

جامعة ابن خلدون - تيارت -



كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية



قسم العلوم الاجتماعية

المسار: علم النفس

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص: علم النفس العمل والتنظيم والأرغونوميا

مساهمة الضوضاء في ظهور الاستجابات الاكثائية

\*دراسة مقارنة بين العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة في

ظهور الاستجابات الاكثائية

دراسة ميدانية بالمؤسسة الصناعية sofact بولاية تيسمسيلت.

تحت إشراف

إعداد:

أ. حمدادة ليلي

- علي باي حنان

- كجود فاطمة.

السنة الجامعية: 2016/2015

شكر وتقدير

نحمد الله الذي وفقنا في إنجاز هذا البحث والشكر له

سبحانه وتعالى أولاً وأخيراً

يسرنا أن نتقدم بالشكر الجزيل والتقدير إلى الأساتذة

المشرفة حمادة ليلي التي لم تبخل علينا بالنصح

والارشاد والتوجيه

كما نتقدم بالشكر إلى الأساتذة الكرام أياحي، أتيتشيش، أ

بن قويدر

وإلى كل من مدى لنا يد العون وساعدنا في إكمال هذه

الدراسة

## الإهداء:

أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى التي سهرت من أجل  
تربيتي إلى أمي الغالية أطال الله في عمرها  
إلى منبع قوايا وإرادتي إليك يا أبي الغالي، إلى كل  
الإخوة الذين ساندوني ماديا ومعنويا فلهم كل التقدير  
والاحترام، إلى زوجي رابح رفيق دربي أطال الله في عمره  
إلى كل من ساندني وقدم لي يد العون من قريب أو  
بعيد، إلى كل الأحبة والاصدقاء

فاطمة

الإهداء

أهدي ثمرة جهدي هذا إلى الوالدين الغاليين حفظهما  
الله لي

إلى كل من مدّ لي يد العون إلى كل الإخوة  
والأخوات

إلى من ساندني من قريب ومن بعيد، إلى كل الأحبة  
والأصدقاء

حنان

الصفحة	فهرس المحتويات.
أ	الإهداء.
ت	كلمة شكر.
ث	فهرس المحتويات.
ج	فهرس الجداول.
د	فهرس الأشكال.
هـ	ملخص البحث.
1	مقدمة الدراسة.
الفصل الأول: تقديم الدراسة	
2	1- إشكالية الدراسة
3	2- فرضيات الدراسة
4	3- أهداف الدراسة
4	4- أسباب اختيار الموضوع
5	5- أهمية الموضوع
5	6- المفاهيم الاجرائية
5	7- الدراسات السابقة
الفصل الثاني: الإطار النظري (الضوضاء والاكتئاب)	
المبحث الاول: الضوضاء	
18	تمهيد
18	1 - تعريف الضوضاء
20	2- مصادر الضوضاء
22	3- أنواع الضوضاء
22	4- قياس الضوضاء ومستوياته
24	5- أضرار الضوضاء
27	6- طرق الوقاية من الضوضاء

	المبحث الثاني: الاكتئاب
32	1- تعريف الاكتئاب
33	2- أسباب الاكتئاب
34	3- آثار الاكتئاب
35	4- النظريات المفسرة للاكتئاب
37	5- أنواع الاكتئاب
38	6- علاج الاكتئاب
40	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة	
41	تمهيد
41	1- المنهج المستخدم في الدراسة
41	2- المجتمع الأصلي للدراسة
42	3- الدراسة الاستطلاعية
42	3-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية
42	3-2 حدود ومجالات الدراسة
44	3-3 أدوات الدراسة الاستطلاعية
45	3-4 نتائج الدراسة الاستطلاعية
49	3-5 التعقيب على الدراسة الاستطلاعية
49	4- الدراسة الأساسية
49	4-1 مجالات الدراسة الأساسية
49	4-2 وصف عينة الدراسة
54	4-3 أدوات الدراسة الأساسية
55	5- الأساليب الإحصائية المعتمدة
الفصل الثالث: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
56	تمهيد

56	1- عرض نتائج الدراسة
56	1-1 عرض نتائج التساؤل الأول
57	1-2 عرض نتائج التساؤل الثاني
59	1-3 عرض نتائج الفرضية الأولى
60	1-4 عرض نتائج الفرضية الثانية
61	1-5 عرض نتائج الفرضية الثالثة
62	2- مناقشة نتائج الدراسة
63	2-1 استنتاج للتساؤلات الاستكشافية
63	2-2 مناقشة الفرضية الأولى
65	2-3 مناقشة الفرضية الثانية
66	2-4 مناقشة الفرضية الثالثة
68	الاستنتاج العام
69	اقتراحات الدراسة
70	خاتمة
71	قائمة المراجع
	الملاحق

- قائمة الجداول:

رقم الجدول	اسم الجدول	الصفحة
01	يوضح المصادر العامة للضوضاء ودرجاتها	23
02	قائمة التقدير- لدليل التشاور ديباريس- في تشخيص المخاطر المهنية. (الضوضاء)	43
03	نتائج تقييم الضوضاء داخل ورشات مجمع(sofact)	45
04	توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة	48
05	توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة	50
06	توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة	51
07	توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة	52
08	درجات الاكثتاب	53

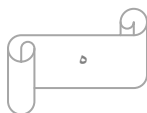
09



قائمة الأشكال

الصفحة	اسم الشكل	رقم الشكل
50	أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة	01
51	أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة	02
53	أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة	03

04



قائمة الملاحق

رقم الملحق	اسم الملحق
01	يوضح مقياس بيك للإكتاب
02	يوضح الهيكل التنظيمي للمؤسسة الصناعية صوفاكت

## ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مساهمة الضوضاء في ظهور الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في المؤسسة الصناعية لصناعة النسيج والأغطية صوفاكت ,وذلك في ورشة بها ضوضاء مرتفعة و ورشة بها ضوضاء منخفضة, إضافة إلى ذلك الكشف عن الفروق في الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة و بيئة بها ضوضاء منخفضة, إضافة إلى معرفة الفرق في الاستجابات الاكتئابية من حيث السن والأقدمية .

تكونت عينة الدراسة من (58) عامل حيث تم استخدام المنهج الوصفي المقارن , تم استخدام دليل التشاور ديباريس لتشخيص المخاطر المهنية حيث أخذنا محور الضوضاء لأجل تحديد نوع البيئة ومستواها الضوضائي، وللتحقق من فرضيات الدراسة استعنا بمقياس بيك لكشف درجات الاكتئاب عند العمال.

أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

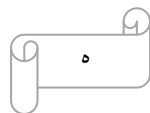
- يعاني العمال في ورشة بها ضوضاء مرتفعة وورشة بها ضوضاء منخفضة من الاكتئاب

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وبيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى للمتغيرات الديمغرافية (السن - الأقدمية).

الكلمات المفتاحية:

الضوضاء الصناعية، الاستجابات الإكتئابية.



مقدمتہ

## مقدمة:

تعتبر المؤسسات الصناعية كمجتمع مصغر ذلك لأنها أصبحت تشغل مساحة جغرافية معينة، تتكون من مجموعة أفراد كل واحد منهم يشغل دورا اجتماعيا ووظيفيا متميزا يكمل أدوار الآخرين، إضافة إلى وجود علاقات اجتماعية بين أعضائه وممارسات سلوكية يتمتع بها كل من عمال وإداريو ومدراء المصانع.(الحسن،2005: 75)، وهذه الأخيرة تختلف تبعا لاختلاف النشاط الصناعي المطلوب والذي تسعى المؤسسة إلى إنتاجه، مع التركيز على تنميته وتطويره لذا أصبحت أغلب المؤسسات تبحث عن اليد العاملة النشطة التي تساهم في زيادة الإنتاج وتحسين نوعيته، إضافة إلى سعي المؤسسة إلى امتلاك أحدث الماكينات وفق عصر المؤسسة واستغنائها عن الآلات التقليدية، إلا أن هذا التطور المشهود الذي يسعى لتحقيقه كل أرباب المؤسسات الصناعية أصبح عاملا سلبيا يهدد العامل المسير لهذه الآلات، إذ أنها المصدر الرئيسي لظرف فيزيقي غير مرغوب فيه وهو ما يعرف بالضوضاء الصناعية، التي تعرف بأنها تلك الأصوات المزعجة التي يكون مصدرها مختلف الآلات المستخدمة في عملية التصنيع.

أصبح هذا المصطلح شائعا بين اليد العاملة بالمؤسسات الصناعية، وذلك باعتبارهم الأكثر استهدافا وتضررا فنجد أغلب العمال يعانون من اضطرابات عضوية وأشدّها الاضطرابات النفسية، أبرزها ظهور الاستجابات الاكتئابية التي تتفاوت درجاتها حسب تكيف الفرد مع الضوضاء فنجد العديد من الدراسات تثبت أن للضوضاء تأثير كبير على المستوى النفسي فيصاب المتعرض بالإحباط والانزعاج وانخفاض مستوى الأداء لدى عمال المصانع.

وعليه هدفت دراستنا الحالية إلى دراسة الفروق بين عمال بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة في ظهور الاستجابات الاكتئابية وذلك عند عمال المؤسسة الصناعية sofact بتيسمبيلت.

وقع اختيارنا على هذا الموضوع نظرا لما له من أهمية في فهم واقع العمال خاصة عمال المؤسسات الإنتاجية باعتبارهم العنصر الفاعل في البيئة الصناعية.

وعليه قسمت دراستنا إلى أربعة فصول، الفصل الأول احتوى على تقديم الدراسة بحيث شمل، أهداف دراستنا وأهميتها، أسباب اختيارنا لموضوع الضوضاء الصناعية ومساهمتها في ظهور الاستجابات الاكتئابية، إشكالية الدراسة وفرضياتها، المفاهيم.

الفصل الثاني: تحت عنوان الإطار النظري للدراسة الذي شمل كل من عنصر الضوضاء وعنصر الاكتئاب.

الفصل الثالث: والذي شمل الإجراءات المنهجية بوصفنا لأداة الدراسة، منهج الدراسة، مجتمع البحث وتحديد أهم الأساليب المعتمدة في الدراسة.

الفصل الرابع: والذي تم فيه عرض قراءة وتحليل النتائج المتوصل إليها وتفسيرها. إليها مفادها أن أغلب عمال ورشات كل من البيئة المرتفعة الضوضاء والبيئة منخفضة الضوضاء بالمؤسسة الصناعية sofact لا يعانون من الاكتئاب وأنهم لا يختلفون في تعرضهم للاستجابات الاكتئابية تبعا للمتغيرات (السن والأقدمية)، وقد ركزت دراستنا على إثراء بحثنا هذا بمجموعة من التوصيات والاقتراحات.

# الفصل الأول: تقديم الدراسة

## 1- الإشكالية:

أصبح موضوع ظروف العمل الفيزيكية السيئة من أكثر المشاكل المهنية شيوعا بين العمال عامة وعمال المؤسسات الصناعية خاصة، إذ تشهد أغلبها مستوى عالي من الضوضاء، التي تظهر في شكل مثير صوتي مزعج غير مرغوب فيه إذ تختلف شدتها باختلاف طبيعة العمل.

واستنادا للدراسات العديدة حول موضوع الضوضاء توصل الباحثون أن الضوضاء تمس الجانب النفسي للعمال، خاصة الأفراد العاملين بالمؤسسات الصناعية، هذا ما تأكده دراسة إسعادي فارس حول أثر الضوضاء على العاملين في المؤسسات الصناعية، توصل إلى أن الضوضاء تؤثر في الإنسان تأثيرا بالغا يبدأ من الانزعاج إلى الموت،(فارس،2015) وفي الجزائر أكدت دراسة قام بها بلاش(2010) أن الضوضاء الصناعية التي يتعرض لها العمال في المؤسسات الجزائرية سبب في ظهور الاكتئاب النفسي، (كحلوش،2015: 366) الذي يختلف التعبير عنه حسب الشخصية النفسية لكل عامل فنجد،تأنيب الذات، عدم التحكم في الانفعالات السلبية، القلق، الميل إلى الحزن وغيرها من الاضطرابات التي تعبر عن اكتئاب العامل.

ويعد الاكتئاب النفسي (Depression) احد أكثر الأمراض شيوعا في الوقت الحاضر وتؤكد الدراسات الحديثة بإمكانية انتشاره في المستقبل، والاكتئاب النفسي هو المرض الذي يؤثر على طريقة التفكير والتصرف، ويصاب به الذكور والإناث على حد سواء، كذلك يصاب الصغار والكبار وكذلك المسنين، لا يفرق بين مستوى التعليم والثقافة ولا المستوى المادي، الجميع عرضة للإصابة به، وقد شهدت الحقبة الأخيرة زيادة هائلة في حالات حدوث الاكتئاب النفسي في كل أرجاء العالم، وفي آخر إحصائية يشير تقرير منظمة الصحة العالمية إلى أن 2% من سكان العالم يعانون من الاكتئاب، أي حوالي



(300) مليون نسمة مصابين بالاكنتاب النفسي في العالم، وأشارت المنظمة إلى أن فردا من بين خمسة أفراد يمرون خلال حياتهم بخبرة الاكنتاب.(العادلي، 2010: 10).

ونظرا لأهمية الموضوع وقع اختيارنا على المؤسسة الصناعية sofact التي تعد من بين المؤسسات الصناعية التي تشهد ورشاتها مستويات ضوضاء عالية، وعليه جاءت دراستنا الحالية كمحاولة للكشف عن مساهمة الضوضاء في ظهور الاستجابات الاكنتابية عند العمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة وبيئة بها ضوضاء مرتفعة في المؤسسة الصناعية للنسيج والأغطية (sofact) ب تيسمسيلت .

ومنه نطرح التساؤلات التالية:

- 1- هل يعاني عمال ورشة بها ضوضاء مرتفعة من الاكنتاب؟
- 2- هل يعاني عمال في ورشة بها ضوضاء منخفضة من الاكنتاب؟
- 3- هل توجد فروق في الاستجابات الاكنتابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة؟
- 4- هل توجد فروق في الاستجابات الاكنتابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى للمتغيرات الديمغرافية (السن والاقدمية)؟

2- فرضيات الدراسة:

انطلاقا من التساؤلات سابقة الذكر قمنا بطرح مجموعة من الفرضيات وهي كالتالي:

- 1- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاستجابات الاكنتابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير (السن).

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير (الأقدمية).

### 3- أهداف الدراسة :

1- الكشف إذا كان العمال يعانون من الاكتئاب في مؤسسة صناعة النسيج والأغطية.  
2- معرفة مساهمة الضوضاء في ظهور الإستجابات الإكتئابية بمؤسسة صناعة النسيج والأغطية(صفاكت) بولاية تيسمسيلت.

3- الكشف إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وبيئة بها ضوضاء منخفضة.

4- الكشف إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية التي تعزى للمتغيرات الديمغرافية (السن - الأقدمية).

### 3- أسباب اختيار الموضوع :

1- إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس العمل والتنظيم والأرغونوميا.

2- حداثة الموضوع.

3- الانتشار الواسع لمخاطر الضوضاء في بيئة العمل.

4- تدهور الصحة النفسية لدى العامل في بيئة بها ضوضاء صناعية.

## 5- أهمية الدراسة:

- يعتبر موضوع الضوضاء الصناعية و الاستجابات الاكثابية لدى العمال من بين المواضيع المهمة في علم النفس العمل والتنظيم و الأرغونوميا، حيث تكمن أهمية هذه الدراسة في تسليط الضوء على مخاطر الضوضاء وما يترتب عنها من أضرار تمس بصحة العامل سواء النفسية أو الفيزيولوجية، وذلك بمحاولة الكشف عن مدى مساهمة الضوضاء في ظهور الاستجابات الاكثابية لدى عمال صناعة النسيج والأغطية، وكذلك السعي إلى تطبيق إجراءات السلامة المهنية والنفسية والجسدية للحفاظ على العنصر البشري، إضافة إلى إثراء المكتبة الجامعية بمعلومات حول الموضوع.

## 6- المفاهيم الإجرائية:

**الضوضاء المرتفعة:** هي نتائج التقييم المتحصل عليها من خلال قائمة التقدير - لدليل التشاور ديبايريس- في تشخيص المخاطر المهنية. (chek liste)

**الإستجابات الاكثابية:** هي الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص في مقياس بيك ونقول أن الاكثاب يظهر ابتداء من الدرجة الثانية.

## 7- الدراسات السابقة:

- أولاً: الدراسات المتعلقة بالضوضاء:

## 1- الدراسات العربية:

- دراسة أحمد محمد عبد الرحمان شحاته 2004 :

بعنوان " تحليل الضوضاء البيئية داخل نفق السوق الصغير بمكة المكرمة"، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، اهتم البحث بدراسة الظروف لبيئية الصوتية داخل

الفراغات مختلطة الأنشطة بين الإنسان والآلة وأسلوب تقييم مستوى الضوضاء البيئية وأثرها على صحة مستخدمي تلك الفراغات، توصلت الدراسة إلى أن النفق به مشكلة ضوضاء بأنواع تسبب أضرار نفسية وجسمانية لمرتادي ومستخدمي النفق وهذه الأنواع هي: ضوضاء مستمرة ناتجة عن مراوح التهوية تراوحت بين 92 و100 ديسيبل- ضوضاء لحنية ناتجة عن مراوح التهوية ذات تردد 630 هرتز بطاقة صوتية تبلغ 90 ديسيبل، ذات تردد 1.25 كيلو هيرتز. ضوضاء ترددية ناتجة عن أبواق ومحركات السيارات بمستوى شدة متوسطة وتتركز في الترددات المنخفضة بين تردد 20 هيرتز و 400 هيرتز، خلصت الدراسة أنه لا بد من الاهتمام بمتابعة مستويات الضوضاء البيئية في المباني التي تختلط بها أنشطة المنشأة مع الآلات. (شحاته، دس).

#### - دراسة خالد مطهر العدوانى 2012:

بعنوان " مشكلة الضوضاء التي يحدثها المراقبون أثناء الامتحانات وأثرها النفسي على الطلاب" تحددت مشكلة البحث في أثر الضوضاء التي يحدثها المراقبون أثناء الامتحانات على نفسية الطلاب، طبقت الدراسة على عينة اختيرت من طرف الباحث بطريقة عشوائية بسيطة بلغ عددها 400 طالب وطالبة من مدارس الجمهورية اليمنية اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي المسحي إضافة إلى أداة الدراسة التي كانت عبارة عن استبيان مقيد حول مشكلة الضوضاء تسبب آثار نفسية تمثلت في الاكتئاب والقلق والارتباك والتشتت لدى الطالب أثناء قيامه بالامتحانات بسبب ما يحدثه المراقبون من ضوضاء أثناء الامتحان. (العدواني، 2012).

#### - دراسة شكري إبراهيم الحسن 2013

حول "تقييم مشكلة التلوث الضوضائي وآثارها الصحية في بعض مدارس مدينة البصرة جنوبي العراق" من أجل تحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على أخذ قياسات الضوضاء

بواسطة مقياس مستوى الصوت من نوع Lutronsl-4013 في محيط 12 مدرسة مختارة داخل صفوفها وساحاتها إضافة إلى توزيع 240 استمارة استبيان على عينة عشوائية من الطلبة ومن أهم ما توصلت إليه الدراسة هو أن مستويات الضوضاء في داخل البيئة المدرسية وخارجها ضمن مدينة البصرة أعلى من المعايير أوصت بها المنظمة العالمية للبيئة لأسباب قريبا من مصادر الضوضاء كالورش الصناعية أو أصوات الطلبة العالية مما أدى إلى معاناة طلبة المدارس من مشكلات صحية مزمنة، جراء الضوضاء المحيطة ما انعكس سلبا على التحصيل الدراسي نهائيا. وأهم ما أوصت به الدراسة هو ضرورة متابعة منتظمة للحالة الصحية للطلاب مع إجراء قياسات لمستويات الضوضاء من أجل توفير بيانات سمعية صحية، و 80 ديسيبال ومن بين نتائج الدراسة أن المفحوصين الذين أوضحوا في استجاباتهم على الاستبيان أن بيئتهم المنزلية هادئة ولا تتسم بالضوضاء كانوا أقل انزعاجا وعليه تدل النتائج على أن هناك معامل ارتباط دال إحصائيا بين درجة الانزعاج العام وبين مدى الانزعاج الذي يشعر به الفرد في التجربة وقد أشار الباحثان في دراستهما أن الحساسية الزائدة للضوضاء وعدم المقدرة على التعود عليها بما ربما يمثلان عاملين من العوامل التي تصف الأفراد المستهدفين للاضطرابات الاكتئابية. (الحسن، 2013: 19)

## 2- الدراسات المحلية:

- دراسة (بلاش 1999): " إن أغلب العمال المتعرضين للضوضاء ذو المستوى المرتفع بمركب صناعة السيارات الصناعية بالروبية (الجزائر) قد أصيبوا بالصمم وهذا ما أثر على متوسط درجة العصبانية، الإحساس والانزعاج، بالمقارنة مع باقي العمال في المركب، كما أنهم يعانون من أعراض فيزيولوجية وسيكولوجية منها: صداع بنسبة (60.96%)، سهولة الإثارة بنسبة (85.53%)، تعب أثناء العمل بنسبة

(100%)، تعب عصبي بنسبة (70.72%)، صعوبات في النوم بنسبة (60.28%)، ارتفاع في دقات القلب بنسبة (58.53%)، الإحساس بالعزلة في محيط العمل بنسبة (70.72%)، مظاهر الخوف وعدم الأمان بنسبة (80.47%)، عدم الانتباه إلى أخطار محيط العمل بنسبة (92.67%)، قلق متزايد أثناء العمل بنسبة (80.48%)، تثاقل جسدي في نهاية العمل بنسبة (100%)، الانزعاج لسماع أدنى صوت بنسبة (75.60%)، التشاجر مع أفراد الأسرة بنسبة (80.47%) (كحلوش، 2015: 356)

- دراسة خلفان ومعروف 2012: التي أجريت على عمال بقطنية تيزي

وزو (الجزائر) حيث بينا أن العامل (النساج) معرض إلى الإصابة باضطرابات النوم، ضغط الدم، وذلك بسبب تواجد مجموعة من الظروف وبالدرجة الأولى مستوى الضوضاء المرتفع جدا المسجل في العمل حيث يصل إلى (105) ديسيبل وقد تزداد حدة آثار الضوضاء بالنظر إلى سن العامل والتي تكون أكبر عند الأفراد المتوسطين والمتقدمين في السن ونفس الشيء فيما يخص إمكانية الإصابة بالضغط الدموي التي تظهر أنها مرتفعة نظرا لمستوى الضوضاء 'الأقدمية' وعدد السنوات التي قضاها العامل في مركز العمل إضافة إلى توفر بعض الظروف النفسية، الاجتماعية، كخوف العمال من فقدان مناصب عملهم بالنظر إلى المشاكل الاقتصادية التي تعيشها مؤسساتهم وغياب فرص المشاركة في تسيير المؤسسة و في اتخاذ القرار والتي تزيد من الضغط المهني والتي يمكن أن تكون سببا للإصابة بالضغط الدموي من جراء العمل في محيط ضوضائي مرتفع. (مرجع سابق: 26)

### 3- الدراسات الأجنبية:

- دراسة Elliott (1971): عن تحمل الضوضاء والانبساط عند الأطفال، كانت عينة الدراسة مجموعة من الأطفال بعمر (5 و10) سنوات، وكان مصدر الضوضاء هو ضوضاء

بيضاء، وجاءت نتائج الدراسة أن المنبسطين أكثر تحملا للضوضاء من المنطوين على ذواتهم، فضلا عن أن الأولاد أكثر تحملا من البنات أما فيما يتعلق بعامل فلم يكن هناك اختلافات في المجموعتين العمريتين في مستوى تحمل الضوضاء. (الأسدي و عطاري، 2014: 354)

- دراسة بجوركمان وريلاندر (1980): " حول الآثار النفسية للضوضاء على العاملين المعرضين لها" تحدد هدف الدراسة في القياس المعلمي للإزعاج الناتج عن مصادر مختلفة للضوضاء وتكونت مجموعة المفحوصين من 40 طالبا من كلية الأدب (20 ذكورا، 20 إناثا)، بمتوسط سن مقداره 25 عاما و 5 أشهر وتضمنت أدوات الدراسة شرائط التسجيل مسجل عليها أصوات لأربعة مصادر للضوضاء (لوريات نقل ضخمة، طائرات، عربات نقل خفيفة شبيهة بالموتوسيكل، قطار)، كما تضمنت الأدوات استبيانات. كان مستوى الضوضاء في خلفية حجرة التجربة 36 ديسيبل بينما تراوحت ذروة الضوضاء الناتجة من مرور أي من المركبات الأربعة السابقة ما بين 70 و 80 ديسيبل، ومن بين نتائج الدراسة أن المفحوصين الذين أوضحوا في استجاباتهم على الاستبيان أن بيئتهم المنزلية هادئة و لا تتسم بالضوضاء كانوا أقل انزعاجا خلال التجربة من هؤلاء الذين أوضحوا في استجاباتهم للاستبيان أن بيئتهم المنزلية مزعجة. كما أظهرت النتائج أن هناك معامل الارتباط دالا إحصائيا بين درجة الانزعاج العام وبين مدى الانزعاج الذي شعر به الفرد في التجربة ولقد رأى الباحثان أن الاختلافات الفردية في تقييم مصادر الضوضاء ربما ترجع إلى كمية المعلومات المتاحة عن الضوضاء، الاتجاهات نحو مصدر الضوضاء، التعرض السابق للضوضاء احتمال التعود على الضوضاء، كما أشار الباحثان إلى أن الحساسية الزائدة للضوضاء وعدم المقدرة على التعود عليها ربما يمثلان عاملين من العوامل التي تصف الأفراد المستهدفين للاضطرابات العقلية وإذا تأكد ذلك فإن هذا يمكن أن يكون على قدر عال من الفائدة الإكلينيكية وذلك

بالتعرف على هؤلاء ذوي الحساسية الزائدة للضوضاء دون تعرضهم للاضطرابات العقلية (كحلوش، 2015:25).

- دراسة ( **1981 payen and key**): في التعرف على أثر الانزعاج وترددات الضوضاء في أداء مهمة معقدة لكل من الذكور والإناث وكان عدد الذكور 30، والإناث 30 وكان زمن الأداء 50 دقيقة وشرط الضوضاء كان هو العمل تحت ضوضاء واطئة التردد وضوضاء عالية التردد وأشارت النتائج إلى أن الضوضاء كانت مزعجة لكلا الجنسين وبمختلف الترددات إلا أن الضوضاء ذات التردد العالي كانت أكثر إزعاجا من الترددات الواطئة. (مرجع سابق:357)

- دراسة **1992 hygge** كان هدفها فهم أثر الضوضاء المزمنة في الأطفال من الناحية الفسيولوجية والإدراك الحسي والعمليات المعرفية والدافعية ونوعية الحياة، شملت عينة الدراسة الأطفال الموجودون بالقرب من مطار قديم وآخر جديد، أشارت التحليلات قبل إغلاق المطار القديم أن الأطفال المعرضين لأصوات الطائرات موازنة بالمجموعة الضابطة غير المعرضة يعانون من ارتفاع المستوى الهرموني في الجسم وارتفاع ضغط الدم في حالة الراحة والعمل كما بينت الدراسة التكيف الإدراكي الحسي للضوضاء. (الاسدي وعطاري، 2014:312).

- (دراسة كلتين، 2010): التي أجريت على 100 عامل يعملون بمصنع السكر بالجزائر، توصلت الدراسة إلى أن التعرض للضوضاء المرتفعة، ولمدة طويلة ومستمرة وبمستويات مختلفة تفوق المسموح بها، حيث قدرت مدة التعرض من 07-08 ساعات في اليوم بمعدل 40 ساعة في الأسبوع هذا يجعل معدل الصحة النفسية ينخفض لدى العمال، وبالتالي يترك آثار ضارة على الحالة النفسية لديهم، كما نقل عندهم عملية التفاعل الاجتماعي تدريجيا وتسبب انخفاض التواصل بين العمال سواء داخل أو خارج



مجال العمل، تؤدي الضوضاء المرتفعة الشدة إلى أعراض جسدية ومرضية كضغط الدم والسكري، وأمراض المعدة وفقدان الشهية. (كحلوش، 2015: 376)

- دراسة amy: تشير هذه الدراسة إلى أن التكيف مع الضوضاء هو نتيجة التعرض المتكرر لها. فكانت العينة أفرادا يعيشون في المدينة وأفراد يعيشون في الريف على أساس أن ساكني المدينة هم أكثر تحملا لتلوث الضوضاء موازنة بالأشخاص الذين يسكنون في الريف 'وبما أن المدينة يتركز فيها التلوث الضوضائي لذا من المنطق افتراض أن التكيف مع الضوضاء في المدينة يكون أكبر، وكانت أدلة إستبانة تتألف من أربعة أسئلة تدور حول كيف تتأثر بالضوضاء لا سيما في مواقف معينة، وإذا كانت في الريف أو المدينة مستعملا مربع كاي chi-square لتحليل البيانات، وجاءت نتائجه بعدم وجود علاقة ذات دلالة بين الأفراد الذين يعيشون في الريف والمدينة وتحمل الضوضاء أي بين مدة تعرضهم للضوضاء وتحمل الضوضاء. (الأسدي وسعيد، 2014: 353).

- دراسة جلاس وسنجر Singer and glass :

هدفت الدراسة في بحث الآثار الفسيولوجية والأدائية والنفسية للضوضاء وقد شكلت مجموعتان متكافئتان من المفحوصين الأولى تجريبية والثانية ضابطة، وطلب من أفراد المجموعة التجريبية أن يقوموا بأداء أنواع متعددة من الواجبات في موقف تصدر فيه ضوضاء متقطعة بقوة 108 ديسيبال. كانت هذه الضوضاء عبارة عن أصوات فردين يتحدثون اللغة الإسبانية وفرد ثالث يتحدث اللغة الإنجليزية إضافة إلى أصوات صادرة من جهاز للنسخ وآلة حاسبة وأخرى كاتبة.

قدمت الضوضاء بصورة متقطعة ثابتة وصورة متقطعة عشوائية كما استخدمت إجراءات إضافية منها: ظهور ضوء منذر يقوم بتثبيته المفحوصين بقدوم الضوضاء، إخبار المفحوصين أنهم بإمكانهم إيقاف الضوضاء لو قاموا بالضغط على مفتاح معين. وقد تم

قياس توتر العضلات. أوضحت النتائج أن الظروف المختلفة للضوضاء، المتوقعة- غير المتوقعة والضوضاء المدركة من جانب المفحوصين بإمكانية ضبطها. أحدثت توترا كاستجابة أولية تفوق مقدار التوتر الذي وجد لدى مجموعة المفحوصين الذين لم يتعرضوا للضوضاء، كما بينت النتائج أن رد فعل المفحوصين للضوضاء انخفض مع تكرار تقديمها لمستوى قارب ظروف اللاضوضاء تقريبا وكذا من نتائج الدراسة كانت استجابة التوتر للضوضاء غير المتوقعة أقوى من استجابة التوتر لكل من الضوضاء المتوقعة والضوضاء المدركة.(مجيد،2012: 7)

#### -التعقيب على الدراسات:

أجريت معظم هذه الدراسات خلال الفترة (1971-2013) وفي بيئات مختلفة حيث أن البعض منها أجري في قطاعات صناعية وبعضها الآخر في المنشآت التعليمية بحيث تنوعت الأساليب المنهجية ما بين المنهج الوصفي والمنهج التجريبي والمسح والدراسات الإرتباطية .

انحصرت أهداف الدراسات العربية في قياس مستويات الضوضاء ومدى تأثيرها على الصحة الجسمية والنفسية للعامل.

على عكس الدراسات الأجنبية والمحلية التي فسرت النتائج بشكل سطحي دون أن تبين عينة الدراسة ولا حتى المقاييس أو الأدوات المستعملة وذلك يعود إلى الباحثين الغير مختصين في مجال الأرغونوميا .

**ثانيا :الدراسات المتعلقة بالإستجابات الإكتئابية:**

#### **1-الدراسات المحلية:**

- دراسة لعريط (2007): تحت عنوان "الانعكاسات النفسية والسلوكية لنظام العمل بالمناوبة" هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة السببية بين نظام العمل بالمناوبة والواقع النفسي للعمال المتمثل في كل من الاكتئاب، القلق، والضغط النفسي وذلك من خلال قياسهم على عينة الدراسة المتمثلة في مجموعتين الأولى تنتهج نظام العمل بالمناوبة والثانية خاضعة لنظام اليوم العادي، تم استخدام استمارة للدراسة الاستطلاعية المكونة من 24 فقرة تدرج تحت 5 بدائل (أبدا، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما) ومن النتائج التي تم توصل إليها في هذه الدراسة أنه يوجد فروق جوهرية في مستوى الاستجابة الاكتئابية لصالح العمال المتزوجين في نظام العمل بالمناوبة. (لعريط، 2007)

- دراسة زاوي سليمان (2012): "القلق والاستجابة الاكتئابية لدى المصابين بالقصور الكلوي المزمن والخاضعين للهموديايز" هدفت هذه الدراسة إلى التقرب أكثر من المرضى الراشدين المصابين بالقصور الكلوي المزمن والخاضعين لتصفية الدم الاصطناعية والتعرف على انعكاسات هذا المرض على حياتهم النفسية، وتمثلت عينة الدراسة على 8 حالات، تم الاعتماد على المقابلة العيادية، وبتطبيق كل من المقاييس سبيلبرجر للقلق ومقياس بيك للاكتئاب، وتمثلت نتائج هذه الدراسة أن هناك علاقة موجودة بين مرض القصور الكلوي المزمن وظهور مشاعر القلق والاكتئاب لدى المصابين به. (زاوي، 2012)

- دراسة بلغيث خديجة (2014): "حول الاستجابات الاكتئابية لدى المرأة بعد الولادة" شملت الدراسة عينة قصديه تكونت من 100 امرأة حديثة الولادة هدفت الدراسة إلى التعرف على الاستجابة الاكتئابية لدى المرأة بعد الولادة، اعتمدت الدراسة على مقياس بيك للاكتئاب، توصلت الدراسة إلى أنه تظهر لدى المرأة استجابة اكتئابية منخفضة بعد الولادة. (بلغيث، 2014)

## 2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة **zukerman** حول (تشخيص الاضطرابات الاكتئابية)، شملت الدراسة عشرة بلدان باستخدام محك الدليل التشخيصي الإحصائي الثالث dsm-3، اتضح أن مدى شيوع الاضطرابات الوجدانية في هذه البلدان قد تراوح ما بين 1.5% في تايوان إلى 19% في بيروت، كما وجدت أيضا نسب مرتفعة في باريس وفلورينسا ونيوزيلاندا. (غريب، 2007:60)

## 3-الدراسات العربية:

- دراسة إبراهيم(1978):تبين إنتشار الكثير من المشكلات النفسية والسلوكية التي تستحق الرعاية المهنية المتخصصة بسبب شدتها وخطورتها ومع ذلك فهي لا تلقاها فمثلا تبين أن الأعراض الدالة على وجود اضطرابات الاكتئاب ،وباستخدام المقاييس النفسية تنتشر بين أعداد كبيرة من الطلاب في إحدى الجامعات السعودية بما في ذلك الميل إلى اللوم الذاتي (64%)، والشعور بالعجز(52%)،فقدان الشهية(49%)،اضطرابات النوم(38%)،وبالمثل فقد عبر أفراد كثيرون من نفس العينة عن أعراض أخرى ذات متضمنات مرضية منها:العجز عن التركيز(54%)،الخجل الشديد(53%)،النسبة عندما تنور أعصابهم (42%)،والصعوبات الدراسية(33%).(إبراهيم،1978:152)

## - التعقيب على الدراسات:

تنوعت الدراسات بين دراسات محلية وعربية وأجنبية وفي بيئات مختلفة وفق ترتيب زمني،وقد تشابهت الدراسات في موضوع الاكتئاب في حين اختلفوا في الهدف من الدراسة وفي عدد أفراد العينة كدراسة ولسين 1996 التي بلغ عدد عينتها 11242 من المرضى الزائرين لعيادات الرعاية الأولية.

- التعقيب العام للدراسات السابقة:

بعد استعراض هذه الدراسات وجدنا نحن أن دراستنا لا تختلف كثيرا عن الدراسات السابقة كونها ركزت على مستويات الضوضاء ومدى تأثيرها صحة العامل الجسمية عامة والنفسية خاصة إلا أنهم اختلفوا من ناحية المنهج المستخدم والمقاييس والأدوات المستعملة .

# الفصل الثاني: الإطار النظري

## تمهيد:

يتمثل هذا الفصل في الإطار النظري للدراسة المتمثل في الضوضاء ويشمل عدة عناصر المتمثلة في مصادر الضوضاء، أنواعها، قياس الضوضاء ومستوياتها، أضرارها، طرق الوقاية منها، وأيضاً تناولنا في الإطار النظري الاستجابات الاكتئابية المتمثل في أسبابه، آثاره، النظريات المفسرة للاكتئاب، أنواعه، علاجه.

## - المبحث الأول: الضوضاء

## 01- تعريف الضوضاء

لإدراك معنى الضوضاء بشكل صحيح علينا التعرف ما هو الصوت أولاً فالصوت بحد ذاته نوع من أنواع الطاقة صادرة عن حركة تذبذب تموجية في وسط ما (كالهواء، الماء، والحديد) ولا بد لهذه الطاقة من أن تؤثر على حاسة السمع ويصدر الصوت من أشكال مختلفة من الاهتزازات المنتظمة كالموسيقى ، و منها الغير المنتظمة التي تحدث دويًا.

(فارس، 2015: 122)

تعرف الضوضاء على أنها الأصوات الشديدة غير المرغوب فيها والتي لها تأثير ضار على صحة وسعادة الإنسان.

في إطار نظرية المعلومات فهو كآلاتي: "الضجيج هو ذلك الحافز السمعي الذي لا علاقة له بالمهمة الآتية التي يقوم بها الفرد ولا يمدّه بأية معلومات ذات صلة بهذا الهدف". (مباركي، 2004: 121)

وعرفها حمو "بوظريفه" في كتابه "الضوضاء خطر على صحتك" بأنها أي صوت بغض النظر عن شدته قد يؤدي إلى آثار سيكولوجية أو فيزيولوجية غير مرغوب فيه لدى الفرد، والتي قد تتداخل مع نشاطات الفرد أو الجماعات، سواء تمثل ذلك في الاتصال، العمل، الراحة، الاسترخاء، النوم. (دوباخ، 2009: 26)

وقد عرفت الضوضاء أيضا بأنها "الأصوات الشديدة غير المرغوب فيها والتي لها تأثير ضار على صحة وسعادة الإنسان".

كما تعرف الضوضاء بأنها "الأصوات التي لا يرتاح لسماعها الإنسان، إذ ينفر تلقائيا منها لعدم تقبله لها فهي أصوات خشنة غير منتظمة لا معنى لها فضلا عن أنها ذات تردد عال تؤدي إلى اهتزاز طبلة الأذن بشدة". (الشوكي، 2012: 2)

والضوضاء هي "خليط متنافر من الأصوات ذات استمرارية غير مرغوب فيها، تحدث عادة بسبب التقدم الصناعي حيث يرتبط التلوث الضوضائي ارتباطا وثيقا في الأماكن المتقدمة وخاصة الأماكن الصناعية". (مالح، ب س)



ويشير العلماء بأن التلوث الصوتي " هو التغير المستمر في أشكال حركة الموجات الصوتية بحيث تتجاوز شدة الصوت المعدل الطبيعي المسموح به للأذن". (الفيفي وآخرون، 2009: 4)

وبتعريفنا الإجرائي للضوضاء يمكن القول أنها: "التشويش والانزعاج النفسي لعمال المصانع الناتج عن ارتفاع شدة صوت الآلات".

**02- مصادر الضوضاء:** تزداد مصادر الضوضاء مع ازدياد التقدم الصناعي التقني فكلما اعتمد الإنسان على استخدام الآلة في حياته كلما ازدادت واختلفت مصادر الضوضاء فهي كثيرة جدا وتشمل:

- مصادر ذات النشاط الإنساني:

أ- الضوضاء الناتجة عن وسائل النقل وتشمل الطائرات بأنواعها والسيارات والحافلات والشاحنات والقطارات والدراجات البخارية والسفن والمركبات البحرية. (العمرى، بس:

(10)

إذ تصدر هذه الأخيرة ضوضاء شديدة وتزداد حده مشكلة هذا النوع من الضوضاء يوما بعد يوم بسبب الاعتماد المتزايد على السيارات في عمليات النقل، وقد ترتب على ذلك أن أصبحت ضوضاء اليوم أكثر ارتفاعا مما مضى خصوصا في المدن الكبرى المكتظة

بالسكان. فقد حدد مستوى ضغط الصوت لسيارة تسيير 100كلم/سا مايقرب من77

ديسيبل.(الفيفي وآخرون 2009: 12)

ب- الضوضاء الصادرة عن أجهزة البناء والإنشاءات وتشمل أصوات آلات الحفر اليدوية

والآلية وآلة جلي البلاط. (السعود، 2007: 113)

ففي إحصائيات أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية تبين من خلالها أن عدد من

يتأثرون بهذه الضوضاء يصل إلى15 بالمائة من سكان الولايات المتحدة الأمريكية

وتشمل النسبة عمال الإنشاءات الذين يعملون في هذه المواقع بالإضافة إلى الأشخاص

الآخرين الذين يعيشون بجوار هذه المدن.

كذلك أشارت هذه الإحصائيات إلى الضوضاء الصادرة عن أعمال البناء تصل عادة إلى

المدارس وحجرات المنازل والمكاتب العامة مما قد يؤدي إلى خفض كفاءة التخاطب

والاتصال بين الأفراد والقصد من هذه الإحصائيات هو بيان خطورة الضوضاء الصادرة

عن البناء.(الفيفي وآخرون، 2009: 12)

ث- الضوضاء الصناعية:

يكون مصدرها المصانع أو أماكن العمل، وهي تؤثر على العمال وعلى عامة الناس،

حيث نجد العامل في هذه الأماكن تتأثر حواسه السمعية من الأصوات التي يسمعها كل

يوم، وهي تعتبر ضوضاء خطيرة للغاية تضر بصحة الإنسان بشكل مباشر، على الرغم

من أن باقي الأنواع تضر أيضا إلا أنه هذه أخطرها على الإطلاق. (كحلوش، 2015:

(62

03- أنواع الضوضاء: تتعدد أنواع الضوضاء التي يتعرض لها العاملون في المصنع

فهي حسب مجدي إبراهيم كالآتي:

- ضوضاء مستمرة (آلات الغزل والنسيج)

- ضوضاء متقطعة (أصوات المطارق والانفجارات)

ضوضاء ظرفية (الاصطدامات والارتطامات المتتالية)

- ضوضاء بيضاء (إطلاق البخار) (مباركي، 2004: 124 )

04- قياس الضوضاء ومستوياته:

تقاس مستويات الضوضاء بوحدة الديسيبل وكل ديسبل واحد يمثل عتبة يمكن سماعها

بالأذن البشرية، ويعادل مستوى التكلم الطبيعي لدى الإنسان 60 ديسيبل

مثلا. (الحسن، 2013: 20)

فالديسيبل يعتبر أشهر الوحدات المستعملة وهو أدنى فرق بين صوت وآخر تستطيع الأذن

البشرية أن تحسه، ولتقريب هذا المقاس إلى الذهن يمكن أن نقول أن صوت الإنسان عند

الهمس المنخفض جدا هو أقل الأصوات التي يمكن للأذن أن تسمعها لا تزيد قوته عن ديسيبل واحد.

فالديسيبل وحدة القياس العلمية لقياس التفاوت في الشعور والإحساس بين شدة صوتين وكلمة ديسيبل مشتقة من كلمتين، ديسي بمعنى عشرة، وبل وهي كلمة مضافة على شرف

جراهامبل مخترع التلفون. (الفيفي وآخرون، بس: 11)

والجدول التالي يبين بعض المصادر العامة للضوضاء ودرجاتها

جدول رقم(01): يوضح المصادر العامة للضوضاء ودرجاتها:

م	نوع الضوضاء	الشدة بالديسيبل	الأمثلة
1	مسموعة	صفر-10	الخافتة
2	هادئة جدا	10-30	حفيف الأشجار
3	هادئة	30-50	الآلة الكاتبة
4	متوسطة الارتفاع	50-70	مكيف الهواء
5	مرتفعة جدا	75-100	ضجيج الشارع
6	ضوضاء مزعجة	100-130	طائرة نفاثة
7	شدة الخطورة	200	صاروخ

05- أضرار الضوضاء: الضوضاء عامل ذو تأثير سيء على العامل وإنتاجه، ويرجع ذلك إلى سببين رئيسيين، هما كون الضوضاء عاملاً مزعجاً وكونها عاملاً مشتتاً للانتباه والتركيز وكونها كذلك عاملاً على الصحة النفسية والصحية للعامل. (المشعان، 1994)

#### أ- التأثيرات الصحية العضوية:

كالارتباك الهضمي الناتج عن نقص الإفراز المعدي والمعوي كما أن الضوضاء تؤثر من خلال الأذن على أجهزة الاتزان وتؤدي إلى الشعور بالدوار والغثيان والقيء

#### ب- الشعور بالصداع:

نتيجة ارتفاع ضغط الدم مما يؤثر على الأوعية الدموية الصغيرة في القلب وبالتالي انقباضها

#### ج- زيادة إفراز بعض الغدد في الجسم:

مما يتسبب عنه ارتفاع في نسبة السكر في الدم وكثيراً ما ينجم عن الضوضاء الإصابة بالقرحة المعدية أو قرحة الاثني عشر

#### د- ضعف في سرعة الدورة الدموية: خاصة في الأطراف

هـ- نقص القدرة على الأداء العضلي: إذ لوحظ أنّ سرعة التعب تزداد عند أداء العمل العضلي في الأجواء الصاخبة مقارنة مع أدائها في الأجواء الهادئة

و- الأرق في النوم: وعدم الانتظام والانزعاج والقلق.

ز- التأثيرات العصبية:

التأثير على وظائف الجهاز العصبي بشكل عام، بين ليرد في دراسته بأن تعرض الشخص إلى الضوضاء لمدة 4.5 ساعات ينقص الإنتاج ويعزو ذلك إلى تأثير الضوضاء على كل إحساسات الجسم وجعلها متهيجة نتيجة تأثر الجهاز العصبي بأكمله.

ح- التأثيرات النفسية:

إذ لوحظ أن الأفراد الذين يتواجدون بصورة دائمة في أماكن الضوضاء يشعرون بالضيق بسرعة ويتميزون عن الآخرين بنوع من العصبية لأمر بسيط جداً. (السعود، 2007:

(113)

ك- التأثير على السمع:

يعتبر مشكل فقدان السمع من الآثار الصحية المباشرة للضجيج، وينقسم إلى قسمين أساسيين، يدعى القسم الأول بصمم الأعصاب وسببه خلل في الخلايا العصبية بالأذن الداخلية والتي بدورها تخفض حساسية السمع، أما النوع الثاني فيدعى صمم المسالك السمعية وسببه خلل في هذه المسالك سواء على مستوى الأذن الخارجية أو

الوسطى. (مباركي، 2004: 122)

## ل- التأثير على الرؤية:

تسبب الضوضاء أضرار على جهاز رؤية العامل ومن هذه الأضرار، تضيق مجال الرؤية، تغير وضعف فيما يخص رؤية الألوان والنقوش وضعف الرؤية في الليل، (كحلوش، 2015: 122)

إضافة إلى الآثار الصحية للضجيج آثار عديدة أخرى نذكر منها:

## 1- الإزعاج Annoyance

خلال مناقشة لنوعية إزعاج الضجيج فضل كريتر (1970) استعمال مصطلح "الضوضائية المدركة" كمرادف لعدم القبول أو الرفض أو الإزعاج أو المعارضة لنوعية الضجيج، حيث أنّ نفس الضجيج يزعج شخصا في مكان وزمان معينين ويضطرب شخصا آخر، فموسيقى "البوب" الصاخبة تزعج البعض بينما ينضطرب لها البعض الآخر، ونفس الشيء ينطبق على ضجيج المدينة فالمتعود عليه لا يزعج منه وربما يزعج لهدوء الريف والعكس صحيح بالنسبة لقاطن الريف.

## 2 - التأثير على الاتصال interference with communication

من المعروف أن حساسية الأذن لصوت معين تقل كلما ازدادت قوة الأصوات المحيطة (أصوات خلفية)، وأن قابليتها لالتقاط ذلك الصوت تتوقف على عتبة السمع التي بدورها

تتصاعد كلما تصاعدت قوة الصوت إلى غاية 80 ديسيبال (وهو متوسط قوة المحادثة

بين فردين) (مباركي، 2004: 124)

كما تتوقف قوة الصوت على المسافة الفاصلة بين مصدره وبين مركز الاستقبال.

### 03- التأثير على الأداء: effect on performance

يختلف تأثير الضوضاء على الأداء باختلاف العمل أو المهمة محل الانجاز وباختلاف

طبيعة الصوت وقوته وزمانه ومكانه واتجاهات الفرد نحوه. وطبقا لهذه العوامل يمكن أن

يؤثر الصوت إيجابيا أو سلبيا على الأداء وكل كفاية العامل. (مباركي، 2004 :

(125)

### 06- طرق الوقاية من الضوضاء:

تسعى المؤسسة إلى الحرص على تقديم الحماية والوقاية لكافة عناصر العملية الإنتاجية

من المخاطر بمختلف أنواعها، لهذا تسعى كل مؤسسة إلى توفير طرق ووسائل عصرية

مميزة تتكامل مع طبيعة العملية الصناعية في المؤسسة. (بن عيسى، 2007)

كما أن قوانين السلامة والصحة المهنية وتأمين بيئة العمل تلزم في مادتها 207 المنشأة

وفروعها بتوفير وسائل السلامة والصحة المهنية وتأمين بيئة العمل في أماكن العمل بما

يكفل الوقاية من المخاطر الفيزيائية وعلى الأخص



\* الوطأة الحرارية والبرودة

\* الضوضاء والاهتزازات

\* الإضاءة

\* الإشعاعات الضارة والخطرة

\* تغيرات الضغط الجوي

\*مخاطر الانفجار (شبايك،2007: 110)

ولوقاية العامل من لأضرار الضوضاء لا بد من الاعتماد على تطبيق وسائل السلامة العامة والصحة المهنية التالية:

أ- التوعية والتثقيف:

العمل على تنمية الوعي الوقائي بين المدراء والأفراد في مجال السلامة العامة والمهنية وما يتطلبه ذلك من إعداد وتصميم مواد التوعية والإعلام والعمل على توفيرها بالمنشآت وإقامة الندوات والاجتماعات بقصد إرشادهم إلى أساليب الوقاية من الأخطار المهنية وطريقة تنفيذها

ب- التشريعات الوطنية للسلامة والصحة المهنية

لتطبيق تشريعات السلامة والصحة المهنية دور أساسي وهام في تحديد الواجبات على مختلف أنواع قطاعات العمل والخدمات وتقسيم المسؤوليات وتبيان الأسلوب الصحيح لكيفية ممارسة المهنة والشروط الضرورية التي يجب توفيرها في بيئة العمل

### ج- التدريب

يهدف إلى تعليم العامل على أسلم وأصح الطرق العلمية لأداء العمل بحيث نضمن له حماية ووقاية كاملة من المخاطر المحيطة به

### د- التفتيش والمراقبة

. زيارة المنشآت في أي وقت أثناء العمل بغية التأكد من تطبيقها لأحكام القانون والقرارات الصادرة بمقتضاه

. إمداد المدراء والأفراد بالمعلومات والإرشادات المتعلقة بحسن تنفيذ الأوامر وانسداد النصح إليهم وتوجيههم لتطبيق أفضل المستويات الخاصة بظروف العمل

. إعداد التقارير لمسئول التفتيش عن جميع المخالفات في تطبيق القانون واتخاذ الإجراءات القانونية بهذا الشأن

. التأكد من قيام الأفراد بأعمالهم بطرق سليمة لضمان سلامته وسلامة الآخرين

. التأكد من فعالية أجهزة وسائل الوقاية بالمنشآت

هـ- الجوانب التي يشملها التفتيش

- الآلات والمعدات الميكانيكية

- ملابس ومعدات الوقاية الشخصية

- العمليات الصناعية (الحادي، بس: 5-6)

وكذلك تعتبر أساليب التحكم الهندسي من طرق الوقاية التي تحمي العامل من أضرار الضوضاء وتتمثل هذه الأساليب في أنه ينبغي لأصحاب العمل أن يضعوا برامج للتقليل من تلك المتعرضات إلى المستويات العملية الأدنى وهذه البرامج تتمثل في التالي:

1- في حال إدخال آلات ومعدات جديدة، ينبغي لأصحاب العمل أن:

أ- يعتبروا إنبعاثات الضجيج المنخفضة شرطاً للشراء من الموردين كي تتماشى الآلات والمعدات مع القوانين والمعايير الوطنية أو الدولية.

ب- يتخذوا الترتيبات بشأن تصميم مكان العمل وإسناد الوظائف بهدف تقليل تعرض العمال للضجيج إلى أدنى حد ممكن

2- في حال أن تعرض العمال للضجيج لا يزال أعلى من المستويات التي حددتها القوانين والمعايير الوطنية، ينبغي لأصحاب العمل تقليل تلك التعرضات عبر وسائل

هندسية أخرى بقدر ما هي ممكن عمليا، مثلا بواسطة تركيب وسائل تطويق مقاومة للصوت أو استخدام مواد أخرى مقاومة للصوت.

3- ينبغي لأصحاب العمل صيانة الآلات والمعدات كجزء من البرنامج المخطط للصيانة، لأن المكونات المعطوبة يمكن أن تسبب ازديادا في مستويات الضجيج ينبغي إبعاد المعدات والأدوات المعطوبة عن الاستخدام والاستغناء عنها بتكنولوجيا جديدة.

4- مراقبة صحة العمال، والتدريب والمعلومات

أ- ينبغي أن يجرى للعمال بفترات منتظمة اختبارات لقياس السمع حيثما يحتمل أن يتعرض العمال للضجيج بمستويات تفوق المستويات التي تسمح بها القوانين والمعايير الوطنية

ب- ينبغي لأصحاب العمل ضمان أن هؤلاء العمال حصلوا على التدريب بشأن:

1 الاستخدام الفعال لوسائل حماية السمع<sup>2</sup> تحديد مصادر جديدة أو غير عادية للضجيج

التي تثير الانتباه والإبلاغ عنها. (أبو الذهب، 2013: 184- 185- 183)

## المبحث الثاني : الاكتئاب

## 1- تعريف الاكتئاب:

يعرف بيك الاكتئاب" بأنه اضطراب في التفكير أكثر من كونه اضطراباً في الوجدان، حيث يرجع إلى التشويه المعرفي الذي يؤدي إلى تكوين اتجاه سالب نحو الذات والعالم والمستقبل، وينتج من جراء ذلك ظهور مجموعة من الأعراض الاكتئابية".

و يرى رشاد عبد العزيز: بأن الاكتئاب يعتبر أكثر الأعراض النفسية انتشاراً وهو يختلف في شدته من مريض لآخر ويشعر المصاب بالاكتئاب بأفكار سوداوية والتردد الشديد وفقدان الشهية وعدم القدرة على اتخاذ القرارات والشعور بالإثم والتقليل من قيمة الذات.(عيدلي وبلغيث، 2012: 23)

كما يعرفه عبد العظيم الطويل بأنه "حالة من الألم النفسي مصحوب بالإحساس بالذنب وانخفاض ملحوظ في تقدير النفس ذاتها ونقص في النشاط العقلي والحركي".(سليمان، 2012: 8)

وكذا يعرف الاكتئاب بأنه "حالة من الحزن العميق يحس فيها المريض بعدم الرضا وعدم القدرة على الإتيان بنشاطه السابق، ويأسه في مواجهة المستقبل وفقدان القدرة على النشاط وصعوبة في التركيز". (مجدي، 2000 : 185)

وبتعريفنا الإجرائي يمكننا القول "الاكتئاب هو حالة من الحزن والكآبة التي تصيب العمال بالمؤسسة الصناعية صفاكت نتيجة التأثير السلبي للضوضاء على حالتهم النفسية والذي يتم قياسه من خلال استخدام مقياس بيك.

## 2- أسباب الاكتئاب:

تعود أسباب الاكتئاب إلى عوامل عديدة نذكر منها:

- أ- أسباب عضوية: أهمها تغيرات في بعض كيميائيات المخ ومن أهمها مادة السيروتين ومادة النوراديينالين ومن المعتقد أن لهما دورا هاما في حدوث الاكتئاب عند نقصها
- ب- الجينات: وجد أن هناك عوامل وراثية لظهور الاكتئاب في بعض العائلات، إذ أن هناك بعض الأشخاص ممن لهم سمات تؤهلهم عن غيرهم للإصابة بالاكتئاب.
- ج- عوامل بيئية: مثل كثرة التعرض للعنف والاعتداء النفسي، كذلك كثرة الضغوط الخارجية على الإنسان دون وجود متنفس لها. (متولي، 2009: 10)

أما مجدي محمد أحمد فيرجع أسباب الاكتئاب إلى:

- أ- أن الأفراد يعيشون اليوم في بيئة اجتماعية وطبيعية سريعة التغير تتسبب في كثير من الأحيان في حدوث اضطراب نفسي اجتماعي حاد أو ممتد وقد تؤدي ردود أفعال اكتئابية.

ب- الإجراءات الوقائية التقليدية لأفراد المجتمعات المختلفة التي ينتج عنها آثار مقلقة  
ينجم عنها استجابة لعوامل نفسية ضاغطة.

ج- الاستخدام الشديد والمتزايد للكحول والأدوية والعقاقير مما يؤدي إلى التعجل في  
ظهور الاكتئاب. (مجدي، 2000: 184-185)

3- آثار الاكتئاب: يترك الاكتئاب آثار عميقة على مستوى مشاعر وانفعالات العمال إذ  
يظهر ذلك من خلال:

1- هبوط حاد في المزاج.

2- انهيار في صورة الذات والإحساس بالفشل.

3- القدرة على الحركة والنشاط واتخاذ القرارات تصبح جميعها ثقيلة أو شبه  
مشلولة. (إبراهيم، 1998: 141)

كما يمكن أن تظهر آثار الاكتئاب على شكل حالات مرضية لا يتغير فيها المزاج فقط  
وإنما يفقد معها الإنسان الاهتمام والتركيز والحافز الذي يمكنه من مزاوله الحياة  
والاستمتاع بها، وقد يحد من هذه المقدرة التدهور الصحي للمريض الناتج عن فقدان  
الشهية والوزن والأرق المستمر وإحساس المريض بالتهالك الجسدي مما يجعله يظن في  
إصابته بأمراض مستعصية ويتخيل أنه ضحية أمراض مثل السرطان، ومع ازدياد حدة

المرض يأتي الشعور بالذنب والإحساس القاسي بأنه عالة على مكان مزاولته لعمله وأنه خيب آمالهم فيه وربما يشعر بالمسؤولية تجاه أية مشاكل تمر بها المؤسسة. (مرفت، بس).

#### 4- النظريات المفسرة للاكتئاب:

قامت نظريات كثيرة بتفسير حدوث الاكتئاب الذي يمس الإنسان بمختلف مراحل حياته وفيما يلي نتطرق لأهم النظريات المفسرة للاكتئاب:

##### أ- النظرية المعرفية:

تعتبر النظرية المعرفية من النظريات الأكثر تنظيماً وبناءاً بالنسبة لدراسة الاكتئاب كما يعد "ارونبيك" "Bech" من الأوائل الذين نظموا مفهوم للاكتئاب على شكل معرفي ويعتقد "بيك" أن الاكتئاب يحدث نتيجة الاعتقادات المعرفية السالبة فالشخص المكتئب لديه وجهة نظر سالبة بالنسبة للذات وللعالَم الخارجي وللمستقبل وهذه المعارف السلبية ينتج عنها الاكتئاب. (زاوي، 2012: ص 33)

##### ب- النظرية الموقفية

ظهرت هذه النظرية على يد العالم سليجمان 1975م وتشير هذه النظرية في تفسيرها للاكتئاب إلى أن مواجهة الفرد لأحداث كرب ومشقة مستمرة تؤدي إلى اللامبالاة والانسحاب وعدم الاستجابة ومن ثم الإحساس باليأس والعجز وعدم الحيلة.

##### ج- نظرية التعلم الاجتماعي "لوينسون وآخرون"



يتضح في هذه النظرية أن الاكتئاب يرتبط بالانخفاض في معدلات التفاعلات السارة والارتفاع في التفاعلات غير السارة بين الفرد والبيئة وأن ظهور الاكتئاب والتعزيز الإيجابي الذي يؤدي بهم إلى الإحتفاض بهذا السلوك وعلى هذا يواجهون صعوبة في بدء أو تدعيم سلوكهم ويحدث انقلاب لهم من الايجابية إلى السلبية الشديدة وينتج عن ذلك الحالة المزاجية القلق مع شعور الفرد المستمر بعدم الارتياح والانخفاض في الروح المعنوية. (السيد، طواب: ص5-6)

#### د - النظرية البيولوجية:

**التفسير الوراثي:** يرى أنصار التفسير الوراثي أن أفراد معينين يرثون استعداد لعمليات بيولوجية مضطربة، فقد ركزت معظم التوجهات الخاصة بالمجالات البيولوجية للاضطرابات الوجدانية.

**التفسير الفيزيولوجي:** يشير هذا الاتجاه إلى أنه يوجد نمطين رئيسيين للنظري الفيزيولوجية للاكتئاب" حيث يقوم النمط الأول على أساس الاضطراب الخاص بالمرضى المكتئبين، حيث تعتبر كلور الصوديوم وكلور البوتاسيوم هامين بصفة خاصة في الإبقاء على القدرة الكامنة والتحكم في استشارة الجهاز العصبي.

## 5- أنواع الاكتئاب:

تتعدد أنواع الاكتئاب، تبعا لمنشئه وأسباب حدوثه، وتبعا لأعراضه ومدى حدة هذه الأعراض فمن حيث الأسباب هناك نوعين رئيسيين للاكتئاب هما:

أ- **الاكتئاب الأولي**: وهو ليست له أسباب محددة، ولا يمكن إرجاعه لعوامل أو ظروف واضحة.

ب- **الاكتئاب الثانوي**: ويحدث نتيجة أسباب محددة وعوامل وظروف صحية واضحة ومعروفة، وهذا النوع قد ينتج عن الإصابة بأمراض عضوية مزمنة، مثل أمراض القلب والسكر والسرطان والكبد والروماتيد وأمراض نقص المناعة وبعض أمراض الدم.

ومن حيث المنشأ يوجد نوعين أساسيين أيضا وهما:

أ- **الاكتئاب الذهاني(العقلي)**: وهو داخلي المنشأ، وراثي الجذور وله أعراض تميزه عن أنواع الاكتئاب الأخرى من أهمها: الجمود الانفعالي، والبطء الحركي، والكآبة

الدائمة.(علي، 2012: 97)

ب- **الاكتئاب العصابي (الانفعالي)**: يعرف بالاكتئاب النفسي وهو يؤثر بطريقة سلبية على طريقة التفكير والتصرف، وهو من الأمراض التي يمكن علاجها وهو مرض يصيب

الذكور والإناث على حد سواء (متولي، 2009، 09)

## 6- علاج الاكتئاب

تتعدد أساليب ووسائل علاج الاكتئاب إذ تم اختيارنا للاسترخاء كوسيلة لعلاج الاكتئاب باعتباره أسهل الطرق التي يمكن أن يستخدمها العامل المصاب بالاكتئاب وفيما يلي يتم عرض أهم أنواع الاسترخاء التي تساعد العامل على علاج الاكتئاب:

## أ- الاسترخاء العضلي التصاعدي وفق ياكبسون

تهدف طريقة الاسترخاء العضلي التصاعدي التي طورها ياكوبسون 1838 ومتغيراتها إلى التعلم التدريجي للسيطرة على التوتر والاسترخاء لمجموعات عضلية معينة. ويتضمن التدريب الكامل أنه في البداية يتم وفق تعليمات المعالج، الشد لوقت قصير لأجزاء متفرقة بالتتالي من عضلات الذراعين والرأس والقسم العلوي من الجسد والخصر والرجلين وبعد ذلك إرخاؤها واسترخاؤها بشكل كامل قدر الإمكان.

## ب- الاسترخاء الذاتي: autogene training

الاسترخاء الذاتي الذي طوره شولز (schultz 1932) عبارة عن إجراء أسلوب من الاسترخاء الذاتي المركز. فمن خلال مجموعة من التمارين المبنية على بعضها البعض يسعى إلى الوصول إلى أن تتأثر الحوادث الجسدية من خلال التركيز عبارات محددة. ويحدث هذا من خلال جعل الأحاسيس الجسدية حساسة في أثناء الاسترخاء ومن خلال

ربط مثل هذه الأحاسيس مع عبارات، مثل " الذراعان ثقيلان" ويمكن إجراء الاسترخاء الذاتي فردياً أو ضمن مجموعة.

ج- التأمل: يستخدم بشكل أساسي لأساليب غير علاجية أكثر من استخدامها لأساليب علاجية غير أن فاعليتها العلاجية أفضل من الاسترخاء الذاتي.(كلاوس وآخرون، 1999: 203-205).

أما مجدي فقد حدد أساليب العلاج فيما يلي:

01- مساندة العامل ومساعدته في حل مشاكله

02- توفير بيئة عمل آمنة له وإشعاره بقيمته الشخصية

03- الاهتمام باحتياجاته داخل وسطه المهني وتشجيعه على العمل

04- مراقبة العامل لاحتمال ظهور أي علامات تدل على زيادة اكتتابه

05- السماح للعامل بالتعبير عن نفسه، وإشراكه في مختلف أنشطة المؤسسة

(مجدي، 2000)

## - خلاصة الفصل:

استعرضنا في هذا الفصل الإطار النظري الذي استنتجنا من خلاله الدور الذي تلعبه الصفات المختلفة للضوضاء في تحديد مدى إزعاجها للإنسان المعرض لها والمتمثلة في ردود الأفعال كالشعور بالملل، والتعب النفسي، التوتر أو الضغط النفسي وكل هذه الأعراض تؤدي إلى الاكتئاب.

# الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية

**تمهيد:**

تمثل هذا الفصل في تحديد مجموعة الخطوات المتبعة وأدوات البحث المعتمدة في جمع المعلومات وتحديد الوسائل الإحصائية المطبقة والتي كانت عبارة عن إجراءات عملية اعتمدنا عليها في انجاز دراستنا الميدانية.

**1- المنهج المستخدم في الدراسة:**

يحدد منهج الدراسة في إطار مشكلة البحث وأهدافها إذ بين ذلك عزيز حنا و آخرون (1991) بقولهم " تختار المشكلة منهج بحثها، وقد تختار المشكلة المراد دراستها أكثر من منهج وفق طبيعتها وتحليل أبعادها". (آيت مولود، 2012، ص171)

وانطلاقاً من طبيعة دراستنا والأهداف التي نسعى لتحقيقها وعلى ضوء تساؤلات دراستنا التي نعمل في الوصول إلى الإجابة عنها استخدمنا المنهج الوصفي المقارن الذي يعرف على أنه " تلك الدراسات التي يتم فيها مقارنة مجموعتين مختلفتين في متغير معين في متغير آخر، ويكون متغير الفرق بين المجموعات هو متغير لا يمكن التحكم فيه، أو حدث فعلاً لسبب أو لآخر. (صلاح وهادي، 2001: 397 و 398)

**2- المجتمع الأصلي:** اختيار مجتمع الدراسة من أهم الخطوات التي يتبعها الباحث لأجل إعداد بحثه الميداني.

1-2 يعرف مجتمع الدراسة: أنه جميع الأفراد أو الأشخاص الذين يشكلون موضوع البحث، وهو جميع العناصر ذات العلاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها نتائج الدراسة. (محمد خليل عباس وآخرون، 2007: 217)

2-2- يتمثل مجتمع البحث من العاملين بورشات المؤسسة الصناعية sofact وهم 125 عامل.

### 3- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات التي يتبعها الباحث أثناء الإعداد لأي بحث علمي ميداني، فمن خلالها يتمكن من جمع المعلومات والبيانات التي بها يتمكن من التحقق من فرضيات دراسته المصاغة.

### 3-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى:

- التعرف على المؤسسة الصناعية sofact (صناعة النسيج والأغطية)، وأبرز نشاطاتها المهنية.

- تحديد محيط الدراسة الميدانية داخل المؤسسة الصناعية sofact وفق ما يتلاءم مع متطلبات دراستنا الحالية

- استخدام قائمة التقدير ديباريس للضوضاء لمعرفة درجات الضوضاء داخل ورشاتها الصناعية.

### 3-2 حدود ومجالات الدراسة:

أ- المجال الزمني: تم إجراء دراستنا الاستطلاعية من 02/24 إلى 10 مارس 2016

ب- المجال البشري: طبقت الدراسة الاستطلاعية على عمال الورشات الخمس (مصلحة التجهيز - مصلحة الغزل - مصلحة النسيج - مصلحة الخياطة - مصلحة الصباغة).



ج- المجال المكاني: أجريت دراستنا الميدانية بورشات المؤسسة الصناعية sofact (صناعة الأغطية والنسيج) ب تيسميسيلت.

ج-أ التعريف بالمؤسسة:

المركب الصناعي للأنسجة والأغطية بتيسميسيلت ذات أسهم (SPA(SOFACT)، تم إنشائها بموجب القرار رقم 02 لمجلس الصندوق القابض للصناعة التحويلية ( HOLD WMA) المنعقد بتاريخ 09 نوفمبر 1997 وذلك إثر حل الشركة الأم) SPA- (OUVERTEX) وهي شركة ذات أسهم أنشأت بدورها بتاريخ 15 مارس 1998.

ج-ب طريقة العمل بالمؤسسة:

تنتج المؤسسة ستة أنواع من الأغطية بحجم إنتاجي يقدر ب 400 ألف غطاء سنوي إضافة إلى الاتفاقية بين وزارة الدفاع مع الشركة الأم لإنتاج 450 ألف غطاء سنويا حيث كانت حصة المؤسسة 250 ألف غطاء سنويا إضافة إلى 1700 طن من الخيط الخشن، تتم العملية الإنتاجية عن طريق 5 مراحل هي:

1- الصباغة: حيث يتم جلب المادة الأولية الاكريليك ووضعها في الآلات لغسلها وإزالت الشوائب والأتربة والحشرات ثم عصرها وبعد ذلك تجفيفها إلى أن يتم صبغها ثم تخزينها لمدة 24 ساعة لتجف وتصبح جاهزة للمرحلة الثانية.

2- الغزل: في هذه المرحلة يتم وضع المادة المصبوغة في آلات كبيرة ليتم إضافة المواد الكيميائية لتحويلها إلى خيط خشن وبعد ذلك توضع في آلات أخرى لتصويرها ثم لتتحول إلى خيط أقل خشونة ثم تأتي عملية التكوير ليتم نقلها إلى قسم النسيج.

3- النسيج في هذه المرحلة يتم تشابك الخيط العادي للحصول على أفرشة أولية ويتم في هذه المرحلة ما يسمى بالعقد.

4- التجهيز: تتم في هذه المرحلة عملية التجفيف ، يتم جلب الافرشة وتحويلها إلى أغطية كبيرة لتكون جاهزة للتقطيع والخياطة.

5- الخياطة: يتم تقطيع ووضع الحواف للأغطية وبعدها الطوي ثم التعبئة لتنتقل إلى مخازن التسويق.

### 3-3 أدوات الدراسة الاستطلاعية:

1- قائمة التقدير- لدليل التشاور ديباريس في تشخيص المخاطر المهنية-(محور الضوضاء) chek liste.

اعتمدت دراستنا الاستطلاعية على - قائمة التقدير- لدليل التشاور ديباريس في تشخيص المخاطر المهنية-(الضوضاء) chek liste ، وذلك لتصنيف الورشات الصناعية حسب درجة الضوضاء المعرضة لها، احتوى الدليل على 18 قائمة تقدير: مساحات العمل، التنظيم التقني بين مراكز العمل ،وضيعات العمل، حوادث العمل، وسائل وأدوات العمل، الأعمال المتكررة، التعامل مع الثقل، العبء الفكري، الإنارة، الضوضاء، الحرارة، المخاطر الكيميائية والبيولوجية، علاقات العمل، المحيط الاجتماعي المحلي والعام، محتوى العمل، المحيط النفس اجتماع، والجدول التالي يوضح قائمة التقدير لمحور الضوضاء:

جدول رقم (02): يوضح قائمة التقدير - لدليل التشاور ديباريس-في تشخيص المخاطر المهنية (الضوضاء).



التقييم	الملاحظات	لا	نعم	الضوضاء
				توجد ضوضاء مرتفعة داخل الورشة
				يعمل العمال بالقرب من الآلات المصدرة للضوضاء
				لا يستطيع العمال إجراء محادثة بصفة طبيعية على بعد 1متر فيما بينهم
				يستخدم العمال المعدات الواقية من الضوضاء
				الآلات مزودة بكمامات ومواد ماصة للضوضاء
				يتعرض العمال لضوضاء من مناصب عمل أخرى
				الجدران والأرضية مزودة بمواد عازلة للضوضاء
				الآلات المصدرة للضوضاء موضوعة في أماكن معزولة
				تسبب الضوضاء داخل الورشة ازعاج للعمال
				تتم المحادثات الهاتفية في الحدود المقبولة
				الجانب الذي يحتاج إلى دراسة معمقة:

[www:/http guide déparis](http://www.guide.deparis)

### 3-4 نتائج استخدام قائمة التقدير- لدليل التشاور ديباريس-déparis-(محور الضوضاء)

تم التوصل بعد تطبيق قائمة التقدير- لدليل التشاور ديباريس-في تشخيص المخاطر المهنية داخل الورشات بالمؤسسة الصناعية على النتائج التالية:

جدول رقم (03) يوضح تقييم الضوضاء داخل ورشات مجمع (sofact)

الورشة	التقييم
مرحلة التجهيز	ضوضاء خفيفة 
مرحلة الغزل	ضوضاء مرتفعة 
مرحلة النسيج	ضوضاء مرتفعة 
مصلحة الخياطة	ضوضاء خفيفة 
مصلحة الصباغة	ضوضاء متوسطة 

### 2- قائمة بيك لقياس الاكتئاب (النسخة الكاملة):

يتكون المقياس في صورته الاصلية الكاملة من 21 مجموعة من العبارات وتتكون كل مجموعة منها من أربع عبارات تم ترتيبها تدريجيا من انعدام الاكتئاب إلى أكثر شدة، وتمنح وفقا لذلك درجات تتراوح بين صفر إلى ثلاثة (0-3). (معمرية:2010،ص04)

وتقيس القائمة أعراض الاكتئاب التالية:

- 1) الحزن (2) التشاؤم من المستقبل (3) الشعور بالفشل (4) عدم الرضا (5) الشعور بالذنب
- 6) توقع العقاب (7) كراهية الذات (8) إدانة الذات (9) الأفكار الانتحارية (10) البكاء (11)
- عدم الاستقرار النفسي (12) الانسحاب الاجتماعي (13) التردد (14) تغيير صورة الجسم

15) هبوط مستوى الكفاءة في العمل (16) اضطرابات النوم (17) التعب والقابلية للإرهاق  
 18) فقدان الشهية (19) نقص الوزن (20) تأثير الرغبة الجنسية (21) الانشغال بالصحة.  
 (معمرية، 2010، ص4)

### طريقة تطبيقه:

يتم بطريقة فردية او جماعية يحتوي على تعليمات تفصيلية توضح طريقة الإجابة، أما دراستنا فقد اعتمدت على الطريقة الجماعية في تطبيق الاختبار وقد تمثلت التعليمات فيما يلي: " المرجو منك أن تقرأ (ئي) كل مجموعة من العبارات بتمعن وإتقان ثم تنتقي من كل مجموعة العبارة التي تصف تماما الحالة التي كنت تشعر(ين) بها خلال الأسبوع الماضي (بما في ذلك اليوم الحالي) ضع(ي) دائرة حول الرقم المكتوب على يمين العبارة التي اخترتها (تيها) مع ملاحظة أن الرقم (صفر) يعني أنك تتمتع(ين) بحالة جيدة وأنت عادي(ية) وطبيعي(ة)"

### - طريقة التصحيح:

تتم طريقة التصحيح من خلال جمع الدرجات التي تتراوح بين الصفر كحد أدنى و ثلاثة وستون كحد أقصى ثم توضع هذه المجاميع ضمن درجات فاصلة قصد التعرف على درجة الاكتئاب.

## الجدول رقم (04) يوضح درجات الاكتئاب

الدرجة	مستويات الاكتئاب
20 - 0	لا اكتئاب
29 - 21	اكتئاب خفيف
38 - 30	اكتئاب متوسط
63 - 39	اكتئاب شديد

(معمرية، 2010، ص12)

## - ثبات وصدق المقياس:

أوضحت دراسات عديدة ثبات وصدق المقياس وتم ذلك بطريقتين

## الطريقة الاولى:

تمت بتحليل 200 حالة بمقارنة درجات كل فئة من الفئات الواحدة والعشرين 21 بالدرجة الكلية للمقياس وقد اتضح أن كل فئة من الإحدى والعشرين 21 قد أظهرت علاقة موجبة دالة إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس، وفي تحليل ثاني للفئات باستخدام بيانات 606 حالة ظهر أن كل الفئة الإحدى والعشرين ترتبط ارتباطاً موجباً دالاً إحصائياً مع الدرجة الكلية للمقياس. (زواوي 2012 ص41)

## الطريقة الثانية:

استخدمت فيها التجزئة النصفية باستخدام بيانات 97 حالة تم إيجاد معامل ارتباط قدره 0.86 بين الفئات الزوجية والثبات للمقياس استخدم معامل سبيرمان ليعوض المقياس، إذ ارتفع معامل الثبات إلى 390. (مرجع سابق:41)

## 4 التعقيب على الدراسة الاستطلاعية:

بعد الاعتماد على قائمة التقدير - لدليل التشاور ديباريس - في تشخيص المخاطر المهنية (الضوضاء) وبمساعدة من رئيس مصلحة التكوين في مؤسسة SOFACT تبين لنا أنه تشترك كل من مصلحة الغزل والنسيج في شدة الضوضاء المرتفعة، في حين اشتركت كل مرحلة التجهيز والخياطة في مستوى ضوضاء خفيف، أما مصلحة الصباغة فكان تقييمها متوسط، كما اتضح من خلال الدراسة الاستطلاعية أن مقياس بيك هو الأداة الأنجح في جمع المعلومات خلال الدراسة الاستطلاعية.

5- الدراسة الأساسية: بعد تطبيق الدراسة الاستطلاعية وتصنيفنا لمختلف الورشات حسب مستوى ضوضاء كل ورشة، قمنا بإجراء الدراسة الأساسية.

## 5-1 مجالات الدراسة الأساسية:

## المجال المكاني:

اقتصرت دراستنا في ورشات مؤسسة صناعة النسيج والأغطية، للمركب الصناعي (sofact) بولاية تيسمسيلت.

## المجال الزمني:

قمنا بإجراء بحثنا الميداني خلال الفترة الممتدة من 2016/03/20 إلى 2016/04/11-

## 2-5 وصف عينة الدراسة:

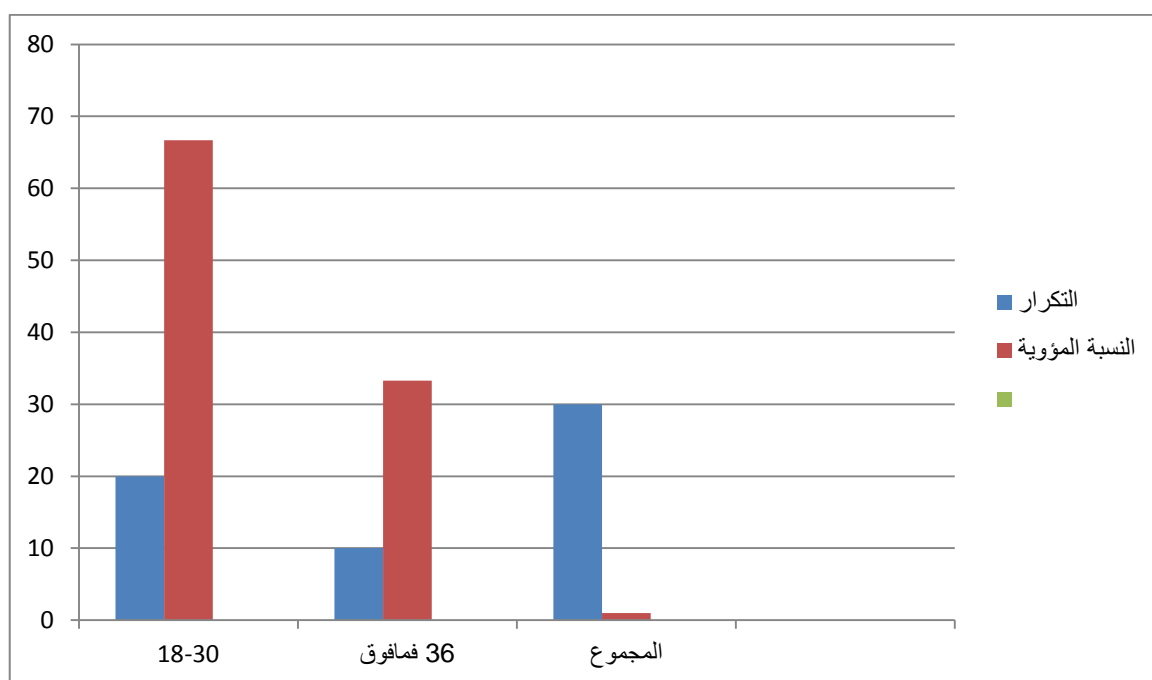
أجريت دراستنا على 58 عامل في ورشات مؤسسة sofact الصناعية، قدرت نسبتهم المؤوية ب: 46.4%

الجدول رقم (05) يوضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة

السن	التكرار	النسبة المؤوية
35-18	20	66.7
36 فما فوق	10	33.3
المجموع	30	100%

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ أن تكرار فئة العمال 35-18 كان 20، بنسبة مؤوية 66.7 أما فئة العمال من 36 فما فوق فقد تكرارهم ب10، مع نسبة مؤوية 33.3





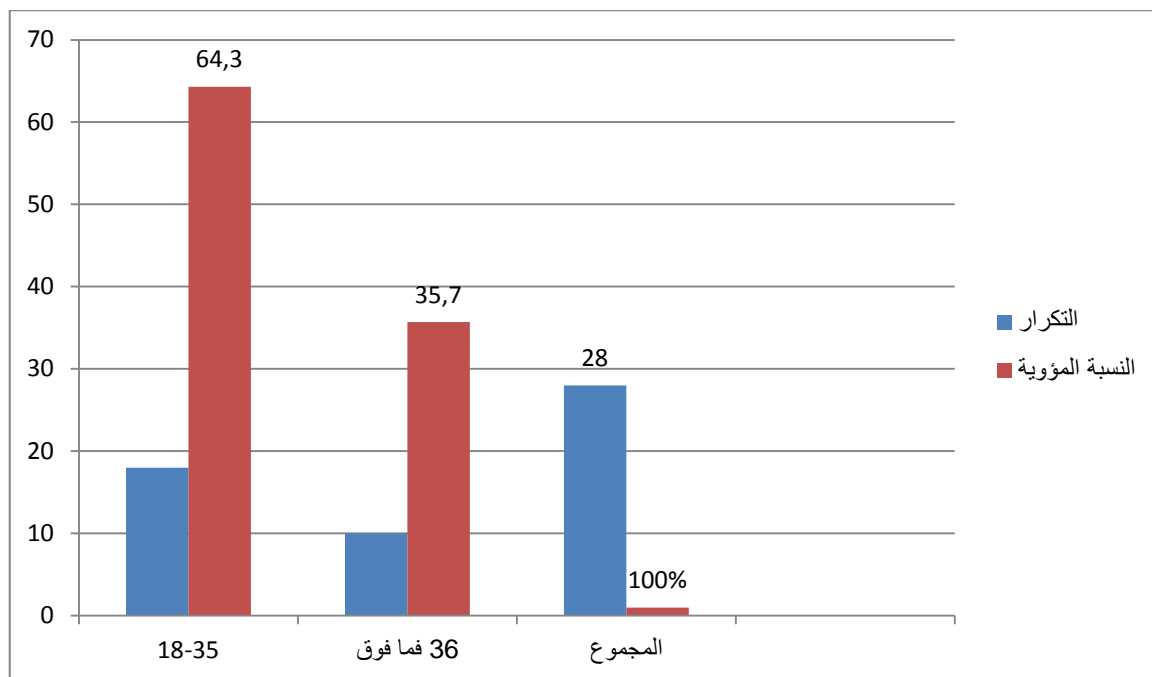
الشكل رقم (01): أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة

من خلال الشكل رقم (01) نلاحظ أن العمال من 18-30 هم أعلى نسبة مئوية 66.7% بتكرار قدر بقيمة 20 يليها فئة العمال من 36 فما فوق بنسبة 33.3 وتكرار قدر بـ 10.

الجدول رقم (06) يوضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة

النسبة المئوية	التكرار	السن
64.3	18	35-18
35.7	10	36 فما فوق
100%	28	المجموع

من خلال الجدول رقم (05) نلاحظ أن تكرار فئة العمال 18-35 كان 18 بنسبة مؤوية 64.3 أما فئة العمال من 36 فما فوق فقد تكرارهم ب10 مع نسبة مؤوية 35.7



الشكل رقم 02: أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب السن للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة

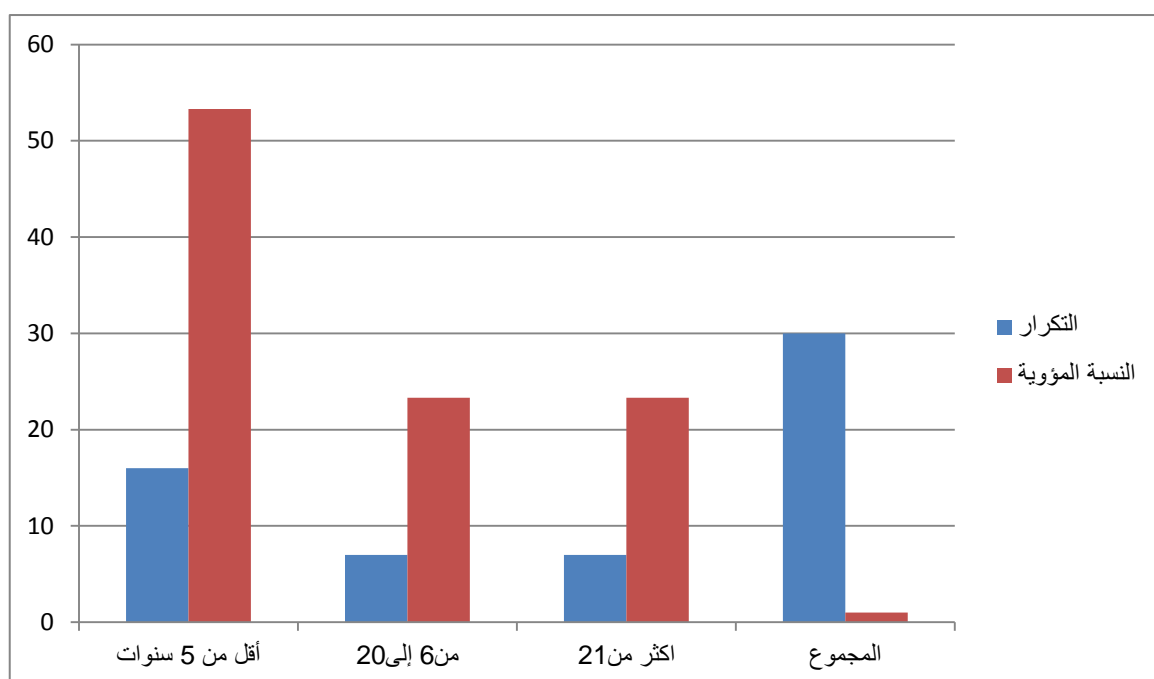
من خلال الشكل رقم (02) نلاحظ أن العمال من 18-30 هم أعلى نسبة 64.3% بتكرار قدر ب 18 يليها فئة العمال من 36 فما فوق بنسبة 35.7 وتكرار قدر ب10

الجدول رقم(07) يوضح توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة

السن	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	16	53.3%
20-6	7	23.3%
أكثر من 21	7	23.3%

المجموع	30	%100
---------	----	------

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن تكرار الفئة أقل من 5 سنوات بلغ 16 بنسبة مئوية قدرت بـ 53.5 أما الفئة من 6-20 فبلغ تكرارها 7 ونسبة مئوية 23.3 أما فئة الأكثر من 21 فبلغ تكرارها 07 مع نسبة مئوية قدرت بـ 23.3.



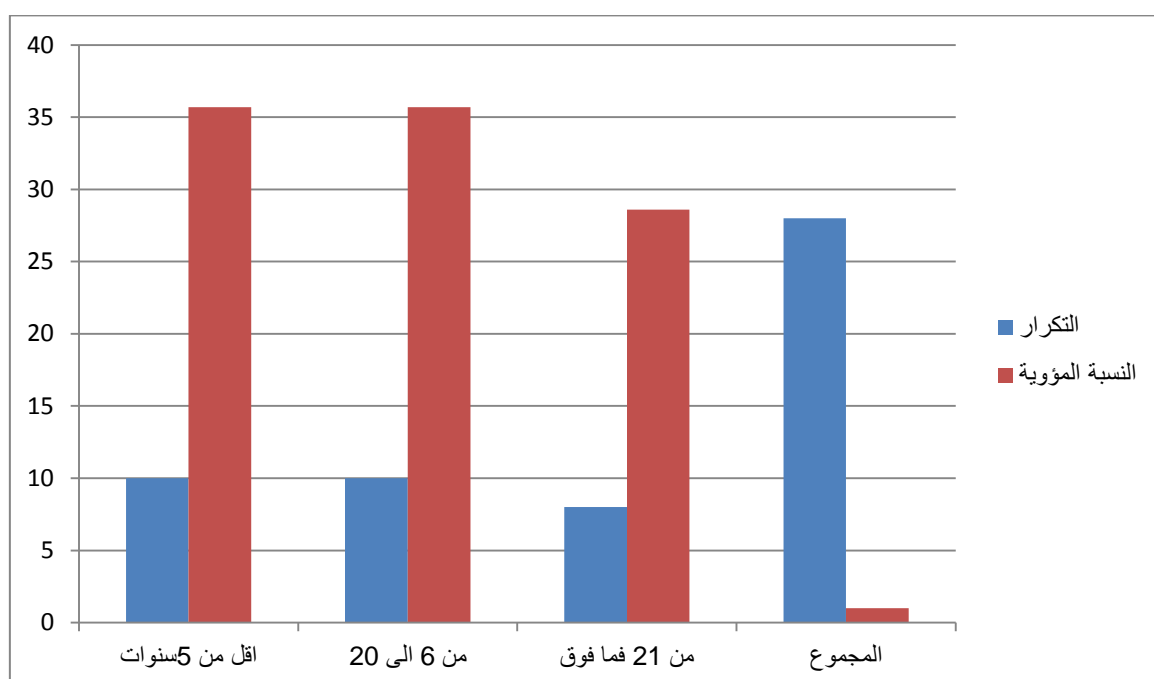
شكل رقم (03) : أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة

من خلال الشكل رقم (04) نلاحظ أن نسبة تكرار الفئة أقل من 5 سنوات بلغت أعلى درجة إذ قدرت بـ 53.3 مع تكرار قيمته 16 يليها تكرار الفئة من 6-20 و الفئة أكثر من 20 اللتان تساويا في قيمة التكرار 7 والنسبة المئوية 23.3%

الجدول رقم (08) يوضح توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة

السن	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 5 سنوات	10	35.7
6 - 20	10	35.7
21 فما فوق	8	28.6
المجموع	28	100

من خلال الجدول رقم (07) نلاحظ أن الفئة أقل من 5 سنوات والفئة 6-20 اشتركا في قيمة التكرار 10 والنسبة المئوية 35.7% أما الفئة الأكثر من 21 فبلغ تكرارها 07 مع نسبة مئوية قدرت 23.3



شكل رقم (03): أعمدة بيانية توضح توزيع العينة حسب الأقدمية للعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة

من خلال الشكل رقم (03) النسبة المئوية ب 35.7 مع تكرار قيمته 10 يليها تكرار الفئة من 21 فما فوق التي كانت نسبتها المئوية 28.6 وقيمة تكرار 8

### 5-3 أدوات الدراسة الأساسية:

اعتمدت دراستنا الأساسية على مقياس بيك للاكتئاب تم ذكر خصائصه سابقا (أنظر ص (44

### 6- الأساليب الإحصائية المعتمدة:

- اعتمدنا في دراستنا على البرنامج الإحصائي SPSS لمعالجة البيانات المتحصل عليها من خلال تطبيقنا لمقياس بيك للاكتئاب ، وتمثلت الأساليب الإحصائية في ما يلي:

1- t.test لدراسة الفروق لعينتين مستقلتين.

2- والأسلوب الإحصائي anova لتحليل التباين لأكثر من مجموعتين.

3- النسبة المئوية المؤوية.

# الفصل الرابع: عرض ومناقشة النتائج

## تمهيد

بعد الحصول على النتائج ومعالجتها عن طريق الأساليب الإحصائية اعتماداً على برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية، سنعمل في هذا الفصل على عرض وتحليل ومناقشة نتائج كل فرضية من فرضيات هذه الدراسة.

### 1- عرض نتائج الدراسة:

#### 1-1- عرض نتائج التساؤل الأول:

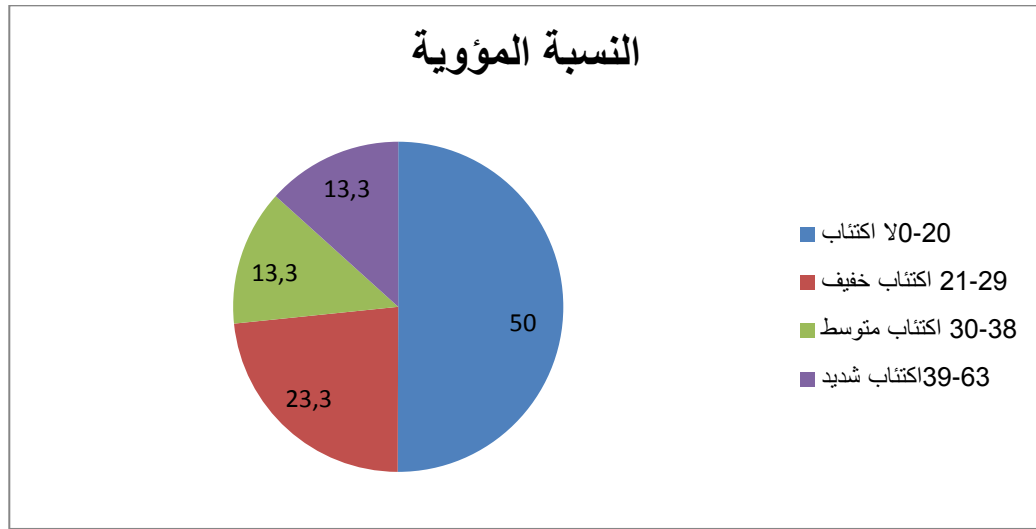
نص التساؤل: "يعاني عمال ورشة بها ضوضاء مرتفعة من الاكتئاب"

وللتأكد من صحة الفرضية الأولى قمنا بالتحقق من وجود الاكتئاب لدى العمال عن طريق: نتائج الاستبيان: اعتمدنا على مقياس الاكتئاب بيك من أجل تحديد درجة الاكتئاب عند العمال، وبعد توزيع الاستبيان على عينة الدراسة تم حساب التكرارات والنسب المئوية لدرجات الاكتئاب.

جدول رقم(09) يوضح درجات الاكتئاب عند عمال ورشة بها ضوضاء مرتفعة

الدرجات	مستويات الاكتئاب	التكرار	النسبة المئوية
0-20	لا اكتئاب	15	50
21-29	اكتئاب خفيف	07	23.3
30-38	اكتئاب متوسط	04	13.3
39-63	اكتئاب شديد	04	13.3
المجموع		30	%100

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (09) أن نسبة 50% من أفراد عينة العمال في ورشة بيئة ضوضاء مرتفعة كانت درجاتهم الاكتئابية منعدمة و 23.3% يعانون من استجابات اكتئابية منخفضة و 13.3% يعانون من استجابات اكتئابية متوسطة و 13.3% استجابات اكتئابية شديدة.



شكل رقم (05): دائرة نسبية توضح نسبة الاكتئاب عند عمال بيئة ضوضاء مرتفعة

يتضح لنا من خلال الشكل رقم (04) أن نسبة 50% من أفراد عينة العمال في ورشة بيئة ضوضاء مرتفعة كانت درجاتهم الاكتئابية منعدمة و 23.3% يعانون من استجابات اكتئابية منخفضة و 13.3% يعانون من استجابات اكتئابية متوسطة و 13.3% استجابات اكتئابية شديدة.

## 1-2 عرض نتائج التساؤل الثاني:

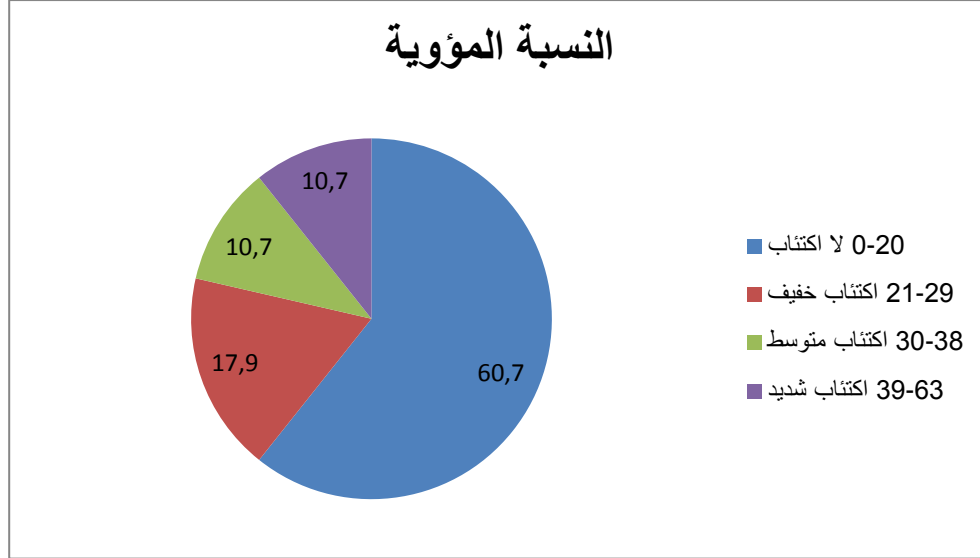
نص التساؤل: "يعاني عمال ورشة بها ضوضاء منخفضة من الاكتئاب"



جدول رقم (10) يوضح درجات الاكتئاب عند عمال ورشة بها ضوضاء منخفضة

الدرجات	مستويات الاكتئاب	التكرار	النسبة المئوية
20-0	لا اكتئاب	17	60.7
29-21	خفيف	5	17.9
38-30	متوسط	3	10.7
63-39	شديد	3	10.7
المجموع		28	%100

يتضح لنا من خلال الجدول رقم(10) أن نسبة 60.7% من أفراد عينة العمال في ورشة بيئة ضوضاء منخفضة كانت درجاتهم الاكتئابية منعدمة و 17.9% يعانون من استجابات اكتئابية منخفضة و 10.7% يعانون من استجابات اكتئابية متوسطة و 10.7% استجابات اكتئابية شديدة.



شكل رقم (05): دائرة نسبية توضح نسبة الاكتابة عند عمال بيئة ضوضاء منخفضة

يتضح لنا من خلال الشكل رقم (05) أن نسبة 60.7% من أفراد عينة العمال في ورشة بيئة ضوضاء منخفضة كانت درجاتهم الاكتئابية منعدمة و 17.9% يعانون من استجابات اكتئابية منخفضة و 10.7% يعانون من استجابات اكتئابية متوسطة و 10.7% استجابات اكتئابية شديدة.

### 3-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة"

وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام معامل t.test لعينتين متجانستين بين عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة.

جدول رقم (11) يوضح الفروق في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة:

البيئة	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T.TEST	مستوى الدلالة
++ ضوضاء مرتفعة	30	20.33	12.47	-0.18	غير دال
ضوضاء منخفضة	28	20.92	12.27		

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي لعينة بيئة الضوضاء المرتفعة قدر بـ 20.33 مع انحراف معياري قدر بـ 12.47 أما عينة عمال بيئة الضوضاء المنخفضة فقدر متوسطها الحسابي بـ 20.92 وانحراف معياري قدر بـ 12.27، قدرت قيمة T بـ -0.18 مع عدم وجود دلالة إحصائية، ومنه لا توجد فروق دالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة، وعليه لم تتحقق الفرضية.

1-4 - عرض نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير (السن)" وللتحقق من الفرضية قمنا بتطبيق اختبار T.test لعينتين مستقلتين لمتغير السن وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم(12) يوضح الفروق بين البيئتين حسب متغير السن:

المجموعتين	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T.TEST	مستوى الدلالة
35-18	38	19.89	12.04	-0.61	غير دال
36 فما فوق	20	22	12.89		

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة 35-18 قدر بـ 19.89 مع انحراف معياري قدر بـ 12.04، أما الفئة من 36 فما فوق فقدرة متوسطها الحسابي بـ 22 وانحرافها المعياري 12.89 ، قدرت قيمة T بـ -0.61 ومنه نستنتج انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير السن في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال البيئة المنخفضة والمرتفعة للضوضاء، وعليه لم تتحقق الفرضية.

1-5- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير الأقدمية"

وللتحقق من الفرضية قمنا باستخدام معامل تحليل التباين anova لعينتين متجانستين.

جدول رقم (13) يوضح الفروق حسب متغير الأقدمية:

القرار	درجة الحرية	f	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	
غير دال	0.34	1.08	162.30	2	324.6	بين المجموعات
				55	8257.05	داخل المجموعات
				57	8581.6	المجموع

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة f قدرت بـ 1.08 وهي قيمة غير دالة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية قدرت بـ 0.34 ومنه نرفض الفرضية الصفرية التي تنص على أنه توجد فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الأقدمية في تعرض العمال للاستجابات الاكتئابية في كل من بيئة الضوضاء العالية والمنخفضة، وعليه الفرضية لم تتحقق.

## 2- مناقشة نتائج الدراسة

## 2-1 إستنتاج للتساؤلات الاستكشافية:

من خلال الجدول (رقم 09) وباستخدام التكرار والنسب المئوية التي بينت لنا درجت الاكتئاب، وجدنا أن 50% من أفراد عينة العمال في ورشة بها ضوضاء مرتفعة كانت درجاتهم الاكتئابية منعدمة وأن 50% من أفراد العينة كانت درجاتهم الاكتئابية متفاوتة، حيث قدرت نسبة الاكتئاب الخفيف بـ 23.3% و 13.3% لدرجات الاكتئاب المتوسط و 13.3 درجة الاكتئاب الشديد.

زمن خلال الجدول رقم 10 والذي يوضح نسب درجات الاكتئاب حيث وجدنا أن 60% من أفراد عينة العمال في ورشة بها ضوضاء منخفضة، درجاتهم الاكتئابية منعدمة، و 40% من أفراد العينة لديهم اكتئاب و بدرجات متفاوتة، حيث أن 17.9% لديهم اكتئاب خفيف، و 10.7% لديهم اكتئاب متوسط و 10.7% لديهم اكتئاب شديد، وعليه أغلب عمال المؤسسة درجاتهم الاكتئابية قدرت بنسبة 45% ، ومنه نستنتج أن العمال يعانون من الاكتئاب.

## 2-2 مناقشة الفرضية الأولى:

نص الفرضية" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة"

من خلال نتائج الجدول رقم(11) وبعد استخدام معامل التحليل anova وتحليل الجدول وجدنا أن هذه الفرضية لم تتحقق أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين عمال في ورشة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في ورشة بها ضوضاء منخفضة في تعرضهم للاستجابات

الاكتئابية، تختلف نتائج دراستنا مع نتائج دراسة hygge1992 حيث تمثلت في أثر الضوضاء على الأطفال المعرضين والغير المعرضين للضوضاء وبينت النتائج أن الأطفال المعرضين يعانون من ارتفاع المستوى الهرموني وارتفاع ضغط الدم وهي دراسة تختلف عن موضوعنا الحالي من حيث العينة ومكان الدراسة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الضوضاء ليست العامل الوحيد الذي يمس نفسية العامل و إنما تتعدد الأسباب والعوامل التي بسببها تظهر الاستجابات الاكتئابية لدى عمال ورشات المؤسسة الصناعية sofact وهذه الأسباب تختلف وتصنف إلى: أسباب عضوية، أو الجينات إذ وجد أن هناك عوامل وراثية لظهور الاكتئاب في بعض العائلات، فهناك بعض الأشخاص من لهم سمات تؤهلهم عن غيرهم للإصابة بالإكتئاب أو قد يعود السبب أيضا كما ذكر مجدي محمد أحمد إلى الاستخدام الشديد والمتزايد للأدوية والعقاقير مما يؤدي إلى التعجل في ظهور الاكتئاب.

ويمكن أيضا إرجاع ذلك إلى أسلوب التواصل غير الجيد بين العمال ذوي الاقدمية عالية وعمال عقود ما قبل التشغيل، يرجع الاختلاف بينهم إلى اللامبالاة التي تظهر من طرف العمال الجدد أثناء ممارسة العمال ذوي لاقدمية عالية دورهم في عملية التوجيه المقدمة لإنجاح تربصهم مما ينتج عنه إحساس باليأس والعجز وعدم الحيلة هذا ما تطرق إليه العالم سيلجمان 1975 في نظريته الموقفية التي بينت أن مواجهة الفرد لأحداث ومشقة مستمرة تؤدي إلى اللامبالاة والانسحاب.

إضافة إلى هذا يرجع أيضا ظهور الاستجابات الاكتئابية نظرا لتوزيع المهام الغير العادل بين العمال فنجد عامل في ورشة يسير 4 آلات عكس عامل آخر مكلف بآلة أو آلتين وهو ما

يولد عدم رضا عن المنصب ،ما ينتج عنه اكتئاب ،وطبيعة اللامساواة التي يشتكي منها العمال من طرف مسئولو مؤسسة sofact

ومنه وعلى ضوء ما سبق ذكره لم يختلف عمال ورشات كل من بيئة بها ضوضاء عالية وبيئة بها ضوضاء منخفضة للمؤسسة الصناعية sofact في تعرضهم للاستجابات الاكتئابية وهي نتيجة نسبية في حدود عينة دراستنا الحالية ولا يمكننا تعميمها على باقي المؤسسات الصناعية.

### 2-3 مناقشة الفرضية الثانية:

نص الفرضية" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير السن

ومن خلال نتائج الجدول رقم(12) وبعد استخدام اختبار t. test وتحليل الجدول تبين أن الفرضية لم تتحقق وهو أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العمال في بيئة بها ضوضاء عالية وبيئة بها ضوضاء منخفضة مما يؤكد أن عامل السن لم يكن سببا في ظهور الاستجابات الاكتئابية نتيجة الضوضاء المتعرضين لها جاءت هذه الدراسة مشابهة للدراسة التي قام بها amy والتي تشير إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة بين الأفراد الذين يعيشون في الريف والمدينة وتحمل الضوضاء(أي بين مدة تعرضهم للضوضاء وتحمل الضوضاء) .،

جاءت دراستنا مخالفة للعديد من الدراسات التي تقول بأن كبار السن هم أقل تحملا للضوضاء إذ "يقدمون شكوى من الإحساس بالحزن والقهر بسبب الضوضاء"(الأسدي وعطاري،2014ص355) وكذا تتنافى مع دراسة "خلفان ومعروف 2012 التي أسفرت بأن



الضوضاء تكون أكبر عند الأفراد المتوسطين والمتقدمين في السن" يمكن القول بأن هناك أسباب أخرى: راجعة إلى عدم التكيف مع منصب العمل الذي ظهر من خلال الأخطاء التي يقع فيها العمال أثناء أداء مهامهم، فغالبا ما يكون عدم تكيف العامل مع مهامه سببا في انزعاجه وتأثير على نفسيته هذا ما تطرق إليه "لوينسون وآخرون" إذ بينوا أن الاكتئاب يرتبط بالانخفاض في معدلات التفاعلات السارة والارتفاع في التفاعلات الغير السارة بين الفرد والبيئة ، وكذا الظروف المهنية غير المرغوب فيها والتي تظهر من خلال الضغط الموجه لعمال الورشات من طرف مسئولهم ومحاولة فرض سيطرتهم الزائدة عليهم مما يولد انفعال نفسي لدى العمال هذا ما تطرق إليه "مجدي أحمد" في دراسته الشخصية بين السواء والاضطراب حيث بين أن الفرد كثيرا ما يتعرض للاكتئاب بسبب تعرضه لعوامل نفسية ضاغطة.

كما يمكن تفسير أن عامل السن لم يكن سببا في ظهور الاستجابات الاكتئابية نتيجة الضوضاء المتعرضين لها عن مدى قدرة تكيف العمال للضوضاء، فنجد العمال في مؤسسة sofact باختلاف أعمارهم يتميزون بقدرة التكيف والتحمل للضوضاء.

**2-4 بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير الأقدمية**

بعد استخدام تحليل التباين anova لعينتين متجانستين والحصول على النتائج الموضحة في الجدول رقم(13) تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاستجابات الاكتئابية لدى عمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وعمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة تعزى لمتغير الأقدمية، ومنه نستنتج أن اختلاف العمال في سنوات العمل لا يعتبر عامل مؤثر في ظهور الاستجابات الاكتئابية حسب البيئة المهنية، وإنما تتعدد الأسباب التي تصنف على أساس

الظروف الشخصية المهنية لكل عامل إذ تبدأ أعراض الاكتئاب تظهر عند العمال المقبلين على التقاعد وذلك نظرا لتعودهم الدائم على منصب عملهم وعدم تقبلهم فكرة الاستغناء عنه وكذا الخوف من المستقبل الذي يأتي بعد مرحلة التقاعد ، ، وكذلك نجد عمال منزعين من وضعهم في المكان الغير المناسب رغم سنوات الأقدمية لديهم كون المنصب لا يليق بمؤهلاته وقدراته التي اكتسبتها من خلال سنوات الأقدمية مما يسبب لهم حالة عدم رضا تمس الجانب النفسي للعامل، وقد تعود أسبابه أيضا إلى عوامل أخرى كالعوامل الجينية إذ وجد أن هناك عوامل وراثية لظهور الاكتئاب في بعض العائلات حيث أن هناك بعض الأشخاص ممن لهم سمات تؤهلهم عن غيرهم للإصابة بالإكتئاب، إضافة إلى ذلك العوامل البيئية ككثرة التعرض للضغوط الخارجية على العامل دون وجود متنفس لها، والتي ينتج عنها هبوط في المزاج، إنهيار على الحركة والنشاط وإتخاذ القرارات والتي تصبح جميعها ثقيلة .

#### 05- صياغة النتائج العامة للدراسة:

من خلال عرض نتائج الدراسة تبين لنا أن عمال المؤسسة الصناعية sofact وبورشاتها المنخفضة الضوضاء والمرتفعة الضوضاء يعانون من الاكتئاب لكن بدرجات متفاوتة كذلك ومن خلال النتائج المتوصل إليها والتي تم عرضها في هذا الفصل توضح لنا أنه:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظهور الاستجابات الاكتئابية بين العمال في بيئة بها ضوضاء منخفضة والعمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة: أي أن البيئة التي يتواجد فيها العمال لم تعتبر السبب الرئيسي في انزعاج العامل والتعب النفسي له بل تتعدد الأسباب وتختلف باختلاف الظروف الاجتماعية والمهنية لكل عامل.

-كما تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية في ظهور الاستجابات الاكتئابية بين عمال البيئتين يعزى لمتغير السن: مما يؤكد أن عامل السن ليس مرتبط في اختلاف تأثير

الضوضاء وظهور الاستجابات الاكتئابية بل تتدخل متغيرات أخرى تتعلق بالجانب الشخصي دون النظر إلى عمر العامل.

- وعدم وجود فروق دالة إحصائية في ظهور الاستجابات الاكتئابية بين عمال بيئة بها ضوضاء مرتفعة وبيئة بها ضوضاء منخفضة يعزى لمتغير الأقدمية: وهو ما يفسر أن عامل الأقدمية ليس مرتبط وغير مهم في تأثير الضوضاء على الجانب النفسي للعامل، بل تظهر في عوامل أخرى كالخوف من مستقبل التقاعد، أو الاستياء من وضعه في المكان الغير المناسب رغم الامتيازات والمؤهلات التي يتم اكتسابها من خلال سنوات العمل داخل المؤسسة.

## الاقتراحات

نظرا لطبيعة العمل والظروف الفيزيائية الصعبة التي يتعرض لها العمال داخل المؤسسات الصناعية وتأثيرها على صحته الجسمية عامة وصحته النفسية خاصة، أصبح من الضروري البحث عن معدات وقائية تساهم في تخفيف الضرر، وبما أن موضوع بحثنا ركز على الضوضاء كعامل في ظهور الاستجابات الاكتئابية لدى عمال مؤسسة sofact ساهمنا بوضع اقتراحات وقائية تساعد على التخفيف من المشكلات التي يتعرض لها العامل داخل المؤسسة الصناعية وهي كالاتي:

- التركيز عند تصميم الأجهزة والآلات على وضع الحلول اللازمة في تخفيف مستوى الضوضاء.
- تقليل ساعات العمل حتى لا تكون مدة تعرض العامل للضوضاء طويلة مع مراعاة نظام العمل بالتناوب.
- تكليف العامل بتسيير عقلائي للآلات وأن لا يتعدى عدد الماكينات المسيرة عن آلتين مع مراعاة المسافة بينه وبين الآلة.
- ضرورة تكليف مختص بالصيانة الدورية للآلات وإعطاءه الدور الرئيسي داخل أي مؤسسة صناعية كانت.
- الاعتماد على المواد العازلة في تصميم المحيط الصناعي (أرضية المصنع وجدرانه) مما يمنع من انتشار الضوضاء.

- توفير أجهزة لقياس مستويات الضوضاء بالمؤسسة من أجل مساعدة الإدارة على اتخاذ الاجرائات والتدابير اللازمة (معدات طبية، معدات هندسية)
- توظيف مختص أرغونومي لتصميم أماكن العمل تتوفر على عوازل للضوضاء.
- تخصيص أماكن الراحة للعاملين بعيدا عن مصادر الضوضاء.
- توفير المؤسسة (sofact) لمعدات الوقاية الضرورية (سدادات الأذن ) وتوعية العمال على ضرورة استخدامها لسلامتهم الصحية والنفسية وذلك بوضع حملات تثقيفية وتدريبية لزيادة وعي العامل حول ضرورة المعدات الوقائية في الحفاظ على سلامتهم المهنية.
- المراقبة الدورية الطبية للعمال خصوصا العمال المكلفين بمهام داخل الورشات.
- نقترح مثل هذه الدراسة أن تكون دراسة طولية، إذ تعذر اعتمادنا على هذا الصنف من الدراسات نظرا لضيق الوقت المحدد من أجل انجاز هذا البحث.

خاتمة

## خاتمة:

لقد حاولنا من خلال هذه الدراسة استعراض أهم الأدبيات النظرية المتعلقة بمتغيري الدراسة (الضوضاء و الاستجابة الاكثئاب) ودراسة الفروق في ظهور الاستجابات الاكثئابية لدى العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وبيئة بها ضوضاء منخفضة و إسقاط ما تم عرضه على المؤسسة الصناعية لصناعة النسيج والأغذية بولاية تيسمسيلت ,توصلنا إلى مجموعة من النتائج والاقتراحات التي كشفت على أن الضوضاء ليست السبب الرئيسي والمباشر في ظهور الاستجابات الاكثئابية وبما أنه لا توجد فروق في ظهور الاستجابات الاكثئابية لدى العمال أردنا التعرف على الأبعاد الأكثر تأثيرا في هذه النتيجة بقياس الفروق بين العمال في بيئة بها ضوضاء مرتفعة وبيئة بها ضوضاء منخفضة ,وكان ذلك بعدم وجود فروق الاستجابات الاكثئابية .

ومن خلال ما توصل إليه نستنتج أن العمال الذين يعملون في ورشات بها ضوضاء مرتفعة ومنخفضة يعانون من الاكثئاب وذلك بدرجات متفاوتة .

لذا يجب النظر بطريقة جدية إلى معالجة تأثيرات الضوضاء كالتأثيرات النفسية على صحة العامل باستعمال التفكير المنطقي من جهة وبالدراسات الميدانية من جهة أخرى حتى يتسنى الحد من تأثير هذا النوع على صحة القوة العاملة وعلى إنتاجها.

# قائمة المراجع



## قائمة المراجع:

- 01- ابراهيم، عبد الستار (1978). الاكتئاب اضطراب العصر الحديث. (د.ط). الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- 02- أحمد شبايك، شيرين. (2007). السلامة والصحة المهنية. المركز القومي لنقل الدم، قسم الجودة
- 03- إسعادي، فارس. (2015). أثر الضوضاء على صحة العاملين في المؤسسات الصناعية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 18. جامعة حمة لخضر بالجزائر. قسم العلوم الانسانية والاجتماعية
- 04- الأسدي، سعيد جاسم و سعيد، عطاري، محمد. (2014). الصحة النفسية للفرد والمجتمع. (ط1). عمان: دار رضوان للنشر والتوزيع
- 05- الحسن، احسان محمد. (2005). علم الاجتماع الصناعي. ط1. بغداد: دار وائل للنشر
- 06- الحسين، أسماء. (2002). المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي. دار عالم الكتاب
- 07- الختاتنة، سامي محمد. (2012). مقدمة في الصحة النفسية. (ط1). عمان. دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع
- 08- السعود، راتب (د.س). الانسان والبيئة. دراسة في التربية البيئية
- 09- الشوكي، محمد. (د.س). التلوث الضوضائي أثاره ومصادره. المملكة العربية السعودية. جامعة الملك سعود. قسم الأحياء.

- 10- الطواب، سيد محمود.(2011). الصحة النفسية والارشاد النفسي.(ط1).جامعة الاسكندرية. كلية التربية
- 11- العمري. عبد الحفيظ أحمد.(د.س). التلوث الضوضائي. إصدارات مدونة عيون المعرفة
- 12- بلغيث، خديجة.(2011).الاستجابات الاكتئابية لدى المرأة بعد الولادة. دراسة ميدانية بالمصلحة الاستشفائية محمد بوضياف مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي.جامعة قاصدي مرباحي. ورقلة.
- 13- حسن، بن يزيد الفيبي وآخرون. (د.س). التلوث الضوضائي. برنامج الماجستير في العلوم البيئية. جامعة الملك سعود. المملكة العربية السعودية
- 14- زاوي، سليمان.(2012). القلق والاستجابة الاكتئابية لدى المصابين بالقصور الكلوي المزمن والخاضعين للهيموديايز.دراسة عيادية ل8 حالات. مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر الاكاديمي 02 في علم النفس العيادي. جامعة البويرة معهد العلوم الانسانية والاجتماعية
- 15- غريب، عبد الفتاح غريب.(2007). الاضطرابات الاكتئابية. المجلة المصرية للدراسات النفسية. المجلد17. العدد56
- 16- كحلوش، كهينة. (2015). ظروف العمل الفيزيكية وأثرها على صحة العاملين. دراسة ميدانية في المؤسسة الوطنية المتزعمة لصناعة الأثاث تابوكرت تيزي وزو. مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العمل والتنظيم. جامعة مولودي معمري تيزي وزو.
- 17- لعريط، بشير.(2007). الانعكاسات النفسية والسلوكية لنظام العمل بالمناوية.أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس العمل والتنظيم.الجزائر

18- مباركى، بوحفص.(2004). العمل البشري. ط2. وهران: دار الغرب للنشر والتوزيع

19- مجدي، أحمد محمد عبد الله.(2000). علم النفس المرضي.(د.ط). جامعة الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية

20- الحسن، شكري إبراهيم. (2013). تقييم مشكلة التلوث الضوضائي وآثارها الصحية في بعض مدارس مدينة البصرة، جنوبي العراق، الجزء4. العدد 39 . جامعة البصرة. ص 19.

21- معمريه، بشير.(2010). تقنين قائمة آرون بيك للإكتئاب. دراسة على عينات من الجنسين في البيئة الجزائرية. جامعة الحاج لخضر، باتنة. قسم علم النفس

22- العدواني، خالد مطهر. (2012). مشكلة الضوضاء التي يحدثها المراقبون أثناء الإمتحانات واثرها النفسي على الطلاب، اليمن.

23- شحاتة، أحمد محمد عبد الرحمن. ( د س). تحليل الضوضاء البيئية داخل الفراغات شبه المغلقة. ( دراسة حالة نفق السوق الصغير بمكة المكرمة). كلية الهندسة، جامعة المنصورة، السعودية.

24- المشعان، عويد سلطان. ( 1994). علم النفس الصناعي. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع. الإمارات العربية المتحدة.

25- دوباخ، قويدر. ( 2008). دراسة مدى مساهمة الأمن الصناعي في الوقاية من إصابات حوادث العمل و الأمراض المهنية: دراسة ميدانية بمؤسسة صناعة الكوابل - بسكرة. رسالة ماجستر غير منشورة، جامعة الإخوة منتوري، قسنطينة.

26- غريب، عبد الفتاح غريب. (2007). الإضطرابات الإكتئابية: تشخيص، عوامل الخطر، النظريات والقياس، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 17، ( العدد 56) ص 60

27- كلاوس، غراوة و روث، دوناتي و فريديريك، بيناور. ( 1999). مستقبل العلاج النفسي معالم العلاج النفسي العام. ( ترجمة سامر جميل رضوان). دمشق: د د ن. ( د س ن).

28- علي، محمد النوبي محمد. ( 2012). الاكتئاب لدى المسنين الاتجاهات الحديثة في التشخيص والعلاج وكيفية التعامل. عمان الأردن: دار الصفاء للطباعة والنشر والتوزيع.

29- متولي، ياسر. ( 2009). الإكتئاب النفسي. ( العدد 02). كلية الطب. جامعة عين الشمس.

30- مجيد، نداء نعمان. ( 2008). أثر دراسة الضوضاء في تخطيط المدينة لتحديد استعمالات الأرض. مجلة الأنبار للعلوم الهندسية A J E S، المجلد 01، ( العدد 02).

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص علم النفس العمل والتنظيم

## قائمة التقدير

دليل التشاور ديباريس

لتشخيص المخاطر المهنية في بيئة العمل

التقييم	الملاحظات	لا	نعم	الضوضاء
				توجد ضوضاء مرتفعة داخل الورشة
				يعمل العمال بالقرب من الآلات المصدرة للضوضاء
				لا يستطيع العمال إجراء محادثة بصفة طبيعية على بعد 1متر فيما بينهم
				يستخدم العمال المعدات الواقية من الضوضاء
				الآلات مزودة بكمامات ومواد ماصة للضوضاء
				يتعرض العمال لضوضاء من مناصب عمل أخرى
				الجدران والأرضية مزودة بمواد عازلة للضوضاء
				الآلات المصدرة للضوضاء موضوعة في أماكن معزولة
				تسبب الضوضاء داخل الورشة ازعاج للعمال
				تتم المحادثات الهاتفية في الحدود المقبولة
				الجانب الذي يحتاج إلى دراسة معمقة:

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ابن خلدون- تيارت-

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

تخصص علم النفس العمل والتنظيم

في إطار إنجاز مذكرتنا والتي تدرج ضمن نيل شهادة الماستر تحت عنوان "الضوضاء وأثرها في ظهور الاستجابات الاكتئابية لدى العمال".

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان ( مقياس بيك للاكتئاب) الذي قام بترجمته وتعديله وتقنيه مجموعة من الأساتذة نرجو منكم التفضل بالإجابة على عباراته بما يتوافق واتجاهاتكم.

شكرا لتعاونكم.

البيانات الشخصية:

01- الجنس: ذكر ( ) أنثى ( )

02- السن: ..... سنه

03- الأقدمية: ..... سنه

التعليمة:

المرجو منك أن تقرأ (ني) كل مجموعة من العبارات بتمعن وإتقان ثم تنتقي من كل مجموعة العبارة التي تصف تماما الحالة التي كنت تشعر(ين) بها خلال الأسبوع الماضي (بما في ذلك اليوم الحالي) ضع(ي) دائرة حول الرقم المكتوب على يمين العبارة التي اخترتها (تيها) مع ملاحظة أن الرقم (صفر) يعني أنك تتمتع(ين) بحالة جيدة وأنت عادي(ية) وطبيعي(ة)

العبارة	N
<p>صفر- لا أشعر بالهم والحزن</p> <p>1- أشعر بشيء من الهم والحزن</p> <p>2- أشعر بشيء من الهم والحزن معظم الوقت ومن الصعب علي الخروج من هذه الحالة</p> <p>3- أشعر بالهم والحزن طوال الوقت ولا أشعر بالفرح أو السعادة على الإطلاق</p>	1
<p>صفر- أنا لست متشائم (ة) بخصوص المستقبل</p> <p>1- أشعر بأن المستقبل غير مشجع</p> <p>2- أشعر بأنه لا يوجد شيء أتطلع إليه في المستقبل أو يستحق الاهتمام</p> <p>3- أشعر باليأس التام من المستقبل. ولن يحدث تقدم في أي شيء في حياته</p>	2
<p>صفر- لا أشعر بالفشل</p> <p>1- أشعر بأنني فشلت أكثر من أي شخص عادي</p> <p>2- كلما تطلعت إلى حياتي الماضية أجد فيها الكثير من العثرات والفشل</p> <p>3- أشعر بأنني فاشل(ة) تماما في القيام بأي مهمة أو دور</p>	3
<p>صفر- أنا قانع(ة) وراضي(ة) عن الأشياء التي تعودت القيام بها</p> <p>1- لا أجد متعة كالسابق في الأشياء التي تعودت القيام بها</p> <p>2- لا أشعر بالرضا التام أو المتعة الحقيقية في حياتي الحاضرة</p> <p>3- أشعر بعدم الرضا والملل من كل شيء حولي</p>	4
<p>صفر- لا أشعر بالذنب وتأتب نفسي عادة</p> <p>1- لدي شعور بالذنب بعض الوقت</p> <p>2- ينتابني الشعور بالذنب وتأتب النفس معظم الوقت</p> <p>3- أشعر بالذنب وتأتب النفس طوال الوقت</p>	5
<p>صفر- لا أشعر بأنني أستحق العقاب</p> <p>1- أشعر وكأن عقابا قد يحل بي</p> <p>2- أتوقع أن أعاقب</p> <p>3- أشعر بأنني بالفعل أعاقب</p>	6
<p>صفر- لا أشعر بأن أمني قد خاب في نفسي</p> <p>1- أشعر أن أمني قد خاب في نفسي</p> <p>2- أشعر بالاشمئزاز من نفسي</p> <p>3- أكره نفسي</p>	7
<p>صفر- لا أشعر بأنني أسوأ من أي شخص عادي</p> <p>1- أنقد نفسي لضعفي وأخطائي</p> <p>2- ألوم نفسي معظم الوقت على أخطائي</p> <p>3- ألوم نفسي باستمرار على كل شيء حدث لي</p>	8
<p>صفر- لا تراودني رغبات أو أفكار للخلاص من حياتي</p> <p>1- أدعو الله أحيانا أن يجعل بنهايتي إن كان في ذلك خيرا لي</p> <p>2- أدعو الله كثيرا أن يعجل بنهايتي</p> <p>3- ألج على الله بالدعاء في كل حين للخلاص من هذه الحياة</p>	9
<p>صفر- لا أبكي أكثر من المعتاد</p> <p>1- أبكي الآن أكثر مما تعودت</p> <p>2- أبكي الآن طوال الوقت</p> <p>3- كانت لي قدرة على البكاء أما الآن فلا أستطيع حتى لو أردت</p>	10
<p>صفر- لا أشعر أنني أغضب أكثر من المعتاد</p> <p>1- أنزعج و أغضب بسهولة أكثر مما تعودت</p> <p>2- أشعر بالغضب في الوقت الحالي باستمرار</p> <p>3- لا أشعر بالغضب إطلاقا من الأشياء التي كانت تثير غضبي</p>	11
<p>صفر- لم أفقد الاهتمام بالآخرين</p> <p>1- أشعر بأنني قليل (ة) الاهتمام بالآخرين بالمقارنة بما كنت في حياتي</p> <p>2- فقدت معظم اهتمامي بالآخرين</p> <p>3- فقدت اهتمامي بالآخرين ولم يعد يهمني أحد</p>	12
<p>صفر- أتخذ القرار بنفس الكفاءة التي اعتدت عليها</p>	13



	<p>1- أقوم بتأجيل القرارات أكثر مما تعودت</p> <p>2- أجد صعوبة كبيرة في اتخاذ القرارات</p> <p>3- لم يعد لدي القدرة على اتخاذ القرارات</p>
14	<p>صفر- لا أشعر أن شكلي أصبح مهملاً أو غير جذاب</p> <p>1- لدي شعور أحياناً بأنني أبدو أكبر سناً وأقل جاذبية</p> <p>2- أشعر غالباً أن هناك تغيير في مظهري يجعلني أقل جاذبية</p> <p>3- أعتقد أن شكلي بالفعل مهمل وغير جذاب</p>
15	<p>صفر- أستطيع أن أعمل بنفس الكفاءة التي عملت بها من قبل</p> <p>1- أشعر أن البدء في عمل أي شيء يتطلب كثيراً من الجهد</p> <p>2- أضطر للضغط على نفسي بشدة كي أعمل أي شيء</p> <p>3- لا أستطيع القيام بأي عمل على وجه الإطلاق</p>
16	<p>صفر- أستطيع النوم بشكل جيد كما تعودت</p> <p>1- لا أنام جيداً كما كنت أنام من قبل</p> <p>2- أستيقظ مبكراً ساعة أو ساعتين عن المعتاد ثم أجد صعوبة في العودة إلى النوم</p> <p>3- أستيقظ قبل الفجر ولا أستطيع العودة إلى النوم مرة أخرى</p>
17	<p>صفر- لا أشعر بالتعب أكثر من المعتاد</p> <p>1- أشعر بالتعب بسرعة أكثر مما تعودت</p> <p>2- أتعب بسرعة أكثر مما تعودت</p> <p>3- أشعر بالإرهاق حتى أنني لا أستطيع القيام بأي عمل</p>
18	<p>صفر- لم تقل شهيتي للطعام عما كانت عليه في السابق</p> <p>1- شهيتي للطعام أقل من السابق</p> <p>2- الآن شهيتي ضعيفة بشكل كبير</p> <p>3- شهيتي الآن معدومة تماماً</p>
19	<p>صفر- لم ينقص وزني مؤخرًا بصورة ملحوظة</p> <p>1- نقص وزني أكثر 2 كيلو جرام</p> <p>2- نقص وزني أكثر من 5 كيلو جرام</p> <p>3- نقص وزني أكثر من 7 كيلو جرام</p> <p>(أتمد إنقاص وزني للمحافظة على رشاقتي): ( ) نعم ( ) لا</p>
20	<p>صفر- ليس هناك ما يشعرني بالقلق على صحتي</p> <p>1- يراودني شيء من القلق لوجود مشكلات صحية مثل بعض الأوجاع أو الآلام أو إضراب المعدة أو الإمساك أو تأخر الدورة الشهرية</p> <p>2- بالي منشغل بسبب بعض المشكلات الصحية ومن الصعب علي التفكير في أي شيء آخر</p> <p>3- يبتابني القلق والتوتر بخصوص مشكلاتي الصعبة لدرجة العجز عن التفكير في أي شيء آخر</p>
21	<p>صفر- ليس هناك أي تغيير في رغبتني الجنسية</p> <p>1- رغبتني في الجنس قلت عن السابق</p> <p>2- رغبتني في الجنس قلت بكثير عن السابق</p> <p>3- أفنقد الاهتمام بالجنس تماماً في الوقت الحاضر</p>

(الحسين:2012)

ملحق رقم (02)