الضغوط المهنية في الصحف الإلكترونية في مصر وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى الصحفيين: دراسة في ضوء مفهوم الاحتراق النفسي

د. وائل العشري(*)

تختلف بيئة العمل في الصحافة الإلكترونية إلى حدٍ كبير عن بيئة الصحافة المطبوعة، وهو ما يفرض العديد من الضغوط المهنية على العاملين في تلك الصحف على نحو قد يؤثر في اختلاف معدلات الرضا الوظيفي والاحتراق النفسي لدى العاملين بها.

والمتفق عليه بين أغلب الباحثين أن العاملين بالإعلام عمومًا يعانون من من جملة من الضغوط، من بينها المنافسة الحادة بين وسائل الإعلام، ومواعيد البث والنشر، وساعات العمل الطويلة، والرواتب، بالإضافة إلى تنامي المسئوليات الملقاة على عاتق الصحفيين في مقابل تناقص الصلاحيات الممنوحة لهم، وجميعها أمور تنعكس سلبًا على الجوانب السيكولوجية للصحفيين ومستويات الرضا الوظيفي لديهم.

كما أن بيئات العمل تتسبب بحد ذاتها في خلق نوعيات معينة من الضغوط والإجهاد النفسي لممارسي العمل الإعلامي ، و بالتالي إلى خفض أو رفع معدلات الرضا الوظيفي، خاصة الضغوط المتعلقة بالبيئة التنظيمية ، أو ما يطلق عليه العوامل التنظيمية ***organizational factors*** وتتلخص هذه الضغوط في عدم التوازن بين القدرة على اتخاذ القرارات حول كيفية القيام بالعمل على نحو فعال و المكافات المتوقعة من العمل مثل هذه البيئات.

وعلى صعيد بيئة الصحافة الإلكترونية ، فإن أبرز الضغوط المهنية التي يعترض لها العاملون بالإعلام الإلكتروني تتمثل في عدم وجود الدعم الكافي من الإدارة العليا وعدم وضوح الهدف وعدم الشعور بالأمان وضغوط الوقت الشديدة وطول ساعات العمل والاحتكاكات والشعور بأن الحياة مهددة ، وهذه الضغوط من أبرز أسباب الإجهاد النفسي للعاملين ببيئة الإعلام الإلكتروني.

لهذا لم يكن مستغربا أن تشير الدراسات إلى أن مهنة الإعلام بشكل عام والصحف بشكل خاص ، تواجه العديد من المشكلات الاقتصادية، والمهنية، والتي تؤثر بشكل كبير في العاملين بالمهنة، وأفاد استطلاع للرأي بأن مهنة الصحافة هي واحدة من بين أسوأ خمس مهن في عام 2012 ، إذ باتت تحتل المرتبة الـ196 من بين 200 مهنة

(*) مدرس بقسم الصحافة بكلية الإعلام – جامعة القاهرة.

جرى تقييمها من قبل باحثين في موقع "كارير كاست" المتخصص في دراسة سوق العمل، وحاول الباحثون في الموقع تقييم 200 مهنة من حيث مستوى الراتب وظروف العمل ونسبة التوتر التي يخضع لها العامل وآفاق الحصول على مكان عمل جديد بعد الاستقالة أو الفصل، ومع الأخذ في الاعتبار كل هذه العوامل، وضع الباحثون مهنة الصحافة في المرتبة الـ196، وبلغ متوسط دخل الصحافيين 35 ألف دولار سنوياً، أي أقل من متوسط الدخل في مهن أخرى بـ13ألف دولار، أما مستوى التوتر فكان 44 نقطة من أصل 100، كما أشار الموقع إلى أن مهنة الصحافة جاءت من بين أكثر المهن التي تسبب ضغوطا نفسية للعاملين بها ، ومن بينها الاحتراق النفسي(*) .

لكل تلك الحقائق العلمية تنطلق الدراسة الحالية من محاولة معرفة طبيعة الضغوط المهنية التي يتعرض لها العاملون ببيئة الصحافة الإلكترونية في مصر وعلاقتها بالرضا الوظيفي ومستويات الإحتراق النفسي لديهم بما قد يساهم في وضع وتطوير السياسات الإدارية التي يمكن أن تؤدي إلى تخفيف حدة هذه الضغوط ومستويات الإجهاد والاحتراق النفسي ورفع معدلات الرضا الوظيفي بما ينعكس بالتبعية على كم وكيف المنتج الإعلامي.

موضوع الدراسة وأهميته :

اكتسب موضوع الاحتراق النفسي أهمية كبيرة لدى الكتاب والباحثين خلال العقود الثلاثة الماضية، ويعتبر هربرت فردنبرجر ***Herbert Freudenberger*** المحلل النفسي الأمريكي أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي ***burnout*** الى حيز الاستخدام الأكاديمي وذلك عام 1974م عندما كتب دراسة أعدها لدورية متخصصة ***Journal of Social Issues*** وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته وعلاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك، ولكن أعمال كرستين ماسلاك ***Maslach*** أستاذة علم النفس بجامعة بيركلي الأمريكية مثلت الريادة في دراسة وتطوير مفاهيم الاحتراق النفسي [1].

وقد عرفت "ماسلاك" الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الاجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبلد الشخصي، والإحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني [2].

والمقصود بالاحتراق الدرجة العالية التي يتعرض لها الفرد نتيجة للضغوط التي تواجهه في عمله وحياته التي تعوقه عن أداء وظائفه بشكل طبيعي ، ويرى باحثون آخرون أن الاحتراق النفسي هو المحصلة النهائية او المرحلة المأساوية المتطرفة

للضغوط ، أي ان الاحتراق هو عرض من أعراض الضغوط النفسية ، ويحدث الاحتراق النفسي عندما لا يكون هناك توافق بين طبيعة العمل وطبيعة الانسان الذي ينخرط في أداء ذلك العمل، وكلما زاد التباين بين هاتين البيئتين زاد الاحتراق النفسي الذي يواجهه الموظف في مكان عمله [3].

ورغم اختلاف التعريفات التي انتهجها الباحثون في تعريف الاحتراق النفسي، فإنها تتفق في أنه :

- ناجم عن ضغوط العمل التي يواجهها الأفراد العاملون في المؤسسات التي يعملون بها
- ظاهرة نفسية تصيب العاملين ، وتتمثل في التعب النفسي وتكوين اتجاهات سلبية نحو العمل وقلة الإنجاز الشخصي
- يؤدي إلى انخفاض حيوية الفرد ، ومستوى إنتاجيته
- تنعكس آثاره على الفرد العامل وعلى المؤسسة التي يعمل بها ، وعلى الأفراد المستفيدين من خدمات المؤسسة

أسباب الاحتراق

يرجع الاحتراق ، وكما يرى الباحثون ، إلى ضغوط العمل Stress on the Job ، وهي ظاهرة يتعرض لها الأفراد خلال أدائهم لعملهم ، فتتسبب في إحداث اختلال في توازنهم النفسي والعضوي ، ويتولد لديه شعور بالضغط ، إما بسبب عوامل تخص البيئة المحيطة به ، أو بسبب عوامل تخص المؤسسة التي يعمل بها أو لأسباب تتعلق به شخصيا ، وترجع بشكل أساسي إلى:

- بعض الوظائف بطبيعتها تتضمن ضغوطا عالية في ضوء عدة معايير تشمل (الوقت الإضافي – حصص العمل – ضغط الوقت – المخاطر – المتطلبات البدنية – نظرة الناس للعمل – مقدار المبادأة المطلوبة)
- صراع الدور Role Conflict: ويحدث ذلك نتيجة الصراع بين متطلبات الفرد في العمل، وبقية أدواره الأخرى في الحياة مثل المسئوليات الأسرية ، وهو ما يؤدي إلى تزايد الضغوط على الفرد بسبب العمل
- غموض الدور Role- ambiguity : حتى لو استطاع الفرد أن يتجنب صراع الدور فإنه يمكن أن يواجه غموضا في هذا الدور ، حينما لا يعلم الفرد

حقيقة الدور المطلوب منه على وجه الدقة للقيام بعمله ، وغموض الدور أمر شائع ، ولا يمكن تجنبه في كثير من الحالات

- تحميل الفرد بأعباء أكثر مما يجبOver Load أو أقل مما يجب Under Load، فتحميل الفرد أعباء فوق طاقته يعتبر مصدرا من مصادر الضغوط ، وقد تكون زيادة الأعباء من الناحية الكمية حيث يطلب من الفرد القيام بأعمال أكثر مما يستطيع إنجازه في الوقت المحدد ، كما قد يكون زيادة العبء في شكل نوعي كأن يطلب من الفرد القيام بأعمال لا تتلائم مع استعداداته وقدراته الخاصة ، ومن مصادر الضغوط أيضا تحميل الفرد بأقل مما يجب سواء من الناحية الكمية و النوعية لأن ذلك يعني الاستهانة بقدراته وإمكانياته .

- نقص الدعم الاجتماعي Lack Of Social Support : فالفرد يشعر بالأمان حينما يجد إلى جواره صديق أو قريب يستطيع اللجوء إليه حينما يواجه صعوبة أو مشكلة أو يحتاج إلى مشورة ، ومن هنا تأتي أهمية العلاقة الإنسانية بين المدير ومرؤسيه ، وجو الصداقة بين الزملاء في العمل ، لأن ذلك من شأنه أن يخفف من مقدار الضغوط التي يواجهها الفرد.

- قلة التعزيز الإيجابي : عندما يبذل الموظف جهدا كبيرا في العمل ، وما يستلزم ذلك من ساعات إضافية او اعمال إبداعية دون مقابل مادي أو معنوي ، ويكون ذلك مؤشرا آخر عن المعاناة والاحتراق الذي يعيشه الموظف

- عدم الإنصاف والعدل : يتم أحيانا تحميل الموظف مسئوليات لا يكون بمقدوره تحملها ، وعند إخلاله بها يتم محاسبته ، وقد يكون القصور في أداء العمل ليس تقاعسا من جانب الموظف ، ولكن بسبب تواضع الإمكانيات أو محدوديتها

- صراع القيم : يكون الموظف أحيانا أمام خيارات صعبة ، فقد يتطلب منه العمل القيام بشئ ما والاضطلاع بدور ما ، ولا يكون ذلك متوافقا مع قيمه ومبادئه .

كما تنشأ الضغوط في بعض الأحيان نتيجة ظروف خارج بيئة العمل ، ومن بينها المشاكل الأسرية ، والظروف الاقتصادية السائدة ، وانخفاض مستويات الدخل ، وانتشار البطالة وارتفاع معدلات التضخم ، والتغيرات الاجتماعية وظهور بعض المشكلات في المجتمع .

الاحتراق النفسي في الإعلام

يعرف البعض الاحتراق النفسي لدى الإعلاميين ، بأنه الشعور بالتعب والاستهلاك وعدم وجود دافع مع شعوره بأن ما يقدمه غير مرغوب به وغير مهم ،

وتحدث ضغوط العمل لدى الإعلاميين استجابة انفعالية وجسمية لظاهرة نفسية مهنية حساسة تمس جوانب شخصياتهم ، وتثير لديهم احتراقا نفسيا ، وهي حالة من الإعياء النفسي والجسدي ، تظهر من تأثير ضغط العمل الذي يتعرضون له ويؤثر بشكل سلبي في اتجاهاتهم نحو المهنة التي يعملون بها [4].

وتتكون لدى الإعلاميين من ثلاث مراحل :

المرحلة الأولى : ضغط العمل الناجم عن عدم التوازن بين متطلبات العمل ومتطلبات العاملين في الإطار المهني

المرحلة الثانية : رد الفعل الانفعالي لحالة عدم التوازن التي سببها ضغط العمل

المرحلة الثالثة : التغيرات التي تظهر على الفرد وتؤثر في اتجاهاته على الجانب السلبي سواء بتراخي حماسه للعمل الإعلامي أو أسلوب تعامله مع الآخرين أو سلوكه المهني

وترجع أسباب الاحتراق النفسي لدى الإعلاميين ، نتيجة القيام بنفس الأعمال لفترة طويلة ، والعمل بشكل كبير مع شعور بإنجاز أقل ، والنقص في الإحساس بالإنجاز ، فهنا يشعر الإعلامي أنه لم يعد يشعر بإنجازه ولا توجد نتائج لعمله ، والعمل تحت ضغط هائل لتقديم المساعدة والوصول للأهداف من قبل الإدارة والمشرفين والمجتمع، والعمل مع عدد كبير من الناس ، والصراع مع الزملاء والمشرفين والإدارة نتيجة الغموض في الدور في بعض الأحيان ، وعدم الحصول على فرصه للتجربة الشخصية والإبداع ، وعدم القدرة على حل النزاعات الشخصية ، ونقص الثقة بين الإدارة والإعلامي [5].

أهمية الدراسة :

على الرغم من تزايد الاهتمام العالمي بين الباحثين في مجال الإعلام ، بموضوع الاحتراق النفسي على المستوى العالمي- حيث كانت دراسة كوك وبانكس Cook &Banks ، أول دراسة تطبق مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي في مجال الصحافة ، وبينت الدراسة التي أجريت على على محرري غرف الأخبار والمراسلين في 5 صحف يومية أمريكية ، أن المحررين من الشباب ، والذين يعملون في صحف صغيرة ، ومستوى أجورهم منخفض ، هم الأكثر عرضة للاحتراق النفسي ، كما أن لديهم لترك مهنة الصحافة - ثم توالت بعدها الدراسات في هذا المجال في الغرب ، إلا أن هناك نقصا ملموسا لدى الكتاب والباحثين العرب في تناول هذا الموضوع ، والقيام بهذه الدراسة سوف يضيف جديدا إلى مجال الدراسات الإعلامية ، خاصة مع تزايد الضغوط التي يتعرض لها الإعلاميون وانعكاسات ذلك على آدائهم المهني [6].

كما يمكن أن تساعد نتائج هذه الدراسة في الخروج بأفكار ومقترحات تساهم في تطوير منظومة العمل داخل المؤسسات الإعلامية المصرية بشكل عام ، والصحف الإلكترونية بشكل خاص.

مفاهيم الدراسة [7]. **:**

الاحتراق النفسي Burnout : حالة نفسية تصيب الأفراد الصحفيين بالإرهاق والتعب ناجمة عن أعباء إضافية، يشعرون معها أنهم غير قادرين على تحملها ، وينعكس ذلك على الصحفيين ، والمتعاملين معهم ، وعلى مستوى آدائهم المهني .

• **مستويات الاحتراق النفسي :** الدرجة التي يحصل عليها الصحفيون في الصحف الإلكترونية ، على شدة أبعاد مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي الثلاث .

الأبعاد الثلاثة للمقياس هي :

الإجهاد الانفعالي **Emotional Exhaustion**: شعور عام بالتعب الشديد ينتاب الصحفي نتيجة لأعباء العمل والمسؤوليات الزائدة المطلوبة من الفرد .

• **تبلد الشعور Cynicism أو عدم الإنسانية Depersonalization**: شعور يتولد لدى الفرد بسبب ضغط العمل الزائد وينطوي على اللامبالاة عدم الشعور بالقيمة الإنسانية للأشخاص الذين يعمل معهم.

• **نقص الشعور بالإنجاز Lack of Personal - Professional Efficacy Accomplishment:** ميل الفرد الى تقييم نفسه بطريقه سلبيه لا سيما في مجال العلاقات الاجتماعية. ويتضمن تدني الشعور بالسعادة والرضا عن الذات.

الضغوط المهنية : مجموعة من الأعباء التي يتعرض لها الصحفيون في الصحف الإلكترونية ، نتيجة ظروف وأوضاع المهنة، وتنشأ بسبب تفاعل العوامل المتعلقة بالعمل مع خصائص الصحفي وسماته الشخصية ، وتسبب خللا في الاتزان البدني والنفسي له .

المشكلة البحثية

شهد المحتوى الإخباري الرقمي في مصر دفعة حقيقية مع دخول المؤسسات الصحفية الخاصة ذلك المجال، حيث مثل موقع اليوم السابع نموذجا مهما في هذا الإطار ، كما طورت المصري اليوم منصتها الرقمية بإطلاق النسخة الثانية من موقعها الإلكتروني عام 2009 ، والثالثة عام 2014 ، وفي أعقاب ثورة يناير 2011، شهدت الصحف الإلكترونية والمواقع الإخبارية المصرية قفزة جديدة سواء على المستوى الكمي أو على مستوى ظهور المشروعات الإعلامية الصحفية الإلكترونية

التـي لـيس لهـا إصـدار ورقـي ، وزيـادة الاهتمـام بالوسـائط المتعـددة ، والإعـلام الاجتمـاعي ، وغيرهـا مـن الأدوات الموجهـة بشـكل أساسـي لمسـتخدمي الوسـائط الرقمية.

ومـع تزايـد حدة المنافسـة بين هذه الوسـائل من أجـل الوصـول إلـى الجمهور ، والسعي وراء تحقيق السبق ، وظروف العمل الضاغطة ، والإشكاليات الاقتصـادية – التـي باتـت السـمة الأبـرز التـي يعـاني منعـا الإعـلام المصـري سـواء كـان حكوميـا أو خاصـا – والتي ترجع إلى ضعف الموارد وتراجع الإعلانات ، والتي أدت إلى إغلاق بعض الصحف ، ولجوء البعض الآخر إلـى تسـريح العمالـة لخفض النفقـات فقد شـهد عام 2015 إغلاق النسـخة الورقيـة لصـحيفة "التحرير"، كمـا رفعت بعض الصـحف أسعار بيعها بنسب متفاوتة ، وخفض بعضها رواتب صـحفيين، واستغنت أخـرى عن متعاونين ، مع كل هذه الظـروف والأوضـاع تتزايـد حدة الضـغوط المهنيـة، والنفسـية على الصحفيين[8].

وانطلاقـا ممـا سـبق وفـي ضـوء الواقـع الصـحفي فـي مصـر يمكـن تحديـد أبعـاد المشكلة التي تناقشها الدراسة ، وتسعى إلى الإجابة على التساؤلات الخاصة بها في :

- يتـرك العمـل الصـحفي، خاصـة فـي الصـحف الإلكترونيـة، التـي تلهـث وراء الأخبار ، وتسعى إلى تحقيق السبق – وإن جاء في بعض الأحوال علـى حسـاب الدقة – ضغوطا مهنية على الصحفيين في تلك الصحف.
- وفي مهنة، تعرف بأنها "مهنة البحث عن المتاعب"، يتعرض الصـحفيون إلـى ضغوط تتعلق بأعباء العمل، في ظل غياب أطر حقيقة تنظم العلاقة بين أربـاب العمـل والصـحفيين، مـا يفقد الصـحفي الإحسـاس بالأمـان الـوظيفي (حيث يلجـأ بعض ملاك وسائل الإعلام إلى تسريح عدد من العـاملين ، وفـي بعض الأحيـان دون سابق إنذار)، أضف إلى ذلك مستويات الأجور المتدنية في غالبية الصـحف الإلكترونيـة، وعـدم وضـوح المهـام التـي يـتم تكليـف هـؤلاء الصـحفيين بهـا ، وضـعف التعزيز الإيجابي الذي يتلقاه الصحفيون داخل مؤسسـاتهم – وغالبـا فـي المحيط الاجتماعي والأسري .
- وتتوقف هذه الدراسة عند الاحتراق النفسـي ، وهـو عـرض يصـيب الصـحفيين ، في مسعى لمعرفة أبعاده، والأسباب التـي تقف ورائـه فـي الصـحف الإلكترونيـة بمصر (القومية – الحزبية – الخاصة).

الدراسات السابقة

قام الباحث بمسح التراث العلمي ، المتعلق بالاحتراق النفسي، وانعكاساته على الإعلاميين، وعلاقته بالرضا الوظيفي بالنسبة لهم ، وكان من أهم هذه الدراسات :

دراسة **أرجا تايركو ولينا كارلكفيست (2015)** [9]، والتي شملت 320 صحفيا (153 منهم من الإناث و 167 من الذكور) في السويد ، للتعرف على تأثير النوع على كيفية التعامل مع ضغط الوقت **Time Pressure**، وتأثير ذلك على الجوانب الصحية للصحفيين ، وبينت الدراسة أن النساء أكثر عرضة من الرجال في مجال الصحافة لتأثيرات ضغط الوقت ، خاصة فيما يتعلق بنقص الكفاءة ، ونقص القدرة على أداء المجهود البدني ، بالإضافة إلى إلى آلام جسدية خاصة في الرقبة والكتف.

وتوصلت دراسة **تراسي لوشت (2015)** [10] ، والتي أجريت على 129 من الصحفيات في صحيفة أيوا بالولايات المتحدة، إلى وجود مستوى مرتفع من الرضا الوظيفي لديهن ، لاعتبارات تتعلق بشعورهن بأهمية الدور الذي تلعبنه ، والتنوع في الموضوعات اللاتي يقدمنها ، والاستقلالية ، والمرونة في العمل ،وهو ما ساعدهن على تحقيق توازن بين العمل وحياتهن الشخصية وبالرغم من ذلك اشتكى عدد منهن من انخفاض فرص الترقي في العمل.

وتوصلت دراسة ، **كارا تشين و أنكي هيوانج (2015)** [11]، عن الاحتراق النفسي بين العاملين في مجال الإعلام في هونج كونج ، في مجال الصحافة والعلاقات العامة والإعلان ، إلى أن التوقيتات النهائية Dead Lines ، ومتطلبات العمل ، والسعي من أجل تحقيق المهنية ، كانت من أبرز الضغوط التي يتعرض لها العاملون في الإعلام ، وأفاد المبحوثون إلى أنهم يسعون إلى الدعم الاجتماعي من الزملاء والرؤساء ، مع انخفاض توقعاتهم بشأن تحسين بيئة العمل.

وسعت دراسة **أنا جابريل .، وآخرون (2015)** [12]، إلى التعرف على تأثير الاحتراق النفسي على الصحة النفسية للصحفيين الفلبينيين الذين يغطون أخبار الكوارث والحروب والصراعات ، وتوصل البحث – الذي أجري على 100 صحفي في العاصمة مانيلا – إلى أن الصحفيين الذين لديهم قدرة عالية على التحمل ، يتمكنون من مواجهة ضغوط العمل بما يساعد في تقليل مستوى الاحتراق النفسي لديهم ، ويساعدهم على تطوير آليات لمواجهة تلك الضغوط ، بما يؤدي في النهاية إلى ارتفاع مستوى الأداء المهني لديهم ، بشكل أفضل من أولئك الذين يمتلكون قدرات متوسطة أو منخفضة على تحمل ظروف العمل الضاغطة .

وحاولت دراسة **إدوارد جونزاليس (2015)** [13]، إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المراسلين العاملين في مجال الرياضة ، حيث أجرى الباحث مقابلات مع عدد من المراسلين العاملين في شبكة ميدويست الرياضية ، وتوصل إلى أن أحد أهم أسباب الاحتراق النفسي لديهم يرجع إلى انخفاض المرتبات ، وظروف العمل (التي تحرم الإعلاميين من الحصول على أجازات) ، وغياب التفاهم والدعم من جانب إدارة المحطة .

وتوصلت دراسة **سلمان بن مطلق السبيعي (2015)** [14] ، عن الضغوط النفسية لدى الإعلاميين بالسعودية ، وأجريت على 374 من العاملين في المؤسسات الإعلامية المختلفة بالمنطقة الشرقية من المملكة ، إلى أن الإعلاميين السعوديين يعانون من مستوى متوسط من الضغط النفسي ، وجاء البعد الخاص بالغضوط المهنية في المرتبة الأولى وتلخصت مصادره وأشكاله في غياب جو العمل المناسب، والإحباط الناتج عن شدة التنافس ، وتدني الوضع المادي والمكانة الاجتماعية، إضافة إلى تدخل المسئولين المستمرة بالعمل وعدم فهم الجمهور للدور الذي يقوم به الإعلامي ، بالإضافة إلى المتطلبات المهنية المفروضة على العاملين في المجال الإعلامي ، وما يصاحبه من مخاطر ومسئوليات اجتماعية وقانونية وأخلاقية تترك أثرها النفسي في الإعلاميين ، بالإضافة إلى بعض المساومات من قبل المسئولين في بعض أجهزة الدولة والتي تأخذ أشكال الترغيب والترهيب ، وتصل تاثيرات هذه الضغوط إلى دفع البعض إلى ترك المهنة .

وأوضحت الدراسة وجود فروق جوهرية في مستوى الضغوط النفسية وفقا لمتغيرات الخبرة، ونوع المؤسسة الإعلامية، في حين لم يثبت وجود فروق جوهرية وفقا لمتغيري الجنس وطبيعة العمل .

وسعى **رينارد ي (2014)** [15] إلى استشكاف تأثير عدد من العوامل على الرضا الوظيفي لدى العاملين في مجال الأخبار التلفزيونية ، وفي مقدمتها الاستقلالية وجودة العمل ، وتوصل إلى أن هناك مجموعة من الدوافع والعوامل التي تؤثر على المبحوثين - أجريت الدراسة على 900 من المذيعين - وهي (التوقيتات النهائية للنشر - الأخبار العاجلة - المنافسة - الرغبة في تقديم مادة إخبارية متميزة وإنتاج مضامين جيدة بشكل يومي) ، كما بينت الدراسة أن الأشخاص الذين يتمتعون باستقلالية في العمل ، ويتلقون دعما من جانب المؤسسات التي يعملون بها لديهم قدر كبير من الرضا الوظيفي ويرون انهم ينتجون مستوى عالي من الجودة فيما يقدمونه على الشاشة .

وأوضحت الدراسة أن 19 % من أفراد العينة (155 مذيعا) ينوون ترك المهنة في غضون 5 سنوات ، بسبب وجود مستويات متدنية من الرضا الوظيفيلديهم ، وانخفاض في الدعم المؤسسي والاستقلالية ، وأن الأسباب الرئيسية لرغبتهم في ترك المهنة الرواتب والقضايا والمشكلات الأسرية والمخاوف بشأن المادة الإعلامية التي ينتجونها .

أما دراسة **حسنية بوشيخ ، (2014)** [16]، فقد عُنيت بالتعرف على تأثير بيئة العمل الصحفي في ممارسة أخلاقيات المهنة ، وتوصلت إلى أن هناك جملة من الصعوبات المهنية المادية والمعنوية التي تواجه الصحفيين في جريدة الشروق اليومي الجزائرية، ومن بينها الضغط النفسي وجاء بنسبة 23.85 % من جملة الضغوط التي يتعرضون لها ، وطريقة تعامل المسئولين غير المرضية بنسبة 24.28 % ، وعدم الحصول على التقدير المعنوي المستحق بنسبة 15.71 % ، وأشارت إلى أن ذلك انعكس على ممارستهم الأخلاقية ، وظهر ذلك في كتابة أخبار غير مؤكدة ، وعدم الاهتمام بمصداقية المصادر ، وعدم تحري الدقة والموضوعية ، والتعرض للحياة الخاصة للأفراد ، والكتابة مقابل المال ، وتعمد التركيز على قضايا وتهميش أخرى (16) .

وأجرى **ريناردي (2013)** [17] ، دراسة على 887 من العاملين بالتلفزيون ، لاختبار مستويات الاحتراق النفسي لديهم ، وعلاقته بأعباء العمل التي يتعرضون لها، وإدراكهم للدعم الذي يتلقونه من قبل المؤسسات التي يعملون بها ، وتبين أن 22 % منهم يعانون من معدلات مرتفعة من الاحتراق النفسي في بعدي الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر ، كما أن الأشخاص الذين لا يتلقون دعما من مؤسساتهم ، ويتزايد لديهم الإحساس بأعباء العمل، هم الأكثر احتراقا من زملائهم ، الذين يشعرون بأن مؤسساتهم تقدم لهم الدعم الكافي، و أعباء أقل من العمل.

كما توصلت دراسة **ريناردي (2013)** [18] على عدد من الصحفيين الذين احتفظوا بوظائفهم – في الصحف التي قامت بتسريح عدد من صحفييها – إلى أن الصحفيين، الذين تقل ثقتهم في المؤسسات التي يعملون بها ، ويعانون من انخفاض الروح المعنوية ، وانخفاض الشعور بالرضا الوظيفي ، يتكون لديهم درجة أكبر من الاحتراق النفسي أكثر من نظرائهم ، كما أن أولئك الذين لديهم اتجاه سلبي نحو جودة العمل في الصحيفة تكون لديهم مستويات أعلى من الاحتراق ، وبينت الدراسة أن 63 % من الأشخاص الذين يعانون انخفاضا في الروح المعنوية (نسبتهم 10 % من عينة الدراسة)، لديهم النية لترك مهنة الصحافة ، في حين أن 11 % فقط من بقية أفراد العينة ينوون ترك المهنة .

وتوصلت دراسة **أنيلور ديبريز وكارين راي مايكرز** (2012) [19]، في بلجيكا على 1260 من الصحفيين ، إلى وجود حالة من الاحتراق النفسي لدى الصحفيين الفلمنكيين (Flemish أو فلمنكيين هم سكان إقليم فلاندرز بشمال بلجيكا)، ويرجع ذلك إلى انخفاض مستوى الرضا الوظيفي – خاصة بين الإناث – بسبب زيادة ساعات العمل، وضغوط المهنة ، وانخفاض مستوى الأجور، كما تعاني الصحفيات من صعوبات في الجمع بين العمل والواجبات الأسرية.

وتوصل **رينارد**ي (2012) [20]، باستخدام مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي ، إلى أن 75 % من بين 272 من العاملين في مجال الرياضة بالتلفزيون بالولايات المتحدة، لا يعانون من مستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي ، فيما تبين وجود مستويات متوسطة من الإجهاد الانفعالي ، وظهر ذلك بسبب أعباء المهنة ، والصراع بين العمل والأسرة.

وأجرى **فينسينت فيلاك وسكوت رينارد**ي (2011) [21]، دراسة باستخدم مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي شملت 185 من محرري الأخبار بإحدى الكليات، وأظهرت مستويات متوسطة من الإنهاك الإنفعالي وتبلد المشاعر لدى المبحوثين، وهو ما انعكس سلبا على مستوى الرضا الوظيفي لديهم .

أما دراسة **جريتشين دورزينيك** (2011) [22] ، فقد تناولت الآثار النفسية التي تسببها التغطية الإخبارية للأحداث الصادمة والتي تتضمن مشاهد عنيفة على الصحفيين، والتي تمثلت بشكل أساسي في " اضطراب ما بعد الصدمة ***Post Traumatic Stress Disordes (P . T S . D)*** " ، وأشارت إلى أن هناك عددا من العوامل تؤثر في هذا العرض خاصة الالتزام الوظيفي والدعم الاجتماعي من زملاء العمل ، وضغوط العمل المتصورة ، والنوع ، في حين لم يكن هناك تأثير لمتغيري السن وسنوات الخبرة في درجة الإصابة بهذا العرض .

في حين استهدفت دراسة **سكوت رينارد**ي (2011) [23] ، التعرف على أسباب تزايد الاحتراق النفسي لدى شباب الصحفيين ، وتأثير ذلك في نيتهم ترك المهنة، وتوصلت الدراسة – التي أجريت على 770 صحفيا – أن 25.7 من المبحوثين ينوون ترك المهنة ، وأن 36.2 % قالوا إنهم لا يعرفون إذا ما كانوا سيتركون المهنة أم لا، وأفاد البعض منهم أنهم لن يتركوا المهنة ، وإنما سيسعون إلى العمل " مصاحفين Free Lancers ، أو العمل في مجال العلاقات العامة ، أو العودة إلى الجامعة لدراسة تخصص آخر ، وبين المبحوثون أن من بين أسباب رغبتهم في ترك المهنة انخفاض مستوى الرواتب ، وزيادة عدد ساعات العمل ، كما تبين أن أكثر المعرضين

لخطر الإرهاق النفسي المحررون، وأن الشباب يكونون عرضة للاحتراق النفسي من الصحفيين الأكبر سنا.

وفي دراسة أخرى سعى **سكوت ريناردي** (2009) [24]، فسعى إلى التعرف على أسباب استمرار ترك الإناث لمهنة الصحافة، من خلال مقابلات متعمقة وعبر الهاتف مع 20 من طالبات الصحافة من منطقة سياتل الصحافة، وخمس من الخريجات اللاتي يعملن في الصحافة، وخمسة من الصحفيات ذوي الخبرة، وستة صحفيات تركن المهنة ، وتناولت الأسئلة خيارات المسار الوظيفي للمرأة والأساس المنطقي لقراراتها المهنية، ودوافعهم للبقاء في الصحافة أو مغادرة المهنة، والتحديات التي تواجهها النساء في غرفة الأخبار، وتوصلت إلى أن التمييز ، وغياب الأمن الوظيفي، وانخفاض الأجور ، وتأثير ضغوط العمل على الحياة الأسرية ، وعدم الترقي وتولي المناصب القيادية هي أبرز الأسباب التي تؤدي إلى ترك النساء لمهنة الصحافة ، وبينت أن النساء الملونات يعانين بسبب عرقن مما يزيد من صعوبة وصولهن إلى الوظائف القيادية ، وأن عدد الصحفيين من الأمريكيين السود انخفض بنسبة 40% خلال السنوات الأخيرة .

أما دراسة **رونالد بورك (2009)** [25] ، فقد استهدفت التعرف على إدمان العمل ، وعلاقته بالاحتراق النفسي ، بين الصحفيين في النرويج ، وتوصل البحث - الذي أجرى على عينة من 211 صحفيا ، 138 منهم من الذكور و 68 من النساء – إلى أن أن الصحفيات لديهم مستوى أعلى في البعد الخاص بالإجهاد الانفعالي ، وتدني الإحساس بالإنجاز أكثر من الصحفيين الذكور ، ويرتبط ذلك بانخفاض مستوى الرضا الوظيفي ، فيما لم يكن هناك اختلاف بين الصحفيين الذكور والإناث في البعد الخاص بتبلد المشاعر .

وسعى **نيل جرينبرج وسامنتا توماس ودومنيك ميرفي وكريستوفر داندیكر** (2007) [26] ، إلى التعرف على الضغوط التي يتعرض لها الصحفيون خلال تغطيتهم للحروب بالتطبيق على 54 صحفيا في بي بي سي ورويترز ، قاموا بتغطية الحرب على العراق 2003 ، وتوصل الباحثون إلى أن الصحفيون واجهوا خلال هذه التغطية ثلاثة أنواع من الصعوبات تمثلت في عدم القدرة على السيطرة على الموقف، والتعامل مع الإدارة ، وفقدان زملائهم ، وأن الصحفيين الذين لم تكن هناك وحدات عسكرية تحميهم ، كانوا أكثر تعرضا لتأثيرات وضغوط عاطفية وجسدية سلبية ، وبينت الدراسة ، أن بيئات العمل الخطرة لا تسبب في حد ذاتها ضغوطا نفسية على الصحفيين وانخفاضا في مستوى الرضا الوظيفي ، بقدر ما تسببه العوامل

التنظيمية ، والقدرة على اتخاذ القرارات في مثل هذه الظروف ، والمكافآت المتوقعة مقابل هذه الأوضاع التي يتعرض لها الصحفيون .

وحاولت دراسة **سكوت ريناردي** (2007) [27]، التعرف على العوامل التي تؤثر على الرضا الوظيفي لدى 184 من المحررين الرياضيين ، وبينت انخفاض مستوى الرضا الوظيفي بين أفراد العينة بسبب عدم وجود دعم من المؤسسات الصحفية التي يعملون بها ، بالإضافة إلى ضغوط العمل ، والصراع بينه وبين الأسرة ، فيما أفاد الصحفيون - الذين تم استطلاع آرائهم - بأنهم على استعداد للعمل لفترات أطول من تلك المقررة ، وبذل المزيد من الجهد بسبب حبهم للعمل الذي يقومون به.

أما دراسة **أنجيل أندرفيورن** (2006) [28]، فتوصلت إلى أن 20 % من منتجي الأخبار المحليين في ولاية تكساس في قنوات مثل ABC, CBS , FOX وNBC يتعرضون أو يعانون من مخاطر التعرض إلى الاحتراق النفسي ، بالإضافة إلى ذلك فإن 50% تقريبا من منتجي الأخبار الذين تم إجراء البحث عليهم سجلوا درجات عالية من الإحساس بالإجهاد الانفعالي ، وقرابة ثلثي المنتجين المشاركين بالبحث أبدوا درجات عالية من الشعور بتبلد المشاعر ، بذلك يشير عاملا الاحتراق النفسي إلى احتمالية وجود مشاكل مستقبلية لهؤلاء الأشخاص .

وأظهرت الدراسة أن منتجي الأخبار ، الذين أبلغوا عن شعورهم بالاحتراق النفسي ، عانوا أيضا عدم وجود موارد مرضية لأداء أعمالهم بكفاءة ، إلى جانب الإحساس بضغوط عمل شديدة ورغبة في ترك وظائفهم أو مهنتهم من بين عوامل أخرى ، وكانت السيدات من منتجي الأخبار أكثر إحساسا بالاحتراق النفسي عن أقرانهم من الرجال .

وتوصلت **إميلي فاوجهان** (2005) [29] - في دراستها التي أجريت على 770 صحفيا وصحفية بالولايات المتحدة – إلى أن 25 % من المبحوثين يرغبون في ترك المؤسسات التي يعملون بها بسبب الضغوط النفسية الداخلية التي تمارسها مؤسساتهم عليهم ، كما أشار 36.2 % إلى أن الضغوط الخارجية كالخوف والقلق تسبب لهم الاكتئاب والرغبة في الابتعاد عن العمل ، كما أرت نسبة كبيرة من الصحفيين إلى أن عدم التقدير المادي لجهودهم سبب لهم الإحباط ، وبالتالي الرغبة في ترك العمل.

أما دراسة **علي بن شويل القرني** (2004) [30] ، فتوصلت إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى الإعلاميين في المؤسسات السعودية يتراوح بين متوسط ، ومنخفض حسب الأبعاد الثلاثة لمقياس ماسلاك (الإجهاد الانفعالي – التبلد الإحساسي – الإنجاز الشخصي) ، وأن هناك تقاربا في مستويات الاحتراق النفسي

بين مختلف الوسائل الإعلامية السعودية (الإذاعة – التلفزيون – الصحافة – وكالة الأنباء السعودية) ، كما تبين أن درجات الاحتراق لدى العاملين بالإذاعة أكثر من باقي الوسائل في الأبعاد الثلاثة للمقياس ، وأن درجات الاحتراق النفسي تزداد في المؤسسات الإعلامية الرسمية مقارنة بالمؤسسات الإعلامية الخاصة .

كما أوضحت الدراسة ، ارتفاعا ملحوظا في الإجهاد الانفعالي بالنسبة للعاملين في أقسام الإدارة مقارنة بالتحرير والإنتاج، وأن هناك تقاربا في مستوى الاحتراق بين الذكور والإناث، مع زيادة بسيطة – بدون دلالة إحصائية – للإعلاميات ، وتبين أن حملة الدكتوراه هم الأكثر احتراقا من غيرهم في البعد الخاص بالإجهاد الانفعالي ، وهم كذلك أقل شعورا بأهمية ما يقومون بإنجازه .

أهداف الدراسة

تسعى هذه الدراسة إلى رصد وتحليل أبعاد الاحتراق النفسي لدى الصحفيين العاملين في الصحف الإلكترونية ، وعلاقته بعدد من العوامل التنظيمية والمتغيرات الديموجرافية، ويتفرع من هذا الهدف الرئيس ما يلي:

- **التعرف على** مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في الصحف الإلكترونية في مصر .
- **رصد وتحليل تأثير عدد من الضغوط المهنية في هذه الصحف** (ضغوط العمل - الشعور بمحدودية صلاحيات العمل - صراع القيم - ضعف العلاقات الاجتماعية - ضعف التعزيز الإيجابي)، **في مستوى الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في الصحف الإلكترونية المصرية .**
- **التعرف على** تأثير متغيرات (النوع – السن – المستوى التعليمي – سنوات الخبرة – مستوى الدخل – المستوى الوظيفي) **في الاحتراق النفسي لدي صحفيي الصحف الإلكترونية في مصر .**

فروض الدراسة :

يسعى البحث إلى دراسة العلاقة بين درجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاث (**الإجهاد الانفعالي - عدم الإنسانية - الإنجاز الشخصي) لدى الصحفيين في الصحف الإلكترونية ، وعدد من العوامل التنظيمية في هذه الصحف** (ضغوط العمل - الشعور بمحدودية صلاحيات العمل - صراع القيم - ضعف العلاقات الاجتماعية - ضعف التعزيز الإيجابي) ، وكذلك تأثير عدد من المتغيرات **في مستوى الاحتراق وهي (النوع – السن – المستوى التعليمي – سنوات الخبرة – مستوى الدخل –**

المستوى الوظيفي)

الفرض الأول : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي - عدم الإنسانية - الإنجاز الشخصي) لدى الصحفيين بالصحف الإلكترونية والضغوط المهنية بهذه الصحف ، ويتفرع من هذا الفرض الرئيسي ما يلي :

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي ومحدودية صلاحيات العمل
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي وضغط العمل
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي وصراع القيم
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي وانعدام العلاقات الاجتماعية
- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجة الاحتراق النفسي وقلة التعزيز الإيجابي

الفرض الثاني : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المبحوثين بشأن متغير الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي - عدم الإنسانية - تدني الإنجاز) ومجموعة من المتغيرات ، ويتفرع من هذا الفرض ما يلي:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وفقا للنوع
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وفقا للسن
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وفقا للمستوى التعليمي
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وعدد سنوات الخبرة
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وفقا لمستوى الدخل
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاحتراق لدى الصحفيين وفقا للمستوى الوظيفي

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم

الديموغرافية (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم العام الاحتراق.

نوع الدراسة، منهجها، وأداتها البحثية:

بحكم أهدافها ، والفروض التي تسعى إلى اختبارها تنتمي هذه الدراسة إلى الدراسات الوصفية التحليلية ، حيث لا تتوقف هذه الدراسة عند رصد مستويات الاحتراق النفسي لدى الصحفيين بالصحف الإلكترونية فحسب ، لكنها تتعدى ذلك إلى السعي نحو تفسير وتحليل العوامل التي تؤدي إلى هذا الاحتراق ، سواء ما يتعلق بالعوامل الخاصة ببيئة العمل ، أو تلك المتعلقة بالصحفيين أنفسهم.

منهج الدراسة : تعتمد هذه الدراسة على المنهج المسحي ، من خلال تصميم بحثي استهدف جمع البيانات - المتعلقة بمتغيرات الدراسة - من مجموعة من الصحفيين بالصحف الإلكترونية ، كما توظف الدراسة أسلوب المقارنة المنهجية ، عن طريق المقارنة بين الصحف الإلكترونية القومية والحزبية والخاصة فيما يتعلق بمستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين بتلك الصحف .

الأداة البحثية: اعتمدت هذه الدراسة على استمارة الاستبيان ، التي تم توزيعها على عينة من الصحفيين بالصحف الإلكترونية ، وتضمنت هذه الاستمارة محورين رئيسيين الأول يتعلق بأبعاد الاحتراق النفسي لدى الصحفيين بالصحف الإلكترونية (الإجهاد الانفعالي – الشعور بعدم الإنسانية " تبلد المشاعر " - الشعور بتدني الإنجاز الشخصي " نقص الكفاءة ") ، أما المحور الثاني فتضمن العوامل التنظيمية الخاصة بتلك الصحف وتأثيرها في مستوى الاحتراق النفسي لدى الصحفيين وضمت ضغوط العمل - الشعور بمحدودية صلاحيات العمل - صراع القيم - ضعف العلاقات الاجتماعية - ضعف التعزيز الإيجابي .

مجتمع الدراسة

خصائص عينة الدراسة:

أُجريت الدراسة على عينة من الصحفيين يمثلون مختلف التوجهات الصحفية فى مصر، وبلغ عددهم 240 صحفيًّا مصريًّا، حيث توزعت العينة على ثمانى صحف مصرية هى: أخبار اليوم والأهرام والجمهورية وهى صحف قومية، واليوم السابع والمصري اليوم وفيتو والبوابة نيوز وهى صحف خاصة، وصحيفة الوفد الحزبية، وذلك بواقع ثلاثين صحفيًّا من كل صحيفة من الصحف سالفة الذكر، وبعد تصميم الدراسة ، وإجراء الاختبار القبلي لها على 40 من الصحفيين بالصحف الإلكترونية ،

تم إدخال بعض التعديلات عليها ، ثم قام البحث بتطبيق البحث خلال شهري يوليو وأغسطس من عام 2016 .

جدول (1) توزيع عينة الدراسة وفقا لمتغيراتها

المتغير	المستويات	التكرار		النسبة المئوية	
		الفرعي	الكلي	الفرعية	الكلية
النوع	ذكور	161	240	%67.1	%100
	إناث	79		%32.9	
الفئة العمرية	أقل من 25 عاما	40	240	%16.7	%100
	من 25 إلى أقل من 35	135		%56.3	
	من 35 إلى أقل من 50	53		%22	
	أكبر من 50 سنة	12		%5	
عدد سنوات الخبرة	أقل من 3 سنوات	26	240	%10.8	%100
	من 3 سنوات إلى أقل من 6 سنوات	80		%33.3	
	من 6 سنوات إلى أقل من 10	63		%25.3	
	من 10 إلى أقل من 20	51		%21.3	
	20 سنة فأكثر	20		%8.3	
المؤهل	حاصلون على مؤهل جامعي	194	240	%80.8	%100
	حاصلون على دراسات عليا	44		%18.3	
	مؤهل فوق المتوسط	1		%0.45	
	مؤهل متوسط	1		%0.45	
الدخل	أقل من 2000جنيه	88	240	%36.7	%100
	2000-أقل من 4000جنيه	110		%45.8	
	4000 - أقل من 6000	28		%11.7	
	أكثر من 6000جنيه	14		%5.8	
المنصب الوظيفي	يشغلون مناصب قيادية	34	240	%14.2	%100
	غير قياديين	206		%85.5	

مقاييس الدراسة وأساليب القياس المستخدمة:

اعتمدت الدراسة على ثمانية مقاييس ثلاثة منها تتضمن مكونات مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي (الإجهاد الانفعالي – الشعور بعدم الإنسانية " تبلد المشاعر " - الشعور بتدني الإنجاز الشخصي " نقص الكفاءة ") ، وخمسة منها تقيس **العوامل التنظيمية** وعلاقتها بالاحتراق (ضغوط العمل - الشعور بمحدودية صلاحيات العمل - صراع القيم - ضعف العلاقات الاجتماعية - ضعف التعزيز الإيجابي) ، وتم إجراء اختبارات الصدق والثبات على المقاييس الثمانية ، من خلال اختبار صدق كل مقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي Internal consistency، حيث قام الباحث بعمل مصفوفة الارتباطات Correlation Matrix بين العبارات المكونة للمقياس،وذلك بغرض قياس مدى ارتباط العبارات ببعضها،ودلالة هذا الارتباط، كذلك تم إجراء مصفوفة ارتباطات أخرى بين كل عبارة والدرجة الكلية على كل مقياس .

1) مقياس الاجهاد الانفعالي: يتكوَّن هذا المقياس مِن 8 عبارات، هى العبارات من رقم 1 حتى رقم 8 من سؤال رقم 1 فى استمارة الاستبيان، يحدِّد المبحوث موقفه مِنها علي مقياس خماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض جدا)، وتم وضع درجة لكل اختيار كما يلى: (موافق بشدة يعطى المبحوث 5)، (موافق يعطى المبحوث 4)، (محايد يُعطى المبحوث 3)، (معارض يُعطى المبحوث 2)، (معارض بشدة يُعطى المبحوث 1)، لتتراوح درجات المقياس ككل بين (8: 40)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (8-18 درجة) - متوسط (19-29 درجة) - مرتفع (30-40 درجة).

2) مقياس الشعور بعدم الإنسانية: يتكوَّن هذا المقياس مِن 8 عبارات، هى العبارات من رقم 9 حتى رقم 16 من سؤال رقم 1 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (8: 40)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (8-18 درجة)- متوسط (19-29 درجة) - مرتفع (30-40 درجة).

3) مقياس الشعور بتدني الإنجاز الشخصي: يتكوَّن هذا المقياس مِن 8 عبارات، هى العبارات من رقم 17 حتى رقم 24 من سؤال رقم 1 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (8: 40)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (8-18 درجة) - متوسط (19-29 درجة) - مرتفع (30-40 درجة).

4) مقياس ضغوط العمل:

يتكوَّن هذا المقياس مِن 10 عبارات، هى العبارات من رقم 1 حتى رقم 10 من سؤال رقم 2 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (10: 50)، توزعت علي النحو التالي:

منخفض (10-23 درجة) - متوسط (24-36 درجة) - مرتفع (37-50 درجة).

5) مقياس الشعور بمحدودية صلاحيات العمل:

يتكوَّن هذا المقياس مِن 8 عبارات، هى العبارات من رقم 11 حتى رقم 18 من سؤال رقم 2 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (8: 40)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (8-18 درجة) - متوسط (19-29 درجة) - مرتفع (30-40 درجة).

6) مقياس صراع القيم:

يتكوَّن هذا المقياس مِن 8 عبارات، هى العبارات من رقم 19 حتى رقم 26 من سؤال رقم 2 فى استمارة الاستبيان، لتتراوح درجات المقياس ككل بين (8: 40)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (8-18 درجة) - متوسط (19-29 درجة) - مرتفع (30-40 درجة).

7) مقياس ضعف العلاقات الاجتماعية:

يتكوَّن هذا المقياس مِن 10 عبارات، هى العبارات من رقم 27 حتى رقم 36 من سؤال رقم 2 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (10: 50)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (10-23 درجة) - متوسط (24-36 درجة) - مرتفع (37-50 درجة).

8) مقياس ضعف التعزيز الإيجابي:

يتكوَّن هذا المقياس مِن 6 عبارات، هى العبارات من رقم 37 حتى رقم 42 من سؤال رقم 2 فى استمارة الاستبيان، وتراوحت درجات المقياس ككل بين (6: 30)، توزعت علي النحو التالي:

- منخفض (6-13 درجة) - متوسط (14-22 درجة) - مرتفع (23-30 درجة).

المعالجة الإحصائية للبيانات:

بعد الانتهاء من جمع البيانات اللازمة للدراسة، تم إدخالها -بعد ترميزها- إلى الحاسب الآلي، ثم جرت معالجتها وتحليلها واستخراج النتائج الإحصائية باستخدام برنامج "الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية" والمعروف باسم SPSS ، وذلك باللجوء إلى المعاملات والاختبارات والمعالجات الإحصائية التالية: التكرارات البسيطة والنسب المئوية - المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية - حساب الوزن النسبي للبنود المُقاسة علي مقياس ليكرت الخماسي - اختبار كا^2 لجداول الاقتران - معامل التوافق - معامل ارتباط بيرسون - اختبار (ت) للمجموعات المستقلة ، تحليل التباين ذو البعد الواحد ،الاختبارات البعدية ،حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ لاختبار ثبات مقاييس الدراسة.

وقد تم قبول نتائج الاختبارات الإحصائية عند درجة ثقة 95% فأكثر، أي عند مستوى معنوية 0.05 فأقل.

أولاً: النتائج العامة للدراسة

المحور الأول: أبعاد مقياس الاحتراق النفسي

أولاً: الإجهاد الانفعالي

جدول رقم (1)

الموقف من العبارات المتعلقة بشعور الصحفيين بالإجهاد الانفعالي

العبارة	الموقف	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
أشعر باستنفاد كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي أقضيه في عملي	ك	85	90	40	21	4	%79.2	1
	%	%35.4	%37.4	%16.7	%8.8	%1.7		
أشعر أنني أبذل معظم جهدي في عملي	ك	78	94	49	16	3	%79	2
	%	%32.5	%39.1	%20.4	%6.7	%1.3		
أشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر	ك	66	74	32	56	12	%70.5	3
	%	%27.5	%30.9	%13.3	%23.3	%5		
التعامل مع الناس طوال اليوم يسبب لي التوتر	ك	44	55	64	62	15	%64.3	4
	%	%18.3	%22.9	%26.7	%25.8	%6.3		
التعامل مع الناس بشكل مباشر يشكل ضغطا كبيرا علىَ	ك	37	63	50	69	21	%62.2	5
	%	%15.4	%26.3	%20.8	%28.7	%8.8		
أشعر بالإحباط في عملي	ك	26	34	69	73	38	%54.8	6
	%	%10.8	%14.2	%28.8	%30.4	%15.8		
أشعر بالضجر والملل بسبب عملي	ك	26	40	52	75	47	%53.6	7
	%	%10.8	%16.7	%21.7	%31.2	%19.6		
أشعر بالاختناق وقرب النهاية	ك	27	24	66	68	55	%51.7	8
	%	%11.3	%10	%27.5	%28.3	%22.9		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (1) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بالإجهاد الانفعالي فقد جاء فى الترتيب الأول "شعور الصحفيين باستنفاد كامل طاقتهم الجسدية في نهاية يوم العمل" بوزن نسبي للموافقة 79.2%، تليها مباشرة عبارة "أشعر أنني أبذل معظم جهدي في عملي" بوزن نسبي للموافقة 79%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث عبارة "أشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر" بوزن نسبي 70.5%، ثم عبارة "التعامل مع الناس طوال اليوم يسبب لي التوتر" بوزن نسبي 64.3%، ثم فى الترتيب الخامس عبارة "التعامل مع الناس

بشكل مباشر يشكل ضغطا كبيرا علىَ" بوزن نسبي 62.2%، ثم "أشعر بالإحباط في عملي" بوزن نسبي 54.8%، ثم "الشعور بالضجر والملل بسبب العمل" بوزن نسبي 53.6%، وأخيرًا "الشعور بالاختناق وقرب النهاية" بوزن نسبي51.7%.

جدول رقم (2)

مدي الشعور بالإجهاد الانفعالي بحسب الصحيفة

الصحيفة / الشعور بالإجهاد الانفعالي		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	2	8	4	3	3	1	4	2	27
	%	%6.7	%26.7	%13.3	%10	%10	%3.3	%13.3	%6.7	%11.2
متوسط	ك	25	16	22	18	16	20	14	22	153
	%	%83.3	%53.3	%73.3	%60	%53.3	%66.7	%46.7	%73.3	%63.8
مرتفع	ك	3	6	4	9	11	9	12	6	60
	%	%10	%20	%13.3	%30	%36.7	%30	%40	%20	%25
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=24.481، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.040، معامل التوافق=0.304)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (2) أن غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 63.8% لديهم درجة متوسطة من الشعور بالإجهاد الانفعالي، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور مرتفع بالإجهاد الانفعالي بين الصحفيين 25%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور منخفض بالإجهاد الانفعالي، حيث بلغت نسبتهم 11.2%.

وعلى مستوى صحفيي كل صحيفة على حدة، فقد كان صحفيو البوابة نيوز هم الأكثر استشعارًا لاجهاد انفعالي مرتفع بنسبة 40%، يليهم صحفيو المصري اليوم بنسبة 36.7%، ثم كل من صحفيي اليوم السابع وفيتو بنسبة 30% لكل منهم ، بينما كان كل من صحفيي الأخبار والوفد الأقل استشعارًا للإجهاد الانفعالي بنسبة 6.7% لكل منهما.

ما يعنى أن الشعور بالإجهاد الانفعالي كأحد أبعاد الاحتراق النفسي كان أقل ظهورًا بين صحفيي الصحف القومية عند مقارنتهم بصحفيي الصحف الخاصة.

ثانيًا: عدم الإنسانية

جدول رقم (3)

الموقف من العبارات المتعلقة بشعور الصحفيين بعدم الإنسانية

العبارة / الموقف		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
أشعر بالقلق لما يسببه لي هذا العمل من قسوة وتبلد المشاعر	ك	33	58	50	68	31	%59.5	1
	%	%13.8	%24.2	%20.8	%28.3	%12.9		
أشعر بالقلق في أن يسبب لي هذا العمل قساوة وتبلدا في مشاعري	ك	31	60	51	59	39	%58.8	2
	%	%12.9	%25	%21.3	%24.5	%16.3		
أشعر بأنني أعامل بعض الصحفيين كأنهم أرقام	ك	25	55	59	63	38	%57.2	3
	%	%10.4	%22.9	%24.6	%26.3	%15.8		
أشعر باللامبالاة بما يحدث للآخرين في بيئة العمل	ك	23	51	50	83	33	%55.7	4
	%	%9.6	%21.3	%20.7	%34.6	%13.8		
أشعر بأن الصحفيين يلومونني على بعض المشاكل التي يعانون منها	ك	16	57	51	90	26	%55.6	5
	%	%6.7	%23.8	%21.3	%37.4	%10.8		
أصبحت شخصا قاسيا على الناس بشكل عام منذ بدأت هذا العمل	ك	26	43	50	69	52	%53.5	6
	%	%10.8	%17.9	%20.8	%28.8	%21.7		
أشعر بأنني أعامل بعض الصحفيين وكأنهم جمادات لا حياة فيها	ك	16	46	44	79	55	%50.8	7
	%	%6.7	%19.2	%18.3	%32.9	%22.9		
أصبحت شخصا قاسيا على الناس منذ بدأت هذا العمل	ك	14	43	50	78	55	%50.3	8
	%	%5.8	%17.9	%20.8	%32.6	%22.9		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (3) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بعدم الإنسانية فقد جاء فى الترتيب الأول "شعور الصحفيين بالقلق لما يسببه العمل من قسوة وتبلد المشاعر"بوزن نسبي للموافقة 59.5%، يليها مباشرة "الشعور بالقلق لما يسببه العمل من قسوة وتبلد المشاعر" بوزن نسبي للموافقة 58.8%، على حين جاء فى الترتيب الثالث "التعامل مع بعض الصحفيين كأنهم أرقام" بوزن نسبي 57.2%، ثم "الشعور باللامبالاة بما يحدث للآخرين في بيئة العمل" بوزن نسبي 55.7%، بينما جاء فى الترتيب الخامس "الشعور بلوم الصحفيين على بعض المشاكل التي يعانون منها" بوزن نسبي 55.6%، ثم "أصبحت شخصا قاسيا على الناس بشكل عام منذ بدأت هذا العمل" بوزن نسبي 53.5%، ثم ""التعامل مع بعض الصحفيين كأنهم جمادات لا حياة فيها" بوزن نسبي 50.8%، وأخيرًا "أصبحت شخصا قاسيا على الناس منذ بدأت هذا العمل" بوزن نسبي 50.3%.

جدول رقم (4)

مدي الشعور بعدم الإنسانية بحسب الصحيفة

الصحيفة / الشعور بعدم الإنسانية		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	14	17	17	7	9	8	8	13	93
	%	%46.7	%56.7	%56.7	%23.3	%30	%26.7	%26.7	%43.3	%38.8
متوسط	ك	13	10	11	11	16	15	14	13	103
	%	%43.3	%33.3	%36.7	%36.7	%53.3	%50	%46.6	%43.3	%42.9
مرتفع	ك	3	3	2	12	5	7	8	4	44
	%	%10	%10	%6.7	%40	%16.7	%23.3	%26.7	%13.4	%18.3
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=26.892، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.020، معامل التوافق=0.317)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (4) أنه غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 63.8% لديهم درجة متوسطة من الشعور بعدم الإنسانية، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور منخفض بعدم الإنسانية بين الصحفيين 38.3%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور مرتفع بعدم الإنسانية ، حيث بلغت نسبتهم 18.3%.

وقد كان صحفيو اليوم السابع الأكثر شعورًا بعدم الإنسانية بنسبة 40%، يليهم صحفيو البوابة نيوز بنسبة 26.7%. في حين كان الصحفيون في كل من الأهرام والجمهورية الأقل شعورًا بعدم الإنسانية بنسبة 56.7% فى كل منهما، يليهم صحفيو الأخبار بنسبة 46.7%. ما يعنى أن الشعور بعدم الإنسانية كأحد أبعاد الاحتراق النفسي كان أقل ظهورًا بين صحفيو الصحف القومية مقارنة بصحفيو الصحف الخاصة وعلى رأسها اليوم السابع.

ثالثًا: الشعور بتدني الإنجاز الشخصي

جدول رقم (5)

الموقف من العبارات المتعلقة بتدني شعور الصحفيين بالإنجاز الشخصي

العبارة / الموقف		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
لا أستطيع تهيئة الجو المناسب لأداء عملي على أكمل وجه	ك	32	76	57	55	20	%63.8	1
	%	%13.3	%31.7	%23.8	%22.9	%8.3		
أتعامل خلال عملي بعصبية مع المشاكل النفسية	ك	32	55	53	64	36	%58.6	2
	%	%13.3	%22.9	%22.1	%26.7	%15		
لا أستطيع تفهم شعور الناس نحو مهنتي	ك	21	63	62	64	30	%58.4	3
	%	%8.8	%26.3	%25.8	%26.6	%12.5		
لا أشعر بالنشاط والحيوية في مهنتي	ك	28	43	69	67	33	%57.2	4
	%	%11.7	%17.9	%28.7	%27.9	%13.8		

العبارة	الموقف	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
لا أشعر بالارتياح والابتهاج من خلال عملي وتعاملي مع الصحفيين	ك	27	49	52	73	39	%56	5
	%	%11.3	%20.4	%21.7	%30.3	%16.3		
أتعامل بكفاءة منخفضة مع مشاكل الناس	ك	7	40	53	83	57	%48.1	6
	%	%2.9	%16.7	%22.1	%34.5	%23.8		
لم أحقق أشياء جديرة بالتقدير في هذا العمل	ك	19	23	45	79	74	%46.2	7
	%	%7.9	%9.6	%18.8	%32.9	%30.8		
أشعر أنني أؤثر على حياة الآخرين سلبا من خلال عملي	ك	9	27	42	95	67	%44.7	8
	%	%3.8	%11.3	%17.5	%39.5	%27.9		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (5) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بتدني الإنجاز الشخصي فقد جاء فى الترتيب الأول "عدم استطاعة تهيئة الجو المناسب لأداء العمل على أكمل وجه" بوزن نسبي للموافقة 63.8%، يليها مباشرة "التعامل بعصبية مع المشاكل النفسية" بوزن نسبي للموافقة 58.6%، على حين جاء فى الترتيب الثالث "عدم استطاعة تفهم شعور الناس نحو المهنة" بوزن نسبي 58.4%، ثم "غياب الشعور بالنشاط والحيوية في المهنة" بوزن نسبي 57.2%، بينما جاء فى الترتيب الخامس "غياب الشعور بالارتياح والابتهاج من خلال عملي وتعاملي مع الصحفيين" بوزن نسبي 56%، ثم "التعامل بكفاءة منخفضة مع مشاكل الناس" بوزن نسبي 48.1%، ثم "عدم تحقيق أشياء جديرة بالتقدير في هذا العمل" بوزن نسبي 46.2%، وأخيرًا "الشعور بعد التأثير على حياة الآخرين سلبا من خلال عملي" بوزن نسبي 44.7%.

جدول رقم (6)

مدي الشعور بتدني الإنجاز الشخصي بحسب الصحيفة

الشعور بتدنى الإنجاز	الصحيفة	الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	9	13	14	11	9	9	7	12	84
	%	%30	%43.3	%46.7	%36.7	%30	%30	%23.3	%40	%35
متوسط	ك	18	14	15	12	17	19	19	16	130
	%	%60	%46.7	%50	%40	%56.7	%63.3	%63.4	%53.3	%54.2
مرتفع	ك	3	3	1	7	4	2	4	2	26
	%	%10	%10	%3.3	%23.3	%13.3	%6.7	%13.3	%6.7	%10.8
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=13.717، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.471)

توضِّح بيانات الجدول رقم (4) أنه غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 54.2% لديهم درجة متوسطة من الشعور بتدني الإنجاز، بينما بلغت نسبة من

لديهم شعور منخفض بتدني الإنجاز بين الصحفيين 35%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور مرتفع بتدني الإنجاز، حيث بلغت نسبتهم 10.8%.

وقد كان صحفيو اليوم السابع الأكثر شعورًا بتدني الإنجاز بنسبة 23.3%، يليهم صحفيو البوابة نيوز والمصري اليوم بنسبة 13.3% لكل منهم. على حين كان صحفيو الجمهورية الأقل شعورًا بعدم الإنسانية بنسبة 46.7%، يليهم صحفيو الأهرام بنسبة 43.3%. ما يعنى أن الشعور بتدني الإنجاز كأحد أبعاد الاحتراق النفسي كان أقل ظهورًا بين صحفيي الصحف القومية مقارنة بالصحفيين بالصحف الخاصة وعلى رأسها اليوم السابع.

المحور الثاني: أبعاد مقياس الضغوط المهنية المسببة للاحتراق النفسي

أولاً: ضغوط العمل

جدول رقم (7)

الموقف من العبارات المتعلقة بشعور الصحفيين بضغوط العمل

العبارة / الموقف		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
أعمل تحت ضغط لفترات طويلة يوميا	ك	68	89	50	29	4	%75.7	1
	%	%28.3	%37.1	%20.8	%12.1	%1.7		
لا أتمكن من حضور المناسبات الاجتماعية بسبب أعباء العمل	ك	68	92	40	33	7	%75.1	2
	%	%28.3	%38.3	%16.7	%13.8	%2.9		
بعض القرارات الصادرة عن الإدارة تشكل عبئا إضافيا على	ك	52	84	59	30	15	%70.7	3
	%	%21.7	%35	%24.5	%12.5	%6.3		
أعود للبيت منهكا مما يؤثر على علاقاتي الأسرية	ك	59	71	54	44	12	%70.1	4
	%	%24.6	%29.6	%22.5	%18.3	%5		
أضطر للتأخر في العمل أو إنجاز بعض أعمالي في المنزل	ك	54	89	35	45	17	%69.8	5
	%	%22.5	%37.1	%14.5	%18.8	%7.1		
أنا مسئول في نفس الوقت عن عدة واجبات أو مهام غير مرتبطة ببعضها البعض	ك	56	74	53	46	11	%69.8	5
	%	%23.3	%30.8	%22.1	%19.2	%4.6		
أفتقد فى عملي للتقدير المعنوي الكافي	ك	61	68	51	43	17	%69.4	7
	%	%25.4	%28.3	%21.3	%17.9	%7.1		
أواجه صعوبة في الحصول على أجازة عند الحاجة إليها	ك	37	64	64	59	16	%63.9	8
	%	%15.4	%26.7	%26.7	%24.5	%6.7		
مكان العمل غير مجهز بالشكل المطلوب لأداء العمل	ك	29	53	61	59	38	%58	9
	%	%12.1	%22.1	%25.4	%24.6	%15.8		
المهام التي يتم تكليفي بها معقدة وصعبة	ك	8	47	89	75	21	%55.5	10
	%	%3.3	%19.6	%37.1	%31.2	%8.8		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (7) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بضغوط العمل فقد جاء فى الترتيب الأول "العمل تحت ضغط لفترات طويلة يوميا" بوزن

نسبي للموافقة 75.7%، يليه مباشرة "عدم التمكن من حضور المناسبات الاجتماعية بسبب أعباء العمل" بوزن نسبي للموافقة 75.1%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث عبارة "بعض القرارات الصادرة عن الإدارة تشكل عبئا إضافيا على" بوزن نسبي 70.7%، ثم عبارة "أعود للبيت منهكا مما يؤثر على علاقاتي الأسرية" بوزن نسبي 70.1%، ثم فى الترتيب الخامس كل من "الاضطرار للتأخر في العمل أو إنجاز بعض أعمالي في المنزل" و"المسئولية في نفس الوقت عن عدة واجبات أو مهام غير مرتبطة ببعضها البعض" بوزن نسبي 69.8% لكل عبارة، ثم "الافتقاد للتقدير المعنوي الكافي فى العمل" بوزن نسبي 69.4%، ثم "مواجهة صعوبة في الحصول على أجازة عند الحاجة إليها" بوزن نسبي 63.9%، ثم "عدم جاهزية مكان العمل بالشكل المطلوب لأداء العمل" بوزن نسبي 58%، وأخيرًا "المهام التي يتم تكليفي بها معقدة وصعبة " بوزن نسبي 55.5%.

جدول رقم (8)

مدي الشعور بضغوط العمل بحسب الصحيفة

الشعور بضغوط العمل / الصحيفة		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	1	4	1	3	3	-	1	2	15
	%	%3.3	%13.3	%3.3	%10	%10	-	%3.3	%6.7	%6.3
متوسط	ك	16	15	20	17	17	23	10	20	138
	%	%53.4	%50	%66.7	%56.7	%56.7	%76.7	%33.3	%66.6	%57.4
مرتفع	ك	13	11	9	10	10	7	19	8	87
	%	%43.3	%36.7	%30	%33.3	%33.3	%23.3	%63.3	%26.7	%36.3
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=27.703، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.016، معامل التوافق=0.322)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (8) أن غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 57.4% لديهم درجة متوسطة من الشعور بضغوط العمل، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور مرتفع بضغوط العمل بين الصحفيين 36.3%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور منخفض بضغوط العمل، حيث بلغت نسبتهم 6.3%.

وعلى مستوى كل صحيفة على حدة، فقد كان صحفيو البوابة نيوز هم الأكثر استشعارًا لضغوط عمل مرتفعة بنسبة 63.3%، يليهم صحفيو الأخبار بنسبة 43.3%، ثم صحفيو الأهرام بنسبة 36.7%، وفى المقابل لم يكن هناك بين صحفيو فيتو من يشعر بضغوط عمل منخفضة على الإطلاق.

ما يعنى أن الشعور بضغوط العمل كأحد المسببات للاحتراق النفسي كان من العوامل المشتركة بين الصحفيين العاملين فى كل من الصحف القومية والصحف الخاصة على السواء.

ثانيًا: محدودية صلاحيات العمل

جدول رقم (9)

الموقف من العبارات المتعلقة بمحدودية صلاحيات العمل

العبارة	الموقف	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
لا يمكنني تنفيذ قرارات خاصة بعملي بدون الرجوع إلى رؤسائي في العمل	ك	55	87	53	36	9	%71.9	1
	%	%22.9	%36.2	%22.1	%15	%3.8		
صلاحيات العمل يحددها رؤسائي وليس طبيعة العمل، لذا فهي محدودة	ك	48	72	58	48	14	%67.7	2
	%	%20	%30	%24.2	%20	%5.8		
يتدخل رؤسائي في قراراتي المتعلقة بالعمل	ك	37	80	68	40	15	%67	3
	%	%15.4	%33.3	%28.3	%16.7	%6.3		
حجم الأعمال التي أقوم بها لا تتناسب مع قدراتي و طموحاتي	ك	52	57	61	54	16	%66.3	4
	%	%21.7	%23.8	%25.3	%22.5	%6.7		
لا يتم منحي القدر الكافي من السلطات لتنفيذ عملي	ك	32	66	60	64	18	%62.5	5
	%	%13.3	%27.5	%25	%26.7	%7.5		
لا يتم إشراكي في عملية اتخاذ القرارات المتعلقة بعملي	ك	36	53	65	66	20	%61.6	6
	%	%15	%22.1	%27.1	%27.5	%8.3		
لا تتفق متطلبات عملي مع قدراتي ومهاراتي	ك	30	47	60	77	26	%58.2	7
	%	%12.5	%19.6	%25	%32.1	%10.8		
لا أتحكم بمهارات وظيفتي بشكل كاف	ك	22	47	53	81	37	%54.7	8
	%	%9.2	%19.6	%22.1	%33.7	%15.4		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (9) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بمحدودية صلاحيات العمل فقد جاء فى الترتيب الأول "عدم إمكانية تنفيذ قرارات خاصة بالعمل بدون الرجوع إلى رؤسائي في العمل" بوزن نسبي للموافقة 71.9%، يليه مباشرة "صلاحيات العمل يحددها رؤسائي وليس طبيعة العمل، لذا فهي محدودة" بوزن نسبي للموافقة 67.7%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث عبارة "تدخل رؤسائي في قراراتي المتعلقة بالعمل" بوزن نسبي 67%، ثم عبارة "حجم الأعمال التي أقوم بها لا تتناسب مع قدراتي و طموحاتي" بوزن نسبي 66.3%، ثم فى الترتيب الخامس "لا يتم منحي القدر الكافي من السلطات لتنفيذ عملي" بوزن

نسبي 62.5%، ثم "لا يتم إشراكي في عملية اتخاذ القرارات المتعلقة بعملي" بوزن نسبي 61.6%، ثم "عدم اتفاق متطلبات عملي مع قدراتي ومهاراتي" بوزن نسبي 58.2%، وأخيرًا "عدم التحكم بمهارات وظيفتي بشكل كاف" بوزن نسبي 54.7%.

جدول رقم (10)

مدي الشعور بمحدودية صلاحيات العمل بحسب الصحيفة

الصحيفة / الشعور بمحدودية الصلاحيات		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	1	6	-	9	5	6	3	4	34
	%	%3.3	%20	-	%30	%16.7	%20	%10	%13.3	%14.2
متوسط	ك	19	18	23	17	15	21	14	17	144
	%	%63.3	%60	%76.7	%56.7	%50	%70	%46.7	%56.7	%60
مرتفع	ك	10	6	7	4	10	3	13	9	62
	%	%33.3	%20	%23.3	%13.3	%33.3	%10	%43.3	%30	%25.8
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=27.703، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.016، معامل التوافق=0.322)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (10) أن غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 60% لديهم درجة متوسطة من الشعور بمحدودية صلاحيات العمل، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور مرتفع بمحدودية صلاحيات العمل بين الصحفيين 25.8%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور منخفض بمحدودية صلاحيات العمل، حيث بلغت نسبتهم 14.2%.

وعلى مستوى صحفيو كل صحيفة على حدة، فقد كان صحفيو البوابة نيوز هم الأكثر استشعارًا درجة مرتفعة من محدودية صلاحيات العمل مرتفعة بنسبة 43.3%، يليهم صحفيو الأخبار والمصري اليوم بنفس النسبة 33.3%. بينما كان صحفيو فيتو الأقل فى استشعار محدودية صلاحيات العمل.

ما يعنى أن الشعور بمحدودية صلاحيات العمل كأحد مسببات الاحتراق النفسي كان أكبر لدى الصحفيين بالصحف القومية منه لدى صحفيي الصحف الخاصة.

ثالثًا: صراع القيم

جدول رقم (11)

الموقف من العبارات المتعلقة بصراع القيم

العبارة / الموقف		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
هناك تمييز في المعاملة بين الصحفيين لا تقوم على أسس موضوعية	ك	60	82	54	33	11	%72.3	1
	%	%25	%34.1	%22.5	%13.8	%4.6		
تنطوي وظيفتي على أداء أعمال قد ترضي بعض الرؤساء ولا ترضي البعض الآخر	ك	48	88	62	33	9	%71.1	2
	%	%20	%36.7	%25.8	%13.7	%3.8		
أشعر بوجود سيطرة للولاء السياسي على العلاقات الاجتماعية والوظيفية في عملي	ك	39	70	61	48	22	%64.7	3
	%	%16.3	%29.1	%25.4	%20	%9.2		
هناك توتر في علاقات الصحفيين يرجع لاختلاف ولاءاتهم السياسية	ك	29	80	59	54	18	%64	4
	%	%12.1	%33.3	%24.6	%22.5	%7.5		
الثقافة والقيم السائدة في العمل لا تشعرني بالراحة والانتماء لعملي	ك	37	56	65	62	20	%62.3	5
	%	%15.4	%23.3	%27.1	%25.9	%8.3		
أعمل في ظل سياسات وقوانين تتعارض مع قيمي	ك	27	36	69	80	28	%56.2	6
	%	%11.3	%15	%28.8	%33.2	%11.7		
لا تنسجم أهدافي المهنية مع أهداف الصحيفة التي أعمل بها	ك	23	38	71	80	28	%55.7	7
	%	%9.7	%15.8	%29.6	%33.2	%11.7		
يطلب مني أداء أعمال تتناقض مع القيم والمبادئ التي أحملها	ك	17	29	44	81	69	%47	8
	%	%7.1	%12.1	%18.2	%33.8	%28.8		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (11) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بصراع القيم فقد جاء فى الترتيب الأول "وجود تمييز في المعاملة بين الصحفيين لا تقوم على أسس موضوعية" بوزن نسبي للموافقة 72.3%، يليه مباشرة "تنطوي وظيفتي على أداء أعمال قد ترضي بعض الرؤساء ولا ترضي البعض الآخر" بوزن نسبي للموافقة 71.1%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث "الشعور بوجود سيطرة للولاء السياسي على العلاقات الاجتماعية والوظيفية في عملي" بوزن نسبي 64.7%، ثم عبارة "هناك توتر في علاقات الصحفيين يرجع لاختلاف ولاءاتهم السياسية" بوزن نسبي 64%، ثم فى الترتيب الخامس "الثقافة والقيم السائدة في العمل

لا تشعرني بالراحة والانتماء لعملي" بوزن نسبي 62.3%، ثم "أعمل في ظل سياسات وقوانين تتعارض مع قيمي" بوزن نسبي 55.7%، ثم "عدم اتفاق متطلبات عملي مع قدراتي ومهاراتي" بوزن نسبي 58.2%، وأخيرًا "يطلب مني أداء أعمال تتناقض مع القيم والمبادئ التي أحملها" بوزن نسبي 47%.

جدول رقم (12)

مدي الشعور بصراع القيم بحسب الصحيفة

الصحيفة / الشعور بصراع القيم		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	1	8	4	7	6	2	4	2	34
	%	%3.3	%26.7	%13.3	%23.3	%20	%6.7	%13.3	%6.7	%14.2
متوسط	ك	23	13	20	15	19	26	11	22	149
	%	%76.7	%43.3	%66.7	%50	%63.3	%86.6	%36.7	%73.3	%62.1
مرتفع	ك	6	9	6	8	5	2	15	6	57
	%	%20	%30	%20	%26.7	%16.7	%6.7	%50	%20	%23.7
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=35.058، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.001، معامل التوافق=0.357)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (12) أن غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 62.1% لديهم درجة متوسطة من الشعور بصراع القيم، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور مرتفع بصراع القيم بين الصحفيين 23.7%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور منخفض بصراع القيم، حيث بلغت نسبتهم 14.2%.

وعلى مستوى صحفيي كل صحيفة على حدة، فقد كان صحفيو البوابة نيوز هم الأكثر استشعارًا لصراع القيم بدرجة مرتفعة بنسبة 50%، يليهم الصحفيون بالأهرام بنسبة 30%، ثم صحفيو اليوم السابع بنسبة 26.7%.

ما يعنى أن كل من صحفيي الصحف القومية وصحفيو الصحف الخاصة يتقاربون فى درجة استشعار صراع القيم.

رابعًا: ضعف العلاقات الاجتماعية

جدول رقم (13)

الموقف من العبارات المتعلقة بشعور الصحفيين بضعف العلاقات الاجتماعية

العبارة	الموقف	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
الصراعات الشخصية تحول دون انسجام الصحفيين	ك	46	58	65	54	17	%65.2	1
	%	%19.2	%24.1	%27.1	%22.5	%7.1		
أشعر بسيادة العلاقات القائمة على المادية والمصالح الشخصية بين الزملاء	ك	41	59	64	53	23	%63.5	2
	%	%17.1	%24.5	%26.7	%22.1	%9.6		
لا يوجد تنسيق وتعاون مشترك بين الزملاء في الأقسام المختلفة في عملي	ك	36	57	55	67	25	%61	3
	%	%15	%23.8	%22.9	%27.9	%10.4		
لا أتبادل الزيارات والاتصالات والمجاملات مع زملائي خارج العمل	ك	32	60	53	67	28	%60.1	4
	%	%13.3	%25	%22.1	%27.9	%11.7		
الصحفيون بالصحيفة غير متواصلين اجتماعيا	ك	23	39	80	66	32	%56.3	5
	%	%9.6	%16.3	%33.3	%27.5	%13.3		
لا أشعر بأنني منتمي اجتماعيا لزملائي ومكان عملي	ك	21	48	62	76	33	%55.7	6
	%	%8.8	%20	%25.7	%31.7	%13.8		
العلاقات الرسمية سائدة في أجواء العمل	ك	12	49	78	74	27	%55.4	7
	%	%5	%20.4	%32.5	%30.8	%11.3		
الثقة بيني وبين زملاء العمل ضعيفة	ك	23	41	70	68	38	%55.3	8
	%	%9.6	%17.1	%29.2	%28.3	%15.8		
لا يمد الزملاء يد المساعدة لي (وللآخرين) عند الحاجة	ك	14	26	51	98	51	%47.8	9
	%	%5.8	%10.8	%21.3	%40.8	%21.3		
لا يمكنني التوجه إلي رئيسي في العمل عندما تواجهني مشكلة ما	ك	12	19	37	98	74	%43.1	10
	%	%5	%7.9	%15.4	%40.9	%30.8		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (13) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بضعف العلاقات الاجتماعية فقد جاء فى الترتيب الأول "الصراعات الشخصية تحول دون انسجام العاملين" بوزن نسبي للموافقة 65.2%، يليه مباشرة "الشعور بسيادة العلاقات القائمة على المادية والمصالح الشخصية بين الزملاء" بوزن نسبي للموافقة 63.5%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث عبارة "عدم وجود تنسيق وتعاون مشترك بين الزملاء في الأقسام المختلفة في عملي" بوزن نسبي 61%، ثم عبارة "لا أتبادل الزيارات والاتصالات والمجاملات مع زملائي خارج العمل" بوزن نسبي

60.1%، ثم فى الترتيب الخامس كل من "الصحفيون بالصحيفة غير متواصلين اجتماعيا" بوزن نسبي 56.3%، ثم "عدم الشعور بأنني منتمي اجتماعيا لزملائي ومكان عملي" بوزن نسبي 55.7%، ثم "العلاقات الرسمية سائدة في أجواء العمل" بوزن نسبي 55.4%، ثم "الثقة بيني وبين زملاء العمل ضعيفة" بوزن نسبي 55.3%، ثم "لا يمد الزملاء يد المساعدة لي (وللآخرين) عند الحاجة" بوزن نسبي 47.8%، وأخيرًا "لا يمكنني التوجه إلي رئيسي في العمل عندما تواجهني مشكلة ما" بوزن نسبي 43.1%.

جدول رقم (14)

مدي الشعور بضعف العلاقات الاجتماعية بحسب الصحيفة

الشعور بضعف العلاقات الاجتماعية / الصحيفة		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	5	10	5	13	9	6	4	10	62
	%	%16.7	%33.3	%16.7	%43.3	%30	%20	%13.3	%33.3	%25.8
متوسط	ك	23	18	17	15	13	23	15	15	139
	%	%76.6	%60	%56.6	%50	%43.3	%76.7	%50	%50	%57.9
مرتفع	ك	2	2	8	2	8	1	11	5	39
	%	%6.7	%6.7	%26.7	%6.7	%26.7	%3.3	%36.7	%16.7	%16.3
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=34.846، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.002، معامل التوافق=0.356)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (14) أنه غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 57.9% لديهم درجة متوسطة من الشعور بضعف العلاقات الاجتماعية، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور منخفض بضعف العلاقات الاجتماعية بين الصحفيين 25.8%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور مرتفع بضعف العلاقات الاجتماعية، حيث بلغت نسبتهم 16.3%.

وقد كان صحفيو البوابة نيوز الأكثر شعورًا بضعف العلاقات الاجتماعية بنسبة 36.7%، يليهم صحفيو الجمهورية بنسبة 26.7%. على حين كان صحفيو اليوم السابع الأقل شعورا بضعف العلاقات الاجتماعية بنسبة 43.3%، يليهم صحفيو كل من الأهرام والوفد بنسبة 33.3% فى كل منهما. ما يعني أن الشعور بضعف العلاقات الاجتماعية لم يكن بنفس الدرجة لدى كل من صحفيي الصحف القومية والصحف الخاصة والصحف الحزبية.

خامسًا: ضعف التعزيز الإيجابي

جدول رقم (15)

الموقف من العبارات المتعلقة بشعور الصحفيين بضعف التعزيز الإيجابي

العبارة / الموقف		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة	الوزن النسبي	الترتيب
راتبي لا يكفي لتلبية الحاجات الأساسية إلى الحياة الكريمة	ك	114	63	42	17	4	%82.2	1
	%	%47.4	%26.3	%17.5	%7.1	%1.7		
الراتب الذي أحصل عليه أقل من الجهد الذي أبذله في العمل	ك	105	64	48	14	9	%80.2	2
	%	%43.8	%26.7	%20	%5.7	%3.8		
العلاوات التي أحصل عليها غير محفزة ولا ترتبط بالأداء	ك	109	60	42	20	9	%80	3
	%	%45.4	%25	%17.5	%8.3	%3.8		
فرص الترقية والتقدم المهني ضعيفة	ك	73	64	41	51	11	%71.4	4
	%	%30.3	%26.7	%17.1	%21.3	%4.6		
جهودي ومبادراتي لتطوير العمل لا تلقى الاهتمام الكافي	ك	54	64	67	42	13	%68.7	5
	%	%22.5	%26.7	%27.9	%17.5	%5.4		
لا يمنحني العمل المكانة الاجتماعية المرضية	ك	43	42	52	73	30	%59.6	6
	%	%17.9	%17.5	%21.7	%30.4	%12.5		

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (15) أنه فيما يخص شعور الصحفيين بضعف التعزيز الإيجابي فقد جاء فى الترتيب الأول "راتبي لا يكفي لتلبية الحاجات الأساسية إلى الحياة الكريمة" بوزن نسبي للموافقة 82.2%، يليه مباشرة "الراتب الذي أحصل عليه أقل من الجهد الذي أبذله في العمل" بوزن نسبي للموافقة 80.2%، على حين جاءت فى الترتيب الثالث "العلاوات التي أحصل عليها غير محفزة ولا ترتبط بالأداء" بوزن نسبي 80%، ثم عبارة "فرص الترقية والتقدم المهني ضعيفة" بوزن نسبي 71.4%، ثم عبارة "جهودي ومبادراتي لتطوير العمل لا تلقى الاهتمام الكافي" بوزن نسبي 68.7، وأخيرًا "لا يمنحني العمل المكانة الاجتماعية المرضية" بوزن نسبي 59.6%.

جدول رقم (16)

مدي الشعور بضعف التعزيز الإيجابي بحسب الصحيفة

الشعور بضعف التعزيز الإيجابي / الصحيفة		الأخبار	الأهرام	الجمهورية	اليوم السابع	المصرى اليوم	فيتو	البوابة نيوز	الوفد	الإجمالي
منخفض	ك	1	3	-	7	1	2	1	1	16
	%	%3.3	%10	-	%23.3	%3.3	%6.7	%3.3	%3.3	%6.7
متوسط	ك	9	17	14	13	13	19	7	7	99
	%	%30	%56.7	%46.7	%43.4	%43.3	%63.3	%23.3	%23.3	%41.2
مرتفع	ك	20	10	16	10	16	9	22	22	125
	%	%66.7	%33.3	%53.3	%33.3	%53.4	%30	%73.4	%73.4	%52.1
الإجمالي	ك	30	30	30	30	30	30	30	30	240
	%	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100	%100

(كا^2=41.445، درجة الحرية=14، مستوي المعنوية=0.000، معامل التوافق=0.384)

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (16) أنه غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة بنسبة 52.1% لديهم درجة مرتفعة من الشعور بضعف التعزيز الإيجابي، بينما بلغت نسبة من لديهم شعور متوسط بضعف التعزيز الإيجابي بين الصحفيين 41.2%، وأخيرًا جاء الصحفيين الذين لديهم شعور منخفض بضعف التعزيز الإيجابي، حيث بلغت نسبتهم 6.7%.

وقد كان صحفيو كل من البوابة نيوز والوفد الأكثر شعورًا بضعف التعزيز الإيجابي بنسبة 73.4% لكل منهم، يليهم صحفيو الأخبار بنسبة 66.7%، ثم كل من صحفيي المصري اليوم والجمهورية بنسبة 53.4% لكل منهم.

ثانيًا: نتائج اختبارات الفروض البحثية

الفرض الرئيسي الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين درجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي - عدم الإنسانية - الإنجاز الشخصي) الذي يشعر به الصحفيون ومصادر هذا الاحتراق (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي).

ويتفرع عن هذا الفرض الرئيسي ثلاثة فروض فرعية هى كما يلي:

أ. **توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين درجة الإجهاد الانفعالي الذي يشعر به الصحفيون ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي).**

جدول رقم (17)

مصادر الاحتراق النفسي / الإجهاد الانفعالي	ضغط العمل	محدودية صلاحيات العمل	صراع القيم	ضعف العلاقات الاجتماعية	قلة التعزيز الإيجابي
معامل ارتباط بيرسون	0.482**	0.372**	0.470**	0.455**	0.403**
مستوي المعنوية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

* دال عند مستوى معنوية أقل من 0.01

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (17) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًّا بين درجة الإجهاد الانفعالي الذي يشعر به الصحفيون من جانب ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي) من جانب آخر، حيث كانت جميع قيم معامل ارتباط بيرسون للارتباطات الخمس دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.01،

وهى علاقة طردية متوسطة الشدة، بما يعنى أنه كلما زادت مصادر الاحتراق النفسي الذي يشعر به الصحفيون زادت بالتبعية درجة شعورهم بالإجهاد الانفعالي.

ب. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجة عدم الإنسانية التى يشعر بها الصحفيون ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي).

جدول رقم (18)

مصادر الاحتراق النفسي / عدم الإنسانية	ضغط العمل	محدودية صلاحيات العمل	صراع القيم	ضعف العلاقات الاجتماعية	قلة التعزيز الإيجابي
معامل ارتباط بيرسون	0.476**	0.304**	0.466**	0.476**	0.343**
مستوي المعنوية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

* دال عند مستوى معنوية أقل من 0.01

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (18) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجة عدم الإنسانية التي يشعر بها الصحفيون من جانب ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي) من جانب آخر، حيث كانت جميع قيم معامل ارتباط بيرسون للارتباطات الخمس دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية أقل من 0.01، وهى علاقة طردية متوسطة الشدة، بما يعنى أنه كلما زادت مصادر الاحتراق النفسي الذي يشعر به الصحفيون زادت بالتبعية درجة شعورهم بعدم الإنسانية.

ت. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجة الإنجاز الشخصي الذي يشعر به الصحفيون ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي).

جدول رقم (19)

مصادر الاحتراق النفسي / تدني الإنجاز الشخصي	ضغط العمل	محدودية صلاحيات العمل	صراع القيم	ضعف العلاقات الاجتماعية	قلة التعزيز الإيجابي
معامل ارتباط بيرسون	0.539**	0.498**	0.546**	0.531**	0.449**
مستوي المعنوية	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

* دال عند مستوى معنوية أقل من 0.01

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (19) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجة تدني الإنجاز الشخصي التي يشعر بها الصحفيون من جانب ومصادر الاحتراق النفسي (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي) من جانب آخر، حيث كانت جميع قيم معامل ارتباط بيرسون للارتباطات الخمس دالة إحصائيًا عند مستوى معنوية أقل من

0.01، وهى علاقة طردية متوسطة الشدة، بما يعنى أنه كلما زادت مصادر الاحتراق النفسي الذي يشعر به الصحفيون زادت بالتبعية درجة شعورهم بتدني الإنجاز الشخصي.

مما سبق يمكن القول أن اختبار صحة الفرض الرئيسي الأول القائل بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين درجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي - عدم الإنسانية - الإنجاز الشخصي) الذي يشعر به الصحفيون ومصادر هذا الاحتراق (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي) قد انتهى إلى ثبوت صحة هذا الفرض بشكل كلي.

الفرض الرئيسي الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بالاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي- عدم الإنسانية- تدني الإنجاز).

ويتفرع عن هذا الفرض الرئيسي ثلاثة فروض فرعية هى كما يلي:

أ. **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بالإجهاد الانفعالي.**

جدول رقم (20)

المتغيرات		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	مؤشرات إحصائية	
						القيمة	المعنوية
النوع	ذكور	161	25.40	5.799	238	T= 1.323-	0.187
	إناث	79	26.48	6.181			
المستوي التعليمي	مؤهل جامعي	194	25.79	6.031	236	T= 0.245	0.807
	دراسات عليا (دبلومة/ ماجستير/ دكتوراة)	44	25.55	5.609			
المنصب	قيادي	34	23.74	5.599	238	T= 2.161-	0.032
	غير قيادي	206	26.09	5.937			
عدد سنوات الخبرة	أقل من 3 سنوات	26	25.73	5.717	4 235	F= 0.183	0.947
	من 3 – أقل من 6 سنوات	80	26.09	6.163			
	من 6- 10 سنوات	63	25.44	5.972			
	من 11 – 20 سنة	51	25.43	5.811			
	أكثر من 20 سنة	20	26.30	5.975			
الفئة العمرية	أقل من 25 عاما	40	25.73	6.516	3	F=	0.359

المتغيرات		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	مؤشرات إحصائية	
						القيمة	المعنوية
	من 25 – 35 عاما	135	26.24	5.901	236	1.078	
	35 - 50 عاما	53	25.06	5.756			
	أكثر من 50 عاما	12	23.58	4.889			
مستوى الدخل	أقل من 2000 جنيه	88	26.70	6.207	3 236	F= 1.191	0.314
	2000 – أقل من 4000 جنيه	110	25.24	5.663			
	4000 – 6000 جنيه	28	25.04	5.686			
	أكثر من 6000 جنيه	14	25.36	6.652			
نوع الصحيفة	قومية	90	24.03	5.519	2 237	F= 7.100	0.001
	خاصة	120	27.08	6.111			
	حزبية	30	25.67	5.222			

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (20) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين عينة الدراسة بحسب نوع الصحيفة فى درجة شعورهم بالإجهاد الانفعالي، حيث بلغت قيمة F 7.100 وهى قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.01 ودرجتي حرية 2 و237. فقد كان الصحفيون العاملون بالصحف الخاصة الأكثر شعورًا بالإجهاد الانفعالي (بمتوسط 27.08)، يليهم الصحفيون العاملون بالصحف الحزبية (بمتوسط 25.67)، وأخيرًا الصحفيون العاملون بالصحف القومية (بمتوسط 24.03).

ولاختبار مصدر الفروق بين الصحف العاملين فى الصحف القومية والحزبية والخاصة فى درجة شعورهم بالإجهاد الانفعالي قام الباحث بإجراء اختبار LSD البعدي، وقد جاءت نتيجته على النحو التالي:

جدول رقم (21)

المجموعة	المجموعة المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الخطأ المعياري	مستوى المعنوية
قومية	خاصة	-3.0420*	0.807	0.000
	حزبية	-1.633	1.221	0.182
خاصة	حزبية	1.408	1.182	0.235

* دال عند مستوى معنوية 0.05

تُظهر نتيجة الاختبار البعدي المبيَّنة فى الجدول رقم (21) أن الصحفيون العاملين بالصحف الخاصة تختلف درجة شعورهم بالإجهاد الانفعالي عن الصحفيين العاملين بالصحف القومية بدلالة إحصائية، في حين لم تكن هناك دلالة إحصائية للفروق بين الصحفيين العاملين بالصحف الخاصة والصحفيين العاملين بالصحف الحزبية، فى الشعور بالإجهاد الانفعالي.

ب. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم الديموغرافية (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بعدم الإنسانية.

جدول رقم (22)

المتغيرات		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	مؤشرات إحصائية	
						القيمة	المعنوية
النوع	ذكور	161	21.51	7.360	238	T= 1.621-	0.106
	إناث	79	23.18	7.749			
المستوي التعليمي	مؤهل جامعي	194	22.20	7.500	236	T= 0.881	0.379
	دراسات عليا (دبلومة/ ماجستير/ دكتوراة)	44	21.09	7.554			
المنصب	قيادي	34	20.09	6.450	238	T= 1.656-	0.099
	غير قيادي	206	22.38	7.642			
عدد سنوات الخبرة	أقل من 3 سنوات	26	22.88	7.207	4 235	F= 1.917	0.108
	من 3 – أقل من 6 سنوات	80	23.63	7.991			
	من 6- 10 سنوات	63	21.52	7.328			
	من 11 – 20 سنة	51	20.75	7.213			
	أكثر من 20 سنة	20	19.75	6.480			
الفئة العمرية	أقل من 25 عاما	40	24.20	7.086	3 236	F= 3.637	0.014
	من 25 – 35 عاما	135	22.49	7.717			
	35 - 50 عاما	53	20.34	7.398			
	أكثر من 50 عاما	12	17.67	3.284			
مستوى الدخل	أقل من 2000 جنيه	88	23.41	7.524	3 236	F= 1.651	0.178
	2000 – أقل من 4000 جنيه	110	21.51	7.578			
	4000 – 6000 جنيه	28	20.50	6.316			
	أكثر من 6000 جنيه	14	21.00	8.593			
نوع الصحيفة	قومية	90	19.81	6.772	2 237	F= 7.959	0.000
	خاصة	120	23.86	7.918			
	حزبية	30	21.60	6.179			

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (22) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين عينة الدراسة بحسب نوع الصحيفة فى درجة شعورهم بعدم الإنسانية، حيث بلغت قيمة F 7.959 وهى قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.01 ودرجتي حرية 2 و237. فقد كان الصحفيون العاملون بالصحف الخاصة الأكثر شعورًا بالإجهاد الانفعالي (بمتوسط 23.86)، يليهم الصحفيون العاملون بالصحف الحزبية (بمتوسط 21.60)، وأخيرًا الصحفيون العاملون بالصحف القومية (بمتوسط 19.81). كذلك فقد كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين عينة الدراسة بحسب الفئة العمرية فى درجة شعورهم بعدم الإنسانية، حيث بلغت قيمة F 3.637 وهى قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.05 ودرجتي حرية 3

و236. فقد كان الصحفيون الأصغر سنًّا الأكثر شعورًا بعدم الإنسانية مقارنة بالصحفيون الأكبر سنًّا.

ولاختبار مصدر الفروق بين الصحفيين محل الدراسة بحسب الفئة العمرية ونوع الصحيفة فى درجة شعورهم بعدم الإنسانية قام الباحث بإجراء اختبار LSD البعدي، وقد جاءت نتيجته على النحو التالي:

جدول رقم (23)

المتغير	المجموعة	المجموعة المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الخطأ المعياري	مستوى المعنوية
الفئة العمرية	أقل من 25 عامًا	من 25 – 35 عاما	1.711	1.331	0.200
		35 - 50 عاما	*3.860	1.549	0.013
		أكثر من 50 عاما	*6.533	2.434	0.008
	من 25 – 35 عاما	35 - 50 عاما	2.149	1.199	0.074
		أكثر من 50 عاما	*4.822	2.227	0.031
	35 - 50 عاما	أكثر من 50 عاما	2.673	2.364	0.259
نوع الصحيفة	قومية	خاصة	*4.047-	1.019	0.000
		حزبية	1.789-	1.540	0.247
	خاصة	حزبية	2.258	1.491	0.131

* دال عند مستوى معنوية 0.05

تُظهر نتيجة الاختبار البعدي المبيَّنة فى الجدول رقم (23) أن الصحفيون العاملون بالصحف الخاصة تختلف درجة شعورهم بعدم الإنسانية عن الصحفيين العاملين بالصحف القومية بدلالة إحصائية، على حين لم تكن هناك دلالة إحصائية للفروق بين الصحفيين العاملين بالصحف الخاصة والصحفيين العاملين بالصحف الحزبية، وكذلك بين الصحفيين العاملين بالصحف الخاصة والصحفيين العاملين بالصحف الحزبية فى الشعور بعدم الإنسانية.

ت. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بتدني الإنجاز.

جدول رقم (24)

المتغيرات		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	مؤشرات إحصائية	
						القيمة	المعنوية
النوع	ذكور	161	20.68	6.594	238	T= -3.291	0.001
	إناث	79	23.59	6.117			
المستوي التعليمي	مؤهل جامعي	194	21.86	6.655	236	T= 1.134	0.258
	دراسات عليا (دبلومة/ ماجستير/ دكتوراة)	44	20.61	6.263			
المنصب	قيادي	34	19.18	5.665	238	T= -2.384	0.018
	غير قيادي	206	22.05	6.635			
عدد سنوات الخبرة	أقل من 3 سنوات	26	22.00	6.362	4 235	F= 1.005	0.406
	من 3 – أقل من 6 سنوات	80	22.36	7.057			
	من 6- 10 سنوات	63	21.70	6.507			
	من 11 – 20 سنة	51	21.22	6.661			
	أكثر من 20 سنة	20	19.20	4.360			
الفئة العمرية	أقل من 25 عاما	40	22.50	6.381	3 236	F= 3.970	0.009
	من 25 – 35 عاما	135	22.50	6.667			
	35 - 50 عاما	53	19.62	6.389			
	أكثر من 50 عاما	12	18.08	3.848			
مستوى الدخل	أقل من 2000 جنيه	88	22.86	6.073	3 236	F= 2.527	0.058
	2000 – أقل من 4000 جنيه	110	21.46	6.813			
	4000 – 6000 جنيه	28	19.71	5.974			
	أكثر من 6000 جنيه	14	19.21	7.708			
نوع الصحيفة	قومية	90	20.56	6.201	2 237	F= 2.157	0.118
	خاصة	120	22.45	6.986			
	حزبية	30	21.67	5.604			

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (24) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين عينة الدراسة فى درجة شعورهم بتدني الإنجاز بحسب النوع والمنصب والفئة العمرية، حيث بلغت قيم T مع المتغيرات الثلاثة دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.05. فقد كانت الصحفيات الإناث الأكثر شعورًا بتدني الإنجاز مقارنة بالصحفيين الذكور. كذلك فقد كان الصحفيون غير القياديين الأكثر شعورًا بتدني الإنجاز مقارنة بالصحفيين القياديين. وأخيرًا فقد كان الصحفيون الأصغر سنًّا الأكثر شعورًا بتدني الإنجاز مقارنة بالصحفين الأكبر سنًّا.

ولاختبار مصدر الفروق بين الصحفيين محل الدراسة بحسب الفئة العمرية فى درجة شعورهم بتدني الإنجاز قام الباحث بإجراء اختبار LSD البعدي، وقد جاءت نتيجته على النحو التالي:

جدول رقم (25)

المجموعة	المجموعة المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الخطأ المعياري	مستوى المعنوية
أقل من 25 عامًا	من 25 – 35 عاما	0.004	1.162	0.997
	35 - 50 عاما	*2.877	1.352	0.034
	أكثر من 50 عاما	*4.417	2.124	0.039
من 25 – 35 عاما	35 - 50 عاما	*2.874	1.046	0.006
	أكثر من 50 عاما	*4.413	1.944	0.024
35 - 50 عاما	أكثر من 50 عاما	1.539	2.063	0.456

* دال عند مستوى معنوية 0.05

تُظهر نتيجة الاختبار البعدي المبيَّنة فى الجدول رقم (25) أن الصحفيون فى الفئة العمرية أقل من 25 عامًا تختلف درجة شعورهم بتدني الإنجاز عن الصحفيين فى الفئتين العمريتين من 35 إلي 50 عامًا وأكثر من 50 عامًا. أيضًا يختلف الصحفيون فى الفئة العمرية من 25 إلى أقل من 35 سنة عن الصحفيون فى الفئتين العمريتين من 35 إلي 50 عامًا وأكثر من 50 عامًا فى درجة شعورهم بتدني الإنجاز بدلالة إحصائية.

مما سبق يمكن القول أن اختبار صحة الفرض الرئيسي الثاني القائل بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بالاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي- عدم الإنسانية- تدني الإنجاز) قد انتهى إلى ثبوت صحة هذا الفرض بشكل جزئي.

الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم العام بالاحتراق النفسي .

جدول رقم (25)

المتغيرات		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجات الحرية	مؤشرات إحصائية	
						القيمة	المعنوية
النوع	ذكور	161	67.59	17.24	238	T= -2.375	0.018
	إناث	79	73.25	17.52			
المستوي التعليمي	مؤهل جامعي	194	69.84	17.59	236	T= 0.887	0.376
	دراسات عليا (دبلومة/ ماجستير/ دكتوراة)	44	67.25	17.20			
المنصب	قيادي	34	63.00	14.19	238	T= -2.344	0.020
	غير قيادي	206	70.52	17.79			
عدد سنوات الخبرة	أقل من 3 سنوات	26	70.61	17.46	4 235	F= 0.974	0.423
	من 3 – أقل من 6 سنوات	80	72.07	19.02			
	من 6- 10 سنوات	63	68.66	16.55			
	من 11 – 20 سنة	51	67.39	17.32			
	أكثر من 20 سنة	20	65.25	14.17			
الفئة العمرية	أقل من 25 عاما	40	72.42	18.17	3 236	F= 3.415	0.018
	من 25 – 35 عاما	135	71.22	17.59			
	35 - 50 عاما	53	65.01	16.73			
	أكثر من 50 عاما	12	59.33	10.69			
مستوى الدخل	أقل من 2000 جنيه	88	72.97	17.40	3 236	F= 2.173	0.092
	2000 – أقل من 4000 جنيه	110	68.20	17.52			
	4000 – 6000 جنيه	28	65.25	14.62			
	أكثر من 6000 جنيه	14	65.57	20.87			
نوع الصحيفة	قومية	90	64.40	15.79	2 237	F= 7.136	0.001
	خاصة	120	73.38	18.76			
	حزبية	30	68.93	13.11			

توضِّح بيانات هذا الجدول رقم (25) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين عينة الدراسة فى درجة شعورهم العام بالاحتراق بحسب النوع والمنصب والفئة العمرية، ونوع الصحيفة، حيث كانت قيم T وF مع المتغيرات الأربعة دالة إحصائيًّا عند مستوى معنوية أقل من 0.05. فقد كان الصحفيون الذكور الأكثر شعورًا بالاحتراق مقارنة بالصحفيات الإناث. كذلك فقد كان الصحفيون غير القياديين الأكثر شعورًا بالاحتراق مقارنة بالصحفيين القياديين. وأخيرًا فقد كان الصحفيون الأصغر سنًّا الأكثر شعورًا بالاحتراق مقارنة بالصحفيين الأكبر سنًّا. أخيرًا فقد كان

الصحفيون فى الصحف الخاصة الأكثر شعورًا بالاحتراق (M=73.38) يليهم الصحفيون فى الصحف الحزبية (M=68.93) ثم الصحفيون فى الصحف القومية(M=64.40).

ولاختبار مصدر الفروق بين الصحفيين محل الدراسة بحسب متغيري الفئة العمرية ونوع الصحيفة فى درجة شعورهم بالاحتراق قام الباحث بإجراء اختبار LSD البعدي، وقد جاءت نتيجته على النحو التالي:

جدول رقم (26)

المتغير	المجموعة	المجموعة المقارنة	الفرق بين المتوسطين	الخطأ المعياري	مستوى المعنوية
الفئة العمرية	أقل من 25 عامًا	من 25 – 35 عاما	1.202	3.104	0.699
		35 - 50 عاما	*7.406	3.612	0.041
		أكثر من 50 عاما	*13.09	5.676	0.022
	من 25 – 35 عاما	35 - 50 عاما	*6.203	2.795	0.027
		أكثر من 50 عاما	*11.88	5.194	0.023
	35 - 50 عاما	أكثر من 50 عاما	5.685	5.513	0.303
نوع الصحيفة	قومية	خاصة	*-8.983	2.380	0.000
		حزبية	4.533-	3.599	0.209
	خاصة	حزبية	4.450	3.484	0.203

* دال عند مستوى معنوية 0.05

تُظهر نتيجة الاختبار البعدي المبيَّنة فى الجدول رقم (26) أن الصحفيون فى الفئة العمرية أقل من 25 عامًا تختلف درجة شعورهم بالاحتراق عن الصحفيين فى الفئتين العمريتين من 35 إلي 50 عامًا وأكثر من 50 عامًا. أيضًا يختلف الصحفيون فى الفئة العمرية من 25 إلى أقل من 35 سنة عن الصحفيون فى الفئتين العمريتين من 35 إلي 50 عامًا وأكثر من 50 عامًا فى درجة شعورهم بالاحتراق بدلالة إحصائية.

كما تُظهر نتيجة اختبار البعدي أن صحفيو الصحف الخاصة أكثر شعورًا بالاحتراق من صحفيو الصحف القومية بدلالة إحصائية

مما سبق يمكن القول أن اختبار صحة الفرض الرئيسي الثالث القائل بوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصحفيين بحسب خصائصهم (النوع، المستوي التعليمي، الدرجة الوظيفية، عدد سنوات الخبرة، الفئة العمرية، الدخل، نوع الصحيفة) فى درجة شعورهم بمجمل الاحتراق النفسي قد انتهى إلى ثبوت صحة هذا الفرض بشكل جزئي.

جدول رقم (27)

المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط	التباين
الإجهاد الانفعالى	25.76	5.936	0.383	35.238
عدم الإنسانية	22.06	7.515	0.485	56.482
تدنى الإنجاز الشخصي	21.64	6.573	0.424	43.202
مجمل الاحتراق	69.45	17.50	1.129	306.43

الخاتمة

- استهدفت هذه الدراسة ، التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الصحفيين في الصحف الإلكترونية ، بالتطبيق على 240 صحفيا من العاملين في صحف قومية (أخبار اليوم - الأهرام - الجمهورية) ، وخاصة (اليوم السابع - المصري اليوم - فيتو - البوابة نيوز) وحزبية (الوفد) ، وذلك من خلال قياس أبعاد هذا الاحتراق الثلاث والتي تضمنها مقياس ماسلاك (الإجهاد الانفعالي – عدم الإنسانية – تدني الإنجاز الشخصي) .

- كما سعت الدراسة إلى التعرف على العوامل المؤثرة في الاحتراق النفسي لدى الصحفيين بهذه الصحف الإلكترونية ، سواء ما يتعلق بمناخ العمل داخل هذه الصحف ، حيث اختبرت تأثير (ضغط العمل- ومحدودية صلاحيات العمل- صراع القيم- ضعف العلاقات الاجتماعية- قلة التعزيز الإيجابي) ، بالإضافة إلى مجموعة من المتغيرات الذاتية (النوع – السن – المستوى التعليمي – سنوات الخبرة – مستوى الدخل – المستوى الوظيفي) ، على الاحتراق النفسي لدى هؤلاء الصحفيين .

- توصلت الدراسة إلى أن :

أولا : غالبية الصحفيين في الصحف الإلكترونية محل الدراسة ، كان لديهم مستوى متوسط من الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاث (الإجهاد الانفعالي – الإحساس بعدم الإنسانية – الشعور بتدني الإنجاز الشخصي) .

ثانيا : الصحفيون بالصحف الخاصة كان لديهم شعور بهذه الأبعاد الثلاث أكثر من صحفيي الصحف القومية ، ويرجع ذلك بشكل أساسي إلى نظام العمل بهذه الصحف ، والضغوط التي يشكلها على الصحفيين العاملين بها ، بالإضافة إلى مستويات الأجور بها ، والتي تقل في بعض هذه الصحف كثيرا عن نظيرتها في الصحف القومية .

ثالثا : الضغوط المهنية كان لها تأثيرها في الاحتراق النفسي لدى الصحفيين بالصحف الإلكترونية وإن احتلفت درجة حدتها وتأثيرها في الصحف الإلكترونية عينة الدراسة :

أ - غالبية الصحفيين بالصحف محل الدراسة كان لديهم درجة متوسطة من الشعور بضغوط العمل ، باعتباره أحد العوامل المسببة للاحتراق النفسي ، خاصة ما يتعلق بالعمل لفترات طويلة ، وتأثير العمل على العلاقات الأسرية ، والافتقاد إلى التقدير المعنوي والأجازات ، وتتفق هذه النتيجة ، مع نتائج الدراسات السابقة ، والتي أكدت تأثير هذه العوامل في الاحتراق النفسي .

ب - الشعور بمحدودية صلاحيات العمل كأحد مسببات الاحتراق النفسي كان أكبر لدى الصحفيين بالصحف القومية منه لدى صحفيي الصحف الخاصة ، ويرتبط ذلك بآليات صناعة القرارات التحريرية داخل تلك المؤسسات ، حيث يتم الرجوع بشكل أساسي إلى الرؤساء في العمل والذين يتدخلون في كثير من الأحيان في القرارات التحريرية ، وكذلك عدم إشراك المحررين في اتخاذ تلك القرارات .

ج – هناك تقارب بين الصحفيين في الصحف القومية والخاصة فى درجة استشعارهم لصراع القيم ، باعتباره أحد أسباب الاحتراق النفسي ، بما يتضمنه ذلك من التمييز في المعاملة لاعتبارات شخصية ، وعدم الشعور بالراحة والانتماء للعمل .

د - الشعور بضعف العلاقات الاجتماعية لم يكن بنفس الدرجة لدى كل من صحفيي الصحف القومية والصحف الخاصة والصحف الحزبية (حيث كان صحفيو البوابة نيوز الأكثر شعورًا بضعف العلاقات الاجتماعية بنسبة 36.7%، يليهم صحفيو الجمهورية بنسبة 26.7%. في حين كان صحفيو اليوم السابع الأقل شعورا بضعف العلاقات الاجتماعية بنسبة 43.3%، يليهم صحفيو كل من الأهرام والوفد بنسبة 33.3% لكل منهما)، حيث تؤدي الصراعات الشخصية داخل بيئة العمل إلى عدم وجود انسجام لدى الصحفيين ، وسيادة العلاقات القائمة على المادية والمصالح الشخصية ، وعدم وجود تنسيق وتعاون مشترك بين الصحفيين .

هـ - كان صحفيو البوابة نيوز والوفد الأكثر شعورًا بضعف التعزيز الإيجابي بنسبة 73.4% لكل منهما ، يليهم صحفيو الأخبار بنسبة 66.7%، ثم كل من صحفيي المصري اليوم والجمهورية بنسبة 53.4% لكل منهم ، ويرجع ذلك

إلى ضعف الرواتب ، وعدم تناسبها مع الجهد المبذول في العمل ، وضعف فرص الترقية ، كما أنا العلاوات غير محفزة على الأداء .

رابعا : توصلت الدراسة إلى وجود تأثير لعدد من المتغيرات في مستوى الاحتراق النفسي لدى الصحفيين ، فقد تبين أن :

أ - الصحفيين الذكور الأكثر شعورًا بالاحتراق مقارنة بالصحفيات الإناث ، - وهي نتيجة تختلف عن تلك التي توصلت إليها غالبية الدراسات الأجنبية - ويرجع ذلك بشكل أساسي إلى الضغوط التي يعاني منها الصحفيون الذكور في ظل الأوضاع الاقتصادية التي تعاني منها البلاد ، والتي تضظر الكثير منهم إلى العمل في أكثر من مكان لتلبية متطلبات الحياة .

ب – المنصب كان له تأثيره في مستوى الاحتراق النفسي ، حيث تبين أن الصحفيين الذين يتولون مناصب قيادية ، أقل شعورا بالاحتراق ، من أولئك الذين يتولون مناصب غير قيادية .

ج – الصحفيون الأصغر سنًّا هم الأكثر شعورًا بالاحتراق مقارنة بالصحفيين الأكبر سنًّا ، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة في مجال الاحتراق ، ويرجع ذلك في كثير من الأحيان ، إلى وجود فجوة بين توقعات الصحفيين الجدد بشأن المهنة .

د - كان الصحفيون فى الصحف الخاصة الأكثر شعورًا بالاحتراق ، يليهم الصحفيون فى الصحف الحزبية ، ثم الصحفيون فى الصحف القومية، ما يعني أن الضغوط المهنية ، وطبيعة العمل داخل الصحف القومية اقل من تلك الموجودة في الصحف الخاصة ، والحزبية ، ويرجع ذلك بشكل كبير إلى الإحساس بالأمان الوظيفي الذي توفره تلك الصحف ، بالإضافة إلى مستوى الأجور بها .

خامسا : تبين عدم وجود علاقة بين متغيرات (المستوى التعليمي - عدد سنوات الخبرة – الدخل) ومستوى الاحتراق النفسي لدى الصحفيين بالصحف الإلكترونية في مصر .

التوصيات :

وفي النهاية يوصي البحث بما يلي :

- ضرورة تبني استراتيجيات تؤدي إلى كسر حدة العمل في الصحف الإلكترونية في مصر ، وأهمية أن تكون هناك إدارة فاعلة داخل تلك الصحف ، للتعرف على

المصادر المسببة للاحتراق النفسي لدى الصحفيين ، وتلقي شكواهم في هذا الصدد .

- استحداث برامج تساعد الصحفيين ، من خلال تقديم خدمات طبية وعلاجية لهم ، والنصح والمشورة ، واتخاذ الإجراءات الوقائية لمواجهة الاحتراق النفسي لديهم .
- الاهتمام بالصحفيين الجدد ، ومساعدتهم في عملية الاندماج في العمل ، وتحقيق مستوى من التوازن بين طموحاتهم والواقع العملي .
- وجود استراتيجية لتوزيع العمل بين الصحفيين تتضمن ، تقسيم العمل بما يتفق مع قدرات الصحفيين وإمكانياتهم ، ومراعاة العدل والمساواة في توزيع أعباء العمل عليهم ، ومنح صلاحيات أكبر للصحفيين في صناعة القرارات التحرية داخل الصحف التي يعملون بها ، والعمل على خلق حالة من التعاون بين الصحفيين ، وتطوير نظام الاختيار في الوظائف المختلفة .
- عقد دورات وتوزيع نشرات تثقيفية بشأن مشكلة الاحتراق النفسي ، وكيفية التعامل مع ضغوط العمل لتعزيز العلاقات الاجتماعية ، داخل المؤسسات الصحفية ، ويمكن أن تقوم نقابة الصحفيين بدور هام في هذا الشأن .
- إعادة النظر في نظم الأجور والحوافز بنوعيها المادية والمعنوية ، داخل المؤسسات الصحفية ، وتطويرها وفق مبادئ وقواعد محددة ، بحيث لا تخضع للأهواء الشخصية ، والعمل على تدعيم الصحفيين المبدعين .
- على المستوى الأكاديمي : يوصي البحث أهمية إجراء المزيد من الدراسات بشأن مشكلة " الاحتراق النفسي"، وتأثير بعض المتغيرات عليها ، وانعكاساتها على الأداء المهني ليس في مجال الصحافة الإلكترونية فقط ، وإنما على مستوى وسائل الإعلام المصرية بشكل عام ، في إطار دور البحث العلمي في التصدي لقضايا المهنة .

مراجع الدراسة ومصادرها

(*) تفاصيل أكثر في :

WWW.CAREERCAST.COM/career-news/jobs-related-most-and-least-stressful-methodology-2016

1- Christina Maslach , Job Burnout : New Directions In Research and Intervention , **Psychological Science**, 12 , 51 , 2003 , PP 189 - 201

2- Christina Maslach , et al , Job Burnout , **Annual Rev. of Psychology** , vol 52 , 2001 , PP 397 – 422

3- أماني يوسف السيد موسى ، الاحتراق النفسي لدى الأمهات وعلاقته بالمشكلات السلوكية لدى أبنائهن الصم ، **رسالة ماجستير ، غير منشورة** ، (جامعة القاهرة : كلية الدراسات العليا للتربية ، 2015) ، ص 34

4- سامي محسن ختاتنة وأحمد عبداللطيف أبوسعدة ، **علم النفس الإعلامي** ، (عمان : دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010) ، ص 168

5- نفس المرجع السابق ، ص ص 169 – 171

6- Betsy B. Cook and Steven R. Banks, Predictors Of Job Burnout In Reporters and Copy Editors **, Journalism Quarterly** , Vol. 70, No. 1 Spring 1993 , PP, 108 – 117

(7) اعتمد الباحث في هذه الجزئية على :

- Aluja, A.Blanch, A.Garcia, L. , Dimensionality of the maslach burnout inventory in school teachers: A Study of Several Proposals. ***European journal of psychological Assessment***, 21, 1, 2005, 67-76.
- Hatinen. M, Kinnunen. U, Pekkonen.M, Aro.A. , Burnout Patterns in Rehabilitation Short-Term Changes in Job Conditions, Personal Resources, and Health***. Journal of Occupational Health Psychology***, 9, 3,2004 , 220-237.
- Zapf ,D., seifer , C .&.schomutte ,B ,Emotion work and Job stressors and their effects on Burnout Psychology and Health **, Harwood Academic Publishers** vol., 16 , 2001 , pp. 527-545

8- مركز الأهرام للدراسات السياسية والاستراتيجية ، **التقرير الاستراتيجي العربي** ، 2016 ،جدل مستمر : الإعلام المصري بين متطلبات التنظيم وإشكاليات الواقع ، ص 474

9- Arja Tyrkko , Lena Karlqvist , Gender differences in time pressure and health among journalists , **Time & Society** , 2015, Vol. 24(2) 244–271

10 - Tracy Lucht , Female employees find Iowa newspaper jobs satisfying , **Newspaper Research Journal** , 2015, Vol. 36(4) 426–440

11-Kara Chan & Anqi Huang , Job Burnout among Communication Professionals in Hong Kong: An Exploratory Study **, Intercultural Communication Studies**, XXIV: 3 (2015) , pp 78 – 93

12- Anna Gabrielle F. Cerezo , et al , Breaking News: How Hardiness Moderates the Impact of Burnout on the Psychological Well-Being of Filipino Journalists Covering Disasters and Emergencies , **Philippine Journal of Psychology**, 2015, 48(2), 175-194

13- Eduardo Gonzalez, There's No Crying In Sports Journalism : a Qualitative Study On Reporters Burnout , **MA , the Faculty of the Graduate School at the University of Missouri-Columbia** , December 2015

14- دراسة سلمان بن مطلق السبيعي ، الضغوط النفسية لدى الإعلاميين بالمنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية في ضوء بعض المتغيرات ، الجامعة الأردنية ، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية** ، المجلد 42 ، العدد (1) ، 2015 ، ص ص 233 – 253

15- Reinardy, S. (2014). Autonomy and perceptions of work quality drive the satisfaction of TV news workers**. Journalism Practice**, http://dx.doi.org/10.1080/ 17512786.2014.882481

16- حسنية بوشيخ ، بيئة العمل الصحفي وأثرها في ممارسة أخلاقيات المهنة : دراسة حالة ، مركز الإمارات للدراسات السياسية والاستراتيجية ، **مجلة رؤى استراتيجية** ، أبريل 2014 ، ص ص 122 – 167

17- S. Reinardy , Boom or bust? U.S. television news industry is booming but burnout looms for some. **Journal of Media Business Studies**, 10(3), 2013 , 23–40.

18- S. Reinardy Depleted resources causing burnout among newspaper layoff survivors , **Newspaper Research Journal**, 34 (3) (2013), pp. 6-21

19- Annelore Deprez, Karin Raeymaeckers, A Longitudinal Study of Job Satisfaction Among Flemish Professional Journalists , **Journalism and Mass Communication**, January 2012, Vol. 2, No. 1, 235-249

20- S. Reinardy, , TV Sportscasters 1, burnout 0: resources sideline the job stressors of sports broadcasters. **Journal of Sports Media**, 7(1), . 2012, 89–107.

21- Vincent E Filak & Scott Reinardy , Editor Toast: A Study of Burnout and Job Satisfaction among College **, Journalism & Mass Communication Educator** , Vol: 66 No: 3 , 2011 , PP 243 – 256

22- Gretchen Dworznik, Factors Contributing to PTSD and Compassion Fatigue in Television News Workers , **International Journal of**

Business, Humanities and Technology, Vol. 1 No.1; July 2011 , 22 – 32

23 - Scott Reinardy , Newspaper journalism in crisis: Burnout on the rise, eroding young journalists' career commitment , **Journalism** , 12(1) , 2011 , PP 33–50

24- Scott Reinardy , Female Journalists More Likely To Leave Newspapers , ***Newspaper Research Journal*** *, Vol. 30, No.3. Summer 2009 , 52 – 57*

25- Burke, R. J., & Matthiesen, S. B. (2009). Workaholism among norwegian journalists: gender differences, **Equal Opportunities International**, 28(6), 452–464.

26- Neil Greenberg, Samantha Thomas, Dominic Murphy, and Christopher Dandeker , Occupational Stress and Job Satisfaction In Media Personnel Assigned To The Iraq War (2003) : A qualitative study , **Journalism Practice**, Vol. 1, No 3, 2007 , PP 356 -371

27- S .Reinardy, Satisfaction vs. sacrifice: sports editors assess the influences of life issues on job satisfaction. **Journalism and Mass Communication Quarterly**, 84(1),2007 , 105–121.

28 - Angele Alexandra Anderfuren , Burnout In Local Television News Producers , **Master Of Science In Journalism** , Submitted To College Of Communication Texas Christian University , may 2006

29 - Vaughan , E. Burnout Study : Many Journalists Intend To Leave , **Health Psychology Journal** , 4 (1) ; 219-247 , 2005

30 - علي بن شويل القرني ، الإعلام والاحتراق النفسي : دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية ، (الرياض : **مجلة جامعة الملك سعود** ، 2004) ، العدد رقم 3 ، ص ص 20 – 62