**الاجابة النموذجية لامتحان " مقياس لإدارة الأخطار النفسية والاجتماعية في العمل "**

**المستوى : الثانية ماستر علم النفس العمل والتنظيم وتسيير الموارد البشرية. السداسي: 3**

**1. يُعرف الخطر على أنه التعرض المحتمل للاصابة أو الألم أو الفقدان.**

**2. من المواقف التسييرية المؤدية للعنف في الوسط المهني؛ نجد:(0.50ن): تهديد العامل نتيجة نقله من مؤسسة إلى أخرى، أو استبداله بعامل آخر في نفس منصب عمله، أو إنزاله من رتبته المهنية، أو تجريده من وسائل العمل أو عدم تجديدها.**

**3. من المواقف الاشرافية المؤدية للعنف في الوسط المهني ؛ نجد:(0.50ن): تجريد العامل من بعض مهامه، أو تحميله مهاما وأدوارا لا يطيق على تنفيذها، أو كتكليفه بمهام لا تتماشى ومؤهلاته أو وضعيته الصحية، أو عدم الافصاح عن معلومات لها علاقة بمهامه لأداء عمله.**

**4. من مواقف تقييم العمل المؤدية للعنف في الوسط المهني ؛ نجد:(0.50ن):هي حالة إحساس العامل بتقييم مجهوده بشكل غير عادل، أو من خلال الانتقاد المفرط له، أو إحداث الرقابة الموجهة والمستفزة لمشاعره.**

**5.من آثار ظاهرة العنف في العمل على المستوى النفس الاجتماعي للعمل نجد(0.50ن): توقف العلاقات الانسانية، اختلال في تنظيم العمل وبيئة العمل، انخفاض في الانتاجية، تدني جودة المنتوج، فقدان سمعة المؤسسة على المستوى الخارجي.**

**6.من الآثار الناتجة لظاهرة التحرش في العمل على المستوى النفسي للفرد (0.50ن)؛ عدم الاحساس بالارتياح، الأرق، فقدان تقدير الذات، اضطرابات في القلب والدورة الدموية، آلام مستمرة على مستوى الرأس والرقبة، اضطرابات الجهاز الهضمي، الاكتئاب.**

**7.من الانعكاسات السلبية لظاهرة التحرش في العمل على المؤسسة؛(0.50ن)انعدام الثقة بين العمال والرؤساء وتدني مستوى الانتاج، انعدام القدرة التنافسية، ارتفاع مستوى تكاليف المؤسسة.**

**8.يتضح التحرش من خلال أشكال مختلفة هي(0.50ن):الاعتداء أو الاصابة، التخويف أو تشويه السمعة، الاهانة أو التشهير السلبي، العزلة أو الاهمال من خلال قطع العلاقات، إرغام العامل على أداء مهام غير ضرورية أو مستحيلة التنفيذ أو خارج عن نطاقه، التدخل في أمور شخصية.**

**9. العوامل الفردية المؤدية إلى الأخطار النفس اجتماعية هي:(1ن هي تلك العوامل المؤدية بالفرد العامل إلى الاحساس بالنقص نتيجة عدم مسايرته للتكوين المطلوب أو انعدام المؤهلات والكفاءات المتطلبة، أو لنقص خبرته في مجال عمله. والتي محصلتها فقدان الثقة بنفسه.**

**10. العوامل التنظيمية المؤدية إلى الأخطار النفس اجتماعية هي:(1ن): هي حالات عدم أخذ الفرد العامل للترتيبات المطلوبة في عمله مثل ترتيب وتنظيم مكان العمل، تنظيم أوقات العمل، التوقيت والحجم الساعي المستغرق في العمل، سوء تقسيم فترات الراحة تجنبا للتكرار والملل. مع العلم أن هذه العوامل التنظيمية تختلف باختلاف طبيعة المهنة.**

**11.عبء العمل الكمي هو:(0.50ن): هو زيادة المهام المسندة للفرد العامل، أو عدم كفاية الوقت المتاح لأداء المهمة.**

**12. عبء العمل النوعي هو(0.50ن): عدم امتلاك الفرد للقدرة مهما كان نوعها لأداء أو إنجاز المهام الموكلة على عاتقه.**

**13.أثبتت الدراسات أن طبيعة الأخطار النفسية والاجتماعية ناتجة عن (2ن)متطلبات العمل الكمية والمعرفية وتنظيم العمل ووتيرته ومحتواه، بالاضافة إلى العلاقات الاجتماعية والقيادة والتفاعل بين العمل والقيم ومكان العمل ومدى تجديد العمل وحداثة ةتقنيات أدائه والسياقات الاجتماعية.**

**14. تتم مواجهة الضغوط المهنية من خلال (0.50ن)التعايش مع الضغوط أو الانسحاب من المواقف الضاغطة، تغيير العلاقات أو تغيير الضغوط نفسها.**

**15. التفاعل عنصر من عناصر المخاطر النفسية والاجتماعية ونقصد به (0.50ن)؛ التفاعل الحادث بين المثيرات والاستجابات.**

**16. اللاأمن الاجتماعي في العمل ونقصد به(0.50ن): يظهر خاصة في حالة العمل بالعقود المنتهية المدة، يحس فيها بالتهديد، التسريح،التعسف، تصريحات بعدم الجدوى منه، انتهاء صلاحيته....**

**17. اللاأمن النفسي في العمل ونقصد به (0.50ن): يحدث نتيجة إحداث تغييرات في جوانب متعلقة بأداءات أو ظروف جديدة في العمل تخلق إرغاما لديه، وهو ما يؤدي بها إلى الاستياء، الملل، وانعدام روح المبادرة. وبالتالي يلجأ إلى طلب التحويل أو تغيير العمل في مؤسسة أخرى.**

**18.مخاطر نفسية ناتجة عن الضغوط المهنية وتتمثل في:(0.50ن):التعب، الارهاق والملل وانخفاض في تقدير الذات**

**19. مخاطر معرفية ناتجة عن الضغوط المهنية وتتمثل في:(0.50ن):انعدام القدرة على اتخاذ القرارات السريعة، محدودية التركيز، قلة الانتباه أوقصره، الحساسية الزائدة اتجاه الانتقادات**

**20. مخاطر سلوكية ناتجة عن الضغوط المهنية وتتمثل في:(0.50ن):المعاناة من الأرق الافراط في التدخين، تغير الوزن، فقدان الشهية، العدوانية، التخريب، عدم احترام الأنظمة والقوانين الداخلية.**

**21. مخاطر تنظيمية ناتجة عن الضغوط المهنية وتتمثل في:(0.50ن):الغياب عن العمل، عدم الاستقرار في العمل، تدني المردودية، انخفاض الانتاجية، الانعزالية، الاستياء**

**22. نقصد بالتغيير على مستوى الفرد وفي الوسط المهني(0.50ن)الانتقال بالفرد العامل من وضع إلى وضع آخر من المنصب، طريقة العمل، يحس من خلاله باللأمن وتفكك العلاقات وتغير على مستوى الأعمال الروتينية.**

**23. نقصد بالتغيير على مستوى المؤسسةوفي الوسط المهني(1ن)من خلال إحداث ترقيات أو تحويلات أو تغيير في المناصب، تقنيات جديدة في العمل.**

**24. يتضح معنى التغيير كمؤشر لحدوث أخطار نفسية واجتماعية لدى الفرد العامل نتيجة (0.50ن)مما قد يسببه من ارباك نتيجة الوضع الجديد.**

**25. ينعكس التغيير على الفرد العامل بشكل مباشر من خلال (1ن)التغيرات التكنولوجية المتمثلة في الوتيرة السريعة في العمل، نظم المعلومات، الرقمنة، التعقيد المتزايد، تغيرات على مستوى التقنيات والمهارات.**

**26. من الأسباب المؤدية للأخطار النفسية الاجتماعية والتي لها علاقة مباشرة بمتطلبات العمل؛ نجد(1ن)متطلبات العمل من حيث الشدة والتعقيد، متطلبات العمل ذات الطابع الانفعالي،**

**27. تتضح الآثار السلبية لوتيرة العمل لدى العمل من خلال(0.50ن)من خلال العمل في منصب يتطلب السرعة في التنفيذ، خاضع للقيود، مواعيد ضيقة لا تسمح باكمال الانجاز، متطلبات الجودة، التسارع نحو الانجاز.**

**28. يمكن حصر مصادر الضغوط المهنية في العمل المؤدية للأخطار النفسية والاجتماعية في (1ن)طبيعة العمل، زيادة أو قلة الحمل الوظيفي، صراع الدور، فرص غير كافية للتطوير المهني، أعمال المناوبة.**

**29. ومن أمثلة هذه الضغوط؛ نجد (1ن)ما يسود المنظمة من ضغوط تنظيمية ناتجة عن البيروقراطية، أو عدم المشاركة في القرارات، تعدد المستويات التنظيمية، غموض المستقبل الوظيفي، ظروف العمل.**