معن محمود عياصرة ومروان محمد بني احمد (2008): إدارة الصراع والأزمات وضغوط العمل والتغيير، دار الحمد للنشر والتوزيع، الأردن.
- 87- موريس انجرس، ترجمة بوزيد صحراوي كمال بوشرف سعيد سبعون (2004): منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، تدريبات عملية، دار القصة للنشر، الجزائر.
- 88- نجم طه (1996): تعقيب ورقة حسن حامد، الاختراق في مجال الاخبار والمعلومات، ندوة الاختراق الاعلامي للوطن العربي، الطبعة 2، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم.
- 89- هارون توفيق الرشيد(1999): الضغوط النفسية طبيعتها نظرياتها لمساعدة الذات في علاجها، مكتبة الانجلومصرية، القاهرة، مصر.

- 90- هيجان عبد الرحمن (1998): ضغوط العمل منهج شامل لدراسة مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، مركز البحوث الرياض، السعودية.
- 91- هيثم مانع، كيف نؤسس لمعايير عالمية ضامنة لحماية الصحفيين، شارة الحملة الدولية من أجل حماية الصحفيين في النزاعات.
- 92- همام طلعت (1983): مائة سؤال عن الصحافة، دار الفرقان، عمان.
- 93- ياسين شواف (1997): مدخل إلى علم الصحافة والإعلام، جامعة مونستر، ألمانيا.
- 94- مجموعة الباحثين العرب والإعلام القضائي (2004): مركز الدراسة الوحدة العربية، بيروت.
- 95- المسؤولية الأمنية للمرافق الإعلامية في الدول العربية (1986): الندوة العلمية الثالثة، دار النشر بالمركز العربي للدراسات الأمنية الرياض، السعودية.
- 96- برنامج إدارة ضغوط العمل، الإدارة الفعالة وضغوط العمل، مشروع إدارة أعضاء هيئة التدريس والقيادات.
- 97- حمداوي جابر مليكة تومي الخنساء، حرية الإعلام بين قانون الإعلام 90_07 وقانون الإعلام الجديد 12_05، الملتقى الوطني الأول حول الإعلام والديمقراطية، 12_13 ديسمبر 2012.

ب-المجلات العلمية

- 98- أبو يوسف إيناس (2000): العوامل المؤثرة على معالجة القضايا العربية في الصحافة المصرية، المجلة المصرية لبحوث الرأي العام، كلية الإعلام، جامعة القاهرة العدد الثالث سبتمبر (ص ص 88، 125).
- 99- أبو حميدان يوسف (1999): تطور الضغوط النفسية عبر الأبعاد الزمنية، الماضي، الحاضر المستقبل لدى المعلمين، جامعة مؤتة، مجلة جامعة دمشق للأدب والعلوم الإنسانية والتربوية، المجلد 17، العدد 02 (ص ص 98، 66).
- 100- إسماعيل طه وألطف ياسين (د س): الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى أساتذة الجامعة، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 12 (ص ص 1، 24).
- 101- أسمى عبد الحافظ الجعافرة، أحمد محمد بدح، بلال عادل الخطيب، عمر محمد الخرايشة (2013): الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القاطنين في المنازل الداخلية وعلاقتها بعدد من المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 21 العدد الأول (ص ص 295، 325).
- 102- السرطاوي زيدان (1997): الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية، مجلة كلية التربية، جامعة عين الشمس، المجلد 21، العدد الأول (ص ص 57، 96).
- 103- خالد يوسف الزغبى وصلاح عبد الله الكريديسي (2012): مدى تأثير الدعم التنظيمي والاجتماعي في ضغوط العمل، دراسة ميدانية على العاملين مراكز الدوائر الحكومية، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للاقتصاد والادارة، م 26، ع 1 (ص ص 280، 221).
- 104- سعيد الظفري وابراهيم القريوتي (2010): الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في عمان، المجلة الاردنية في العلوم التربوية مجلد 6 العدد 3، الاردن (ص ص 175، 190).

- 105- سيد مصطفى جاد الرب (1991): إدارة الضغوط كأحد العوامل المحددة للكفاءة الإدارية العليا في المنظمة، المجلة العلمية للاقتصاد والتجارة، العدد الأول، جامعة عين الشمس، القاهرة.
- 106- طحايينة زياد لطفي وعيسى، سهيل أديب (1996): مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الاردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة علوم التربية، الجامعة الاردنية، مجلد 23، العدد 1، الأردن.
- 107- صلاح بن عبد الرحمن سعد ومراد بن عمر درويش (2008): أسباب ونتائج ضغوط العمل في بيئة الراجعة السعودية، دراسة استكشافية، كلية الاقتصاد والإدارة، قسم المحاسبة، جامعة مالك عبد العزيز، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للاقتصاد والإدارة، المجلد 22، العدد الأول (ص ص 63، 108).
- 108- عبد الرحمن بن علي المير (1995): العلاقة بين ضغوط العمل وبين الولاء التنظيمي والأداء والرضا الوظيفي والصفات الشخصية، دراسة مقارنة، مجلة الإدارة العامة، معهد الإدارة العامة، المجلد 35، العدد 2، الرياض، السعودية.
- 109- عبد الرحمن سليمان الطريوي (1993): الضغط النفسي مصادره ومسبباته، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات هيئة التربية جامعة سعود، الرياض (ص ص 153، 208).
- 110- عسكر وجامع حسين الأنصاري محمد (1986): مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي، المجلة التربوية كلية التربية جامعة الكويت، العدد 10، المجلد 3 (ص ص 9، 43).
- 111- عسكر سمير (1988): متغيرات ضغط العمل، دراسة نظرية وتطبيقية في قطاع المصارف بدولة الإمارات، مجلة الإدارة العامة، العدد 6، الرياض.

- 112- عسكر علي احمد عباس عبد الله (1998): مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية المجلد 4، العدد 16، مصر (ص ص 65، 88).
- 113- عمران اميمة (2000): معوقات الأداء المهني للمراسل الصحفي، المجلة المصرية لبحوث الإعلام، كلية الإعلام جامعة القاهرة، العدد 19 (ص ص 210، 189).
- 114- محمود شلبية (2008): المخاطر التي تواجه الإعلاميين في الشرق الأوسط، المجلد عدد 2، قسم الصحافة كلية الإعلام جامعة اليرموك اريد، مجلة اتحاد الجامعة العربية للآداب، الأردن (ص ص 299، 303).
- 115- مزياني فتيحة (د س): مفهوم الاحتراق النفسي أبعاده ومراحل تكوينه، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر (ص ص 161، 150).
- 116- مقابلة نصر يوسف (1996): العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، مجلة علم النفس، العدد 39، السنة العاشرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب (ص ص 19، 1).
- 117- موسى عبد الرحيم حلس وناصر علي مهدي (2010): دور وسائل الإعلام في تشكيل الوعي الاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني (دراسة ميدانية على طلاب كلية الآداب جامعة الأزهر)، مجلة جامعة الأزهر بغزة، سلسلة العلوم الإنسانية، المجلد 12، العدد 02 (ص ص 135، 180).
- 118- مجلة الشاشة الصغيرة، الذكرى 39 لاسترجاع الإذاعة والتلفزيون، العدد 104-من 27 أكتوبر إلى 02 نوفمبر 2001 (ص ص 11، 1).
- 119- هانم بنت حامد ياركندي (2008): ضغوط العمل وعلاقتها بالقيادة التربوية و وجهة الضبط لدى مديرات المدارس بمحافظة جدة، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 89، الرياض، السعودية (ص ص 29، 1).

ج-الرسائل الجامعية:

120- أحلام باي (2006): معوقات حرية الصحافة في الجزائر، مذكرة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، قسم علوم الإعلام والاتصال، تخصص وسائل الإعلام والمجتمع، جامعة منتوري قسنطينة، الجزائر.

121- امانى بسام سعيد الجمل (2012): الاحتراق الوظيفي لدى المرأة العامل في فلسطين، مذكرة ماجستير في إدارة الأعمال، كلية التجارة، قسم إدارة الأعمال، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

122- بدران منى محمد علي (1997): الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسة ميدانية، مذكرة الماجستير في علوم التربية، معهد الدراسات والبحوث الربوية، جامعة الأزهر، القاهرة.

123- تغريد زياد عمارة (2006): أثر بعض المتغيرات الداخلية على مستوى ضغط العمل لدى الهيئة الإدارية والأكاديمية في الجامعة الفلسطينية بقطاع غزة، مذكرة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

124- حسيبة بورزوان (2009): الضغط المهني واستراتيجية المواجهة عند الشرطي الجزائري، مذكرة ماجستير في الإرشاد النفسي والصحة النفسية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر.

125- حكيمة أيت حمودة (2005-2006): دور سمات الشخصية واستراتيجيات المواجهة في تعديل العلاقة بين الضغوط النفسية والصحة الجسمية والنفسية دراسة ميدانية، أطروحة دكتوراه في علم النفس العيادي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا عناية، الجزائر.

126- خالد محمد رشيد (1997): الضغوط المهنية التي تقابل معلمي الفئات الخاصة بالضفة الغربية، رسالة ماجستير في علوم التربية، كلية العلوم التربوية، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

- 127- دردير نشوة كرم (2007): الاحتراق النفسي لدى المعلمين ذوي النمط (أ) و (ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات، مذكرة ماجستير علوم التربية، تخصص صحة نفسية، جامعة الفيوم، مصر.
- 128- سماهر مسلم عياد ابو مسعود(2010): ظاهرة الاحتراق النفسي الوظيفي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة أسبابها وكيفية علاجها، مذكرة ماجستير في إدارة الأعمال بكلية الدراسات العليا في الجامعة الإسلامية في غزة، فلسطين.
- 129- شاطر شفيق (2010): أثر ضغوط العمل على الرضا الوظيفي للموارد البشرية بالمؤسسة الصناعية، مذكرة ماجستير في علوم التسيير فرع إدارة الأعمال، جيجل، الجزائر.
- 130- شريط محمد الحسن مأمّن (2012): دراسة مقارنة لمستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة، أطروحة الدكتوراه في نظريات ومناهج التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الرحمان، الجزائر.
- 131- صرداوي نزيّم (2009): المحددات غير الذهنية للتفوق الدراسي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا، جامعة الجزائر، الجزائر.
- 132- محمد صلاح الدين أبو العلا (2009): ضغوط العمل وأثرها على الولاء التنظيمي دراسة تطبيقية على المدراء العاملين في وزارة الداخلية في قطاع غزة، رسالة ماجستير في إدارة الأعمال، الجامعة الإسلامية غزة، فلسطين.
- 133- مثل باتن بان(1987): المناخ التنظيمي وعلاقته بضغط العمل، مذكرة ماجستير في الاقتصاد والإدارة، جامعة مالك عبد العزيز، الرياض السعودية.
- 134- نجيب بن عباس الدريوش(2005): الضغوط المهنية التي تواجه الصحفيين العاملين في الصحافة الرياضية في المملكة العربية السعودية، مذكرة ماجستير في آداب التربية البدنية بكلية جامعة الملك سعود، السعودية.

135- نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008): الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، مذكرة ماجستير في الإرشاد النفسي، السعودية.

د-القواميس:

- 136- إبراهيم أنيس وآخرون (1962): معجم الوسيط، دار الفكر، القاهرة.
- 137- مصطفى إبراهيم وأحمد الزيات وآخرون (1960): المعجم العربي الوسيط، دار الراتب الجامعية، جمع اللغة العربية، الجزء الرابع، بيروت، لبنان.
- 138- معجم المنجد في اللغة والآداب والعلوم، لويس معلوف، الطبعة 18، المطبعة الكاثوليكية بيروت.

و-النصوص القانونية:

- 139- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، الجريدة الرسمية لقانون الإعلام رقم 90-07، المؤرخ في 08 رمضان 1410 الموافق 03 أبريل 1990 السنة السابعة والعشرون العدد 14، الأربعاء 09 رمضان 1410 الموافق 04 أبريل 1990.
- 140- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، الجريدة الرسمية رقم 02 لقانون الإعلام لقانون العضوي رقم 02-05 المؤرخ في 18 صفر 1433 الموافق 12 جانفي 2012.

ثانيا: باللغة الأجنبية:

أ -الكتب:

141- Actouf Omar(1987): **méthodologie des sciences sociales approche qualitative des organisations**, près de l'université de Québec.

142- Antoine le tourneur et valériane komly(2011): **Burn Out des internes en médecine générale état des lieux et perspectives en France**.

Métropolitaine, Human Neath and pathologie, thèse présentée pour l'obtention du doctorat en médecine université joseph Fourier, faculté de médecine de Grenoble, France.

143- Auditât M Cl et CH Voirol (1998): **l'affirmation de soi pour prévenir le Burn-out et le mobbing**, psynergie Neuchâtel, suisse.

144- Bejean S, H, sultan taib, L,TRontin (2004): **condition de travail et cout du stress, une évaluation économique**, article en cours de révision .

145- Bensabat et Selye(1980): **stress de grandes spécialistes répondent**, édition Hachette, paris France.

146- Bohére G (1984): **profession journaliste étude sur la condition du journaliste en tant que travailleur**, BureauInternationaldu Travail, Genève.

147- Boissieres,F,(2003): **les soignants face au stress**, édition Camarre, France .

- 148- Brahim Brahimi (1997): **le pouvoir, la presse, et les droits de l'homme en Algérie**, ed Marinor, paris, France.
- 149- Canoui Maurange (1998): **le syndrome d'épuisement professionnel des soignants du l'analyse du Burn-out aux reposes**, éd Masson paris, France.
- 150- Caroline Bennet et autres(2007): **les problèmes de santé et travail**,une enquête auprès des salariésd'une entreprise, chambre des communes,canada.
- 151- Caroline Cintas, Pierre-Antoine Sprimont.**soutien social et violence au travail, quels effets sur le Burn-out**, laboratoire NIMEC-IAE de Rouenparis,France.
- 152- Claire Edey Gamassou(2004):**prévenir le stress professionnel et promouvoir l'implication au travail**, université paris 1 panthéon Sorbonne
directeur de publication : J,F. AMADIEU. paris les cahiers du CERGOR,
n°1 /04.
- 153- ClaudeLemoine (2003): **psychologie dans le travail et les organisations, relations humaines et entreprise, collection les topos**, édition Dunod, paris, France .
- 154- Davison, G.V et Neale, J.N(1994):**abnormal psychology** (6th ed),Jon Wiley and sons, Incnew York.

- 155- Dietmar A. Scheufele(1999): a , **framing as a theory of media affects**, journal of communication ,vol 49, no 6,copyright, international communication association, états unis.
- 156- Dollard, Maureen(2001): **Work Stress, Theory and Interventions:** from evidence to policy, Universityof South Australia. NOHSC Symposium on the OHS Implicationsof Stress, Australia.
- 157- Dominique Coppe ,Coralie Caraton(2013): **burn-out service de prevention et de medicine du travail des communautés française et germanophone de Belgique**, SPMT siege social, quai or ban à 4020 Liège T 04/ 344 62 64 F 04/ 344 62 6 , cellule scientifique, commission scientifique.
- 158- Dominique servant (2005):**l'enfant et l'adolescent anxieux, les aider a s'épanouir**, Odile Jacob, paris France.
- 159- Jean jacques Cros(2011):**le journalisme pour les nuls**, paris éditions générales first , France.
- 160- Hans Selye (1936): **syndrome produced by diverse nocuous agents**, (department of biochemistry, McGill University, Montreal, Canada) is reprinted by permission from nature, vol 138; 32, copyright McMillan Magazines L T D.
- 161- Henry Schutz et Marcel de fresne(2007) :**pratique du journalisme**, nouveaux horizons, paris, France .

- 162- Gaulejac,V(2005): **la société malade de la gestion,idiologie gestionnaire, pouvoir managérial et harcèlement social**, éd du seuil, paris, France.
- 163- Gibson James,L. Ivancevich john and H.James M Donnelley, jr(1994): **organizations behavior ,structure ,processes**,8th Ed, Burr Ridge,Irwin – Boston, état unis .
- 164- Gérard hoffbeck, Jacques walter(2002):**prendre des notes vites et bien enseignement et cours**,vie professionnelle, 2 en éd paris Dunod, France.
- 165- Gordon. D and Everly. Sand Dusek(1997): **controlling stress and tension a Viacom company Gould stress, need I ham heights**, mass 02194, Sanfransisco.
- 166- Gold.Y et Roth.R(1994): **teachers managing stress and preventing burn-out the professional health solution**, 2nd edition the Falmer press, London.
- 167- Karasek R, Baker D, Marxer F, Ahlbom A, Theorell T (1981): **Job decision latitude, job demands and cardiovascular disease** : a prospective study of Swedish men, American Journal of Public Health, 71(7) pp664, 705, Etats unis.
- 168- kinicki A , and kreitne R (1992): **organization behavior**,2nded, Homewood, ill Irwin, états unis.

- 169- Laurent Guillet (2012) : **le stress le point sur psychologie**, éd Boeck, France.
- 170- Lazarus Richard and Susan Folkman(1984): **stress ,appraisal and copin**, new York, Springer publishing, états unis.
- 171- Lakshminarayanan R (2008): **an over view of strategic planning to combat occupational stress**, need of the hour in the present Indian context, national institute of virology, Indian council of medical research,India.
- 172- Levi(1981): **preventing work stress (reading Massachusetts** , addition-Wesley publishing company Université Sciences Humaines et Sociales. Lille 3, Charles de GaulleFrance.
- 173- Lucie olive (2010): **stress professional et strategies d'ajustement de l'interprète français langue des signes**, master 2 sciences du langage, spicialité interprétaria Francais, langue des signes française, université sciences humaines et sociales, Charles Degaulle, France.
- 174- Lyndonbrown (1955): **marketing and distribution research**, 3d, Ed, Ronald-press company, New York.
- 175- Maslach Christina and Susanne Jackson (1986): **Maslach burn out inventory manual (MBI)**, Palo Alto California, consulting psychologists press,inc
- 176- Oltmanns S.F and Emery R.E(1988): **abnormal psychology**, new York jersey prentice hall 2nd ,Ed, états unis.

- 177- Patrick Legéron et Romain Cristofini(2006): **enquête sur le stress professionnel**, OGB.L et ligue Luxembourgeoise d'hygiène mentale, Luxembourg.
- 178- Pierre Canoui(2003): **la souffrance des professionnels médico-sociaux :risque humain et enjeux éthiques du burn-out syndrome** – psychiatre pédopsychiatre, hôpital Necker-enfants malades, paris France .
- 179- Philippe Zawieja, Franck Guarnieri, **épuisement professionnel principales approches conceptuelles cliniques et psychométrique**, édition Armand colin,France.
- 180- Sarafino,E,P(1994): **Health psychologie Biopsychosocial interaction**, Second Edition. *New York*.
- 181- Shailesh Kumar (2007): **Burnout in psychiatrists, From World Psychiatry** Volume 6, Number 3 – Department of Psychiatry, Waikato Clinical School, Private Bag 3200, Hamilton,New Zealand .
- 182- Shail Kumar, fresher J, Robinson E, Hatcher S Bahaqat, RN(2007): **Burn-out and job satisfaction in New Zealand psychiatrists** : a national study. the international journal of social psychiatry .
- 183- Truchot Didier, Xavier Borteyrou(2006):**le burn-out chez les infirmières en cancérologie, une approche contextuel du modèle**

exigencies contrôle-soutien, laboratoire de psychologie EA 3188,30-32 rue Megevand , 25030 Besançon Cedex vol 15 n 4 – France .

184- Vittorio di martino(2003):**relationship of work stress and work place violence in the health sector joint program on work place violence in the health sector**, international Labour office, world health, Geneva.

185- Wolf Tom (1975):**the new journalism**, édition Louis Audi, London .

ب-المجلات:

186- Dorman, Jeffery(2003): **testing a model for teacher burnout**, Australian journal of educational and Developmental psychology, vol 3, pp 35,47.

187- Freudenberger Herbert (1974): **staff burn out**, journal of social issues volume 30, issue1 pp159,165 .

188- Goddard,R, O'Brien, P, and Goddard,M (2006): **work environment predictors of beginning teacher burnout**, British educational research journal, 32(6) pp 857,874 .

189- Larocco, J, house, J and French,J (1981): **social support ,occupation stress**, journal of health and social Behavior , june ,pp202,218

190- Maslach, C(1977) : **the burn-out syndrome in the day care setting child care quarterly**, volume 6, Issue2, états unis , pp 100,113.

- 191- Maslach Christina and Jackson Susanne (1981): **the measurement of experienced burn-out**, journal of occupation Behavior,2,pp 99,113 .
- 192- Mouhamed kirat (1992):**la liberté de la presse en Algérie avant Octobre 1988**, contraintes et difficultés, Wolf gang S, Freund (ed), l'information au Maghreb, Tunis : Cérès production, pp (166,181)
- 193- Pines and Aronson (1983): **combating burn out children and youth service review**, 5, 263-275.
- 194- Rothmann Sébastien (2003): **job satisfaction , occupational stress burn-out and work engagement as components of work** , related wellbeing , north west university, vol 34 ,n 03, pp 11,16 SA journal of industrial psychology, south Africa .
- 195- Sigman, A (1992): **the state of corporate health care personnel management**, personnel management, Etats unis, February pp 24,31 .
- 196- Voakes, P,S(2000): **rights, wrongs, and responsibilities :law and ethics in the newsroom**, journal of Mass Media Ethics, vol 15 issue (1), pp29,42.

-مواقع الانترنت:

- 197- أسماء قنديل، 2014، الضغوط الروتينية...قاتلة العمل الصحفي www.asahnetwork.org تاريخ التحميل 30 مارس 2014، الساعة 14.05 د.
- 198- تسعديث بداد، الصحافة مهنة قاتلة في الجزائر، 2014 الجزائر www.aljazeera.net تاريخ التحميل 15 مارس 2014، الساعة 15.30 د.
- 199- جويل كمبانا، الاعتداء على الصحافة خلال عام 2006، الشرق الأوسط وشمال إفريقيا النسخة العربية (ص ص39، 1) www.cpj.org تاريخ التحميل 15 مارس 2014، الساعة 15.50 د.
- 200- زبير فاضل، حفيظ صوايلي مهنة المتاعب، 70 من الصحفيين يعانون من الضغط و القلب والسكري www.alkhabar.com 2012 تاريخ التحميل 29 جانفي 2015، الساعة 10.55 د .
- 201- صالح بلعيد (2008): دراسة في لغة الاعلام، www.el massa.com /ar/content/view تاريخ التحميل 18-03-2014، الساعة 17.15 د.
- 202- محسن عوض، 2004-2005، انتهاكات حقوق الإنسان في الوطن العربي، المنظمة العربية لحقوق الإنسان، سوريا www.aohrs.org تاريخ التحميل 05 ماي 2014، الساعة 13.05 د.
- 203- محمد أبو سبحة، دراسة الصحافة أكثر مهنة تسبب الضغط العصبي، جانفي 2014 www.dailymedicalinfo.com تاريخ التحميل 30 ماي 2014، الساعة 11.40 د.
- 204- المذيع نبذة تاريخية، 2009 www.echorokonline.cpm تاريخ التحميل 10 جوان 2014، الساعة 13.25 د.
- 205- منظمة مراسلون بلا حدود، مارس، 2005-2002 www.srf.org تاريخ التحميل 11 جوان 2014، الساعة 14.05 د.

- 206- أنباء موسكو، 2011، 106صحفي ضحية تغطية الحدث في العالم الحالي www.anbamoscow.com تاريخ التحميل 11 جوان 2014، الساعة 15.00د.
- 207- لمحة تاريخية عن ضغوط العمل www.inrs.fr/html/letress_au_travail.htm تاريخ التحميل 30 مارس 2014، الساعة 16.20د.
- 208- موقع التلفزيون www.entv.dz تاريخ التحميل 12 جويلية 2014، الساعة 11.45د.
- 209- نماذج ونظريات الاحتراق النفسي <http://bafree.net/forums/newreply> تاريخ التحميل 5 جانفي 2015، الساعة 12.30د.
- 210- 2010 Xavier molenat les modèles de stress www.scienceshumaine.com تاريخ التحميل 10 جانفي 2015، الساعة 13.15د.
- 211- www.srf.org تاريخ التحميل 29 جانفي 2015، الساعة 10.35 د .
- 212- نبذة تاريخية عن الصحافة الجزائرية www.communicationakbarmontada.com تاريخ التحميل 3 فيفري 2015، الساعة 14.15د.
- 213- www.communicationahlamontada.com تاريخ التحميل 12 فيفري 2015، الساعة 12.45.
- 214- مواقع الصحف الجزائرية أهم الصحف الجزائرية www.algeriapress.com/elkhabar.htm تاريخ التحميل 30 جانفي 2015، الساعة 15.55د.
- 215- الراديو في العالم Community radio handbook تاريخ التحميل 15 فيفري 2015، الساعة 11.25 د.

216- دييرا بورتر دليل الصحافة المسقلة 2012 Osinfostate.gov /productets
/plus/pressoficial/accessed تاريخ التحميل 20-جانفي-2014 ، الساعة 14.30.

الملاحق

- ملحق رقم(01): وثيقة دراسة الصدق الظاهري للأدوات المستخدمة في الدراسة

- الأستاذ(ة) الكريم(ة):

في إطار تحضير البحث العلمي لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل و التنظيم بعنوان " الضغط المهني و علاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين " وهي دراسة مقارنة بين صحفيي التخصص الكتابي والسمعي فأردنا أن نأخذ بأرائكم و الاستفادة بخبراتكم بعد اطلاعكم وتحكيمكم أداة الدراسة التي تتضمن مقياس البر تكرساك للضغط المهني و الذي قمنا بترجمته من النسخة الفرنسية مع مراعاة البناء اللغوي والوظيفي للمقياس الأصلي و البعد النفسي للبنود ويتكون المقياس من 26 بند موزعة على 3 محاور ونأمل إبداء ملاحظاتكم حول النقاط التالية :

- مدى وضوح العبارات
- مدى مناسبة العبارات للبعد الذي تقيسه
- مدى مناسبة المقاييس لموضوع بحثنا
- ونرجو أن تفيدينا بملاحظاتكم أو اقتراحاتكم

شكرا و تقبل منا فائق الاحترام والتقدير

- الأستاذ:.....
- التخصص:.....
- الدرجة العلمية:.....
- الجامعة:.....

الطالبة معلوم ليلي

- التعليم:

العبارات	واضحة	غير واحة	مناسبة	غير مناسبة	الملاحظة
في إطار إعداد أطروحة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل والتنظيم بعنوان " الضغط المهني وعلاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين "					
ارتأينا أن نقدم لكم مجموعة من العبارات التي تخدم موضوع البحث من الجانب التطبيقي،					
وعليه نرجو منكم الإجابة عليها بوضع العلامة (x) في الخانة المناسبة والتي ترون أنها تعبر عن شعوركم بصدق،					
علما انه ليست هناك إجابة صحيحة أو خاطئة،وتأكدوا أن إجاباتكم ستبقى في سرية تامة لا تستخدم إلا في البحث العلمي					
نشكركم على تفهمكم و مساعدتكم لنا . تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير					

- البيانات الشخصية :

- الجنس : ذكر ☐
- أنثى ☐
- السن : اقل من 30 سنة ☐
- بين 30 و 40 سنة ☐
- أكثر من 40 سنة ☐
- الحالة المدنية : عازب (ة) ☐
- متزوج(ة) ☐
- المستوى التعليمي : المستوى المتوسطي ☐
- المستوى الثانوي ☐
- المستوى الجامعي ☐

- الأقدمية : ☐ أقل من 5 سنوات
- ☐ بين 6 و 10 سنوات
- ☐ أكثر من 10 سنوات

- تعلية المقاييس:
- إذا كانت واضحة
- إذا كانت مناسبة
- الملاحظة
- مفردات المقياس الضغط المهني:
- إذا كانت واضحة
- إذا كانت ملائمة
- الملاحظة

- مفردات مقياس الاحتراق النفسي:
- إذا كانت واضحة
- إذا كانت ملائمة
- الملاحظة

- ملحق رقم (02): النسخة الأولى بعد ترجمة مقياس الضغط المهني لكراساك Karasek

البعد	الاسم	الفقرات	غير موافق تماماً	غير موافق	موافق	موافق جداً
الأول	الطلب النفسي أ- كمية السرعة ب- الشدة التعقيد	10- عملي يتطلب السرعة 12- منسبي يطلب مني الكمية المفرطة في العمل 13- لدي الوقت الكافي لممارسة عملي بإتقان 14- تصلني طلبات متناقضة من الآخرين 11- عملي يتطلب قدرات عقلية كبيرة 15- عملي يتطلب التركيز بشدة لمدة طويلة				

				ج-التجزئة القدرة على التنبؤ 16-مهمتي غالبا ما تنقطع قبل الانتهاء منها ثم على العودة إليها لاحقا 17-وظيفتي مملوءة بالأحداث في كثير من الأحيان 18-ارتباط منصبي بالمصالح الأخرى عادة ما يبطئ عملي	
				استقلالية القرار أ-موقف أو هامش من المرونة ب-الاستخدام الحالي للمهارات ج-تطوير المهارات 4-وظيفتي تسمح لي باتخاذ قرارات بمفردي 6-لدي حرية محدودة في ممارسة عملي 8-توفر إمكانية التأثير في الطريقة التي يسير بها عملي 2-في عملي أمارس مهام متكررة روتينية 5-عملي يتطلب مستوى عال من المؤهلات 7-في وظيفتي لدي فرصة القيام بنشاطات متعددة و متنوعة 1-يتطلب عملي تعلم أشياء جديدة 3-تتطلب وظيفتي أن أكون مبدع 9-يسمح لي عملي بتطوير مهاراتي المهنية	الثاني
				الدعم الاجتماعي أ-الدعم الفني المهني من المسؤولين 22-رئيسي يتمكن بسهولة من جعل الموظفين يعملون معا 21-رئيسي يساعدني في أداء مهامي	الثالث

				23-الزملاء الذين اعمل معهم لديهم مؤهلات مهنية 26-الزملاء الذين اعمل معهم يساعدونني في أداء مهمتي بأحسن وجه	من الزملاء ب-الدعم العاطفي	
				20-رئيسي يستمع و يهتم لما أقوله 19-يسهر رئيسي على راحتنا في العمل	من المسؤولين	
				25-الزملاء الذين اعمل معهم ودودون 24-الزملاء الذين اعمل معهم يظهرون الاهتمام بي	من الزملاء	

- ملحق رقم(03):النسخة النهائية لمقياس الضغط المهني لكرساك

مقياس الضغط المهني:

التعليمة : في إطار إعداد أطروحة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل و التنظيم بعنوان " الضغط المهني و علاقته بظهور الاحتراق النفسي لدى الصحفيين " ارتأينا أن نقدم لكم مجموعة من العبارات التي تخدم موضوع البحث من الجانب التطبيقي، و عليه نرجو منكم الإجابة عليها بوضع العلامة (x) في الخانة المناسبة و التي ترون أنها تعبر عن شعورك بصدق، علما انه ليست هناك إجابة صحيحة أو خاطئة ،و تأكدوا أن إجاباتكم ستبقى في سرية تامة لا تستخدم إلا في البحث العلمي نشكركم على تفهمكم و مساعدتكم لنا .

تقبلوا منا فائق الاحترام و التقدير

- البيانات الشخصية :

- الجنس : ذكر ☐
أنثى ☐

- السن : أقل من 30 سنة ☐
بين 30 و 40 سنة ☐
أكثر من 40 سنة ☐

- الحالة المدنية : عازب (ة) ☐
متزوج(ة) ☐

- المستوى التعليمي : المستوى المتوسطي ☐
المستوى الثانوي ☐
المستوى الجامعي ☐

- الأقدمية : أقل من 5 سنوات ☐
بين 6 و 10 سنوات ☐
أكثر من 10 سنوات ☐

الرقم	الفقرات	غير موافقا تماما	غير موافق	موافق	موافق جدا
01	عملي يتطلب السرعة				
02	منصبي يطلب مني الكمية المفرطة في العمل				
03	لدي الوقت الكافي لممارسة عملي بإتقان				
04	تصلني طلبات متناقضة من الآخرين				
05	عملي يتطلب قدرات عقلية كبيرة				

				عملي يتطلب التركيز بشدة لمدة طويلة	06
				مهمتي غالبا ما تنتقطع قبل الانتهاء منها ثم على العودة إليها لاحقا	07
				وظيفتي مملوءة بالأحداث في كثير من الأحيان	08
				ارتباط منصبي بالمصالح الأخرى عادة ما يبطئ عملي	09
				وظيفتي تسمح لي باتخاذ قرارات بمفردي	10
				لدي حرية محدودة في ممارسة عملي	11
				توفر إمكانية التأثير في الطريقة التي يسير بها عملي	12
				في عملي أمارس مهام متكررة روتينية	13
				عملي يتطلب مستوى عال من المؤهلات	14
				في وظيفتي لدي فرصة القيام بنشاطات متعددة و متنوعة	15
				يتطلب عملي تعلم أشياء جديدة	16
				تتطلب وظيفتي أن أكون مبدع	17
				يسمح لي عملي بتطوير مهاراتي المهنية	18
				رئيسي يتمكن بسهولة من جعل الموظفين يعملون معا	19
				رئيسي يساعدني في أداء مهامي	20

				الزملاء الذين اعمل معهم لديهم مؤهلات مهنية	21
				الزملاء الذين اعمل معهم يساعدوني في أداء مهنتي بأحسن وجه	22
				رئيسي يستمع ويهتم لما أقوله	23
				يسهر رئيسي على راحتنا في العمل	24
				الزملاء الذين اعمل معهم ودودون	25
				الزملاء الذين اعمل معهم يظهرون الاهتمام بي	26

- ملحق رقم(04): النسخة الفرنسية لمقياس كراساك للضغط المهني

- Quantité - rapidité

Q10- Mo travail me demande de travailler très vite

Q12- On me demande d'effectuer une quantité de travail excessive

Q13- Je dispose du temps nécessaire pour exécuter correctement mon travail

Complexité - intensité

Q14 - Je reçois des ordres contradictoires de la part d'autres personnes

Q11- Mon travail me demande de travailler intensément

Q15- Mon travail demande de longues périodes de concentration intense

- morcellement prévisibilité

Q16 – Mes tâches sont souvent interrompues avant d'être achevées nécessitant de les reprendre plus tard

Q17 - Mon travail est très bousculé

Q18- Attendre le travail de collègues ou d'autres départements ralentit souvent mon propre travail

- Latitude ou marges de manœuvre

Q4 – Mon travail me permet de prendre souvent des décisions moi-même

Q5 – Dans ma tâche j'ai très peu de libertés pour décider comment je fais mon travail

Q8 - J'ai la possibilité d'influencer le déroulement de mon travail

- Utilisation actuelle des compétences

Q2 - Dans mon travail, j'effectue des tâches répétitives

Q5 – Mon travail demande un haut niveau de compétence

Q7 – Dans mon travail, j'ai des activités variées

Développement des compétences

Q1 – Dans mon travail, je dois apprendre des choses nouvelles

Q3 – Mon travail me demande d'être créatif

Q9 – J'ai l'occasion de développer mes compétences professionnelles

- Le soutien professionnel

- par les supérieurs

Q22- Mon supérieur réussit facilement à faire collaborer ses subordonnés

Q21 - Mon supérieur m'aide à mener ma tâche à bien

- par les collègues

Q23 – Les collègues avec qui je travaille ont des gens professionnellement compétents

Q26- Les collègues avec qui je travaille m'aident à mener les tâches à bien

- Le soutien émotionnel

- par les supérieurs

Q20 - Mon supérieur prête attention à ce que je dis

Q19- Mon supérieur sent concerné par le bien-être de ses subordonnés

- par les collègues

Q25- Les collègues avec qui je travaille sont amicaux

Q24 – Les collègues avec qui je travaille me manifestent de l'intérêt

- ملحق رقم (05): مفتاح تصحيح مقياس الضغط المهني كرساك

الرقم	غير موافق تماما	غير موافق	موافق	موافق جدا
01	1	2	3	4
02	1	2	3	4
03	1	2	3	4
04	1	2	3	4
05	1	2	3	4
06	1	2	3	4
07	1	2	3	4
08	1	2	3	4
09	1	2	3	4
10	1	2	3	4
11	1	2	3	4
12	1	2	3	4
13	1	2	3	4
14	1	2	3	4
15	1	2	3	4
16	1	2	3	4
17	1	2	3	4
18	1	2	3	4
19	1	2	3	4
20	1	2	3	4
21	1	2	3	4
22	1	2	3	4
23	1	2	3	4
24	1	2	3	4
25	1	2	3	4
26	1	2	3	4

- ملحق رقم(06): النسخة المعربة والمطبقة لقياس الاحتراق النفسي لكريستينا ماسلاش

- مقياس الاحتراق النفسي:

- البيانات الشخصية :

- الجنس : ذكر ☐
أنثى ☐

- السن : أقل من 30 سنة ☐
بين 30 و 40 سنة ☐
أكثر من 40 سنة ☐

- الحالة المدنية : عازب (ة) ☐
متزوج(ة) ☐

- المستوى التعليمي : المستوى المتوسطي ☐
المستوى الثانوي ☐
المستوى الجامعي ☐

- الأقدمية : أقل من 5 سنوات ☐
بين 6 و 10 سنوات ☐
أكثر من 10 سنوات ☐

الرقم	الفقرات	أبدا	بعض المرات في السنة	مرة في الشهر أو أقل	بعض المرات في الشهر	مرة كل أسبوع	بعض المرات في الأسبوع	كل يوم تقريبا
01	اشعر أنني استنزفت عاطفيا							
02	اشعر باستنفاد كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي اقضيه في العمل							
03	اشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر							
04	التعامل مع الناس طوال اليوم يسبب لي التوتر							
05	اشعر بالضجر و الملل بسبب عملي							
06	اشعر بالإحباط في عملي							
07	اشعر أنني ابذل جل جهدي في عملي							
08	التعامل مع الناس بشكل مباشر يشكل ضغطا كبير علي							
09	اشعر بالاختناق و قرب النهاية							
10	اشعر بأنني أعامل بعض فئات الناس وكأنهم جمادات لا حياة فيها							
11	أصبحت قاسيا على الناس منذ بدأت هذا العمل							
12	اشعر بالقلق في أن يسبب لي هذا العمل قساوة و تبليدا في مشاعري							
13	إنني في الواقع لا أعبء بما يحدث للآخرين							
14	اشعر أن الناس يلومونني على بعض المشاكل التي يعاني منها							

							استطيع أن افهم مشاعر الناس اتجاه الإعلام	15
							أتعامل بكفاءة عالية مع مشاكل العمل والناس	16
							اشعر أنني من خلال عملي أؤثر إيجابا في حياة الآخرين	17
							اشعر بالنشاط و الحيوية	18
							استطيع و بسهولة تهيئة الجو المناسب لأداء عملي على أكمل وجه	19
							اشعر بالابتهاج من خلال عملي و تعاملتي مع الناس	20
							في عملي أتعامل بهدوء تام مع المشاكل النفسية	21
							حققت أشياء كثيرة جديرة بالتقدير في هذا العمل .	22

- ملحق رقم (07): النسخة الفرنسية لمقياس لماسلاش للاحتراق النفسي

- **Les réponses correspondent:**

- 0 Jamais
- 1 Quelques fois par année, au moins
- 2 Une fois par mois, au moins
- 3 Quelques fois par mois
- 4 Une fois par semaine
- 5 Quelques fois par semaine
- 6 Chaque jour

1. Je me sens émotionnellement vidé(e) par mon travail
2. Je me sens à bout à la fin de ma journée de travail
3. Je me sens fatigué(e) lorsque je me lève le matin et que j'ai à affronter une autre journée de travail
4. Je peux comprendre facilement ce que mes malades ressentent
5. Je sens que je m'occupe de certains malades de façon impersonnelle comme s'ils étaient des objets

6. Travailler avec des gens tout au long de la journée me demande beaucoup d'effort
7. Je m'occupe très efficacement des problèmes de mes malades
8. Je sens que je craque à cause de mon travail
9. J'ai l'impression, à travers mon travail, d'avoir une influence positive sur les gens
10. Je suis devenu(e) plus insensible aux gens depuis que j'ai ce travail
11. Je crains que ce travail ne m'endurcisse émotionnellement
12. Je me sens plein(e) d'énergie
13. Je me sens frustré(e) par mon travail
14. Je sens que je travaille « trop dur » dans mon travail
15. Je ne me soucie pas vraiment de ce qui arrive à certains de mes malades
16. Travailler en contact direct avec les gens me stresse trop
17. J'arrive facilement à créer une atmosphère détendue avec mes malades
18. Je me sens ragaillardi(e) lorsque dans mon travail j'ai été proche de mes malades
19. J'ai accompli beaucoup de choses qui en valent la peine dans ce travail
20. Je me sens au bout du rouleau
21. Dans mon travail, je traite les problèmes émotionnels très calmement
22. J'ai l'impression que mes malades me rendent responsable de certains de leurs problèmes

- ملحق رقم (08): مفتاح تصحيح مقياس الاحتراق النفسي

الرقم	أبدا	بعض المرات في السنة	مرة في الشهر أو أقل	بعض المرات في الشهر	مرة كل أسبوع	بعض المرات في الأسبوع	كل يوم تقريبا
01	0	1	2	3	4	5	6
02	0	1	2	3	4	5	6
03	0	1	2	3	4	5	6
04	0	1	2	3	4	5	6
05	0	1	2	3	4	5	6

6	5	4	3	2	1	0	06
6	5	4	3	2	1	0	07
6	5	4	3	2	1	0	08
6	5	4	3	2	1	0	09
6	5	4	3	2	1	0	10
6	5	4	3	2	1	0	11
6	5	4	3	2	1	0	12
6	5	4	3	2	1	0	13
6	5	4	3	2	1	0	14
6	5	4	3	2	1	0	15
6	5	4	3	2	1	0	16
6	5	4	3	2	1	0	17
6	5	4	3	2	1	0	18
6	5	4	3	2	1	0	19
6	5	4	3	2	1	0	20
6	5	4	3	2	1	0	21
6	5	4	3	2	1	0	22

- ملحق رقم(09):النسب المئوية لتقديرات المحكمين على مدى انتماء البنود إليالمقياس الضغط المهني لدى الصحفيين

العبارة	النسب المئوية	العبارة	النسب المئوية
01	%100	14	%100
02	%100	15	%100
03	%100	16	%100
04	%100	17	%100
05	%100	18	%100
06	%100	19	%100
07	%100	20	%100
08	%100	21	%100
09	%100	22	%100
10	%100	23	%100
11	%100	24	%100
12	%100	25	%100
13	%100	26	%100

- ملحق رقم (10): النسب المئوية لتقديرات المحكمين على مدى انتماء البنود إلى مقياس الاحتراق النفسي لدى الصحفيين

العبارة	النسب المئوية	العبارة	النسب المئوية
01	%100	13	%90.90
02	%100	14	%100
03	%100	15	%100
04	%100	16	%100
05	%100	17	%100
06	%100	18	%100
07	%100	19	%100
08	%100	20	%100
09	%86.36	21	%100
10	%90.90	22	%100

- ملحق رقم (11): نتائج ثبات مقياس الضغط المهني بطريقة ألفا كرونباخ

حساب ثبات مقياس الضغط المهني **Fiabilité**

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclus ^a	0	,0
	Total	30	100,0

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

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,841	26

- ملحق رقم(12): نتائج ثبات مقياس الاحتراق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ

حساب ثبات مقياس الاحتراق النفسي **Fiabilité**

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	30	100,0
	Exclus ^a	0	,0
	Total	30	100,0

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

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,642	22

- ملحق رقم (13): درجة ارتباط المقياسين بمعامل ارتباط بيرسون

Corrélations

الصحافة	درجات الضغط المهني	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N	درجات الضغط المهني	درجات الإحترق النفسي	درجات الإجهاد الإنفعالي	نقص الإنجاز
الصحافة	درجات الإحترق النفسي	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
المكاتبية	درجات الإجهاد الإنفعالي	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
	نقص الإنجاز	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
الصحافة	درجات الضغط المهني	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
السمعية	درجات الإحترق النفسي	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
	درجات الإجهاد الإنفعالي	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				
	نقص الإنجاز	Corrélation de Pearson Sig. (bilatérale) N				

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

- ملحق رقم (14): نتائج اختبار (ت)

Test-t

Statistiques de groupe

الصحافة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الصحافة الكتابية	50	75,34	8,71	1,23
الصحافة السمعية	50	71,10	10,08	1,43

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
درجات الضغط المهني Hypothèse de variances égales Hypothèse de variances inégales	2,731	,102	2,250	98	,027	4,24	1,88	,50		7,98
			2,250	95,977	,027	4,24	1,88	,50		7,98

Test-t

Statistiques de groupe

الصفحة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الصفحة الكتابية	50	75,34	8,71	1,23
درجات الضغط المهني	50	71,10	10,08	1,43
الصفحة السمعية	50	55,82	10,81	1,53
درجات الإحترق النفسي	50	61,08	14,55	2,06
الصفحة السمعية	50	17,30	9,43	1,33
درجات الإجهاد الإنفعالي	50	21,98	7,95	1,12
الصفحة السمعية	50	34,76	8,19	1,16
نقص الإنجاز	50	31,60	12,80	1,81
الصفحة السمعية	50			

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
درجات الضغط المهني	2,731	,102	2,250	98	,027	4,24	1,88	,50	7,98	
										Hypothèse de variances égales
			2,250	95,977	,027	4,24	1,88	,50	7,98	
درجات الإحترق النفسي	4,372	,039	-2,052	98	,043	-5,26	2,56	-10,35	-,17	
										Hypothèse de variances égales
			-2,052	90,479	,043	-5,26	2,56	-10,35	-,17	
درجات الإجهاد الإنفعالي	3,340	,071	-2,683	98	,009	-4,68	1,74	-8,14	-1,22	
										Hypothèse de variances égales
			-2,683	95,289	,009	-4,68	1,74	-8,14	-1,22	
نقص الإنجاز	19,111	,000	1,471	98	,145	3,16	2,15	-1,10	7,42	
										Hypothèse de variances égales
			1,471	83,377	,145	3,16	2,15	-1,11	7,43	