



يوم : 2026/01/13

الإجابة النموذجية لامتحان السداسي الأول الدورة العادية في مقياس إدارة الأخطار النفسية الاجتماعية في العمل

السؤال الأول: (06 نقاط)

يتعرض الطالب لمصادر الاجهاد المهني وذلك من خلال خارطة ذهنية من تصميمه يذكر فيها المصادر دون شرح.

مصادر شخصية أو فردية متعلقة بالفرد: (2,5ن)

نمط الشخصية (أ) و(ب)	مفهوم الذات
السن	دورات الطاقة الحيوية
التركيب الجيني	النسق القيمي
الحالة النفسية والبدنية	الإدراك
الأحداث الشخصية	الصلابة النفسية

مصادر تنظيمية أو مهنية متعلقة بأسباب داخل:(3,5ن)

غموض الدور	الهيكل والمناخ التنظيمي	سوء الإتصال في مجال العمل
صراع الدور	العلاقات داخل المنظمة	المشاركة في صنع واتخاذ القرارات
عبء العمل	التطور والإرتقاء المهني	القيادة غير المناسبة
المساندة الإجتماعية	تضاؤل فرص التدريب	البيئة المادية للعمل

السؤال الثاني: (04 نقاط)

- **Karoshi** الموت بسبب كثرة العمل: إما عن طريق التعرض لنوبة قلبية مفاجئة أو الانتحار، يعود انتشار كاروشي إلى أسباب عدة، منها: عدم أخذ القسط الكافي من الراحة، أو النوم بسبب المجهودات الوظيفية، أو العمل لساعات طويلة خلال الأسبوع.
- **Workaholisme** إدمان العمل: ظهر هذا المصطلح سنة 1968 عن طريق دمج المصطلحين الإنجليزيين (Work) و (Alcoholism) العمل وإدمان الكحول، حيث يعرف بأنه إدمان للعمل مرضي، قهري وغير قابل للسيطرة. ويعرف كذلك بأنه الميل إلى العمل بشكل مفرط، يكون فيه الفرد مهووس بالعمل وباستمرار ويتجلى ذلك من خلال العمل القهري.
- **(L'Ennui au travail / Bore out)** الملل في العمل: يعرفه الكاتب الفرنسي (C. Bourion) بأنه "معاناة كبيرة تعزى إلى غياب النشاط في وقت العمل"
- **Burnout الإحترق النفسي:** يعطي الطالب أي تعريف للإحترق النفسي مثال ذلك: تعريف فرودنيبرغر: "هو حالة يسببها الاستخدام المفرط للطاقة والموارد الذاتية، وهو الأمر الذي يستثير شعورا بالفشل، واستنزافا للقدرة والإنهاك"

السؤال الثالث: (03 نقاط)

وضع الضحية في الخزنة الذهبية:

يتمثل في وضع العامل في مكتبه دون السماح له بممارسة مهامه وتجريده من كل مسؤولياته، ويوضع تحت تصرفه كل وسائل راحة منصبه من هاتف، حاسوب..... الخ ويعتبر من بين الأشكال الأكثر شرا ونفاقا. كما يمنع العمال من مرافقته أو التقرب منه والحديث معه، حتى خارج المصلحة وخارج أوقات العمل.

هذا النوع من التحرش يمارس خاصة في الإدارات العمومية، ولا يزعج المسؤولين لأن أجر الضحية تدفعه الدولة ولا يؤثر على عجلة الإنتاج أو أداء الخدمات. تأثير هذا النوع من التحرش المعنوي على العمال يكون بشعوره بعدم أهميته وفقدان اهتمامه بالعمل، وهذا يؤثر سلبا على صحته الجسدية والنفسية، وعلى علاقاته مع باقي الموظفين.

السؤال الرابع: (07 نقاط)

1. الأبعاد الفرعية لاستبيان محتوى العمل لروبار كرزاك: (3ن)

الأبعاد	الأبعاد الفرعية
المتطلبات النفسية DEMANDE PSYCHOLOGIQUE	الكمية – السرعة Quantité – rapidité
	التعقيد – الكثافة Complexité – intensité
	التقسيم – القدرة على التنبؤ Morcellement – prévisibilité

الحرية أو هامش المناورة Latitude ou marges de manœuvre		حرية اتخاذ القرار LATITUDE DECITIONNELLE
استخدام المهارات Utilisation actuelle des compétences		
تنمية المهارات Développement des compétences		
من الرؤساء	الدعم المهني Le soutien professionnel	الدعم الاجتماعي LE SOUTIEN SOCIAL
من الزملاء		
من الرؤساء	الدعم العاطفي Le soutien émotionnel	
من الزملاء		

2. وضعيات العمل: (04ن)

الحالة الأولى: كل الوضعيات ممكنة بما فيها عمل مجهد إنعزالي (2ن)

الحالة الثانية: وضعيتين: عمل نشيط و عمل مريح. (2ن)

د. بغو هواري

بالتوقيع