الضغوط النفسية لدى الممرضات

(دراسة على عينة من الممرضات بمستشفى صوير العام)

Psychological Pressures Among Nurses
(A Study on a Sample of Nurses at Al-Suwayr General Hospital)

إعداد

كافي المشني الرويلي
Kafi Al-Mushni Al-Ruwaili
فنيه تمريض مستشفى صوير

مريم حمدان الرويلي
Maryam Hamdan Al-Ruwaili
مركز صحي الطوير - سكاكا

جميله نايف الرويلي
Jameela Naif Al-Ruwaili
فنيه تمريض مستشفى صوير

انتصار الاسمر الرويلي
Intisar Al-Asmar Al-Ruwaili
فنيه تمريض مستشفى النساء والولاده بسكاكا

Doi: 10.21608/ajahs.2022.350936

استلام البحث	١٤ / ٩ / ٢٠٢٢
قبول البحث	٢٨ / ٩ / ٢٠٢٢

الرويلي، كافي المشني و الرويلي، مريم حمدان و الرويلي، جميله نايف و الرويلي، انتصار الاسمر (٢٠٢٢). الضغوط النفسية لدى الممرضات (دراسة على عينة من الممرضات بمستشفى صوير العام). **المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية**، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، مج(٦)، ع(٢٤) أكتوبر، ٥٧٩ – ٥٩٠.

http://ajahs.journals.ekb.eg

الضغوط النفسية لدى الممرضات
(دراسة على عينة من الممرضات بمستشفى صوير العام)

المستخلص:

هدفت الدراسة الى التعرف على الضغوط المهنية لدي الممرضات العاملات بمهنة التمريض، والتوصل إلى مقترحات وتوصيات تساهم في حل المشكلة، والوقوف على مصادر الضغوط النفسية والمهنية لدى الممرضات . واعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي المسحي الميداني لأفراد عينة البحث للتعرف على مصادر الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض. **وا**قتصرت هذه الدراسة على عينة من العاملات في مهنة التمريض بمستشفى وتم تجميع البيانات الأولية اللازمة للبحث من مصادرها المختلفة خلال عام٢٠٢٢م، واكدت نتائج الدراسة على وجود أثر للضغوط النفسية المهنية في أداء الممرضات العاملات في مهنة التمريض . كما تبين أن الضغوط النفسية في مستشفى صوير التعليمي له اثر كبير في الأداء وذلك من وجهة نظر الممرضات. وتعمل الإدارة في مستشفى صرير التعليمي على درجة كبيرة في أرضا العاملات بمهنة التمريض. وقد بينت النتائج أن الضغوط النفسية له علاقة قوية بالأداء وهذا يؤدي إلى تعسر الابتكار والأجتهاد، وخاصة أن بيئة العمل في مستشفى صوير التعليمي تتطلب ذلك.

Abstract:

The study aimed to identify the professional pressures experienced by nurses working in the nursing profession and to develop proposals and recommendations that contribute to solving the problem. It also aimed to identify the sources of psychological and professional pressures among nurses. The researcher adopted a descriptive survey method to explore the sources of psychological and professional pressures among nurses in the nursing profession. This study was limited to a sample of nurses working in a hospital, and the necessary primary data for the research were collected from various sources during the year 2022. The study's results confirmed the presence of an impact of professional psychological pressures on the performance of nurses in the nursing profession. It was also found that psychological pressures in the Suweir Teaching

Hospital have a significant effect on performance, according to the nurses' perspective. The management in Suweir Teaching Hospital has a significant role in addressing the issues faced by nurses in the nursing profession. The results indicated a strong relationship between psychological pressures and performance, which leads to a hindrance in innovation and dedication, especially considering the work environment in Suweir Teaching Hospital requires such qualities.

المقدمة :

يعتبر العصر الحالي عصر التقدم والتطور في مجال التكنولوجيا حيث أن التغيرات السريعة والمنافسة المستمرة في شتى الميادين والمجالات أجهدت الإنسان في سعيه لتحقيق مطالبه المتعددة، ونظرا لأن المهنة هي الوسيلة التي تحقق هذه الغايات والمطالب، فيجد الإنسان نفسه مضطرا للتعايش مع كمية الأعباء الناجمة عنها، والتي تسبب الضغوط في المهنة التي تختلف من مهنة إلى أخرى.

وإن النظم الصحية في العالم تواجه كثيرا من التحديات المتزايدة، وهذه التحديات تختلف من أسبابها من مكان لأخر(التويجري، ٢٠٠٨).

وتعتبر مهنة التمريض ركنا أساسيا في جميع المستشفيات، حيث أن نجاح أو فشل هذه المستشفيات يتوقف على دور التمريض بشكل أساسي، ولهذا لابد من الالتفات إلى الدور الذي يلعبه التمريض في تطويرها، فالممرض في نموه يحتاج إلى إشباع حاجاته النفسية شأنه شأن سائر الناس، لذلك فإن مهنة التمريض تستدعي توفير المكونات التي تسهل أداء المهنة بطريقة مناسبة.

فقد بينت العديد من الدراسات أن الذين يعملون بمهنة التمريض أكثر الفئات المعرضة للضغوط المهنية النفسية، وذلك لما تتضمنه من مواقف مفاجئة، وشعور بالمسؤولية نحو المرضى، وأعباء زائدة تعرض العاملين في هذه المهنة إلى معاناة العديد من المشاكل النفسية والصحية الناجمة عن شعورهم بالضغوط النفسية في العمل (مريم، ٢٠٠٨) .

ولا تكاد توجد مهنة تقريبا بمنأى عن الضغوط بل لكل مهنة خصائصها التي قد تؤدي إلى الشعور بدرجات متفاوتة من الضغوط الواقعة على العاملين فيها. ولذلك تستعدي الآثار السلبية المترتبة على الضغوط النفسية المهنية التعرف إلى مسبباتها ومصادرها في بيئة العمل من اجل الكشف عن الوسائل والمهارات التكيفية المناسبة والتي تمكن المهنيين من مواجهة الضغوط النفسية بصورة ايجابية.

نظرا لأهمية مهنة التمريض وخطورة تفشي ظاهرة الضغوط المهنية النفسية في هذا القطاع، قمت بإعداد الدراسة الحالية.

مشكلة الدارسة:

مهنة التمريض من المهن الشاقة والمجهدة في نفس الوقت، وتتميز هذه المهنة بالحرص والاحتراز في أداءها، وترتبط فيها واجبات تفرض على العاملين فيها ضغوطا قد تكون مصدرا للضغط النفسي.فقد بينت العديد من الدراسات في هذا المجال، أن العاملين في مهنة التمريض من أكثر المهنيين المعرضين للضغوط النفسية، وذلك لما تتضمنه من مواقف مفاجئة، وشعور بالمسؤولية نحو المرضى، وأعباء عمل زائدة يتعرض العاملين في هذه المهنة إلى معاناة العديد من المشكلات النفسية والصحية الناجمة عن شعورهم بالضغوط النفسية في العمل (Marina,1984).

ومن هنا كان التوجه لإجراء هذه الدارسة في محاولة للوقوف على هذا الموضوع المؤثر في أداء فئة من الفئات المؤثرة في حياة الأفراد، ويمكن تحيد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة على السؤال التالي: **هل تعاني العاملات في مهنة التمريض من ضغوط نفسية مهنية ؟**

أهمية الدراسة

يمكن توضيح أهمية الدراسة على المستويين العلمي والعملي على النحو التالي:

أ) الأهمية العلمية:

تستمد هذه الدراسة أهميتها في أنها إضافة علمية للمكتبة العربية، وذلك باعتبارها تتناول"**الضغوط النفسية لدى العاملات بمهنة التمريض** "وذلك بالتطبيق على العاملات بهذه المهنة بمستشفى صوير التعليمي، ويُمثل ذلك إضافة علمية إلى التخصص، فضلاً عن التأصيل العلمي في أداء الممرضات .

ب) الأهمية العملية:

- يحاول البحث الحالي الكشف عن مدى معاناة الممرضات في الضغوط المهنية النفسية، ويمكن اتخاذ إجراءات كفيلة للتصدي لهذه الضغوط وإيجاد حلول مناسبة من طرف المسئولين ومتخذي القرار في قطاع الصحة، لهذه الفئة الذين يقومون بعمل أنساني.

أهداف الدراسة :

- التعرف على الضغوط المهنية لدي الممرضات العاملات بمهنة التمريض .
- التوصل إلى مقترحات وتوصيات تساهم في حل المشكلة.
- الوقوف على مصادر الضغوط النفسية والمهنية لدى الممرضات .

منهج الدراسة :
اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي المسحي الميداني لأفراد عينة البحث للتعرف على مصادر الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض.

حدود الدراسة:
تنقسم حدود الدراسة إلى حدود موضوعية وبشرية ومكانية وزمانية كما يلي:**الحدود الموضوعية**: تقتصر الدراسة الضغوط النفسية التي تعاني منها لعاملات في مهنة التمريض.
الحدود البشرية: تقتصر هذه الدراسة على عينة من العاملات في مهنة التمريض بمستشفى صوير .
الحدود المكانية: تقتصر الدراسة على مستشفى صوير.
الحدود الزمانية: يتم تجميع البيانات الأولية اللازمة للبحث من مصادرها المختلفة خلال عام٢٠٢٢م، وذلك من خلال إجراء استبيان لتوفير البيانات في فترة محددة وجمع البيانات مرة واحدة (Cross Sectional Data).

مصطلحات الدراسة:
الضغوط النفسية:
تجربة ذاتية لدى الفرد تحدث نتيجة لعوامل في الفرد نفسه، أو عوامل في المنظمة التي يعمل لديها الفرد، مما يؤدي إلى أثار جسمية أو نفسية، أو سلوكية(هيجان، ١٩٩٨) . والضغوط النفسية تعني وجود عوامل خارجية أو داخلية ضاغطة على الفرد بصورة توجد لديه إحساسا بالتوتر، وحينما يزداد حدة الضغوط فإن الفرد يفقد قدرته على التوازن (جمال أبو دلو، ٢٠٠٨).
وتعرفها الباحثة إجرائيا : الضغوط التي تتعرض لها الممرضات نتيجة لعوامل نفسية تعيق مجرى العمل في واحدة من مستشفيات منطقة الجوف.

الممرضة (Nurse):
وهي إنسانة مهنية لديها الحصيلة المعرفية والمهارة والثقة بالنفس التي تمكنها من العمل في مختلف الوحدات الصحية بتعاون مع الزميلات في الطاقم الطبي الصحي وهي عنصر نشط في المؤسسة الصحية وإحداث التغيرات الايجابية ولديها كثير من الأدوار التي تؤديها (كمال نزال وآخرون، ٢٠١٣).
وتعرفها البحاثة إجرائيا : إن الممرضة هي من اجتازت بنجاح مجموعة من البرامج التعليمية المتخصصة في المجالات الطبية المختلفة والتي تؤهلها للعمل بنجاح بمهنة التمريض في المؤسسات الطبية .

الإطار النظري والدراسات السابقة

(٢-١) مفهوم الضغط النفسي المهني:

ظهرت تعاريف متعددة لضغط العمل النفسي، اختلفت باختلاف الطريقة التي نظهر إليها الباحثة إلى ضغط العمل، الموضوع الذي يقوم بدراسته فقد عرف بارون Barum الضغط النفسي في العمل بأنه: مخلصة لحالتين مختلفتين، تشير الأولى إلى ظروف العمل المادية والاجتماعية التي تحيط بالفرد في مكان عمله، والتي تشبب له نوعا من الضيق والتوتر.

في حين تعني الثانية ردود الفعل النفسية المتمثلة بالشعور غير المسار التي ينتاب الفرد بسبب هذه العوامل (عسكر، ٢٠٠٠).

بينما جاء تعريف الضغط النفسي وفق فريق عمل المعهد الدولي للمن المهني والصحة Norish بأنه: استجابات انفعالية ضارة ومؤذية، تظهر عندما لا يكون هناك تناسب بين متطلبات العمل وقدرات الفرد ومصادره، وحاجات العمل " (Nosih.1998) .

وتعرف الباحثة الضغط النفسي المهني بأنه ضغوط نفسية تؤثر على سير العمل في مهنة التمريض.

(٢-٢) مصادر الضغوط النفسية في مهنة التمريض :

تكشف المحاولات المبذولة لتحديد مصادر الضغط النفسي المهني لدى العاملين في مهنة التمريض عن مجموعة من المصادر والأسباب التي يمكن أن تسهم في حدوث الضغط النفسي لديهم والتي يمكن تصنيفها إلى :

(٢-٢-١) مصادر متعلقة بطبيعة العمل :

ويقصد بها الطبيعة المادية التي تحيط بالفرد في محل عمله كالإضاءة في محل عمله والتهوية jالرطوبة والضوضاء وهذه تسبب انتهاكا جسديا .

(٢-٢-٢) مصادر متعلقة بعبء العمل :

عبء كمي ويعني كثر أعمال الفرد التي عليه انجازها في وقت غير كاف وعبء كيفي ويحدث عندما يشعر الفرد أن المهارات المطلوبة لانجاز مستوى معين أكثر من قدراته.

وان الممرضات يقعون تحت مستويات عالية من ضغط العمل بسبب عبء العمل بنوعيه .

وقد كشفت العديد من الدراسات الحديثة هذه النتيجة حيث أن العمل الزائد Over load من أكثر أسباب الضغوط تكرار لدى الممرضات بسبب زيادة حجم العمل لديهن وكثرة المسؤوليات التي يكلفن بالقيام بها (Wong2001)

(٢-٢-٣) مصادر تعلق بدور الفرد في العمل: وتشمل :

أولا : غموض الدور:

وينشأ عندما يصبح الفرد غير متأكد من أمور كثيرة لها علاقة بوظيفة ومدى مسؤولياته، وحدود سلطته، أو عندما تبيان توقعات الآخرين بشأن دور معين والمسؤوليات المرتبطة به .

ثانيا : صراع الدور:

ويظهر بسبب متطلبات العمل المتناقضة وقد اثبت عدة بحوث وجود علاقة جوهرية بين صراع الدور وغموض الدور ومكونات الأعباء المهنية لدى هيئة التمريض (Boyd. 1996).

ثالثا: المناوبة الليلية :

إن العمل الليلي يسبب ضغطا نفسيا وجسديا للعمل، بسبب عدم التناغم بين الحياة العملية والحياة الاجتماعية، وإن وقت العمل الليلي هي من أهم الأوقات المثيرة للضغط النفسي في العمل لدى العاملين في مهنة التمريض وهذا ما توصلت إليه دراسة (الطريري، ١٩٩٤) .

رابعا: زيادة المسؤولية :

تشكل المسؤولية مصدرا أخر لتوتر الفرد في أثناء ممارسة دوره في المنظمة، وبالإمكان التفرقة هنا بين هذين النوعين من المسؤولية مسؤولية نحو الأفراد، ومسؤولية نحو الأشياء.وأن الممرضات يتعرضن لمواقف فعليه تثير لدينهن الشعور بالقلق بسبب تعرضهن لمواقف حياة وموت المرضى وشعورهن بالمسؤولية نحو المرضى، فضلا عن الارتباط النفسي والعاطفي بهم (الربيعة، ٢٠٠٢) .

خامسا: النمو الوظيفي :

يعد تأخر النمو الوظيفي وعدم القدرة على التطور المهني والافتقار إلى فرص الترفيه من أهم مسببات الضغط النفسي المهني بعدم الشعور بعدم الأمن النفسي أو الوظيفي، أو الخوف من الفصل أو التقاعد المبكر.

(٢-٢-٤) مصادر متعلقة بالعلاقات الاجتماعية في العمل وتشمل:

- العلاقة مع زملاء العمل :

يمكن أن يحدث الضغط في بيئة العمل نتيجة لفقدان الفرد الدعم الاجتماعي من قبل زملائه، كما أن طبيعة لعلاقة التي تربط الأفراد بعضهم ببعض تجدد درجة الضغط النفسي لديهن، فعندما تكون هذه العلاقة ذات طبيعة تنافسية وغير متوازية الأمر الذي يزيد من حدة الضغط النفسي، وان الغيرة والتنافس وسوء العلاقة أو التواصل مع زملاء العمل ويؤدي إلى زيادة الضغط النفسي في العمل .

وهذا ما توصلت إليه دراسة(الشريف، ٢٠٠٣) .

- **العلاقة مع الإدارة :**

كما أن العلاقات السيئة والمشحونة بين العاملين والمديرين، تزيد من احتمال زيادة الضغط النفسي لديهن .

- **العلاقة مع المرضى:**

إن تقديم الخدمة التمريضية لمرضى يعلنون أمراضا مختلفة وفي أوضاع نفسية سيئة هو بحد ذاته مصدر ضغط لعمل الممرض أو الممرضة.

(٢-٣) الدراسات السابقة :

اطلعت الباحثة على العديد من الدراسات ذات العلاقة، وتم اختيار أهم الدراسات التي لها علاقة بمتغيرات البحث هذا ومنها:

الدراسات العربية:

- دراسة مجمد أبو الحسين (٢٠١٠) التي هدفت إلى التعرف على الضغوط النفسية للمرضين والممرضات الذين يعملون في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة في ضوء بعض المتغيرات وتكونت العينة من (٢٣٤) ممرضا وممرضة، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس في الضغوط النفسية ولقد كانت الفروق لصالح الإناث في البعد النفسي.
- دراسة كمال تزال وآخرون (٢٠١٣) وهدفت الدراسة إلى التعرف على ضغوط العمل التي تتعرض لها الممرضات العاملات في المستشفيات الحكومية والخاصة (في قطاع غزة كمال هدفت إلى العلاقة بين ضغوط العمل والصحة النفسية، وأيضا هدفت إلى الكشف على مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى ضغوط العمل .

الدراسات الأجنبية:

- دراسة تشايمان (Chapman 1999) والتي هدفت إلى اختيار العلاقة بين إدراك الممرضين المساندة زملائهم في العمل ومستويات ضغط العمل وتكونت العينة من (٥٠٠) ممرض وممرضة أخذت من مستشفيات ولاية ايواء الأمريكية، واستخدم الباحث استبانه معدة لهذا الغرض، وقد أشارت النتائج إلى أن الممرضين والممرضات يدركون انخفاض مساندة زملائهم يؤدي إلى شعورهم بزيادة في مستوى الضغط النفسي لديهم، كما بينت الدراسة أن الذين امضوا في العمل سنتين أو اقل كانوا أعلى في مستويات ضغط لعمل من زملائهم الآخرين.
- دراسة كيلو(Kellow,2001) والتي هدفت إلى الكشف عن أنماط الضغوط ومصادرها وطرائق التكيف معها لدى ممرضي وممرضات قسم الطواري بمستشفيات وينيبج Winnipeg الكندية، حيث أشارت النتائج إلى وجود ضغوط واضحة لها علاقة بالتعامل مع المرضى، وأخرى لها علاقة بنظام العمل القائم

في قسم الطواريء وثالثة تتصل بالعلاقات الشخصية مع زملائهم في العمل مع بعضهم ومع الزاخرين.

- **التعليق على الدراسات السابقة:**

ترى الباحثة أن معظم الدراسات السابقة التي حصلت عليها والخاصة بموضوع الدراسة هنالك تقارب كبير بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة التي حصلت عليها .

منهجية الدراسة

تعتبر منهجية الدراسة حلقة وصل بين ما هو مؤكد من خبرة وتراكم معرفي، وبين القدرة على إنجاز الأهداف من الخبرة والمعرفة في مؤسسات الأعمال للحاضر والمستقبل. لذا خصص هذا الفصل لتوضيح المنهجية المستخدمة في إعداد الدراسة الميدانية للدراسة، وذلك من خلال عرض ومناقشة الموضوعات التالية: مقدمة، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة، وحدة التحليل، أدوات جمع البيانات، النتائج المتوقعة للدراسة، التوصيات المقترحة، المراجع، الملاحق.

(٣ – ١): مجتمع الدراسة

يتمثل مجتمع هذه الدراسة من عينة من الممرضات العاملات بمستشفى صوير التعليمي والبالغ عددهن (٧٥) .

(٣ – ٢): عينة الدراسة

بناءً على نتائج المسح الأدبي للدراسات السابقة التي قامت بها الباحثة بالاستناد إليها، بلغ حجم العينة التي استعانت بها الباحثة في هذه الدراسة إلى (٧٥) من العاملات بمهنة التمريض بمستشفى صوير التعليمي.

(٣-٣) : وحدة التحليل:

تعد وحدة التحليل هي الكيان الرئيسي الذي يتم تحليله في الدراسة. وهي عبارة عن "ما" أو "من" تتم دراسته. في أبحاث العلوم الاجتماعية، تشمل وحدات التحليل النموذجية الأفراد (الأكثر شيوعاً) والمجموعات والمنظمات الإجتماعية والنتاج الإجتماعي. وتتضمن وحدة التحليل في الدراسة الحالية هي عينة من الممرضات العاملات بمستشفى صوير التعليمي، في نطاق حدود البحث المكانية والزمنية.

(٣ – ٤): أدوات جمع البيانات

ستعتمد الباحثة في تجميع بيانات الدراسة الميدانية من مصادرها الأولية على قائمة إستقصاء موجهة إلى مفردات عينة البحث.

واعتمدت الباحثة في إتمام هذه الدراسة على الأسلوبين التاليين:

أ- الدراسة النظرية:

- وشملت الاعتماد على المراجع العربية والأجنبية التي تناولت موضوع دراستنا، وكذلك المعلومات الخاصة بمجتمع الدراسة.

ب- ب -الدراسة الميدانية:

وذلك عن طريق جمع البيانات الأولية من مستشفى صوير التعليمي محل الدراسة وتحليلها .

(٣ -٥): النتائج المتوقعة للدراسة

تتمثل النتائج المتوقعة للدراسة فيما يلي:

- يوجد أثر للضغوط النفسية المهنية في أداء الممرضات العاملات في مهنة التمريض .
- تبين أن الضغوط النفسية في مستشفى صوير التعليمي له اثر كبير في الأداء وذلك من وجهة نظر الممرضات.
- تعمل الإدارة في مستشفى صرير التعليمي على درجة كبيرة في أرضا العاملات بمهنة التمريض.
- بينت النتائج أن الضغوط النفسية له علاقة قوية بالأداء وهذا يؤدي إلى تعسر الأبتكار والأجتهاد، وخاصة أن بيئة العمل في مستشفى صوير التعليمي تتطلب ذلك.

(٣ – ٦): التوصيات المقترحة

بناءاً على ما أسفرت عنه نتائج الدراسة، يوصي الباحث فيما يلي:

- ضرورة وجود برامج متابعة من أخصائيين نفسين من اجل التخفيف من التوتر الناشئ من بيئة العمل، وإعداد برامج تسهم في توعية قطاع الممرضات ومساعدتهم في التخطيط المهني في عملهن .
- القيام ببرامج ترفيهية لطاقم الممرضات للتخفيف من الضغط النفسي وزيادة التواصل الاجتماعي بينهن
- ضرورة تصميم برامج إرشادية تهدف إلى تعريف الممرضات بأهمية التخلي عن التوتر اتجاه عملهن .
- التأكيد على أن دور الممرضات لا يقل اهمية عن دور الأطباء والعاملين في نفس الميدان.
- عقد ورش عمل لتحسين بيئة العمل بما يتضمن الضغط النفسي وكذلك البرامج التي من شأنها رفع الكفاءة الذاتية للممرضة في الأقسام المختلفة.

المراجع :

أولا : المراجع العربة :

- جمال أبو دلو (٢٠٠٨). الصحة النفسية، دار أسامة للنشر، الأردن، عمان .
- كمال نزال، علي المهدي صوالحة ومحمد المومني(٢٠١٣)، مستوى الضغوط النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في القطاعين الحكومي والخاص في شمال الأردن، مجلة عالم التربية، مصر، المجلد ١٤، العدد٤٣ ص ٢٣٩ .
- الربيعة، فهد عبد الله (٢٠٠٢). الانهاك النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية بالرياض، مجلة الوطن، العدد (٦٦٢).
- الشريف، ليلى (٢٠٠٣). أساليب مواجهة الضغط النفسي وعلاقتها بنمطي الشخصية لدى أطباء الجراحة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- الطريري، عيد الرحمن (١٩٩٤). الضغط النفسي مفهومه، الطبعة الأولى، مطابع شركة الصفحات الذهبية، الرياض.
- عسكر، علي عبد الله احمد (٢٠٠٠). مدى تعرض العاملين للضغوط في العمل، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد (١٦) . العدد (٤). ص٨٨ .
- هيجان، عبد الرحمن (١٩٩٨). ضغوط العمل. الطبعة الاولى، معهد الادارة العامة، الرياض.

ثانيا: المراجع الأجنبية :

-Boyd.j (1996).confict and Role Ambiguity as predictors of Hospice Nurses and Sicial Worhes Upubishert ph.D, Disertation University of florida, pp:88-91

- Chapman.j. (1999). Collegial Support Linked Reduction of job Stress Nursing Management Voil (24) No (5) May.

- Kellow.j. (2001).Exploring Types and Sources of stess in Emergency Nursing . -

- Noish Working Group (1998).Stres at work http// www.ed,gov.-

-Wong. D(2001)Mental Health of Chinese Nurses in Hong Kong. The Roles of Nursing Stress and Coping

Strategies.On line Journal of issuessin Nursing. Available http//. www.nursinworld.org. 12.7.