



# Psychological Stress and its Relationship with Job Performance Among Psychologists in the Northern Governorates of the West Bank During the War on Gaza

Filasteen Ismail Nazzal<sup>1,\*</sup>, Rahaf Essam Odeh<sup>1</sup> & Sondos Nihad Kiwan<sup>1</sup>

(Type: Full Article). Received: 3<sup>rd</sup> Feb 2025, Accepted: 19<sup>th</sup> Jul. 2025, Published: xxxx. DOI: <https://doi.org/10.xxxx>.

Accepted Manuscript, In Press

**Abstract:** This study aimed to explore the level of psychological stress among psychological counselors working in the northern governorates of the West Bank during the war on Gaza and to examine the impact of this stress on their job performance. The significance of this study stems in the need to understand the nature of the psychological and professional challenges faced by psychologists in conflict environments, particularly given the scarcity of local research addressing this relationship in the Palestinian context. The study employed a descriptive-analytical approach and was applied to a purposive sample of 104 psychologists. Two validated and reliable scales were used to measure psychological stress and job performance. Statistical analysis included a one-sample t-test, Pearson correlation analysis, and MANOVA to examine mean differences and the effects of demographic variables. The results showed that psychological stress levels were moderate, while job performance was high. The study also found a statistically significant negative correlation between psychological stress and job performance. Additionally, there were significant differences based on gender (in favor of males) and years of experience (in favor of those with 1–5 years), as well as differences in job performance in favor of those with more than 10 years of experience. These results highlight the broad impact of political and field crises on occupational mental health and emphasize the need for institutional intervention to support psychological workers in conflict zones. The study concludes that improving the professional environment and providing psychological support to psychologists is essential to maintaining performance quality. It recommends the development of structured psychological and supervisory intervention programs specifically designed for prolonged crisis periods.

**Keywords:** Psychological Stress, Job Performance, Psychologists, War on Gaza, Occupational Mental Health, Conflict Environments.

## الضغوط النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية في ظل الحرب على غزة

فلسطين اسماعيل نزال<sup>1,\*</sup>, ورهف عصام عودة<sup>1</sup>, وسندس نهاد كيوان<sup>1</sup>

تاريخ التسليم: (2025/2/3)، تاريخ القبول: (19/7/2025)، تاريخ النشر: (xxxx)

**ملخص:** هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف مستوى الضغوط النفسية لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية أثناء الحرب على غزة، وبيان أثر هذه الضغوط على مستوى أدائهم الوظيفي. تتعلق أهمية هذه الدراسة من الحاجة إلى فهم طبيعة التحديات النفسية والمهنية التي تواجه الأخصائيين في بيئة النزاع، خاصة في ظل نقص الدراسات المحلية التي تناولت هذه العلاقة في السياق الفلسطيني. **المنهجية:** اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت على عينة قصدية مكونة من (104) أخصائيين النفسيين. تم استخدام مقاييس لقياس كل من الضغوط النفسية والأداء الوظيفي، وتم التحقق من صدقهما وبنائهما. أجري التحليل الإحصائي باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة، وتحليل الارتباط البسيط(Pearson)، وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) لاختبار الفروق بين المتغيرات. كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط سلبية دالة احصائياً بين مستوى الضغوط النفسية والأداء الوظيفي، مع وجود فروق دالة تعزى لمتغيرات الجنس لصالح الذكور وذوي الخبرة من 1–5 سنوات، وفروق في الأداء الوظيفي لصالح من لديهم خبرة تزيد عن 10 سنوات. تعكس هذه النتائج التأثير الواسع للأزمات السياسية والميدانية على الصحة النفسية المهنية، وتشير إلى أهمية التدخل المؤسسي لدعم الكوادر النفسية العاملة في بيئة الصراع. **الاستنتاجات:** تستنتج الدراسة أن تحسين البيئة المهنية والدعم النفسي للأخصائيين يُعد ضرورة ملحة لحفظ على جودة الأداء، ونوصي بإنشاء برامج تدخل نفسي وإشرافي منظم مخصص لفترات الأزمات الممتدة.

**الكلمات المفتاحية:** الضغط النفسي، الأداء الوظيفي، الأخصائيون النفسيون، الحرب على غزة، الصحة النفسية المهنية، بيئة النزاع.

1 Psychology Department, Faculty of Humanities and Educational Sciences, An-Najah National University, Nablus, Palestine.

\* Corresponding author: f.nazzal@najah.edu

قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والتربوية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.  
\* الباحث المقابل: f.nazzal@najah.edu

والوزارات المعنية، ل توفير بيئة أكثر دعماً وتوازناً للعاملين في هذا القطاع.

وبناءً على ما سبق، تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومستوى الأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية خلال الحرب على غزة، واستكشاف العلاقة بين هذين المتغيرين في ضوء متغيرات السياق الميداني، مما يسهم في تعزيز الفهم النظري والتخلخلات التطبيقية الممكنة.

من هنا، تبرز أهمية البحث في الكيفية التي تؤثر بها ظروف العدوان المستمر على أداء الأخصائيين النفسيين في فلسطين، ومدى تأثيرهم بالضغط الناجمة عن الأزمات الطارئة، خاصة في ظل محدودية الموارد والدعم المؤسسي المتوفر. إذ يُمثل الأخصائي النفسي اليوم عنصراً محورياً في استجابة المجتمع للأزمات، ومن الضروري الوقوف على احتياجاته وتوفير بيئة داعمة تُمكّنه من أداء دوره بكفاءة، دون أن يكون ذلك على حساب توازن النفسي وسلامته الذاتية (نجم، 2022).

#### منهجية الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يلائم متطلبات هذه الدراسة، وهو المنهج الذي يهتم بوصف الظاهرة، وجمع بيانات وحقائق حولها، وتصنيفها، وتحليلها تحليلًا كافياً، وربطها بالظواهر الأخرى، للوصول لنتائج أو تعميمات تخص هذه الظاهرة، واعتمدت الباحثتان هذا المنهج لدراسة طبيعة واتجاه العلاقة بين متغير الضغوط النفسية وأثره في متغير الأداء الوظيفي دراسة مدى تأثير المتغيرات الديموغرافية على كلا المتغيرين.

#### مجتمع الدراسة

يتألف مجتمع الدراسة من جميع الأخصائيين النفسيين العاملين في المدارس والقطاع الخاص والقطاع الحكومي، في محافظات شمال الضفة الغربية (قلقيلية، نابلس، سلفيت، طولكرم، جنين، طوباس).

#### عينة الدراسة

بلغ حجم عينة الدراسة (104) أخصائياً وأخصائية من مختلف محافظات شمال الضفة الغربية بما فيها (قلقيلية، نابلس، طولكرم، طوباس، جنين، سلفيت)، وتم اختيار العينة بالطريقة المتباعدة حيث تم توزيع الاستبانة بشكل إلكتروني من خلال جوجل فورم، اذ تعتمد هذه الطريقة على اختيار الأفراد المتأهلين والذين يسهل الوصول إليهم للمشاركة في الدراسة.

تعد المهن النفسية من أكثر المهن تعرضاً للضغط والتحديات، لا سيما في السياقات التي تتسم بعدم الاستقرار السياسي والإنساني، كما هو الحال في فلسطين. يعيش الأخصائي النفسي في بيئة مهنية مشحونة بالتوترات، ويُطلب منه أن يكون معييناً للآخرين في الوقت الذي قد يكون هو ذاته بحاجة إلى من يعينه. وقد تضاعفت حدة هذه الضغوط النفسية خلال الحرب الأخيرة على غزة، حيث طُلب من الأخصائيين أن يبقوا في مواقعهم لنقيم الدعم رغم ما قد يواجهونه من مشاعر القلق، والخوف، والتعب النفسي الناجم عن تكرار المشاهد الصادمة، أو التفاعل مع ضحايا القصف وال الحرب، أو حتى عن فقدان أفراد مقربين.

من المنظور النفسي، تشير الدراسات إلى أن التعرض المستمر لمصادر الضغط قد يؤدي إلى اضطرابات نفسية متعددة أبرزها: الإرهاق المهني، الاكتئاب، أو حتى اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، والتي تتعكس سلباً على جودة الأداء

(Menawi, Meri & Hanani, 2025; Sarmiento, 2017; Stephan & Harrison, 2018). وينتشر من الضغوط النفسي في هذا السياق أنه حالة من التوتر النفسي والانفعالي، ناجمة عن صعوبة التكيف مع المطالب البيئية والمهنية، والتي تتجاوز موارد الفرد أو قدراته على التحكم (Lazarus, 2006)، أما الأداء الوظيفي، فيُقصد به مستوى الإنجاز الذي يُبديه الأخصائي أثناء تنفيذ مهامه ومسؤولياته المهنية، ويفسّر عادة بدرجة الكفاءة، الانضباط، الالتزام، ومدى تحقيق الأهداف المهنية (Hanson, 2006).

من هذا المنطلق، تتبع مشكلة هذه الدراسة من الحاجة إلى فهم أعمق لطبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية ومستوى الأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية خلال الحرب على غزة. وفي ظل غياب دراسات محلية تدرس هذه الظاهرة في ظروف النزاع، تبرز هذه الدراسة كمحاولة علمية لاستكشاف كيف تؤثر هذه الضغوط غير الاعتيادية على جودة العمل المهني للأخصائيين، الذين يتعاملون مع حالات حرجة في بيئة متقلبة ومعقدة.

وتكمّن أهمية هذه الدراسة من الناحية النظرية في مساهمتها بتوسيع الفهم العلمي للعلاقة بين الضغوط النفسي والأداء المهني في بيئات متازمة، كما تُغنى الأدبيات الفلسطينية والعربيّة ببيانات ميدانية حديثة تستند إلى واقع عمل لم يتناول بما يكفي. أما من الناحية التطبيقية، فإن نتائج الدراسة قد تُسهم في تطوير برامج دعم نفسي مهني، أو سياسات عمل تراعي الظروف النفسية للأخصائيين، خاصة في فترات الأزمات الممتدة، كما يمكن الاستفادة منها من قبل مؤسسات الرعاية النفسية،

جدول (1): الاحصاءات الوصفية لتوزيع العينة وفق متغيرات الدراسة  
الديموغرافية.

المتغير المستقل	مستويات المتغير	النكرار	النسبة المئوية
1. الجنس	ذكر	32	30.8
	أنثى	72	69.2
	المجموع	104	100.0
2. العمر	سنة 23-28	18	17.3
	سنة 29-34	14	13.5
	فما فوق 35	72	69.2
3. الوضع الاقتصادي	المجموع	104	100.0
	متمنى	7	6.7
	متوسط	90	86.5
4. سنوات العمل	مرتفع	7	6.7
	المجموع	104	100.0
	سنوات 5-6	28	26.9
5. مكان العمل	سنوات 10-11	24	23.1
	أعلى من 10 سنوات	52	50.0
	المجموع	104	100.0
6. مكان السكن	مدرسة	55	52.9
	مراكز صحية	16	15.4
	مركز خاص	33	31.7
متغيرات الدراسة	المجموع	104	100.0
	مدينة	64	61.5
	قرية	37	35.6
المتغيرات المستقلة: الجنس، العمر، مكان السكن، مكان العمل، المستوى الاقتصادي، سنوات العمل.	مixin	3	2.9
	المجموع	104	100.0
	أدوات الدراسة		

المتغيرات المستقلة: الجنس، العمر، مكان السكن، مكان العمل، المستوى الاقتصادي، سنوات العمل.  
المتغيرات التابعة: الضغوط النفسية، الأداء الوظيفي.

#### أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها تم استخدام أداتين لجمع البيانات وذلك بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ذي الصلة، والأداتين هما :

#### مقياس الأداء الوظيفي

تم الاستعانة بمقاييس الأداء الوظيفي من إعداد (المحجوب وأبو صاع، 2018)، وتمت ترجمته وتكيفه بما يناسب البيئة العربية بواسطة (دعا وشنوفي، 2013). احتوى المقياس بصورةه الأصلية على (9) فقرات، وفق تدريج ليكرت الخمسي للإجابة على فقرات المقياس، وذلك على النحو الآتي: (موافق بشدة = 5، موافق = 4، محايد = 3، معارض = 2، معارض بشدة = 1)، وجاءت صياغة جميع الفقرات إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها، ومن الجدير ذكره أن المقياس خلا من أبعاد أو مجالات وبالتالي تم الاهتمام فقط بحسب الدرجة الكلية.

صدق البناء لمقياس الأداء الوظيفي: تم استخراج صدق البناء للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية من الأخصائيين النفسيين بلغ حجمها (30) أخصائيًا وأخصائية؛ منهم (2) ذكر و(28) أنثى، وتم احتساب معامل ارتباط بين نتائج المقياس وبين الأداء الوظيفي.

كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستقرت الأداء بعد ذلك على (9) فقرات، إذ لم يتم حذف أي من الفقرات حيث ارتبطت جميعها ارتباطاً جوهرياً مع الدرجة الكلية لمقياس الأداء الوظيفي عند مستوى الدلالات ( $\alpha \leq 0.05$ )، الأمر الذي يشير إلى صلاحية الأداء وتنعمها بصدق البناء المناسب، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرات وبين الدرجة الكلية لمقياس الأداء الوظيفي (0.39 إلى 0.77). كما بلغ معامل الثبات (0.831).

#### مقياس إدراك الضغوط النفسية

تمت الاستعانة بمقاييس إدراك الضغوط النفسية من إعداد لفنستاين وأخرين (1994) Levenstein *et al.* بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط، وتم إتاحة نظام ليكرت الثلاثي للإجابة عن الفقرات، وقد جاءت صياغة معظم الفقرات إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها وعدها (22) وهي الفقرات رقم: (2، 3، 4، 5، 6، 8، 9، 11، 12، 14، 15، 16، 20، 21، 24، 26، 27، 28، 30)، وتدل هذه العبارات على وجود مؤشرات الضغط المرتفع عندما يجب عليها المفحوص بالقبول اتجاه الموقف، وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجب عليها بالرفض، واتبعت نظام التصحيح (دائماً = 3، أحياناً = 2، أبداً = 1)، كما جاءت صياغة بعض الفقرات سلبية وعدها 8 فقرات وهي المتمثلة في الفقرات رقم: (1، 7، 10، 13، 17، 21، 25، 29) وتدل على وجود مؤشر إدراك الضغط المرتفع عندما يجب عليها بالرفض وعلى مؤشر إدراك الضغط المنخفض عندما يجب عليها بالقبول، واتبعت نظام التصحيح (دائماً = 1، أحياناً = 2، أبداً = 3).

صدق مقياس إدراك الضغوط النفسية: تم استخراج صدق البناء للمقياس بعد تطبيقه على عينة استطلاعية من الأخصائيين النفسيين بلغ حجمها (30) أخصائيًا وأخصائية؛ منهم (2) ذكر و(28) أنثى، وتم احتساب معامل ارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستقرت الأداء بعد ذلك على (24) فقرة، إذ تم حذف الفقرات (2، 3، 4، 5، 7، 11) من المقياس بسبب عدم ارتباط هذه الفقرات جوهرياً بالدرجة الكلية، في حين ارتبطت باقي الفقرات والبالغ عددها (24) فقرة بالدرجة الكلية للمقياس الأمر الذي يشير إلى صلاحية الأداء وتنعمها بصدق البناء المناسب، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمقياس إدراك الضغوط النفسية بين (0.26 إلى 0.80). كما بلغ معامل الثبات (0.890).

#### نتائج الدراسة

مستوى الضغوط النفسية لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية أثناء الحرب على غزة

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لمقياس الضغوط النفسية أن تقديرات العينة جاءت في معظمها ضمن المستوى المتوسط. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

إلى أنه كلما ارتفع مستوى الضغوط النفسية، انخفض الأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين، والعكس بالعكس.

**أثر المتغيرات الديموغرافية على الضغوط النفسية والأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية اثناء الحرب على غزة**

تحليل أثر متغيرات (الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي، سنوات العمل، مكان العمل، مكان السكن) على كل من الضغوط النفسية والأداء الوظيفي، تم استخدام اختبار ويلكس لاما وتحليل التباين المتعدد(MANOVA) ، نظراً لوجود أكثر من متغير تابع.

وقد كشفت النتائج (جدول 2) أن متغير "سنوات العمل" هو الوحيد الذي أظهر أثراً دالاً إحصائياً على كلا المتغيرين التابعين إذ بلغت قيمة ويلكس لاما لمتغير سنوات العمل ( $F = 4.032$ ،  $\alpha = 0.01$ )، أما باقي المتغيرات، فلم تظهر تأثيراً ذات دلالة إحصائية. وبتحليل الفروق باستخدام MANOVA (جدول 3)، تبين ما يلي:

الجنس: له أثر دال إحصائياً على الضغوط النفسية فقط ( $F = 6.014$ ،  $\alpha = 0.05$ ) وجاءت الفروق لصالح الذكور. سنوات العمل: أثرت بشكل دال على الضغوط النفسية ( $F = 4.862$ ،  $\alpha = 0.05$ ) وجاءت الفروق لصالح الفئة "1-5 سنوات". كما أثرت بشكل دال على الأداء الوظيفي ( $F = 5.002$ ،  $\alpha = 0.01$ ) وجاءت الفروق لصالح الفئة "أكثر من 10 سنوات". لم تظهر فروق دالة إحصائياً في متغيرات (العمر، المستوى الاقتصادي، مكان العمل، مكان السكن) على أي من المتغيرين التابعين.

جدول (2): نتائج اختبار ويلكس لاما لفحص تأثير المتغيرات المستقلة (الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي، سنوات العمل، مكان العمل، مكان السكن) على مستوى الضغوط النفسية ومستوى الأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية.

مستوى الدلالة	قيمة F	Wilks Lambda	المتغير المستقل
0.06	2.958	0.907	الجنس
0.21	1.482	0.905	العمر
0.94	0.194	0.987	المستوى الاقتصادي
**0.004	4.032	0.771	سنوات العمل
0.78	0.427	0.971	مكان العمل
0.29	1.258	0.919	مكان السكن

\* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha > 0.01$ )

جدول (3): نتائج تحليل التباين المتعدد (MANOVA) للفروقات في الضغوط النفسية والأداء الوظيفي تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي، سنوات العمل، مكان العمل، مكان السكن).

مستوى الدلالة	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغيرات التابعه	مصدر التباين (المتغيرات المستقلة)
.0170*	6.014	1.012	1	1.012	الضغط النفسيه	الجنس
0.632	0.232	0.004	1	0.004	الأداء الوظيفي	
0.061	2.941	0.495	2	0.990	الضغط النفسيه	العمر
0.654	0.428	0.008	2	0.016	الأداء الوظيفي	

لجميع الفترات، وجاء ترتيبها تنازلياً حسب المتوسط الحسابي. وبيّنت النتائج أن الفقرة (15) "تمتع نفسك" قد سجلت أعلى متوسط حسابي بلغ (2.34) بانحراف معياري (0.53)، بتقدير مرتفع. في المقابل، جاءت الفقرة (18) "تشعر أنك في وضع انتقاد وحكم" بأدنى متوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري (0.56)، بتقدير منخفض.

ولفحص ما إذا كان متوسط درجات العينة يختلف عن المتوسط النظري للمقياس، تم استخدام اختبار (t) لعينة واحدة (One Sample t-Test). وقد أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة ( $\alpha = 0.01$ ) بين متوسط العينة والمتوسط النظري، وجاءت قيمة (t) سالبة (t = -0.01 <  $\alpha$ ، K5.19)، مما يشير إلى أن مستوى الضغوط النفسية لدى الأخصائيين النفسيين يتراوح بين المنخفض والمتوسط.

**مستوى الأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية اثناء الحرب على غزة**

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لمقياس الأداء الوظيفي أن تقييمات العينة لجميع الفترات كانت مرتفعة. وسجلت الفقرة (6) "أجد أن القدرة على الإبداع والتطوير تساعد في تحسين أداء الوظيفة" أعلى متوسط حسابي (4.48) بانحراف معياري (0.60). في حين جاءت الفقرة (8) "لدي القدرة على التخطيط لإنجاح العمل..." بأدنى متوسط (4.06) بانحراف معياري (0.97)، ولكنها ظلت ضمن التقدير المرتفع.

وباستخدام اختبار (t) لعينة واحدة، تبين وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ( $\alpha = 0.01$ ) بين متوسط العينة والقيمة المحكية لصالح العينة، حيث جاءت قيمة (t) موجبة (t = 28.70،  $\alpha < 0.01$ ) مما يدل على أن الأخصائيين النفسيين يتمتعون بمستوى مرتفع من الأداء الوظيفي.

**العلاقة بين الضغوط النفسية والأداء الوظيفي لدى الأخصائيين النفسيين في محافظات شمال الضفة الغربية اثناء الحرب على غزة**

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لقياس العلاقة بين الضغوط النفسية والأداء الوظيفي. وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين المتغيرين ( $r = -0.251$ ،  $\alpha = 0.05$ ). وتشير هذه العلاقة

مستوى الدلالة	قيمة F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغيرات التابعة	مصدر التباين (المتغيرات المستقلة)
0.924	0.079	0.013	2	0.027	الضغوط النفسية	المستوى الاقتصادي
0.774	0.257	0.005	2	0.010	الأداء الوظيفي	
0.011*	4.862	0.818	2	1.637	الضغوط النفسية	سنوات العمل
0.010**	5.002	0.093	2	0.186	الأداء الوظيفي	
0.424	0.871	0.147	2	0.293	الضغوط النفسية	مكان العمل
0.991	0.009	0.000	2	0.000	الأداء الوظيفي	
0.088	2.537	0.427	2	0.854	الضغوط النفسية	مكان السكن
0.985	0.015	0.000	2	0.001	الأداء الوظيفي	

\*\* دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha > 0.01$ )

أما فيما يخص تأثير المتغيرات الديموغرافية، فقد كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية لصالح الذكور وذوي الخبرة من 5-15 سنوات، وفروق في الأداء الوظيفي لصالح من لديهم خبرة تزيد عن 10 سنوات. ويعزى ذلك إلى أن الذكور غالباً ما يميلون لكتب المشاعر بفعل الضغوط الثقافية، مما يزيد من تراكم الضغوط لديهم مقارنة بالإناث (نجم، 2022؛ الحمادي، 2020). كما أن الأخصائيين المبتدئين يفتقرن إلى استراتيجيات المواجهة والتكيف المهني، مما يرفع من مستويات الضغط لديهم (المشوح، 2014؛ الخالدي، 2019). في المقابل، يسهم تراكم الخبرة في تعزيز الأداء الوظيفي من خلال تطوير المهارات والصلة النفسية، كما أكده ذلك دراسات (السيباعي، 2017؛ عبد الله، 2021). كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة في مستويات الضغط النفسي أو الأداء الوظيفي وفقاً لمتغيرات العمر، المستوى الاقتصادي، مكان العمل ومكان السكن، وهو ما يشير إلى الأثر العام للأزمة على جميع العاملين دون تمييز. ويسقى ذلك مع ما أشار إليه (Lambert & McCarthy, 2010) من أن العوامل البيئية الكلية في سياقات التوتر الحاد قد تطغى على الفروقات الفردية، مما يؤدي إلى استجابات عامة متقاربة لدى العاملين. وتتوافق هذه النتائج أيضاً مع نظرية "المحافظة على الموارد" (Conservation of Resources) التي طورها (Hobfoll, 1989)، والتي تؤكد أن الأفراد في البيئات الضاغطة يميلون إلى فقدان مواردهم النفسية والانفعالية تدريجياً عند غياب الدعم المؤسسي، مما يخلق دوامة من التدهور في الأداء، ما لم يتم التدخل في الوقت المناسب.

#### الوصيات

استناداً إلى ذلك، توصي الدراسة بتوفير برامج دعم نفسي دوري للأخصائيين النفسيين، تتضمن جلسات تفريغ انفعالي، وتدريبًا على مهارات التكيف الذاتي، إلى جانب مراجعة السياسات المهنية بما يضمن حماية هذه الفئة من الاحتراق النفسي. كما تدعوا إلى إجراء دراسات أوسع باستخدام أدوات نوعية وتصاميم طولية لتقدير التغيرات في الأداء والضغط النفسي على مدى الزمن، وتحديد دور متغيرات مثل استراتيجيات المواجهة والدعم الاجتماعي كمعدلات للعلاقة بين المتغيرين.

#### مناقشات النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الضغوط النفسية لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية أثناء الحرب على غزة كان ضمن المتوسط، وهو ما قد يتفق مع دراسة Kang *et al.* (2024) حول المستوى المتوسط من الضغوط النفسية لدى العاملين النفسيين في ظل الحرب في أوكرانيا. كما يتفق مع ما أورده Chudzicka *et al.* (2023) حول ارتفاع معدلات الضغط لدى العاملين في المهن النفسية في سياقات الأزمات الجماعية والنزاعات المسلحة. ويعزى هذا الارتفاع إلى طبيعة الأدوار التي يضطلع بها الأخصائي النفسي، إذ يتعامل يومياً مع حالات صدمة وفقدان ومشاهد عنف، دون أن يكون محسناً شخصياً من تأثيرات الحرب المحيطة.

وفيما يتعلق بمستوى الأداء الوظيفي، فقد أظهرت الدراسة أن أداء الأخصائيين كان مرتفعاً وهو ما قد يعزى إلى امتلاكهم خبرات مهنية متقدمة واستراتيجيات فعالة في التعامل مع التحديات والصعوبات وقت الحروب والازمات. مع وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين الضغط النفسي والأداء.  $r = -0.251$  وتنتمي هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة Sarmiento (2017)، والتي بيّنت أن الضغوط النفسية المرتفعة لدى مقدمي الخدمات تؤثر سلباً على فاعليتهم المهنية واستقرارهم الانفعالي، وكذلك مع ما أشار إليه Stephan & Harrison (2018) من أن التوتر المزمن يؤدي إلى انخفاض التركيز والفاعلية، وهو ما ينعكس مباشرة على الأداء المهني.

من المنظور النظري، تفسّر هذه النتيجة ضمن إطار نظرية "التقدير المعرفي للضغط" لـ Lazarus & Folkman (2006)، والتي ترى أن الفرد يقيّم الضغوط بحسب مدى تواافقها مع موارده الداخلية، وأن اختلال هذا التوازن يؤدي إلى نتائج سلبية على الأداء والوظيفة التنفيذية. وفي ذات السياق، تدعم نتائج هذه الدراسة ما جاء به (Hanson, 2006) بخصوص تراجع الأداء في حال انعدام الموارد النفسية للتكيف مع الضغوط البيئية.

## الاستنتاجات

appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third-party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. If material is not included in the article's Creative Commons licence and your intended use is not permitted by statutory regulation or exceeds the permitted use, you will need to obtain permission directly from the copyright holder. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>

## المراجع

- أبو صاع، فتحي عمر والمحجوب، سليمان عبدالله (2018). الرضا الوظيفي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى موظفي مكتبات جامعة مصراتة. مجلة كلية الفنون والإعلام، (6)، 142-120.
- الحمادي . (2020). الفروق بين الجنسين في أساليب التعامل مع الضغوط النفسية المجلة العربية للعلوم النفسية، .62-45 (3).
- الخالدي، م. (2019). أثر الخبرة المهنية على مستويات الضغط النفسي لدى الأخصائيين النفسيين. مجلة دراسات نفسية وتربوية، (2)، 130-112.
- السبيعبي، ن . (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهني لدى المرشدين النفسيين. المجلة التربوية السعودية، .104-88 (11).
- المشوح، أ. (2014). مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات المهنية لدى الأخصائيين الاجتماعيين. مجلة العلوم الاجتماعية، 42(2)، 134-152.
- دعو، سميرة وشنوفي، نوره (2013). الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى أم الطفل التوحدي دراسة عيادية لخمس حالات. (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة أكلي مهند أول حاج، البويرة، الجزائر.
- عبد الله، ر. (2021). تأثير الخبرة العملية في تطوير الكفاءة المهنية لدى العاملين في الصحة النفسية مجلة العلوم النفسية والتربية، 9(4)، 71-90.
- نجم، عماد خليل إبراهيم (2022). استراتيجيات مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بالأمن النفسي لدى الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في محافظتي بيت لحم والخليل

- توصلت الدراسة إلى أن الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية خلال الحرب على غزة يعانون من مستويات متوسطة من الضغط النفسي، ما يشير إلى الأثر المباشر للظروف السياسية والإنسانية الطارئة على الصحة النفسية للكوادر المهنية في هذا القطاع. كما أظهرت النتائج أن الأداء الوظيفي لهؤلاء الأخصائيين كان مرتفعا.

- كذلك، كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط سلبية دالة إحصائياً بين مستوى الضغط النفسي والأداء الوظيفي، مما يدل على أن ارتفاع الضغط يؤدي إلى انخفاض ملحوظ في الأداء، وهو ما ينسجم مع النماذج النفسية التي تؤكد على تأثير الضغط المزمن على الوظائف التنفيذية. كما أظهرت الدراسة أن المتغيرات الديموغرافية مثل العمر، المستوى الاقتصادي، مكان العمل ومكان السكن لم تكن ذات أثر دال في مستوى الضغط أو الأداء، ما يشير إلى شمولية التأثير الضاغط على مختلف فئات العينة.

- تدل هذه الاستنتاجات على ضرورة توفير بيئة داعمة للأخصائيين النفسيين خلال فترات الأزمات، من خلال برامج تدخل وقائية وعلاجية، وكذلك تعزيز أنظمة الدعم المؤسسي لحفظ على الصحة النفسية المهنية وجودة الخدمات المقدمة.

## بيانات الإفصاح

- الموافقة الأخلاقية والموافقة على المشاركة: متوفرة.
- توافر البيانات والمواد: متوفرة.
- مساهمة المؤلفين: رهف وسندس: جمع البيانات والكتابة الأولية والمراجعة الأدبية، فلسطين: تصميم الدراسة - الإشراف على الدراسة -
- تقديم المراجعات: شارك جميع المؤلفين في القراءة والموافقة على النسخة النهائية من البحث
- تضارب المصالح: لا يوجد مع أي دراسات أخرى.
- التمويل: لا يوجد.
- شكر وتقدير: يتقدم الباحثون بالشكر والتقدير إلى جميع من شارك وساهم في انجاح هذه الدراسة، كما ينقدمو بالشكر إلى ادارة مجلة جامعة النجاح الوطنية على موافقتهم على نشر البحث ([www.najah.edu](http://www.najah.edu))

## Open Access

This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give

*American Journal of Gastroenterology*, 89 (8), 1219-1225.

- McCarthy, C., Valeria, C., & Lambert, R. G. (2010). An exploration of school counselors' demands and resources: Relationship to stress, biographic, and caseload characteristics. *Professional School Counseling*, 13(3), 146-158.
- Menawi, W., Meri, S., & Hanani, A. A. (2025). The impact of COVID-19 on nurses' feelings, stress, coping, and motivation in Palestinian treatment centers of Corona. *An-Najah University Journal for Research - B (Humanities)*, 39(4), 255–262. <https://doi.org/10.35552/0247.39.4.2456>
- Sarmiento, R., Beale, J., & Knowles, G. (2007). Determinants of performance amongst shop-floor employees: A preliminary investigation. *Management Research News*, 30(12), 915-927.
- Stephan, J. M., & Harrison, J. K. (2018). *Job Performance*. Rice University.
- Abdullah, R. (2021). The effect of practical experience on the development of professional competence among mental health workers. *Journal of Psychological and Educational Sciences*, 9(4), 71–90.
- Abu Sa'a, F. O., & Al-Mahjoub, S. A. (2018). Job satisfaction and its relationship to job performance among library employees at Misurata University. *Journal of the Faculty of Arts and Media*, (6), 120–142.
- Al-Hammadi. (2020). Gender differences in coping styles with psychological stress. *Arab Journal of Psychological Sciences*, 18(3), 45–62.
- Al-Khalidi, M. (2019). The effect of professional experience on psychological stress levels among psychologists. *Journal of Psychological and Educational Studies*, 6(2), 112–130.

خلالجائحة كورونا. (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين.

## References

- Chudzicka-Czupała, A., Hapon, N., Man, R. H. C., Li, D. J., Żywołek-Szeja, M., Karamushka, L., Grabowski, D., Paliga, M., McIntyre, R. S., Chiang, S. K., Pudełek, B., Chen, Y. L., & Yen, C. F. (2023). Associations between coping strategies and psychological distress among people living in Ukraine, Poland, and Taiwan during the initial stage of the 2022 War in Ukraine. *European Journal of Psych traumatology*, 14(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2023.2225298>
- Hanson, M. (2006). *Counselor self-efficacy: Supervision, impact on performance, and mediation of the relationship between supervision and performance* (Unpublished master's thesis). Southern Illinois University.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Kang, H., Fischer, I. C., Vus, V., Kolyshkina, A., Ponomarenko, L., Chobanian, A., ... & Pietrzak, R. H. (2024). Psychological Resilience of Mental Health Workers During the Russia-Ukraine War: Implications for Clinical Interventions. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 26(5), 57334. <https://doi.org/10.4088/PCC.24m03761>
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and Emotion*. Springer Publishing Company, New York.
- Levenstein, S., Prantera, C., Varvo, V., Scribano, M. L., Berto, E., Andreoli, A., & Luzi, C. (1994). Psychological stress and disease activity in ulcerative colitis: a multidimensional cross-sectional study.

- Najm, I. K. I. (2022). *Coping strategies of psychological stress and their relationship to psychological security among psychologists and social workers in Bethlehem and Hebron governorates during the COVID-19 pandemic* (Published master's thesis). Al-Quds University, Palestine.
- Menawi, W., Meri, S., & Hanani, A. A. (2025). The impact of COVID-19 on nurses' feelings, stress, coping, and motivation in Palestinian treatment centers of Corona. *An-Najah University Journal for Research - B (Humanities)*, 39(4), 255–262. <https://doi.org/10.35552/0247.39.4.2456>
- Al-Subaie, N. (2017). Psychological hardness and its relationship to professional performance among psychological counselors. *Saudi Educational Journal*, 11(1), 88–104.
- Al-Mushoh, A. (2014). The level of psychological stress and its relationship to some professional variables among social workers. *Journal of Social Sciences*, 42(2), 134–152.
- Daou, S., & Chenoufi, N. (2013). *Psychological stress and coping strategies among mothers of autistic children: A clinical study of five cases* (Published master's thesis). Akli Mohand Oulhadj University, Bouira, Algeria.