

جامعة غرداية

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس و علوم التربية

## التوافق الزوجي و علاقته بالاحترق النفسي

### لدى العاملين بقطاع الصحة لولاية غرداية

دراسة ميدانية بعدد من مستشفيات ولاية غرداية

مذكرة لنيل شهادة الماجستير تخصص إرشاد أسري

إشراف الأستاذ: \_\_\_\_\_

د. احمد بن سعد

إعداد الطالبة:

عمران ربيعة

رئيسا	جامعة غرداية	أستاذ محاضر	جمعة أولاد حيمودة
مشرفا	جامعة الأغواط	أستاذ محاضر	احمد بن سعد
مناقشا	جامعة الأغواط	أستاذ محاضر	حسين بوداود
مناقشا	جامعة الأغواط	أستاذ محاضر	محمد الداودي
مناقشا	جامعة غرداية	أستاذ محاضر	يوسف قدوري

تاريخ المناقشة: 2015/11/05

السنة الجامعية: 2015\_2014

## كلمة الشكر

الحمد لله الذي علم الإنسان ما لم يعلم، و صلي اللهم على سيدنا محمد معلم الأمة و خاتم النبيين و على آله و صحبه وسلم، و بعد...

لا يسعني و قد بلغ هذا العمل المتواضع هذه المرحلة ، إلا أن أشكر أصحاب الفضل في ذلك، فلم يكن هذا البحث ليصل إلى صورته الحالية لولا توفيق الله عز و جل أولاً و قبل كل شيء ، فعلي حق الشكر لله سبحانه و تعالى، الذي حبب إلي طلب العلم و يسر لي في سبيله كل صعب.

كما أتقدم بالتقدير الخالص و العرفان بالجميل للأستاذ الفاضل الدكتور احمد بن سعد، الذي قبل الإشراف على هذا البحث ، و تابع بإخلاص و تفان مراحل انجازه، من بداية ظهوره كمشروع إلى غاية إتمامه، فدفعتني إلى بذل مزيد من الجهد و الاجتهاد... و للحق أجد كلمات المجاملة تنحسر عن معاني الإطراء في حقه ، جعل الله ما قدمه لي في ميزان حسناته و بارك في عمله و نفع به.

و عرفانا بالجميل، فانه يسرني أن اخص بالشكر جميع الأساتذة الذين اشرفوا على تكويننا خلال مسارنا الدراسي، فلم يدخروا جهدا في سبيل تزويدنا بالعلم و المعرفة.

كما لا أنسى أن اخص بالشكر أيضا رفيقي الدراسة الأخ عبد الحميد جديد و الأخت الشرع رباب ، على المساندة و المساعدة طوال فترة البحث، فلهما مني خالص الدعاء بالتوفيق.

و لا يفوتني أن أتوجه بالشكر لموظفي المكتبة المركزية لجامعة غرداية على ما قدموه لي من تسهيلات ، فلهم مني الدعاء بالتوفيق و السداد.

و الشكر موصول لكل من وقف معي مساندا بالقليل أو الكثير ، أو مد يد العون، أو دعا لي بالتوفيق ، أن يجعل الله ذلك في ميزان حسناتهم جميعا، و يبارك لنا في عملنا و ينفع به و يتجاوز عنا فيما أخطانا أو نسينا.

الباحثة

## ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى العاملين بقطاع الصحة العام، و الكشف عن الفروق المحتملة في التوافق الزوجي و التي قد تعزى إلى ( الجنس \_ السن \_ مدة الزواج \_ المستوى التعليمي) لدى عينة الدراسة.

و تمثلت الإشكالية العامة للدراسة في ما يلي:

هل هناك علاقة ارتباطية سالبة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة؟

و قد أثارت هذه الدراسة العديد من التساؤلات الفرعية ، و التي وضعت لها إجابات مؤقتة ، و للإجابة عنها تمت الاستعانة بالمنهج الوصفي لأنه انسب المناهج لمثل هذه الدراسات.

أما فيما يخص العينة المستهدفة للدراسة ، فقد تكونت من (90) عاملا من عمال القطاع الصحي ( أطباء و ممرضين) تم اختيارهم بطريقة قصدية.

و لغرض جمع البيانات و التحقق من فرضيات الدراسة، تم استخدام أداتين : الأولى تتمثل في مقياس التوافق الزوجي لخليل (1999)، و الأداة الثانية لماسلاك و جاكسون (1981)، و قد تم تطبيقهم بعد حساب الخصائص السيكومترية و المتمثلة في الصدق و الثبات، للتأكد من صلاحيتهم للاستخدام في الدراسة الحالية.

أما بالنسبة للمعالجة الإحصائية للبيانات، تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون، و اختبار "ت" لدلالة الفروق باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS ، حيث كانت النتائج على النحو التالي:

- لا توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي لدى عينة الدراسة تعزى إلى الجنس ( ذكر

\_ أنثى ) .

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي حسب السن .
  - لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي تعزى إلى مدة الزواج.
  - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي تعزى إلى المستوى التعليمي .
- حيث تمت مناقشة هذه النتائج في ضوء الدراسات السابقة المستخدمة لهذا الغرض.

## **Abstract:**

The aim of this study is to recognize the relationship between marital adjustment and the burnout among the workers in public hospitals and also to reveal the potential differences in marital adjustment which may have a link with : sex, age, marriage duration and the educational level.

The main problematic of this study is the following:

Is there a negative relationship between marital adjustment and the burnout among the sample of the study?

The study has also risen many sub questions that had temporary answers and so as to answer them accurately the descriptive method was used because it is the most suitable method for such studies.

As for as the sample of the study , it is composed of (90 ) workers of the medical sector( doctors and nurses) who were chosen on preps.

In order to collect the data and prove the hypotheses , tow means are used:

First, is the marital adjustment scale of khalili (1999), the second one is Maslack and Jackson's scale (1981). Those tow scales were applied only after counting the psychometric characteristics which are : validity and stability .

**As for the statistical processing of data, Pearson's correlation coefficient was followed and T test of significance of differences with the use of the statistical program SPSS; and the results were as follows :**

- There is no negative link between marital adjustment and the burnout in the sample of the study;**
- There are no significant statistical differences in the degree of marital adjustment because of sex ( male / female);**
- There are no significant statistical differences in the degree of marital adjustment resulted from age;**
- There are no significant statistical differences in the degree of marital adjustment due to the marriage duration;**
- There are no significant statistical differences in the degree of marital adjustment owing to the educational level.**

**The findings of this study were debated according to the results of previous studies carried for the same purpose.**

## قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان	الرقم
أ	كلمة الشكر	01
ب_ج	ملخص الدراسة	02
هـ_ط	قائمة المحتويات	03
ي	قائمة الجداول	04
ك	قائمة الأشكال	05
ك	قائمة الملاحق	06
5_1	مقدمة	07
الجانب النظري		
الفصل الأول مدخل إلى الدراسة		
8	1_ إشكالية الدراسة	08
18	2_ تساؤلات الدراسة	09
18	3_ فرضيات الدراسة	10
19	4_ أهداف الدراسة	11
19	5_ أهمية الدراسة	12
20	6_ التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة	13
21	7_ حدود الدراسة	14
الفصل الثاني التوافق الزوجي		
23	تمهيد	15
24	أولاً_ التوافق العام	16
27	تعقيب	17

28	ثانياً_ التوافق الزوجي	18
28	1_ مفهوم التوافق الزوجي	19
29	تعقيب	20
30	2_ مؤشرات التوافق الزوجي	21
32	تعقيب	22
32	3_ النظريات المفسرة للتوافق الزوجي	23
32	أ_ من منظور اجتماعي	24
32	1_ النظرية البنائية الوظيفية	25
33	2_ نظرية الدور	26
33	3_ نظرية التبادل الاجتماعي	27
34	ب_ من منظور نفسي	28
34	1_ نظرية التحليل النفسي	29
34	2_ النظرية السلوكية	30
35	3_ نظرية الذات لروجرز	31
35	تعقيب	32
37	4_ مظاهر التوافق الزوجي	33
38	تعقيب	34
38	5_ العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي	35
42	تعقيب	36
43	6_ التفاعل الزوجي و التوافق الزوجي	37
44	تعقيب	38
44	7_ التوافق الزوجي مع الأزمات	39

44	تعقيب	40
45	8_ المدة اللازمة لتحقيق التوافق الزوجي	41
46	تعقيب	42
46	9_ أهمية التوافق الزوجي	43
47	تعقيب	44
<b>الفصل الثالث الاحتراق النفسي</b>		
49	تمهيد	45
50	1_ مفهوم الاحتراق النفسي	46
53	2_ مراحل حدوث الاحتراق النفسي	47
57	تعقيب	48
58	3_ مستويات الاحتراق النفسي	49
59	تعقيب	50
60	4_ أبعاد الاحتراق النفسي	51
62	تعقيب	52
63	5_ مصادر الاحتراق النفسي	53
64	تعقيب	54
65	6_ مظاهر الاحتراق النفسي	55
68	تعقيب	56
69	7_ بعض النماذج المفسرة للاحتراق النفسي	57
69	7_1_ نموذج شرنيس	58
73	7_2_ نموذج شفاف و آخرون	59
74	7_3_ نموذج ليدر و ماسلاك	60



76	7_4_ نموذج العلاقات البنائية	61
77	7_5_ نموذج هانز سيللي	62
78	7_6_ نموذج بيكر و آخرون	63
80	7_7_ النموذج الوجداني	64
82	تعقيب	65
<b>الجانب التطبيقي</b>		
<b>الفصل الرابع إجراءات الدراسة</b>		
87	تمهيد	66
87	أولا_ الدراسة الاستطلاعية	67
87	1_ أهداف الدراسة الاستطلاعية	68
87	2_ عينة الدراسة الاستطلاعية	69
88	3_ أدوات الدراسة الاستطلاعية	70
92	ثانيا_ الدراسة الأساسية	71
94	ثالثا_ خطوات الدراسة	72
94	رابعا_ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	73
<b>الفصل الخامس نتائج الدراسة و مناقشتها</b>		
96	تمهيد	74
96	أولا_ نتائج الدراسة و مناقشتها	75
96	1_ نتيجة الفرضية الأولى و مناقشتها	76
98	2_ نتيجة الفرضية الثانية و مناقشتها	77
100	3_ نتيجة الفرضية الثالثة و مناقشتها	78
101	4_ نتيجة الفرضية الرابعة و مناقشتها	79

102	5_ نتيجة الفرضية الخامسة و مناقشتها	80
103	ثانيا_ بحوث مقترحة للدراسة	81
104	خاتمة	82
107	المراجع	83
117	الملاحق	84

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
87	توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية	01
90	صدق المقارنة الطرفية	02
92	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الجنس	03
93	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب السن	04
93	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب مدة الزواج	05
96	توزيع أفراد العينة الأساسية حسب المستوى التعليمي	06
97	معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي بالاحتراق النفسي	07
97	معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعد الانجاز الشخصي	08
97	معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعد الإجهاد العاطفي	09
97	معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعد تبدل المشاعر	10
99	دلالة الفروق بين الذكور و الإناث في التوافق الزوجي	11
100	دلالة الفروق في درجات التوافق الزوجي حسب السن	12
101	دلالة الفروق في درجات التوافق الزوجي حسب مدة الزواج	13
102	دلالة الفروق في درجات التوافق الزوجي حسب المستوى التعليمي	14

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
70	نموذج شرنيس للاحتراق النفسي	01
76	نموذج ليتز للاحتراق النفسي	02
77	أطوار الاستجابة للاحتراق النفسي و مظاهره	03
79	نموذج بيكر و آخرون لتفسير الاحتراق النفسي	04
81	النموذج الوجودي للاحتراق النفسي	05

## قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	الرقم
117	استمارة المعلومات الشخصية	01
118	مقياس التوافق الزوجي	02
122	مقياس الاحتراق النفسي	03
123	يوضح صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي	04
124	يوضح نتائج الفرضية الأولى	05
125	يوضح نتائج الفرضية الثانية	06
126	يوضح نتائج الفرضية الثالثة	07
127	يوضح نتائج الفرضية الرابعة	08
128	يوضح نتائج الفرضية الخامسة	09

## مقدمة

إن بناء أسرة أخطر بناء في كيان المجتمع ، بل في كيان الأمة بأسرها ، فإذا كان الناس يعنون عند بناء أبنيتهم من الأحجار ، باختيار الموقع المناسب و تحري الخامات الجيدة التي تكفل سلامة البناء و تضمن بقاءه إلى حين ، إذا كان هذا هو شأن الناس في إقامة الأبنية المكونة من الأحجار و الطين فإن بناء الأسر المكونة من الرجال و النساء و البنين، الأولى بالدقة عند الاختيار (محمود المصري، 2010، ص 42).

لم أجد أشمل و أبلغ من هذه الكلمات لأبدأ بها مقدمة هذه الدراسة ، فالأسرة بحق هي أخطر بناء في كيان المجتمع بل هي التي تشكله، أوليس المجتمع هو مجموعة من الأسر، فكل فرد ينتمي إلى أسرة معينة قد تكون أسرة والديه أو أسرته الخاصة به ، هذه الأسرة تتكون في بداياتها من طرفين يطلق عليهما في البداية رجل و امرأة، و بعد أن يجمع بينهما الزواج يطلق عليهما زوج و زوجة ، و قد حاول العديد دراسة الزواج للتعرف على أهميته و دوره في حياة الفرد، و قد عرفوه بأنه تلك العلاقة الاجتماعية الوحيدة الدائمة بين الرجل و المرأة التي يباركها الله سبحانه و تعالى، لأنها الأساس الشرعي لتكوين الأسرة خلية المجتمع الأولى (كلثوم بلمهيوب، 2010، ص 19).

و ليس أي رجل و امرأة فالعلاقة الزوجية لا تنشأ بين إنسان و إنسان آخر حتى و لو كانت الظروف المواتية تدفعهما إلى ذلك، كالجيرة و النشاطات و الأذواق المشتركة ، هذه الأمور بالرغم من أهميتها تبقى غير كافية لتحقيق التجاذب المتبادل ، و في ظروف غير مواتية عوامل نفسية لا شعورية بإمكانها أن تلعب دورا حاسما في نشوء التجاذب بين الرجل و المرأة (عبد الحليم سمعان، 1998، ص 19)، و هنا تستحضرني الآية الكريمة يقول الله تعالى " و من آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها و جعل بينكم مودة و رحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون " الروم 21 ، فما يربط بين الرجل و المرأة ليس فقط علاقة أقرها المجتمع، بل هو اجتماع شخصين لهما نفس الخصائص و السمات التي تجعل من حياتهما معا سكنا يشيع بالتفهم و التقبل و الرضا ، و ما يحرك سلوكهما هو المودة و الرحمة التي تعزز

أركان الأسرة و تقوي أواصر العلاقة بينهما ، فتحفظها من الزوال و تضمن استمرارها و بقائها و سلامة أفرادها من الأمراض و الآفات و مكدرات الحياة خارجها .

و الزواج مطلب أساسي من مطالب النمو، الذي إذا تحقق إشباعه بنجاح أدى إلى الشعور بالسعادة و أدى إلى النجاح في تحقيق مطالب النمو الأخرى ، بينما يؤدي الفشل في إشباعه إلى نوع من الشقاء و عدم التوافق في الفترات اللاحقة من حياة الفرد، فالزواج خطوة أساسية في تكوين الأسرة و الدور الذي يسهم به في تحقيق التوافق النفسي لكل من الرجل و المرأة (كلثوم بن ميهوب، 2010، ص 20).

و هنا يجزنا الحديث للتوقف عند التوافق النفسي و الذي يشير إلى السلوك الذي يعمل باستمرار وراء التكيف مع الضغوطات و الصراعات الداخلية و الخارجية ، و مواجهة الرغبات و الدوافع الشخصية من أجل استمرار التوازن النفسي ، و يعد التوافق من أهم عوامل اتزان الشخصية و تمتعها بالصحة النفسية (ماجدة عبيد، 2008، ص 43).

و من مؤشرات التوافق النفسي نجد الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للشخص (صالح حسن الدايري، 2008، ص 17). هذا الإشباع للحاجات النفسية للشخص يكفله الزواج إذا كان ناجحا و مستقرا، و إذا كان عكس ذلك فإن الفرد لا يشعر بالرضا، و لا تشبع حاجاته و بالتالي يكون عرضة للأمراض و الاضطرابات .

و على سبيل المثال نجد دراسة جونس (1958) التي توصلت إلى أن المتزوجين لديهم قدرة أكبر على التحكم في مشاكلهم الانفعالية من العزاب، و في دراسة يونس (1978) توصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند 0,01 بين المتزوجين في أبعاد التوافق المنزلي و الصحي و الاجتماعي و الانفعالي و التوافق العام لصالح المتزوجين (كلثوم بن ميهوب، مرجع سابق، ص 23).

هذا عن التوافق العام أما داخل الأسرة فقد أطلق عليه الباحثون مصطلح التوافق الزواجي لأنه يتعلق بالعلاقة الزوجية التي تجمع شخصين معا برباط الزواج ، و التوافق الزواجي يتضمن السعادة الزوجية و الرضا الزواجي و يتمثل في

الاختيار المناسب للزواج و الاستعداد للحياة الزوجية و الدخول فيها و الحب المتبادل بين الزوجين و الإشباع الجنسي و تحمل مسؤوليات الحياة الزوجية و القدرة على حل مشكلاتها و الاستقرار الزوجي (صبرة علي، 2004، ص130).

و قد تمت دراسة التوافق الزوجي و علاقته بالعديد من المتغيرات كالنضج الانفعالي كما في دراسة محمد السيد عبد الرحمان (1987) حيث توصل إلى وجود علاقة موحية بين النضج الانفعالي و التوافق الزوجي ، و تناولت دراسة رزق سند إبراهيم و مجرة أحمد محمود (1995) التوافق الزوجي و علاقتها بأحداث الحياة، حيث توصلت الباحثين إلى وجود ارتباطية بين التوافق الزوجي و أحداث الحياة لدى عينة الدراسة (عايدة حسن، 2008، ص 132) ، أما المغربي (2001) فهدفت دراسته إلى التعرف على العلاقة بين التدين و التوافق الزوجي و قد توصل إلى وجود ارتباط إيجابي دال بين التدين و التوافق الزوجي (سمية أبو موسى، 2008، ص139).

أما في هذه الدراسة فقد أردنا تناول علاقة بين التوافق الزوجي و متغير لا يقل أهمية عن التوافق الزوجي ألا و هو الاحتراق النفسي .

هذا المصطلح عرفته Maslach (1982) أحد الرواد الضالعين في مجال الدراسات المتعلقة بالاحتراق النفسي بأنه حالة من الاستنزاف الانفعالي و العبء الأكثر من طاقة الفرد على التحمل و الإحساس بالقصور و العجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب، أما ماكرثي Makarthy (1985) فتعرفه بأنه عبارة عن مجموعة من الأعراض التي تتميز بالإجهاد البدني و الانفعالي المستمر و المتضمن ظهور مواقف سلبية نحو العمل و فقدان الاهتمام بالآخرين (سميرة كاظم، ضحى مفتن، 2013، ص. ص 43-44).

من التعريفين السابقين نلاحظ أن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة فقد الفرد لطاقته بسبب الضغوط المستمرة و التي تنقل كاهله و تفوق قدرته على التحمل، مما يترتب عليه جملة من الأعراض تتمثل في الإجهاد البدني و الانفعالي ، القصور عن أداء الأعمال و القيام بالمهام، مما يجعله ينسحب من المجتمع بصفة عامة، و ما نسجله هنا أيضا أن

الاحتراق النفسي يؤثر على الفرد في جميع مجالات حياته و ليس في عمله فقط ، و إن كان له علاقة بالعمل أكثر من أي مجال آخر من مجالات حياة الفرد، حيث تكون الاستجابات الجسمية و الانفعالية و النفسية لدى العاملين في جميع المهن و الذين يرهقون أنفسهم لتحقيق أهداف صعبة، يصلون في مرحلة إلى ما يسمى الاحتراق النفسي نتيجة هذه الضغوط، و بذلك يفقدون طاقتهم النفسية و المعنوية و الجسمية، و من أهم أسباب الاحتراق العمل بجهد كبير من أجل إثبات الذات، إهمال الحاجات الشخصية، إهمال العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء و حتى مع أفراد الأسرة... (ياسر متولي 2015/05/15).

و الملاحظ أن الاحتراق النفسي لم يرقى إلى مستوى المرض أو الاضطراب فكثيرا ما نجده يعرض على أنه زملة أعراض أو متلازمة و لم نجد مطلقا من خلال اطلعنا على التراث النظري للموضوع من اعتبره غير ذلك.

و لقد اختلفت ترجمة هذا المصطلح من اللغة الانجليزية إلى اللغة العربية فتجد من ترجمه إلى الإنهك النفسي مثل محمد عبد السميع (1990)، هشام إسماعيل (1995)، عصام زيدان (2004) و فوقية رمضان (2005) ، و منهم من ترجمه إلى الاحتراق النفسي أمثال علي عسكر (1988)، مشيرة اليوسفي (1990)، و عبد الله جاد (2005) و نشوى الدردير (2007) (حسام زكي، 2008، ص 25).

و في مؤلفات أخرى تم عرضه تحت مسميات كثيرة منها متلازمة التعب المزمن، متلازمة الإجهاد أو الجهد و متلازمة التوقف نسبة إلى توقف الفرد المصاب الاحتراق النفسي عن أداء عمله و انسحابه من الحياة الاجتماعية، و في ذات السياق نجد يسرا يوسف (2015/05/14) تعطي تفريحا بسيطا للاختلاف في المصطلحات الأكثر شيوعا و هي الإجهاد و الإنهك و الاحتراق ، فهي تعتبر أن الإجهاد ضغوط نفسية تقع على عاتق الفرد و تتزايد مع الأيام، فتصبح عبئا ثقيلا قد لا يستطيع الفرد التكيف معه فيحدث الإنهك النفسي ، فإذا استمرت المعاناة انقلب الإنهك إلى احتراق، أي أن الفرق بين الإنهك و الاحتراق هو فرق في الشدة و الحدة.



و نحن في هذه الدراسة و جدنا هذا التحليل اقرب إلى ما توصلت إليه النظريات في تفسير هذه ظاهرة من حيث أعراضها و مؤشراتنا، و عليه فإننا نتبنى مصطلح الاحتراق النفسي كترجمة لمصطلح Burnout في اللغة الانجليزية.

و لتسليط الضوء على هذين المتغيرين قسمنا الدراسة الحالية إلى جانبين : جانب نظري و جانب تطبيقي ، و يتضمن الجانب النظري ثلاثة فصول شمل الفصل الأول إشكالية الدراسة و أهميتها و أهدافها و حدودها ، أما الفصل الثاني فقد خصصناه للتوافق الزوجي من حيث المفهوم و المؤشرات و عوض موجز لبعض النظريات المفسرة له و عوامله و ختمناه بأهمية التوافق الزوجي أما الفصل الثالث فقد تناول المتغير الثاني للدراسة و هو الاحتراق النفسي ، و بدأنا الفصل بمفهوم الاحتراق النفسي و مراحلها و مصادره و مظاهره و أبعاده ، و بعض النظريات المفسرة له ، و يتعلق الفصل الرابع بإجراءات الدراسة تناولنا فيه الدراسة الاستطلاعية أهدافها ، عينتها و أدواتها ، و عرضنا فيه أيضا الدراسة الأساسية و خطواتها و أخيرا الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة ، و أخيرا انتهت الدراسة بالفصل الخامس فقد حوا على عرض الدراسة مع منافستها و بعض البحوث المقترحة للدراسة من طرف باحثين آخرين .

الجانب النظري

## الفصل الأول

### مدخل إلى الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- تساؤلات الدراسة
- 3- فرضيات الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- أهمية الدراسة
- 6- التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة
- 7- حدود الدراسة

## الفصل الأول

### مدخل إلى الدراسة

#### 1- إشكالية الدراسة:

يعد التوافق الزوجي من الموضوعات الحيوية التي استرعت اهتمام العديد من الباحثين و الدارسين لأنه يتعلق ليس فقط بالعلاقة بين الزوج و الزوجة بل تتعداهما لتشمل الأبناء.

و تعتبر الأسرة اللبنة الأساسية للمجتمع فإذا صلحت صلح المجتمع و تطور و ازدهر و لا يتحقق ذلك إلا إذا كان التوافق بين الزوجين عاليا، و مما لاشك فيه أن التوافق الزوجي يضفي نوعا من الاستقرار النفسي على جميع الأفراد فيها حيث تكون حاجاتهم مشبعة بطريقة مرضية مما ينعكس على أدائهم لوظائفهم بشكل صحيح ، هذا ما تؤكدته المزروعي (1999) في تعريفها للتوافق الزوجي على انه عملية تكون فيها احتياجات الزوج من الزوج الآخر مشبعة و مرضية ، و تشمل هذه الاحتياجات: الواجبات و الحقوق الزوجية، و تبادل العواطف و الاتفاق النفسي، و تكافؤ الزوجين، و تقارب العادات و الميول و الاهتمامات ، كل هذه الجوانب تولد لدى الزوجين حالة من الرضا، و من هنا نجد أن هناك من يعتبر التوافق الزوجي هو نفسه الرضا عن الزواج ما ذكرته كل من مديحة طلباوى و محمود منسي أن التوافق الزوجي هو درجة تقبل و رضا الأزواج و الزوجات لبعضهما البعض الآخر، أما سبانيير و كول (Spanier et Cole 1986) فيعرفانه على انه عملية آخذة في النمو ، برغم حالة الركود التي تكون نتيجة الصراعات و التوترات الزوجية اليومية و من أهم مكونات التوافق ، التوافق في الرأي و التماسك الزوجي، و التعبير العاطفي، و الإشباع الزوجي، و يعتبر التوافق الزوجي مسألة نسبية تختلف من زوج لآخر بحسب نظرة الأزواج و مدى فهمهم لطبيعة العلاقة الزوجية ، و تلعب الظروف الاجتماعية و الثقافية التي ينتمي إليها الزوجين دورا بارزا في نشأة سوء التوافق الزوجي، الذي يؤثر على جميع مجالات الحياة التي يكون الفرد عضوا

فيها، فالأسرة و استقرارها مصدر يبعث الثقة و التشجيع ، و الملاذ الآمن الذي يجد فيه الفرد راحته النفسية و البدنية و العقلية، و المحفز الذي يساعده على تخطي العقبات و تحقيق الطموحات و الأهداف المنشودة ، كما أنها الحصن المنيع الذي يحمي الفرد من الصراعات و الضغوط الحياتية المختلفة ، فإذا كانت عكس ذلك، فهذا الفرد معرض للوقوع فريسة للأمراض و الاضطرابات...

و بناء على ذلك كلما تمكن الزوجين من التقليل من حدة الصراعات و عدم الاتفاق، من خلال زيادة الأمور التي تزيد من تقاربهما و تعزز التفاعل الايجابي بينهما، مما يقوي أواصر العلاقة الزوجية و يدعمها.

و لعل تدريب الأزواج على بعض الكفاءات مثل : الارتكان إلى الهدوء و تهدئة الشريك و الإنصات الجيد لبعضهما البعض ، تجعلهما قادرين على حل خلافاتهما بطريقة صحيحة، تسمح بازدهار العلاقة الزوجية و استمرارها، و يحدث العكس لدى الأزواج غير المتوافقين الذين يفشلون في مواجهة المشكلات و الصعوبات مما يولد لديهم شعورا بالنقص و عدم الكفاءة و الذي يترتب عليه فشل في التواصل و التفاعل ، مما يؤدي لتعطيل طاقتهم و يقلل فرص نجاحهم في الحياة الزوجية و الحياة عامة، فنجاح الحياة الزوجية و ما يتعلق بها من مسؤوليات و واجبات ، يتوقف على التفاعل الايجابي بين الأزواج و مدى رضاهما و تقبلهما لبعضهما البعض ، و في هذا الصدد يرى اركوف Arkoff أن من أهم علامات التوافق الزوجي الحسن ، الشعور بالسعادة و التفاهم حول السلوك، التماسك و الانسجام و المودة (كمال مرسى، 1995، ص.ص 231\_232).

فالتفاعل الايجابي بين الزوجين هو الذي يؤثر مباشرة في التوافق الزوجي حيث يرى بيل Bell (1975) أن التوافق الزوجي هو نتاج التفاعل بين شخصيتي الزوجين، حيث لا يوجد نمط معين للشخصية يمكن القول بأنه نمط ناجح زواجيا أو فاشل زواجيا، و لكن التفاعل بين شخصيتي الزوجين هو الذي يحدد نجاح الزواج او فشله (كلتوم بن ميهوب، 2010، ص8).

و هذا يعني أن التوافق الزوجي يقوم على أساس علاقة متبادلة بين زوجين لكل منهما تنظيمه الخاص للشخصية من حيث سماتها و إطارها الثقافي و الاجتماعي الذي يحدد ميولاتها و اتجاهاتها و قيمها التي تتبناها .

و لا تخلو الحياة الزوجية السعيدة من بعض الاختلافات التي تتحول بالتفاهم و المصارحة إلى مدعم جيد و منشط للتوافق بين الزوجين ( محمد خليل، 1999، ص 17).

إن عدم التوافق الزوجي و ما يتبعه من عدم الإشباع العاطفي إلى جانب النزاعات الزوجية و المشاعر السلبية ، حيث يشيع الشعور بعدم الأمان و القلق و الاكتئاب و الإرهاق العصبي و عدم الاتزان النفسي و الوجداني و الخوف من المستقبل و الشعور بالضياع ، كلها تشكل دوافع قوية للتوتر النفسي لدى الأفراد غير المتوافقين من الأزواج ( سراي مهدي، 2008، ص5).

و قد أكدت العديد من الدراسات على أهمية الزواج في النمو النفسي للفرد ، و أن المتزوجين يشعرون بالسعادة عامة و الإقبال على الحياة بفعالية في الانجاز و العمل مقارنة بغير المتزوجين، و من بينها نجد دراسة April et Taors التي توصلت إلى أن الزواج الناجح يرتبط بالانجاز و الإبداع و القدرة على التجديد و مقاومة ضغوط الحياة و العمل ( سراي مهدي ، مرجع سابق، ص 4).

و من أهم المجالات تأثرا بما يحدث في الأسرة سواء من توافق أو عدم توافق ، العمل الذي يحاول الفرد عن طريقه تحقيق مستوى من الصحة النفسية و ذلك من خلال ما يضمنه العمل من استقرار نفسي و مادي مانحا الفرد السبيل لتأكيد ذاته و اختبار قدرته على الانجاز و تشكيل العلاقات ، مما يولد لدى الفرد الإحساس بالأهمية و القيمة و بأنه عنصر فاعل في المجتمع الذي يعيش فيه ، و قد يكون العمل مصدرا من مصادر القلق و التوتر و الضغط التي تنعكس سلبا على صحة الفرد العامل فتظهر لديه بعض الأمراض و الاضطرابات منها الاحتراق النفسي .

و لعل العاملين بقطاع الصحة العمومية من أكثر العاملين عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي، ذلك أن المهنة التي يشغلونها تشكل عبئا كبيرا عليهم، فهي لا ترتبط بالماديات أو الجمادات ، بل تتعلق بكائن حي هو الإنسان، فمن تقدم لهم الخدم هم بشر مثلهم ، لكنهم في حالة من الضعف و الهوان تستلزم العناية الخاصة و التدخل الجيد ، فالمسئولية الأساسية لمهنة التمريض هي رفع المستوى الصحي و الوقاية من المرض و التأهيل الصحي لاسترجاع المريض لحالته الطبيعية و تخفيف حدة ألمه ... و لما كانت هذه المهنة ترتبط بالإنسان كما اشرنا سابقا ، فالعاملون بها يكونون عرضة للوقوع في الأخطاء التي قد تكون نتيجة للإهمال أو قد تكون نتيجة للأمراض و الاضطرابات التي يعانون منها ، كالاحتراق النفسي الذي يعد مشكلة حقيقية تهدد مستشفياتنا تستدعي التدخل العاجل نظرا لحساسية المهنة و حجم الضرر الذي قد يخلفه على من تقدم لهم العناية في المستشفيات و على من يقدمونها أيضا.

و كما لكل فرد في المجتمع حياته الخاصة بعيدا عن العمل و متاعبه، فالعاملون بمهنة التمريض لديهم حياتهم الخاصة و التي يعيشونها بحسناته و مساوئها ، فالجو الأسري الدافئ و التفاهم بين الزوجين و تقبل الآخر و التفاعل العاطفي الايجابي كلها عوامل تسهم بالضرورة في التأثير على نفسية العامل و رغبته في العطاء و الانجاز في العمل و مدى إقباله على الحياة عامة ، أما إذا كانت الحياة الأسرية و العلاقة مع الطرف الآخر مصدر قلق و توتر و منبعاً لعدم الاستقرار و الخوف من الحياة و التوجس من المستقبل و اعتبارها جحيما لا يطاق يؤثر لظاه على طاقة الفرد و قدراته و يجعله عاجزا عن مزاوله أنشطته و أداء مهامه ، فان الفرد لا محالة سيصاب بالعديد من الأمراض و الاضطرابات نتيجة فشله و عدم مقدرته على تجاوز المشكلات ، و ضياع طاقته مما يجعله غير مؤهل للتكيف مع الضغوطات التي يتعرض لها في حياته اليومية.

و لعل السؤال الذي يتبادر إلى أذهاننا هل التوافق الزوجي سبب في إصابة الفرد بالاحتراق النفسي؟ أم أن الاحتراق النفسي هو من يجعل الفرد غير متوافق زواجيا؟

من خلال اطلعنا على التراث النظري فيما يتعلق بالمتغيرين ظهر لنا و هو رأي متواضع نحسبه يقارب الصواب ، انه لا يمكن الفصل في من منهما يتسبب في نشوء الآخر ، ذلك أن الفرد يعيش مؤثرا و متأثرا بجميع جوانب حياته ، فهو ينقل مشاكل الأسرة و تبعاتها إلى العمل ، و ينتقل بمشاكل العمل و ضغوطه إلى الأسرة.

و من الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي نجد:

#### دراسة راوية (1986):

هدف الدراسة هو التعرف على العوامل المؤدية إلى التوافق الزوجي ، و تكونت العينة من (90) زوجا و زوجة من محافظة الزقازيق بمصر طبقت عليهم مقياس التوافق الزوجي و اختبار تفهم الموضوع TAT ، و قد توصلت إلى انه كلما زاد عدد سنوات الزواج ازداد التوافق الزوجي ، كما توصلت إلى وجود مجموعة من العوامل التي تؤدي إلى التوافق الزوجي هي الحاجة إلى الحب و المكانة و العطف و القدرة على التحمل.

#### دراسة هافنر Hafner et al (1988) :

هدفت الدراسة الى الكشف عن اثر العمر الزوجي و التوافق الزوجي و علاقتهما بالأعراض النفسية المرضية لدى عينة مكونة من (109) زوجا و زوجة ، و استخدمت الدراسة مقياس شوتز Shutz (1967) ، و قد أشارت النتائج بشكل عام إلى أن الأعراض النفسية و التوافق الزوجي استمرت على حال من الثبات خلال زمن الزواج ، وقد اقترحت الدراسة أن الأزواج هم الأكثر قدرة على حل المشكلات بأسلوب بناء خاصة في حالة تحلل تجارب العدوان خلال الحياة الزوجية هم الأكثر قابلية للعيش طويلا كأزواج.

#### دراسة زونجيكو Zongker (1989):

حيث كان هدفها معرفة الاختلافات البيئية بين القساوسة في الريف و الحضر في التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي و ذلك على عينة قوامها (248) من القساوسة و زوجاتهم في أمريكا، و من الأدوات التي استخدمها



الباحث مقياس ماسلاك ، و قد توصل إلى أن زوجات القساوسة في الريف أعلى احتراقاً من زوجات القساوسة في الحضر، و أن التوافق الزوجي ارتبط إيجاباً ببعده الانجاز الشخصي، بينما ارتبط سلباً ببعدي الإعياء العاطفي و تبدل المشاعر، أما عن علاقة السن و الجنس بالتوافق الزوجي و الاحتراق النفسي، فإنه مع تقدم العمر بالنسبة للرجال يزيد الإعياء العاطفي و التوافق الزوجي، أما التوافق الزوجي لدى الزوجات فإنه مع تقدم العمر يقل مع زيادة الإعياء العاطفي و تبدل المشاعر.

### دراسة سوزان (1991):

الهدف من هذه الدراسة هو معرفة توقعات الشباب قبل الزواج و بعده و علاقتها بالتوافق الزوجي ، و كانت العينة (60) من الشباب الذكور و الإناث، و كانت الأدوات اختبار التوقعات قبل \_ بعد الزواج و مقياس التوافق الزوجي، اختبار شبه إسقاطي، المقابلة و اختبار تفهم الموضوع، و كانت النتائج اختلاف توقعات الشباب قبل الزواج و بعده كما و كيفاً و وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التوقعات قبل الزواج و بعده و التوافق الزوجي، و أيضاً عدم وجود فروق دالة بين التوافق الزوجي و الجنس و المستوى التعليمي و المستوى الاقتصادي و طريقة الزواج.

### دراسة ماينو و كينونن (Mauno et Kinnunen 1999):

حيث هدفت إلى معرفة اثر ضغوط العمل المتمثلة في الاحتراق النفسي على الرضا الزوجي، و ذلك على عينة تبلغ (215) من المتزوجين في فنلندا و يعملون في مهن مختلفة ، و من أدواتها مقياس ماسلاك و جاكسون Maslach et Jackson (1986)، و مما توصلت إليه أن الاحتراق النفسي و ضغوط العمل المتمثلة في عدم الأمان الوظيفي، و ضغوط الوقت، و صراع الدورين العمل المنزلي و العمل المؤسسي، و الاضطرابات السيكوسوماتية كلها تؤثر سلباً في الرضا الزوجي ، فالعلاقة سلبية بين الرضا الزوجي و الاحتراق النفسي.

## دراسة فرج و عبد الله (1999):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين توكيد الذات و التوافق الزوجي لدى الأزواج المصريين على عينة قوامها (140) زوجا و زوجة، و قد توصل الباحثين إلى أن مستوى توكيد الذات لم يؤثر تأثيرا دالا في التوافق الزوجي بينهما نوعيا ( ذكر أو أنثى) ، كما توصل الباحثان إلى أن مستوى توكيد الذات للفرد \_ زوج أو زوجة \_ يرتبط بمستوى توافقه الزوجي.

## دراسة اللدعة (2002):

عنوان الدراسة هو التوافق الزوجي و علاقته ببعض السمات الشخصية لدى المعلمين و المعلمات ، و هدفت للتعرف على تأثير بعض المتغيرات ( الجنس \_ نوع السكن \_ مدة الزواج \_ قوة الأنا \_ الالتزام الديني ) على درجة التوافق الزوجي ، و للتحقق من ذلك تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من المعلمين و المعلمات المتزوجين في غزة و يعملون في القطاع الحكومي قوامها (120) معلم و معلمة، و قد بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين و المعلمات في درجة التوافق الزوجي تعزى لمتغيرات الجنس \_ نوع السكن \_ مدة الزواج.

و لقد أظهرت النتائج أيضا أنه يمكن تفسير التباين في درجة التوافق الكلية من قبل متغير الالتزام الديني لدى أفراد العينة ككل و ليس متغير قوة الأنا.

## دراسة كلثوم (2006):

تناولت هذه الدراسة العوامل المساهمة في تحقيق الاستقرار الزوجي ، على عينة بلغت (400) فردا من المتزوجين من الجنسين ، و قد استخدمت خمس مقاييس لقياس العلاقة الزوجية من جميع جوانبها ، و تمثلت في مقياس التوافق الزوجي ، مقياس الرضا الزوجي، مقياس الاتصال الزوجي، مقياس التوقع الزوجي و مقياس السعادة

الزوجية، حيث توصلت إلى عدم وجود تأثير للعوامل التالية : السن عند الزواج، مدة الزواج، الفارق في السن بين الطرفين، عدد الأطفال، الجنس، طريقة التعارف، الالتزام الديني في تحقيق الاستقرار الزواجي.

### دراسة مارتينسن و آخريين Martinussen

و مما هدفت إليه هذه الدراسة كشف اثر الاحتراق النفسي على الأسرة، و ذلك على عينة مكونة من (223) من ضباط الشرطة في النرويج من خلال استخدام مقياس ماسلاك، و مما توصلت إليه الدراسة أن الضغط الأسري يعتبر منبئا بحدوث الاحتراق النفسي، فالعلاقة ايجابية بين الضغط المنزلي و الاحتراق النفسي، و أن الاحتراق النفسي يزيد من عنف الزوج، بل يزيد من صراع الدور لدى الزوج بين دوره في الأسرة و العمل ، مما ينذر بسوء توافقه.

### دراسة ويليامس Williams (2007):

و مما هدفت إليه معرفة العلاقة بين الرضا الزواجي و الاحتراق النفسي ، على عينة بلغت (99) من رجال الدين في الكنيسة الانجليكانية في إنجلترا ، باستخدام مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك ، و مقياس التوافق الزواجي ل دياديس Dyadis ، و قد توصلت إلى وجود علاقة موجبة بين الرضا الزواجي و الانجاز الشخصي كبعد من أبعاد الاحتراق النفسي، أما بعد الجمود في العلاقات فارتبط سلبا بالرضا الزواجي ، حيث يقل الرضا الزواجي مع زيادة جمود في العلاقات ، في حين لم تتوصل لعلاقة ارتباطية دالة بين الإعياء العاطفي و الرضا الزواجي.

### دراسة حسام (2008):

و مما هدفت إليه هذه الدراسة هو التعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي و التوافق الزواجي ، على عينة بلغت (200) من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا بمصر، و مما توصلت إليه هذه الدراسة وجود علاقة سلبية بين التوافق الزواجي و الاحتراق النفسي، كما توصلت إلى عدم وجود فرق دال بين المعلمين و المعلمات في الاحتراق

النفسي، و عدم وجود فرق دال يعزى لمتغير الخبرة و كذلك بين مختلف معلمي الفئات الخاصة ( الصم، المكفوفين، و المعاقين عقليا).

## تعقيب

يتضح من الدراسات السابقة أنها حديثة نسبيا ، و قد تبين لنا من خلال عرض الدراسات ما يلي:

### من حيث الأهداف:

هدفت بعض الدراسات إلى التعرف على العوامل المؤدية إلى تحقيق التوافق الزوجي مثل دراسة راوية (1986) ، في حين تخصصت أخرى أكثر مثل دراسة هافنر (1988) و التي هدفت إلى معرفة تأثير العمر الزوجي أي مدة الزواج على التوافق الزوجي ، و سعت أخرى إلى معرفة تأثير البيئة (الحضر- الريف) على التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي مثل دراسة زونجكير (1989)، في حين كان هدف دراسة ماينو و كينوتن (1999) هو معرفة أثر ضغوط العمل على الاحتراق النفسي و الرضا الزوجي ، و توسعت دراسة كلثوم (2006) لتشمل الاستقرار الزوجي و جميع الجوانب المساهمة في تحقيقه ، و في سنة (2007) قام مارتينسن و آخرين بدراسة بدراسة هدفت إلى الكشف عن أثر الاحتراق النفسي على الأسرة ، و في ذات السياق و في نفس السنة هدفت دراسة ويليامسن لمعرفة العلاقة بين الرضا الزوجي و الاحتراق النفسي ، و في نفس الموضوع أيضا كان هدف دراسة حسام (2008) هو التعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي و التوافق الزوجي .

بينما هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى ممتهي الصحة العمومية تبعا لمتغيرات الجنس ، السن ، مدة الزواج و المؤهل العلمي .

## من حيث العينة :

معظم الدراسات اتخذت من الجنسين (ذكور - إناث) عينات لها و كانت ذات خصائص مشتركة ، المستوى التعليمي (متدني -متوسط -عالي) ، و أغلبهم متزوجين كما في دراسة راوية (1986) ، ما عدا دراسة عبد المعطي (1991) التي شملت عينة دراستها الشباب غير المتزوجين ، و في دراسة مانيو و كينوتن (1999) كانت العينة من العاملين المتزوجين ، في حين كانت عينة البحث الحالي تتعلق بالعاملين بقطاع الصحة العمومية (الأطباء و المرضين) المتزوجين من الجنسين .

## من حيث الأدوات :

بعض الدراسات اعتمدت على مقياس التوافق الزوجي لغراهام سبانييه DAS مثل دراسة راوية (1986) ، و استخدم هافنر (1988) مقياس Shutz (1967) ، و استعملت دراسات أخرى مقياس ماسلاك لدراسة الاحتراق النفسي مثل دراسة زونجكير (1989) و دراسة مانيو و كينوتن (1999) و دراسة مارتينسن (2007) ، و أخرى استعملت مقياس Dyadia للتوافق الزوجي مثل دراسة ويليامسن (2007).

في حين استخدمت هذه الدراسة مقياس ماسلاك و جاكسون (1981) لدراسة الاحتراق النفسي و مقياس خليل (1999) لدراسة التوافق الزوجي .

## من حيث النتائج:

بعض الدراسات توصلت إلى و جود علاقة سلبية بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي مثل دراسة مانيو و آخرين Mauno et al (1999)، و توصل البعض الآخر إلى وجود عدم وجود تأثير للمتغيرات الديموغرافية كالجنس و السن على التوافق الزوجي مثل دراسة اللدعة (2002) و دراسة كلثوم (2006)، في حين كانت

نتائج دراسات أخرى بوجود علاقة بين التوافق الزوجي و تأكيد الذات كدراسة فرج و عبد الله (1999)، و توصل هافنر Hafner et al (1988) إلى أن التوافق الزوجي يعرف حالة من الثبات خلال مدة الزواج التي يقضيها الزوجين معا لدى الأسر التي كونت عينته.

و بناء على ما تم عرضه من الدراسات السابقة فإننا نصيغ الإشكالية العامة للدراسة على النحو التالي:

هل توجد علاقة ارتباطية سلبية بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى العاملين بقطاع الصحة لولاية غرداية؟

## 2\_ تساؤلات الدراسة:

- هل يوجد فرق بين عينة الدراسة في درجة التوافق الزوجي على حسب الجنس؟.
- هل توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي تعزى للسن؟.
- هل هناك فرق بين أفراد العينة في درجة التوافق الزوجي حسب مدة الزواج؟.
- هل هناك فروق بين الأطباء و الممرضين في درجة التوافق الزوجي؟.

## 3\_ فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطيه سلبية بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.
- لا يوجد فرق بين عينة الدراسة في درجة التوافق الزوجي على حسب الجنس.
- لا توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي تعزى للسن.
- لا يوجد فرق بين أفراد العينة في درجة التوافق الزوجي حسب مدة الزواج.
- لا توجد فروق بين الأطباء و الممرضين في درجة التوافق الزوجي.

#### 4\_ أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية التعرف على:

1. طبيعة العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.
2. الفرق بين الجنسين إناث/ذكور في درجة التوافق الزوجي لدى أفراد العينة.
3. الفروق بين أفراد عينة الدراسة على مقياس التوافق الزوجي تعزى للسن.
4. الفرق في درجة التوافق الزوجي لدى عينة الدراسة حسب مدة الزواج.
5. الفرق بين أطباء/ ممرضين في درجة التوافق الزوجي حسب المستوى التعليمي.

#### 5\_ أهمية الدراسة:

1. تظهر أهمية الموضوع الذي تناولته الدراسة ألا و هو التوافق الزوجي و علاقته بالاحتراق النفسي ، حيث لم ترد أي دراسة على حسب علم الباحثة تناولت هذه المتغيرات في علاقتها مع بعضها البعض سيما في المجتمع الجزائري.
2. تسليط الضوء على دور التوافق الزوجي في إصابة الفرد العامل و المتزوج بالاحتراق النفسي، خاصة أن هذا المتغير ارتبط ظهوره بالمحيط المهني، و أن أسبابه ضغوط مهنية بحتة.
3. قد تفيد نتائج هذه الدراسة في المساعدة على وضع برامج و استراتيجيات وقائية أو علاجية لمصلحة العينة سواء في الأسرة أو العمل و الذي من شأنه أن يحسن الرعاية التي تقدمها عينة الدراسة للمقبلين عليها.

## 6\_ التعاريف الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

### 6-1- التوافق الزوجي:

يعرفه محمد بيومي خليل (1999) "بأنه درجة التواصل الفكري و الوجداني و العاطفي و الجنسي بين الزوجين، مما يحقق لهما اتخاذ اساليب توافقية سوية تساعدتهما على تخطي ما يعترض حياتهما الزوجية من عقبات و تحقيق أقصى قدر معقول من السعادة و الرضا"

إذ تقدر درجة التوافق الزوجي ب (110) فما فوق، و يقدر اللاتوافق الزوجي ب (95) فاقل على بنود الاختبار.

و قد تبنت الباحثة تعريف خليل لارتباطه بالمقياس المستخدم في الدراسة.

### 6-2- الاحتراق النفسي:

تعتمد هذه الدراسة على تعريف كل من ماسلاك و جاكسون (1981)، كتعريف اجرائي لمفهوم الاحتراق النفسي، و ذلك لارتباط بالمقياس المستخدم فيها، حيث تعرفانه على "أنه إحساس الفرد بالإجهاد الانفعالي و تبدل المشاعر و انخفاض الانجاز".

و هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الفرد على مقياس ماسلاك و جاكسون (1981) من خلال أبعاده

الثلاث:

- الإجهاد الانفعالي.

- تبدل المشاعر.

- نقص في الانجاز.



## 7\_ حدود الدراسة:

### أ- حدود بشرية:

تمثلت عينة الدراسة في العاملين بالمستشفيات العمومية، و شملت العينة الأطباء و الممرضين المتزوجين، وقد تم اختيارهم بطريقة قصدية غرضية، شملت 32 ذكرا و 58 أنثى، منهم 42 طبيبا و 48 ممرضا.

### ب- حدود مكانية:

أجريت الدراسة على مستوى المؤسسات العمومية للصحة ببلديات: غرداية ، بنورة، ضاية بن ضحوة.

### ج- الحدود الزمنية:

الموسم الجامعي 2015/2014

### د- الحدود الأداتية:

و تشمل الأدوات التالية:

أ- مقياس التوافق الزوجي من إعداد خليل (1999).

ب- مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك و جاكسون (1981).

## الفصل الثاني

### التوافق الزوجي

تمهيد

أولاً\_ التوافق العام

ثانياً\_ التوافق الزوجي

1\_ مفهوم التوافق الزوجي

2\_ مؤشرات التوافق الزوجي

3\_ النظريات المفسرة للتوافق الزوجي

4\_ مظاهر التوافق الزوجي

5\_ العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي

6\_ التفاعل الزوجي و التوافق الزوجي

7\_ التوافق الزوجي مع الأزمات

8\_ المدة اللازمة لتحقيق التوافق الزوجي

9\_ أهمية التوافق الزوجي

## الفصل الثاني

### التوافق الزوجي

#### تمهيد

يعيش الإنسان في بيئة تملؤها التناقضات و تتعدد فيها الأدوار و تتداخل فيها المتطلبات، فتجذبه تيارات الحياة إليها ليجد نفسه في ظل بعض الظروف، مرغماً للتعايش بطريقة أو بأخرى مع جُلِّ هذه المواقف بشيء من الاستجابات، و التي إن كانت منسجمة و متزنة سمحت له بالعيش الهنيء المطمئن و بالرضا و النجاح و هذا ما يعرف في علم نفس بالتوافق .

فالتوافق العام يعدُّ مظهرًا و مؤشرًا للصحة النفسية للأفراد، و دليلاً على انسجامهم و تكيفهم مع بيئتهم، و لأن التوافق الزوجي جزءاً لا يتجزأ من التوافق العام، فالنظرة للحياة الزوجية في ظلّه نظرة شاملة و منسجمة يسودها التآلف و التواد و التراحم، و يجد فيها الزوجان ما يشبع حاجاتهما النفسية و العاطفية و الاجتماعية، في جو يسوده التفاهم و الاحترام و وضوح التوقعات و الأدوار، لا سيما في ظل وجود زوجة تمارس مهنة خارج المنزل، أي أنّها أصبحت تلعب دورين أساسيين في الحياة و هما " دور الزوجة و دور العاملة " .

و عليه سنتطرق في هذا الفصل إلى مفهوم التوافق العام، ثم نسلط الضوء على التوافق الزوجي و مؤشراتته، كما سنتعرف أيضاً على النظريات و الاتجاهات المفسرة له، بالإضافة إلى عرض المظاهر و العوامل المؤثرة فيه، ثم نخلص في النهاية إلى عرض المدة الزمنية اللازمة لتحقيق التوافق الزوجي و أهميته .

## أولاً\_ التوافق العام :

### 1\_ مفهوم التوافق:

إن مفهوم التوافق من أهم المفاهيم في علم النفس الذي هو دراسة السلوك الإنساني و توافقه مع البيئة التي يعيش فيها لذلك كانت دراسة علم النفس لا تنصب على التوافق نفسه، بل تدور حول كيفية الوصول للتوافق، و طبيعة العمليات التي يتم بها التوافق أو عدمه ( صالح الدايري، 2008، ص 64).

و قد اهتم الباحثون بدراسة سلوكيات التوافق و دوافعه و أهدافه، و ما تواجهه من صعوبات، و قسموه إلى توافق حسن عندما تكون السلوكيات و الأهداف التي يحققها مرضية نفسياً و مقبولة اجتماعياً، و توافق سيئ عندما تكون السلوكيات و الأهداف غير مرضية نفسياً أو غير مقبولة اجتماعياً(كمال مرسي، 1995، ص 193).

و يورد (صالح الدايري، 2008، ص 75) تعريفاً للتوافق يعتبره عملية دينامية كلية يحاول بها الفرد عن طريق تغيير سلوكه تحقيق التوافق بينه و بين نفسه و البيئة المحيطة به، بغية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي و التكيف الاجتماعي.

ويعرفه لازاروس على أنه مجموع عمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على متطلبات الضغوط المتعددة ( سامي الختاتية، 2012، ص 71).

و يعتبر صلاح مخيمر من العلماء المسلمين المتخصصين في علم النفس، الذين اهتموا بدراسة التوافق و امتدت دراساته لمدة زمنية امتدت من(1975\_1984) و هو يعرفه بأنه الرضا بجنبات الواقع الذي يستحيل على التغيير و لكن في سعي دائم لتخطي جنبات الواقع للتغيير المتواصل في غير توقف على طريق التقدم و الصبرورة ( نايف المرواني ، 2009، ص.ص 84\_85).

## 2\_ أبعاد التوافق:

يرى حامد زهران أن للتوافق ثلاثة أبعاد هي:

1\_ التوافق الشخصي: و يتضمن السعادة مع النفس و الرضا عنها، و إشباع الدوافع و الحاجات الداخلية الفطرية و المكتسبة كما يتضمن التوافق لمطالب النمو في مراحل المتابعة.

2\_ التوافق الاجتماعي: و يشمل السعادة مع الآخرين و الالتزام بأخلاقيات المجتمع، و تقبل التغير و التفاعل الايجابي السليم، و العمل لخير الجماعة و السعادة الزوجية، مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية.

3\_ التوافق المهني: و يتضمن الاختيار المناسب للمهنة و الاستعداد لها و الدخول فيها و الانجاز و الكفاءة في الإنتاج و الشعور بالرضا و النجاح ( سعد رياض، 2005، ص62).

## 3\_ تحليل عملية التوافق:

تبدأ عملية التوافق بوجود دافع أو رغبة معينة تدفع الإنسان و توجهه نحو غاية معينة أو هدف خاص يشبع هذا الدافع، ثم يظهر عائق ما يعترض سبيل الكائن الحي من الوصول إلى هدفه، و عندما يحدث ذلك يأخذ في القيام بكثير من الأعمال و الحركات المختلفة لمحاولة التغلب على هذا العائق و الوصول إلى الهدف الذي يشبع الدافع و هنا تتم عملية التوافق.

و على هذا الأساس فالخطوات الرئيسية في عملية التوافق هي:

1\_ وجود دافع يدفع الإنسان إلى هدف خاص

2\_ وجود عائق يمنع من الوصول إلى الهدف و يحبط إشباع الدافع

3\_ قيام الإنسان بإعمال و حركات كثيرة للتغلب على العائق

4\_ الوصول أخيرا إلى حل يمكن من التغلب على العائق، و يؤدي إلى الوصول إلى الهدف ( صالح الدايري، 2008، ص.ص 72\_73).

#### 4\_ طبيعة التوافق:

تتميز الشروط المحققة للتوافق بالتكامل و الانسجام إلا أن المنهج الذي يسلكه الفرد للوصول للتوافق الجيد تتسم بالتشابه بين جميع الأفراد في طبيعة العملية و هي:

أ\_ التوافق عملية كلية أي لا يقتصر التوافق على مجال جزئي من مجالات الحياة المختلفة ، بل هو عملية كلية ترتبط بالنفس كما ترتبط بالبيئة الخارجية.

ب\_ التوافق عملية دينامية أي إن التوافق عملية مستمرة يهدف بها الشخص إلى أن يغير سلوكه ليحدث أكبر توافق بينه و بين بيئته.

ج\_ التوافق ذو طبيعة اقتصادية لا شك أن ارتباط التوافق بالطاقة النفسية كبير و توزيع هذه الطاقة بين الأجهزة النفسية من خلال صراعها يؤثر على نتاج التوافق، فإذا تعاضمت الطاقة المهذورة في المكبوتات يصبح الجانب الشعوري للأنا ضعيفا أمام متطلبات الأنا الأعلى و هنا نصل بشخصية ضعيفة تعاني من الصراع ( سمية بن عمارة، 2006، ص86).

#### 5\_ أهمية التوافق:

يؤدي التوافق دورا أساسيا في حياة الأفراد و الجماعات فهو يحقق شعورا بالرضا و الارتياح و الأمن و عدم الخوف في كل ما يمارسه الفرد في حياته، فالتوافق هو الفطرة التي فطر الله الناس عليها، و قد جاء الإسلام ليوائم طبيعة الإنسان و فطرته و يتمثل ذلك في التوجيه الذي يتم من خلاله تحقيق غايات الطبيعة الإنسانية و أهدافها.

و تبدو أهمية التوافق من خلال الاتجاهات الفكرية و النظريات الفلسفية التي تناولت سلوك الإنسان في مواقف الحياة و النظر إلى القيمة الوظيفية للسلوك الإنساني، و الذي في ضوءه يتفاعل الإنسان و يعيش و يحقق التوافق، أو يقع فريسة للصراعات النفسية إذا ابتعد عن هذا الإطار ( نايف المرواني، 2009، ص.ص 91\_92).

#### تعقيب :

لقد اهتم علم النفس بدراسة توافق الفرد مع نفسه و مع بيئته التي يعيش فيها، مركزا على كيفية تحقيق التوافق و طبيعته و كيف ينعكس التوافق أو عدمه على حياة الفرد برمتها، و من هنا كان تعريف التوافق على أنه عملية كلية، بمعنى أنه يمس مختلف جوانب حياة الأفراد سواء على الصعيد الفردي أو الأسري أو المجتمع الذي ينتمون إليه، و يهدف هذا التوافق إلى التغلب على متطلبات الضغوط المتعددة بغية الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي و التكيف المهني و كذا تحقيق السعادة الزوجية و الصحة الاجتماعية .

و تتم عملية التوافق من خلال جود دافع يدفع الإنسان و يوجهه نحو غاية معينة، و إذا ظهر عائق يعترض سبيل الفرد في تحقيق هذه الغاية، يقوم الإنسان بالعديد من المحاولات للتغلب عليه حتى يصل في النهاية إلى حل يوصله إلى هدفه.

فالتوافق إذا عملية كلية تمس جميع جوانب حياة الفرد و دينامية تتميز بالاستمرار حتى تحقيق التوافق و اقتصادية ترتبط بالطاقة النفسية التي يصرفها الفرد في محاولته لتحقيق التوافق الذي تظهر أهميته من خلال شعور الفرد بالرضا و الارتياح و الأمن و الاستقرار .

## ثانياً\_ التوافق الزوجي Marital Adjustment:

### 1\_ مفهوم التوافق الزوجي:

لقد تعددت و اختلفت آراء الباحثين في تعريف التوافق الزوجي و فيما يلي نورد مجموعة منها :

يعرفه روجرز (1972) بأنه قدرة كل من الزوجين على دوام حل الصراعات العديدة التي إن تركت حطمت الزواج

(كلتوم بن ميهوب، 2010، ص 8).

و عرفه وليم لوك (1985) انه وجود زوجين لهما ميل لتجنب المشكلات أو حلها، وتقبل مشاعرهما المتبادلة والمشاركة في المهام والأنشطة وتحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما ، ويكون التوافق الزوجي في الآراء وفي التماسك وفي التعبير العاطفي لدى الزوجين وإشباع حاجتهما الأساسية ،الجنسية والعاطفية بحيث تتحقق لهما السعادة والرضا (سعيد العزة، 2000، ص 171) .

و يعرفه كمال موسى (1991) بأنه قدرة كل من الزوجين على التوافق مع الآخر ومع مطالب الزواج ، واستدل عليه من أساليب كل منهما في تحقيق أهدافه من الزواج ، وفي مواجهة الصعوبات الزوجية والتعبير عن الانفعالات والمشاعر وإشباع حاجته من تفاعله الزوجي (كمال موسى ،1991، ص 193) .

وعرفه احمد الكندري ( 1992) بأنه الميل النفسي المعبر عن المحبة والود والاتفاق والعلاقة الطيبة ، الحسنة و السليمة بين الزوجين وبقية أفراد الأسرة(احمد الكندري،1992، ص 182).

و يطرح حسن مصطفى و راوية الدسوقي ( 1993) تعريفاً آخر مفاده أن التوافق الزوجي هو الاستعداد للحياة الزوجية و الحب المتبادل و الإشباع الجنسي و تحمل مسئوليات الحياة الزوجية و القدرة على حل مشكلاتها و تصميم كلا الزوجين على مواجهة المشكلات المادية و الاجتماعية و الصحية و الحرص على دوام العلاقة الزوجية ( الطاهرة محمود، 2004، ص 575).



ويعرفه أولسون(2000) بأنه محصلة المشاركة في الخبرات والاهتمامات والقيم ، واحترام أهداف الطرف الأخر أو احتياجاته ومزاجه والتعبير التلقائي عن المشاعر وتوضيح الأدوار والمسؤوليات، والتعاون في اتخاذ القرارات، وحل المشكلات، وتربية الأبناء والإشباع الجنسي المتبادل (سهلية بنات وآخرون, 2010، ص 427).

و يعدد حسن مصطفى ( 2004 )محددات التوافق الزوجي في:

\_\_ الخلفية الأسرية للقرين.

\_\_ تحقيق المهام و المسؤوليات النمائية للزوج.

\_\_ إيجاد قواعد أسرية في العلاقة الزوجية .

\_\_ مسؤوليات تقسيم العمل داخل الأسرة.

\_\_ الرضا المتبادل عن الإدارة المالية.

\_\_ تنظيم العلاقات المرتبطة بالأنشطة و العلاقة الاجتماعية.

\_\_ أنماط التواصل بين الزوجين( محمود فلاتة، 2008، ص 18).

### **تعقيب :**

لقد اختلف الباحثون في تعريفهم للتوافق، فكل عرفه من منطلق الخلفية النظرية التي يتبناها فمنهم من عرفه على أنه قدرة الزوجين على حل مشكلاتهما و تحقيق التوقعات الزوجية لكل منهما، و آخرون اعتبروه ميلا نفسيا يعبر عن المحبة و العلاقة الصلبة بين الزوجين، مما ينعكس على أفراد الأسرة برمتها بالاستقرار و الأمان ، و من منهم من ربطه بعوامل أخرى قبل الزواج مثل الاستعداد للحياة الزوجية و دوره في خلق الحب من الزوجين و قدرتهما على تحمل مسؤوليات

الحياة الزوجية و حرصهما على دوام العلاقة الزوجية ، و لا يرتبط التوافق الزوجي بالزوجين فحسب بل يرتبط ذلك بالأبناء فوجودهم يزيد من التوافق بين الزوجين من طرف ، و بين الزوجين و الأبناء من طرف آخر .

و يتحدد التوافق الزوجي بين الزوجين بناء على أمرين الزوجين و الثقافة السائدة في مجتمع كل منهما وكذا قدرتهما على تحمل مسؤوليات الزواج ، و خلق قواعد أسرية داخل الأسرة و احترامها و المشاركة في الأعمال المنزلية و الرضا عن التسيير المالي للأسرة ، أيضا تنظيم العلاقات الاجتماعية و كيفية قضاء أوقات الفراغ و كل ذلك لا يتحقق إلا من خلال التواصل بين الزوجين و مشاركة كل منهما في اتخاذ القرار .

## 2\_ مؤشرات التوافق الزوجي:

التوافق الزوجي مسألة نسبية تختلف من زوج لآخر، بحسب النظرة الأزواج وفهم الزوجين لطبيعة العلاقة فيما بينهم، و تحديد أهداف الزواج ، كما أن للظروف الاجتماعية و الثقافية و الأسرية التي عاش فيها الزوجين دورا بارزا في نشأة التوافق الزوجي من عدمه.

و يحدد الرشيد و الخلفي ( 1997 ) المبادئ الرئيسية للتوافق الزوجي فيما يلي:

- حجم التواصل الزوجي و أساليبه: بمعنى هل يتحدث كل من الطرفين إلى الآخر و يهتم بحديثه و يبدي ردود الفعل بما يعبر عن الاستجابة المطلوبة؟
- الكفاءة في القيام بالأدوار الزوجية: بمعنى هل يقوم الزوج بمسئولياته الزوجية و الأسرية على النحو الذي تتوقعه الزوجة؟ و هل تقوم الزوجة بمسئولياتها الزوجية و الأسرية على النحو الذي يتوقعه الزوج؟
- المساندة المتبادلة: هل يساند كل طرف الآخر في القيام بمسئولياته و يعمل على تهيئة الظروف الأسرية المناسبة لذلك و يؤدي دوره في حدود ما يملك من الإمكانيات؟

- المسايرة و التعاطف: إلى أي مدى يمتلك الزوجين القدرة على مسايرة كل منهما للآخر و التعاطف معه بالقول و الفعل و تقدير موقفه و ظروفه؟
- الإرادة: إلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوجة لطاعة زوجها و قبول قوامته و رئاسته للأسرة و إلى أي مدى توجد الإرادة الذاتية لدى الزوج لحماية الزوجة و المحافظة عليها؟
- المواءمة: إلى أي مدى توجد القدرة و الإرادة لدى الزوجين على التوفيق بين دوريهما الأسري و الزوجي من ناحية و غيرها من الأدوار الأخرى من ناحية أخرى كالمواءمة بين متطلبات الأسرة و متطلبات العمل؟
- التلاقي: إلى أي حد توجد لدى الزوجين وحدة الأهداف أساليب التفكير و الاهتمامات المشتركة؟
- التكامل: إلى أي حد يمكن لكل من الزوجين أن يكمل جوانب النقص في الطرف الآخر مما يساعد على تكامل الأدوار بين أعضاء الأسرة؟
- الاكتشاف و التعزيز: إلى أي حد يوجد لدى الزوجين القدرة على معرفة المزايا و الايجابيات في بعضهما البعض و تعزيز هذه المزايا و الايجابيات؟
- الإقناع و الاقتناع: إلى أي حد يوجد لدى الزوجين المهارة و القدرة على الإقناع و كذلك القابلية و الاستعداد للاقتناع؟ (فرحان العنزي، 1430، ص.ص 29-30)
- أما صالح بن إبراهيم الصايغ ( 2005 ) يرى أن أهم مؤشر للتوافق السليم هو الاختيار الناجح للزوج و الزوجة لبعضهما و إدراك كل منهما للآخر و معرفة التوقعات و التصورات لمستقبل العلاقة الزوجية ، كما أن التقارب بين الزوجين في السن و المستوى التعليمي و الاجتماعي الاقتصادي جميعها مؤهلات و مؤشرات تنشى بالتوافق الزوجي ، إضافة إلى:
- التواصل المباشر و المستمر بين الزوجين.
- تقبل كل طرف للآخر.

– الاتزان العاطفي و الانفعالي للعلاقة الزوجية (سمية بن عمارة، 2006، ص 93).

### تعقيب :

يختلف التوافق الزوجي بين الأزواج بحسب نظرتهم و مدى فهم لطبيعة العلاقة التي تجمع بينهم، و للتوافق الزوجي مجموعة من المؤشرات تتمثل في أساليب التواصل ، القيام بالأدوار الزوجية بسعادة ، مساندة كل منهما للآخر ، التعاطف و الحب و المودة و التقدير المتبادل ...، كلها عوامل تعزز من التوافق الزوجي بما يكفل تحقيق السعادة الزوجية و الرضا عن الحياة، كلها عوامل تعزز من التوافق الزوجي بما يكفل تحقيق السعادة الزوجية و الرضا عن الحياة المشتركة بين الزوجين .

### 3\_ نظريات التوافق الزوجي :

هناك العديد من النظريات التي اهتمت بالتوافق الزوجي ،وحاولت تفسيره و معرفة الأسباب المؤدية إليه، و مظاهره ، محاولين بذلك التعرف على كيفية تحقيقه حتى تتحقق السعادة للأسرة و المجتمع، و في ما يلي نورد مجموعة من هذه النظريات.

### أ\_ النظريات المفسرة للتوافق الزوجي من منظور اجتماعي :

#### 1\_ النظرية البنائية الوظيفية :

يرتبط مفهوم التوافق الزوجي وفقا لهذه النظرية عدى التزام الزوجيين بأداء الوظائف المنوطة بهم في إطار الأسرة، وتقل درجة التوافق حسب درجة الإهمال والتقصير في هذه الواجبات ، وتشير سامية الخشاب(1987) إلى إن عوامل الاستقرار داخل الأسرة تعود إلى نمط المجتمع الذي تنتمي إليه، و تحدث المشكلات الزوجية نتيجة حدوث الاضطراب

في النسيج العلاقات داخل البناء الأسري، حيث يصيب الأسرة التفكك و التصدع نتيجة فقدانها لكثير من وظائفها التي انتقلت إلى مؤسسات اجتماعية أخرى مثل المدرسة و أماكن الترفيه(فرحان العنزي،1430، ص25).

## 2- نظرية الدور :

تشير نوال الحنطي (1999) إلى أن نظرية الدور تنبثق عنها اتجاهان متباعدان أحدهما الاتجاه التفاعلي الرمزي Symbolicinteractions ويشير إلى أن التوافق الزوجي يتحدد في درجة تحقق ما تتوقعه الزوجة من زوجها وحقيقة ما يدركه الزوج من زوجته، ويحصل عدم التوافق الزوجي وظهور المشكلات الزوجية نتيجة عدم تقابل الرغبات المختلفة و المتطورة لأعضاء الأسرة، وكذا اختلاف القيم ، أما الاتجاه الأخر في نظرية الدور فهو الاتجاه السلوكي الاجتماعي Social Behaviorism، يركز هذا الاتجاه على دراسة السلوك الإنساني الذي يحدث في مواقف أسرية ، حيث اعتبرت سامية الخشاب (1987) السلوك الإنساني غير متوافق إذا لم يتوافق مع تلك المواقف، لأن السلوك هو استجابة لذات الموقف (فرحان العنزي، 1430 ، ص 26).

## 3- نظرية التبادل الاجتماعي(الربح النفسي):

من منطلق السلوكيين القاضي بأن إثابة السلوك تدعمه وتقويه وأن عدم إثابته تضعفه ، اشترط هومانز Hومانse في الثواب أن يكون ذا قيمة نفسية عند الفرد المثاب كي يشعر بالمكسب النفسي، وأن يتجنب الخسارة النفسية التي تحدث عندما يتعرض الفرد للعقاب، لذلك فالفرد الزوج يستمر في التفاعل إذا كانت الإثابة التي يحصل عليها مساوية أو تفوق قيمتها النفسية قيمة ما يقوم به من سلوك، بناء على ذلك يزداد قرب الزوجين من بعضهما البعض ويزداد حبهما، بل إن الزوجين عندما يشعران بالربح النفسي جراء زواجهما يعدل كل منهما مشاعره وأفكاره وسلوكياته حتى يقترب من مشاعر وأفكار وسلوكيات الطرف الأخر، مما يترتب عليه زيادة في التوافق الزوجي ومن المفاهيم الأساسية في هذه النظرية مفهوم العائد والتكلفة حيث ذكر كمال مرسي (1998)، أن التكلفة تتضمن الجهد الذي يبذله الفرد

للوصول إلى مراده ، أما العائد فهو الناتج من هذه التكلفة ، فإذا كان العائد مرغوباً ( ثواباً ) فإنه يقوي العلاقة ويزيد التوافق بين الزوجين ، عكس إذا كان العائد عقاباً ، وقد أشارت عائشة ناصر (2007) إلى أن وجود عائد إيجابي مرغوب من قبل الزوجين يزيد التوافق بينهما ، حيث أن تبادل الزوجين الأدوار للحصول على المكافآت يجعل العلاقة الزوجية تستمر لمدة أطول مما يدعم التواصل الوجداني بينهما الذي ينعكس أثره على الأولاد بصورة مفيدة (حسام علي ، 2008 ، ص 88).

## ب\_ النظريات المفسرة للتوافق الزوجي من منظور نفسي

### 1- نظرية التحليل النفسي :

يعتبر فرويد مؤسس النظرية التحليلية في علم النفس، ولقد ركز على اللاشعور، حيث اعتبر عملية التوافق هي عملية لاشعورية، حيث لا يعي الفرد الأسباب الحقيقية للتوافق الذي يسعى إليه، فالتوافق النفسي عند فرويد يتمثل في حالة الاتزان التي تتحقق بين مكونات الشخصية الثلاث الهوا الأنا و الأنا الأعلى ، كما ركز على أيضاً على الغريزة الجنسية حيث جعلها موجهة لسلوك الفرد، وهي تنمو عبر مراحل تنتهي بالمرحلة الجنسية التناسلية التي تميز حياة الراشد ، فالفرد يحاول إشباع هذه الغريزة (متطلبات الهوا وفق الإطار الشرعي الأنا والأنا الأعلى) فيبحث عن زوجة مناسبة له في إطار الزواج الشرعي وبذلك يتحقق التوافق الزوجي (المرجع السابق ، ص 88).

### 2\_ النظرية السلوكية :

تركز هذه النظرية على السلوك الظاهر ويرى السلوكيون أن السلوك في حملته مكتسب ومتعلم من البيئة وأن عدم التوافق الزوجي هو أنماط سلوكية متعلمة من الآخرين وعند تعديل البيئة التي نشأ فيها التعلم الخاطئ ( عدم التوافق الزوجي ) فإنه يمكن تعلم السلوك الصحيح (فرحان العنزي، 1430 ، ص 27).

ويرى أصحاب هذه النظرية أن إثابة الفرد على سلوك ما، غالباً ما يدعمه ويقويه الظهور مرة أخرى فعندما يتفاعل الزوجين يعزز أحدهما الآخر فإنه يحفز، وذلك يزيد من التوافق الزوجي بينهما ، عكس إذا عاقب أحدهما الآخر أو حرمه من الثواب فإنه يشعر بعدم الارتياح، وبالتالي يحدث عدم التوافق بينهما، لذلك فالتوافق الزوجي يحصل إذا تفاعل الزوجان وأشبع كل منهما الآخر ، فالتوافق الزوجي يمكن تعلمه من خلال مرور الزوجين بخبرات حياتية ايجابية ، ومقابلة ذلك بالمساندة والدعم مما يعتبر معززا على سلوكه مرة أخرى(حسام علي، 2008، ص 89).

وقد ركزت النظرية السلوكية على مفهوم كثيرا ما يرتبط بالتوافق الزوجي، ألا وهو التفاعل الزوجي بحيث لا يمكن الفصل بينها لأنهما يحدثان معا ويؤثر كل منهما في الآخر ، وهما مسئولان معا عن نمو الزواج أو توقفه أو انحرافه وعن السعادة والشقاء في الزواج(كمال مرسي ، 1991 ، ص 191).

### 3\_ نظرية الذات لروجرز :

يعتبر روجرز الفرد المتوافق بأنه الشخص القادر على تقبل جميع المدركات بما فيها مدركاته عن ذاته (فرحان العنزي ، مرجع سابق ، ص 27).

ويرى كل من حسن عبد المعطي ورواية الدسوقي (1993)، أن اتساق الفرد مع ذاته تزيد من تقديره لذاته وبناء عليه يزيد التوافق الزوجي بين الشريكين ، كما ترى عائشة ناصر (2007) أن وجود علاقة موجبة بين مفهوم الذات وبين التوافق النفسي الجيد ، بل إن تقدير الذات له تأثير مهم على علاقات الشخص مع الآخر ، وذلك ينطبق على الزوجين فتقدير الذات لديهما يزيد التوافق بينهما(حسام علي، مرجع سابق، ص 90).

### تعقيب :

تنقسم النظريات المفسرة للتوافق الزوجي إلى قسمين نظريات ذات أساس اجتماعي كالنظرية البنائية الوظيفية التي ربطت بين الاستقرار داخل الأسرة بالمجتمع الذي ينتمي إليه الزوجين .

النظرية الثانية هي نظرية الدور التي بدورها تنقسم إلى اتجاهين هما : الاتجاه التفاعلي الرمزي و التي يركز على توقعات كل طرف من الآخر (الزوج و الزوجة ) فالتوافق الزوجي يتحقق من خلال درجة تحقق توقعات الزوج من الزوج و العكس أيضا ، أما الاتجاه الثاني فهو الاتجاه السلوكي الاجتماعي و هدفه دراسة السلوك الإنساني في الأسرة .

أما النظرية الثالثة فهي نظرية التبادل الاجتماعي و التي تقول بأهمية الثواب في تدعيم السلوك حيث يشترط أن يكون ذا قيمة نفسية كي يشعر الفرد بالمكسب النفسي ، كيف ذلك ؟ فمثلا الفرد الزوج يستمر في التفاعل إذا كانت الثواب الذي يحصل عليه مساويا أو تفوق قيمته النفسية قيمة ما يقوم به ، هذا ما يزيد من التقارب بين الزوجين و يزيد من حبهما و بالتالي يتحقق التوافق الزوجي بينهما مما يجعل العلاقة تدوم لفترة طويلة نتيجة التواصل الوجداني الفعال بينهما و الذي يؤثر بدوره على الأبناء بصورة جيدة ، أما الاتجاه الثاني فهو الاتجاه النفسي و منهم التحليليون الذين اعتبروا التوافق عليه لاشعورية لا يعي الفرد أسبابها، فالتوافق هو حالة الاتزان بين مكونات الجهاز النفسي الأنا و الهو و الأنا الأعلى ، كما أن الغريزة الجنسية تلعب دورا هاما في التوافق الزوجي ، ففي محاولة الفرد إشباعها يبحث عن زاوية مناسبة له في إطار الزواج الشرعي ، بمعنى أنه يحقق مطالب الهو (الغريزة الجنسية ) من خلال الزواج ، و الذي هو التوافق بين الأنا و الأنا الأعلى ، و بالتالي تحقيق التوازن بين أركان الجهاز النفسي مما يحقق التوافق .

و ثاني النظريات هي النظرية السلوكية حيث اعتبرت أن سوء التوافق هو سلوك مكتسب و خاطئ تعلمه الفرد في بيئته و أنه عند تعديل البيئة فإنه يمكن اكتساب السلوك الصحيح، حيث ركزت على تقرير السلوك و تقويته عن طريق إثابته فتحفيز الزوجين لبعضهما يزيد من التوافق الزوجي بينهما، و العكس إذا عوقب أحدهما الآخر فإنه يشعر بعدم الراحة و بالتالي يحدث عدم التوافق .

أما نظرية الذات التي تعتبر التوافق الزوجي نتاج اتساق الفرد مع ذاته و الذي ينعكس بدوره على تقدير الفرد لذاته و الذي يؤثر بدوره على علاقات الفرد بالآخرين سيما على الزوجين حيث يرتبط تقدير الذات و التوافق الزوجي بينهما طرديا .



## 4\_ مظاهر التوافق الزوجي :

للتوافق عدة مظاهر تتمثل في:

1. التواصل المباشر والمستمر بين الزوجين لمناقشة الاختلافات التي تحدث بينهما مما يزيد من فرص تقبل الطرفين لبعضهما.
2. التكيف للدور الزوجي مما يعني معرفة الزوجين لمهام الدور الزوجي والقدرة على ممارستها ضمن توقعات الشريك والمجتمع.
3. التكيف النفسي والمعرفي والذي يعني مدى ما يحقق الزوجان من إشباعات لحاجاتهم العاطفية ضمن إطار العلاقة الزوجية.
4. الحفاظ على الحب والحميمية في ظل التفاعل اليومي.
5. تطوير أهداف وخبرات مشتركة بين الزوجين.
6. بناء حياة اجتماعية مشتركة بالاتفاق على الأصدقاء المشتركين والأنشطة التي يرغبان في المشاركة بها سويا .
7. التكيف الجنسي بين الزوجين والذي يعتمد على :
  - وجود الحب والانجذاب الجسدي بين الزوجين.
  - الإخلاص للشريك وعدم إقامة علاقة جنسية مع شريك آخر.
  - المعرفة والثقافة الجنسية.
  - التواصل الجنسي (سهيلة بنات و أخرون، 2010، ص 427).

## تعقيب :

للتوافق عديد المظاهر التي تدل على وجوده أو عدمه بين الزوجين، و منها التواصل المباشر بين الزوجين لمناقشة الاختلاف بين الزوجين من أجل إيجاد الحلول للمشكلات التي تعترض حياتهما ، و أيضا التكيف للدور الزوجي و ما يفرضه عليهما من تقبل للآخر و ممارسة الحياة الزوجية ضمن توقعات الشريك و المجتمع الذي يعيشان فيها ، كما لا يخفى علينا أهمية إشباع الحاجات العاطفية ضمن إطار العلاقة الزوجية و ليس خارجها و لا يتحقق ذلك إلا بالحفاظ على الحب و الحميمية التي بينهما بشكل كبير في بناء حياة اجتماعية مشتركة بنفس الأهداف و الطموحات و لعل أهم مظاهر التوافق الزوجي هو التكيف الجنسي و الذي يظهر جليا من خلال الانجذاب الجسدي بين الزوجين و الإخلاص للشريك الآخر ، و عدم البحث عن الإشباع الجنسي خارج إطار العلاقة الزوجية ، و لا يخفى علينا الألم الذي تحمله خيانة الزوجين و مدى تأثيرها ليس فقط على الزوجين بل على الأبناء أيضا، و هم من يقعون ضحايا لمثل هذه السلوكات و هم من يدفعون الثمن من استقرارهم النفسي و أمنهم الاجتماعي.

## 5\_العوامل المؤثرة في التوافق الزوجي :

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في التوافق الزوجي بطريقة أو بأخرى منها : الجنس ، الوضع المالي ، الأطفال ، التدين ، العقيدة وقد ترجع في جذورها إلى طفولة الزوجين وفيما يلي نفضل في هذه العوامل إضافة إلى مجموعة من العوامل الأخرى

- 1- الجنس : تعتبر العلاقة الجنسية من أسباب تقوية الرابطة بين الزوجين وهي إما وسيلة للحب أو وسيلة للنفور ، فالتفاعل اللطيف بين الزوجين يؤدي إلى إيجاد علاقة أسرية طيبة.

2\_طفولة الزوجين : تؤثر خبرة الطفولة لدى الزوجين على توافقهما سلباً أو إيجاباً فالأطفال الذين كانوا سعداء في طفولتهم ولم يكونوا مكبوتين كانت لهم علاقات زوجية جيدة والعكس صحيح حيث أن الأزواج غير المتوافقين كانت طفولتهم غير مستقرة ومن هنا يتضح دور التنشئة في التوافق الزوجي (سعيد العزة ، 2000 ، ص 171).

وعليه فالزوجين غير المتوافقين كانت طفولتهما غير مستقرة ، كما أنهم يتميزون بالعصية فعلاقة الطفل بوالديه منذ الطفولة المبكرة هي التي تسمح له بهم معنى الحب ، وهذه العلاقة ستحدد انطباعه اتجاه الجنس الآخر وأغلب سلوكياته في التعامل مع زوجته أو زوجها(كمال مرسي،1995، ص 233).

3\_الجانب المادي والاقتصادي : إن الخلافات الزوجية تنشأ من بسبب الأمور المالية الصعبة فقد يتهم الزوج زوجته بالقصور في التدبير وإساءة التصرف في ميزانية الأسرة وهي قد تتهمه بالبخل والتقتير ، وقد يكون المال سبباً في انشغال الزوج عن زوجته بحيث يهتم بجمعه ويهملها ويهمل أطفالها الأمر الذي قد يؤدي إلى مشاكل زوجية ( نفس المرجع، ص.ص 171\_172).

و قد تضطلع المرأة بأعباء الأسرة لوحدها وقد يعرضه ذلك للبطالة وعدم توفر فرص العمل، هذا ما يجعل عمل المرأة في هذه الحالة يحط من قيمة الرجل من ذاته(عبد الحليم سمعان،1998، ص . ص 131\_132)، مما يؤدي إلى ظهور اختلافات في العلاقة الزوجية بينهما فيؤثر ذلك على توافقهما .

4\_الجانب الثقافي والاجتماعي : إن كلا من الزوجين ينتمي إلى أسرة مختلفة ثقافياً واجتماعياً و مادياً ، حيث تعد الاختلافات الأساسية من أهم أسباب حدوث عدم التوافق بين الزوجين وتمثل الاختلافات الثقافية بين الأزواج أهمها ، حيث أنه كلما زادت ثقافة وتعليم أحد الزوجين عن الآخر كلما زادت الفجوة بين ما يريدان من بعضهما( وليد الشهري ، 2009، ص 40 ).

5\_ الإنجاب : يعتبر أحد العوامل التي تحقق التقارب بين الزوجين وتنشأ رابطة بالغة العمق بينهما ومن ثم يساهم في تحقيق التوافق النفسي والزواجي ، فالأطفال ثمرة لقاء مشبع وحب متبادل وترقب مشترك ، الأمر الذي يسهم في تحقيق التوافق الزواجي بينهما (سعيد العزة ، مرجع سابق ، ص 172).

وقد أثار بعض الباحثين أن الأطفال عامل مؤثر ومتأثر بالتوافق الزواجي ، فقد يلاحظ انخفاض في التوافق الزواجي في مراحل الزواج المبكرة ويزيد التوافق بين الزوجين بمرور الزمن عندما يكبر الأطفال ويغادرون المنزل (محمودفلاتة ، 2008 ، ص 25).

6\_ العامل النفسي : يرى علماء النفس أن الشرط الأساسي للتوافق الزواجي هو النضج الانفعالي لكلا الزوجين، الذي يعد مؤشر في قدرة الفرد على إدراكه لذاته وإدراك الآخرين بموضوعية ، حيث تزداد المشكلات بين الزوجين كلما انخفض النضج الانفعالي لكليهما، أو أي منهما ، حيث يعرف راجح النضج الانفعالي بأنه قدرة الفرد على ضبط انفعالاته والتعبير عنها بصورة ناضجة متزنة بعيدة عن تغييرات الطفولة وعن التهور والاندفاع (كلثوم بلميهوب ، 2010 ، ص 96).

7\_ تناقص الضغوط الحياتية : يمكن أن تؤدي الضغوط الحياتية إلى توتر العلاقة الزوجية حيث يذكر روهيلنج وآخرون (1994) إلى أن الأزواج الذين لا يشعرون بضغوط حياتية كبيرة يكونون متوافقين زواجيا ، أي أن انخفاض مستوى ضغوط الحياة على الأزواج يؤدي إلى ارتفاع مستوى التوافق الزواجي الإيجابي ، الأمر الذي يؤدي إلى الشعور بالسعادة (محمود فلاتة ، مرجع سابق، ص 24).

8\_ عدد سنوات الزواج : تستغرق عملية التوافق الزواجي أشهر أو قد تمتد إلى سنوات طويلة ، وقد أورد بعض الباحثين أن التوافق الزواجي يميل إلى التغيير خلال دورة الحياة وهذا التغيير لا يكون مدركا أو متعمدا من الزوجين ، فالمرحلة الأولى من الزواج تتميز بالتقارب الشديد بين الزوجين ، في حين تتميز المراحل المتقدمة بالمواجهة والنقاش والتفاوض فيما يتعلق بالتحكم والسلطة والقوة ويذكر آخرون أن عدم الرضا يزداد في السنوات الأولى من الزواج خاصة عندما يجد

الزوجان حديثا العهد بالزواج أن الحياة تختلف عن الصورة المثالية التي قدم بها شريكه إلى الحياة الزوجية ، وأنه يمرور الوقت واستمرار العلاقة الزوجية يزداد التفاهم والارتباط بين الزوجين (المرجع سابق ، ص 22).

9\_ العمر عند الزواج : إن التناسب بين الزوجين من المتغيرات المهمة التي تؤثر في التوافق الزوجي حيث أن فارق السن بين الزوجين يؤثر في الجانب العاطفي والجنسي في العلاقة الزوجية فكلما تقدم السن بالأزواج وكان فارق السن كثيرا كلما زادت المعاناة بين الزوجين وفيما يتصل بمدة الزواج فقد أشارت حنان مدحولي(2002) إلى أن التوافق الزوجي لا يختلف باختلاف مدة الزواج أي أن المتزوجين حديثا مثل المتزوجين قديما في التوافق الزوجي حيث قد يستمر الزواج لأسباب أخرى كوجود أطفال وعدم وجود عائل آخر للمرأة..... الخ (حسامعلي، 2008 ، ص 82).

10\_ الاختيار الزوجي : يعتمد الاختيار الزوجي إلى حد كبير إلى شخصية الفرد التي كونها خلال تجاربه وخبراته السابقة وثقافته ، وعلى الرغم من أن اختيار الزوج أو الزوجة مسؤولية كل من الرجل والمرأة بصورة أساسية إلا أن قرارهما لا ينشأ من فراغ بل له جذور اجتماعية وثقافية ودينية (صفاء مرسي ، 2008، ص.ص 32-33).

ويتفق علماء النفس على أن أهم القرارات التي يتخذها الإنسان في حياته، قرار اختيار زوجة له لما له من دور أساسي في تنمية الصحة النفسية والحفاظة على جودتها ، لذا فإن الاختيار الزوجي السليم يعد أولى الخطوات التي تؤدي إلى تحقيق التوافق الزوجي(فرحان العنزي، 1430، ص 31).

11\_ عمل المرأة : عندما تكون المرأة عملة ومتزوجة فإنها تكون مطالبة بالقيام بعدد من المهام والواجبات المختلفة في الأسرة والعمل، وتسعى إلى التوفيق بين هذه المهام وأدائها بشكل مناسب، وتعرض الحياة الزوجية للمرأة العاملة للكثير من المشكلات والضغط، إذا لم تتمكن من التوفيق بين مسؤولياتها الأسرية نحو زوجها وأبنائها ومسؤولياتها الأخرى الناتجة عن عملها ، ويرى خليل(1999) أن المرأة العاملة تتعرض لكثير من الضغوط الخارجية، ومشكلات العمل بحيث تنعكس سلبا على صحتها النفسية، ومن ثم على علاقتها بزوجها، وعلى المناخ الأسري بشكل عام (محمد خليل، 1999، ص 121).

## تعقيب :

يتأثر التوافق الزوجي بمجموعة من العوامل التي تسهم في زيادته أو نقصانه أو انعدامه، حيث و من بينها الجنس و تأثيره في زيادة أوأصر القرب و الانسجام بين الزوجين ، الخبرات التي يمر بها الزوجين تنعكس على حياتهما الأسرية ، فالطفولة المستقرة تخلق شخصية سوية يكون توافقها في جميع المجالات سلسا و ممكنا ، كما تلعب العوامل المادية دورا في إحداث التوافق النفسي لدى أفرادها مما يزيد من التوافق الزوجي ، و لعل أهم العوامل الثقافية و الاجتماعية تؤثر بشكل مباشر في العلاقة الزوجية، و أهم أسباب حدوث عدم التوافق بين الزوجين الانتماء الاجتماعي و المستوى العلمي العالي لأحد الطرفين يزيد من الفجوة بين الزوجين ، كما يلعب وجود الأبناء دورا مهما في الحفاظ على التوافق الزوجي، فاستمرار العلاقة الزوجية سببه الخوف على الأبناء من الضياع في حال تفكك الأسرة ، كما نجد أيضا أن عدد سنوات الزواج تؤثر في التوافق الزوجي ، فقد يزيد مرور السنوات نتيجة لفهم كل طرف لشخصية الطرف الآخر و ارتباطه عاطفيا له ، أو قد ينقص نتيجة لضغوط الحياة الكثيرة عبر السنين ... ، هذه بعض العوامل التي تؤثر على التوافق الزوجي بصورة مباشرة أو غير مباشرة ، كما قد تكون هناك عوامل أخرى تنتظر باحثين آخرين للكشف عنها .

## 6- التفاعل الزوجي و التوافق الزوجي:

التفاعل الزوجي عملية أساسية في الحياة الزوجية ، فهي تحرك الزواج نحو تحقيق أهدافه أو تعوقه عن ذلك، باعتبار أن الزوجين يكونان معا جماعة من اثنين لها ديناميتها و بناؤها و أدوارها و أهدافها .

إن ما يحدث بين الزوجين من تفاعل داخل الأسرة يكون تأثيره متبادلا بحيث يكون سلوك كل منهما مترتبا على سلوك الآخر و ينقسم التفاعل الزوجي إلى قسمين:

**الأول:** التفاعل الايجابي عندما يكون تأثير سلوكات كل من الزوجين على الآخر طيبا و مرضيا و يثير فيه مشاعر الحب و المودة و التعاون، و يسمى هذا النوع من التفاعل الزوجي الجالب للسرور.

**الثاني:** التفاعل السلبي عندما يكون تأثير سلوكيات كل منهما على الآخر سلبية و مزعجة، و تثير فيه مشاعر العدائية و النفور، و يسمى هذا النوع بالتفاعل الزوجي المزعج (كمال مرسي، 1995، ص 85).

و يتأثر التفاعل الزوجي بعوامل كثيرة تحدد شكله و مساره، و يرجع بعض هذه العوامل الزوجين و يرجع البعض الآخر الظروف التي يعيشان فيها، و هذا التفاعل يتكون من عمليات حسية و عقلية و وجدانية يصعب الفصل بينها ، كما يتناثر بالتواصل الذي يتم بين الزوجين ، و التفاعل الزوجي يتأثر أيضا بشخصية الزوجة أكثر من الزوج ، فقد وجد الباحثون أن الزوجات المتوافقات في زواجهن اعلي من الزوجات غير المتوافقات في الاتزان الانفعالي و المودة و الألفة، في حين كانت الفروق غير حاسمة بين الأزواج المتوافقين زواجيا و غير المتوافقين، مما جعل الباحثين يربطون التفاعل الايجابي بنسج شخصية الزوجة أكثر من شخصية الزوج ، كما اعتبروا الزوجة مفتاح السعادة في الحياة الزوجية (صفاء مرسي، 2008، ص.ص 36-37).

### **تعقيب :**

يشكل الزوجان جماعة لها ديناميتها و أهدافها و أدوارها و تفاعلاتها ،حيث ينقسم التفاعل داخل إطار الحياة الزوجية إلى قسمين ايجابي عندما يكون تأثير التفاعل ايجابيا و مرضيا للطرفين ، و سلبي عندما يكون تأثير سلوكيات كل طرف مزعجة و غير مرضية للطرف الآخر .

### **7- التوافق الزوجي في الأزمات :**

لا يخلوا أي زواج من أزمات، تتوتر فيها العلاقة بين الزوجين وتضطرب حياتهما، ويغدوا توافقهما في الزواج صعبا ، يحتاج إلى جهد وصبر ورغبة منهما في حل الأزمة و إلى مساندة الأهل والأصدقاء، ويقصد بالأزمة بين الزوجين، ظهور عائق يمنعهما أو يمنع أحدهما من إشباع حاجات أساسية، أو تحقيق أهداف ضرورية، أو تحصل حقوق شرعية، فيشعر بالحرمان والإحباط وعدم الأمن في علاقته الزوجية ، وينشأ به الغضب ويسوء توافقه مع الطرف الآخر، ويسمى ظهور العائق في

الحياة الزوجية الحادث الضاغط ، أما ما ينتج عنه من مشاعر توتر وقلق وضغط و تهديد و ظلم وحرمان وألم، فيسمى إدراك الأزمة . يختلف تأثير الأزمات على العلاقات الزوجية، فالأزمات الشديدة والمزمنة أشد خطرا على الزواج، لأنها تدل على استمرار التأزم و عدم القدرة على التغلب عليه أو التأقلم معه، أما الأزمات الخفيفة والمتوسطة فهي شائعة بين المتزوجين أو مفيدة في تنمية الزواج وتنمية العلاقة الزوجية واكتساب الخبرات التي تجعل التفاعل إيجابيا(كمال مرسى، 1995، ص 200-201).

### تعقيب :

يقصد بالأزمة وجود عائق يمنع الزوجين أو أحدهما من إشباع رغباته أو تحقيق أهدافه فيولد ذلك شعورا بالإحباط و عدم الأمن في العلاقة الزوجية التي تصبح مصدرا للضغط و التوتر و بالتالي يسوء التوافق بين الزوجين .

### 8- المدة اللازمة لتحقيق التوافق الزوجي:

هنا يجزأ الحديث و نحن في صياغ المعرفة، و الإحاطة بالتوافق الزوجي، إلى البحث عن العلاقة الموجودة بينه و بين المدة اللازمة لتحقيقه، وعليه فلمعرفة المدة التي يستوفيها الزوجان لبلوغ التوافق الزوجي النسبي يبادر إلى أذهاننا السؤالين التاليين :

- كيف يتناسب التوافق الزوجي و المدة اللازمة لتحقيقه ؟
  - و كم يستغرق الزوجان لتحقيق ذلك ؟
- فقد قسم علماء النفس الزواج إلى ثلاث مراحل و هي :
- حماسة السنوات الأولى : الرغبة في إيجاد مكانة في المجتمع .
  - أعباء و مناهج الأطفال : الازدهار التدريجي في المهنة .
  - الوحدة النسبية : الخوف التدريجي من الشيخوخة.



هذا التقسيم هو تقسيم اعتباطي ، فالتوافق الزوجي يأخذ أشكالا تتراوح بين الانخفاض و الارتفاع تارة أخرى ، غير أنه لا يحتل تماما و يحدث فشل في الزواج و التوافق الزوجي عموما .

في هذا الشأن حاول لنديز Landis و زوجته، أن يجمعوا بعض المعلومات الدقيقة عن المدة التي تستغرقها عملية التوافق عند المتزوجين ، فقد قاما بسؤال كل زوجين على حدى عن المدة التي استلزمها التوافق بينهما في المجالات التالية :

• العلاقة الجنسية .

• إنفاق الدخل .

• التوافق مع أسرة الزوج و الزوجة .

• مكانة الدين في الأسرة .

• اختيار الأصدقاء و التردد عليهم .

• تفضية أوقات الفراغ و مظاهر النشاط الاجتماعي المختلفة .

تبين للباحث بعد سؤال حوالي 490 أسرة، أنه ليس هناك اتفاق بين الزوجين حول الزمن الذي استغرقته عملية التوافق الزوجي، كما أنه ليس ثمة اتفاق بينهما أن التوافق قد تم أو لم يتم .

خلص الباحث و زوجته أن السعادة الزوجية تتناسب عكسيا مع طول المدة الزمنية اللازمة لتحقيق التوافق المرضي .

لذلك يرى بعض العلماء أن الاستعداد للعيش كزوجين لا يكتسب إلا بعد وقت طويل جدا بالرغم من أن الكثيرين لا يصلون إليه أبدا و أنهم يبقون في فردية المراهقة (سمية بن عمارة، 2006، ص.ص 101\_102).

**تعقيب :**

اختلف العلماء في تحديد المدة الضرورية حتى يصل الزوجان إلى التوافق الزوجي ، حيث اعتبر البعض أن التوافق يحدث في مدة قليلة ، في حين اعتبر كثيرون أنه كلما زادت مدة الزواج كلما زاد التوافق الزوجي ، و في كثير من الأحيان قد لا يصل الزوجان إلى التوافق أبدا مما يهدد الأسرة بالزوال .

## 9- أهمية التوافق الزوجي :

يؤدي انخفاض التوافق الزوجي إلى إثارة مشاكل عديدة بين الأزواج ، قد تصل إلى حد الطلاق ، كما يمكن أن يؤدي إلى ظهور نزاعات بين الزوجين على المستوى اللفظي أو البدني وحيث تحدث على مرأى ومسمع الأبناء، تؤدي إلى عدم شعورهم بالأمان والخوف من انهيار الأسرة ، كما يؤدي سوء التوافق إلى تشويه صورة الزوجين وأبنائهم في نظر الأسر المحيطة ، مما يقلص من علاقتهما و مكانتهما الاجتماعية ، في المقابل فإن ارتفاع مستوى التوافق الزوجي يزيد من قدرة كلا الزوجين على تحمل ضغوط الحياة، واجتياز الأزمات التي تواجههما، وهذا الأمر يجعلهما أكثر سعادة في الحياة، وأكثر قدرة على توظيف طاقتهما وقدرتهما على الحل وإنجاز المهمات المفروضة عليها بأكثر قدر من الكفاءة (حامل فريزة ، 2013، ص 94).

يرى أسامة حمدونة (2003) أن التوافق الزوجي يشجع الوعي العائلي عن طريق تثقيف المواطنين ثقافة أسرية واعية، ومساعدتهم للقيام بدور إيجابي في التنشئة الاجتماعية السوية، وإبراز الوظائف الاجتماعية، وإعداد البرامج الإعلامية، وتدريب شؤون الأسرة، وتكامل العلاقات، والتوفيق بين الحقوق والواجبات، وتعميق الفهم وممارسة الآداب الأسرية والإنسانية وتنمية المثل العليا والسيطرة على الخلافات البسيطة والروتينية بين الأزواج بنضج وإيجابية، متبعين وملتزمين بمبادئ المساواة وبالتالي يخلقون شراكة وطيدة ومتماسكة وهذه هي الغاية من التوافق الزوجي ( بن عمارة سمية ، 2006، ص 95 ).

**تعقيب:**

فالتوافق الزوجي يسهم في التخفيف من حدة المشكلات الزوجية التي قد تؤدي إلى الطلاق، كما أنه يساهم بشكل كبير في تحقيق الفهم الجيد للعلاقة الزوجية، بالإضافة إلى كونه يساعد الزوجان على توظيف طاقاتهم وقدراتهم للقيام بأعباء الأدوار وإنجاز المهام بأكبر قدر من الكفاءة.

ومن هنا تبرز أهمية التوافق الزوجي في التفاعلات الشائبة بين الزوجين و الاحترام المتبادل بينهما، و تحقيق السعادة والرضا و الاستقرار بعيدا عن الخلافات و النزاعات و الصراعات المؤدية لا محالة إلى تفكك و انهيار الأسرة بأكملها.

## الفصل الثالث

### الاحتراق النفسي

تمهيد

- 1\_ مفهوم الاحتراق النفسي
- 2- مراحل حدوث الاحتراق النفسي
- 3- مستويات الاحتراق النفسي
- 4- أبعاد الاحتراق النفسي
- 5- مصادر الاحتراق النفسي
- 6- أعراض الاحتراق النفسي
- 7\_ مظاهر الاحتراق النفسي
- 8- بعض النماذج المفسرة للاحتراق النفسي

## الفصل الثالث

### الاحتراق النفسي

#### تمهيد

يعتبر الاحتراق النفسي من مشكلات العمل الدالة على وصول الفرد إلى آخر مراحل تعرضه للضغوط المهنية، حيث يمر الفرد قبل وصوله إلى مرحلة الاحتراق النفسي بمراحل ثلاث تبدأ بمرحلة الاستشارة أين يكون الفرد تحت وطأة الضغط المستمر و المزمّن، ثم تلهها مرحلة الحفاظ على الطاقة عبر القيام بسلوكات معينة للتخفيف من حدة الضغط الحاصل على الفرد، كالتأخير عن العمل، و عدم انجاز المهام... ثم أخيرا يصل إلى مرحلة الاستنزاف حيث يستهلك الفرد طاقة كبيرة في المرحلة السابقة، و تتميز هذه المرحلة بالإرهاك و يكون العامل عرضة للأمراض و الاضطرابات كالاكتئاب و التعب الجسمي المزمّن... كل هذا يحدث نتيجة عدم توافق الفرد مع الضغوطات بطريقة مناسبة، و عليه قد يصل إلى ترك العمل، و ليس هذا فقط بل تتأثر جميع جوانب حياته الاجتماعية و الأسرية، و لنا أن نتخيل حجم الكارثة لو تفشى الاحتراق النفسي بين أطبائنا و ممرضينا إن لم تولى المشكلة الاهتمام اللازم و العاجل.

## 1- مفهوم الاحتراق النفسي Burnout :

تنوعت آراء الباحثين في وضع مفهوم للاحتراق النفسي ، فمنهم من ركز على الأعراض و منهم من رأى أن الأشمل تعريفه بإبعاده، و آخرون جمعوا بين أعراضه و مظاهره و نتائجه على حياة الفرد، و فيما يلي نورد مجموعة من التعاريف لهذا المفهوم.

يعرفه جمعة سيد يوسف بأنه حالة من الإنهاك الجسمي و الانفعالي و العقلي تحدث بسبب التورط طويل المدى في المواقف المشحونة انفعاليا و الضاغطة بشدة و التي تترافق مع التوقعات الشخصية المرتفعة من الأداء و الانجاز(شريط المأمون، 2012، ص 86).

و قد عرفه فيشنو 1991 على انه حالة من الإنهاك أو الاستنزاف البدني و الانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية( علي عسكر، 2003، ص 122)،

كما عرفه محمد شحاتة ربيع على انه حالة نفسية تنشأ من ضغوط العمل الزائدة و تتميز بعلامات هي:

- ✓ التناقص الدائم في طاقة الفرد.
- ✓ تدني القدرة على مقاومة الأمراض.
- ✓ شعور متزايد بالتشاؤم و عدم الرضا عن العمل.
- ✓ تزايد معدلات الغياب عن العمل.
- ✓ تناقص الكفاءة الإنتاجية ( محمد ربيع، 2011، ص 274).

و يمثل الاحتراق النفسي حسب لازاروس و فولكمان (1984) المرحلة النهائية لعجز الفرد عن التكيف مع مطالب العمل اذ يعكس الاحتراق النفسي حالة من الإنهاك تحدث نتيجة للأعباء و المتطلبات الزائدة و المستمرة

الملقاة على عاتق الفرد بما يفوق طاقته و قدرته و يمكن التعرف على هذه الحالة عبر مجموعة من الأعراض النفسية و الجسدية التي تصيب الأفراد بدرجات تختلف من فرد لأخر (طايبي نعيمة، 2013، ص 16).

و تعتبر فروودنبرجر الاحتراق النفسي حالة سلبية يتعرض لها الفرد الذي يقع تحت ضغوط زائدة و مستمرة و التي لا يستطيع التكيف معها بطريقة مقبولة، و لهذا تتعدد مظاهره لتشمل الجانب النفسي و كذلك البدني مما يؤثر في صحة الفرد سلبا (حسام زكي، 2008، ص 29).

و خلاصة الدراسات العيادية التي قامت بها فروودنبرجر جعلته يدرك أن الأفراد قد يكونون أحيانا ضحايا حرائق مثلهم مثل البنائيات ، نتيجة تأثير الضغط الناجم عن الحياة في عالم معقد ، تلتهب طاقتهم و مواردهم الداخلية و كأنها تحت تأثير فعل النيران و لا يبقى إلا فراغا شاسعا يختل داخل أنفسهم حتى و لو بدت هياكلهم الخارجية سليمة نوعا ما (سراي مهدي، 2012، ص 43).

و تعتبره جاكسون (1984) بأنه إرهاق انفعالي و جسماني و سخط على الذات و على الآخرين و أيضا على العمل ، مع فقدان الحماسة و الكسل و التبلد و نقص الإنتاجية (نوال الزهراني، 2008، ص 30).

و إذا كان الاحتراق النفسي حالة تتصل بظروف العمل فإنه يتوقف على إدراك الفرد لهذه الظروف و ما يمتلكه من قدرات.

فقد أشارت أهولا و آخرون (2005) إلى انه حالة عقلية سلبية ناتجة عن الإجهاد المزمن الممارس في العمل و نقص الدعم الاجتماعي و غموض الدور و الدكتاتورية و نتائجه التعرض لبعض الاضطرابات النفسية و منها الاكتئاب (k.Ahola, 2014, p.p 29-37).

و قد وصفته كل من ماسلاك و جاكسون 1981 كنتيجة للإجهاد المزمن في مكان العمل لم يتم التعامل معه بنجاح كما انه يتميز بالإرهاق و تبلد الشخصية و السلبية (Stavroula.L , Aditya.J ,2010, p 66).

و يشير سيدولين (1982) إلى أن الاحتراق النفسي يحدث كنتيجة نهائية لضغط العمل و يستدل على و جوده من خلال الأعراض التالية:

- شعور الفرد بالاستنزاف الجسمي و النفسي مما يشعره بفقدان الطاقة و الحيوية و النشاط.
- التحول السلبي في استجابة الفرد و تعامله مع الآخرين خاصة في مكان العمل ، إذ تتولد لديه اتجاهات سلبية نحو العمل تتمثل في تدني الانجاز و فقدان الدافعية للعمل.
- النظرة السلبية للذات و الشعور بالعزلة و الاكتئاب و الملل(محمد الزبودي، 2007، ص 195).

و قد أورد محمود فتحي عكاشة في كتابه علم النفس الصناعي مفهوما للاحتراق النفسي واصفا إياه بأنه الحالة التي يكون عليها الفرد عندما يقع تحت ضغط داخلي لدوافع العطاء و الالتزام ، و تقف الظروف الخارجية (الخارجة عن إرادته و مركز التحكم لديه) حائلا دون هذا العطاء و تحقيقه بالمستوى المرغوب مما يعوقه عن تحقيق ذاته و الوصول بأدائه إلى أعلى مستوى مرغوب من النجاح ، و يضيف ان الحالة النفسية التي تصف الفرد في هذا الموقف من الصراع بين الرغبة في العطاء و الالتزام الداخلي و معوقات الأداء الخارجية يطلق عليها مصطلح الاحتراق النفسي(فتحي عكاشة، 1999، ص. ص96-97).

و يعرف أيضا على انه متلازمة أو مجموعة أعراض الإجهاد العصبي و استنفاد الطاقة الانفعالية و التجرد من الخواص الشخصية و الإحساس بعدم الرضا عن الانجاز الشخصي في المجال المهني و هي مجموعة أعراض يمكن أن تحدث للأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس( هبة عبد الحميد، 2009، ص 11).



## تعقيب :

يتضح لنا من التعريفات السابقة أنها في مجملها تتفق على أن الاحتراق النفسي من الإنهاك يمس الجوانب التالية من شخصية الفرد و هي الجانب الجسمي ممثلا ذلك في الأمراض الجسمية ، كالصداع ، آلام الظهر ، اضطرابات الأكل الضعف الجنسي و غيرها و الجانب العقلي و تتمثل تأثيرات الاحتراق النفسي على هذا الجانب في البلادة الفكرية ، الوسوسة و الشك ، قلة الانتباه و عدم القدرة على حل المشكلات و مواجهتها ، أما الجانب الآخر فهو الجانب النفسي و من اضطراباته ، الإحباط و القلق ، الغضب ، الانفعال الزائد ، عدم الإحساس بالمسؤولية و عدم الاسترخاء ... إلخ .

إن الضغط المستمر على هذه الجوانب الجسمي يصرف طاقة كبيرة في محاولته التكيف و التوافق مع هذه الظروف مما يجعل قدرته على مقاومة الأمراض في تدني مستمر و كلما زادت حدة هذه الأعراض كلما قلت كفاءة الفرد في أداء مهامه و بالتالي إصابته بالاحتراق النفسي كمرحلة أخيرة لعجز الفرد عن التكيف و التوافق مع مطالب العمل بطريقة مقبولة ، و لا تتوقف الإصابة بالاحتراق النفسي على ظروف العمل المحيطة بل يتعلق أيضا بمدى إدراك الفرد بهذه الظروف و ما يملكه من قدرات قد تساعده على التوافق مع الضغوطات و بالتالي ينجو من مصيدة الأمراض و الاضطرابات أو قد لا تساعده و تجعله في صراع بين الرغبة في الأداء و الالتزام الداخلي و معوقات الأداء، و هنا يظهر الاحتراق النفسي جليا في صورة أعراض متعددة و لكنه لا يصل إلى نهايته إلا بعد المرور بمراحل مختلفة نتعرف عليها في الأسطر اللاحقة.

## 2- مراحل حدوث الاحتراق النفسي:

طبقا لنموذج فننجا و جيمس سبيرادلي فإن هناك خمسة مراحل تؤدي إلى حدوث الاحتراق النفسي في

مجال العمل هذه المراحل هي:

## 1-مرحلة شهر العسل:

حيث يشعر الفرد الملتحق بالعمل حديثا بالأمل و يعيش مزهوا بأحلام الشباب و يشتعل بالحماس و الفوران الانفعالي، و في هذه المرحلة يواجه الفرد مشكلات العمل بروح ايجابية.

## 2-مرحلة نفاذ الوقود:

حيث تبدأ المظاهر الأولى للاحتراق النفسي خفية و تدريجيا، و يشعر الفرد كان طاقته على المواجهة و التكيف قد ضعفت ، و كان الطاقة التي يمكن أن يواجه بها تصاريف الحياة قد تم استنزافها.

## 3-مرحلة التوتر المزمن:

حيث يشعر الفرد بأعراض مثل: الإنهاك البدني و النفسي و الشعور بالضيق و التوتر و الاكتئاب.

## 4-مرحلة الأزمات:

حيث تزيد حدة أعراض الإنهاك البدني و النفسي و يشعر الفرد بانه مغلق في الهاوية.

## 5-مرحلة الانهيار:

و هي المرحلة الأخيرة حيث تتجاوز الضغوط النفسية طاقة الفرد الاحتمالية فيقع صريع المرض سواء كان هذا المرض نفسيا أو مرضا ببيكوسوماتيا أي مرض جسمي نفسي المنشأ مثل أمراض ضغط الدم ، القرحة المعدية، قرحة الإثني عشر، حيث إن هذه الأمراض و إن كانت جسمية إلا أن أسبابها نفسية كالتوتر و الانضغاط و حتى

الانفعال (محمد شحاتة ربيع، 2010، ص 275).

و لا يصل الفرد إلى مرحلة الاحتراق النفسي بشكل مفاجئ بل عبر ثلاثة مراحل هي:

- **المرحلة الأولى:** و تعرف بمرحلة الاستشارة الناتجة عن الضغوط أو الشد العصبي الذي يعايشه الفرد في عمله في عمله و ترتبط بالأعراض التالية: سرعة الانفعال، القلق الدائم، فترات من ضغط الدم العالي، الأرق، صرير الأسنان أو اصطكاكهم أثناء النوم، النسيان، صعوبة في التركيز، الصداع و ضربات القلب غير المنتظمة.

- **المرحلة الثانية:** و تعرف بمرحلة توفير أو الحفاظ على الطاقة و تشمل استجابات سلوكية مثل: التأخر عن الدوام، تأجيل الأمور، الحاجة إلى أكثر من يومين لعطلة نهاية الأسبوع، انخفاض الرغبة الجنسية، التأخير في إنجاز المهام، الامتعاض، زيادة في استهلاك المنبهات، اللامبالاة، انسحاب اجتماعي، السخرية، الشك و الشعور بالتعب في الصباح.

- **المرحلة الثالثة:** و يطلق عليها مرحلة الاستنزاف أو الإنهاك و التي ترتبط بمشكلات بدنية و نفسية مثل: الاكتئاب المتواصل، اضطرابات متواصلة في المعدة، التعب الجسمي المزمن، إجهاد ذهني مزمن، صداع دائم، الرغبة في الانسحاب النهائي من المجتمع و الرغبة في هجر الأصدقاء و ربما العائلة (علي عسكري، 2003، ص 126).

أما ماتيسون و ايفانسيفيتش (1987) فيريان بان ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة إنما تتضمن المراحل التالية:

### 1-مرحلة الاستغراق:

و فيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفعا و لكن إذا حدث عدم اتساق بين ما هو متوقع من العمل و ما يحدث في الواقع يبدأ مستوى الرضا في الانخفاض.

## 2- مرحلة التبدل:

هذه المرحلة تنمو ببطء و ينخفض فيها مستوى الرضا عن العمل تدريجيا و تقل الكفاءة و ينخفض مستوى الأداء عن العمل و يشعر الفرد باعتلال صحته البدنية و تقل اهتماماته إلى مظاهر أخرى من الحياة كالهويات و الاتصالات الاجتماعية و ذلك لشغل وقت فراغه.

## 3- مرحلة الانفصال:

و فيها يدرك الفرد ما يحدث و يبدأ في الانسحاب النفسي و اعتلال الصحة البدنية و النفسية مع ارتفاع مستوى الإجهاد النفسي.

## 4- المرحلة الحرجة:

و هي أقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي، و فيها تزداد الأعراض البدنية و النفسية و السلوكية سوء و خطرا و يحتل تفكير الفرد نتيجة شكوك الذات و يصل إلى مرحلة الاجتياح (الانفجار) و يفكر الفرد في ترك عمله و قد يفكر في الانتحار(نوال الزهراني، 2008، ص.ص 14-15).

أما فروودنبرجر فقد فرقت بين مرحلتين أوليتين الأولى بدون أحاسيس و الثانية مع الأحاسيس، و في سنة (1992) قامت بتوسيع وصفها إلى اثنا عشر مرحلة تبدأ هذه المراحل بإكراه إثبات الذات و تستمر بتعزيز الجهود المصحوبة بإهمال متطلباته الشخصية، إعادة تفسير القيم، تجاهل المشاكل الحاصلة و أخيرا تؤدي إلى التراجع ، اختلال الهوية، فراغ داخلي و تعب كلي.

على عكس ذلك قسمت ماسلاك الاحتراق إلى أربعة مراحل هي:

✓ المثالية و إقبال الكاهل.

✓ التعب الحسي و البدني.

✓ زوال الإنسانية ( صورة العدو).

✓ المرحلة النهائية تتميز بأعراض الكراهية ( كره الشخص لذاته ، كره الغير و أخيرا كره كل شيء) ثم الانهيار

( استقالة من منصب ، مرض ) (A. Längle,2003,p 107).

### تعقيب:

يختلف تعداد مراحل حدوث الاحتراق النفسي من باحث إلى آخر فنجد مثلا :فينجا و سيرادلي لخصها في خمس مراحل ، مرحلة شهر العسل حيث يواجه الملتحقون حديثا بالعمل المشاكل بروح ايجابية ، ثم ثانيا مرحلة نفاذ الوقود حيث تبدأ المظاهر الأولى للاحتراق النفسي تدريجيا ، ثالثا مرحلة التوتر المزمن حيث تبدأ أعراض الإنهاك البدني و النفسي و الاكتئاب ، رابعا مرحلة الأزمات حيث تزيد حدة الأعراض السابقة ، و أخيرا مرحلة الانهيار و هي مرحلة الوقوع في الأمراض النفسية و النفسية جسمية حيث تتجاوز الضغوط النفسية طاقة الفرد فيعجز عن التوافق معها .

أما على عسکر فيختزلها في ثلاث مراحل هي :

✓ مرحلة الاستشارة الناتجة عن ضغوط العمل

✓ مرحلة الحفاظ على الطاقة و تتمثل في الغياب عن العمل و تأجيل الأمور و الانسحاب الجماعي .

✓ مرحلة الاستنزاف أو الإنهاك و هي نفس المرحلة الخامسة من التقسيم السابق حيث ترتبط بالمشكلات

البدنية و النفسية .

أما ماسلاك فقد قسمت مراحل الاحتراق إلى أربع مراحل :

✓ المثالية و إنثال الكاهل حيث أن الأفراد المخلصين و الأكثر التزاما في عملهم هم الأكثر عرضة للإصابة

بالاحتراق النفسي .

✓ التعب الحسي و البدني ليس فقط أثناء العمل بل حتي خارج أوقات العمل و يتمثل في اضطراب النوم و عدم انتظامه ، سرعة الإصابة بالمرض .

✓ زوال الإنسانية ، حيث يتميز بالسلبية و سوء الظن اتجاه زملاء .

✓ المرحلة النهائية و تتميز بأعراض الكره حيث يكره الشخص ذاته و غيره ثم يشمل الكره كل شيء ، ثم الانهيار.

و من هنا نلاحظ الاختلاف الواضح في تعداد مراحل حدوث الاحتراق النفسي و لكنها تتفق كلها في المراحل الأخيرة ، فبمجرد الوصول الفرد إلى هذه المرحلة يقع صريع للأمراض النفسية كالاكتئاب ، القلق ، اليأس ، الأرق و الأمراض الجسمية ذات الأساس النفسي كقرحة المعدة و قرحة الإثنا عشر و قد لا يتوقف الأمر عند هذا الحد بل قد يصل إلى الانتحار ، حيث توصل سونيك إلى أن معدل الانتحار عند الأطباء النمساويين المصابين بالاحتراق النفسي مرتفع بنسبة 50% و أعلى نسب و أعلى نسبة 25% عند النساء الأطباء مقارنة بمتوسط المعدل لدى عامة الناس (A-Längle,2003,p 107).

### 3- مستويات الاحتراق النفسي:

إذا كان الاحتراق النفسي يحدث عبر مراحل متلاحقة، فان له بعض المستويات المتدرجة و منها ما ذكرته منى بدران 1997 بان له ثلاثة مستويات حسب سبانيول 1979 و هي:

#### 1- احتراق نفسي معتدل:

حيث ينتج عن نوبات متكررة من التعب و القلق و الإحباط.

## 2- احتراق نفسي متوسط:

و ينتج عن نفس مصادر المستوى الأول ، و لكنها تستمر لمدة أطول (أسبوعين على الأقل) مع عدم القدرة علة مواجهتها بفاعلية.

## 3- احتراق نفسي شديد:

و ينتج عنه بعض المظاهر الجسمية مثل: القرحة المعدية، نوبات الصداع المزمن و آلام الظهر المزمنة ( حسام زكي، 2008، ص 43).

### تعقيب :

قسم سانويل (1979) مستويات الاحتراق النفسي إلى ثلاثة مستويات تبدأ باحتراق نفسي معتدل يكون فيه الفرد عرضة للتعب و القلق و الإحباط نتيجة التعرض لمواقف ضاغطة ليست شديدة بشكل متكرر، و هذا في محاولته للتكيف و التأقلم معها .

أما المستوى الثاني فهو متوسط الشدة حيث تتكرر نفس أعراض المستوى الأول لكنها تستمر لمدة أطول على الأقل أسبوعين، في هذا المستوى يفقد الفرد القدرة مواجهة المشكلات و الضغوطات و بالتالي يعجز عن التكيف معها .

و في المستوى الثالث تظهر الأعراض الجسمية مثل: القرحة و نوبات الصداع المزمن و آلام الظهر كاستجابة على فشل الجسم في مواجهة الضغوطات و هي مؤشر على استنفاد الفرد لطاقته .

#### 4- أبعاد الاحتراق النفسي:

##### 4-1- الإنهاك الانفعالي:

يعتبر شيوت schutte و آخرون (2000) الإنهاك الانفعالي كسمة مميزة للتناذر، و يعتبره شيروم shirom (1989) كعرض جوهري في الاحتراق النفسي ، أما عند ماسلاك و جاكسون (1984) فانه يؤدي إلى شعور الفرد باستنزاف انفعالي مفرط نتيجة احتكاكه بالناس الآخرين. و لدى بيزي (1999) إلى شعور الفرد بتشبع انفعالي و عاطفي في عمل و استنزاف انفعالي مفرط نتيجة احتكاكه بالناس الآخرين .

و في نفس السياق ذهب تاريس taris و آخرون (1999) إلى أن الإنهاك الانفعالي يشير إلى شعور الفرد بتوتر انفعالي زائد و استنزاف موارده الانفعالية.

يتضح مما سبق أن تعاريف الاحتراق النفسي تقريبا متشابهة حيث تشير إلى شعور الفرد باستنزاف و تشبع موارده الانفعالية نتيجة لطبيعة عمله التي تفرض عليه التعامل مع أفراد آخرين بحاجة إلى خدماته، وقد ذكر كاوي Cawley (1995) أن الفرد في هذه المرحلة يشعر باستنزاف موارده الانفعالية و ليس لديه مصدر للتزويد بالطاقة ، فيضع مسافة بينه و بين من هم في حاجة إلى خدماته و الطلبات التي تغمره فلا يجد في هذه المرحلة وسيلة للتخفيف عن هذا الشعور إلا بوضع مسافة بينه و بين من يتعامل معهم.

##### 4\_2 تبليد الشعور:

يشير تبليد الشعور حسب ماسلاك و جاكسون (1984) إلى استحابة الأفراد العديمة الشعور و القاسية اتجاه الأشخاص الذين يتلقون منهم الخدمة و الرعاية ، كما أنه يعني معاملة الأفراد الآخرين كأشياء و يتضمن تبليد الشعور لدى تاريس و آخرون (1999) اتجاهات سلبية حيادية منفصلة مفرطة تجاه الآخرين .



و يذكر شيوت و آخرون (2000) أن تبدل الشعور يشير إلى اتجاهات و مشاعر الفرد السلبية و الساخرة و المستقلة و المبنية للمجهول تجاه الأفراد الآخرين و يتضمن أيضا الشعور السلبي و الشعور بالقسوة و الإهمال و تطور مشاعر السخرية و عدم الاحترام ، و عليه يطور هؤلاء الأفراد اعتقادات و ضيعة و حقيرة عن الأشخاص الآخرين و يتوقعون الأسوأ لهم و سريعا ما يكرهونهم تماما ، ففي هذه المرحلة يفقد هؤلاء الأفراد الاهتمام بالغير .

و من المحتمل أن يقلص تبدل المشاعر تجاه الزبائن من شدة الاستشارة الانفعالية ، فتعديل مستويات مبادعة مناسبة تكون ضرورية للأداء الفعال يرفع قليلا من معنويات المهنيين لأنه يسمح لهم بالتراجع تجاه مشاكل زبائنهم، لكن إذا زاد الأمر عن حده فإنه يؤدي لا محالة إلى نتائج سلبية .

ويقصد بالعلاقة التباعدية تلك الاتجاهات و السلوكات (الإبتعادية) التي تضع بين مقدم الخدمة و الزبون مسافة.

#### 4\_3\_ نقص الإنجاز الشخصي :

لقي هذا البعد الأخير من أبعاد الاحتراق النفسي أهمية قليلة من قبل الباحثين على خلاف البعدين السابقين : الإنهاك الانفعالي و تبدل المشاعر (Afshin et al, 2012, p 142).

يعني نقص الإنجاز الشخصى لدى ماسلاك و جاكسون (1984) انخفاض شعور الفرد بكفاءته و إنجازته المثمر في عمله مع الناس و يعني لدى شيوت و آخرون (1999) انخفاض مشاعر الكفاءة و الإنجاز المثمر في العمل.

يرجع نقص الشعور بالإنجاز الشخصى في العمل كما تذكر بيزي إلى التقسيم خاصة فيما يتعلق بالعمل تجاه الزبائن، فالأفراد في مهن تقديم المساعدة لديهم صورة سلبية حول ذواتهم كمهنيين ، تظهر الطريقة التي ينجزون بها عملهم على نقيض ما يجب أن تكون عليه في إطار علاقة المساعدة ، لديهم إحساس عام بتعكير الصفو و بأنهم ليسوا في مستوى متطلبات و كفاءات مركزهم و يظنون أنهم اخطئوا في توجيههم المهني .

في هذا الصدد بين الباحثون في العجز المكتسب أن الحالات التي تتناقض فيها جهود الفرد بصفة متكررة عن تحقيق نتائج إيجابية تطور لديه أعراض الضغط و الاكتئاب خاصة عندما يعتقد أن عمله لا يضيف له شيئاً .  
يفقد القدرة على الاحتمال و يشعر بالإرهاق شيئاً فشيئاً (فتيحة مزياي،2015/04/30).

هكذا فإن الاحتراق النفسي عند ماسلاك و جاكسون عبارة عن تناذر يتضمن ثلاثة أبعاد متمثلة في :الإرهاك الانفعالي و تبدل المشاعر و انخفاض الإنجاز الشخصي ، و ما نلاحظه في التعاريف اللاحقة لتعريف ماسلاك و جاكسون فإن غالبيتها حذت حذوه كون هذا التعريف في حد ذاته يعتبر نموذجاً قابل للقياس و ذلك من خلال أداة MBI (Maslach Burnout Inventory) و هي من تصميم الباحثين ، و تقيس الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي .

### تعقيب :

للاحتراق النفسي ثلاثة أبعاد و هي : بعد الإرهاك الانفعالي و هو من أبرز الأبعاد المميزة للاحتراق النفسي و يظهر نتيجة للاحتكاك مع الآخرين، أما البعد الثاني فهو تبدل الشعور و يعني انعدام الشعور اتجاه الأشخاص الذين يتعامل معهم الفرد العامل و تتميز اتجاهاته نحوهم بالسلبية و الحيادية و تسيطر عليه مشاعر السخرية و عدم الاحترام ، ثم ما يلبث أن يضع مسافة بينه و بين من تقدم لهم الخدمة و هذا يسمى بالعلاقة التباعدية التي من شأنها أن تقلص الاستشارة الانفعالية، إذا كانت ضمن حد معين، فإذا زادت عن هذا الحد فإنها تشكل مشكلة تستدعي العلاج، و البعد الثالث يسمى نقص الإنجاز الشخصي و هو يعني شعور الفرد بتدني في كفاءته في عمله، بمعنى أنه ينخفض تقدير الذات لديه اتجاه أدائه في عمله، مما ينعكس على كفاءته في العمل، و يتولد لديه الشعور بأنه ليس في مستوى متطلبات العمل الذي يشغله و يتولد لديه الشعور أيضاً بأنه الرجل غير المناسب في المكان غير المناسب .

## 5\_ مصادر الاحتراق النفسي:

ككل الاضطرابات هناك مجموعة من الأسباب التي تؤدي إلى حدوثها أو زيادة حدتها، و للاحتراق النفسي

كذلك مجموعة من المصادر و الأسباب تصنف إلى ثلاثة مستويات:

- تنظيمية أين يتم دراسة تأثير نوع نشاط الفرد و بيئة العمل

- فردية بيئية ( اجتماعية) تتعلق بدراسة العلاقات

- فردية ذاتية ( شخصية) و تهتم بالخصائص الشخصية للفرد العامل.

1- أسباب تنظيمية: تهتم بدراسة تأثير نوع نشاط الفرد و بيئة العمل، و من أمثلة المتغيرات التي تعكس

نوع النشاط عبء العمل ، و إيقاع المهام المطلوبة و ضغط الوقت ، و ساعات العمل الطويلة غير

المتوقعة ، و العمل الرتيب غير المحفز بإجراءاته الموحدة. و تعد استحالة السيطرة على هذا النشاط واحدة

من العمليات الرئيسية التي تربط هذه المتغيرات بالاحتراق النفسي.

إلا أن الباحثين أولوا اهتماما أكبر بسياق العمل ، فوجدوا أن الأدوار غير الواضحة و المتناقضة ، و

العزلة ، و نقص الدعم الاجتماعي، و النزاع بين الحياة الأسرية و الحياة المهنية ، و انعدام الأمان كلها

عوامل ترتبط بوحدة أو أكثر من أبعاد الاحتراق النفسي .

كما أن أشكال العمل و مخاطره الجديدة أصبحت تؤخذ بعين الاعتبار بشكل

متزايد(www.ar.wikipedia.ar).

2- أسباب اجتماعية: إذ غالبا ما يزداد اعتماد الأفراد في المجتمع على المؤسسات الاجتماعية، مما يترتب

عليه عبء وظيفي ، يؤدي بدوره إلى انخفاض مستوى الخدمات المقدمة إلى ما دون المستوى المتوقع

لدى المجتمع، و هذا ما يسبب الشعور بالإحباط لدى الفرد ، و يجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

3- أسباب فردية ذاتية: حيث يعتبر فرودنبيرجر Freudenberger أول من استخدم مصطلح الاحتراق النفسي في مؤلفاته مشيراً إلى أن الأفراد المخلصين و الأكثر التزاما في مجال عملهم هم الأكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي، و هذا ما أكدته البحوث التي قام بها علي عسكر حيث توصل إلى أن الجماعة المهنية الأكثر عرضة للاحتراق النفسي هي الأكثر مثالية و التزاما بمهنتها، إذا ما تم الاعتماد في ذلك على تعريف الاحتراق النفسي الذي يتضمن في معناه فقدان الالتزام و المثالية في العمل بصفة عامة مع مرور الوقت (سامية رحال، 2013، ص.ص 86\_87).

### تعقيب :

تتعد مصادر الاحتراق النفسي و العوامل المسببة له، فسياسة المؤسسة التي يعمل بها الفرد و ما فيها من ظروف فيزيقية و وظيفية، تساهم بشكل مباشر في إصابة العامل بالاحتراق النفسي، و يتجلى ذلك من خلال المتغيرات المتعلقة بعبء العمل و إيقاع المهام المنوطة بالفرد، و ساعات العمل الطويلة التي لا تتوافق مع الأجر، أو لا يتم تعويض الفرد عنها ، أو الأعمال و المهام غير المتوقعة، مثلما هو الحال في المستشفيات خاصة في مصلحة الاستعجال، حيث يتم استقبال الحالات الطارئة دون ما سابق إنذار، و قد يفوق عدد الحالات عدد الموظفين المتوفرين مما يزيد من عبء المهام ، إضافة إلى ضرورة الإسراع في التكفل بالحالات المستعجلة مما قد يجعل الفرد العامل في حالة من الارتباك، خوفاً من ارتكاب الأخطاء و التي قد تؤدي بحياة الأفراد موضوع الخدمة ، إضافة إلى الخوف من الإصابة بالأمراض المعدية ، إلا أن سياق العمل كانت له حصة الأسد من البحوث و الدراسات، فوجد أن غموض الدور و صراعه و صدمة الدور عند مقابلة شيء جديد في العمل، و نقص المساندة الاجتماعية، و الصراع بين الأسرة و العمل، كلها تساهم في الإصابة بالاحتراق النفسي ، و بما أن الفرد عضو في المجتمع يؤثر و يتأثر فإن المؤسسات الاجتماعية التي ينتمي إليها الفرد تزيد من عبء الوظيفة الملقاة على عاتقه ، إضافة إلى عدم احترام المجتمع لمجهودات العامل التي يبذلها، إضافة إلى التعميم الذي يسود المجتمع ، ففي نظر

المجتمع كل العاملين بالمستشفيات العامة مهملون و لا يتمتعون بالمؤهلات الضرورية و اللازمة للعناية بالمرضى على أكمل وجه ، هذه النظرة تؤدي بالعاملين بالمستشفيات إلى الشعور بعدم الثقة في ذواتهم و في مجتمعهم، ممثلاً فيمن يقدمون لهم الخدمة ، هذا من جانب المجتمع ، أما من جانب الفرد فالعوامل الذاتية تلعب دوراً مهماً جداً في الإصابة بالاحتراق النفسي ، حيث أن المثالية الزائدة و الالتزام بأداء الأعمال و المهام تزيد من خطورة الوقوع في شرك الاحتراق ، ذلك أن الفرد المتفاني في عمله يصاب بالإحباط نتيجة عدم التوافق بين طموح الفرد و آماله مع ما يحيط به في بيئة عمله (معوقات خارجية) ، في هذه الحالة يأتي دور الخصائص الشخصية للفرد فإذا أحسن التعامل مع الضغوط النفسية وصل إلى بر الأمان و نأى عن الإصابة بالاحتراق النفسي ، أما إذا فشل في التوافق مع الضغوط النفسية المستمرة فيكون عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي .

## 6\_ مظاهر الاحتراق النفسي:

هناك مجموعة من المظاهر الدالة على وجود الاحتراق النفسي لد الفرد ، و التي تتضمن المظاهر الفيزيولوجية و البدنية ، و المعرفية ، و النفسية الاجتماعية ، و السلوكية ، و التي تبين خطورة الإنهاك النفسي على الفرد ، بل المجتمع كله ، و فيما يلي توضيح تلك المظاهر :

### 6-1- المظاهر الفسيولوجية و البدنية :

تشمل العلامات التي تظهر على البدن مثل الاضطرابات السيكوسوماتية و التي تتمثل فيما يلي :

-الصداع المستمر ، و الاضطرابات المعوية ، و الأرق و ضيق التنفس .

-آلام الظهر ، و ذبحة الصوت ، و فقدان الشهية .

- اضطرابات الكلى ، و الاستخدام المفرط للعقاقير و الكحوليات .

- أمراض القلب ، و القولون العصبي ، و ضغط الدم .
- انسداد الشرايين ، و أمراض الرئة و السرطان .
- اضطرابات النوم مثل : المشي أثناء النوم ، و النوم غير المنعش .
- اضطرابات الهضم و الإمساك .
- توتر العضلات ، و نقص المقاومة ، و الروماتيزم .
- الضعف الجنسي ، و غزارة البول ، و الإسهال .
- مرض الأيكيميا و فقر الدم .
- حب الشباب و التهابات الجلد .
- ضعف الحيوية ، و قلة النشاط .

## 6-2- المظاهر المعرفية : و تشمل ما يلي :

- البلادة الفكرية ، و فقدان القدرة على الابتكار .
- التشتت الإدراكي و الشرود الذهني .
- الوسوسة ، و كثرة الشك و العند .
- قلة المقدرة على انتباه و التركيز لفترة طويلة .
- عدم القدرة على مواجهة المشكلات بكفاءة .

### 6-3- المظاهر النفسية الاجتماعية:

و تشمل الاضطرابات النفسية التي فيها الفرد إضافة إلى بعض النواحي الاجتماعية ، و التي تتمثل

في ما يلي :

- الإحباط و القلق أمام الأزمات ، و كثرة الغضب .
- عدم الرضا الوظيفي .
- انخفاض تقدير الذات ، و السخط على الذات و الآخرين .
- سرعة البكاء و الانفعال الزائد .
- فقدان الاهتمام بالآخرين ، و الكآبة .
- البلادة العاطفية و الإجهاد الانفعالي .
- التشاؤم و ضعف القدرة على التحمل .
- عدم الإحساس بالمسؤولية ، و عدم الاسترخاء ، و شدة الأعصاب.

### 6-4- المظاهر السلوكية :

و تشمل مجموعة من الاستجابات الأدائية التي يمكن أن تظهر على سلوك الفرد ، و التي تتمثل فيما يلي :

- التغيب الطويل عن العمل و التقاعد المبكر .
- النقد الدائم للآخرين و السخرية منهم .
- عدم الالتزام بالعمل .
- العدوانية و فقدان الهوية الشخصية .
- أداء العمل بطريقة روتينية و مقاومة التطوير .

- الإبتكالية ، و الاعتداء على حقوق الآخرين .
  - البعد عن الموضوعية في الحكم على الأداء الوظيفي .
  - الانسحاب و الميل للعمل الإداري.
  - انتظار أيام العطل و الإجازات ليبعد عن عمله .
  - الانسحاب من الحياة العائلية ، و تجنب الأصدقاء .
  - تدني القدرة على الإنجاز.
  - نقص دافعية الأداء ، و التخلي عن المثاليات ، و زيادة سلبية الفرد .
  - زيادة العنف لدى الأزواج ، و حدوث الخلافات الزوجية .
- و بالرغم مما سبق فإن تلك المظاهر لا تكون بنفس الدرجة لدى جميع الأفراد ، بل لا يشترط أن تظهر كل هذه المظاهر لدى فرد واحد ، و لا في وقت واحد ، و ذلك يعود لاختلاف الأفراد فيما بينهم (حسام زكي، 2008، ص.ص 64\_67).

### تعقيب :

يعتبر الاحتراق النفسي المرحلة النهائية في الضغوط النفسية المتكررة التي تقع على عاتق الفرد العامل، و لا يستدل عليه إلا بمجموعة من الأعراض تمس جوانب حياة الفرد، سواء على المستوى الذاتي كالمظاهر الفيزيولوجية و الجسمية مثل الصداع المزمن ، اضطراب في الأمعاء آلام الظهر ، فقدان الشهية و غيرها ، هذه الأمراض و إن كانت جسمية تمس وظائف الأعضاء إلا أن أساسها نفسي، يتمثل في التعرض المستمر للتوتر و الانفعال و القلق ، أما على الصعيد المعرفي فيتميز الشخص المصاب بالاحتراق النفسي بالبلادة الفكرية ، الوسوسة ، الشك ، عدم القدرة على التركيز لفترة طويلة... إلخ ، هذه الاضطرابات تؤثر بلا شك على كفاءة العامل و مردوديته في أداء



المهام الموكلة له ، بل تتعداه إلى تدهور الجانب النفسي و الاجتماعي له ، فيصبح فريسة للإحباط و القلق و كثرة الغضب و عدم الرضا الوظيفي الذي ينتج عنه عدم الإحساس بالمسؤولية ، انخفاض تقدير الذات و الكآبة و فقدان الاهتمام بالآخرين كل هذه المظاهر تنعكس على سلوكه فيتسم بالعدوانية و فقدان الهوية الشخصية و الإتكالية ، الانسحاب من الحياة العائلية ، تجنب الأصدقاء و حدوث الخلافات الأسرية التي قد تؤدي إلى زيادة العنف لدى الأزواج ...

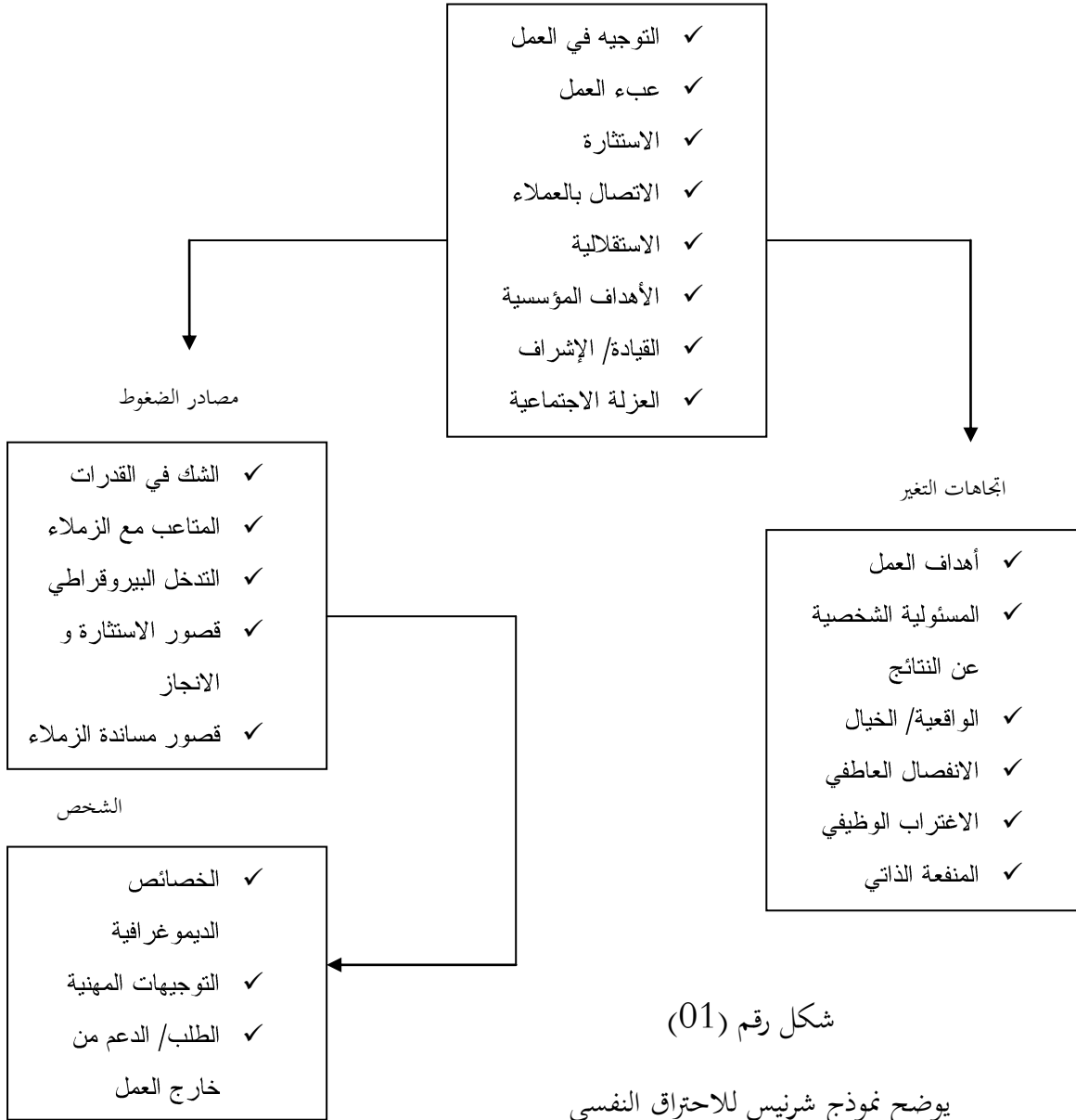
و من هنا نستنتج أن الاحتراق النفسي لا يؤثر على الفرد فقط أو على العمل فقط، بل تأثيره يشمل حياة الفرد بجميع جوانبها الشخصية، المهنية و حتى الأسرية .

## 7\_ بعض النماذج المفسرة للاحتراق النفسي:

### 7-1- نموذج شرنيس (1985):

قدم شرنيس (1985) النموذج الشامل للاحتراق النفسي و قد قابل مع معاونيه ثمانية و عشرون مهنيًا مبتدئًا في أربعة مجالات هي: مجال الصحة، مجال القانون، مجال التمريض في المستشفيات العامة و في مجال التدريس في الثانويات، و قد تمت مقابلة كل المفحوصين عدة مرات خلال فترة تتراوح من سنة إلى سنتين و يوضح الشكل رقم 01 هذا النموذج

## خصائص محيط العمل



شكل رقم (01)

يوضح نموذج شرنيس للاحتراق النفسي

## 1- خصائص محيط العمل:

تتفاعل هذه الخصائص مع الأفراد الذين يدخلون الوظيفة لأول مرة، و لهم توجهات مستقبلية معينة و مطالب عمل زائدة و يحتاجون إلى مساندة اجتماعية ، كل هذه العوامل تعتبر مصادر معينة من الضغط الذي يتعرض له الأفراد بدرجات متفاوتة و يتواءم الأفراد مع هذه العوامل الضاغطة بطرق مختلفة فيلجا البعض إلى أساليب و استراتيجيات منحرفة ، بينما يتواءم آخرون عن طريق اللجوء إلى الاتجاهات السالبة و التي تشكل الاحتراق

النفسي و هذه الخصائص هي:

✓ التوجيه في العمل

✓ عبء العمل

✓ الاستشارة

✓ الاتصال بالعملاء

✓ الاستقلالية

✓ الأهداف المؤسسية

✓ القيادة/ الإشراف

✓ العزلة الاجتماعية

## 2- المتغيرات الشخصية/ الشخص:

وهي تضم الخصائص الديموغرافية، التوجيهات المهنية بالإضافة إلى التأيد الاجتماعي من خارج العمل.

## 3- مصادر الضغط:

وضع شرنيس خمسة مصادر للضغط كمقدمات الاحتراق النفسي و هي:

✓ عدم الثقة في الذات و نقص الكفاءة

✓ المتاعب مع الزملاء

✓ التدخل البيروقراطي

✓ قصور الاستشارة و الانجاز

✓ قصور مساندة الزملاء.

## 4- متغيرات الاتجاهات السالبة:

حدد شرنيس ستة اتجاهات سالبة تنتج عن الضغوط و تتمثل في:

✓ عدم وضوح الهداف في العمل

✓ نقص المسؤولية الشخصية عن النتائج

✓ التناقض بين المثالية و الواقعية

✓ الانفصال أو الانفصال العاطفي

✓ الاغتراب الوظيفي

✓ نقص الاهتمام بالذات.

**5- متغيرات إضافية:**

أضيفت بعض المتغيرات الأخرى مثل المتغيرات المرتبطة بالعمل و هي:

✓ الرضا الوظيفي

✓ الغياب عن العمل

✓ الاتجاه نحو ترك المهنة

✓ الأعراض السيكوسوماتية

✓ الرضا الزوجي

✓ صراع الدور

✓ الصحة الجسمية

✓ استخدام العقاقير.

و قد أوضح شرنيس أنه كلما زادت صدمة الواقع و زاد التعرض للضغط كلما زاد الاحتراق النفسي، كما أوضح

أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات عالية في الاحتراق النفسي هم الذين يتلقون مساندة اجتماعية ضعيفة

، و يوضح هذا النموذج أيضا أن العوامل الديموغرافية مثل السن و الجنس و الخبرة ضعيفة الارتباط بالاحتراق النفسي (سعاد مخلوف، 2012، ص.ص 99-101).

## 7-2- نموذج شفاف و آخرون للاحتراق النفسي:

يشير هذا النموذج إلى المصادر و المظاهر و المصاحبات سلوكية للاحتراق النفسي و ذلك على النحو التالي:

أولاً- النموذج يشير إلى نوعين من مصادر الاحتراق النفسي : أولهما يرتبط بمكان العمل و الذي يتمثل في صراع الدور و غموضه و عدم مشاركة الموظف في اتخاذ القرارات و التأييد الاجتماعي الرديء.

ثانياً- يرتبط بالموظف ذاته مثل توقعاته نحو دوره المهني بالإضافة إلى المتغيرات الشخصية الأخرى خاصة به مثل سنه ، جنسه و مستوى خبرته و مستواه التعليمي.

ثالثاً- أشار النموذج إلى المصاحبات السلوكية للاحتراق النفسي و التي تتمثل في : رغبة الموظف ترك العمل، التعب لأقل مجهود ، التمارض، زيادة معدل التغيب عن العمل.

و تشمل مصادر الاحتراق النفسي حسب هذا النموذج عل ما يلي:

### 1- عوامل خاصة:

- صراع الدور
- غموض الدور
- عدم المشاركة في القرار
- تأييد اجتماعي رديء.

### 2- عوامل و متغيرات شخصية:

- الجنس، السن

- سنوات الخبرة

- المستوى التعليمي

- التوقعات المهنية.

### 3- مظاهره ( الأبعاد):

- استنزاف انفعالي

- فقدان الهوية الشخصية

- نقص في الانجاز الشخصي.

### 4- المصاحبات السلوكية:

- ترك المهنة

- زيادة معدل الغياب

- التعب لأقل مجهود (طايبي نعيمة، 2013، ص.ص 26-27).

### 7-3- نموذج ليدر و ماسلاك (1988):

وضع مقترح هذا النموذج بشكل أولي من قبل ليدر و ماسلاك (1988) ، ثم قامت ليدر بتعديله لاحقا، و ترعم كل من ليدر و ماسلاك أن الاستنزاف الوجداني هو عنصر حتمي في عملية الاحتراق النفسي ، حيث تؤدي مسببات الضغط التي تأتي من الوظائف التي لديها اتصال مباشر مع العملاء إلى استنزاف وجداني، و هذا الاستنزاف يقنع بتبدد الشخصية كعامل للتعایش و التعامل مع مشاعر الاستنزاف ، و يعد تبدد الشخصية كاستجابة تعایش جوهريّة و التي تم استدعاؤها عندما تخفف أشكال التعایش الأخرى التوتر.

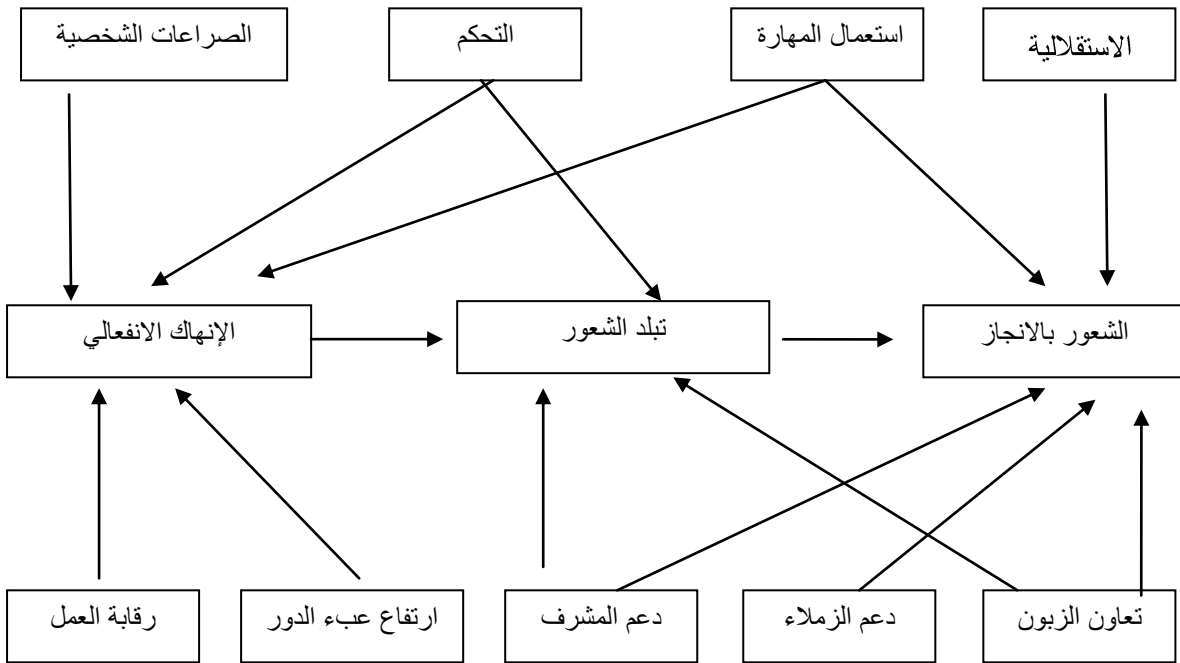
و قد وضعت ليتر نسخة معدلة للنموذج سنة (1993) قائمة على قواعد مشاهدة لعملية الاحتراق ، حيث يعرض الاحتراق النفسي على انه عملية تطويرية و هي تتابع ممزوج و نموذج تنمية متوازي ، و الذي يتم تطوير الانجاز الشخصي المتدني، و الاستنزاف الوجداني بشكل متوازي، و ربما يتم تفسير علاقة الانجاز الشخصي مع الاستنزاف الوجداني و تبدد الشخصية بشكل أفضل و ذلك بواسطة مواءمة المصادر المتاحة للشخص في العمل مثل الدعم الاجتماعي و الانتفاع بالمهارات ، و انعكاسا على هذه النتائج يتم إعادة تكوين العلاقات بين الانجاز الشخصي و بقية العوامل ، و قد صور تبدد الشخصية كوظيفة مباشرة للاستنزاف الوجداني، كما ان تدني الانجاز الشخصي قد يتطور بصورة مستقلة عن الاستنزاف الوجداني و تبدد الشخصية (أمل الهملان، 2008، ص.ص 30-31).

و يرى هوبفول و فريدي (Hobffoll et Freedy) (1993) أن هذا النموذج ينطلق من مطلقين اثنين هما:

أولاً: تؤثر أبعاد الاحتراق النفسي في بعضها البعض من خلال تطورها عبر الزمن.

ثانياً: تختلف علاقة الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي بالظروف المحيطة و العوامل الفردية.

و فيما يلي شكل توضيحي حول ما جاء به هذا النموذج.



شكل رقم (02)

نموذج ليدر للاحتراق النفسي (سامية رحال، 2010، ص 71)

#### 7-4- نموذج العلاقات البنائية:

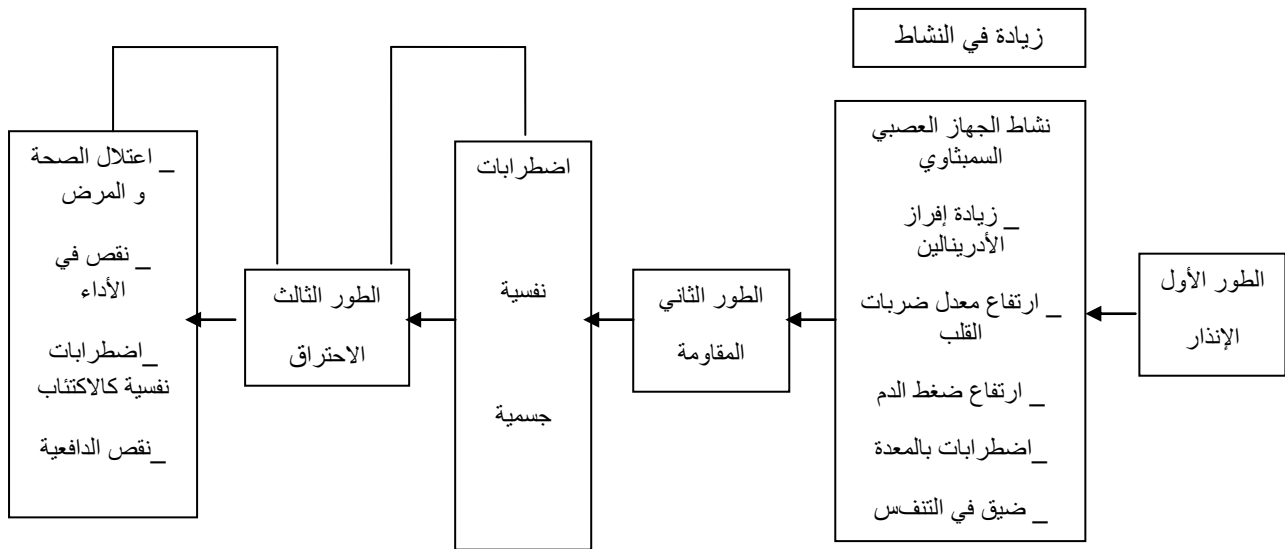
حسب انجل و آخرون Angel . B et al (2003) يقدم هذا النموذج وصفا للعلاقات المتبادلة بين أبعاد الاحتراق النفسي، الانجاز الشخصي و مشاعر الإجهاد، من حيث تأثير كل منها في الأخر، فبشير إلى أن بعد الانجاز الشخصي يؤثر على الإجهاد الانفعالي، بمعنى انه كلما ارتفع انجاز الفرد كلما قل إحساسه بالإجهاد، و كذلك إحساسه بتبدل المشاعر، هذا من جانب و من جانب آخر يوضح النموذج تأثير استراتيجيات المواجهة على الاحتراق النفسي و التي صنفت إلى استراتيجيات فعالة و أخرى غير فعالة ، و أوضح ارتباط استراتيجيات المواجهة الفعالة بالانجاز الشخصي، بينما ارتبطت الاستراتيجيات غير الفعالة بمشاعر الإجهاد، بمعنى أن هناك نوعا من العلاقات المتبادلة بين استراتيجيات المواجهة بنوعها و بين الاحتراق النفسي و كذلك بين أبعاد الاحتراق النفسي بعضا لبعض، و هما بعدي تبدل المشاعر و الإجهاد الانفعالي و بين البعد الثالث للاحتراق



النفسي الذي يدل ارتفاعه على انخفاض الاحتراق النفسي، بينما يدل انخفاضه على ارتفاع الاحتراق النفسي و هو بعد الانجاز الشخصي (المرجع السابق، ص 70).

## 7-5- نموذج هانز سيلبي (G.A.S):

قدم سيلبي نموذجَه عام (1956) ثم أعاد صياغتها مرة أخرى عام (1976) وأطلق عليه زملة التوافق العام General Adaptation Syndrom، حيث يعتبر سيلبي أن التعرض المتكرر للاحتراق يترتب عليه تأثيرات سلبية على حياة الفرد، حيث يفرض الاحتراق النفسي على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية، اجتماعية، نفسية أو تجمع بينها جميعاً، ورغم أن الاستجابة لتلك الضغوط قد تبدو ناجحة فإن حشد الفرد لطاقته لمواجهة تلك الاحتراقات قد يدفع ثمنها بشكل أعراض نفسية و فزيولوجية، و قد وصف سيلبي هذه الأعراض على أساس ثلاثة أطوار للاستجابة لتلك الاحتراقات، و التي تتضح من الشكل التخطيطي التالي:



شكل رقم (03)

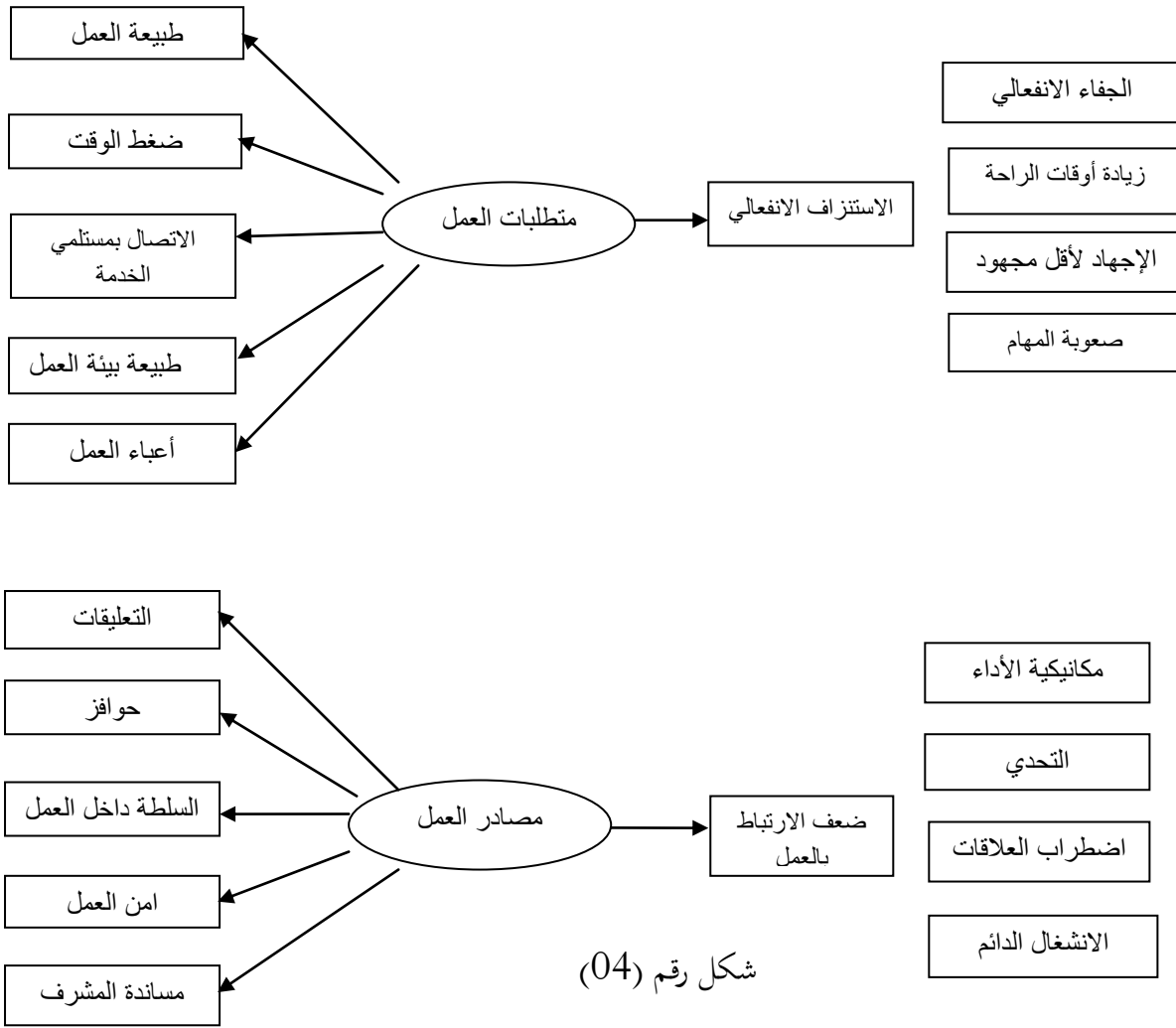
يوضح أطوار الاستجابة للاحتراق النفسي و مظاهره

يتضح من الشكل السابق أول أطوار الاستجابة هو الإنذار لرد الفعل و التي يظهر فيها بالجسم تغيرات في خصائصه في أول مواجهة للاحتراق النفسي و من هنا يبدأ التوافق الحقيقي ، أي أن هذه المرحلة تصف رد الفعل الطارئ الذي يظهره الفرد عند مواجهته للتهديد أو الخطر بهدف إعدادة للتعامل معه سواء بمواجهته أو بتجنبه، ثم تأتي بعد ذلك مرحلة المقاومة و التي تنشأ بوصفها نتيجة للمرحلة السابقة ، و ذلك إذا استمرت مواجهة الجسم للموقف الضاغط، في هذه المرحلة تختفي التغيرات التي حدثت في الخصائص الجسمية، حيث تكون قدرة الجسم غير كافية لمواجهة العوامل الخارجية المسببة للاحتراق النفسي عن طريق إحداث رد فعل تكيفي، لذا يبدأ الفرد في هذه المرحلة في تنمية مقاومة نوعية لعوامل الاحتراق، و التي تتطلب استخداما قويا لآليات التكيف مع التحمل و المكابدة في سبيل ذلك، مما يؤدي إلى نشأة بعض الاضطرابات النفسجسمية بعد ذلك يصل الفرد الى مرحلة الإنهاك ، و التي تحدث إذا استمرت المواجهة بين الجسم و الموقف الضاغط لمدة طويلة ، عندها تصبح طاقة التوافق منهكة مما يؤدي إلى ظهور التغيرات الجسمية التي حدثت في المرحلة الأولى و لكنها تكون بصورة اشد و أصعب و قد تؤدي بالفرد إلى المرض النفسي أو الوفاة.

و قد أوضح سيلبي ان تكوين الاضطراب السيكوسوماتي يمر بمراحل، حيث يبدأ بمثير حسي يعقبه إدراك و تقدير معرفي للموقف مما يؤدي إلى استثارة انفعالية و عندئذ يحدث اتصال الجسم بالعقل وينتج عن ذلك استثارة جسمية ثم آثار بدنية تؤدي إلى المرض(نوال الزهراني، 2008، ص. ص 42-43).

## 7-6- نموذج بيكر و آخرون 2001:

يهدف هذا النموذج لدراسة ظروف العمل و مصادره و متطلباته كمصادر للاحتراق النفسي متمثلا في بعدين هما الاستنزاف الانفعالي و ضعف الارتباط بالعمل ، و يتمثل النموذج في الشكل التالي:



شكل رقم (04)

مودج بيكر و آخرون لتفسير الاحتراق النفسي

و النموذج عبارة عن مرحلتين:

**المرحلة الأولى:** توضح مصادر الاحتراق النفسي و المتمثلة في متطلبات العمل ( طبيعة العمل، ضغط الوقت،

الاتصال بالعملاء، بيئة العمل، عبء العمل) و ما تؤدي به متطلبات العمل من استنزاف انفعالي و كذلك

مصادر الاحتراق النفسي المتمثلة في مصادر العمل ( التعليقات، الحوافز، السلطة داخل العمل، امن العمل،

مساندة المشرف) و ما تؤدي به من عدم الارتباط بالعمل.

**المرحلة الثانية:** توضح تبعات الاستنزاف الانفعالي ( صعوبة في أداء المهام، طلب أوقات لراحة الطول، الجفاء

العاطفي، الشعور بالإجهاد لأقل مجهود) إضافة لتبعات عدم الارتباط ( القيام بالعمل بصورة ميكانيكية تتسم

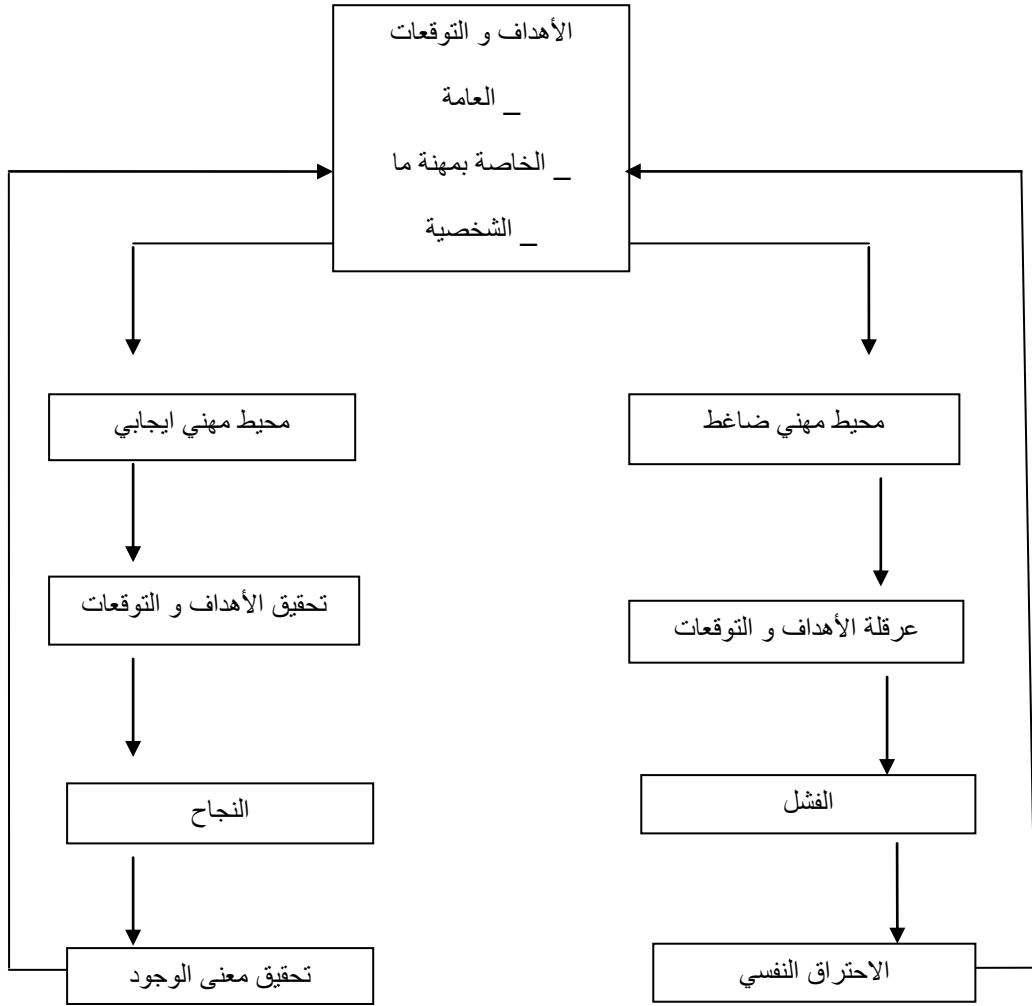
بالتحدي، ظهور اضطرابات في العلاقات الاجتماعية داخل العمل، شعور العامل بأنه أكثر انشغالا) (أمل  
الهملان، 2008، ص.ص 35-36).

## 7-7- النموذج الوجداني للاحتراق النفسي:

حسب الفرد لانقلي A . Längle (2003) يحدث الاحتراق النفسي من وجهة نظر وجودية من خلال:

- أ- أن الفرد يبدأ حياته و عمله بمثل و أهداف عالية لا يمكن تحقيقها مما يعرضه للصدمة.
- ب- أن الفرد يحتاج للتقدير الذاتي كما انه بحاجة إلى التقدير الاجتماعي من غيره ، و هو عندما يفشل في تحقيق أهدافه يفقد نظرتة و تقديره لذاته و كذلك احترام الناس له.
- ت- حينئذ يحدث فقدان للمعنى و يشعر الفرد بالفراغ الوجودي نتيجة نقص الطاقة النفسجسمية و فقدان القدرة على التكيف مما يؤدي إلى حالة من اللامبالاة مما يبدد حياة الفرد و يصيبه بما يسمى بالاحتراق النفسي  
( A . Längle , 2003 ,p 113 ) .

أما باينس A . Pines (2003) يظهر الاحتراق النفسي في مناخ ثقافي ، حيث يصبح العمل بالنسبة لعدد من الأفراد موضوع البحث عن معنى الوجود، و هذا يفسر أن الأسباب الأولى للاحتراق النفسي تنبع من حاجة الأفراد للاعتقاد أن حياتهم لها معنى، و أن الأشياء التي يقومون بها مفيدة وهامة ، بمعنى آخر أن الاحتراق النفسي ليس نتيجة لغياب كلي للمعنى أو غياب لحس التماسك حسب المفهوم الذي جاء به انطونو فيسكي Antono Visky (1990) ، بل يتعلق الأمر بكون الفرد يرى أن مساهمته الشخصية ليس لها معنى أو غير مهمة هو الذي يؤدي إلى الاحتراق النفسي، من هذا المنطلق كلما بدا فرد في ممارسة مهنة ما بتعلق و التزام كبيرين، كلما كان احتمال التعرض للاحتراق النفسي أكبر في ظل شروط عمل غير مناسبة، و قد لخصت باينس هذا النموذج في المخطط التالي:



الشكل رقم (05)

### النموذج الوجودي للاحتراق النفسي

نلاحظ من خلال الشكل في الأعلى مجموعة من الأهداف و التوقعات التي قد تكون عامة أو شخصية أو تتعلق بمهنة ما، هذه التوقعات تعكس ما ينتظره الشخص عندما يحظى بمنصب عمل أين تكون له مجموعة من التطلعات و الطموحات، إلا أن هذه التطلعات و الأهداف لا تتحقق و لا ينجح الشخص في الوصول إليها إذا لم يلق محيطا مهنيا ايجابيا يساعده في ذلك و يحقق بذلك معنى الوجود، في حين إذا تعرقلت هذه الأهداف و التطلعات من قبل محيط مهني ضاغط سيفشل الفرد في تحقيقها مما يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

و يفترض هذا النموذج أن الأشخاص الذين لديهم حافز كبير للعمل هم من يتعرضون للاحتراق النفسي، و لهذا فالمثاليون يعملون بصرامة لأنهم مؤمنون بان عملهم يعطي أهمية لحياتهم و يعطي بذلك معنى لوجودهم، و الشخص الذي لا يملك هذا النوع من الحفز الأولي يمكن أن يشعر بالضغط و الاكتئاب و أزمة وجود و ليس الاحتراق النفسي و هنا نجد أن باينس Pines قدمت تشخيصا فارقيا بين الاحتراق النفسي و الاكتئاب يظهر في وجود الحافز من عدمه ( سامية رحال، 2010، ص.ص 74-76).

### تعقيب:

تنوعت النماذج التي شرحت الاحتراق النفسي فنجد أن شرنيس قد وضع نموذجا قد شمل جميع جوانب الظاهرة ، فتناول بالشرح خصائص محيط العمل فاعتبر التوجيه في العمل ، عبء العمل، الاتصال بالعملاء... من مصادر الاحتراق تنطوي تحتها مجموعة من المتغيرات صنفها على أنها من مسببات الضغوط و منها شك الفرد في قدراته ، المشاكل مع الزملاء مما يسبب تقصا في المساندة الاجتماعية داخل العمل... إضافة إلى الاتجاهات السلبية التي تمس أهداف العمل غير الواضحة، عدم تحمل النتائج و الاغتراب الوظيفي...

هذا فيما يتعلق بخصائص الوظيفة و السياسة التنظيمية للمؤسسة، أم على صعيد الفرد فنجد تداخل مجموعة من العوامل منها العوامل الديموغرافية ممثلة في سن الفرد، جنسه و خبرته المهنية، كل هذه العوامل مجتمعة تمثل مصادر الاحتراق النفسي حسب شرنيس، في حين نجد شفاف و آخرون تناولوا في نموذجهم مصادر الاحتراق النفسي، مصادره، مظاهره و الاستجابات السلوكية له ، و من مصادره غموض الدور و صراع الدور و نقص المساندة الاجتماعية هذا على مستوى العمل ، أما على مستوى الفرد فيتفق شفاف مع شرنيس في الدور العوامل الديموغرافية في الإصابة بالاحتراق النفسي.

و تتجلى مظاهر الاحتراق النفسي حسب هذا النموذج دائما في الاستنزاف الانفعالي و فقدان الهوية و تديني القدرة على الانجاز، هذه المظاهر تصحبها استجابات سلوكية تتمثل في الرغبة في ترك العمل أو تغييرها، زيادة معدل الغيابات ( العطل المرضية دون سبب) ...

و هنا نلاحظ الاتفاق بين نموذج شفاف و نموذج كل من ليدر و ماسلاك في اعتبار بعد الاستنزاف الوجداني سمة بارزة في الاحتراق النفسي و الذي يؤدي بدوره الى تبدد في الشخصية ( تبدد الهوية عند شفاف) ، و قد اعتبرت ليت ران تبدد الشخصية و وظيفة مباشرة للاستنزاف الوجداني، و قد اعتبرت أيضا أن تديني الانجاز قد يتطور بعيدا عن الاستنزاف الوجداني و تبدد الشخصية.

و يختلف نموذج العلاقات البنائية مع ليدر في ذلك فرواده يعتبرون انه كلما ارتفع انجاز الفرد كلما قل إحساسه بالإجهاد و كذلك بتبدل المشاعر، أما عن الإضافة في هذا النموذج فهي تتمثل في مفهوم استراتيجيات المقاومة التي صنفت إلى نوعين ترتبط الأولى ببعيد الانجاز الشخصي و ترتبط الثانية بمشاعر الإجهاد، و يذهب رواده إلى اعتبار أن الاحتراق النفسي يرتبط ببعيد الانجاز الشخصي ، حيث انه كلما ارتفع الانجاز الشخصي كلما قل الاحتراق النفسي، بينما يدل انخفاضه على ارتفاع الاحتراق النفسي،

و يعتبر نموذج هانز سيللي من أشهر النماذج في الضغوط ، و حسب سيللي فنا الاحتراق النفسي له تأثيرات سلبية على حياة الفرد، و استجابة للاحتراقات التي يتعرض لها الفرد يحشد طاقته لمواجهةها مما يجعله عرضة للأمراض النفسية و الجسمية تتطور بشكل تدريجي بحيث تشتد في المراحل الأخيرة مؤدية إلى المرض أو حتى الوفاة.

و في سياق آخر يعتبر بيكر و آخرون أن للاحتراق النفسي بعدين هما: الاستنزاف الانفعالي الذي يعتبر نتيجة لمتطلبات العمل و من تبعاته: زيادة في أوقات الراحة و الحفاء الوجداني و التعب المزمن... و البعد الثاني هو ضعف الارتباط بالعمل سببه مصادر العمل و من نتائجه: الآلية في أداء الأعمال و اضطراب على مستوى العلاقات الاجتماعية داخل العمل...

" الفراغ الوجداني " ينتمي هذا المفهوم إلى المدرسة الوجودية التي تعتبره شعورا ينجم عن نقص الطاقة النفسجسمية، مع فقدان القدرة على التكيف و بالتالي إصابة الفرد بالاحتراق النفسي و هذا لا يحدث إلا بفقدان معنى الوجود، و الذي يحاول الفرد تحقيقه من خلال العمل، فإذا كان العمل مصدرا للقلق و التوتر و كان عائقا وراء تحقيق الفرد لأهدافه و طموحاته فإنه يكون عرضة للاحتراق النفسي.



الجانب التطيقي

## الفصل الرابع

### إجراءات الدراسة

#### تمهيد

#### أولاً- الدراسة الاستطلاعية

1- أهداف الدراسة الاستطلاعية

2- عينة الدراسة الاستطلاعية

3- أدوات الدراسة الاستطلاعية

#### ثانياً\_ الدراسة الأساسية

#### ثالثاً \_ خطوات الدراسة

#### رابعاً\_ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

## الفصل الرابع

### إجراءات الدراسة

#### تمهيد

يتضمن هذا الفصل وصفا للدراسة الاستطلاعية و كذا الدراسة الأساسية، كما يحوي أيضا وصفا لأدوات الدراسة و مدى توفرها على الخصائص السيكموترية من صدق و ثبات ، و كذا شرح لخطوات الدراسة في التحقق من تساؤلات الدراسة و فرضياتها خاتمين هذا الفصل بالأساليب الإحصائية المستخدمة في ذلك.

#### أولا - الدراسة الاستطلاعية:

##### 1- هدف الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التحقق من الخصائص السيكموترية لكل من مقياس التوافق الزوجي لخليل و مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك و جاكسون.

##### 2- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تحصلنا على (60) استمارة من أصل (90) استمارة تم توزيعها، و قد استبعدت (05) استمارات لعدم استكمال الإجابة على المقياسين، و بالتالي قدرت عينة الدراسة الاستطلاعية بـ (55) استمارة، و قد تم التطبيق بناء على موافقة مديرية الصحة و السكان لولاية غرداية (أنظر الملاحق)، و الجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية:

#### الجدول رقم (01)

##### توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية

عدد الأفراد	البلدية	المؤسسة
25	بنورة	المؤسسة العمومية الاستشفائية تيريشين ابراهيم
20	غرداية	المؤسسة الاستشفائية المتخصصة قضي بكير
10	بنورة	المؤسسة العمومية للصحة الجوارية
55	المجموع	

### 3- أدوات الدراسة الاستطلاعية:

تتمثل أدوات الدراسة الاستطلاعية في:

أ\_ مقياس التوافق الزوجي لخليل (1999).

ب\_ مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك و جاكسون (1981).

أ\_ مقياس التوافق الزوجي لخليل (1999):

قام محمد بيومي الخليلي بإعداد مقياس لقياس التوافق الزوجي و هو يشمل بعدين هما:

- التوافق الفكري الوجداني.

- التوافق العاطفي الجنسي.

و يتكون المقياس من (60) بندا ، ببدائل إجابة مقدرة بمدى يتراوح من ( 2-0) للعبارة الموجبة، و (0-

2) للعبارة العكسية، حيث يقدر عدد البنود الموجبة ب (45) بندا و هي:

من 1-2 إلى غاية 29-31-32-34-36-38-40-42-44-46-48-50-52-54-56-58-60.

في حين أن العبارات السالبة عددها (15) عبارة و هي:

30-33-35-37-39-41-43-45-47-49-51-53-55-57-59 (محمد خليل، 1999، ص.ص 21-22).

ب- مقياس ماسلاك و جاكسون (1981) **Maslach Burnout Inventory (MBI)**:

صمم هذا المقياس لتحديد درجة الاحتراق النفسي عند العمال التابعين للقطاع الصحي ( اطباء، ممرضين)، و مهن المساعدة العامة ( المعلمين، المدراء، الشرطة).

و قد قام العديد من الباحثين بترجمة هذا المقياس حتى يتلاءم مع البيئة العربية و منهم نصر مقابلة (1993)، الطحاينة زياد لطفي (1995)، إلا أننا نعتمد في هذا البحث على ترجمة عبد الكريم بوحفص، على أساس انه أكثر ملائمة للبيئة الجزائرية.

و يتكون المقياس من (22) بند موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

### أ\_ الإجهاد الانفعالي:

و يتضمن الفقرات التالية: 1-2-3-6-8-13-14-16-20.

### ب\_ تبدل المشاعر:

و فقراته هي: 5-10-11-15-22.

### ج\_ نقص الانجاز الشخصي:

يحتوي على الفقرات التالية: 4-7-9-12-17-18-19-21(سامية رحال، 2010، ص.ص 218\_219).

و في ما يلي نستعرض الخصائص السيكومترية للأداتين على النحو التالي:

### 1. مقياس التوافق الزوجي:

#### أ\_ الصدق:

قامت الباحثة سمية بن عمارة بحساب صدق المقياس بطريقة المقارنة الطرفية ، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (15.06)، اكبر من (ت) الجدولة عند المستوى الدلالة (0.05)، و عليه فإن الأداة تتمتع بصدق عالي.

وقد تم حساب معامل الصدق في الدراسة الحالية باستخدام معاملات الاتساق الداخلي، حيث تراوحت بين (0.01 و 0.76) و هي معاملات ارتباط عالية، تشير إلى المستوى المرتفع للصدق الذي يتمتع به المقياس و ذلك بعد استبعاد الفقرات غير الدالة و أرقامها (29-36-42-52).

#### ب\_ الثبات:

قامت الباحثة سمية بن عمارة بحساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، حيث طبقت المقياس على عينة من النساء العاملات بالمدارس الثانوية بمدينة ورقلة قوامها (68) فردا، حيث بلغت قيمة معامل

الارتباط قبل التعديل (0.75) و بعد التعديل بلغ معامل الثبات (0.86)، مما يؤكد على ثبات المقياس (سمية بن عمارة، 2006، ص 126).

في حين تم حساب ثبات الأداة في هذه الدراسة باستعمال تقنية أخرى لحساب الثبات، و هي معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل، حيث بلغت قيمة المعامل (0.87)، و هي قيمة عالية تدل على ثبات الأداة أيضا.

## 2. مقياس الاحتراق النفسي:

### أ- الصدق:

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى جيد من الصدق، فقد ظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين في مهن المساعدة العامة، و على الرغم من بنائه منذ سنة (1981)، إلا انه لا يزال يستعمل في العديد من الدراسات العربية و الأجنبية.

و قد قمنا بحساب صدق مقياس الاحتراق النفسي بطريقة المقارنة الطرفية، حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة (12.58)، أكبر من قيمة (ت) الجدولة عند مستوى (0.01)، حيث يدل ذلك على صدق المقياس.

### جدول رقم (02)

#### صدق المقارنة الطرفية

المتغيرات	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ( ت )	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الاحتراق النفسي	15	50	6.60	12,580	28	دالة عند 0,01
	15	86	9.13			

### ب\_ الثبات:

قامت ماسلاك و جاكسون بتطبيق مقياس الاحتراق النفسي على عينة من (1316) من مستخدمي القطاع الاجتماعي فتحصلتا على معاملات ألفا كرونباخ بالنسبة لكل بعد كالتالي:

- الإنهك الانفعالي: (0.90).
- تبدل المشاعر: (0.79).
- الانجاز الشخصي: (0.71).

و استخرجت معاملات الثبات عن طريق تطبيق المقياس و إعادة تطبيقه بعد مرور أسبوعين إلى أربعة أسابيع و كانت النتائج كالتالي:

- الإنهك الانفعالي: (0.82)
- تبدل المشاعر: (0.60)
- الانجاز الشخصي: (0.80).

و في دراسة حاتم و هيبه (2005) على عينة تتكون من (300) طبيب و طبيبة، أين قامت بحساب معامل التناسق الداخلي بين بنود المقياس حيث كانت نتائج معامل ألفا كرونباخ كالتالي:

- الإنهك الانفعالي (0.77) ،
- تبدل المشاعر (0.69)،

- نقص الانجاز الشخصي (0.74)، و هي كلها دالة على ثبات المقياس في كل هذه المستويات.

و بالنسبة للبنود (22) للمقياس ككل، تحصلت على (0.84) و الذي يدل على وجود اتساق داخلي جيد (سامية رحال، 2010، ص 221).

و في هذه الدراسة قمنا بحساب معامل الاتساق الداخلي بين بنود المقياس بالنسبة للأبعاد الثلاث ، فكانت نتائج معامل ألفا كرونباخ على النحو التالي:

- الإنهك الانفعالي (0.83) ،
- تبدل المشاعر (0.71)،

- نقص الانجاز الشخصي (0.66)، و هي كلها دالة على ثبات المقياس في كل هذه الأبعاد.

و بالنسبة للبنود (22) للمقياس ككل، تحصلت على (0.66) و الذي يدل على وجود اتساق داخلي مقبول.

## ثانياً\_ الدراسة الأساسية:

### أ- عينة الدراسة:

قمنا بتوزيع (315) استمارة لكل من مقياس التوافق الزوجي و مقياس الاحتراق النفسي، على المؤسسات الصحية ببلديات غرداية، بنورة و ضاية بن ضحوة، و لكن بعد جمع الاستمارات و التي قدرت ب (104)، تم استبعاد (14) استمارة لعدم استكمال الإجابات، فأصبح العدد النهائي للعينة الأساسية (90) طبيبا و مرضا بولاية غرداية، و هم من المتزوجين و متنوعي الجنس، و قد تم تطبيق الدراسة في الفترة الممتدة من 10 مارس إلى غاية 10 ماي 2015 ، و هي مفصلة في ما يلي:

### جدول رقم (03)

توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الجنس

المجموع	إناث	ذكور	البلدية	اسم المؤسسة
39	21	18	بنورة	المؤسسة العمومية الاستشفائية تيريشين ابراهيم
30	23	07	غرداية	المؤسسة الاستشفائية المتخصصة قضي بكير
15	10	05	بنورة	المؤسسة العمومية للصحة الجوارية شنيبي موسى
06	04	02	ضاية بن ضحوة	المؤسسة العمومية للصحة الجوارية
<b>90</b>	<b>58</b>	<b>32</b>	<b>المجموع</b>	



جدول رقم (04)

توزيع العينة الأساسية حسب السن

العدد	الفئة العمرية
41	أقل من 35 سنة
49	أكثر من 35 سنة
90	المجموع

جدول رقم (05)

توزيع العينة حسب سنوات الزواج

العدد	العمر الزواجي
40	9 سنوات و نصف
50	أكثر من تسع سنوات و نصف
90	المجموع

جدول رقم (06)

توزيع العينة حسب المستوى التعليمي

العدد	المهنة
42	طبيب
48	ممرض
90	المجموع

ثالثاً\_ خطوات الدراسة:

مرت مرحلة الدراسة بمجموعة من الخطوات تتمثل في:

أ\_ الحصول على الموافقة الكتابية بتوزيع أداتي الدراسة من طرف السيد المدير الولائي لمديرية الصحة و السكان لولاية غرداية.

ب\_ القيام بإجراء دراسة استطلاعية بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات المستعملة في الدراسة.

ج\_ القيام بتطبيق المقاييس الخاصة بالمتغيرات موضوع الدراسة و هي:

1- مقياس التوافق الزوجي لمحمد بيومي خليل (1999).

2- مقياس الاحتراق النفسي لماسلاك و جاكسون (1981).

د\_ تصحيح المقاييس حسب التعليمات الخاصة بها.

هـ\_ استبعاد بعض الاستمارات غير مكتملة الإجابة.

و\_ التحليل الإحصائي لفروض الدراسة باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS.

ز\_ استخلاص النتائج و تفسيرها و مناقشتها في ضوء فرضيات الدراسة و مقارنتها بالدراسات السابقة ذات العلاقة، ثم الخروج ببعض البحوث المقترحة كدراسات قد يقوم بها باحثون آخرون.

رابعاً\_ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- المتوسط الحسابي

- معامل الارتباط بيرسون

- اختبار t

## الفصل الخامس

### نتائج الدراسة و مناقشتها

تمهيد

#### أولاً\_ نتائج الدراسة و مناقشتها

- 1- نتيجة الفرضية الأولى و مناقشتها
- 2- نتيجة الفرضية الثانية و مناقشتها
- 3- نتيجة الفرضية الثالثة و مناقشتها
- 4- نتيجة الفرضية الرابعة و مناقشتها
- 5- نتيجة الفرضية الخامسة و مناقشتها

ثانياً\_ البحوث المقترحة

## الفصل الخامس

### تمهيد

يشمل هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة، و مناقشة و تفسير النتائج ، حيث تم استخدام البرنامج الإحصائي SPSS، كما يتضمن عرضاً لبعض البحوث المقترحة.

### أولاً \_ نتائج الدراسة و مناقشتها:

#### 1- نتيجة الفرضية الأولى و مناقشتها:

و تنص على أنه " توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة"

و للتحقق من هذه الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون و الجدول التالي يوضح قيمة معامل الارتباط و دلالاته الإحصائية، و كما يتضح من الجدول(07) فقد تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة في التوافق الزوجي ودرجاتهم في أبعاد الاحتراق النفسي الثلاث و هي: بعد الانجاز الشخصي، الإعياء العاطفي و تبلد المشاعر ، كانت كلها غير دالة، مما يعني عدم وجود علاقة ارتباطية سلبية بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي. و في ما يلي نستعرض نتائج معامل الارتباط بين التوافق الزوجي و أبعاد الاحتراق النفسي:

#### 1- التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي:

#### جدول رقم (07)

معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي

العلاقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي - الاحتراق النفسي	_ 0.020	غير دال

## 2- التوافق الزوجي و الانجاز الشخصي:

جدول رقم (08)

معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعء الانجاز الشخصي

العلاقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي - الانجاز الشخصي	0.038 _	غير دال

## 3- التوافق الزوجي و بعد الإجهاد الانفعالي:

جدول رقم (09)

معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعء الإجهاد الانفعالي

العلاقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي - الإجهاد الانفعالي	0.079 _	غير دال

## 4- التوافق الزوجي و بعد تبدل المشاعر:

جدول رقم (10)

معامل ارتباط درجات التوافق الزوجي ببعء تبدل المشاعر

العلاقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
التوافق الزوجي - تبدل المشاعر	0.132 _	غير دال

من الجداول (07) و (08) و (09) و (10) يتضح لنا أن معاملات الارتباط جميعها كانت سالبة و غير دالة مما يعني عدم وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة، وهذه النتيجة تتفق جزئياً مع دراسة ويليامس Williams (2007) التي توصلت إلى عدم وجود ارتباط دال بين الرضا

الزواجي و بعد الإجهاد الانفعالي، و تختلف معها في و جود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا الزواجي و بعد الانجاز الشخصي و علاقة ارتباطية سالبة مع بعد تبلد المشاعر، كما تختلف أيضا مع دراسة حسام (2008) الذي توصل إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المتغيرين، و تختلف أيضا مع دراسة مارتينسن و آخرين Martinussen et al (2007) و التي توصلت إلى أن الضغط الأسري يعتبر منبئا بحدوث الاحتراق النفسي، و يرجع الاختلاف بين نتائج هذه الدراسات و نتيجة الدراسة الحالية إلى اختلاف البيئة البحثية و ظروفها عن البيئة في مجتمع الدراسة الحالية.

و يمكن تفسير ذلك أن المجتمع الذي أخذت منه عينة الدراسة يعرف عنه بأنه مجتمع محافظ، و أن المقاييس المستخدمة في هذه الدراسة تحتوي على أسئلة تمس الحياة الشخصية للأفراد هذا ما جعل إجاباتهم لا تعبر عن واقعهم الحقيقي، و رغم أن استمارة المعلومات الشخصية لا تحوي خانة للاسم أو اللقب إلا أن المجيبين يتحفظون على الإجابة خوفا من التعرف عليهم، و رغم هذا فان العلاقة بين التوافق الزواجي و الاحتراق النفسي موجودة و إن لم تظهر لدى عينة الدراسة.

## 2- نتيجة الفرضية الثانية و مناقشتها:

و تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة في التوافق الزواجي تعزى لمتغير الجنس.

و للتحقق من صحة هذا الفرض ، تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور و درجات الإناث في التوافق الزواجي و الجدول (11) يوضح قيمة (ت) و دلالتها.

## جدول رقم (11)

دلالة الفروق بين الذكور و الإناث على مقياس التوافق الزوجي

المؤشرات الإحصائية المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكر	32	134.12	15.52	1.243	88	غير دال
انثى	58	130.05	14.51			

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الإناث على مقياس التوافق الزوجي، تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من فرج و عبد الله (1999). و دراسة اللدعة (2002) و دراسة كلثوم (2006) و كذلك دراسة حسام (2008)، في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور و الإناث على مقياس التوافق الزوجي، و دراسة عبد المعطي (1991)، و قد يعود الأمر إلى أن الزواج الناجح يؤثر على الجنسين و العكس صحيح، كما أن المرأة في هذا العصر اتجهت إلى العمل وأصبحت تساهم في إعالة الأسرة جنباً إلى جنب مع الزوج هذا الأمر الذي أكسبها بعض النفوذ داخل الأسرة و جعلها أقل خوفاً على مستقبلها في حالة الطلاق أو الانفصال، كما أن خروجها للعمل يتيح لها التفكير بروية في المشاكل الأسرية و محاولة إيجاد الحلول لها، أما بالنسبة للذكور فهم يتميزون بالعقلانية في اتخاذ القرارات و عدم التسرع في الحكم و إفساح المجال للنقاش و الحوار داخل الأسرة، مما يساهم في إحداث توافق جيد بينه و بين زوجته.

### 3- نتائج الفرضية الثالثة و مناقشتها:

و تنص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي تعزى لمتغير السن "

و للتحقق من صحة الفرض ، تم استخدام اختبار "ت" للتعرف على دلالة الفروق بين متوسط درجات من هم

اقل من 35 سنة و من هم أكثر من 35 سنة، و الجدول (12) يبين قيمة (ت) و دلالتها.

#### جدول رقم (12)

دلالة الفروق على مقياس التوافق الزوجي حسب السن

المؤشرات الإحصائية المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
اقل من 35 سنة	41	133.51	11.61	1.173	88	غير دال
أكثر من 35 سنة	49	129.81	17.14			

يتضح لنا من الجدول رقم (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين من هم اقل من (35) سنة و من هم

اكبر من (35) سنة في التوافق الزوجي.

و تختلف هذه النتيجة مع دراسة زونجكر Zongker (1989)، حيث توصل غالى أنه مع تقدم العمر بالنسبة

للرجال يزيد التوافق الزوجي و العكس صحيح بالنسبة للنساء، و قد يرجع هذا إلى أن الشباب تكون لديهم طاقة

كبيرة و حماسة على مواجهة المشكلات و حلها ، كما أنهم يتميزون برغبتهم الكبيرة في الحياة و الإقبال عليها، و

الشباب في وقتنا هذا يحاولون جاهدين تحقيق السعادة في جميع جوانب الحياة ، لذلك هم يبذلون كل جهودهم

للوصول إلى تحقيق التوافق بكل نواحيه ، و قد يقع الشباب أيضا فريسة للاضطرابات على صعيد الأسرة أو



العمل، ذلك أنهم قد يتسرعون في اتخاذ القرارات و يهرعون إلى العنف في أحيان أخرى، مما يؤثر على الحياة الأسرية، و بذلك يسوء توافقهم مع الطرف الآخر، في حين يتمتع الأكبر سنا بالخبرة و الحنكة في حل المشكلات و مجابتهها ، كما أنهم يتمتعون بفهم جيد للعلاقة الزوجية و ما يكتنفها من تحديات و صعاب ، فهم الآن أكثر رزانة و رشدا عن ذي قبل و بالتالي فان مستوى التوافق الزوجي يكون عاليا.

#### 4- نتائج الفرضية الرابعة و مناقشتها:

تنص هذه الفرضية على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي حسب مدة الزواج " و للتحقق من صحة الفرض تم استخدام اختبار "ت" للدلالة الفروق بين من تقل مدة زواجهم عن تسع سنوات و نصف و من تزيد عن هذه المدة \_ حيث تمثل هذه المدة متوسط سنوات الزواج لعينة الدراسة \_ و الجدول رقم (13) يوضح قيمة (ت) و دلالتها.

#### جدول رقم (13)

دلالة الفروق على مقياس التوافق الزوجي حسب مدة الزواج

المؤشرات الإحصائية المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
9.5 سنوات و أقل	40	131.72	17.83	0.148	88	غير دال
أكثر من 9.5 سنوات	50	131.24	12.54			

يتضح لنا من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة في درجات التوافق الزوجي تعزى لمدة الزواج ، و تتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من اللدعة (2002) و كلثوم (2006) وهافنر و آخريين Hafner et al و تختلف مع دراسة راوية (1986)، وقد يرجع عدم الفرق هذا إلى أن الزوجين في مراحل الزواج الأولى تتصف حياتهم بالحماسة و السعادة و خاصة إذا كانا متزوجين عن حب و اقتناع كل طرف بالآخر، ذلك أن هذا التفاهم و المودة تدلل المشاكل و إذا أخطأ احدهم تحمله الآخر و هكذا تمر سنوات زواجهم بالتفاهم المتبادل و مع ازدياد سنوات الزواج يزداد الزوجين ألفة لبعضهما البعض فيفهم كل طرف الآخر فهما جيدا فيحفظ أساليبه في الحوار و طريقة تفكيره، و حتى إن ساءت العلاقة بينهما فان هناك ظروف و عوامل أخرى تجعلهما يحافظان على كيان الأسرة و هنا نقصد وجود الأطفال، فكثيرا ما يضحى أحد الطرفين في سبيل الحفاظ على أسرة متماسكة يترى الأطفال في كنفها دون مشاكل أو عقد.

#### عرض نتائج الفرضية الخامسة و مناقشتها:

و تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الأطباء ودرجات الممرضين على مقياس التوافق الزوجي".

و للتحقق من هذه الفرضية ، استخدمنا اختبار "ت" للتعرف على دلالة الفروق بين متوسطي درجات الأطباء و درجات الممرضين على مقياس التوافق الزوجي، و الجدول أدناه يبين لنا قيمة (ت) و دلالتها للفرق بينهما

#### جدول رقم (14)

دلالة الفروق على مقياس التوافق الزوجي حسب المستوى التعليمي

المؤشرات الإحصائية المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ت ) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
طبيب	42	71.25	15.55	1.94	88	غير دال
ممرض	48	65	14.88			

يتضح لنا من الجدول أعلاه عدم وجود فروق بين متوسط درجات الأطباء و متوسط درجات المرضى على مقياس التوافق الزوجي، و تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة عبد المعطي (1991) و التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة بين التوافق الزوجي و المستوى التعليمي و المستوى الاقتصادي و طريقة الزواج.

وربما يرجع عدم وجود اختلافات بين الأطباء و المرضى في التوافق الزوجي، إلى تأثير البيئة الاجتماعية و الثقافية ، فالتنشئة الاجتماعية تلعب دورا مهما في بناء شخصية الفرد و التربية التي يتلقاها داخل أسرته هي التي تحدد معالم شخصيته مستقبلا، فقد وجدت العديد من الدراسات أن التوافق الزوجي يتأثر بشكل مباشر بالتوافق الزوجي لوالدي الزوجين، و المستوى التعليمي الذي يصل إليه الفرد يزيد من مهارات الفرد التكيفية في مواجهة المشاكل ، و تزوده بالمهارات اللازمة لتحقيق السعادة بالطرق السليمة.

## ثانياً\_ البحوث المقترحة:

بناء على ما سبق يمكن أن نقترح البحوث التالية:

- 1- التوافق الزوجي و علاقته ببعض الأمراض النفسية.
- 2- دراسة اثر المناوبات الليلية على التوافق الزوجي.
- 3- الاحتراق النفسي و علاقته ببعض المشكلات السلوكية لدى الأطباء.
- 4- الاحتراق النفسي لدى الأطباء الجراحين دراسة إكلينيكية.
- 5- دراسة مقارنة للتوافق الزوجي بين العاملين بقطاع الصحة العام و العاملين بالقطاع الخاص.

## خاتمة

يكتمس البحث الحالي أهمية كونه تعرض بالدراسة لفئة من أهم الفئات في المجتمع ألا وهي شريحة ممتني الصحة ، نظرا للدور البارز الذي تقوم به و المتمثل في الوقاية و العلاج من الأمراض التي تفتك بالفرد و المجتمع .

و من خلال هذه الدراسة تم التعرض لظاهرة مهمة هي التوافق الزوجي الذي يعتبر عماد الأسرة و الركيزة الأساسية في استقرارها و بالتالي استقرار المجتمعات و ازدهارها .

و لا يخفى علينا ما لي الأسرة من تأثير على جميع جوانب حياة الفرد و لاسيما العمل الذي يعتبر المصدر الدائم للدخل الذي يكفل العيش الرغيد لأفراد الأسرة، فإذا كان الفرد مستقرا آمنا في أسرته انعكس ذلك على عمله و أدائه لمهامه و وظائفه بشكل جيد .

و من هذا المنطلق ظهرت الحاجة إلى أهمية البحث في العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى العاملين بقطاع الصحة العام و لتحقيق هذا الهدف قمنا بضبط الإطار النظري للدراسة و الذي ضم إشكالية الدراسة و متغيراتها و التعاريف الإجرائية لها، ثم تطرقت الباحثة في الجانب التطبيقي إلى تحديد منهج و عينة البحث و أدواته و خصائصها السيكومترية، ثم خطوات الدراسة الأساسية و التي استهدفت (90) عاملا من عمال الصحة العمومية المتزوجين ، و بعد جمع المعلومات و معالجتها إحصائيا عن طريق SPSS و عرضها و تحليلها تم التوصل إلى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي لدى عينة الدراسة تعزى إلى الجنس ( ذكر \_ أنثى ) .
- لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي حسب السن .

- لا يوجد فرق ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق الزوجي تعزى إلى مدة الزواج.
  - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحتراق النفسي تعزى إلى المستوى التعليمي.
- هذه النتائج لا تدل على عدم وجود العلاقة بين التوافق الزوجي و الاحتراق النفسي على الإطلاق ، سواء كانت ايجابية أو سلبية، بل هي تقتصر على عينة البحث الحالي، و عليه فان نتائج الدراسة الحالية هي نتائج تتحكم فيها البيئة التي تم تطبيق الدراسة عليها، و زمن و عينة التطبيق التي تختلف من مجتمع لآخر.

المراجع

## مراجع الدراسة

- 01- إبراهيم بن علي الحسن ، القواعد الذهنية للعلاقات الزوجية في ضوء القرآن الكريم ، كنوز اشبيليا، مصر.
- 02- أحمد محمد مبارك الكندري (1992)، علم النفس الأسري ، ط 2 ، الكويت: مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع .
- 03- أسعد رياض (2005). الصحة النفسية للعمال ، ط 1 ، مصر: دار الكلمة للنشر و التوزيع.
- 04- ألفريد أدلر ، ترجمة و تقديم عادل نجيب بشري (2005)، معنى الحياة ، مصر : المجلس الأعلى للثقافة.
- 05- أمل بنت امبارك سالم آل سويلم(2007). التوافق الزوجي وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، رسالة ماجستير ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية السعودية.
- 06- أمل فلاح فهد الهملان(2008)، الاحتراق النفسي و المساندة الاجتماعية و علاقتهما باتجاه العاملين الكويتيين نحو التقاعد المبكر ، رسالة ماجستير ، جامعة الزقازيق.
- 07- حامد عبد السلام زهران (1997). الصحة النفسية و العلاج النفسي، ط 3 ، القاهرة: عالم الكتب.

- 08- حامل فريزة (2013). الاختلاف في المستوى التعليمي و الثقافي و الاقتصادي و علاقته بالتوافق الزوجي للعاملين ، رسالة ماجستير ، جامعة مولود معمري تيزي وزو ، .
- 09- حسام محمود زكي علي (2008). الإنهاك النفسي و علاقته بالتوافق الزوجي و بعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير ، جامعة المنيا .
- 10- سامر جميل رضوان(2002). الصحة النفسية، ط 2 ، الأردن : دار المسيرة للنشر و التوزيع.
- 11- سامي محسن الختاتنة (2012). مقدمة في الصحة النفسية ، ط 1 ، الأردن : دار الحامد للنشر و التوزيع .
- 12- سامية رحال (2010). اختبار علاقة الأنماط السلوكية للشخصية و إستراتيجية المواجهة و بعض المتغيرات الديموغرافية بالاحترق النفسي لدى عينة من رجال الأمن الوطني ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر 2 .
- 13- سراي مهدي (2012). الاحترق النفسي و علاقته بالتوافق الزوجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة و الثانوية ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر .
- 14- سمية بن عمارة (2006). صراع الأدوار لدى الأم العاملة و علاقته بتوافقها الزوجي ، دراسة ميدانية لعينة من العاملات ببلدية ورقلة ، مذكرة ماجستير ، جامعة ورقلة .
- 15- سمية محمد جمعة أبو موسى(2008). التوافق الزوجي و علاقته ببعض سمات الشخصية لدى المعاقين ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة .



- 16- سميرة عبد الحسين كاظم، ضحى بدر مفتن(2013)، الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال الحكومية و الاهلية " دراسة مقارنة" ، بحث مستل من رسالة ماجستير.
- 17- سعاد مخلوف (2012). الدعاء و علاقته بمستوى الاحتراق النفسي لدى الجراح ، رسالة دكتوراه ، جامعة منتوري قسنطينة .
- 18- سعيد حسني العزة (2000). الإرشاد الأسري نظرياته و أساليبه العلاجية ، ط 1 ، الأردن: مكتبة دار الثقافة للنشر و التوزيع.
- 19- شريط محمد الحسن المأمون(2012). دراسة مقارنة لمستويات الاحتراق النفسي عند مربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة ، رسالة دكتوراه ، جامعة الجزائر 3.
- 20- صالح حسن الداھري(2008). علم النفس ، ط 1 ، عمان : دار صفاء للنشر و التوزيع.
- 21- صالح حسين الداھري (2008). أساسيات التوافق النفسي و الاضطرابات السلوكية و الانفعالية ، ط 1 ، الأردن : دار صفاء للنشر و التوزيع
- 22- صبرة محمد علي (2004)، أشرف محمد عبد الغني شربت ، الصحة النفسية و التوافق الزوجي ، مصر: دار المعرفة الجامعية .
- 23- صفاء إسماعيل مرسي (2008). الإختلالات الزوجية (الأسباب و العواقب - الوقاية و العلاج )، ط 1 ، مصر : إيتراك للطباعة و النشر و التوزيع.
- 24- طايبي نعيمة (2013)، علاقة الاحتراق النفسي ببعض الاضطرابات النفسية و النفسجسدية لدى الممرضين . رسالة دكتوراه ، جامعة الجزائر 2 .

- 25- عايدة شكري حسن (2001). ضغوط الحياة و التوافق الزوجي و الشخصية لدى المصابات بالاضطرابات السيكوسوماتية و السويات ، رسالة ماجستير ، جامعة عين شمس .
- 26- عبد الحليم سمعان (1998). سيكولوجية الحياة الزوجية ، الطبعة الأولى ، لبنان: دار الحدائثة .
- 27- عبد الكريم بكار (2009). التواصل الأسري (كيف نحمي أسرنا من التفكك)، ط 1 ، مصر : دار السلام للطباعة و النشر و التوزيع و الترجمة .
- 28- علي بن شويل القرني ، الإعلام و الاحتراق النفسي دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية ، جامعة الرياض .
- 29- علي عبد الرحمان لوري (2000). دليل الباحث في التوثيق في البحوث و الدراسات التربوية وفقا لدليل جمعية علم النفس الأمريكية APA للنشر.
- 30- علي عبد النبي حنفي (2008). الإرشاد الأسري و تطبيقاته في مجال التربية الخاصة، ط 1 ، مصر : مكتبة الأنجلو المصرية.
- 31- علي عسكر (2003). ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها الصحة النفسية و البدنية في عصر التوتر ، ط 3 ، الكويت : دار الكتاب الحديث.
- 32- عمر سليمان الأشقر (1997)، أحكام الزواج ، ط 1 ، الأردن : دار النفائس للنشر و التوزيع .

- 33- فرحان بن سالم بن ربيع العنزي (2009). دور أساليب التفكير و معايير اختيار الشريك و بعض المتغيرات الديموغرافية في تحقيق مستوى التوافق الزوجي لدى عينة من المجتمع السعودي ، رسالة دكتوراه ، جامعة أم القرى .
- 34- كلثوم بلميهوب (2010). الاستقرار الزوجي دراسة في سيكولوجية الزواج ، ط 1 ، مصر: المكتبة المصرية للنشر و التوزيع .
- 35- كمال إبراهيم مرسي (1995). العلاقة الزوجية و الصحة النفسية ، في الإسلام و علم النفس ، ط 2 ، الكويت : دار القلم للنشر و التوزيع .
- 36- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد(2008)، الضغط النفسي و مشكلاته و أثره على الصحة النفسية ، ط 1 ، الأردن : دار صفاء للنشر و التوزيع .
- 37- محمد بالرابح (2010). التكيف المهني ، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 38- محمد حمزة الزيودي (2007). مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك و علاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 23 ، العدد (2) .
- 39- محمد شحاتة ربيع (2010). علم النفس الصناعي والمهني ، ط 1 ، الأردن : دار المسيرة للنشر التوزيع و الطباعة .
- 40- محمد محمد بيومي خليل (1999). سيكولوجية العلاقات الزوجية ، مصر : دار قباء للطباعة و النشر و التوزيع.

- 41- محمود إبراهيم قمر فلاتة (2008). التوافق الزوجي بين الوالدين و علاقته بمفهوم الذات لدى الأبناء المراهقين بالمدينة المنورة ، رسالة دكتوراة ، جامعة طيبة ، المدينة المنورة .
- 42- محمود المصري أبو عمار(2010). موسوعة الزواج الإسلامي السعيد ، ط 1 ، مصر : دار الإمام مالك للنشر و التوزيع ، .
- 43- محمود فتحي عكاشة (1999). علم النفس الصناعي ، مصر: مطبعة الجمهورية .
- 44- مزباني فتيحة (2007). أثر مصادر الضغط المهني و استراتيجيات المقاومة و المعبرية الانفعالية و الدفاعية الانفعالية /العقلانية على الاحتراق النفسي عند ضباط الشرطة ، رسالة دكتوراه ، جامعة الجزائر .
- 45- مصطفى فهمي (1998). الصحة النفسية دراسات سيكولوجيا التكيف ، ط 5 ، مصر: مكتبة الخانجي .
- 46- نايف محمد عايد المرواني (2009). التوافق النفسي و المسؤولية الاجتماعية لدى المجرمين ، ط 1 ، مصر : دار الفكر العربي .
- 47- نبيلة باوية (2013). الدعم الاجتماعي و علاقته بالاحتراق النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي ، رسالة دكتوراه ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
- 48- نشوة كرم عمار أبو بكر دردير (2007). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ،ب) و علاقته بأساليب مواجهة المشكلات ، رسالة ماجستير ، جامعة الفيوم، كلية التربية، مصر .

49- نوال بنت عثمان بن احمد الزهراني (2008). الاحتراق النفسي و علاقته ببعض سمات

الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة ، رسالة ماجستير ،جامعة أم القرى  
السعودية .

50- هاني هلال(2008). الإرشاد النفسي من أجل التنمية في ظل الجودة الشاملة (توجهات

مستقبلية)،المؤتمر السنوي الرابع عشر لمركز الإرشاد النفسي ، السعودية.

51- وليد بن محمد الشهري (2009). التوافق الزوجي و علاقته ببعض سمات الشخصية لدى

عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة ، رسالة ماجستير ، جامعة أم القرى مكة المكرمة  
السعودية.

52- الطاهرة محمود (2004). التدين في العلاقات الزوجية و التوافق الزوجي، رابطة الأخصائيين

النفسيين المصرية ، دراسات نفسية ، . المجلد (14) ، العدد (4) .

53- Mahmoud boudarene , LE STRESS Entre bien être et  
souffrance, BERTI Editions ,alger.

54- Alfred.L(2012) Burnout-Extentional Meaning and possibilities  
of revention,European psychoterapy/vol 4 , No1, (107-121).

55- Axel.H, (2005) Burout biographie d'un concept santé  
conjuguee, No32, (38-39).

56- Jari.H – William.S :Do burn out and work engagement predict depressive symptoms and life satisfaction ? A three-wave seven-year prospective study ,journal of affective disorders ,141(415-424).

57- Seyede.H,M .Vahid.N(2014),Contribution of Gender, Marital Status, and Age to English Language Teachers Burn out , Advance in language and literary studies , Vol.No6 (39-47).

58- Kirsi ahola, jari hakanen,( 2007) Research report :job strain ,burnout ,and depressive symptoms :A prospective study among dentists, journal of Affective Disorders 104 , (103-110).

59- Stavroula . L , Adita . J(2010) , Health Impact of Psychosocial Hazard at Work : An Overview , World Health Organization.

60- مزباني فتيحة (2015/04/30) مفهوم الاحتراق النفسي : ابعاده و مراحل تكوينه

[http// manifest- Univ- Ouargla. Dz](http://manifest-Univ-Ouargla.Dz)

61- يسرا يوسف (2015/05/14) الاحتراق النفسي

[http://www. Akramliban.com](http://www.Akramliban.com).

62- ياسر متولي (2015/05/15) متلازمة الاحتراق... و الانهيار العصبي

[http// yassermetwally.com](http://yassermetwally.com).

63- منية غريب و زموري زينب (2015/05/15) سعيًا لبناء مشروع أسري مثالي في الجزائر

[http// manifest- Univ- Ouargla. Dz](http://manifest- Univ- Ouargla. Dz)

64- (30/04/2015)[http// www.ar.wikipedia.com](http://www.ar.wikipedia.com).

الملاحق



## الملحق رقم 01: استمارة المعلومات الشخصية

### جامعة غرداية

قسم علم

كلية العلوم الإنسانية  
النفس

أخي الفاضل، أختي الفاضلة...

أضع بين أيديكم هذه الاستمارة التي تدور أسئلتها حول مجموعة من المواقف التي قد تمرّون بها في حياتكم اليومية و المهنية، لهذا أرجو منكم الإجابة على الأسئلة الموضوعية بين أيديكم ، و أعلمكم بأنه لا توجد إجابات صحيحة و أخرى خاطئة و إنما الإجابة تعبر عن رأيكم الشخصي.

و المطلوب منكم هو قراءة كل عبارة جيدا و محاولة تحديد درجة انطباقها عليكم من خلال وضع علامة × في المكان المناسب، و أعلمكم بان هذه المعلومات ستكون موضع كتمان تام ، كما أنها لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

و لكم جزيل الشكر على

تعاونكم

### البيانات الشخصية:

اسم المؤسسة التي تعمل بها:

السن: اقل من 35 سنة ( ) أكثر من 35 سنة ( )

الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

الوظيفة: طبيب ( ) ممرض ( )

عدد سنوات الخبرة المهنية:

عدد سنوات الزواج:

الملحق رقم 02: مقياس التوافق الزوجي

### الاستمارة الأولى

الرقم	البنود	دائماً	أحياناً	نادراً
01	نظرتنا للحياة متقاربة			
02	لا يطيق أحدنا البعاد عن الآخر			
03	نتقارب في عادتنا وطباعنا			
04	يعتبر كلانا الآخر (فتى/فتاة) أحلامه			
05	لم نختلف على مبدأ احترامنا			
06	نتبادل الإعجاب والتقدير والحب			
07	يقدر كلانا الحياة الزوجية ويقدرها			
08	لو خيرنا من جديد لاختار أحدنا الآخر			
09	يكره كلانا الحرام ويمقتة			
10	لا يرى أحدنا في الآخر إلا كل جميل			
11	يرضى كلانا بما قسم الله عليه			

			لا نفارق بعضنا تقريبا إلا في ساعات العمل	12
			تنظم علاقاتنا وفقا لقواعد الشرع والدين	13
			نتحدث بحب عن ذكرياتنا الجميلة ولا ننساها	14
			نرسم لمستقبلنا ونخطط له معا	15
			أمتع الأوقات وأعذبها تلك التي نقضيها معا	16
			نشعر أننا نتخاطب بلغة واحدة و ننطق بلسان واحد	17
			لا يتلذذ أحدنا طعامه وشرابه دون الآخر	18
			نواجه المشكلات معا	19
			نتبادل أروق المشاعر وأعذبها	20
			دائما نتلاقى عند نقطة واحدة تنتهي اختلافنا	21
			لا يهناً لأحدنا نومه إلا إذا اطمأن على نوم الآخر	22
			يغلب العقل في تفهم حواراتنا	23
			نتقارب أفكارنا وتتلاقى ميولنا واهتماماتنا	24
			يحرص كل منا على إرضاء الآخر ما أمكن	25
			يعتبر كلانا الآخر صدره الحنون	26
			نتبادل الأفكار ونصرح بخيالنا معا	27

			نشعر أننا جسدان في روح واحدة	28
			أسعد الأوقات تلك التي نتجاذب فيها أطراف الحديث الممتع	29
			يشعر كل منا أنه في واد والثاني في واد آخر	30
			يشعر كلانا باحتياجه الشديد للآخر	31
			يعتبر كلانا منا أجمل هدية من الله إليه	32
			يخطط كلانا للحياته في غياب الآخر	33
			ننطق بكلمة واحدة	34
			لم نتذكر أننا تلاقينا على رأي واحد يوما ما	35
			يحترم كلانا مشاعر الآخر ويقدها	36
			لغة الحوار بيننا مقطوعة	37
			نتلاقى روحيا قبل أن نتلقى جسديا	38
			لا يفتتق كلانا بتفكير الآخر	39
			يعتبر كلانا الآخر لطيفا وجذابا	40
			أصبحنا ننسى أننا متزوجين	41
			علاقتنا الجنسية تسودها مشاعر نبيلة	42
			يجد كلانا راحته في البعد عن الآخر	43

			44	يحاول كل منا أن يبدو جميلا في عيني الآخر
			45	نتجنب المناقشات معا منعا للمشاجرات
			46	يبذل كل منا أقصى ما يمكنه لإسعاد الآخر
			47	يفتش كلا منا عن أخطاء الآخر و يرضخهما
			48	يبتسم كلانا في وجه الآخر حتى في أصعب المواقف
			49	نتشاجر أحول الأمور لا تستحق مجرد العتاب
			50	يحترم كل منا أسرار حياتنا الخاصة
			51	بدأت الشكوك والظنون تتسرب إلى حياتنا
			52	يشعر كل منا بصدق الآخر
			53	أصبحنا غريبين تحت سقف واحد
			54	نشعر بالفرح والسعادة عندما نكون معا
			55	صار الخصام طابع حياتنا
			56	نحرص على تحقيق أقصى إشباع عاطفي وجنسي
			57	بدأنا نبحث عن السعادة خارج المنزل
			58	كلا منا يفتردي الآخر بروحه
			59	أصبحنا نختلق المشاكل والنزاعات

			الجنس في حياتنا وسيلة شرعية ممتعة لغاية كبرى	60
--	--	--	--	----

## الملحق رقم 03: مقياس الاحتراق النفسي

الرقم	إلى أي مدى تتعرض للحالات التالية	يوميًا	الأشهر	أحيانًا لالأسبوع	مرة في الشهر	أحيانًا لالسنة	أحيانًا مرة في السنة	أبداً
01	أشعر بأنني استنزفت عاطفياً من جراء العمل.							
02	أشعر باستنفاد كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي أفضيه في عملي.							
03	أشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر.							
04	استطيع ان افهم بسهولة مشاعر الذين اعلم معهم							
05	أشعر بأنني أتعامل مع الآخرين بطريقة لانسانية							
06	أتضايق من العمل دوماً مع نفس الأفراد							
07	أتعامل بانفعالية عالية مع المشاكل المهنية							
08	اشعر بالاستنزاف النفسي نتيجة ممارسة هذه المهنة							
09	أشعر أنني أساهم بطريقة ايجابية في حياة الآخرين من خلال ممارسته هذه المهنة							
10	أصبحت شخصاً قاسياً على الناس منذ بدأت هذا العمل.							
11	أنا واعي بان هذه المهنة زادت من سلبية عواظي							
12	أشعر بالحيوية و النشاط							
13	أشعر بخيبة الأمل في عملي هذا							
14	أشعر بأنني أجهد نفسي في هذا العمل							
15	لا اكثر بما يمكن ان يحدث للآخرين في مكان عملي							
16	ان العمل بشكل مباشر مع الناس يسبب لي ضغوطاً شديدة							
17	أستطيع بكل سهولة أن اخلق جواً نفسياً مريحاً بين الأفراد الذين اعلم معهم							
18	أشعر بالسعادة بعد يوم عمل مع أفراد صرحاء							
19	لقد أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة و أهمية في هذه المهنة							
20	أشعر أنني على حافة الهاوية منذ ممارستي لهذه المهنة							
21	في عملي أتعامل بهدوء تام مع المشاكل الانفعالية و العاطفية في عملي							

							اشعر بان الآخرين يلومونني على بعض المشاكل التي تواجههم	22



## الملحق رقم 04

### صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق الزوجي:

الرقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الرقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0,367	0,01,	31	0,710	0.01
2	0,495	0.01	32	0,204	0.05
3	0,576	0.01	33	0,605	0.01
4	0,451	0.01	34	0,009	0.05
5	0,359	0.01	35	0,617	0.01
6	0,445	,001	36	-,191	غير دال
7	0,204	0.05	37	0,758	0.01
8	0,669	0.01	38	0,126	0.05
9	0,100	0.05	39	0,605	0.01
10	0,653	0.01	40	0,023	0.05
11	0,242	0.05	41	0,385	0.01
12	0,431	0.01	42	-,290	غير دال
13	0,401	,002	43	0,529	0.01
14	0,537	0.01	44	0,121	0.01
15	0,651	0.01	45	0,621	0.05
16	0,678	0.01	46	0,011	0.01
17	-,392	0.01	47	0,348	001
18	0,655	0.01	48	0,058	0.05
19	0,668	0.01	49	0,289	0.05
20	0,348	0.01	50	-,158	0.05
21	0,466	0.01	51	0,312	0.05
22	0,467	0.01	52	-,119	غير دال
23	0,483	0.01	53	0,441	0.01
24	0,692	0.01	54	-,125	0.05
25	,7170	0.01	55	0,439	0.01
26	,686	0.01	56	-,133	0.05
27	,769	0.01	57	0,465	0.01
28	,706	0.01	58	-,406	0.01
29	-,279	غير دال	59	0,613	0.01
30	,634	0.01	60	0,225	0.05

الملحق رقم 05: يوضح نتائج الفرضية الأولى

**Correlations**

		التوافق الزوجي	الاحترق النفسي
التوافق الزوجي	Pearson Correlation	1	-,020
	Sig. (2-tailed)		,852
	N	90	90
الاحترق النفسي	Pearson Correlation	-,020	1
	Sig. (2-tailed)	,852	
	N	90	90

		التوافق الزوجي	الإجهاد
التوافق الزوجي	Pearson Correlation	1	-,079
	Sig. (2-tailed)		,457
	N	90	90
الإجهاد	Pearson Correlation	-,079	1
	Sig. (2-tailed)	,457	
	N	90	90

		التوافق الزوجي	تبلد المشاعر
التوافق الزوجي	Pearson Correlation	1	-,132
	Sig. (2-tailed)		,216
	N	90	90
تبلد المشاعر	Pearson Correlation	-,132	1
	Sig. (2-tailed)	,216	
	N	90	90

		التوافق الزوجي	نقص الانجاز الشخصي
التوافق الزوجي	Pearson Correlation	1	-,038
	Sig. (2-tailed)		,726
	N	90	88
نقص الانجاز الشخصي	Pearson Correlation	-,038	1
	Sig. (2-tailed)	,726	
	N	88	88

الملحق رقم 06: يوضح نتائج الفرضية الثانية

## T-Test

Group Statistics

الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق 1,00	32	134,1250	15,52262	2,74404
2,00	58	130,0517	14,51245	1,90558

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
التوافق	,010	,922	1,243	88	,217	4,07328	3,27584	-2,43676	10,58331
			1,219	60,462	,227	4,07328	3,34080	-2,60828	10,75483

الملحق رقم 07: يوضح نتائج الفرضية الثالثة

## T-Test

Group Statistics

السن	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التوافق 1,00	41	133,5122	11,61491	1,81394
2,00	49	129,8163	17,14846	2,44978

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
التوافق	6,962	,010	Equal variances assumed	1,173	88	,244	3,69587	3,15164	-2,56735	9,95909
			Equal variances not assumed	1,212	84,560	,229	3,69587	3,04825	-2,36532	9,75706

الملحق رقم 08: يوضح نتائج الفرضية الرابعة

**T-Test**

**Group Statistics**

VAR00006	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
2,00	39	131,72	17,830	2,855
1,00	50	131,24	12,545	1,774

**Independent Samples Test**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
التوافق2	Equal variances assumed	3,227	,076	,148	87	,882	,478	3,222	-5,927	6,882
	Equal variances not assumed			,142	65,445	,887	,478	3,361	-6,234	7,190

## T-Test

Group Statistics

الوظيفة	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
ممرض التوافق الزوجي	48	71,2500	15,55703	2,24546
طبيب التوافق الزوجي	42	65,0000	14,88329	2,29654

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
التوافق الزوجي	Equal variances assumed	,088	,767	1,940	88	,056	6,25000	3,22148	-,15202	12,65202
	Equal variances not assumed			1,946	87,279	,055	6,25000	3,21189	-,13368	12,63368

