

الضغوط النفسية لدى الإعلاميين بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات

سلمان بن مطلق السبيعي*

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف مستوى الضغوط النفسية لدى الإعلاميين السعوديين في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات. وتم اختيار عينة بالطريقة الميسرة وتكونت من (374) عاملاً وعاملة يعملون في المؤسسات الإعلامية المختلفة بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية. ولتحقيق هدف الدراسة قام الباحث بتطوير مقياس الضغط النفسي لدى الإعلاميين وتوزيعه على أفراد الدراسة بعد التأكد من صدقه وثباته بالطرق المناسبة، ثم تم معالجة البيانات إحصائياً، وتوصلت الدراسة إلى أن الدرجة الكلية لمقياس الضغط وأبعاده قد جاءت ضمن مستوى ضغط نفسي متوسط، واحتل البعد المهني المرتبة الأولى، تلاه البعد النفسي، وأخيراً البعد الاجتماعي. ووجد أثر جوهري لمتغير المؤهل العلمي حيث أن مستوى الضغط النفسي لدى حملة الدبلوم أعلى من الآخرين. ووجد أثر جوهري لمتغير الخبرة، حيث أن مستوى الضغوط لدوي الخبرة 10 سنوات فأكثر أعلى من غيرهم. ووجد أثر جوهري لمتغير نوع المؤسسة، حيث أن العاملين في قطاع التلفزيون يعانون من ضغوط نفسية أعلى من غيرهم. كما أظهرت النتائج فروقاً جوهرياً في بعد الضغط الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس حيث يعاني الذكور أكثر من الإناث في المجال الاجتماعي. ووجدت فروق جوهرياً في بعدي الضغوط النفسية والمهنية تعزى لمتغير المؤهل العلمي، حيث يعاني حملة الدبلوم من الضغوط في المجالين المذكورين أكثر من غيرهم. ووجدت فروق جوهرياً في بعد الضغط الاجتماعي والنفسي والمهني تعزى لمتغير الخبرة، ذلك أن أصحاب الخبرة 10 سنوات فأكثر يعانون من الضغوط الاجتماعية أكثر من غيرهم. وفي ضوء نتائج الدراسة تضمنت الدراسة مجموعة من التوصيات.

الكلمات الدالة: الضغط النفسي، الإعلاميون، المملكة العربية السعودية.

المقدمة

الكثير من وسائل الإعلام المقروءة منها والمسموعة والمرئية والتي تتعاطى العديد من القضايا الهامة التي تحدث في المجتمع، وهذا يعود إلى وعي المتخصصين في علم النفس والإرشاد بالضغوط النفسية، وضغوط العمل عامة والنتائج المترتبة عنها؛ فلقد وجد العمل منذ وجود الإنسان على هذا الكوكب وقد كان هذا العمل مصدراً لقوته وقوت عياله، وقد ترتب عن ممارسة هذا العمل مواجهة الإنسان للعديد من المخاطر والتحديات، استطاع أن يتكيف مع بعضها في حين كانت بعض هذه المخاطر والتحديات قاسية وقوية وترتب عنها تعاسته وضعف أدائه، فكان هذا العمل ولا يزال مصدر معاناة الإنسان وشقائه، لذلك فالضغوط النفسية قضية قديمة قدم الإنسان نفسه لازمت منذ وجوده على سطح الأرض (هيجان، 1998، ص 13).

وتعتبر ظاهرة الضغوط النفسية من أكثر الظواهر اهتماماً، وذلك لأهميتها على مستوى الفرد والمجتمع، فموضوع الضغط النفسي يكاد يكون قضية العصر التي يعيشها الإنسان المعاصر سواء في المجتمعات المتقدمة أو النامية حتى لا يكاد

بالرغم من التطور الكبير الذي شهده القرن الماضي في جميع شؤون الحياة، إلا أن الاضطرابات النفسية والقلق والتوتر والاكنتاب وعدم الشعور بالأمن، وعدم الاستقرار النفسي وغيرها من المشكلات النفسية، انتشرت بدرجة كبيرة في كافة المجتمعات العالمية، ومع دخول العالم ألفية جديدة بات من المحتمل أن تزداد فيه الصراعات والأزمات النفسية، العائدة إلى زيادة اتساع حلقة التطور العلمي والتكنولوجي التي شهدتها العالم منذ عقود طويلة؛ فقد أصبح هذا العصر بحق يوصف بعصر الضغوط النفسية.

كما أصبح موضوع الضغوط النفسية التي ترافق المهن المختلفة من الموضوعات الشائعة في المحادثات اليومية بين الناس في أعمالهم واجتماعاتهم، كما أنه أصبح مجالاً لاهتمام

* جامعة حفر الباطن، المنطقة الشرقية، السعودية. تاريخ استلام البحث 2013/7/10، وتاريخ قبوله 2014/10/1.

للأجهزة الإعلامية ربما تكون السبب في مزيد من حالات المواقف الضاغطة التي يواجهها الإعلاميون (القرني، 2004). وفي المملكة العربية السعودية ومنذ انطلاق العمل الإعلامي في العام 1924، شهدت البلاد تطوراً هائلاً في حجم المؤسسات الإعلامية وأعمالها، كما تعرضت المنطقة للعديد من الأحداث والتقلبات السياسية والاجتماعية والاقتصادية التي فرضت على الكوادر الإعلامية السعودية العديد من الضغوط النفسية التي لم تحظ بالاهتمام والدراسة الكافيين من قبل الدارسين والباحثين السعوديين (وزارة الثقافة والإعلام، 2008).

مفهوم الضغط النفسي Psychological Stress

يعرف الضغط النفسي Physiological stress بأنه استجابة الجسم للمؤثرات الموجودة في البيئة المحيطة به، كما يتعلق بكيفية إدراك الفرد للمثيرات البيئية المسببة لهذا الضغط وقدرة الفرد على التفاعل معها سواء أكانت هذه المثيرات نتيجة لظروف سارة أم نتيجة لظروف غير سارة (Stann, 2001). كما تعرف الضغوط النفسية بأنها درجة استجابة الفرد للأحداث أو المتغيرات البيئية في حياته اليومية وهذه المتغيرات ربما تكون مؤلمة تحدث بعض الآثار الفسيولوجية، والتأثيرات تختلف من شخص لآخر تبعاً لتكوين شخصيته وخصائصه النفسية التي تميزه عن الآخرين، وهي فروق فردية بين الأفراد (عبد الرحمن، 2008).

ويمكن تعريف الضغط النفسي بأنه حالة نفسية وجسدية ناتجة عن مواجهة الفرد لحوادث مزعجة تؤدي إلى شعوره بالتهديد وعدم الارتياح. كما أنه الاستجابة غير المحددة تجاه وظيفة سواء كانت سبباً أو نتيجة لظروف غير سارة (Aithken and Schloss, 1994). ومن جهة أخرى يشير دايفز (Daivs, 2000) أن الضغوط النفسية حالة نفسية مزعجة للفرد قد تشعره بالتوتر أو الاكتئاب، كما أنها تسبب له عدم الراحة والقلق بسبب العديد من مصادر التهديد الداخلية والخارجية.

ويعرف الباحث الضغط النفسي بأنه حالة من التوتر النفسي والعصبي والجسدي والانزعاج التي تصيب الفرد نتيجة تعرضه لأحداث ضاغطة سواء على الصعيد النفسي أو المهني أو الاجتماعي. وقد يسبب الضغط النفسي للفرد مجموعة من الانفعالات والمشكلات النفسية.

كما سبق يمكن للباحث ملاحظة التباين والتنوع في تعريفات الباحثين والدارسين للضغط النفسي. إلا أن التعريفات السابقة أجمعت على وجود عناصر معينة للضغط النفسي وهي:

- وجود تأثير للبيئة المحيطة بالفرد سواء أكانت هذه البيئة اجتماعية، أو مهنية، أو أسرية أو غيرها.

يخلو من أثارها ونتائجها الإنسان في أي مرحلة عمرية في مجالات الحياة المختلفة (رضوان، 2000).

كما يعد موضوع الضغوط النفسية من المفاهيم التي تناولتها العديد من البحوث في مجال علم النفس الاجتماعي، وعلم النفس المهني والتي أكدت بمجملها أنها مشكلات مهمة تتعلق بالعمل، وإن فهمها يتطلب فهم كل من شخصية الفرد وبيئة العمل؛ فالإنسان قد يواجه العديد من الضغوطات النفسية نتيجة العمل الذي يزاوله أو كنتيجة لمتطلبات العمل نفسه أو لعدم وجود الدعم والرعاية اللازمين له في عمله (الزيودي، 2007).

وحظي موضوع الضغوط باهتمام شديد من جانب العلماء والباحثين، وذلك لما له من تأثير كبير على الأفراد في مختلف مناحي الحياة، وعلى هذا عقدت المؤتمرات المتعلقة به وتولت العديد من الدراسات والأبحاث لدرجة أنه ظهرت في الخارج مراكز خاصة لعلاج وخفض الضغوط النفسية السلبية التي يتعرض لها الفرد. ومما لا ريب فيه أن الأفراد في هذا العصر يعانون ألواناً مختلفة من الضغوط النفسية مثل القلق والاكتئاب والتوتر والاضطراب وغيرها، نتيجة بما يتعرضون له ضغوطات وما يهدد حياتهم ومستقبلهم من أخطار؛ فالفرد في هذا العصر يعيش الضغوط النفسية بأشكالها، مما دفع الكثير من الباحثين والعلماء لوصف عصرنا الراهن بعصر الضغوط النفسية (حسين وحسين، 2006).

ووجد الكثير من علماء الصحة النفسية، إن الضغط النفسي يسهم في الكثير من الأمراض الجسدية، كما أن له علاقة مباشرة بمشكلات الصحة النفسية وانخفاض الأداء في العمل. وهذا دفع بالكثير من الباحثين والدارسين وعلماء الصحة النفسية لدراسة هذا الموضوع دراسة مستفيضة من جانب الضغوط النفسية التي تقع على كاهل العاملين والمشتغلين بالمهن المختلفة.

وبالنسبة لمهنة الإعلام فإنها توصف في العادة بأنها مهنة المتاعب والضغوط النفسية، وذلك بما تشتمله من مواعيد طباعة، وبث، وتعاملات عديدة مع أحداث على المستوى الميداني، وترتيبات تكنولوجية دقيقة ومحددة. كل هذه وغيرها من الظروف تحتم على الكوادر الإعلامية أن تقف أمام مسؤولياتها المهنية، وهي في حالة من التوتر والقلق، مما يفرز ضغوطاً ومعاناة نفسية تتراكم عبر الكثير من القرارات الإعلامية التي يتعامل معها الإعلاميون. وربما أحد أسباب الضغوط القائمة التي قد تكون مصدر معاناة هو عدم المواءمة بين حجم المسؤولية ومقدار الصلاحيات التي تتطلبها القرارات الإعلامية. كما أن التضارب في التعليمات التي تصدر

- الأفكار السلبية التي توجد لدى الفرد عند تعرضه لأي مثير يسبب الضغط.

- الاستجابة البدنية الصادرة عن الفرد.

والمصادر التي تؤدي إلى الضغط النفسي كثيرة منها الأمراض، والازدحام والضوضاء، وضعف العلاقات الشخصية والاجتماعية، وتغيرات حالات الجو مثل حرارة الشمس في الصيف، وبرد الشتاء وضيق المكاتب، وملوثات البيئة كالدخان من المركبات، والمصانع وولادة فرد جديد في الأسرة، وموت أحد أفراد الأسرة، أو الأصدقاء، وكثرة المهام الواقعة على الفرد، واستمرار تغير المسؤولين، وتغير التعليمات، وقوانين المؤسسة، وانعدام الديمقراطية، وضعف الإضاءة، وعدم التهوية، والبيئة المعزولة، ونقص الإيرادات، وزيادة المصاريف، والطلاق، والتغير المستمر في نظام الورديات، والدوام أثناء العطل الرسمية، والإزعاج، والأصوات المزعجة الصادرة عن استخدام الأدوات والأجهزة، والتعامل مع الحالات الخطيرة، والطارئة، ونقص الدعم الشخصي في بيئة العمل، وصراع الدور في العمل والبيت، والخلافات في موقع العمل، والخلافات مع القائد، وشح موارد العمل البيئية، وعبء العمل، وغموض الدور (Geiger, 2001).

أنواع الضغط النفسي:

يمكن القول أن الضغوط ليست بالضرورة شيئاً سلبياً، بل تكون في بعض الأحيان دافعاً للإنجاز والأداء. وعلى هذا الأساس يمكن إن تصنيف الضغوط النفسية إلى نوعين هما: الضغوط الايجابية والضغوط السلبية؛ فالضغوط السلبية تؤثر سلباً في أداء الفرد الأكاديمي والمهني، وتوقعه عن الانجاز والإبداع، وتؤدي إلى سوء التوافق والاكنتاب والقلق والإحساس بالإحباط والعدوان. أما الضغوط الايجابية فهي تزود الفرد بالطاقة التي يحتاجها حتى يكون أكثر إبداعاً وإنجازاً، وأكثر قدرة على اتخاذ القرارات وحل المشكلات (حسين وحسين، 2006).

وتؤكد الدراسات النفسية أن مصادر الضغوط متباينة ومتداخلة في آن واحد، ويمكن أن تتمثل في البيئة الخارجية والمتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية. وثمة دراسات تؤكد أن أحداث الحياة وما تشتمل عليه من اضطرابات للعلاقات الإنسانية وتهديد الإنسان لأخيه الإنسان تعد أيضاً من مصادر الضغوط الشائعة في الحياة وفي النواحي البيئية فان ارتفاع درجات الحرارة والرطوبة وتفتشي المكروبات من الأعراض الفسيولوجية للضغوط المهددة للجسم وكثرة الأعمال الإدارية والمسؤوليات الإضافية والمستوى

الاقتصادي وضعف الإمكانيات المادية وظروف العمل السيئة والتقل من عمل لآخر. الإرهاق والتدخين وضعف الأنشطة وتضخم الضرائب وضعف الاتصال فضلاً عن النقد والتخوف من الفشل والانعزالية والوحدة ونظرة المجتمع المتدنية وعدم التعاون والأنانية واللامبالاة وضعف الدافعية (عثمان، 2001). ويضيف بيوس (Buss, 2000) أن أنواع الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد تتمثل في:

1. ضغوط الحياة اليومية:

وهي عبارة عن مجموعة من المواقف والمشكلات التي يتعرض لها كل الأفراد تقريباً في حياتهم اليومية إلا أنها تختلف في درجة تأثيراتها. ومن هذه الضغوط نجد: الضغوط الأسرية والعائلية، الضغوط المادية، الضغوط الاجتماعية، الضغوط المهنية، الضغوط الدراسية، الضغوط العاطفية وغيرها.

2. ضغوط غير عادية: وهي التي تحدث بشكل مفاجئ مثل الكوارث الطبيعية، التعرض لحادث مؤلم كالاعتصاب، أو وفاة كل أعضاء الأسرة في حادث عدا هذا الفرد.

3. ضغوط قصيرة المدى: وهي تعني تعرض الفرد لمشكلة ما لفترة معينة ثم يتم التغلب عليها مثل (الفصل من العمل والذي يشكل ضغطاً يتم التغلب عليه بالحصول على عمل آخر، أو وفاة شخص عزيز أو خسارة مادية كبيرة).

4. ضغوط طويلة المدى:

وهي الضغوط التي يتعرض لها الفرد ويستمر تأثيرها لفترة طويلة مثل الإصابة بمرض مزمن أو خسارة شيء لا يمكن تعويضه أو يصعب تقادي أثره.

وينبغي أن نؤكد هنا على نسبية تلك الضغوط من حيث تأثيرها على كل فرد وكذلك اختلافها باختلاف الثقافات والفترات الزمنية وكذلك درجة توقعها.

الآثار المترتبة عن الضغط النفسي:

يشعر الفرد بالضغط عندما يدرك عدم قدرته على إحداث التوازن المطلوب بين استعداده الشخصية ومطالب الواقع، فحينما يتطلب الموقف الضغوط إمكانيات يشعر الفرد بعدم توافرها لديه أو أن هذه الإمكانيات أقل مما يتطلبه الموقف يبدأ الشعور بالاضطراب وكذلك الإحساس بالانضغاط. كذلك قد يكون الخلل في الانتباه والإدراك وسوء التفسير للموقف سبباً في الشعور بالانضغاط بالإضافة إلى حداثة الموقف وعدم توافر خبرة سابقة في كيفية المواجهة بشكل يساعد على التوافق وأيضاً قد يشعر الفرد بالانضغاط عندما يدرك أن الموقف ينطوي على تهديد لذاته أو لشيء هام في حياته؛ فالضغوط أن مسألة نسبية تتوقف في درجة تأثيرها على العديد من

المستمرة التي يتعرضون لها. كما نشرت في اسبانيا عام 1991 دراسة مسحية مماثلة أكدت أن العمل الإعلامي يهدد العاملين به باضطرابات وأمراض قلبية عديدة بسبب الضغط النفسي (عبد الباسط، 1995).

وعلى الصعيد الخليجي أشارت دراسة أجريت على عينة من الصحفيين العاملين في ثلاث صحف خليجية في منتصف التسعينات، أن الضغوط النفسية تأتي في مقدمة الضغوط التي يتعرض لها الصحفيون، خاصة المحررين الأجانب الذين يعملون في صحف تصدر في غير بلادهم الأصلية (حسن، 1994).

ومن العوامل المسببة للضغط النفسي عند العاملين في المجال الإعلامي كما أشار عبد الباسط (1995) هي:

- (1) عدم العدالة في نظام المكافآت والترقيات والعلاوات وفرص السفر في مهمات صحفية إلى الخارج.
- (2) عدم الثقة في قدرة الإعلامي وكفاءته.
- (3) التدخلات في أسلوب المعالجة الصحفية المتصلة بأحداث وقضايا معينة
- (4) تعرض الإعلاميين لبعض أشكال الضغط المادي كالسجن والطرده من العمل والتعذيب نتيجة عملهم في قضايا معينة.
- (5) تعرض الإعلاميون لبعض أشكال الضغط المعنوي كالإغراء والترهيب والمنع من الكتابة وممارسة العمل الإعلامي.

- (6) ندرة الفرص التي تتاح أمام الإعلامي.
 - (7) عبء العمل وكثرة المتطلبات المهنية.
 - (8) تحديات الموضوعية والحياد المفروضة على الصحفي داخلياً.
- كما يرى الباحث من خبرته الشخصية كصحفي أن هناك مجموعة أخرى من الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإعلاميون في المملكة العربية السعودية، ومنها:
- (1) تعرض الإعلاميون لحالات الإجهاد الشديد نتيجة النشاط العضلي الزائد والنشاط الذهني الزائد مما يسبب لهم الضغط النفسي أو الشدة النفسية.

- (2) تغطية الأحداث تحت ظروف غير عادية مثل درجات الحرارة الشديدة أو درجات البرودة الشديدة، أو في ظل أحداث العنف والتوتر في المجتمع.

- (3) تعرض الإعلاميون لضغوط نفسية ومهنية بسبب الإعاقات التي قد يتعرض لها الإعلامي من قبل أولئك القاصرين عن فهم الدور الذي يقوم به الإعلامي، وهذا نتيجة عدم وعيهم بالدور الذي تلعبه وسائل الإعلام والإعلاميون في

المتغيرات لعل أهمها المتغيرات الخاصة بالفرد ذاته (غرابية، 2002).

وهناك مجموعة كبيرة من التأثيرات التي تحدثها الضغوط لدى الأفراد الذين يشعرون بها وقد تكون هذه التأثيرات موقفية ومؤقتة أو قد تستمر لفترة طويلة ويتوقف طول مدة بقاء تلك التأثيرات على كل من الخصائص النفسية للفرد وطبيعة الموقف المسبب للضغط، وفيما يلي مجموعة من تلك التأثيرات التي تحدثها الضغوط.

أولاً: التأثيرات النفسية: وهي مجموعة التغيرات التي تحدث لدى الفرد وتؤثر في مزاجه العام ومنها ضعف الانتباه والتركيز، اضطراب الذاكرة، ضعف القدرة على الحكم، والتوتر والغضب وسهولة الاستثارة، التشاؤم والشعور بالعجز (Collins, 1999).

ثانياً: التأثيرات الفسيولوجية: وهي مجموعة من التغيرات التي تحدث في وظائف الأعضاء نتيجة التعرض للضغوط (إبراهيم، 1998).

ثالثاً: التأثيرات السلوكية: نتيجةً للتغيرات السابقة سواء النفسية أو الجسدية نجد أن هناك مجموعة من التغيرات السلوكية التي تنتج لدى الفرد كرد فعل لعملية الضغوط، ومنها:

- (1) انخفاض مستوى الدافعية.
- (2) انخفاض مستوى الإنجاز.
- (3) تغيرات في النوم والشهية.
- (4) انخفاض الاهتمام (الغريز وأبو أسعد، 2009).

الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإعلاميون:

تعد مهنة الإعلام، من أكثر المهن خطورة وصعوبة، فهي مهنة البحث عن الحقيقة، من خلال الأخبار والموضوعات التي يسعى الإعلامي للوصول إليها بشتى الطرق والوسائل. وهذا أمر يجعل الصحفي في حالة مستمرة من الترقب، والانتظار، والتوقع، واليأس، والإحباط، والانتصار، والانتكاس، مما يسبب له التعب والإرهاق، الذي يؤدي بالدرجة الأولى إلى الإصابة بأمراض القلب وأمراض أخرى بين الإعلاميين (شليبي، 1991).

وخير مثال على ما تقدم ما قامت به مجموعة من أطباء مدينة سان فرانسيسكو بالولايات المتحدة الأمريكية من مسح تطور الحالة الصحية لقلوب 3524 شخصاً من سكان المدينة تتراوح أعمارهم بين 39 سنة و59 سنة. وبعد ستة أعوام من الملاحظة الطبية الجيدة، نشر الأطباء نتيجة دراستهم والتي أشارت إلى أن الصحفيين وبعض العاملين بالمهن الأخرى في مقدمة الفئات المهددة بمرض القلب بسبب الضغوط النفسية

نقل الحقيقة وإيصال الرسالة بكل دقة ومصداقية.

(4) حجب الإعلاميون من الوصول إلى بعض مواقع الأحداث من قبل بعض أجهزة الدولة المعنية التي في الغالب تفرض السيطرة والطوق الأمني في أماكن الأحداث.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

تعد مهنة الإعلام من أهم وأخطر المهن التي يمكن أن يعمل بها الفرد، لما لها من تواصل مباشر مع كافة شرائح المجتمع وأطيافه بدءاً من أعلى هرم السلطة وصولاً إلى الشرائح الأخرى على اختلاف مستوياتها التعليمي والاجتماعي والثقافي. علاوة على أنها مهنة تعرض صاحبها للخطر بسبب طبيعة بعض الأحداث التي يتعامل معها الإعلامي وبالذات في السنوات العشر الأخيرة، حيث باتت وسائل الإعلام تتنافس بشدة في إشباع حاجات الجمهور الذي يرى في وسائل الإعلام سلطة رابعة وجدت لخدمته، مما فرض على الإعلاميين في وسائل الإعلام ضغوطاً شديدة لمواجهة هذه المنافسة وإثبات وجودهم في الساحة الإعلامية عبر إشباع هذه الحاجات. كما أن طبيعة بعض القضايا والأحداث والتي من أبرزها الإرهاب وقضايا العنف وقضايا القتل فرضت ضغوطاً جديدة على العاملين في تلك المؤسسات الإعلامية التي باتت تتنافس في تغطيتها والوصول لها بالاعتماد على مبدأ السبق الصحفي دون الالتفات لأثر هذه الضغوط على الإعلامي من النواحي النفسية.

ونتخلص مشكلة الدراسة الحالية في غموض معرفتنا بطبيعة الضغوط النفسية التي يعاني منها الأشخاص العاملون في المؤسسات الإعلامية على مختلف أنواعها ومستوياتهم الوظيفية، في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية. كما تتضمن مشكلة الدراسة عدم معرفتنا بمدى تأثير هذه الضغوط بعدد من المتغيرات التي شملتها هذه الدراسة. لذلك تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستويات الضغوط النفسية التي يعاني منها الإعلاميون في مختلف وسائل الإعلام بالمنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية، ومدى تأثير متغيرات الجنس والمؤهل العلمي والخبرة ونوع المؤسسة الإعلامية وطبيعة العمل من خلال الإجابة عن سؤالي الدراسة التاليين:

(1) ما مستوى الضغوط النفسية لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية؟

(2) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بمستوى الضغط النفسي لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة

الشرقية تعزى لمتغيرات الدراسة المستقلة كالجنس، المؤهل العلمي، الخبرة، نوع المؤسسة الإعلامية، وطبيعة العمل؟

أهمية الدراسة

حظي موضوع الضغط النفسي ومصادره لدى العاملين في المهن والوظائف المختلفة بعناية كبيرة لعلاقته المباشرة بأداء وإنتاجية العاملين. إلا أن مهنة الإعلام لم تحظ بنفس الاهتمام ولم تُعطَ حقها من البحث والدراسة؛ لذلك تكمن أهمية الدراسة الحالية في أنها من الدراسات القليلة - في حدود علم الباحث - حول مستويات الضغط النفسي لدى الإعلاميين السعوديين، ويمكن إجمال أهمية الدراسة من خلال النقاط الآتية:

- الكشف عن مستويات الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإعلامي السعودي، وخاصة تلك التي تؤثر في أدائه وإنتاجيته في العمل.
- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في إثراء المعرفة العلمية المتعلقة بمستويات ومصادر الضغط النفسي التي يعاني منها الإعلاميون بشكل عام والسعوديون بشكل خاص.
- قد تدفع نتائج الدراسة الحالية المسؤولين والمعنيين بقطاع الإعلام بالمملكة العربية السعودية في إعداد برامج وخطط وورش عمل تحد من مستويات الضغط النفسي لدى الإعلاميين، إضافة إلى توعية الإعلاميين بهذه الضغوط ليتمكنوا من التعامل معها بإيجابية.
- كما يمكن للمرشدين والعاملين في مجال الصحة النفسية والرعاية الاجتماعية الاستفادة من نتائج الدراسة في تصميم البرامج الإرشادية والتوجيهية التي تساعد في تقديم الدعم والرعاية للعاملين في مختلف المؤسسات الإعلامية.

التعريفات الإجرائية

- **الضغط النفسي:** ردود الأفعال واستجابات أفراد العينة للظروف البيئية المحيطة بهم ولأسباب والمصادر المختلفة التي تسبب لهم التوتر وعدم الاتزان والتكيف بالعمل (حسين وحسين، 2006)، أما إجرائياً فالضغط النفسي هو درجة استجابة أفراد عينة الدراسة على المقياس التي تم إعداده لهذا الغرض.
- **الإعلاميون السعوديون:** هم الأفراد (مديرو مؤسسات إعلامية، صحفيون، مذيعون، مراسلون) والذين يمارسون العمل الإعلامي ولديهم شهادات علمية في مجال تخصصهم في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية.

حدود الدراسة

- تعتمد نتائج هذه الدراسة على الحدود الآتية:
- (1) اقتصر أفراد عينة الدراسة على الإعلاميين العاملين

زيادة ارتفاع مستوى القلق والخوف. وقد أشارت النتائج إلى أن تحديد العوامل المسببة للقلق والخوف تسهم إيجابياً في تقليل مستوى الخوف والقلق لديهم وخاصة إن كان هذا الخوف والقلق ناتج عن ضغوط مهنية في المقام الأول. كما خلصت الدراسة إلى أن طبيعة العمل في مهنة كمهنة الإعلام لا بد أن يصاحبها العديد من الضغوط النفسية والمهنية والاجتماعية والشخصية.

وأجرى فينيسين (Feinstein, 2001) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت إلى الكشف عن الصحة الانفعالية والضغوط النفسية لدى الصحفيين والمراسلين الذين يعملون في فترات الحرب وفي بؤر الصراع المسلح. وتكونت عينة الدراسة من (100) صحفي ومراسل أمريكي غطوا العديد من الأحداث والنزاعات المسلحة في العالم. وبعد تطبيق أداة الدراسة وهي عبارة عن مقياس خاص بالصحة العاطفية والضغوط النفسية بينت الدراسة أن مستويات الضغط النفسي لدى هؤلاء الصحفيين كانت مرتفعة وتتمثل في التوتر الشديد، والاكتئاب، والعنف مع العائلة. كما بينت الدراسة أنه إلى جانب ضغوط العمل الميداني يتعرض الصحفيين لضغوط من مؤسساتهم تتمثل في متطلبات العمل المطلوبة منهم في مناطق الصراع التي يعملون بها.

كما أجرى هايز (Hayes, 2001) دراسة في كولومبيا هدفت إلى الكشف عن الضغوط النفسية التي تصاحب عمل الصحفيين في الشوارع الخطرة في كولومبيا ومدى تكيفهم مع الواقع الجغرافي لهذه الشوارع. وتكونت عينة الدراسة من جميع الصحفيين الذين تخرجوا من جامعة تومبسون ريفرز وعملوا في كولومبيا وعددهم (90) صحفياً. وبتحقيق هدف الدراسة تم إتباع منهجية البحث النوعي القائمة على إجراء مقابلات معمقة مع أفراد عينة الدراسة. حيث أشارت الدراسة أن أهم الضغوط النفسية التي يتعرض لها الصحفي في الشارع هي التوتر الدائم بسبب الخوف من القتل أو الاختطاف. وعلى صعيد العمل أشار الصحفيون أن ما تفرضه مؤسساتهم عليهم من متطلبات تقضي بالحصول على الأخبار بأي وسيلة قد يشعرون بضغط نفسي وتوتر يصل لدرجة الاحتراق النفسي. وأخيراً بينت الدراسة أن محاولات التكيف مع طبيعة العمل وواقع الشارع وثقافة المجتمع تفرض ضغوطاً مهنية ونفسية واجتماعية أخرى على الصحفيين.

وأجرى القرني (2004) دراسة في المملكة العربية السعودية هدفت إلى حجم الضغوط المهنية ودرجة الاحتراق النفسي الذي يعاني منه المشتغلون في المؤسسات الإعلامية السعودية، وذلك من خلال مسح ميداني لمختلف منسوبي الأجهزة

في مختلف المؤسسات الإعلامية في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية. لذلك لا يمكن تعميم النتائج خارج نطاق العينة والمجتمع الذي شملته الدراسة، إلا بمماثلة المجتمع المنوي التعميم عليه بمجتمع الدراسة.

(2) تتحدد نتائج الدراسة وفق أدواتها وهي الاستبانة التي وزعت على العاملين في مختلف المؤسسات الإعلامية في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية. علماً بأنه تم التحقق من صدقها وثباتها وفق الإجراءات اللازمة لذلك. لذلك فصدق النتائج مرتبط بصدق وأمانة المستجيبين على أداة الدراسة.

(3) تتحدد النتائج بالأبعاد التي تكونت منها أداة الدراسة، وبالتالي فإنه لا يمكن تعميم النتائج على سمات أو خصائص أو أبعاد أخرى خارج أبعاد الأداة المستخدمة.

الدراسات السابقة

نظراً لأهمية موضوع الضغط النفسي الذي يعاني منه العاملون في مختلف المجالات، أجريت العديد من الدراسات على المهن المختلفة، لذلك قام الباحث بالإطلاع على الأدب النظري وعلى ما تم إنجازه في هذا المجال بشكل عام. وتالياً عرض لأهم الدراسات السابقة حول هذا الموضوع بحسب تسلسلها التاريخي من الأقدم إلى الأحدث.

أجرى بينكس ونيكو (Benks and Necco, 1990) دراسة بهدف التعرف إلى العلاقة بين مستويات الاحتراق النفسي وبعض المتغيرات الديموغرافية، والمتغيرات المرتبطة بالعمل على عينة مكونة من (161) مراسلاً إخبارياً تتراوح أعمارهم بين 25 سنة إلى 45 سنة يعملون في ثمان من الصحف النيوزلندية، حيث تراوحت خبرات هؤلاء المراسلين بين سنتين و15 سنة. ولتحقيق هدف الدراسة تم إعداد مقياس للاحتراق النفسي تكون من 45 فقرة توزعت على مجالات: الإجهاد، التبدل، الضغوط الاجتماعية والضغوط المهنية. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المراسلين يعانون من ظاهرة الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة. وأن الاحتراق النفسي كان مرتبطاً ارتباطاً كبيراً بالسن، والخبرة، ومكان العمل الذي يغطيه المراسل ونوع العمل.

وبدوره أجرى اليسون (Alison, 1999) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية بهدف تحديد العوامل المسببة للقلق والخوف عند مراسلي وكالات الأنباء. ولتحقيق هذا الهدف طور اليسون مقياساً خاصاً لقياس مستويات القلق والخوف والضغط النفسي عند عينة مكونة من 123 مراسلاً صحفياً ومندوب وكالة أنباء. وأظهرت النتائج أن الخوف من التعرض للأذى ويؤدي إلى

مؤسساتهم كنتيجة للضغوط النفسية الداخلية التي تمارسها مؤسساتهم عليهم. بينما أشار 36.2 % أن الضغوط الخارجية كالقلق والخوف تسبب لهم الاكتئاب والرغبة في الابتعاد عن عملهم. كما أشارت نسبة كبيرة من الصحفيين أن عدم التقدير المادي لجهودهم سبب لهم الإحباط وبالتالي الرغبة في ترك العمل. إلا أن معظم المستجيبين أشاروا إلى أن مستويات الضغط النفسي التي يتعرضون لها تتراوح ما بين المتوسط وفوق المتوسط.

التعقيب على الدراسات السابقة

يلاحظ من خلال استعراض الدراسات السابقة ان موضوع الضغط النفسي لدى العاملين في المجال الاعلامي حظي باهتمام العديد من الباحثين الغربيين، بينما لم يحظ هذا الموضوع باهتمام كاف لدى الباحثين العرب رغم اهمية الموضوع؛ فلم يتمكن الباحث - وبحدود اطلاعه- الا من الحصول على دراسة القرني (2004) والتي درست مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية والاحترق النفسي لدى الاعلاميين عبر تطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

وما يميز الدراسة الحالية عن دراسة القرني (2004) ان الدراسة الحالية هدفت إلى الكشف عن مستويات الضغوط النفسية التي يعاني منها الاعلاميون السعوديون العاملون في مختلف وسائل الإعلام بالمنطقة الشرقية باعتبارها اكبر منطقة إدارية في المملكة العربية السعودية وتضم مكاتب لكافة الوسائل الإعلامية السعودية كونها منطقة حدودية مفتوحة على العديد من الدول المجاورة مما يجعلها تتأثر بالأحداث التي تحدث في هذه الدول مما يؤثر بدوره على اهتمامات القراء واتجاهاتهم، الأمر الذي يلقي على الإعلاميين في المنطقة الشرقية ضغطا كبيرا في الاستجابة لهذه الاهتمامات وإشباع حاجات هؤلاء القراء، كما تتميز هذه الدراسة عن دراسة القرني (2004) بمتغيراتها إذ هدفت إلى معرفة تأثير متغيرات الجنس والمؤهل العلمي والخبرة ونوع المؤسسة الإعلامية وطبيعة العمل. كما أن الدراسة الحالية سوف تعتمد على تطوير مقياس خاص بالإعلاميين بالاعتماد على الأدب النظري والدراسات السابقة التي أجريت حول الموضوع.

ومن جانب آخر لاحظ الباحث أن معظم الدراسات الأجنبية ركزت على موضوع الاحتراق النفسي وعلى موضوع الضغوط الخارجية كالخطر أو الخوف من التعرض للأذى دون الإشارة إلى متغيرات المهنة نفسها ومتطلباتها ومنها دراسة (Benks & Necco, 1990) ودراسة (Alison, 1999) ودراسة فينيسيتين

الإعلامية الرسمية والخاصة في المملكة العربية السعودية. وتم توظيف مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، إضافة إلى فقرات خاصة بالضغوط المهنية، على عينة عشوائية بلغت 134 فردا. وأشارت نتائج الدراسة الميدانية إلى وجود درجات متوسطة من الاحتراق النفسي لدى مجمل أفراد العينة في الأبعاد الثلاثة المكونة للمقياس من الإجهاد الانفعالي، والتبدل الإحساسي، والإنجاز الشخصي. وقد تبين من البحث وجود اختلافات بين فئات العينة حسب المتغيرات المؤسسية والمتغيرات الفردية التي تضمنت البحث. كما أشارت النتائج إلى وجود شعور بضغوط مهنية على منسوبي المؤسسات الإعلامية نتيجة المنافسة الو سائلية، أو الضغوط المؤسسية والمجتمعية.

كما أجرى لاين (Lynn, 2005) دراسة في ولاية كاليفورنيا الأمريكية بهدف الكشف عن مصادر الضغط النفسي ومستويات الاحتراق النفسي لدى الصحفيين. وضمت عينة الدراسة (36) صحفياً يعملون في مجموعة من الصحف المحلية. وبعد تطبيق أداة الدراسة هي عبارة عن استبانة من تطوير Lynn بينت الدراسة أن الصحفيين يعانون من ضغوط تتمثل في الخوف من الموت أثناء تغطية الأحداث، والاكتئاب المصاحب لعملهم. كما بينت الدراسة أن الصحفيين يعانون من التوتر الشديد والمستمر بسبب طبيعة عملهم الميدانية.

وأجرى إيرتل وبيش واولسبيرجر وسجيرست (Ertel, Pech, Ullsperger and Siegrist, 2005) دراسة في ألمانيا هدفت للكشف عن ظروف العمل النفسية المختلفة وأثرها على صحة الإعلاميين. وتكونت عينة الدراسة من (290) إعلامياً يتوزعون على مختلف الوسائل الإعلامية (المقروءة، والمسموعة، والمرئية). ولتحقيق هدف الدراسة تم تطبيق مقياس الضغط النفسي وإجراء مقابلات فردية مع أفراد العينة لمعرفة مصادر الضغوط ومستوياتها لدى عينة الدراسة. وبينت الدراسة أن معظم الضغوط النفسية ترتبط بمصدرين هما ضغوط العمل ومجموعة الضغوط الخارجية المحيطة بعمل الإعلامي. كما بينت الدراسة أن مستويات الضغوط النفسية متفاوتة، إلا إنها تكون مرتفعة عند وجود أحداث خطيرة على المستويات كافة اقتصادياً واجتماعياً وسياسياً.

كما أجرت فاونجهان (Vaughan, 2005) دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية بهدف الكشف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي للصحفيين ورغبتهم في التخلي عن مهنتهم. وتكونت عينة الدراسة من 770 صحفياً وصحفية أمريكيين يعملون في مختلف أنواع المؤسسات الإعلامية. وباستخدام منهجية المسح عبر الاستبانة خلصت الدراسة إلى أن 25% يرغبون في ترك

ومحطة الإذاعة والتلفزيون في المنطقة الشرقية، والقنوات الفضائية التي تمتلك مكاتب تمثيل في المنطقة. ونظراً لعدم حصول الباحث على إحصائية بعدد الإعلاميين من قبل وزارة الثقافة والإعلام (وكالة الوزارة للإعلام الداخلي)، كما أن معظم الصحف لا تقدم إحصائيات محددة بإعداد العاملين بها كنتيجة لسياسات خاصة بها واعتمادها على عدد كبير من المتعاونين، لجأ الباحث إلى زيارة تلك المكاتب وحصل على أعداد متفرقة في كل زيارة كان يقوم بها، والعاملين في هذه المؤسسات يمثلون محررين، وصحفيين، ومراسلين، ومذيعين، ومخرجين، ومصورين، ومعدنين.

أفراد الدراسة

تكون أفراد الدراسة من (374) عاملاً وعاملة يعملون بالمؤسسات الإعلامية المختلفة بالمنطقة الشرقية بالملكة العربية السعودية، حيث توزع أفراد عينة الدراسة على أنواع مختلفة من المؤسسات الإعلامية مثل (المطبوعات، والإذاعة، والتلفزيون). وتجدر الإشارة، أن الباحث قد استخدم أسلوب العشوائية المتيسرة في الوصول إلى أفراد عينة الدراسة من خلال المقابلة الشخصية وتوزيع الاستبانة على العاملين في هذه المكاتب، حيث قام الباحث بتوزيع (400) استمارة استعاد منها (374) تمثل عينة الدراسة وذلك كما في الجدول (1).

أداة الدراسة

قام الباحث بالرجوع إلى الأدب النظري والدراسات السابقة التي تناولت موضع الضغط النفسي لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية، وفي ضوء ما توفر لديه؛ قام بإعداد قائمة من الفقرات في صورتها الأولية تتوزع على ثلاثة أبعاد هي: (الضغوط الاجتماعية ويتألف من عشر فقرات؛ الضغوط النفسية وتتألف من تسع عشرة فقرة؛ الضغوط المهنية وتتألف من ثلاث عشرة فقرة)؛ بحيث أن فقرات البعد الأول أخذت الأرقام من (1-10) مشتملة على فقرة واحدة سالية المضمون ألا وهي الفقرة رقم (10)؛ وإن فقرات البعد الثاني أخذت الأرقام (11-29) مشتملة على فقرتين سالبتين المضمون ألا وهما (13، 21)؛ وكذلك إن فقرات البعد الثالث أخذت الأرقام (30-42) مشتملة على فقرة واحدة سالية المضمون ألا وهي الفقرة (31)، مع الأخذ بعين الاعتبار، أن الباحث قد قام بتدريج قائمة الفقرات السابقة الذكر بتدرج ليكرت خماسي الفئات من منخفضة جداً فمنخفضة فمتوسطة فمرتفعة ثم مرتفعة جداً بحيث تأخذ الدرجة المنخفضة جداً علامة (1) والدرجة المرتفعة جداً تأخذ علامة (5). ويمكن لدرجات المفحوصين أن تتراوح ما بين 42 - 210، وتستغرق الإجابة عن فقراتها 10 - 15 دقيقاً، ويعطى فردياً وجماعياً.

(Feinstein). وتتميز الدراسة الحالية عن هذه الدراسات في أنها سوف تكشف عن مصادر الضغط الداخلي والخارجي ومدى تأثيره بالعوامل المرتبطة بمهنة الإعلام مثل طبيعة العمل ونوع المؤسسة الإعلامية.

كما استخدمت الدراسات عدة منهجيات منها المقاييس المقننة مثل مقياس ماسلاش، كدراسة القرني (2004). أو مقاييس من إعداد الباحثين أنفسهم مثل (Vaughan, 2005) ودراسة (Lynn, 2005). أو أسلوب المقابلات مثل دراسة (Hayes, 2001). وتشترك الدراسة الحالية مع هذه الدراسات في أنها سوف تستخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات، إلا أن الدراسة الحالية تتميز عن الدراسات السابقة في التوسع في المجالات التي تشملها الدراسة مثل الضغوط الاجتماعية والنفسية والمهنية إلى جانب التنوع في عينة الدراسة للكشف عن دور نوع العمل والمسمى الوظيفي للإعلامي في تعرضه للضغوط النفسية المختلفة.

واستفاد الباحث من الاطلاع على الدراسات السابقة في إثراء الإطار النظري للدراسة الحالية. كما استفاد منها في تطوير أداة الدراسة، ومن خلال التعرف على مناهج البحث المختلفة التي اعتمدتها الدراسات السابقة، ومن خلال إفادته من مضمونها الفكري والمنهجي أيضاً.

بعد مراجعة الدراسات السابقة يتضح غياب الدراسات العلمية التي تختص بدراسة ظاهرة الضغوط بأبعادها النفسية والمهنية والاجتماعية، وتأثير متغيرات من مثل: الجنس والمؤهل العلمي والخبرة وطبيعة العمل الإعلامي ونوع المؤسسة الإعلامية. لذا تأتي هذه الدراسة لسد الفجوة من خلال معالجة هذه الظاهرة.

الطريقة والإجراءات

يتناول هذا الفصل منهجية الدراسة ومجتمعها وعينتها وأداة الدراسة من حيث طريقة بنائها وصدق المحتوى لها وصدق البناء والثبات بنوعيه (الإعادة والاتساق الداخلي) وطريقة تصحيح أداة الدراسة والمتغيرات المستقلة والتابعة فيها وإجراءات الدراسة وأخيراً المعالجات الإحصائية التي استخدمها الباحث لاستخلاص نتائج الدراسة وتحليلها.

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الإعلاميين العاملين في مكاتب الصحف والمؤسسات الإعلامية كالتلفزيون والإذاعات الرئيسية والتي لها مكاتب اعتماد وتوزيع في المنطقة الشرقية، ومن هذه المؤسسات مكاتب الصحف التالية: الوطن، الحياة، الرياض، الجزيرة، اليوم، عكاظ، المدينة، وشمس، والاقتصادية،

الجدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة المستقلة

المتغير المستقل	المستويات	التكرار		النسبة المئوية	
		الفرعي	الكلية	الفرعية	الكلية
الجنس	ذكر	337	374	90.1	100.0
	أنثى	37		9.9	
المؤهل العلمي	دبلوم	173	374	46.3	100.0
	بكالوريوس فأعلى	201		53.7	
الخبرة	أقل من 5 سنوات	129	374	34.5	100.0
	من 5-10 سنوات	133		35.6	
	من 10 سنوات فأكثر	112		29.9	
نوع المؤسسة الإعلامية	مطبوعات	318	374	85.0	100.0
	إذاعية	15		4.0	
	تلفزيونية	41		11.0	
طبيعة العمل	مذيع	20	374	5.3	100.0
	محرر	213		57.0	
	مراسل صحفي	75		20.1	
	أخرى	66		17.6	

صدق الأداة وثباتها

أ- صدق المحتوى:

لتحقق من صدق المحتوى الخاص ببنية فقرات أداة الدراسة من حيث سلامة الفقرات ومن حيث الناحية اللغوية ومناسبتها من حيث المضمون الخاص بها بما يتوافق مع بعدها في المرتبة الأولى ومع أداة الدراسة في المرتبة الثانية؛ فقد قام الباحث بعرض الصورة الأولية لأداة الدراسة على عدد من المختصين في كل من المجالات: الإرشاد النفسي - علم النفس - القياس والتقييم - اللغة العربية - الإعلام، أخذ الباحث بملاحظات كافة المحكمين شريطة أن لا تقل نسبة الاتفاق بينهم عن (80%)، وفي ضوء تلك الملاحظات تم إجراء التعديلات التي تتفق مع ملاحظاتهم (الملحق رقم 2). وبعد الانتهاء من إجراءات

التحكيم تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من (42) فقرة توزعت على ثلاثة أبعاد.

ب- صدق البناء:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط المصحح بين الدرجة على الفقرة والدرجة على المقياس ككل، وكذلك معامل الارتباط المصحح بين الدرجة على الفقرة والدرجة على البعد مع مراعاة حذف الفقرات التي تقل معاملات ارتباطها المصحح مع المقياس أو بعدها عن (0.20)، مما ترتب عليه حذف خمس

فقرات من الصورة شبه النهائية لأداة الدراسة، ألا وهي الفقرات ذوات الأرقام (2-10-13-21-31) مع ملاحظة أن أربع فقرات من خمس فقرات هي فقرات سالبة المضمون بالنسبة للمقياس وبالنسبة للبعد المنتمية له.

إن قيم معاملات الفقرات المصحح مع المقياس قد تراوحت ما بين (0.32-0.56) على بعد الضغط الاجتماعي وتراوحت ما بين (0.23-0.66) على بعد الضغط النفسي وأخيراً تراوحت ما بين (0.41-0.68) على بعد الضغط المهني في حين أن قيم معاملات الفقرات المصحح مع الأبعاد المنتمية لها قد تراوحت ما بين (0.33-0.72) على مستوى بعد الضغط الاجتماعي، وتراوحت ما بين (0.26 - 0.66) على مستوى بعد الضغط النفسي، وأخيراً تراوحت ما بين (0.38-0.70) على بعد الضغط المهني.

كما تمّ حساب معاملات الارتباط الخطية البينية معاملات الارتباط الخطية البينية لأداة الدراسة وأبعادها وذلك كما في الجدول (2)

يلاحظ من الجدول (2)، أنَّ العلاقات الارتباطية الخطية بين الأبعاد وبين أداة الدراسة قد تراوحت قيمها ما بين (0.68-0.90)، كما وقد تراوحت قيم العلاقات الارتباطية بين المجالات ما بين (0.45-0.54)، وهذا يشير إلى أن المقياس أحادي البعد.

ج - ثبات المقياس:

والثاني لأداة الدراسة، وذلك بهدف حساب ثبات الإعادة بين التطبيقين باستخدام معادلة معامل الارتباط بيرسون وكذلك بهدف حساب الاتساق الداخلي لفقرات التطبيق الأول باستخدام معامل معادلة كرونباخ ألفا، وذلك كما في الجدول (3).

قام الباحث باختيار عينة استطلاعية مؤلفة من (22) عاملاً وعاملة في المؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية من خارج عينة الدراسة بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test - Retest)؛ بفواصل زمني مقداره أسبوعان بين التطبيق الأول

الجدول (2): معاملات الارتباط الخطية البينية لأداة الدراسة وأبعادها

العلاقة الارتباطية	الضغط الاجتماعي	الضغط النفسي	الضغط المهني	الكلّي للمقياس
الضغط الاجتماعي	1			
الضغط النفسي	0.53	1		
الضغط المهني	0.45	0.54	1	
الكلّي للمقياس	0.68	0.90	0.77	1

الجدول (3): معاملات ثبات الإعادة والاتساق الداخلي لأداة الدراسة وأبعادها

الضغوط النفسية وأبعادها	ثبات الإعادة	ثبات الاتساق الداخلي	عدد الفقرات
الضغط الاجتماعي	0.98	0.86	8
الضغط النفسي	0.93	0.89	17
الضغط المهني	0.83	0.88	12
الكلّي للمقياس	0.94	0.94	37

بما يتفق والعلامة المخصصة لكل فئة من فئات تدرج ليكرت الخماسي المعتمد في أداة الدراسة؛ بهدف تصنيف المتوسطات الحسابية الخاصة بأداة الدراسة وأبعادها وفقرات أبعادها عن طريق إطلاق الأحكام عليها باستخدام فئات التدرج الخماسي وذلك على النحو الآتي:

يلاحظ من الجدول (3)، أن قيم معاملات ثبات الإعادة وكذلك قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي تعتبر مؤشرات كافية لاعتماد أداة الدراسة.

د - طريقة تصحيح أداة الدراسة:

قام الباحث باعتماد النموذج الإحصائي ذي التدرج المطلق؛ الذي يتسم بتقريب المتوسطات الحسابية إلى أقرب عدد صحيح

مستوى الضغط النفسي	العلامة	فئة المتوسطات المقابلة لها
مرتفع جداً	5	5.00 - 4.50
مرتفع	4	4.49 - 3.50
متوسط	3	3.49 - 2.50
منخفض	2	2.49 - 1.50
منخفض جداً	1	1.49 - 1.00

المؤسسات التابعة لهم. أما فيما يخص الإعلاميات الإناث ولأسباب ثقافية ودينية لم يتمكن الباحث من توزيع الاستبانات بنفسه وإنما تم تكليف إحدى الزميلات المشرفات بعد تدريبها على توزيع الأداة.

إجراءات الدراسة

(1) تم الحصول على خطاب تسهيل مهمة الباحث

وتجدر الإشارة إلى أنه كلما ارتفعت درجات المفحوصين على المقياس فإن ذلك يشير إلى ارتفاع مستوى الضغط النفسي لديهم.

أما فيما يخص مدة التطبيق: تستغرق الإجابة على المقياس 10-15 دقيقة وقد تم توزيع الأداة بشكل فردي وبشكل مجموعات تراوح حجم المجموعة من 3-10 في مكاتب

بالدرجة الكلية بأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة المستقلة متنوعة بإجراء تحليل التباين الخماسي عديم التفاعل على الدرجة الكلية وفقاً لمتغيرات الدراسة المستقلة.

للإجابة عن الجزء الثاني من سؤال الدراسة الثاني؛ تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لأداة لمتغيرات الدراسة المستقلة، ثمّ إجراء تحليل التباين المتعدد يليه اختبار شيفيه للمقارنات البعدية.

عرض النتائج

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على واقع الضغوط النفسية لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية وذلك عن طريق الإجابة عن السؤالين الاتيين:

أولاً: سؤال الدراسة الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية؟

تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بأداة الدراسة وأبعادها، مع مراعاة ترتيب أبعاد أداة الدراسة ترتيباً تنازلياً وفقاً لمتوسطاتها الحسابية، وذلك كما في الجدول (4).

الجدول (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بأداة الدراسة وأبعادها مع ترتيب أبعادها تنازلياً وفقاً لمتوسطاتها

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الضغوط النفسية وأبعادها	الترتبة	رقم البعد
0.91	3.065	الضغط المهني	1	3
0.80	2.772	الضغط النفسي	2	2
0.96	2.725	الضغط الاجتماعي	3	1
0.76	2.857	الكلّي للمقياس		

الخاصة بمستوى الضغط النفسي لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: الجنس والمؤهل والخبرة ونوع المؤسسة الإعلامية وطبيعة العمل؟

ونظراً لاشتغال السؤال على جانبين؛ الأول منهما: يتناول الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة المستقلة، والثاني منهما: يتناول الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة، ولتبسيط عرض النتائج فقد تمّ تجزئتها إلى جزئين على النحو الآتي:

أ- فيما يخص الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات

لتطبيق الدراسة من قبل كلية التربية بجامعة اليرموك، ومن ثمّ الحصول على خطاب تسهيل مهمة الباحث من الملحقة الثقافية السعودية في المملكة الأردنية الهاشمية.

(2) قام الباحث بإعداد أداة الدراسة بالاستعانة بالأدب النظري والدراسات السابقة وتحكميها والتأكد من ثباتها.

(3) قام الباحث بتحديد المؤسسات الإعلامية التي لها مكاتب معتمدة في المنطقة الشرقية من صحف وإذاعة وتلفاز ومجلات للوصول إلى عينة الدراسة.

(4) وبعد تحديد جميع المكاتب التي تمثل المؤسسات الإعلامية، تم توزيع أداة الدراسة على أفراد عينة الدراسة واستردادها، وبسبب الاتساع الجغرافي للمنطقة الشرقية وتوزع مكاتب المؤسسات الإعلامية في مناطق متباعدة في المحافظات التابعة للمنطقة استغرق توزيع الأداة واستردادها مدة ثلاثة أسابيع.

(5) إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب ومعالجتها إحصائياً.

التحليل الإحصائي:

للإجابة عن سؤال الدراسة الأول؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بأداة الدراسة وأبعادها.

للإجابة عن سؤال الجزء الأول من سؤال الدراسة الثاني؛ تمّ حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة

يلاحظ من الجدول رقم (4) وبالمقارنة مع المحكات التي تبينتها الدراسة ان الضغوط النفسية لدى أفراد الدراسة كما تعكسها درجاتهم على المقياس ككل وعلى أبعاده الفرعية جاءت ضمن مستوى متوسط. أما فيما يخص ترتيب متوسطاتهم على الأبعاد الفرعية للمقياس فقد جاء الضغط المهني في المرتبة الأولى، تلاه الضغط النفسي وجاء الضغط الاجتماعي في المرتبة الأخيرة.

سؤال الدراسة الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha < 0.05$) بين المتوسطات الحسابية

ناتجة عن اختلاف مستويات متغيرات الدراسة المستقلة، وللكشف عن دلالة الفروق الظاهرية السابقة الذكر تم إجراء تحليل التباين الخماسي عديم التفاعل (5-WAY ANOVA) على الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة وذلك كما في الجدول (6).

الدراسة المستقلة؛ تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تبعاً لاختلاف مستويات متغيرات الدراسة، وذلك كما في الجدول (5)

يلاحظ من الجدول (5)؛ وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة

الجدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

المتغيرات المستقلة	المستويات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	2.862	0.77
	أنثى	2.812	0.72
المؤهل العلمي	دبلوم	2.994	0.71
	بكالوريوس فأعلى	2.739	0.78
الخبرة	أقل من 5 سنوات	2.770	0.79
	من 5-10 سنوات	2.696	0.74
	من 10 سنوات فأكثر	3.149	0.67
نوع المؤسسة الإعلامية	مطبوعات	2.874	0.77
	إذاعية	2.231	0.55
	تلفزيونية	2.956	0.69
طبيعة العمل	مذيع	2.681	0.73
	محرر	2.833	0.74
	مراسل صحفي	2.773	0.81
	أخرى	3.084	0.73

الجدول (6): نتائج تحليل التباين على الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الجنس	0.200	1	0.200	0.379	0.538
المؤهل العلمي	4.316	1	4.316	8.186	0.004
الخبرة	11.022	2	5.511	10.454	0.000
نوع المؤسسة الإعلامية	3.632	2	1.816	3.445	0.033
طبيعة العمل	0.086	3	0.029	0.054	0.983
الخطأ	191.891	364	0.527		
الكلية	215.975	373			

ويتبين من الجدول (6)؛ وجود فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف مستويات متغيري الدراسة (الخبرة، نوع المؤسسة الإعلامية)، ولكون متغيري (الخبرة، نوع المؤسسة الإعلامية) متغيرين متعددي المستويات فقد تم إجراء اختبار (Scheffe) للمقارنات البعدية المتعددة على الدرجة

يتضح من الجدول (6) وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين المتوسطين الحسابيين الخاصين بالدرجة الكلية لأداة الدراسة يعزى لاختلاف مستويي متغير الدراسة المستقل (المؤهل العلمي)؛ لحساب العاملين بالمؤسسات الإعلامية من حملة شهادة (الدبلوم)، على حساب نظرائهم من العاملين في تلك المؤسسات من حملة شهادة (البكالوريوس فأعلى).

الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغير الدراسة المستقل (الخبرة) على الترتيب ولصالح:

1- الضغوط النفسية لذوي الخبرة (أقل من 5 سنوات) وبدلالة إحصائية مقارنة مع الفئتين (5-10 فأكثر).

الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغيري الدراسة المستقلين (الخبرة، نوع المؤسسة الإعلامية) وذلك كما في الجدولين (7) و(8). يتضح من الجدول (7)؛ وجود فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة

الجدول (7): نتائج اختبار شففيه (Scheffe) للمقارنات البعدية المتعددة على الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغير الخبرة

الخبرة	المتوسط الحسابي	من 10-5 سنوات	من 1-5 سنوات	من 10 سنوات فأكثر
Scheffe		2.696	2.770	3.149
من 10-5 سنوات	2.696			
من 1-5 سنوات	2.770	0.075		
من 10 سنوات فأكثر	3.149	0.453	0.379	

الجدول (8): نتائج اختبار شففيه (Scheffe) للمقارنات البعدية المتعددة على الدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغير الدراسة نوع المؤسسة الإعلامية

نوع المؤسسة الإعلامية	المتوسط الحسابي	إذاعية	مطبوعات	تلفزيونية
Scheffe		2.231	2.874	2.956
إذاعية	2.231			
مطبوعات	2.874	0.643		
تلفزيونية	2.956	0.725	0.082	

يلاحظ من الجدول (9)؛ وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة ناتجة عن اختلاف مستويات متغيرات الدراسة، ونظراً لارتباط أبعاد المقياس مع بعضها البعض فقد أجري تحليل التباين المتعدد الخماسي (5 WAY- MANOVA) على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً للمتغيرات الدراسة وذلك كما في الجدول (10).

يتبين من الجدول (10)؛ وجود أثر جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لكل من المتغيرات الدراسة (الجنس، المؤهل العلمي، الخبرة) على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة مجتمعة، في حين لم يثبت وجود أثر جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) لكل من متغيري الدراسة المستقلين (نوع المؤسسة الإعلامية، طبيعة العمل) على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة مجتمعة، ولتبيان على أي نوع من الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة كان أثر متغيرات الدراسة المستقلة، فقد تم إجراء تحليل التباين على الدرجات الفرعية كل على حدة وفقاً لمتغيرات الدراسة المستقلة وذلك كما في الجدول (11).

يتضح من الجدول (11)؛ وجود فرق جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطين الحسابيين الخاصين

يتضح من الجدول (8)؛ وجود فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف مستويات متغير (نوع المؤسسة الإعلامية)، حيث كان مستوى الضغط النفسي للعاملين في الإذاعة أعلى وبدلالة إحصائية مقارنة مع العاملين في المطبوعات والتلفزة، والترتيب التالي يوضح ذلك:

1- العاملون بالمؤسسات الإعلامية ممن يعملون في قطاع التلفزيون في مؤسسات الإعلام المرئي على حساب نظرائهم ممن يعملون في مؤسسات الإعلام المسموع.

2- العاملون في المؤسسات الصحفية (مؤسسات الإعلام المطبوع على حساب نظرائهم العاملين في مؤسسات الإعلام المسموع) في حين لم يثبت وجود فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف مستويات متغيري الدراسة (الجنس، طبيعة العمل).

أ- فيما يخص الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة تبعاً لاختلاف مستويات متغيرات الدراسة وذلك كما في الجدول (9).

الحسابيين الخاصين بالدرجتين الفرعيتين لبعدي (الضغط النفسي، الضغط المهني) يعزى لاختلاف مستويي متغير الدراسة المستقل (المؤهل العلمي)، ولصالح العاملين في المؤسسات الإعلامية لحملة شهادة (الدبلوم) على حساب العاملين في المؤسسات الإعلامية من حملة شهادة (البكالوريوس فأعلى) كما هو مثبت في الجدول (10).

بالدرجة الفرعية لبعد الضغط الاجتماعي، لصالح الذكور من العاملين بالمؤسسات الإعلامية وضمن مستوى ضغط نفسي (متوسط) على حساب الإناث من العاملات في المؤسسات الإعلامية وضمن ضغط نفسي (منخفض) كما هو مثبت في الجدول رقم (10). وكذلك يتضح من الجدول (12)؛ وجود فرق جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطين

الجدول (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

المتغير المستقل	المستويات	الضغط الاجتماعي		الضغط النفسي		الضغط المهني	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	2.776	0.95	2.764	0.80	3.059	0.93
	أنثى	2.264	0.98	2.847	0.89	3.128	0.69
المؤهل العلمي	دبلوم	2.824	0.96	2.910	0.78	3.228	0.87
	بكالوريوس فأعلى	2.641	0.96	2.654	0.81	2.926	0.91
الخبرة	أقل من 5 سنوات	2.554	0.81	2.706	0.88	3.006	0.92
	من 5-10 سنوات	2.597	1.03	2.575	0.74	2.932	0.92
	من 10 سنوات فأكثر	3.075	0.96	3.082	0.70	3.293	0.84
نوع المؤسسة الإعلامية	مطبوعات	2.747	0.95	2.795	0.82	3.070	0.91
	إذاعية	2.075	0.66	2.169	0.62	2.422	0.61
	تلفزيونية	2.793	1.05	2.816	0.62	3.262	0.86
طبيعة العمل	مذيع	2.506	1.01	2.529	0.72	3.013	0.85
	محرر	2.708	0.90	2.762	0.79	3.018	0.93
	مراسل صحفي	2.598	0.99	2.730	0.85	2.950	0.91
	أخرى	2.992	1.09	2.927	0.80	3.366	0.78

الجدول (10): نتائج تحليل التباين الخماسي المتعدد عديم التفاعل على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

الأثر	الاختبار المتعدد	قيمة الاختبار المتعدد	قيمة ف الكلية	درجة حرية الفرضية	درجة حرية الخطأ	الدالة الإحصائية
الجنس	Hotelling's Trace	0.051	6.202	3	362	0.000
المؤهل العلمي	Hotelling's Trace	0.026	3.124	3	362	0.026
الخبرة	Wilks' Lambda	0.917	5.315	6	724	0.000
نوع المؤسسة الإعلامية	Wilks' Lambda	0.977	1.413	6	724	0.207
طبيعة العمل	Wilks' Lambda	0.967	1.378	9	881.2	0.193

الجدول (11): نتائج تحليل التباين المتعدد على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة كل على حدة وفقاً لمتغيرات الدراسة

مصدر التباين	المتغير التابع	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الجنس	الضغط الاجتماعي	4.667	1	4.667	5.441	0.020
	الضغط النفسي	1.624	1	1.624	2.763	0.097
	الضغط المهني	1.028	1	1.028	1.322	0.251
المؤهل العلمي	الضغط الاجتماعي	1.821	1	1.821	2.123	0.146
	الضغط النفسي	5.416	1	5.416	9.213	0.003
	الضغط المهني	4.879	1	4.879	6.277	0.013
الخبرة	الضغط الاجتماعي	11.316	2	5.658	6.596	0.002
	الضغط النفسي	15.734	2	7.867	13.384	0.000
	الضغط المهني	6.042	2	3.021	3.886	0.021
نوع المؤسسة الإعلامية	الضغط الاجتماعي	4.242	2	2.121	2.473	0.086
	الضغط النفسي	2.872	2	1.436	2.443	0.088
	الضغط المهني	4.777	2	2.388	3.072	0.048
طبيعة العمل	الضغط الاجتماعي	1.077	3	0.359	0.418	0.740
	الضغط النفسي	0.428	3	0.143	0.243	0.867
	الضغط المهني	1.202	3	0.401	0.515	0.672
الخطأ	الضغط الاجتماعي	312.215	364	0.858		
	الضغط النفسي	213.965	364	0.588		
	الضغط المهني	282.974	364	0.777		
الكل	الضغط الاجتماعي	345.427	373			
	الضغط النفسي	241.552	373			
	الضغط المهني	306.989	373			

الخبرات المتدنية (أقل من 5 سنوات)

ب- العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من الخبرات المتوسطة (5-10 سنوات).

2- فيما يخص الدرجتين الفرعيتين لبعدي الضغط النفسي والضغط المهني:

وجدت فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجتين الفرعيتين لبعدي الضغط النفسي والمهني تعزى لاختلاف مستويات متغير الخبرة على الترتيب لصالح:

أ- العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتوسطة (5-10 سنوات).

ب- العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتدنية (أقل من 5 سنوات).

وأخيراً؛ يتبين من الجدول (12) وجود فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة (الضغط الاجتماعي، الضغط النفسي، الضغط المهني)؛ ولكون متغير الخبرة هو متغير متعدد المستويات، فقد إجراء اختبار (Scheffe) على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغيرات الخبرة، وذلك كما في الجدول (12).

يتبين من الجدول (12)؛ أن نتائج جاءت على النحو الآتي:

1- فيما يخص الدرجة الفرعية لبعد الضغط الاجتماعي: وجدت فروق جوهرية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الفرعية لبعد الضغط الاجتماعي تعزى لاختلاف مستويات متغير الخبرة على الترتيب لصالح:

أ- العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي

الجدول (12): نتائج اختبار شفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية المتعددة على الدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة وفقاً لمتغير الخبرة

الضغط الاجتماعي	الخبرة			10 سنوات فأكثر
	Scheffe			3.075
	أقل من 5 سنوات			2.554
	10-5 سنوات			0.043
	10 سنوات فأكثر			0.478
الضغط النفسي	الخبرة			10 سنوات فأكثر
	Scheffe			3.082
	10-5 سنوات			2.575
	أقل من 5 سنوات			0.131
	10 سنوات فأكثر			0.376
الضغط المهني	الخبرة			10 سنوات فأكثر
	Scheffe			3.293
	10-5 سنوات			2.932
	أقل من 5 سنوات			0.074
	10 سنوات فأكثر			0.288

مناقشة النتائج والتوصيات

يهدف هذا الفصل إلى تناول نتائج الفصل الرابع بالمناقشة والتفسيرات التي يراها الباحث وتتفق مع منطق الإطار النظري الخاص بمشكلة الدراسة وذلك على النحو الآتي:

أولاً: مناقشة نتائج السؤال الأول الذي نص على: ما مستوى الضغوط النفسية لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية؟

أظهرت نتائج الدراسة أن مقياس الضغط النفسي وأبعاده قد جاءت ضمن مستوى الضغط النفسي (متوسط)، مما يدل على أن الإعلاميين السعوديين بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية يتسمون بحالة متوسطة من الضغط النفسي المتحصل عليهم من طبيعة المهنة التي يعملون بها، شأنهم شأن غيرهم من العاملين في المهن الأخرى وهذا قد يكون نتيجة التطور التقني والتغير الاجتماعي الذي تشهده المملكة في السنوات الأخيرة وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة بينكس ونيكو (Benks and Necco, 1990) ودراسة فاونجهان (Vaughan, 2005)، كما تتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة القرني (2004).

وبينت نتائج الدراسة أن البعد المهني قد جاء في المرتبة الأولى، مما يعني أن الضغوط المهنية تتصدر أهم أوجه الضغوط حيث تتلخص مصادرها وأشكالها المختلفة بغياب جو

العمل المناسب، والإحباط الناتج عن شدة التنافس، وتدني الوضع المادي والمكانة الاجتماعية مقارنة بمهن أخرى، إضافة إلى تدخلات المسؤولين المستمرة بالعمل وعدم فهم الجمهور للدور الذي يقوم به الإعلامي. كما أن المتطلبات المهنية المفروضة على العاملين في المجال الإعلامي كثيرة، فمنها العمل المكتبي والعمل الميداني وما يصاحبها من مخاطر ومسؤوليات اجتماعية وقانونية وأخلاقية تترك أثراً نفسياً على الإعلاميين. وقد يتعرض الإعلاميون لبعض المساومات التي تأخذ أشكال الترغيب تارة والترهيب تارة أخرى من قبل بعض المتنفذين في بعض أجهزة الدولة مما يفرض عليهم ضغوطاً مهنية قد تصل إلى حد ترك المهنة أو تدفع بهم للخضوع لهذه المساومات إذا لم يجدوا الدعم الكافي من مؤسساتهم، وبالتالي تترك كل هذه الأمور آثارها النفسية عليه. ومن أبرز الضغوط المهنية التي يتعرض لها الإعلامي ضعف القيادات التحريرية التي يمكن أن تتخلى عن الإعلامي في حالة تعرضه لأي ضغط حكومي أو مساعلة من قبل السلطات العليا دون توعية الإعلامي بما له وما عليه من واجبات وحقوق تجاه المجتمع. لذلك فإن غياب المظلة القيادية التي تدعم الإعلامي وتعزز عمله تتركه عرضة للضغوط الخارجية من قبل الآخرين مما يسبب له التوتر والقلق الدائمين وهما من الحالات النفسية السلبية التي قد تؤثر على أدائه. ومن جانب آخر فإن مطالبة

لا تزال قاصرة وتعكس الصورة النمطية التي رسختها السينما لأصحاب هذه المهنة، وأيضاً بسبب تعميم الممارسات السلبية لدى بعض الصحفيين التي عززت هذه الصورة في أذهان أفراد المجتمع. فبدلاً من أن ينظر إلا الصحفي بأنه صاحب مهنة عظيمه لا تقل عن مهنة الطبيب والمهندس والمعلم، ترسخت في كثير من الأحيان نظرة مجتمعية قاصرة بشأن العمل الصحفي، فالبعض ينظر إلى الصحفيين بأنهم متملقون يناقون السلطة ويغيّبون الحقائق. وآخرون ينظرون إليهم بأنهم يعملون على ترويح الإشاعات والأكاذيب، حيث يُصَف ما ينقلونه وينشرونه بأنه (كلام جرايد) يحابي أناس على صالح أناس آخرين، وهذه كله يفرض على الإعلامي ضغوطات اجتماعية تدفعه إلى العزلة والابتعاد عن محيطه الاجتماعي والذي هو الأصل في العمل الإعلامي والذي يتم توجيه الإعلام لصالحه في غالب الأحيان. كما أن الإعلامي مطالب بأن يكون حريصاً على مظهره الخارجي أمام المجتمع الذي يرى أنه قوة له، كما أنه يتوجب عليه ممارسة سلوكيات اجتماعية تتسم بالصرامة والجدية والالتزان في كثير من الأحيان، مما يحرم الإعلامي من بعض أنواع الترفيه المطلوبة له لتخفيف الضغوط المفروضة عليه. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة هاييز (Hayes, 2001).

مما تقدم يلاحظ أن الإعلاميين والإعلاميات في المنطقة الشرقية بالمملكة العربية السعودية يعانون من الضغوط النفسية، تنصدها الضغوط المهنية، فالضغوط النفسية، ومن ثم الضغوط لاجتماعية. وهذه إشارة واضحة إلى خصوصية مهنة الإعلام ليس فقط في المجتمع السعودي بل في كل المجتمعات؛ فالواقع السياسي الاجتماعي في أي بلد يفرض على وسائل الإعلام التعاطي مع مختلف الشؤون السياسية والاجتماعية الثقافية بطريقة معينة، وتكون هذه الاعتبارات في كثير من الأحيان قيوداً تحدد للإعلاميين كيفية التعاطي مع الأخبار والقضايا المحلية والدولية، وبما لا يتعارض مع الاعتبارات السياسية والاجتماعية والثقافية السائدة في المجتمع. وهذا كله يفرض على الإعلاميين ضغوطاً مهنية ونفسية اجتماعية نتيجة عمله القائم على التعامل مع كافة قضايا المجتمع وشرائحه المختلفة مما يفرض عليه اعتبارات مهنية ونفسية واجتماعية تخالف قناعاته الشخصية ولا تدفعه إلى التجاوب مع خصوصية مهنته ومع الموقف الإنساني الذي يقفه مع أفراد مجتمعه ومع القضايا التي تخص الآخرين أيضاً.

ثانياً: مناقشة نتائج السؤال الثاني الذي نص على: هل توجد فروق جوهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بمستوى الضغط النفسي لدى العاملين بالمؤسسات الإعلامية

الإعلامي أن يكون موظف للعلاقات العامة لدى بعض الجهات الحكومية وليس مراقباً وباحثاً عن الحقيقة يفرض عليه الكثير من الضغوطات والمتعلقة بأخلاقيات مهنته التي تقتضي نقل الحقيقة دون تلميع المسؤولين أو النفاق الاجتماعي على حساب قضايا المجتمع والمسؤوليات التي يتحملها الإعلامي اتجاه مجتمعه ووطنه وأمانته الصحفية.

وتبدو هذه النتيجة مبررة إذ أن ضغط العمل الذي يشعر به الإعلامي كنتيجة بأن لديه أعباء كثيرة منطوية به، وعليه تحقيقها في مدة قصيرة جداً ومن خلال مصادر محدودة وشحيحة وذلك في ظل الضغط المؤسسي المفروض عليه للوصول للحقيقة قبل غيره من المؤسسات الإعلامية المنافسة يشعره بنسبة كبيرة من الضغط النفسي. كما أن محدودية الصلاحيات وتدخلات المسؤولين من المصادر التي توقع ضغطاً كبيراً على الإعلامي وتتأتى هذه الوضعية من خلال وجود سياسات وأنظمة صارمة لا تعطي مساحة من حرية التصرف واتخاذ الاجراء المناسب من قبل الإعلامي أثناء تأديته لعمله. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة القرني (2004) والتي بينت أن الإعلاميين يتعرضون لضغوط مهنية كنتيجة للمهنة التي ارتضوها لأنفسهم.

وجاء بعد الضغط النفسي في المرتبة الثانية، حيث أن أهم الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإعلاميون في المنطقة الشرقية تتمثل في الإجهاد النفسي وعدم القدرة على ضبط الانفعالات خاصة عند تغطية الأحداث العنيفة أو تغطية الجرائم وما شابه، إلى جانب التوتر الذي يعيشه الإعلامي كنتيجة للتعرض للخطر أو توتر علاقته مع السلطة الحكومية، وانعدام تقدير الآخرين لاحتياجاته النفسية. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (Lynn, 2005) والتي بينت أن الضغط النفسي الذي يتعرض له الإعلاميون ينتج عن الخطر الذي يتعرضون له أثناء تغطيتهم للأحداث والحروب بسبب خشيتهم من الموت أو التعرض للأذى. كما تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة إيرتل وبيش واولسبيرجر وسيجريست (Ertel, Pech, Ullsperger and Siegrist, 2005).

وأخيراً جاء بعد الضغط الاجتماعي في المرتبة الثالثة وبمستوى متوسط، حيث تمثل الضغط الاجتماعي الذي يتعرض له الإعلاميون بقلّة العلاقات الاجتماعية بسبب طبيعة العمل الذي كون على حساب العلاقات الاجتماعية في غالب الأحيان مما يحرم الإعلامي من النشاطات الترفيهية وانخفاض الأنشطة لاجتماعية سواء مع المحيط الاجتماعي أو مع الأسرة.

كما أن النظرة الاجتماعية للعمل الإعلامي بمختلف أنواعه

إدارة أعمال الكوادر الأقل خبرة تفرض عليهم ضغوطاً مهنية واجتماعية نتيجة عبء العمل الكثيف، خاص إذا ما كان هناك أحداث خطيرة ومناسبات متزامنة تزيد من مسؤولياتهم وبالتالي تزيد من ضغوطهم المهنية والنفسية والاجتماعية. كما أن هذه الفئة من الإعلاميين هي الأكثر عرضة لضغوط المنافسة، حيث يتطلب الأمر منهم إثبات وجودهم وتحقيق تطلعات المؤسسة الإعلامية عبر إدارة الإعلاميين الأقل خبرة، مما يفرض عليهم العديد من الضغوط النفسية والاجتماعية. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة بينكس ونيكو (Benks & Necco, 1990) والتي أشارت إلى أن مستوى الضغط النفسي الذي يتعرض له الإعلامي كان مرتبطاً ارتباطاً كبيراً بالسن، والخبرة. بينما تختلف نتيجة الدراسة الحالية عن نتائج دراسات أخرى لم تحقق في جانب الخبرة وأثره في تخفيف الضغوط التي يتعرض لها الإعلامي في عمله.

وبينت الدراسة وجود فروق جوهريّة بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف نوع المؤسسة الإعلامية، وعلى الترتيب لصالح العاملين بالمؤسسات الإعلامية ممن يعملون في قطاع التلفزيون في مؤسسات الإعلام المرئي على حساب نظرائهم ممن يعملون في مؤسسات الإعلام المسموع، والعاملين في المؤسسات الصحفية (مؤسسات الإعلام المطبوع على حساب نظرائهم العاملين في مؤسسات الإعلام المسموع). في حين لم يثبت وجود فروق جوهريّة بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف مستويات متغيري الدراسة (الجنس، طبيعة العمل). وقد يعزو الباحث ذلك إلى أن العاملين في مؤسسات الإعلام المرئي يعتمدون على العمل الميداني المباشر، حيث تقوم فرق التلفزيون بمتابعة الأخبار والمناسبات المختلفة في المنطقة الشرقية، وبسبب تركيز معظم الإعلام المرئي في مدينة الدمام يتعرض الإعلاميون لضغط كبير في عمليات متابعة الأخبار وتغطيتها خاصة إذا كان هناك مناسبات مباشرة يجب أن تبث في توقيت محدد، مما يستهلك الكثير من جهودهم الشخصية إلى جانب إهمالهم للعديد من جوانب حياتهم الاجتماعية، ناهيك عن الضغط المهني من قبل المسؤولين الذين يضغطون باتجاه انجاز العمل بسرعة ودون التعرض إلى مشاكل مع الجهات الحكومية ذات العلاقة، وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة فينستين (Feinstein, 2001) والتي أكدت على أن مستويات الضغط النفسي لدى الصحفيين كانت مرتفعة وتتمثل في التوتر الشديد، والاكتئاب، والعنف مع العائلة. كما بينت الدراسة انه إلى جانب ضغوط العمل الميداني يتعرض الصحفيين لضغوط من مؤسساتهم

بالمنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات الدراسة المستقلة: الجنس والمؤهل، الخبرة ونوع المؤسسة الإعلامية وطبيعة العمل؟

أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة ناتجة عن اختلاف مستويات متغيرات الدراسة المستقلة، حيث تبين وجود فرق جوهري بين المتوسطين الحسابيين الخاصين بالدرجة الكلية لأداة الدراسة يعزى لاختلاف مستويي متغير المؤهل العلمي؛ لصالح حملة شهادة (الدبلوم)، على حساب نظرائهم من العاملين في تلك المؤسسات من حملة شهادة (البكالوريوس فأعلى). وقد يعزو الباحث ذلك إلى أن الإعلاميين الذين يحملون درجة الدبلوم يتقاضون رواتباً أقل من حاصلين على درجة البكالوريوس، إضافة إلى أن فرص الترقية والنمو المهني لديهم قليلة مقارنة بحملة البكالوريوس، كما أن شعورهم بالضغط النفسي والمهني ينتج عن تكليفهم بأعباء وظيفية كبيرة تفوق حدود طاقتهم وإمكاناتهم بناء على مؤهلاتهم في ظل شعورهم بعدم التقدير المادي وعدم تمكنهم من منافسة حاملي البكالوريوس في العمل. كما ان تكتل الإعلاميين ضمن مجموعات مصالح داخل المؤسسة الإعلامية تسهم في إحداث ضغوط نفسية على أصحاب الخبرات المتدنية وحاملي شهادات الدبلوم خاصة أن هذه التكتلات تحتكر العلاقات والأخبار لصالحها مما يبرزها على حساب الآخرين. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة اليسون (Alison, 1999) والتي بينت أن الضغط الذي يتعرض له الإعلاميون يتفاوت من إعلامي لآخر بسبب طبيعة العمل الذي يقوم به.

كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق جوهريّة بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة تعزى لاختلاف مستويات متغيري الدراسة (الخبرة، نوع المؤسسة الإعلامية)، فقد تبين وجود فروق جوهريّة بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الكلية لأداة الدراسة وفقاً لمتغير (الخبرة) على الترتيب لصالح العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المرتفعة (من 10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتوسطة (من 5 إلى 10 سنوات)، والعاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المرتفعة (من 10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتدنية (أقل من خمس سنوات). وقد يعزو الباحث ذلك إلى أن الإعلاميين من ذوي الخبرات المرتفعة يتحملون مسؤوليات كبيرة نتيجة لتمرسهم في العمل، كما أن ذوي الخبرات المرتفعة يتعرضون للمساءلة والمحاسبة من قبل مسؤوليهم أو من قبل جهات أخرى خاصة أنهم يراجعون كافة الأعمال والقضايا التي تخص الإعلام. كما أن مهامهم في

لساعات طويلة في اليوم، والحضور في أيام العطل والإجازات، وأن يكون الشخص قابلاً للاستدعاء في أي وقت، ويكون كل ذلك على حساب البيت والأسرة والعلاقات الاجتماعية والمشاريع الشخصية بعد العمل.

أما فيما يتعلق ببعدي الضغط النفسي والضغط المهني فقد تبين وجود فروق جوهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجتين الفرعيتين لبعدي الضغط النفسي والمهني تعزى لاختلاف مستويات متغير الخبرة على الترتيب لصالح العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتوسطة (5-10 سنوات)، والعاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتدنية (أقل من 5 سنوات). وتبدو هذه النتيجة مبررة فالإعلاميين الأكثر خبرة يمارسون عمليات الإدارة الإعلامية والتي تتضمن مراجعة جميع الأخبار وتحريرها وانتقاء ما يناسب سياسة الوسيلة الإعلامية، وهذا قد يعرضهم لخلافات ونقاشات حادة ما كوادهم الأقل خبرة والذين لا يدركون ما تقرضه السياسات الإعلامية على المسؤول. كما أن الإعلاميين الأكثر خبرة هم في الغالب قادة المؤسسات الإعلامية وبالتالي يتعرضون لضغط نفسي ومهني من قبل الجهات الأعلى سلطة في نوعية المواد الإعلامية التي يمكن اعتمادها وطرحها على القراء. إلى جانب تعرضهم لضغوط جدول المواعيد المرتبط بالنشر الإعلامي، وخاصة إذا ما فرض عليهم تغييره أو تعديله فجأة بسبب ورود أحداث معينة، هذا إلى جانب ضغوطات العمل الإعلامي الفنية مثل أعمال الطباعة والتنفيذ وتسليم الصفحات خاصة في الوسائل المقروءة، مما يفرض ضغوطاً إضافية على هؤلاء الإعلاميين.

التوصيات

- بناء على النتائج السابقة يوصي الباحث بما يلي:
- بسبب ارتفاع مستوى الضغوط المهنية لدى الإعلاميين يوصي الباحث بضرورة عقد الورش الفنية والمهنية لرسم استراتيجيات تساعد في تخفيف هذه الضغوط من قبل هيئة الصحفيين في المملكة العربية السعودية.
- فيما يخص العاملين في الإعلام المرئي يوصي الباحث بتخفيف الأعباء والمسؤوليات عنهم ودعمهم بالمزيد من التقنيات والكادر الفني.
- بسبب الأعباء الملقاة على عاتق ذوي الخبرات العالية يوصي الباحث بتخفيف هذه الأعباء وتوفير المساعدين لهم لإشراكهم في بعض هذه المهام.

تتمثل في متطلبات العمل المطلوبة منهم في مناطق الصراع التي يعملون بها.

وأشارت نتائج الدراسة وجود فرق جوهري بين المتوسطين الحسابيين الخاصين بالدرجة الفرعية لبعدي الضغط الاجتماعي، لصالح الذكور من العاملين بالمؤسسات الإعلامية وضمن مستوى ضغط نفسي (متوسط) على حساب الإناث من العاملات في المؤسسات الإعلامية وضمن ضغط نفسي (منخفض)، وكذلك وجود فرق جوهري عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين المتوسطين الحسابيين الخاصين بالدرجتين الفرعيتين لبعدي (الضغط النفسي، الضغط المهني) يعزى لاختلاف مستويي متغير الدراسة المستقل (المؤهل العلمي)، ولصالح العاملين في المؤسسات الإعلامية لحملة شهادة (الدبلوم) على حساب العاملين في المؤسسات الإعلامية من حملة شهادة (البكالوريوس فأعلى). وتبدو النتيجة مبررة إذ أن طبيعة عمل الذكور في المؤسسات الإعلامية تنتم بالخروج للميدان، بينما تنتم طبيعة عمل الإناث في الغالب بالأعمال المكتبية أو التحرير الصحفي أو إجراء المقابلات في المناسبات النسائية والتي يتطلب تغطيتها إعلامياً، وهذا بدوره يخفف عنهن الضغط أكثر من الذكور، وعلى الرغم من ذلك فإن الشعور بالإنتاج الشخصي لدى النساء أعلى من تلك الدرجات التي حصل عليها الذكور، وربما يأتي ذلك نتيجة أن سقف التوقعات لدى المرأة يقل كثيراً عن حجم الانجاز المتوقع من قبل بالذكور.

وأخيراً؛ يتبين وجود فروق جوهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجات الفرعية لأبعاد أداة الدراسة (الضغط الاجتماعي، الضغط النفسي، الضغط المهني)، وجود فروق جوهرية بين المتوسطات الحسابية الخاصة بالدرجة الفرعية لبعدي الضغط الاجتماعي تعزى لاختلاف مستويات متغير الخبرة على الترتيب لصالح العاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتدنية (أقل من 5 سنوات)، والعاملين بالمؤسسات الإعلامية من ذوي الخبرات المتقدمة (10 سنوات فأكثر) على حساب نظرائهم من ذوي الخبرات المتوسطة (5-10 سنوات). وقد يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن ذوي الخبرات المتقدمة اعتادوا على عملهم وعلى فترات العمل الطويلة وعلى قلة التفاعل الاجتماعي، أما التعرض للضغط الاجتماعي فيتفرع إلى أشكال كثيرة كون بيئة العمل الصحفي بيئة طاردة نظراً لكثرة أعبائها وعظم مسؤولياتها وضعف مردودها المادي مقارنة بالعديد من الوظائف الحكومية الأخرى التي تقل فيها العبء والجهد ويزيد المردود المادي. ويفرض طبيعة العمل الصحفي على العاملين فيه خاصة محرري غرفة الأخبار الدوام

ستساعد في تخفيف الضغوط عنهم.
إجراء المزيد من الدراسات والبحوث لمستوى الضغط النفسي وكذلك الاحتراق النفسي لدى الإعلاميين مع الأخذ بعين الاعتبار طبيعة عمل الإعلامي، وتناول المزيد من المتغيرات.

- إعطاء الحوافز للإعلاميين الذكور ومساواتهم بنظرائهم الإناث لتقليص الفجوة بينهما من حيث مستوى الضغوط.

- توفير فرص النمو المهني لحملة الدرجات العلمية الدنيا كالدبلوم لتحسين أوضاعهم ورفع كفاياتهم المهنية التي

الرياض: منشورات الوزارة.

- Aithken, C. and Schloss, J. 1994. Occupational stress and burnout among staff working with people with ID. *Behavioral Interventions*, 9(1); 225-234.
- Alison A. 1999. Dealing with fear and stress among journalists and media workers. *Journalism Articles Review*. 6(13); 234- 309.
- Benks, S. and Necco, E. 1990. The effects of journalists category and type of training on Job burnout. *World News Quarterly*, 1(13); 187-191
- Buss, H. 2000. Stress and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*. 41(4); 303-319.
- Collins, M. 1999. Psychological stress in critical areas. *Journal of Royal medical services*, 1(1); 37-44.
- Daivs, S. 2000. The relationship between optimism-, Loneliness and death anxiety. *Bulletin of Psychosomic Society*. 30(135-136).
- Ertel, M., Pech, E., Ullsperger, P and Siegrist, J. 2005. Adverse psychosocial working conditions and subjective health in freelance media workers. *Work and Stress Journal*. 19 (3); 293-299.
- Feinstein, A. 2001. *The emotional health of war journalists*. Paper presented to the annual conference of journalists in danger, Toronto, April, 2001.
- Geiger, K. 2001. Stress: causes and consequences. *Medical Journal Review*. 4(2); 20-90.
- Hayes, C. 2001. *Walking mean streets: Journalists and Adaptation*. paper presented to the annual conference of journalists in Danger, Toronto, April, 2001.
- Lynn, M. 2005. Sources of stress and burnout among journalists Profession. *Journal of Work stress*. 7(6); 11-67.
- Stann, R. 2001. *Physiological stress and coping strategies*. NY: McGraw Press Inc.
- Vaughan, E. 2005. Burnout' Study: Many journalists intend to leave. *Health Psychology Journal*. 4(1); 219-247.

المصادر والمراجع

- إبراهيم، عبد الستار، 1998، الضغط النفسي وآثاره. القاهرة: المكتبة العصرية.
- حسن، عماد، 1994، أخلاقيات العمل الإعلامي: دراسة مقارنة. القاهرة: الدار المصرية اللبنانية للنشر والتوزيع.
- حسين، طه وحسين، سلامة، 2006، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، (الطبعة الأولى). عمان: دار الفكر.
- رضوان، سامر، 2000، الصحة النفسية بين السواء والاضطراب. بيروت: المؤسسة العربية للدراسات والنشر.
- الزيودي، محمد، 2007، مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة جامعة دمشق، 23 (2): 189-219.
- شليبي، ثروت، 1991، أزمة الخليج: الوعي الجماهيري ووسائل الاتصال. القاهرة: المكتبة الانجلو مصرية.
- الطريحي، عبد الرحمن، 1994، الضغط النفسي: مفهوم، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته. الرياض: مطابع شركة الصفحات الذهبية المحدودة.
- عبد الباسط، عثمان، 1995، الصحافة: قضايا ومشكلات. جدة: دار العمير للنشر والتوزيع.
- عبد الرحمن، علي، 2008، الضغوط النفسية: القاتل الخفي. (الطبعة الأولى). المنصورة: دار اليقين للنشر والتوزيع.
- عثمان، أكرم، 2006، الخطوات المثيرة لإدارة الضغوط النفسية. بيروت: دار ابن حزم للطباعة والنشر.
- غرايبة، مريم، 2002، الضغوط النفسية لدى أباء وأمهات مرضى التلاسيميا في شمال الأردن. رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، اربد، الأردن.
- الغريز، احمد وأبو أسعد، احمد، 2009، التعامل مع الضغوط النفسية. رام الله: دار الشروق.
- القرني، شويل، 2004، الاعلام والاحتراق النفسي: دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الاعلامية في المملكة العربية السعودية. الرياض: مجلة جامعة الملك سعود، 3(2) ص 20-62.
- هيجان، احمد، 1998، الضغوط النفسية والعمل. الرياض: دار الخريجي.
- وزارة الثقافة والإعلام، 2008، البدايات الأولى للإعلام السعودي.

Psychological Stresses of the Media in the Eastern Province of Saudi Arabia on the light of Some Variables

*Salman bin Mutlak Subai***

ABSTRACT

The current study aims at exploring the level of the Media in the Eastern Province of Saudi Arabia on the light of some variables, therefore to achieve the goal of this study, the researcher developed a scale to measure psychological stresses among journalists, the scale were verified validity and reliability, Which has been applied to (374) males and females who works in the institutions various media in the Eastern Province of Saudi Arabia. The study results shows that the total score of the psychological stresses and dimensions have come under average of psychological stresses level, vocational dimension ranked first, then the psychological dimension, and the social dimension at last rank, as the results indicated the presence of statistically significant effect of the variable qualification; terms of the level of stress among diploma was higher than others.

There was also a statistically significant effect of variable experience; terms of the level of stress experienced (10) years or more higher than the others; and the presence of a statistically significant variable type institution; since working in the television sector suffering from psychological stress is higher than others, as shown by the results there were differences statistically significant for social stresses field due to the variable sex; he suffers males more than females in the social stresses field, and the presence of statistically significant differences in the dimensions of psychological stresses and professional due to the variable qualification, where suffering diploma holders of stresses in those areas is higher than others. The presence of statistically significant differences in stresses more than the social, psychological and vocational attributed to experience, where the suffering experienced (10) or more years of social stresses more than others did.

Keywords: Psychological Stresses, Journalists, Saudi Arabia.

* Hafr Al-Batin University, Eastern Area, Saudi Arabia. Received on 10/7/2013 and Accepted for Publication on 1/10/2014.