

# 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: (2025/7/19)، تاريخ النشر: (xxxx)

**ملخص:** هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف مستوى الضغوط النفسية لدى الأخصائيين النفسيين العاملين في محافظات شمال الضفة الغربية أثناء الحرب على غزة، وبيان أثر هذه الضغوط على مستوى أدائهم الوظيفي. تنطلق أهمية هذه الدراسة من الحاجة إلى فهم طبيعة التحديات النفسية والمهنية التي تواجه الأخصائيين في بيئات النزاع، خاصة في ظل نقص الدراسات المحلية التي تناولت هذه العلاقة في السياق الفلسطيني. **المنهجية:** اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وطُبِّقَت على عينة قصدية مكونة من (104) أخصائيين نفسيين. تم استخدام مقياسين لقياس كل من الضغوط النفسية والأداء الوظيفي، وتم التحقق من صدقهما وثباتهما. أُجري التحليل الإحصائي باستخدام اختبار "ت" لعينة واحدة، وتحليل الارتباط البسيط (Pearson)، وتحليل التباين المتعدد (MANOVA) لاختبار الفروق بين المتوسّطات وتأثير المتغيرات الديموغرافية. **نتائج الدراسة:** أظهرت النتائج أن مستوى الضغوط النفسية كان متوسطاً، في حين جاء الأداء الوظيفي في المستوى المرتفع. كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط سلبية دالة إحصائياً بين مستوى الضغط النفسي 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 بيئات الصراع. **الاستنتاجات:** تستنتج الدراسة أن تحسين البيئة المهنية والدعم النفسي للأخصائيين يُعد ضرورة ملحة للحفاظ على جودة الأداء، وتوصي بإنشاء برامج تدخل نفسي وإشرافي منظم مخصص لفترات الأزمات الممتدة. **الكلمات المفتاحية:** الضغط النفسي، الأداء الوظيفي، الأخصائيون النفسيون، الحرب على غزة، الصحة النفسية المهنية، بيئات النزاع.

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

\* Corresponding author: [f.nazzal@najah.edu](mailto:f.nazzal@najah.edu)

<sup>1</sup> قسم علم النفس، كلية العلوم الإنسانية والتربوية، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.  
\* الباحث المراسل: [f.nazzal@najah.edu](mailto:f.nazzal@najah.edu)

والوزارات المعنية، لتوفير بيئة أكثر دعمًا وتوازنًا 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 والتدخلات التطبيقية الممكنة.

من هنا، تبرز أهمية البحث في الكيفية التي تؤثر بها ظروف العدوان المستمر على أداء الأخصائيين النفسيين في فلسطين، ومدى تأثرهم بالضغوط الناجمة عن الأزمات الطارئة، خاصة في ظل محدودية الموارد والدعم المؤسسي المتوفر. إذ يمثل الأخصائي النفسي اليوم عنصرًا محوريًا في استجابة المجتمع للأزمات، ومن الضروري الوقوف على احتياجاته وتوفير بيئة داعمة تُمكنه من أداء دوره بكفاءة، دون أن يكون ذلك على حساب توازنه 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 كافيًا، 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 ودراسة 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) أخصائيًا وأخصائية من مختلف محافظات شمال الضفة الغربية بما فيها (قلقيلية، نابلس، طولكرم، طوباس، جنين، سلفيت)، وتم اختيار العينة بالطريقة المتيسرة حيث تم توزيع الاستبانة بشكل إلكتروني من خلال جوجل فورم، إذ تعتمد هذه الطريقة على اختيار الأفراد المتاحين والذين يسهل الوصول إليهم للمشاركة في الدراسة.

تعدّ المهن النفسية من أكثر المهن تعرضًا للضغوط 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 مُعِينًا 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 لتقديم الدعم رغم ما قد يواجهونه من مشاعر القلق، والخوف، والتعب النفسي الناجم عن تكرار المشاهد الصادمة، أو التفاعل مع ضحايا القصف والحرب، 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 تنعكس سلبًا على جودة الأداء المهني (Menawi, Meri & Hanani, 2025; Sarmiento, 2017; Stephan & Harrison, 2018). ويُفهم من الضغط 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، ويُقاس عادة بدرجة الكفاءة، الانضباط، الالتزام، ومدى تحقيق الأهداف المهنية (Hanson, 2006).

من هذا المنطلق، تنبع 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. ففي 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 حرجية في بيئة متقلبة ومعقدة.

وتكمن أهمية هذه الدراسة من الناحية النظرية في مساهمتها بتوسيع الفهم العلمي للعلاقة بين الضغط النفسي والأداء المهني في بيئات متأزمة، كما تُغني الأدبيات الفلسطينية والعربية ببيانات ميدانية حديثة تستند إلى واقع عملي لم يُتناول 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 قِبل مؤسسات الرعاية النفسية،

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

المتغير المستقل	مستويات المتغير	التكرار	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
	35 فما فوق	72	69.2
	المجموع	104	100.0
	متدني	7	6.7
3. الوضع الاقتصادي	متوسط	90	86.5
	مرتفع	7	6.7
	المجموع	104	100.0
4. سنوات العمل	سنوات 1-5	28	26.9
	سنوات 6-10	24	23.1
	أعلى من 10 سنوات	52	50.0
	المجموع	104	100.0
	مدرسة	55	52.9
5. مكان العمل	مراكز صحية	16	15.4
	مركز خاص	33	31.7
	المجموع	104	100.0
	مدينة	64	61.5
6. مكان السكن	قرية	37	35.6
	مخيم	3	2.9
	المجموع	104	100.0
	مدينة	64	61.5

#### متغيرات الدراسة

**المتغيرات المستقلة:** الجنس، العمر، مكان السكن، مكان العمل، المستوى الاقتصادي، وسنوات 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

تمت الاستعانة بمقياس الأداء الوظيفي من إعداد (المحجوب وأبو صاع، 2018)، وتمت ترجمته وتكييفه بما يناسب البيئة العربية بواسطة (دعو وشنوفي، 2013). احتوى المقياس بصورته الأصلية على (9) فقرات، وفق تدرج ليكرت الخماسي 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 بحساب الدرجة الكلية.

**صدق البناء لمقياس الاداء 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

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

#### مقياس إدراك الضغوط النفسية

تمت الاستعانة بمقياس إدراك الضغوط النفسية من إعداد ليفنستاين وآخرين (1994) *Levenstein et al.* بهدف قياس مؤشر إدراك الضغط، وتم إتباع نظام ليكرت الثلاثي للإجابة عن الفقرات، وقد جاءت صياغة معظم الفقرات إيجابية ومع اتجاه السمة المراد قياسها وعددها (22) وهي الفقرات رقم: (2، 3، 4، 5، 6، 8، 9، 11، 12، 16، 15، 14، 20، 19، 18، 30، 28، 27، 26، 24، 23، 22)، 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 (دائمًا = 3، أحيانًا = 2، أبدًا = 1)، كما جاءت صياغة بعض الفقرات سلبية وعددها 8 فقرات وهي المتمثلة في الفقرات رقم: (1، 7، 10، 17، 13، 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 (دائمًا = 1، أحيانًا = 2، أبدًا = 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 الأداة بعد ذلك على (24) فقرة، إذ تم حذف الفقرات (2، 3، 4، 5، 7، 11) من المقياس بسبب عدم ارتباط هذه الفقرات جوهريًا بالدرجة الكلية، في حين ارتبطت باقي الفقرات والبالغ عددها (24) فقرة بالدرجة الكلية للمقياس الأمر الذي يُشير إلى صلاحية الأداة وتمتعها 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 اثناء 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

لجميع الفقرات، 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 (ت) 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 (ت) سالبة (ت = -5.19,  $\alpha < 0.01$ )، 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 أثناء الحرب على غزة

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي لمقياس الأداء الوظيفي أن تقديرات العينة لجميع الفقرات 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 (ت) لعينة واحدة، تبين وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى ( $\alpha = 0.01$ ) بين متوسط العينة والقيمة المحكية لصالح العينة، حيث جاءت قيمة (ت) موجبة (ت = 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 أثناء 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 (ر = -0.251،  $\alpha < 0.05$ )، وتشير هذه العلاقة

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 أثناء الحرب على غزة

لتحليل 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 (0.771) وقيمة اختبار ف المناظرة لها (ف = 4.032،  $\alpha > 0.01$ )، أما باقي المتغيرات، فلم تُظهر تأثيراً ذا دلالة إحصائية. وتحليل الفروق باستخدام MANOVA (جدول 3)، تبين ما يلي:

الجنس: له أثر دال إحصائياً على الضغوط النفسية فقط (ف = 6.014،  $\alpha < 0.05$ ) وجاءت الفروق لصالح الذكور. سنوات العمل: أثرت بشكل دال على الضغوط النفسية (ف = 4.862،  $\alpha < 0.05$ ) وجاءت الفروق لصالح الفئة "1-5 سنوات". كما أثرت بشكل دال على الأداء الوظيفي (ف = 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.

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

\*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).

مصدر التباين (المتغيرات المستقلة)	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الجنس	الضغوط النفسية	1.012	1	1.012	6.014	0.0170*
	الأداء الوظيفي	0.004	1	0.004	0.232	0.632
العمر	الضغوط النفسية	0.990	2	0.495	2.941	0.061
	الأداء الوظيفي	0.016	2	0.008	0.428	0.654

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

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

## مناقشة النتائج

أما فيما يخص تأثير المتغيرات الديموغرافية، فقد كشفت نتائج الدراسة عن فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية لصالح الذكور وذوي الخبرة من 1-5 سنوات، وفروق في الأداء الوظيفي لصالح من لديهم خبرة تزيد عن 10 سنوات. ويُعزى ذلك إلى أن الذكور غالباً ما يميلون لكبت المشاعر بفعل الضغوط الثقافية، ما يزيد من تراكم الضغوط لديهم مقارنة بالإناث (نجم، 2022؛ الحمادي، 2020). كما أن الأخصائيين المبتدئين يفتقرون 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 والصلابة النفسية، كما أكدت ذلك دراسات (السبيعي، 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 للآزمة على جميع العاملين دون تمييز. ويتسق ذلك مع ما أشار إليه (Lambert & McCarthy 2010) من أن العوامل البيئية الكلية في سياقات التوتر الحاد قد تغطي على الفروقات الفردية، مما يؤدي إلى استجابات عامة متقاربة لدى العاملين. وتتوافق هذه النتائج أيضاً مع نظرية "المحافظة على الموارد" (Conservation of Resources) التي طوّرها (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.

## التوصيات

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

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 أوردهـ (Chudzicka 2023) حول ارتفاع معدلات الضغط لدى العاملين في المهن النفسية في سياقات الأزمات الجماعية والنزاعات المسلحة. ويُعزى هذا الارتفاع إلى طبيعة الأدوار التي يضطلع بها الأخصائي النفسي، إذ يتعامل يومياً مع حالات صدمة وفقدان ومشاهد عنف، دون أن يكون محصناً شخصياً من تأثيرات الحرب المحيطة.

وفيما يتعلق بمستوى الأداء الوظيفي، فقد أظهرت الدراسة أن أداء الأخصائيين كان مرتفعاً وهو ما قد يُعزى 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.

( $r = -0.251$ ) وتتماشى هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (Sarmiento 2017)، والتي بينت 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 للضغوط" لـ (Lazarus & Folkman 2006)، والتي ترى أن الفرد يُقيّم الضغوط بحسب مدى توافقها 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.

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*، (3)، 62-45.
- الخالدي، م. (2019). أثر الخبرة المهنية على مستويات الضغط النفسي لدى الأخصائيين النفسيين. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، (2)، 130-112.
- السبيعي، ن . (2017). الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهني لدى المرشدين النفسيين. *المجلة التربوية السعودية*، (1)، 111-88.
- المشوح، أ. (2014). مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات المهنية لدى الأخصائيين الاجتماعيين. *مجلة العلوم الاجتماعية*، (2)، 152-134.
- دعو، سميرة وشنوفي، نورة (2013). *الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى أم الطفل التوحيدي دراسة عيادية لخمس حالات*. (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة أكلي محند أولحاج، البويرة، الجزائر.
- عبد الله، ر . (2021). تأثير الخبرة العملية في تطوير الكفاءة المهنية لدى العاملين في الصحة النفسية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، (4)، 90-71.
- 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 مرتفعاً.

- 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 الضاغطة 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 للحفاظ على الصحة النفسية المهنية وجودة الخدمات المقدمة.

### بيانات الإفصاح

- الموافقة الأخلاقية والموافقة على المشاركة: متوفرة.
- توافر البيانات والمواد: متوفرة.
- مساهمة المؤلفين: رهدف 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 الى جميع من شارك وساهم في انجاح هذه الدراسة، كما يتقدموا بالشكر الى 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.

خلال جائحة كورونا. (رسالة ماجستير منشورة)، جامعة القدس، فلسطين.

## References

- Chudzicka-Czupala, A., Hapon, N., Man, R. H. C., Li, D. J., Żywiołek-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 hardiness 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.