

## الضغوط النفسية للإعلاميين وانعكاسها على أدائهم المهني

(دراسة ميدانية على عينة من الإعلاميين في ليبيا)

فرج عياش علي أمعرف / قسم الإعلام / كلية الآداب / جامعة سرت / ليبيا [farag.emerf@su.edu.ly](mailto:farag.emerf@su.edu.ly)

### الكلمات المفتاحية

الإعلاميين

الضغوط النفسية

الأداء المهني

### الملخص

تهدف الدراسة للتعرف على الضغوط النفسية للإعلاميين الليبيين وانعكاسها على أدائهم المهني والتعرف عن تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين، ومعرفة التأثيرات النفسية التي يشعر بها الإعلاميين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي واستمارة استبيان إلكترونية كأدلة لجمع البيانات، قام الباحث بتوزيعها على مجتمع الدراسة الذي يتكون من الإعلاميين الليبيين في مدينة سرت وطرابلس، وذلك بسحب عينة قوامها (107) مفردة، واستخدم الباحث العينة العشوائية البسيطة ، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: وضحت نتائج الدراسة أن غالبية أفراد العينة قالوا أن التأثيرات النفسية التي يشعرون بها هي قلة النوم بنسبة بلغت 63.55%， وكشفت النتائج أن الضغوط المالية والرواتب غير كافية مقارنة بجهود العمل من أكثر الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي واجهت الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني بنسبة بلغت 87.85%. ووضحت النتائج أن نقص الدعم والتدريب اللازمين لتحسين مهاراتهم من الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على الإعلاميين جاءت بنسبة عالية بلغت 73.83%， وتكشف النتائج أن التغيرات السياسية المستمرة في الدولة من المشاكل والضغط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني بنسبة 77.57%.

Contribute to its promotion by media professionals and its impact on their fasting  
(A Field Study on a Sample of Media Professionals in Libya)

**Farag ayash emerif**

Assistant Professor / Department of Media / Faculty of Arts / Sirte University

### Abstract

This study aims to identify the psychological pressures experienced by Libyan media professionals and their impact on their professional performance. It also seeks to understand the effects of these pressures and problems on media professionals, and to determine the psychological impacts they feel. The researcher used a descriptive approach and an electronic questionnaire as a data collection tool. The questionnaire was distributed to the research population, which consisted of Libyan media professionals in the cities of Sirte and Tripoli. A sample of (107) individuals was drawn using simple random sampling. The study reached a number of conclusions, the most important of which are: The results showed that the majority of the sample reported that the psychological impact they feel is sleep deprivation, at a rate of 63.55%. The results also revealed that financial pressures and insufficient salaries compared to work efforts are among the most significant economic pressures and problems faced by media professionals, affecting their professional performance, at a rate of 87.85%. The results showed that a lack of support and training to improve their skills, along with the professional pressures and obstacles affecting journalists, was cited by a high percentage of 73.83%. The results also revealed that ongoing political changes in the country are among the security and political problems and pressures facing journalists, impacting their professional performance by 77.57%.

### Keywords

Journalists -  
Psychological  
Pressures -  
Professional  
Performance

فرج عياش علي أمعرف

#### المقدمة

تعتبر الضغوط النفسية من بين أبرز المشكلات التي تواجه الأفراد في حياتهم، حيث إنها الأكثر انتشاراً من بين العديد من الاضطرابات النفسية عن سرعة إيقاع الحياة وسرعة وتيرة التغير الاجتماعي وما تولد عنه من صراع مستمر مع متطلبات الحياة، قد تتخذ منحني سلبي لتقدير الذات والاحساس بالذنب وأحاديث سلبية يرددها الفرد بينه وبين نفسه (خير، المهدى: 2002م، ص 333)، فل الإعلاميين يعتبرون من بين الأفراد الذين يتعرضون لمجموعة من العوامل التي تؤثر على أدائهم المهني، وتنوع هذه العوامل وأحياناً تتدخل فيما بينها وأحياناً أخرى يكمل بعضها البعض، حيث أن الأداء المهني للإعلاميين يرتبط بعدة عوامل داخلية، منها ما يتعلق بالسياسة التحريرية والضغط التي يتعرضون لها أثناء معالجتهم للأخبار والموضوعات بالإضافة إلى العوامل الخاصة بالعائد المعنوي والمادي (يوسف، 2016م، ص 2) بالإضافة إلى تأثيرهم بالسياسات بالتوجيهات الخارجية التي تصدر عن مشرعين ومسئولي (أبوماضي، 2015م، ص 3).

#### مشكلة الدراسة:

لقد أسمم التطور المتسارع في تكنولوجيا المعلومات والاتصالات في تعزيز انتشار وسائل الإعلام وتوسيع من قدرتها للوصول إلى شرائح واسعة من الجمهور، من خلال تناولها للقضايا والأزمات الراهنة، وقد أدى ذلك إلى زيادة اهتمام الإعلاميين بتغطية الأحداث والأزمات التي تتسم بالتعقيد والصدامات، سواء في مناطق النزاع أو ضمن بيئة العمل داخل مؤسساتهم الإعلامية، بهدف تلبية احتياجات الجمهور المتزايدة للمعلومات، إلا أن هذا الاهتمام المكثف بهدف السبق الإعلامي قد يساهم في تعرض الإعلاميين الليبيين لضغط تسبب لهم أزمات نفسية تؤثر سلباً على أدائهم المهني، خصوصاً بعد التغييرات السياسية التي حدثت في ليبيا سنة 2011، والتي كانت بيئة خصبة للمعلومات الناتجة عن الأحداث والصراعات والتي قد يواجه فيها الإعلاميون تحديات متعددة ، بسبب الفراغ الأمني، ناهيك عن الانقسام المؤسسي والاضطرابات المستمرة ، التي تفتقر إلى الاستقرار والدعم المؤسسي، هذه الضغوط لا تقتصر على تأثيرها الشخصي، بل تعكس أيضاً على الأداء المهني، من حيث الحيادية، والدقة، والاستمرار في العمل، وعليه فإن هذه الدراسة تهدف إلى التعرف على طبيعة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الإعلاميون الليبيون، وتحليل انعكاساتها على أدائهم المهني.

#### أهمية الدراسة:

- 1- تأتي أهمية الدراسة لتسليط الضوء على بيئة العمل التي يعمل فيها الإعلاميين وتأثيراتها النفسية والجسدية وانعكاسها على أدائهم المهني.
- 2- تبع أهمية الدراسة من الاهتمام بالإعلاميين لتوفير بيئة إعلامية تساعدهم على مواجهة التحديات والصعوبات.
- 3- الوصول إلى توصيات قد تساهم في إيجاد حلول عملية للضغط النفسي الذي يتعرض له الإعلاميين والتي تؤثر على أدائهم المهني.

فروج عيش على أمعرف

**أهداف الدراسة:** ينطلق هذا البحث من هدف رئيسي وهو التعرف عن الضغوط النفسية للإعلاميين وانعكاسها على أدائهم المهني،

وينتبق عن هذا الهدف مجموعة من الأهداف الفرعية الآتية:

1- التعرف عن تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين.

2- معرفة التأثيرات النفسية التي يشعر بها الإعلاميين.

3- الكشف عن الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي تواجه الإعلاميين وتأثيرها على أدائهم المهني.

4- معرفة الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على أداء الإعلاميين.

5- التعرف عن المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني.

**تساؤلات الدراسة:** يسعى هذا البحث للإجابة عن تساؤل رئيسي وهو الكشف عن الضغوط النفسية للإعلاميين وانعكاسها على أدائهم المهني، وينتبق عن هذا السؤال مجموعة من التساؤلات الفرعية الآتية:

1- ما مدى تأثير الضغوط والمشاكل عليك كإعلامي؟

2- ماهي التأثيرات النفسية التي شعرت بها كإعلامي؟

3- ماهي الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي تواجهك كإعلامي وأثرت على أدائك المهني؟

4- ماهي الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على أدائك الإعلامي؟

5- ماهي المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجهك كإعلامي في مدينة سرت وأثرت على أدائك المهني؟

**الدراسات السابقة:** لكي تكون دراستنا مبنية على أساس صحيحة، لابد من البحث والاستناد على بعض من الدراسات المتتابعة لها والتي تشارك في أجزاء من الموضوع ، لذا اختبرنا مجموعة من الدراسات وهي:

1- دراسة (عبدالنبي، 2023): تهدف الدراسة للتعرف على السمات المهنية للقائمين بالاتصال في الصحف الإقليمية المطبوعة والالكترونية، ومعرفة مستوى الرضا الوظيفي للقائمين بالاتصال في الصحف الإقليمية، وتنتمي هذه الدراسة الى البحوث الوصفية واستخدمت منهاج المسح الإعلامي، واعتمدت على صحفة الاستقصاء مستخدماه العينة العشوائية البسيطة وطبقت الدراسة على عينة قوامها 150 مفردة، وتوصلت الدراسة الى مجموعة من النتائج أهمها:

● جاء عامل انجاز العمل مرتفعا لدى القائمين بالاتصال في الصحف المحلية، ويسود نوع من الود بين الصحفيين في مكان العمل، حيث يمكنهم مساعدة بعضهم البعض لا نجاح هذا العمل.

● أكملت الدراسة أن العمل في مجال الصحافة الإقليمية لا يتيح فرص الترقى للصحفيين العاملين بها، حيث جاء في مقدمة إجابات المبحوثين بوزن نسبي 70% من إجابات المبحوثين.

2- دراسة(الجندى، 2023): تسعى هذه الدراسة إلى التعرف على أنواع الضغوط المهنية التي تمارس على الإعلاميين والصحفيين المصريين داخل مؤسسات العمل الصحفى، وقياس مدى تأثير هذه الضغوط على صحتهم النفسية والجسدية وتنتمي هذه الدراسة إلى نوعية البحوث الاستطلاعية ويتمثل مجتمع الدراسة في إقليم القاهرة الكبرى حيث تتوارد المؤسسات

الصحفية والإعلامية محل الدراسة كما اعتمدت هذه الدراسة على العينة المتأهلة من الإعلاميين والصحفيين المصريين في المؤسسات الصحفية والإعلامية المصرية قوامها 129 مفردة، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها:

- يتضح على المستوى الإجمالي أن أغلبية عينة الدراسة بنسبة (85.3%) أكدوا على استمرارهم في العمل الصحفي في المستقبل رغم الضغوط النفسية والجسدية والاجتماعية

• تبين على المستوى الإجمالي للوظائف أن سبب اصرار عينة الدراسة على العمل في مجاله على رغم كل هذه الضغوط جاءت بالترتيب (لأنما جزء من هويتي) بنسبة (26.90%).

- يتضح على المستوى الإجمالي للوظائف أن تأثير الضغوط المهنية جاءت (لا أقدم إبداع بل أعمل فقط) بنسبة (44.2%).

3- دراسة (الذقيني، الكردي، 2021): تهدف الدراسة للكشف عن المعوقات والصعوبات والمشاكل التي تواجه عمل الصحفيين بالمؤسسة العامة للصحافة في ليبيا، خلال الفترة من 1/10/2020 إلى 31/1/2021، واعتمدت هذه الدراسة على منهج المسح الإعلامي وذلك باستخدام الاستبيان الإلكتروني على عينة من الصحفيين الليبيين في المؤسسة العامة للصحافة في مدينة طرابلس، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أبرزها:

- إجراء المزيد من الدراسات الاستطلاعية الدورية للتعرف على أثر الضغوطات والمعوقات التي تواجه الصحفيين أثناء تأدية عملهم.

• المساواة بين الصحفيين في فرص الترقيات والمهامات الصحفية ودورات التدريب الخارجية والداخلية.

• ضرورة إعادة النظر في التشريعات والقوانين الصحفية في ليبيا بما يحمي عمل الصحفي في حرية الحصول على الاخبار والمعلومات من المصادر المختلفة.

4- دراسة (اطبيقة، الاجم، 2020): هدفت الدراسة للتعرف على الرضا المهني لدى القائمين بالاتصال في المؤسسات الاعلامية الليبية المتخصصة بالطفل، وتعتبر هذه الدراسة من الدراسات الوصفية التي تعتمد على أسلوب المسح الشامل، واعتمد الباحثان في هذه الدراسة على أداة الاستبيان المطبقة على القائمين بالاتصال العاملين بالإذاعات الليبية المتخصصة بالطفل مثلة في راديو سنابل FM، واعتمد الباحثان في هذه الدراسة على العينة العارضة من القائمين بالاتصال بمدينة بنغازي وعددهم (40) مفردة، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها:

- أن 37.5% من القائمين بالاتصال العاملين بالإذاعات الليبية المتخصصة بالطفل غير راضين عن أدائهم المهني.

• أن 32.5% من القائمين بالاتصال العاملين بالإذاعات الليبية المتخصصة بالطفل يعتبرون العوامل الاجتماعية الأكثر تأثيراً على رضاهم المهني.

5- دراسة (يوسف، 2016): تهدف الدراسة إلى التعرف على العوامل المؤثرة على الأداء المهني للقائم بالاتصال في الواقع الإخبارية الفلسطينية من خلال تسلط الضوء على الواقع المهني للقائمين بالاتصال، وتنتمي هذه الدراسة إلى البحوث الوصفية مستخدمة منهج المسح الإعلامي، واعتمدت الدراسة على أداة الاستبيان، واستخدمت الدراسة العينة العمدية وطبقت الدراسة على عينة قوامها (109) من القائمين بالاتصال، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها:

• توصلت الدراسة إلى أن استخدام التكنولوجيا كان له أثر إيجابي على القائمين بالاتصال بنسبة بلغت (82.5%)، وتمثل في سرعة

الحصول على المعلومات في المرتبة الأولى، تلتها سرعة إنجاز المهام الصحفية.

• أظهرت نتائج الدراسة أن في مقدمة المشكلات التي تواجه القائمين بالاتصال في الواقع الإخبارية كانت المشكلات القانونية، تلتها في المرتبة الثانية المشكلات الأمنية، تم جاءت المشكلات المالية.

#### أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

استفاد الباحث من الدراسات السابقة في التعرف على موضوع الدراسة بشكل أفضل ووضع التصور العام للدراسة وصياغة دقيقة لل المشكلة وتحديد الأهداف التي تسعى لتحقيق الدراسة وصياغة تساؤلات الدراسة بشكل علمي لتحقيق أهداف الدراسة ورصد أهم الجوانب المنهجية والتعرف على المناهج والادوات المستخدمة والاختيار الامثل لمنهج وأداة الدراسة وتحديد مجتمع الدراسة وعيتها المناسبة.

**منهج وعينة البحث وحدوده المكانية والزمنية:** استخدم الباحث المنهج الوصفي واستمرارة استبيان إلكترونية كأداة لجمع البيانات، وقام الباحث بتوزيعها على مجتمع الدراسة الذي يتكون من الإعلاميين الليبيين في مدينة سرت وطرابلس، وتم استخدام العينة العشوائية البسيطة التي بلغ قوامها (107) مفردة من الإعلاميين، حيث تم استهداف (21) إعلاميا من مدينة سرت و(86) إعلاميا من مدينة طرابلس، واختار الباحث افراد العينة من هذه المدن للأسباب التالية:

1- شهدت كل من سرت وطرابلس أحاداًثاً أمنية وصراعات سياسية، ما يجعل إعلاميتها أكثر عرضة لضغط نفسي ناتجة عن تغطية النزاعات والأحداث العنيفة.

2- التباين في بيئة العمل الإعلامي حيث تختلف الظروف المهنية للإعلاميين في طرابلس (العاصمة ومركز القرار السياسي والإعلامي) عن سرت، مما يوفر مجالاً مقارنة مستويات الضغوط النفسية.

3- الحصول على عينة متنوعة تعكس الفروق في البيئة الاجتماعية والسياسية والأمنية.

4- يساعد اختيار هاتين المدينتين في إجراء مقارنة بين مناطق أكثر استقراراً وأخرى أقل استقراراً من حيث الأثر النفسي على الإعلاميين.

**اختبار الصدق والثبات:** بعد الانتهاء من تصميم الاستمرارة وتضمينها أهداف وتساؤلات البحث ووضع الأسئلة والعبارات التي تقيس متغيراته ، وللتتأكد من صلاحية الاستمرارة للتطبيق وتحقيق أهداف البحث، قام الباحث بعرضها على مجموعة من الأساتذة المتخصصين (\*) حيث أجرى الباحث كل التعديلات التي اقترحوها الأساتذة.

#### تعريف مصطلحات الدراسة:

**الضغط النفسي:** هي حالة من التوتر النفسي والجسدي تنشأ عندما يواجه الفرد مطالب أو تحديات تفوق قدراته أو توقعاته تكون ناتجة عن عوامل داخلية أو خارجية.

**الأداء المهني للإعلاميين:** هي الطريقة التي يقوم بها الإعلاميون بإنجاز مهامهم ومسؤولياتهم الإعلامية وفقاً لمعايير مهنية وأخلاقية محددة، تتضمن العديد من الجوانب التي تتعلق بكتافة الإعلامي، وسلوكه، والتزامه بالمبادئ المهنية والأخلاقية التي تحكم العمل الإعلامي.

**الإعلاميين الليبيين:** هم العاملين في مجال الإعلام داخل ليبيا أو من يحملون الجنسية الليبية ويعملون في مجالات الإعلام المختلفة، سواء في الصحافة المكتوبة، الإذاعة، التلفزيون، أو الإعلام الرقمي، ويقومون بنقل الأخبار، تقديم البرامج، تحليل الأحداث، أو إنتاج المحتوى الإعلامي الذي يُعبر عن الواقع الاجتماعي، السياسي، الاقتصادي، والثقافي في ليبيا.

### الإطار النظري:

**مفهوم الضغط النفسي:** هو استجابة الجسم للمؤثرات الموجودة في البيئة المحيطة به، كما يتعلق بكيفية ادراك الفرد للمثيرات البيئية المسببة لهذا الضغط وقدرة الفرد على التفاعل معها سواءً أكانت هذه المثيرات نتيجة لظروف سارة أم لنتيجة ظروف غير سارة.

### أنواع الضغط النفسي:

1- **ضغوط الحياة اليومية:** وهي عبارة عن مجموعة من المواقف والمشكلات التي يتعرض لها كل الأفراد تقريباً في حياتهم اليومية إلا أنها تختلف في درجة تأثيرها، ومن هذه الضغوط نجد الضغوط الأسرية والعائلية والضغوط المادية والضغوط الاجتماعية والمهنية والدراسية والضغوط العاطفية.

2- **ضغوط غير عادية:** والتي تحدث بشكل مفاجئ مثل الكوارث الطبيعية، التعرض لحادث مؤلم كالاغتصاب أو وفاة كل أعضاء الأسرة في حادث عدا هذا الفرد

3- **ضغوط قصيرة المدى:** وهي تعني تعرض الفرد لمشكلة ما لفترة معينة تم التغلب عليها مثل الفصل من العمل أو خسارة مادية.

4- **ضغوط طويلة المدى:** وهي الضغوط التي يتعرض لها الفرد ويستمر تأثيرها لفترة طويلة مثل الإصابة بمرض مزمن أو خسارة شيء لا يمكن تعويضه (السبعي، 2015، ص 233-253).

**أسباب الضغط النفسي:** إنّ معرفة السبب الرئيسيّ الذي أدى إلى حدوث الضغط النفسي تُعتبر الخطوة الأولى للتعامل مع هذه الحالة، وهناك العديد من الأسباب المتعلقة بالضغط النفسي، نذكر منها ما يلي:

1- **الضغط في الموقف المهدّدة للحياة:** وتمثل هذه الضغوط ب تعرض الإنسان لأشياء أو مواقف قد تؤديه وقد تُحدد حياته، وعندها يستجيب الإنسان بالهروب أو المواجهة، ولعلّ هذا ما يُفسّر أهمية الضغط النفسي في هذه الحالة لحماية النفس وإنقاذهما.

2- **الضغط البيئي:** ويكون الضغط النفسي في هذه الحالة كرد فعل تجاه الأشياء الموجودة حول الشخص والتي تُسبب له الإجهاد، ومثال ذلك الازدحام، والضوضاء، وضغوط العمل والأسرة.

3- **الضغط الداخلية:** وتمثل الضغوط الداخلية بقلق الإنسان وتوتره تجاه الأشياء التي لا تستحق التوتر والقلق، أو معاناته من استمرار التفكير والشعور بالقلق تجاه الأشياء التي لا يمكنه السيطرة عليها أو القيام بتصريف تجاهها، ولعل هذه الضغوط هي الأكثر قابلية للعلاج والحلّ.

4- **الضغط الناتجة عن الإهانة في العمل:** هناك مجموعة من الأمور المتعلقة بالعمل، أو المدرسة، والتي قد تسبب الضغط النفسي ومنها:

- أ- العمل لفترات زمنية طويلة . القيام بالأعمال الصعبة .
- ب- عدم القدرة على إدارة الوقت جيداً .
- ت- عدم منح الجسم الوقت الذي يحتاجه من الراحة والاسترخاء(الدوايكات، <https://mawdoo3.com>). 2021م)
- أعراض الضغط النفسي:** يرى بعض علماء النفس إن للضغط النفسي بعض المؤشرات التي يمكن إيجازها على النحو التالي:
- 1- الاعراض الجسدية: في ردة فعل الضغط العادلة، يخفق القلب بقوة وسرعه، تشنج العضلات، تزداد سرعة التنفس ويحفل الحلق، ت慈悲 العرق، والاحساس باضطراب في المعدة.
  - 2- الاعراض الذهنية: صعوبة في التركيز
  - 3- الاعراض العاطفية: من الشائع أن يشعر من يتعرضون لضغوطات بالعصبية، القلق والتوتر وسرعة الغضب والانفعال وعدم الراحة.
  - 4- الاعراض السلوكية: عند شعور الفرد بالضغط فإنه يحاول التخلص من القيام بالسلوكيات مثل هز الركبة وقضم الاظافر والاكراء على الاكل والتدخين والتكلم بصوت عالي (الجويي، 2017، ص 247-280).
- أساليب مواجهة الضغط النفسي:**
- 1- الاستراتيجيات الانفعالية في المواجهة: وفيها يلجأ الفرد الى استخدام ردود الأفعال الانفعالية، في مواجهة الضغوط مثل التوتر، والغضب، والازعاج.
  - 2- الاستراتيجيات المعرفية في المواجهة: وفيها يلجأ الفرد إلى إعادة التفسير الإيجابي والتحليل المنطقي وبعض أنماط التفكير والنشاط التخييلي.
- وهناك أساليب أخرى للتعامل مع الضغوط وهي:
- 1- أسلوب التوجه النشط نحو الأداء: والمقصود به المحاولات السلوكية النشطة التي يقوم بها الفرد للتعامل مباشرة مع المشكلة وبصورة عقلانية وواقعية، ويتضمن ذلك معرفة الأساليب الحقيقة للمشكلة، والاستفادة من الخبرة السابقة.
  - 2- أسلوب التوجه الانفعالي: ويقصد بـ ردود الأفعال الانفعالية والعشوشانية التي تنتاب الفرد وتنعكس على أسلوبه في التعامل مع مصدر الضغط، ويشمل هذا الأسلوب مشاعر الضيق والتوتر والانزعاج.
  - 3- أسلوب التوجه نحو التجنب: ويقصد به محاولات الفرد لتجنب المواجهة المباشرة مع الموقف الضاغطة، وقد يكتفي بالانسحاب من الموقف (مسعد، 2017م، ص 739-764).

## عرض وتحليل النتائج

المجدول رقم (1) يبين البيانات الشخصية لعينة الدراسة

النوع	المتغيرات الديموغرافية	المجموع	النوع	النسبة	النوع
النوع	ذكر		النوع	%64.84	69
	أنثى				38
	المجموع	107			100
العمر	من 25 الى 45	45	العمر	%44.85	48
	من 45 الى 50	50			46
	من 50 سنة فأكثر				13
المؤهل العلمي	المجموع	107	المؤهل العلمي	100	107
	متوسط				15
	جامعي				49
	دراسات عليا				43
	المجموع	107			100
سنوات الخبرة	اقل من 5 سنوات	5	سنوات الخبرة	%11.21	12
	من 5 سنوات إلى اقل من 15 سنة	15			34
	من 15 سن على اقل من 25 سنة	25			35
	من 25 سنة فأكثر				26
	المجموع	107			100
الإقامة	طرابلس		الإقامة	%80.37	86
	سرت				21
	المجموع	107			100

شملت عينة البحث الإعلاميين الليبيين في مدينتي طرابلس وسرت من الجنسين الذكور والإناث باختلاف أعمارهم ومؤهلاتهم العلمية وسنوات الخبرة، وقد نتج عن توزيع الاستماراة بشكل إلكتروني في الحصول على عينة مناسبة كما هو موضح في الجدول السابق بالنسب والارقام.

الجدول رقم (2) يوضح نوع المؤسسة الإعلامية التي يعمل بها أفراد العينة.

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%34.57	37	الصحافة والنشر الالكتروني
%21.49	23	الإذاعة المسموعة
%20.57	22	التلفزيون والقنوات الفضائية
%23.37	25	مكتب اعلامي في المؤسسات الحكومية والخاصة
100	107	المجموع

تكشف نتائج الجدول السابق بأن غالبية المبحوثين موظفين في مهنة الصحافة والنشر الالكتروني بنسبة بلغت 34.57%， وهذا يرجع لسبب أن الصحافة والنشر الالكتروني تميز بسرعة وسهولة وصولها إلى عدد كبير من الناس مما جعل أكثر الإعلاميين يرغبون في ممارسة مهنة الصحافة، تم جاء من هم موظفون في المكاتب الإعلامية في المؤسسات الحكومية والخاصة بنسبة 23.37%， وفي المرتبة الثالثة جاءت من هم موظفون في الإذاعة المسموعة بنسبة 21.49%， وفي المرتبة الأخيرة جاء من هم موظفون في التلفزيون والقنوات الفضائية بنسبة جاءت 20.57% وهي الأقل من مجموع أفراد العينة.

الجدول رقم (3) يوضح طبيعة الوظيفة لأفراد العينة في العمل الإعلامي.

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%7.47	8	رئيس تحرير
%8.43	9	مراسل
%14.95	16	مشرف صفحه الكترونية
%29.90	14	صحفى
%13.09	32	مذيع
%26.16	28	آخر تذكر
100	107	المجموع

توضح نتائج هذا الجدول طبيعة الوظيفة في العمل الإعلامي حيث تبين أن اغلبية الإعلاميين طبيعة وظائفهم صحفيين بنسبة 29.90%， وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة الجدول رقم (2) والتي توضح مدى رغبة واهتمام الإعلاميين بمهمة الصحافة بينما جاء في المرتبة الثانية من يمارسون وظائف أخرى في المجال الإعلامي بنسبة بلغت 26.16%， وفي المرتبة الأخيرة جاءت وظيفة رئيس تحرير بنسبة 7.47% من مجموع أفراد العينة.

فرج عياش علي أمعرف

الجدول رقم(4) يوضح أسباب رغبة أفراد العينة للعمل في المجال الإعلامي.

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%50.46	54	الموهبة وحب المهنة
%10.28	11	تحقيق الكسب المالي والشهرة
%39.26	42	المساهمة في حل القضايا والمشاكل
100	107	المجموع

تبين نتائج الجدول السابق أن الموهبة وحب المهنة من أكثر الأسباب التي ساهمت في رغبة أفراد العينة للعمل في المجال الإعلامي بنسبة بلغت 50.46%， وهذا بسبب تميزهم بالقدرة على الكتابة والقراءة واللقاء والتصوير ورغبتهم في ممارسة المهنة الإعلامية، بينما في المرتبة الثانية جاءت المساهمة في حل القضايا والمشاكل بنسبة 39.26%， وفي المرتبة الأخيرة جاءت تحقيق الكسب المالي والشهرة بنسبة 10.28%.

رقم(5) يوضح مدى تقييم افراد العينة لحرية الاعلام في ليبيا.

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%5.60	6	ممتازة
%69.15	74	جيدة
%25.25	27	ضعيفة
100	107	المجموع

نستنتج من الجدول أن تقييم افراد العينة لحرية الاعلام في ليبيا جيدة بنسبة 69.15%， وهذا بسبب كثرة التوجهات السياسية واعتمادهم على الاعلام في تحقيق أهدافهم جعل الاعلاميين ينشرون ما يريد من اخبار ومعلومات تحت حماية الكيانات السياسية والمسلحة، تم جاءت ضعيفة بنسبة 25.25%， وفي المرتبة الأخير جاءت ممتازة قليلة بلغت 5.60%.

الجدول رقم(6) يوضح مدى تعرض افراد العينة لضغوط اثناء ممارسة العمل الإعلامي.

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%17.75	19	نادرا
%66.35	71	أحيانا
%15.90	17	دائما
100	107	المجموع

تكشف نتائج الجدول السابق بأن غالبية المبحوثين أحياناً ما يتعرضون لضغوط أثناء ممارسة العمل الإعلامي بنسبة بلغت 66.35%， هذه النتيجة تتفق مع حرية الإعلام التي أشار إليها الجدول رقم (5) فكثرة الآراء والتوجهات السياسية للكيانات السياسية قد تتفق أو تختلف مع بعضها مما قد يعرض الإعلاميين لضغوط إعلامية في نشر الأخبار والمعلومات بين الحين والأخر، تم جاءت من قالوا نادراً ما يتعرضون لضغوط أثناء ممارسة العمل الإعلامي بنسبة بلغت 17.75%， وأخيراً جاءت في المرتبة الأخيرة من قالوا بأنهم دائماً ما يتعرضون لضغوط أثناء ممارسة العمل الإعلامي بنسبة بلغت 21.43%.

**الجدول رقم (7) يوضح مدى تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين.**

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%43.92	47	كبيرة
%52.33	56	متوسطة
%3.75	4	قليلة
100	107	المجموع

توصلت نتائج الجدول السابق مدى تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين حيث قال غالبية أفراد العينة بأن تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين متوسطة بنسبة 52.33%， ويرجع ارتفاع هذه النسبة أن هناك اعلاميين يعملون في القطاع الخاص الذي يوفر لهم حماية ويعمق رغباتهم، في حين جاء من قال بأنها كبيرة في المرتبة الثانية بنسبة 43.92% من مجموع أفراد العينة، أما من قال بأن تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين قليلة جاءت في المرتبة الأخيرة 3.75%.

**الجدول رقم (8) يوضح التأثيرات النفسية التي يشعر بها الإعلاميين.**

النسبة	النكرار	أفراد العينة
%63.55	68	قلة النوم
%7.47	8	الشعور بالضيق والوحدة
%12.14	13	عدم التركيز والنسيان
%3.73	4	الحزن والشعور بالذنب
%13.11	14	الغضب
100	107	المجموع

يوضح هذا الجدول التأثيرات النفسية التي يشعر بها الإعلاميين، حيث تبين أن غالبية أفراد العينة قالوا من التأثيرات النفسية التي يشعرون بها هي قلة النوم بنسبة بلغت 63.55%， وذلك لأن المهنة الإعلامية تحتاج إلى مواكبة للأخبار والاحاديث والتي قد تقع في أي وقت، في حين أكد البعض الآخر من أفراد العينة أن من التأثيرات النفسية التي يشعرون بها هي الغضب بنسبة بلغت 13.11%.

وأخيرا جاءت في المرتبة الأخيرة من هذه التأثيرات النفسية التي يشعر بها الإعلاميين هي الحزن والشعور بالذنب بنسبة بلغت .%3.73

الجدول رقم(9) يوضح الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على ادائهم المهني.

النسبة المئوية	أكبر تكرار	لا أوفق	محايد	أوفق	الضغط الاقتصادي	
					%	ك
%87.85	94	2	11	94	الضغط المالية و الرواتب غير كافية مقارنة بجهود العمل	ك
%57.44	61	7	39	61	تقليل النفقات على البحوث والتحقيقات	ك
%70.39	75	6	26	75	قلة الأمان الوظيفي نتيجة التغيرات المستمرة في سوق العمل الإعلامي	ك
%44.85	48	14	45	48	التعاقد مع المؤسسة بشكل مؤقت	ك

توضح نتائج هذا الجدول الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على ادائهم المهني، حيث بيت أن غالبية افراد العينة يوافقون بنسبة بلغت 87.85% بأن الضغوط المالية و الرواتب غير كافية مقارنة بجهود العمل، وذلك لأن المهنة الإعلامية شاقة ومتعبة وارتفاع الأسعار جعل من الرواتب غير كافية لتحقيق الرضا النفسي، كما أكد البعض الآخر من أفراد العينة أيضاً بأنهم يوافقون بنسبة 44.85% بأن التعاقد مع المؤسسة بشكل مؤقت يعتبر من الضغوط والمشاكل الاقتصادية القليلة التي تواجه الإعلاميين وأثرت على ادائهم المهني.

الجدول رقم(10) يوضح الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على الإعلاميين.

النسبة المئوية	أكبر تكرار	لا أوفق	محايد	أوفق	الضغط المهنية	
					%	ك
%73.83	79	6	22	79	نقص الدعم والتدريب اللازمين لتحسين مهاراتكم	ك
%62.61	67	7	33	67	تدخل الإدارة في العمل التحريري الذي يحد من حرية التعبير	ك
%48.59	52	8	52	47	ساعات العمل الطويلة والتواترات عالية بسبب مواعيد التسليم القصيرة	ك
%71.02	76	5	26	76	عدم الحصول على التقدير المناسب للجهود المبذولة	ك
%58.87	63	8	36	63	التنمر والتحرش سواء في بيئة العمل او عبر موقع التواصل الاجتماعي	ك

نستنتج من نتائج الجدول السابق أن غالبية افراد العينة أكدوا بأن نقص الدعم والتدريب اللازمين لتحسين مهاراتكم من الضغوط

فروج عياش علي أمعرف

والمعوقات المهنية التي تؤثر على الإعلاميين بنسبة عالية بلغت 73.83%， وهذا يرجع للتطور التكنولوجي التي تحتاج أن يتعرف عليها الإعلاميين للتعامل معها وتوظيفها في ممارسة مهنتها، تم جاءت عدم الحصول على التقدير المناسب للجهود المبذولة في المرتبة الثانية بنسبة بلغت 71.02%， في حين قال البعض الآخر من أفراد العينة أن ساعات العمل الطويلة والتواترات العالية بسبب مواعيد التسليم القصيرة هي أقل الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على الإعلاميين بنسبة بلغت 48.59%.

**الجدول رقم (11) يوضح المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني.**

النسبة المئوية	أكبر تكرار	لا أوفق	محايد	أوفق	الضغوط الأمنية والسياسية
					%
%	ك	ك	ك	ك	ك
%75.70	81	7	19	81	عدم توفر الامن ووسائل الحماية
%77.57	83	4	20	83	التغيرات السياسية المستمرة في الدولة
%70.09	75	5	27	75	عدم وجود قوانين وتشريعات تسمح للإعلامي الحصول على المعلومات
%73.83	79	3	25	79	التعرض للأحداث السلبية مثل الحروب والكوارث الطبيعية والجرائم
%67.28	72	8	27	72	التهديدات والترهيب والقمع والرقابة
%71.96	77	6	24	77	التحديات الاجتماعية كالعادات والقيم والتقاليد

نستنتج من نتائج الجدول السابق أن غالبية أفراد العينة أكدوا بأن التغيرات السياسية المستمرة في الدولة من المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني بنسبة 77.57%， وعدم توفر الامن ووسائل الحماية بنسبة بلغت 75.70%， وال تعرض للأحداث السلبية مثل الحروب والكوارث الطبيعية والجرائم بنسبة بلغت 73.83%， ، التحديات الاجتماعية كالعادات والقيم والتقاليد بنسبة 71.96%， في حين قالوا بأن عدم وجود قوانين وتشريعات تسمح للإعلامي الحصول على المعلومات من المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني بنسبة بلغت 70.09%， وجاءت في المرتبة الأخيرة من المشاكل والضغوط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على أدائهم المهني التهديدات والترهيب والقمع والرقابة بنسبة بلغت 67.28%.

#### نتائج الدراسة:

1- كشفت نتائج الدراسة بأن غالبية المبحوثين موظفين في مهنة الصحافة والنشر الإلكتروني بنسبة بلغت 34.57%， ووضحت نتائج الدراسة أيضاً أن غالبية الإعلاميين طبيعة وظائفهم مذيعين بنسبة 29.90%.

2- تبين نتائج الدراسة أن الموهبة وحب المهنة من أكثر الأسباب التي ساهمت في رغبة أفراد العينة للعمل في المجال الإعلامي بنسبة

بلغت 50.46%， ونستنتج أيضاً أن تقييم افراد العينة لحرية الاعلام في ليبيا جيدة بنسبة 69.15%.  
3- وكشفن النتائج أن غالبية المبحوثين أحياناً ما يتعرضون لضغوط اثناء ممارسة العمل الإعلامي بنسبة بلغت 66.35%， وتوصلت النتائج أن تأثير الضغوط والمشاكل على الإعلاميين متوازنة بنسبة 52.33%.  
4- وتوضح نتائج الدراسة أن غالبية افراد العينة قالوا أن التأثيرات النفسية التي يشعرون بها هي قلة النوم بنسبة بلغت 63.55%، وتوضح النتائج أن الضغوط المالية و الرواتب غير كافية مقارنة بجهود العمل من أكثر الضغوط والمشاكل الاقتصادية التي واجهت الإعلاميين وأثرت على ادائهم المهني بنسبة بلغت 87.85%.  
5- نستنتج من النتائج أن نقص الدعم والتدريب اللازمين لتحسين مهاراتهم من الضغوط والمعوقات المهنية التي تؤثر على الإعلاميين جاءت بنسبة عالية بلغت 73.83%， وتكشف النتائج أن التغيرات السياسية المستمرة في الدولة من المشاكل والضغط الأمنية والسياسية التي تواجه الإعلاميين وأثرت على ادائهم المهني بنسبة 77.57%.

#### توصيات الدراسة:

- 1- تحسين البيئة الوظيفية للإعلاميين من خلال رفع مستوى الرواتب، وتقديم حوافر ومكافآت دورية، وفرص للترقية، بما يضمن أداءً متميزاً ويعزز من الاستقرار المهني لهم.
- 2- إجراء دراسات ومحوث حول ضغوط العمل الإعلامي وذلك من خلال تنفيذ بحوث ميدانية ودراسات علمية متخصصة لهم الضغوط التي يتعرض لها الإعلاميون، بهدف وضع استراتيجيات لدعمهم نفسياً ومهنياً وتحسين بيئه العمل.
- 3- تقديم برامج تدريبية للإعلاميين تعنى بتعزيز مهاراتهم في مجالات السلامة النفسية والصحية، وتمكينهم من التعامل الفعال مع الأزمات المفاجئة والظروف الخطرة.

#### قائمة المصادر والمراجع

1. خير، رحمة ميلاد ، المهدى، نادية علي (2022م/سبتمبر): "مستوى الضغوط النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس المتزوجات بكلية الآداب جامعة سبها في ضوء بعض المتغيرات" ، مجلة الاعلام والفنون، الأكاديمية الليبية للدراسات العليا، ليبيا ، السنة الثالثة، العدد العاشر.
2. يوسف، علاء الدين صلاح(2016م): العوامل المؤثرة على الأداء المهني للقائمين بالاتصال في الواقع الإخبارية الالكترونية الفلسطينية، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، كلية الآداب، فلسطين.
3. أبو ماضي، سمية كامل(2015م): العوامل المؤثرة على الأداء المهني للقائم بالاتصال في تغطية قضية الانقسام الفلسطيني، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، كلية الآداب، فلسطين.
4. عبدالنبي، عبلة عبدالعظيم (2023/ابريل): العوامل المؤثرة على الأداء المهني للقائم بالاتصال في الصحف الإقليمية المطبوعة في ضوء البيئة الرقمية، مجلة بحوث الشرق الأوسط، جامعة عين شمس، مركز بحوث الشرق الأوسط، مصر، السنة التاسعة والاربعون، العدد السادس والثمانون.
5. الجندي، حنان حسن محمد(2023ف/أبريل): تأثير صدمات العمل داخل المؤسسات الإعلامية على سلامة الصحة

النفسية والجسدية للإعلاميين والصحفيين المصريين، المجلة العربية لبحوث الاعلام والاتصال، كلية الاعلام، جامعة الاهرام  
الكندية، مصر، العدد 41



## \* حكمت الاستمارة من قبل كلا من:

- 1 د/ عبد الله محمد أطبيقة - أستاذ مساعد-قسم الاعلام-جامعة سرت
  - 2 د/ محمد علي الفقهي - أستاذ مساعد-قسم الاعلام-جامعة سرت

فُرْجُ عَيَّاشِ عَلَى أَمْرِكَ