

Final Project 1

Code: MGM 496-PMG496

Project Template

Faculty of Management
Midocean University

عنوان المشروع
تأثير ضغط العمل على الأداء الوظيفي

أسم الطالب
ماهر حسن معجب

مشروع تخرج - 1
كلية الإدارة - جامعة ميدأوشن

إشراف

د.

عضو هيئة التدريس - كلية الإدارة - جامعة ميدأوشن

جدول المحتويات

1. الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	3
1.1. المقدمة:	4
1.2. مشكلة الدراسة	Error! Bookmark not defined
1.2.1. فجوات على المستوى النظري	Error! Bookmark not defined
1.2.2. فجوات على المستوى التطبيقي	Error! Bookmark not defined
1.3. أهمية الدراسة	6
1.3.1. على المستوى النظري:	6
1.3.2. على المستوى التطبيقي:	6
1.4. أسئلة الدراسة	7
1.5. أهداف الدراسة	7
1.6. فرضيات الدراسة	7
1.7. نموذج الدراسة	7
1.8. منهجية الدراسة	8
1.9. الدراسة الميدانية	8
1.10. مخطط المشروع المقترح	8
2. الفصل الثاني: الدراسات السابقة	9
2.1. المقدمة:	10
2.2. المتغير المستقل	10

10.....	2.3. المتغير التابع
10.....	2.4. العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع
11.....	2.5. الخاتمة
11.....	قائمة المراجع.....

1. الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1.1. المقدمة:

يعد ضغط العمل أحد أبرز التحديات التي تواجه الموظفين في مختلف القطاعات والمؤسسات، سواء كانت حكومية أو خاصة. ومع ازدياد متطلبات سوق العمل وتسارع وتيرة الحياة المهنية، بات من الضروري دراسة هذا العامل وتأثيره المباشر وغير المباشر على أداء الموظف، صحته النفسية والجسدية، ومستوى رضاه الوظيفي.

لقد أظهرت العديد من الدراسات أن استمرار تعرض الموظفين لضغوط العمل دون وجود آليات فعّالة للتعامل معها قد يؤدي إلى انخفاض في الإنتاجية، وارتفاع في معدلات الغياب، وحتى الاستقالات أو التقاعد المبكر. ومن هذا المنطلق، جاءت فكرة هذا البحث لتسليط الضوء على ماهية ضغط العمل، أسبابه، أنواعه، وتحديد أبرز آثاره على الموظف والمؤسسة.

كما يسعى هذا البحث إلى تقديم مجموعة من الحلول التي من شأنها أن تساعد في إدارة ضغوط العمل وتحسين بيئة العمل بشكل عام، مما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية للموظف وكفاءة الأداء التنظيمي.

1.2 مشكلة الدراسة

يعاني العديد من الموظفين في بيئات العمل الحديثة من ضغوط متزايدة ناجمة عن كثرة المهام، وتزايد التوقعات، وتضارب الأدوار، الأمر الذي قد يؤدي إلى آثار سلبية على أدائهم وصحتهم النفسية والجسدية. على الرغم من تعدد الدراسات التي تناولت موضوع ضغط العمل، لا تزال هناك فجوات في فهم كيفية تأثير هذه الضغوط بشكل مباشر وغير مباشر على الموظفين في سياقات مهنية مختلفة. كما أن هناك تفاوتاً في النتائج المتعلقة بمدى تأثير هذه الضغوط على الرضا الوظيفي، والالتزام التنظيمي، ومستوى الإنتاجية. من هنا، تنبع مشكلة الدراسة في الحاجة إلى فهم أعمق وأكثر تحديداً لأبعاد ضغط العمل، وتأثيره على الموظفين، سواء من حيث الأداء أو الحالة النفسية، وذلك ضمن بيئات وظيفية قد تختلف من حيث طبيعتها وهيكلها التنظيمي.

الفجوة النظرية:

- قصور بعض الدراسات السابقة في تناول العلاقة بين ضغط العمل والنتائج النفسية والسلوكية للموظفين بشكل شامل.
- تباین النتائج البحثية حول تأثير ضغط العمل على الأداء الوظيفي والرضا المهني، مما يستدعي مزيداً من البحث والتحقق.
- محدودية النماذج النظرية التي تدمج بين الضغوط الوظيفية والعوامل التنظيمية والشخصية في تفسير النتائج السلوكية للموظفين.

الفجوة العملية:

- عدم كفاية تطبيق برامج أو استراتيجيات عملية لإدارة ضغط العمل في بعض المؤسسات.
- ضعف استجابة بعض الجهات العملية لمؤشرات الضغط المهني لدى الموظفين، مما يفاقم من المشكلات النفسية والوظيفية.
- حاجة المؤسسات إلى أدوات تقييم واقعية لقياس مستويات ضغط العمل وتأثيره الفعلي على الأداء.

أهمية الدراسة

تُعد دراسة تأثير ضغط العمل على الأداء الوظيفي من الموضوعات الحيوية في مجال إدارة الموارد البشرية، لما لها من آثار مباشرة على كفاءة المؤسسات واستدامتها. إذ أن ارتفاع مستويات الضغط النفسي في بيئة العمل قد يؤدي إلى انخفاض في الإنتاجية، تراجع جودة الأداء، وزيادة معدلات الغياب أو التسرب الوظيفي. كما أن الضغوط المزمنة تؤثر سلبًا على الحالة النفسية للموظفين، ما ينعكس بشكل مباشر على مستوى تركيزهم، وتحفيزهم، وقدرتهم على اتخاذ القرارات

وتبرز أهمية هذه الدراسة في ظل تزايد تحديات بيئة العمل الحديثة، كثرة المهام، وضيق الوقت، والتغيرات التنظيمية السريعة، ما يستدعي توفير حلول علمية وعملية للحد من آثار الضغط الوظيفي. كما أن فهم العلاقة بين ضغط العمل والأداء يمكن أن يساعد صانعي القرار في تصميم سياسات عمل أكثر إنصافًا، وتحسين بيئة العمل، وتعزيز رفاه الموظفين

وعلى المستوى المحلي، فإن كثيرًا من المؤسسات في الدول العربية، ومنها السعودية، تعاني من ارتفاع معدلات ضغط العمل نتيجة نقص الكوادر أو سوء توزيع المهام، مما يجعل البحث في هذا الموضوع ذا أهمية خاصة لتطوير أداء الأفراد والمنظمات.

1.1.1. على المستوى النظري:

تتمثل الأهمية النظرية لهذه الدراسة في الإسهام في إثراء المعرفة العلمية المتعلقة بالعلاقة بين ضغط العمل والأداء الوظيفي، وذلك من خلال مراجعة وتحليل النماذج والنظريات التي فسرت هذا الارتباط كما تهدف الدراسة إلى سد الفجوة البحثية الناتجة عن تباين نتائج الدراسات السابقة، حيث أظهرت بعض الأبحاث أن ضغط العمل يؤدي إلى تراجع الأداء، في حين أشارت أخرى إلى أنه قد يكون حافزًا للأداء في بعض السياقات.

وبالتالي، تساهم هذه الدراسة في بناء إطار نظري متكامل يمكن أن يُعتمد عليه في دراسات مستقبلية لفهم العلاقة المعقدة بين الضغوط والنتائج السلوكية للموظف.

1.1.2. على المستوى التطبيقي:

على المستوى التطبيقي، تكتسب الدراسة أهمية عملية كبيرة، إذ تساعد المؤسسات وخاصة في القطاع الخاص على رصد مستوى ضغط العمل لدى الموظفين وتحليله، مما يساهم في اتخاذ قرارات تنظيمية أفضل.

ومن خلال النتائج المتوقعة للدراسة، يمكن تقديم توصيات عملية لتحسين بيئة العمل، مثل تقليل أعباء المهام، وتطوير أساليب القيادة، وتعزيز الدعم النفسي والمؤسسي. كما تساهم الدراسة في رفع كفاءة الأداء العام للمؤسسة عبر خلق بيئة عمل صحية ومرنة تراعي التوازن بين متطلبات الوظيفة وقدرات الموظف.

وتمثل الدراسة أيضًا مرجعًا تطبيقيًا يمكن أن تستند إليه إدارات الموارد البشرية في تصميم برامج لإدارة الضغط النفسي الوظيفي.

1.2. أسئلة الدراسة

1.3. أهداف الدراسة

1.4. فرضيات الدراسة

1.5. نموذج الدراسة

1.6. منهجية الدراسة

1.7. الدراسة الميدانية

1.8. مخطط المشروع المقترح

2. الفصل الثاني: الدراسات السابقة

2.1. المقدمة:

2.2. المتغير المستقل

2.3. المتغير التابع

2.4. العلاقة بين المتغير المستقل والمتغير التابع

2.5. الخاتمة

قائمة المراجع

1. الزعبي، عبد الله. (2018). *إدارة الموارد البشرية*. عمان: دار الحامد للنشر.
يناقش ضغط العمل وأثره على الأداء والصحة.
2. الطراونة، محمد عبد الله. (2015). *السلوك التنظيمي: مدخل متكامل*. عمان: دار المسيرة.
يتناول الرضا الوظيفي وتأثير البيئة التنظيمية والضغوط على سلوك الموظفين.
3. العنزي، نواف. (2017). أثر ضغوط العمل على الأداء الوظيفي لدى العاملين في القطاع الخاص بدولة الكويت. *مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية*، 25(1)، 240.215–.