

قائمة الاستقصاء
بسم الله الرحمن الرحيم

أخي مدير إدارة /

تحية طيبة وبعد ،،

تتشرف الباحثة منيرة محمد ساتي باعداد رسالة دكتوراه في الادارة العامة بموضوع
(أثر ضغوط العمل على أداء المديرين في قطاع النقل بالدول النامية – دراسة حالة
قطاع النقل بالسودان).

تحت اشراف الدكتور / زكي مكي اسماعيل استاذ ادارة الأعمال المشارك جامعة
النيلين والاستاذ الدكتور / عبد الرحمن الزاهي ساعد رئيس قسم الادارة بجامعة
السودان للعلوم والتكنولوجيا ، وعليه فقد اعدت الباحثة هذا الاستقصاء برجااء وضع
علامة (✓) امام الخانة التي تطابق الإجابة المناسبة .

وأبداء رأيكم بدقة وصراحة يزيد من قيمة وفعالية البحث . وأعلم أخي أن بيانات هذه
الاستمارة سرية لا ولن تستخدم إلا في اغراض البحث العلمي وبواسطة الباحثة فقط.
والهدف من هذه الاستمارة هو التعرف على اثر ضغوط العمل على الأداء وعلى
إيجاد الحلول المناسبة لها. ونطمئنك على سرية اجابتك وضمان لذلك لا تكتب اسمك
بأي مكان بالقائمة .

ووفقنا الله جميعاً لخدمة العلم ولما فيه الخير لبلادنا وجزاكم الله عنا كل خير .

الباحثة / منيرة محمد ساتي
كلية الدراسات العليا
جامعة السودان
الخرطوم – ديسمبر 2005م

جدول (1)

مقياس الضغوط المرتبطة بالعمل

(J.R.T.) Job –related tension

إليك مجموعة من البنود تمثل أحداثاً ووقائع تسبب ضغوطاً وتوتراً داخل العمل.
برجااء التكرم بوضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة:

دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	نظراً

إلى أي مدى تشعر بضيق في العمل بسبب الأشياء التالية :
(1) الشعور بأن لديك مقدار قليل من السلطة لتنفيذ

- المسئوليات والأعباء الملقة على عاتقك.
- (2) عدم وضوح مجال المسئوليات في عملك بشكل محدود.
- (3) عدم معرفة فرص النمو و والترقي الممكن أن تتاح أمامك.
- (4) الشعور بأنك محمل بعبء ثقيل من العمل بالقدر الذي لا يمكن أن تُجْزَه في الأحوال العادية.
- (5) التفكير بأنك غير قادر علي إرضاء المطالب المتعارضة للرؤساء .
- (6) الشعور بأنك غير مؤهل بالكامل للوظيفة.
- (7) عدم معرفة كيف يفكر فيك أو يراك الرئيس وكيف يقوم بتقييم أدائك.

أ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً

- (8) الحقيقة بأنك لا تستطيع الحصول علي المعلومات اللازمة لأداء عملك.
- (9) ضرورة اتخاذ قرارات تؤثر في حياة ومصير ناس متصلين بك.
- (10) الشعور بأنك قد تكون غير محبوب وغير مقبول بواسطة الأفراد الموجودين معك في العمل.
- (11) الشعور بأنك غير قادر علي التأثير في قرارات وتصرفات مشرفك المباشر والتي تمسك أنت.
- (12) عدم معرفة ما يتوقعه منك زملائك في العمل.
- (13) التفكير بأن حجم العمل الواجب أن تؤديه يتعارض مع جودة الأداء المطلوب.
- (14) الشعور بأنك يجب أن تؤدي أجزاء من العمل لا تود أن تؤديها أو أنها علي خلاف مع تقديرك لها.
- (15) الشعور بأن العمل يتداخل مع واجباتك العائلية.

جدول (2)
مقياس الإجهاد الداخلي في العمل
Interaction Strain

ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة:

الإجابة				البند
غير متأكد	غير حقيقي	حقيقي	نعم	
				1- ساعات عملي تجعلني من الصعب أن أعتني بأطفالي 2- عملي يعطيني وقت كاف لأقضيه مع أسرتي وأصدقائي 3- زوجي يسمعي جيداً عندما أحدثه عما يحدث في عملي 4- أشعر بالذنب عندما أخرج للعمل وأترك أطفالي 5- عندما أكون في العمل ، غالباً ما أشعر بالقلق نتيجة تفكيري في أعمال أريد إنجازها تخص منزلي وأطفالي 6- لقد صبحت مشغولة بعملي جداً حتى أنني أشعر بتداخل بين مسؤوليات منزلي و عملي 7- أجد صعوبة في العناية بأطفالي بعد حضوري من العمل. 8- أعطاني عملي راحة أرغب فيها من عمل المنزل وأطفالي 9- زوجي يؤيد فكرة خروجي للعمل 10- ساعات عملي مناسبة إلي الحد الذي يمكنني من العناية بزوجي وأطفالي 11- هابي للعمل يجعلني متعبة جداً مما يجعلني لا استمتع بالحياة العائلية علي الوجه الصحيح 12- يحتاج عملي إلي وقت أقضيه في المواصلات عند ذهابي إليه وهذا يتداخل مع حياتي العائلية

جدول (3)
مقياس الضغوط المهنية Occupational Stress
 ضع علامة (✓) أمام الإجابة المناسبة :

العمود رقم (2)	العمود رقم (1)	البند
() لا	نعم ()	1- علاقتي برئيسي المباشر علاقة طيبة
() نعم	لا ()	2- عملي به أعباء كثيرة جداً أو (قليلة جداً) أقوم بإنجازها
() نعم	لا ()	3- من الممكن أن أقع في مشاكل بسبب أخطائي في العمل.
() نعم	لا ()	4- أعتقد أن رؤسائي لا يقومون بتقييمي بطريقة عادلة
() نعم	لا ()	5- دائماً ما أكون في وظيفة محكوم فيها بأداء عمل مضغوط ومحدد له موعد معين لإنجازه.
() لا	نعم ()	6- علاقتي طيبة مع زملائي
() لا	نعم ()	7- لي آمال واسعة في الترقى
() لا	نعم ()	8- تقاضي أجراً عادلاً من وظيفتي
() لا	نعم ()	9- وظيفتي تؤثر علي حياتي الشخصية
() لا	نعم ()	10- زوجي أو زوجتي له/أو لها اتجاه إيجابي مع عملي
() نعم	لا ()	11- غالباً ما أحمل عملي معي إلي منزلي.
() نعم	لا ()	12- أقوم بالإشراف علي مجموعة من الأفراد داخل عملي
() نعم	لا ()	13- لدي مجموعة كبيرة من السياسات والإجراءات التي ينبغي أن أسير عليها داخل عملي
() نعم	لا ()	14- ليس لدي الفرصة للتأثير في مهام وظيفتي
() نعم	لا ()	15- أفكاري وأمالي تتعارض مع عملي
() لا	نعم ()	16- لدي القدرة علي التعامل مع المسؤولين بحكمة وروية
() نعم	لا ()	17- ليس في إمكاني إجراء اتصالات واستشارات داخل عملي
() نعم	لا ()	18- رظيفتي واضحة تماماً بالنسبة لي
() لا	نعم ()	19- يوجد تعارض أو تداخل بين مجموعة العمل التي أقوم بالإشراف عليها وبين بقية الإدارات في المنظمة
() نعم	لا ()	20- غالباً لا تتفهم الإدارة العليا مشاكل عملي

ملاحظة: ولو كانت معظم إجاباتك موجودة في العمود رقم (2) فإن هذا معناه تعرضك لضغوط عالية في عملك ومن الطبيعي أن هناك ضغوط لا يمكن أن تقضي عليها بنفسك ولكن علي الأقل طالما أن معظم إجاباتك تحتوي علي ضغوط إذاً لا بد من أن تتدخل في عمل أي شيء لعلاج هذه الضغوط.

جدول (4)
مقياس الأعراض النفسية للضغط
Psychological Symptoms of Stress

إليك مجموعة من الأعراض النفسية الناتجة عن ضغط العمل والتي تشعر بأنها تؤثر علي أدائك (ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة) :

(1) يشير معظم الناس بأن لديهم أيام يشعرون فيها بالضيق خلال معظم يوم العمل. ما مدى حدوث ذلك بالنسبة لك ؟

- (أ) مرتين إلي ثلاث مرات في الأسبوع. ()
- (ب) مرة في الأسبوع تقريباً. ()
- (ج) مرة أو مرتين في الشهر. ()
- (د) مرة كل شهرين تقريباً. ()

(2) يشعر معظم الناس بأنهم متعبون ومجهدون في جزء كبير من يوم العمل. ما مدي حدوث ذلك بالنسبة لك ؟

- (أ) مرتين إلي ثلاث مرات في الأسبوع. ()
- (ب) مرة في الأسبوع تقريباً. ()
- (ج) مرة أو مرتين في الشهر. ()
- (د) مرة كل شهرين تقريباً. ()

(3) ما هي نسبة وقت العمل الذي تشعر فيه بالتوتر والانفعال والنفرة أثناء تأديتك لمهام عملك؟

- (أ) أكثر من 50% من وقت العمل. ()
- (ب) حوالي 50% من وقت العمل. ()
- (ج) حوالي 25% من وقت العمل. ()
- (د) حوالي 10% من وقت العمل. ()
- (هـ) حوالي 5% من وقت العمل. ()
- (و) لا أشعر بذلك إطلاقاً في وقت العمل بأكمله. ()

جدول (5)

مقياس الحالة النفسية المتعبة في العمل

Depressed mood at work

إلى أي مدى تشعر بالأشياء التالية عندما تفكر في نفسك أو في وضعك في وظيفتك الحالية : (ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة)

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	الإجابة
				1. أشعر بإحباط في قلبي وخيبة أمل.
				2. أشعر بالضيق بلا مبرر.
				3. أشعر بأنني غير مستريح وغير قادر علي مزاوله أي عمل.
				4. أشعر بأن ذهني صافي ومستريح.
				5. أجد أنه من السهل علي نفسي أن أقوم بأداء الأعمال التي أعتدت أن أقوم بها دون عناء .
				6. أشعر بأمل في المستقبل.
				7. أشعر بأنه من السهل أن أتخذ قراراً في أي موضوع.
				8. أشعر بأنني أقل ضيقاً من المعتاد.
				9. لازلت أستمتع بالأشياء التي أعتدت أن أستمتع بها.
				10. أشعر بأنني ذو فائدة كبيرة ولا غنى عني في العمل.

جدول (6)
مقياس الأعراض الجسمية للضغط
Anxiety – Stress Questionnaire

ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة.

(أ) العمل كمسبب لتوتر الصحة الجسمية:

لا	نعم	البند
		(1) هل تعتقد أن عملك يؤثر بشكل مباشر علي صحتك العامة؟
		(2) هل تشعر بأنك تعمل تحت قدر كبير من القلق؟
		(3) هل تشعر بتوتر أعصابك (بصفة عامة) كنتيجة مباشرة لعملك؟
		(4) هل تشعر بأن صحتك من الممكن أن تتحسن لو قمت بتغيير عملك الحالي وعملت عملاً آخر؟
		(5) هل تعتقد أن المشاكل المتصلة بعملك تتسبب في أن تظل مستيقظاً في الليل بلا نوم؟
		(6) هل تشعر بتوتر أعصابك قبل حضور الاجتماعات التي تشارك بها بشركتك؟
		(7) هل تشعر بأن عملك يؤثر علي منزلك لدرجة أنك تفكر في عملك حينما تقوم بإنجاز أعمال أخرى في المنزل؟

(ب) الأعراض الجسمانية :

لا	نعم	البند
		(1) هل تشعر بأنك قد تكون مصاباً بعسر هضم؟
		(2) هل تشعر باضطراب عند النوم؟
		(3) هل تشعر بالضعف العام والدوخة؟
		(4) هل تشعر بأنك أصبحت ضيق الصدر سريع الغضب وخاصة عندما يعرض عليك مرؤوسيك أعمالهم؟
		(5) هل تشعر بأنك قد تكون مصاباً بالتهاب في المعدة أو الأمعاء أو القولون العصبي؟

(ج) التعب العام والاضطراب:

لا	نعم	البند
		(1) هل تشعر بأن صحتك العامة ممتازة؟
		(2) هل تشعر بأن صحتك العامة جيدة؟
		(3) هل تشعر بأنه ليس لديك صحة جيدة؟
		(4) عندما تستيقظ من النوم في الصباح هل تشعر بالآم في المفاصل والعضلات؟
		(5) هل تشعر بالإجهاد والتعب السريع ولو لأي مجهود تبذله؟

جدول رقم (7) قائمة مظاهر المعاناة من الضغوط

من فضلك أجب بنعم أو لا علي الأسئلة التالية : (ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة)

* هل تعاني من الضغوط ؟

(1) مظاهر أو مؤشرات سلوكية : Behavior Signs

نعم	لا
()	()
()	()
()	()
()	()
()	()
()	()

- 1- هل تقوم بالتدخين ؟
- 2- هل يوجد لديك مشاكل في النوم ؟
- 3- هل غالباً ما تصاب بالأمراض الخفيفة مثل البرد والأنفلونزا؟
- 4- هل تأكل بأكثر من المعدل المعتاد؟
- 5- هل تستخدم المشروبات الكحولية بأكثر من اللازم؟
- 6- هل لديك وقت كبير تقضيه بعيداً عن العمل؟

نعم	لا
()	()
()	()
()	()
()	()
()	()

- 1- هل تشعر بالقلق دائماً؟
- 2- هل دائماً ما يكون مزاجك حاد ؟
- 3- هل توجد صعوبة في التركيز في الأمور؟
- 4- هل غالباً ما تشعر بالتوتر والاضطراب؟
- 5- هل دائماً ما تكون قلقاً علي صحتك الجسدية

(3) مظاهر ومؤشرات جسمانية Physical Signs

نعم	لا
()	()
()	()
()	()
()	()
()	()

- 1- هل تشعر بسرعة دقات قلبك ؟
- 2- هل كثيراً ما تشعر بالصداع ؟
- 3- هل تشعر أحياناً بضيق في التنفس أو بالهبوط؟
- 4- هل تشعر أحياناً بارتفاع في درجة الحرارة أو أن جسمك دافئ؟
- 5- هل غالباً ما يكون لديك سوء هضم أو إسهال ؟
- 6- هل غالباً ما تشعر بجفاف الحلق ؟

ملحوظة : كلما أجبت بنعم على عدد كبير من الأسئلة كلما دل ذلك على معاناتك من الضغوط وربما تكون غير مدرك لذلك.

جدول رقم (8)
قائمة الأعراض الجسدية للضغط

من فضلك أجب (بنعم) أو (لا) علي بنود الأسئلة التالية :
(ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة)
* إذا واجهك موقف من المواقف الصعبة أو التي تشتمل علي ضغوط بالنسبة لك هل تشعر
بظاهرة من الظواهر التالية :

نعم

لا

- | | | |
|-----|-----|--|
| () | () | 1- هل تشعر بسرعة دقات القلب (سرعة النبض) ؟ |
| () | () | 2- هل تشعر بعرق في يديك؟ |
| () | () | 3- هل تشعر بضيق في التنفس ؟ |
| () | () | 4- هل تشعر بصداع والآم حول رأسك ؟ |
| () | () | 5- هل تشعر بالرغبة في القيء أو الإسهال ؟ |
| () | () | 6- هل تشعر بارتعاش في الأطراف أو حدوث |
| () | () | اضطراب في معدتك أو أمعائك ؟ |
| () | () | 7- هل تشعر بجفاف في الحلق ؟ |
| () | () | 8- هل تشعر بألم شديد في الرقبة؟ |
| () | () | 9- هل تقوم بالضغط علي أسنانك أو الفكين ؟ |

ملاحظة : كل الأعراض السابقة هي أعراض جسدية ناتجة عن الشعور بالضغط
والإجابة "بنعم" علي عدد كبير من الأسئلة السابقة يوضح لك أنك تعاني من
الضغط ولكن ربما لا تكون مدرك لذلك.

Symptoms of Stress Questionnaire

أشعر بذلك			
دائماً	غالباً	من وقت لآخر	أبداً
- هل تعاني من صعوبة عند النوم أو الأرق؟ - هل تتنبأك حالة من العصبية أو التوتر أو القلق؟ - هل تشكو من الصداع أو الآم بالرأس؟ - هل تشعر في بعض الأوقات بعد الرغبة في الأكل؟ - هل تشعر بعض الأوقات بالتعب المفاجئ؟ - هل تعاني من اضطرابات معدية أو معوية؟ - هل تجد صعوبة في الاستيقاظ من النوم صباحاً؟ - هل يؤثر سوء حالتك الصحية علي حجم العمل الذي تؤديه؟ - هل تعاني من ضيق في التنفس عندما تبذل جهداً في العمل؟ - هل تشعر بصدمة في صدرك إذا حدث شيء غير متوقع . - هل تشعر في بعض الأوقات أنك تريد أن تصرخ فجأة؟ - هل تعاني من اضطراب في دقات قلبك؟ - هل تدخن أو تأكل أو تشرب أكثر من اللازم؟ - هل تتنبأك نوبات من الدوخة؟ - هل تعاني من الكوابيس؟ - هل تشعر بارتعاش في عضلاتك وهل يضايقك ذلك؟ (مثل إرتعاش في اليدين أو رف في العين). - هل تشعر بإجهاد ذهني وهل تجد صعوبة في التركيز أو التفكير بصفاء ذهني ؟ - هل تعاني من عرق في اليدين لدرجة أنك تشعر بأنك عرقان؟ - هل حدث أن أستدعت الأمور سفرك ، ولم تستطع أن تفعل هذا وفانتك أمور هامة ؟			
نعم		لا	
- هل تشعر بأنك تريد ان تجلس وحيداً مع نفسك؟ - هل تشعر بأنك تعاني من الآلام في مختلف أجزاء الجسم ؟ - هل تحب أن تقوم بإنجاز أعمالك حينما يكون جسمك مستريحاً ومعافاً؟ - هل تشعر بأنك سينتابك انهيار عصبي ؟ - هل تعاني من أي مشكلة صحية او فسيولوجية معينة ؟			

ملحق رقم (1)

قائمة التعرف علي أصحاب الشخصية (أ)

هل أنت من أصحاب الشخصية (أ) Type "A"

برجاء التكرم بالإجابة بنعم أو لا علي الأسئلة التالية : (ضع علامة (✓) أمام الإجابة التي تراها مناسبة)

- | | | |
|-----|-----|---|
| لا | نعم | |
| () | () | 1- هل تقوم دائماً بإنجاز أعمالك بسرعة قدر استطاعتك ذلك؟ |
| () | () | 2- هل تشعر دائماً بأنك حاد المزاج ؟ |
| () | () | 3- هل تحاول أن تفعل أكثر من عمل في وقت واحد ؟ |
| | | 4- هل تشعر بنفاذ صبر في حالة تأخر تحقيقك لما تريد الوصول من أهداف ؟ بمعنى أنك تستعجل النتائج دائماً فأنت مثلاً لا تستطيع أن تقف طويلاً في طوابير الانتظار أو علي الأقل تجد صعوبة في نفسك لفعل هذا الأمر . |
| () | | 5- هل تشعر بضيق ونفاذ صبر عندما تجد أنساناً يقوم بإنجاز أي عمل ببطء؟ |
| () | | 6- هل تقوم بالتدخين ؟ |
| () | () | 7- هل عندك استعداد للتحدي ؟ |
| () | () | 8- هل تستهويك الأرقام والإحصائيات وترغب دائماً في أن تحتفظ بكمية كبيرة من الأوراق لعلك ترجع إليها في وقت ما؟ |
| () | () | 9- هل تشعر بالذنب حينما تتفق وقتاً في جلوسك مسترخياً أو بدون عمل أي شيء . وتتمنى أن يكون هذا الوقت مستغلاً في عمل أكثر فائدة؟ |
| () | () | 10- هل دائماً تشعر بأنك لو تركت عمل معين ليعمله غيرك فإنه لن يكون بالجودة التي ترغبها ، لذا فإنك تقوم بأدائه بنفسك؟ () () |
- ملحوظة : كلما عدد الاجابات بنعم اعلى من عدد الاجابات بلا فانت من اصحاب الشخصية A.

ملحق رقم (2) المتوسطات والانحراف المعياري ومعامل الثبات لمتغيرات

الدراسة للعينة بأكملها ووفقاً لنوعية قطاع النقل وطبيعة عمل المدير

جدول (1)

المتوسطات والانحراف المعياري ومعامل الثبات لمتغيرات الدراسة للعينة بأكملها

متغيرات الدراسة	المتوسطات	الانحراف المعياري	معامل الثبات
-----------------	-----------	-------------------	--------------

Reliability	Standard Deviation	Means	
* ضغوط العمل			
0.74	0.83	2.28	غموض الدور
0.85	0.79	2.33	تعارض الدور
0.75	0.87	2.34	العمل الزائد عن الطاقة
0.62	0.86	2.76	عدم التوافق
* الآثار النفسية			
	1.33	2.68	الشعور بالضيق
* 0.72	1.32	2.82	الشعور بالتعب والإجهاد
	1.26	1.87	الشعور بالانفعال
* الآثار الجسدية			
0.68	0.34	1.35	اضطراب الصحة الجسدية
0.79	0.32	1.25	الأعراض الجسدية للضغوط
0.77	0.34	1.33	تدهور الحالة الصحية
* متغيرات الأداء			
0.76	0.82	3.44	جودة العمل
0.50	0.76	3.70	كمية العمل
0.80	0.89	3.27	الدافعية للعمل

ملاحظة : تم احتساب معامل الثبات لمتغيرات الآثار النفسية للضغوط كرقم واحد حيث انه لا يمكن احتساب معامل الثبات لكل متغير منها بمفرده بسبب أن الإجابات التي تمثل كل متغير هي رقم واحد فقط بخلاف باقي متغيرات الدراسة التي تكون الإجابات فيها بأكثر من رقم .

المصدر: من إعداد الباحثة : منيرة محمد ساتي

جدول (2)

المتوسطات والانحراف المعياري ومعامل الثبات لمتغيرات الدراسة وفقا لطبيعة عمل المدير (القطاع المشترك للنقل)

معامل الثبات Reliability	الانحراف المعياري Standard Deviation	المتوسطات Means	متغيرات الدراسة
* متغيرات الضغوط			
0.75	0.85	2.41	غموض الدور
0.83	0.90	2.61	تعارض الدور
0.66	0.81	2.71	العمل الزائد عن الطاقة
0.59	0.85	3.01	عدم التوافق
* متغيرات الآثار النفسية والجسدية			
	1.42	2.93	الشعور بالضيق
0.76	1.38	2.93	الشعور بالتعب والإجهاد

	1.45	2.23	الشعور بالانفعال
0.71	0.35	1.39	اضطراب الصحة الجسمية
0.79	0.35	1.33	الأعراض الجسمية للضغط
0.74	0.34	1.37	تدهور الحالة الصحية
* متغيرات الأداء			
0.70	0.86	3.44	جودة العمل
0.42	0.86	3.51	كمية العمل
0.72	0.80	3.26	الدافعة للعمل

المصدر: من إعداد الباحثة : منيرة محمد ساتي

جدول (3)
المتوسطات والانحراف المعياري ومعامل الثبات لمتغيرات الدراسة وفقا لنوعية
قطاع النقل (القطاع العام للنقل)

متغيرات الدراسة	المتوسطات Means	الانحراف المعياري Standard Deviation	معامل الثبات Reliability
* متغيرات الضغوط			
غموض الدور	2.14	0.78	0.74
تعارض الدور	2.04	0.89	0.84
العمل الزائد عن الطاقة	1.98	0.77	0.76
عدم التوافق	2.70	0.85	0.66
* متغيرات الآثار النفسية والجسمانية			
الشعور بالضعف	2.42	1.18	
الشعور بالتعب والإجهاد	2.70	1.25	0.74
الشعور بالانفعال	1.50	0.89	
اضطراب الصحة الجسمانية	1.31	0.32	0.64
الأعراض الجسمانية للضغوط	1.18	0.27	0.76
تدهور الحالة الصحة	1.28	0.34	0.80
* متغيرات الأداء			
جودة العمل	3.38	0.80	0.82
كمية العمل	3.89	0.60	0.54
الدافعة للعمل	3.28	0.99	0.87

المصدر: من إعداد الباحثة : منيرة محمد ساتي

جدول (4)
المتوسطات والانحراف ومعامل الثبات
لمتغيرات الدراسة وفقا لطبيعة عمل المدير
(العمل الإداري للمدير)

متغيرات الدراسة	المتوسطات Means	الانحراف المعياري Standard Deviation	معامل الثبات Reliability
* متغيرات الضغوط			
غموض الدور	2.30	0.93	0.76

0.83	0.82	2.20	تعارض الدور
0.76	0.90	2.27	العمل الزائد عن الطاقة
0.49	0.78	2.84	عدم التوافق
* متغيرات الآثار النفسية والجسمانية			
	1.23	2.39	الشعور بالضيق
0.76	1.36	2.51	الشعور بالتعب والإجهاد
	0.97	1.61	الشعور بالانفعال
0.70	0.33	1.82	اضطراب الصحة الجسمية
0.69	0.27	1.21	الأعراض الجسمية للضغط
0.85	0.35	1.28	تدهور الحالة الصحية
* متغيرات الأداء			
0.75	0.75	3.54	جودة العمل
0.44	0.71	3.87	كمية العمل
0.78	0.84	3.40	الدافعة للعمل

المصدر: من إعداد الباحثة : منيرة محمد ساتي

جدول (5)
المتوسطات والانحراف المعياري ومعامل الثبات
لمتغيرات الدراسة - وفقا لطبيعة عمل المدير
(العمل الفني للمدير)

معامل الثبات Reliability	الانحراف المعياري Standard Deviation	المتوسطات Means	متغيرات الدراسة
* متغيرات الضغوط			
0.73	0.71	2.26	غموض الدور
0.85	0.95	2.46	تعارض الدور
0.76	0.84	2.42	العمل الزائد عن الطاقة
0.73	0.94	2.88	عدم التوافق
* متغيرات الآثار النفسية والجسمانية			
	1.38	2.97	الشعور بالضيق
0.77	1.20	3.14	الشعور بالتعب والإجهاد
	1.46	2.14	الشعور بالانفعال
0.65	0.34	1.42	اضطراب الصحة الجسمانية
0.84	0.36	1.30	الأعراض الجسمانية للضغوط
0.68	0.32	1.37	تدهور الحالة الصحية
* متغيرات الأداء			
0.76	0.89	3.28	جودة العمل
0.48	0.78	3.53	كمية العمل
0.82	0.93	3.13	الدافعة للعمل

المصدر: من إعداد الباحثة : منيرة محمد ساتي

ملحق رقم (3)

مرجعية الباحثة المعلوماتية لتكوين النموذج:

أ. دستور السودان الانتقالي 2005م.

ب. موجهات الخطة الخمسية للفترة من 2007-2011م.

ج. قرارات المجلس الوطني حول السياسات العامة لوزارة النقل والطرق
والجسور.

- د. أهداف وسياسات وزارة النقل والطرق والجسور.
- هـ. برنامج البعثة المشتركة لتحديد الاحتياجات (الجام).
- و. لقاءات الباحثة مع إدارة المؤسسة.

وبالاستعانة بالخبراء المختصين في مجال الإدارة والاقتصاد لمعالجة وربط الإدارة بالوحدات المكونة للمؤسسة وهي :

1. رئاسة الوزارة.
 2. ✓ الهيئة القومية للطرق والجسور.
 3. ✓ هيئة سكك حديد السودان.
 4. ✓ هيئة الموانئ البحرية.
 5. ✓ هيئة الملاحة النهرية.
 6. ✓ شركة الخطوط البحرية السودانية.
 7. ✓ شركة الخطوط الجوية السودانية.
 8. الشركة الوطنية للطرق والجسور.
 9. مصلحة الملاحة النهرية الداخلية.
 10. المصلحة البحرية التجارية.
 11. وحدة النقل البري.
 12. هيئة وادي النيل.
- ✓ وقد قامت الباحثة بدراسة ست مؤسسات .

ملحق رقم (4)

الاتفاقيات والمعاهدات الدولية (ثنائية ، إقليمية ، دولية ، ف. محال ، خدمات النقل ،

الرقم	الاتفاقية	نوع الاتفاقية	القطاع
3	معاهدة الطيران المدني الموقعة في ديسمبر 1994 (تصديق سنة 1957)	دولية	نقل جوي
12	اتفاقية النقل الجوي بين السودان وتشاد المبرمة في 20 مارس 1966م	ثنائية	نقل جوي
17	مجلس الطيران المدني الأفريقي (قانون بالتصديق رقم 11 سنة 1971م) ملحق التشريع 15 مارس 1971م.	إقليمية أفريقية	النقل الجوي والطيران المدني
4	اتفاقية النقل الجوي بين السودان والنرويج الموقعة في 15 إبريل 1958م	ثنائية	نقل جوي
16	اتفاقية المنظمة الاستشارية البحرية (المصدقة في 1970م)	دولية	نقل جوي
2	اتفاقية النقل الجوي بين السودان وأثيوبيا في 6 ديسمبر 1956	ثنائية	نقل جوي
6	اتفاقية النقل الجوي بين السودان والدنمارك المبرمة في 11 مايو 1960م	ثنائية	نقل جوي
5	اتفاقية النقل الجوي بين السودان والسويد المبرمة في 27 فبراير 1958م	ثنائية	نقل جوي
35	اتفاقية النقل الجوي بين السودان وباكستان الموقعة في 23 فبراير 1975م	ثنائية	نقل جوي

✓ شركات الدراسة التي شملتها الدراسة .

11	اتفاقية النقل الجوي بين السودان وتشيكوسلوفاكيا المبرمة في 22 مارس 1963م	ثنائية	نقل جوي
1	اتفاقية النقل الجوي بين حكومة السودان والحكومة الهولندية في 12 فبراير 1956م	ثنائية	نقل جوي
37	اتفاقية النقل الجوي بين السودان وألمانيا الاتحادية المبرمة في 11 أغسطس 1976م	ثانيه	نقل جوي
8	اتفاقية الخطوط الجوية بين السودان والجمهورية العربية المتحدة في 25 مارس 1962م	ثنائية	نقل جوي
7	اتفاق الخطوط الجوية بين السودان واتحاد الجمهوريات السوفيتية الاشتراكية المبرم في 20 أكتوبر 1962م	ثنائية	نقل جوي
9	اتفاقية النقل الجوي بين جمهورية السودان والمجلس الاتحادي السويسري المبرمة في 18 فبراير 1963م	ثنائية	نقل جوي
10	اتفاقية النقل الجوي بين حكومة السودان وحكومة يوغسلافيا الشعبية والاتحادية المبرمة في 9 مايو 1964م	ثنائية	نقل جوي
13	انضمام السودان لاتفاقية مجلس الطيران المدني للدول العربية المبرمة في 21 مارس 1965م	ثنائية	نقل جوي
14	اتفاقية النقل الجوي بين جمهورية السودان الديمقراطية وجمهورية بلغاريا الشعبية المبرمة في 2 يناير 1969م	ثنائية	نقل جوي
15	اتفاقية التعاون في ميدان النقل البحري بين جمهورية السودان الديمقراطية وجمهورية ألمانيا الديمقراطية الموقع عليها في 13 نوفمبر 1969م	ثنائية	نقل جوي
18	اتفاقية النقل الجوي بين حكومة جمهورية السودان الديمقراطية وجمهورية المجر الشعبية(قانون بالتصديق رقم 23 لسنة 1971م) ملحق التشريع 15 مايو 1971م	ثنائية	نقل جوي
19	اتفاقية إنشاء الشركة العربية للملاحة البحرية(قرار جمهوري بالتصديق (تشريع) رقم 53 سنة 1972م	إقليمية عربية	نقل جوي
20	البروتوكول بتعديل معاهدة الطيران المدني الدولي(قرار جمهوري بالتصديق (تشريع) رقم 143 سنة 1973م) ملحق التشريع 15 يونيو 1973م	دولية	نقل جوي
21	اتفاق الخدمات الجوية بين حكومة الجمهوريات اللبنانية وحكومة جمهورية السودان الديمقراطية المبرم في 2 ديسمبر 1971م وقرار جمهوري بالتصديق(تشريع) رقم 130 سنة 1973م ملحق التشريع 15 أغسطس 1973م	ثنائية	نقل جوي
22	انضمام حكومة جمهورية السودان الديمقراطية لمعاهدة وارسو لتنفيذ بعض قواعد النقل الجوي المبرمة في 12 أكتوبر(قرار جمهوري بالتصديق(تشريع) رقم 188 سنة 1974م ملحق لتشريع 15 مايو 1974م	دولية	نقل جوي
23	بروتوكول لاهاي المعدل لمعاهدة توحيد بعض قواعد النقل الجوي المبرم في 20 سبتمبر 1955م(قرار جمهوري بالتصديق(تشريع) رقم 189 سنة 1974م ملحق التشريع 15 مايو 1974م	دولية	نقل جوي
24	تعديل اتفاقية مجلس الطيران المدني للدول العربية (قانون بالتصديق رقم 6 لسنة 1975) ملحق التشريع 15 أكتوبر 1975م	إقليمية عربية	نقل جوي
25	المعاهدة الدولية الخاصة بقواعد سلوك اتحادات الخطوط الجوية المبرمة في 6 إبريل 1974م(قرار جمهوري بالتصديق رقم 630 سنة 1975م) ملحق التشريع 15 ديسمبر 1975م	دولية	نقل جوي
26	اتفاقية إنشاء الأكاديمية العربية للنقل البحري (أمر مؤقت بالتصديق رقم 21 لسنة 1975) ملحق التشريع الخاص 30 ديسمبر 1975م	إقليمية عربية	نقل جوي
27	اتفاقية النقل الجوي بين حكومة جمهورية السودان الديمقراطية وحكومة المملكة العربية السعودية المبرمة في 25 أغسطس 1974م(قرار جمهوري بالتصديق رقم 15 لسنة 1976) ملحق التشريع الخاص 26 يونيو 1976م	ثنائية	نقل جوي
28	اتفاقية النقل الجوي بين جمهورية السودان الديمقراطية وحكومة جمهورية إيطاليا الموقعة في سبتمبر 1975م(قرار بالتصديق رقم 593 سنة 1976) ملحق التشريع	ثنائية	نقل جوي

		الخاص 26 ديسمبر 1976م	
29	ثنائية	اتفاقية النقل الجوي بين حكومة جمهورية السودان الديمقراطية وحكومة الصومال الديمقراطية الموقعة في 8 نوفمبر 1974م (قرار جمهوري بالتصديق رقم 62 لسنة 1977م) ملحق التشريع 15 أبريل 1977م	نقل جوي
30	إقليمية عربية	بروتوكول تعديل اتفاقية مجلس الطيران المدني للدول العربية الموقع في 3 يوليو 1975م (أمر مؤقت بالتصديق رقم 14 لسنة 1978م) ملحق التشريع 15 أبريل 1978م	نقل بري
31	إقليمية عربية	انضمام جمهورية السودان الديمقراطية لاتفاقية بطاقة التأمين الموحدة على سير السيارات عبر البلاد العربية المبرمة في 26 أبريل 1975م (قانون بالتصديق رقم 37 لسنة 1978م ملحق التشريع 15 يوليو 1978م)	نقل بري
32	ثنائية	الاتفاقية الملاحية بين حكومة جمهورية السودان وحكومة جمهورية مصر العربية لسنة 1979م (قانون بالتصديق 1979م) ملحق التشريع 15 فبراير 1979م	نقل بحري / نقل نهري
33	ثنائية	تنظيم الخدمات الجوية بين جمهورية السودان الديمقراطية والجمهورية العربية السورية في 16 نوفمبر 1977م (قرار بالتصديق رقم 517 لسنة 1979م) ملحق التشريع 15 أكتوبر 1979م	نقل جوي
34	ثنائية	الاتفاق بين حكومة جمهورية السودان الديمقراطية وحكومة المملكة الأردنية الهاشمية فيما يتعلق بالخدمات الجوية بين أراضيها وما ورائها المبرم في 22 مايو 1976م (قانون بالتصديق رقم 39 لسنة 1980م) ملحق التشريع الخاص 31 لسنة 1980م	نقل جوي
36	إقليمية عربية	اتفاقية النقل بالعبور (ترانسيت) بين الدول العربية (قانون بالتصديق رقم 30 لسنة 1982م) ملحق التشريع 15 أبريل 1982م	نقل بري
38	ثنائية	اتفاقية تنظيم الخدمات الجوية بين السودان ورومانيا بين أراضيها وما ورائها المبرمة في 13 مايو 1978م (إقرار بالتصديق رقم 89 لسنة 1983م) ملحق التشريع 30 ديسمبر 1983م	نقل جوي
39	دولية	اتفاقية الأمم المتحدة لقانون البحار (أمر مؤقت بالتصديق رقم 34 لسنة 1984م) ملحق التشريع 15 سبتمبر 1984م	نقل جوي
40	دولية	انضمام السودان للاتفاقية الدولية لسلامة الأرواح في البحار (قانون بالتصديق رقم 36 لسنة 1990م) ملحق التشريع 15 أبريل 1990م	نقل بحري
41	دولية	انضمام السودان للاتفاقية الدولية لخطوط التحميل (قانون بالتصديق رقم 40 لسنة 1991م) ملحق التشريع 15 يوليو 1991م	نقل بحري
42	ثنائية	مذكرة التفاهم بين حكومة السودان وحكومة جمهورية تشاد في مجال النقل والمواصلات (قانون بالتصديق رقم 51 لسنة 1994م) ملحق التشريع 15 أغسطس 1994م	النقل والمواصلات
43	دولية	اتفاقية الهيئة العربية للطيران المدني (مرسوم مؤقت بالتصديق رقم 13 لسنة 1996م) ملحق التشريع 15 يوليو 1991م	نقل جوي
44	ثنائية	اتفاق نقل جوي بين حكومة جمهورية السودان الديمقراطية وحكومة دولة قطر (قانون بالتصديق رقم 12 لسنة 1997م) ملحق التشريع 15 مايو لسنة 1997م	نقل جوي

ملحق رقم (5)

جداول نتائج الدراسة الميدانية

الصفحة	العنوان	رقم
130	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء وفقاً لنوعية القطاع	3
131	معاملات الارتباط للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل	4
135	معاملات الارتباط للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل	5
141	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الضغوط والآثار النفسية والجسمانية وفقاً لنوعية قطاع النقل عند مستوى ثقة 95% ، 90%	6
147	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الضغوط النفسية والجسمانية طبقاً لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	7
150	نتائج الانحدار التدريجي بين الضغوط والآثار النفسية والجسمانية طبقاً لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	8
152	خلاصة النتائج الخاصة بعلاقة ضغوط العمل بالآثار النفسية والجسمانية	9
156	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء على مستوى العينة بأكملها	10
157	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء للعينة بأكملها عند مستوى ثقة 95% ، 90%	11
158	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل عند مستوى ثقة 95% ، 90%	12
160	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل	13
161	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل عند مستوى ثقة 95% ، 90%	14
165	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء وفقاً لطبيعة عمل المدير	15
166	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء طبقاً لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	16
170	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء للعينة بأكملها عند مستوى ثقة 95% ، 90%	17
172	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء وفقاً لنوعية قطاع النقل عند مستوى ثقة 95% ، 90%	18
175	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين الآثار النفسية والجسمانية وبين الأداء طبقاً لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	19
179	خلاصة النتائج الخاصة بعلاقة الآثار النفسية والجسمانية بالأداء	20

21	معاملات الارتباط بين متغيرات ضغوط العمل والأداء على مستوى العينة بالكامل	182
22	نتائج تحليل الانحدار التدريجي للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء للعينة بأكملها عند مستوى ثقة 95% ، 90%	183
23	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء وفقا لنوعية قطاع النقل	185
24	نتائج تحليل الانحدار التدريجي بين متغيرات الضغوط والأداء ، وفقا لنوعية قطاع النقل عند مستوى ثقة 95% ، 90%	186
25	معاملات الارتباط بين متغيرات الآثار النفسية والجسمانية للضغوط وبين الأداء وفقا لطبيعة عمل المدير	189
26	نتائج تحليل الانحدار التدريجي للعلاقة بين متغيرات الضغوط والأداء وفقا لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	191
27	معاملات الارتباط بين متغيرات ضغوط العمل والأداء على مستوى العينة بالكامل	194
28	نتائج تحليل الانحدار التدريجي للعلاقة بين متغيرتا الضغوط ومتغيرات الأداء للعينة بأكملها عند مستوى ثقة 95% ، 90%	195
29	معاملات الارتباط للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء وفقا لنوعية قطاع النقل	197
30	معاملات الارتباط للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء وفقا لنوعية قطاع النقل	199
31	نتائج تحليل الانحدار التدريجي للعلاقة بين متغيرات الضغوط والأداء وفقا لطبيعة عمل المدير عند مستوى ثقة 95% ، 90%	201
32	معاملات الارتباط للعلاقة بين متغيرات الضغوط ومتغيرات الأداء	202
33	خلاصة النتائج الخاصة بعلاقة ضغوط العمل بالأداء	205