

⋮

⋮

2009/2008 :

الفصل الأول

⋮

- -

(...) :(...)
(...)

⋮

.

.

...

"

"

"

"

.

.

.

.

⋮

⋮

-1

-2

-3

⋮

- -

.

.

الفصل الثاني : الضغط النفسي

:

_____ -1

« Stringere »

" "

. Straisse Stress Stresse Stressât

(Jean Benjamin, 1993)

" : **(Claude Bernard)**

"

(Walter Cannon)

1920

" "

(Claude Bernard et Walter

Cannon)

(Hans selye)

(Walter Cannon)

" "

" "

(Stress)

" :

" "

1956

-

"

-

()

) .

.(303 1995

: _____ - 2

:

.

. (84 1999)

_: 1996

:

)

. (2001

: NORBERT SILLAMY-

" " 1936

()

()

()

()

:

. (NORBERT SILLAMY, 1991)

) " (STRESS)

:

(

.

"

"

(

-

:

)

:

...

.

:

()

) .

. (2003

:

:

.

:

.

:"

"

.

:"

"

.

" "

: " "

: " "

()

: **BRUNO FORTIN**

: **ROSKIES**

. (Roskies, 1987)

:(Edger)

:(Baron,1986)

:

:(Durbrin,1978)

(Greenwood,1979)

:(Humphries,1987)

:(Kroes et Margolis)

()

. (Friend,1982)

(Friend,1982)

19

(Huddleston et Gill,1981)

(64)

(1985)

(Fenz,1975)

(1995)

(1998)

(1987)

(Mahoney et Avenir)

(Soly Bensabet)

: **(Murray)**

: (1980) (Soly) (1

: ()

: (1-1

-

-

-

-

-

-

-

-

(Soly.lanslye.1980.PP40-41)

. ()

-

-

-

-

-

: (2-1

-

-

-

-

	:	-4
	:	-5
	:	<u>-2-4</u>
	:	-1
	:	-2
	:	-3
() :		
() :		
: (Lazarus et al , 1985)		
. () :		-1
. () :		-2
. () :		-3
. () :		-4
. () :		-5
. () :		-6
(81 1999) . () :		-7

: -5

" "

:

.

.

: -1-5

. -1

. () -2

. -3

. -4

. -5

. -6

() -7

. -8

. -9

. " " -10

. -11

-12

-13

-14

-15

: -2-5

.1

.2

.3

.4

.5

.6

.7

.8

: -3-5

.1

.2

.3

.4

.5

.6

.7

.8

.9

.10

: -5-5

.1

.2

.3

.4

.5

.6

.7

.8

()

. (2000)

: -6-5

.1

.2

.3

.4

.5

. (2003)

: -7-5

.1

.2

. (2003) ()

...

:

:

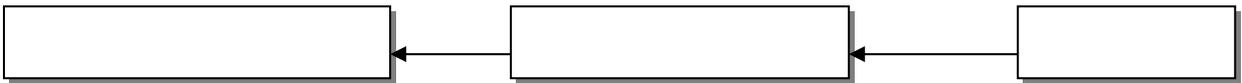
.

:

-6

() " "

:



:

: -1-6

: -2-6

:

" "

:

:

" "

:

: -1-2-6

" "

.

: -2-2-6

: -3-2-6

: -4-2-6

. (1987)

: -3-6

:

: -1-3-6

: -2-3-6

: -3-3-6

. (1987)

" "

(1978)

:(β) -

:(α) -

:

. (2001) (1978)

: -4-6

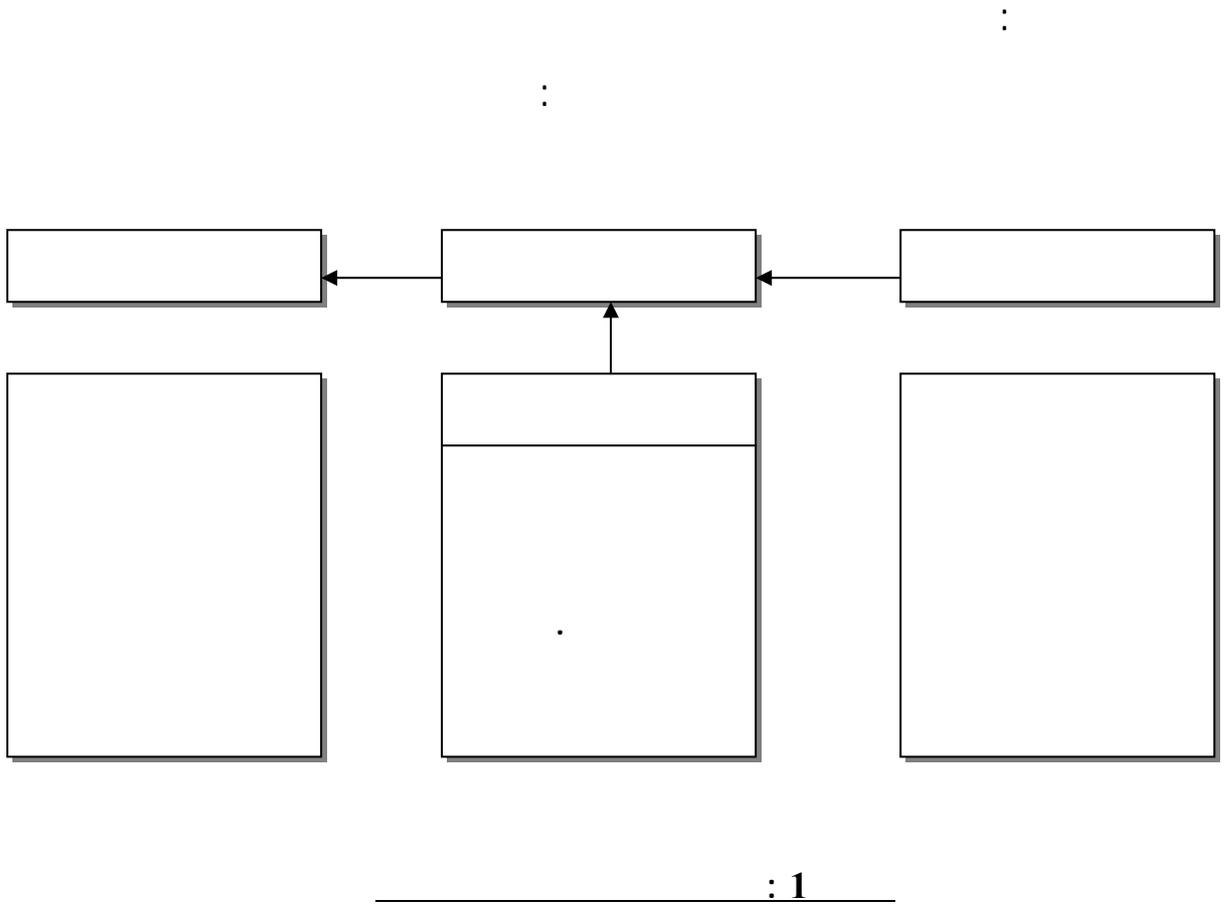
" "

:

:

" "

1972 " "



. (55 2001)

:

. :

. : -1

. : -2

. : -3

:

:

:

-

:

-

:

:

-1

:

-2

:

-3

:

-4

:

)

. (50 2000

- _____ :

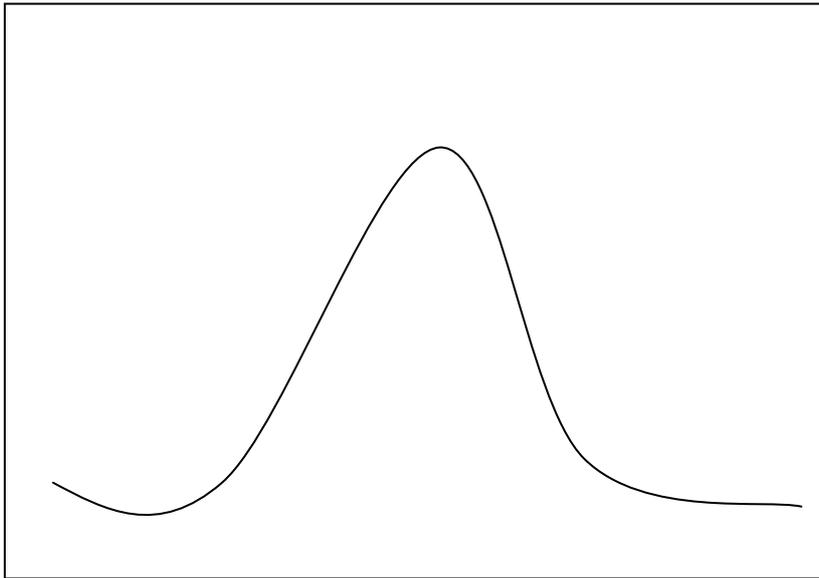
 -1 :

” ”

” ”

) : ” ”

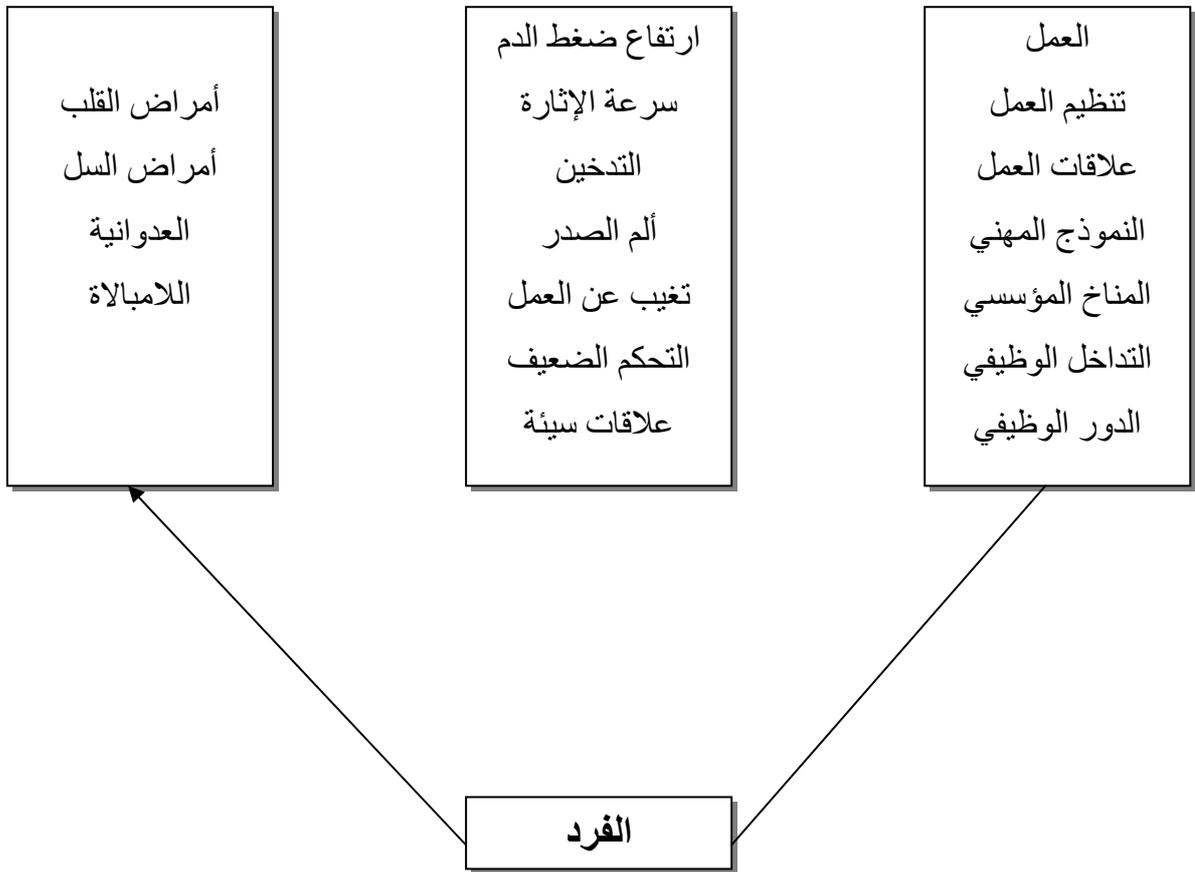
. (16 2001



مخطط 02 : نموذج "هب" للضغوط

) :

. (25 2001

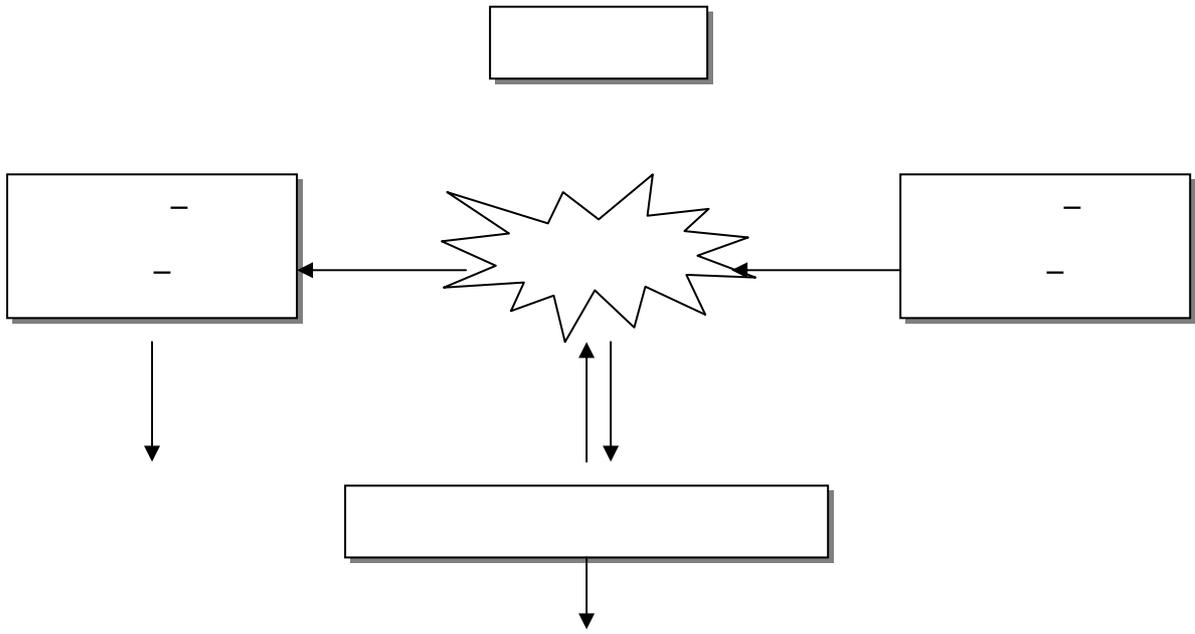


: -3

" "

" "

. (20 2001) :



: 04

: -4

"1982 "

:

. -

. -

. (-) -

: .1-4

"1970 "

:

. -1

. -2

. -3

. -4

. -5

. -6

. -7

. " : "

:

"1982

"

-1

-2

-3

1984

:

)

. (38 2001

: .2-4

. (66 2001

)

:

-

-

-

:

X

" "

GAS

) (1956)

. (70 1999

" "

. (68 2001) .

" "

:

⋮ _____ -

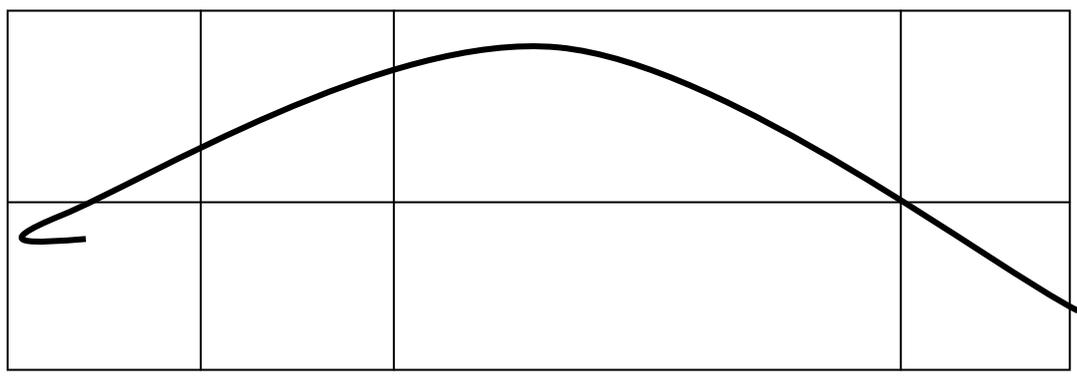
.

⋮ _____ -

.

“ ” “ ”

(71 2001) :



()

_____ : 05

-1

-2

-3

(72 2001)

-1

" "

:

-1

-2

-3

-4

-2

: "

" :

-3-4

"

"

"

"

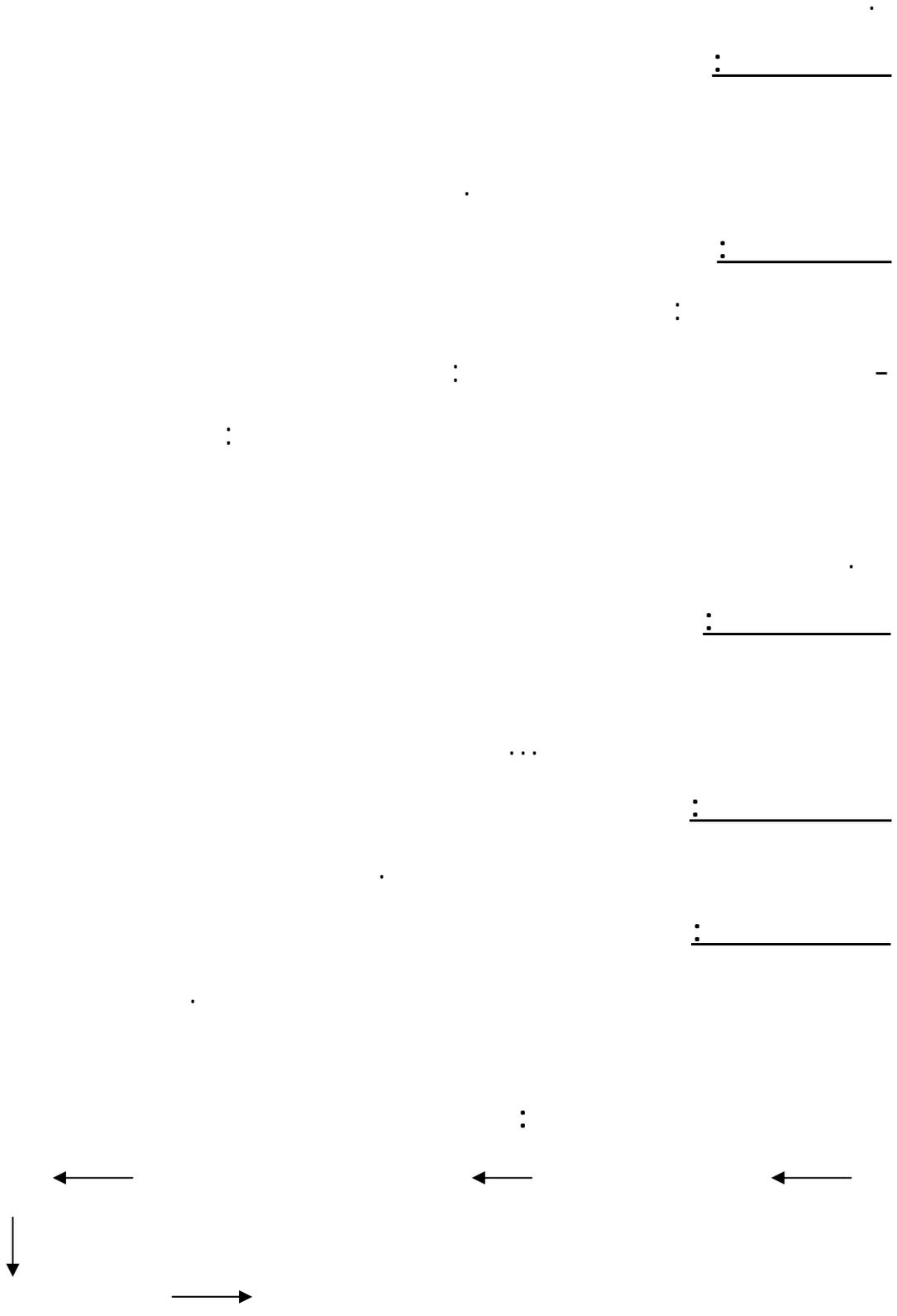
:

. LEVI (1971) :

-

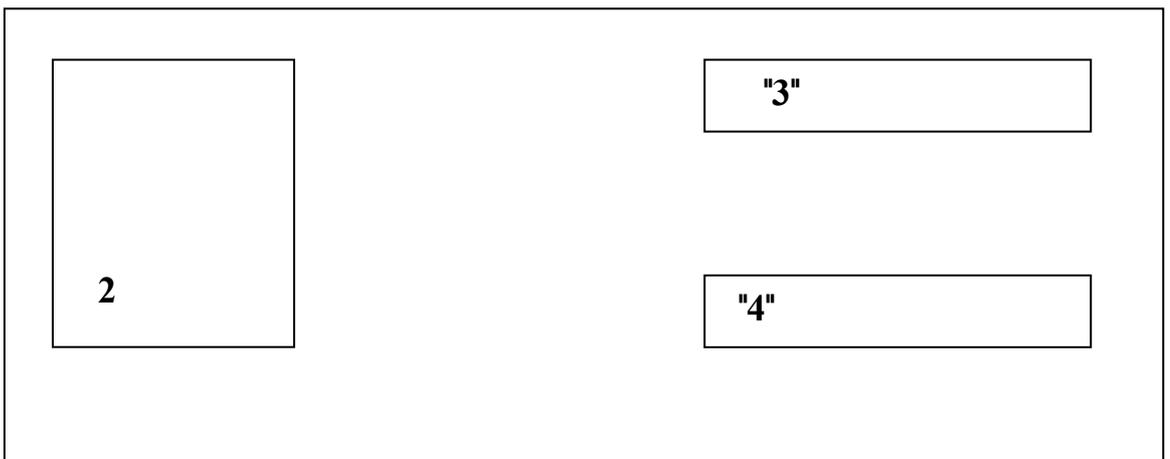
: (Rah et Arther 1978) :

-



: Schwartz (1977) -

:
-1
-2
-3
-4



: 06

: Cox et MOChay -

()

:

-1

-2

-3

-4

-5

: LINE ET ENSEL -

:

:

-

:

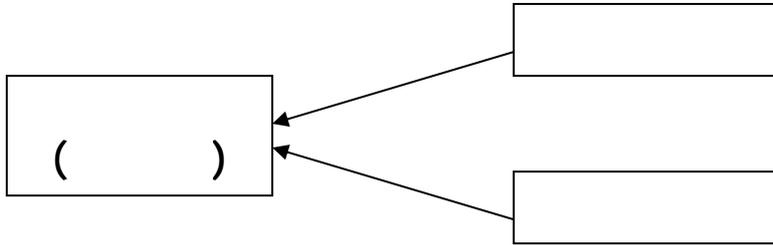
-

...

)

()

. (67 1994) (



. 1986 : 07

: _____ -7

: (1989) -1-7

. 1-1

. 2-1

. 3-1

. 4-1

: (1978) -2-7

. -1

. -2

. -3

. -4

. -5

.	-6
.	-7
:	(1889) DAVID FONTANA
	-3-7
.	-1
.	-2
.	-3
.	-4
.	-5
.	-6
.	-7
.	-8
.	-9
.	-10
.	-11
.	-12
.	-13
.	-14
.	-15
.	-16
.	-17
.	-18
.	-19
.	-20

. (23 2001) -21

: -4-7

:

-1

-2

-3

-4

-5

-6

. () -7

-8

-9

-10

-11

-12

-13

-14

-15

-16

-17

-18

-19

-20

-21

-22

-23

-24

-25

()

. (35 2006)

: **Gmelch**

-

-

-

-

-

-

. (37 2006)

-

Newman et Beehr

()

-

-

-

) . -
-
(40 1998
-

(41 1998)
: -3-1

(15 1998)

(18 1998)

Dallard

- " "
:
(64 2000)
: -4-1

(19 1998)

:

. ...

:

. .

...

$$\underline{\hspace{10em}} \quad \underline{-2}$$

-

-

-

$$\underline{\hspace{10em}} \quad \underline{-3}$$

.

.

.

.

:

.

.

.

.

$$\underline{\hspace{10em}} \quad \underline{-8}$$

:

...

:

: -1

)

. (64 2000

: () -2

:

. -

. -

. -

. -

. -

. -

)

. (45 2003

: -3

()

:

. -

. (65 2000) .

-

"

()"

: -1-3

)

: _____ -

. (

: _____ -

" "

: _____

:

()

-

-

-

∴ _____

∴ _____

∴ _____

)

(

:

. (2000) .

∴ () _____ **.2-3**

:

∴ _____

∴ _____

∴ _____

∴ _____

∴ _____

:

.

)

"

"

-

"

"

-

. (

.

-4

.

:

-

:

-

:

-

:

-

:

-

. ()

:

-

:

-

)

()

(

2000)

. (65

: -5

)

. (

)

:

. (66 2000

: .1-5

.

: .2-5

(AcTn)

:

.

()

. (67 2000)

: -9

:

. Enquête diagnostique du Stress -1-9

Matesson Ivancevich

60

(Houston)

	:	—	■
			■
		:	<u>-2-9</u>
	:		(Boston)
		14	238
2006).	
			. (43
	:	<u>: Evaluation du stress d'Adam</u>	<u>-3-9</u>
(San Diego)			
	:		
Jensen et Rommer			Stroop
	:	<u>: Maslach Burnout Inventory</u>	<u>-4-9</u>
		Jackson Maslach	
	:		
		. Emotion Exhaustion	■

. Depersonalisation

▪

Reducing Feeling of Personal Accomplishment

▪

22

)

. (

) 64 (

)

. (

) 6 (

: Système d'Analyse de Stress (SAS)

-5-9

. (44 2006) 114

:

43

1967

. ()

1970

(...

)

:

B.Stora

" "

16

()

(5-0) 6

5 4 3 2 1 0

- :

5 4 3 2 1 0

-

W.Blocker

:

■

■

■

(EEG)

:

(ECG) Electro cardiogramme

(EMG) Electro myogramme

State of anxiety scale self evaluation

.

الفصل الثالث :

إستراتيجيات تسيير ومواجهة

الضغط النفسي

: _____ - I

Lazarus 1991

:

: _____ - 1

:

: _____ -

: _____ -

: _____ -

: _____ **-2**

:

: _____ -

: _____ -

: _____ -

DSM.IV1994

:

: _____ **-1**

$$:\underline{\hspace{10em}}-2$$

$$:\underline{\hspace{10em}}-3$$

$$:\underline{\hspace{10em}}-4$$

$$:\underline{\hspace{10em}}-5$$

$$:(\underline{\hspace{10em}})-6$$

.()

$$:\underline{\hspace{10em}}-7$$

:

:

. « Executive : The Hardy health under sterss »

:

-

-

-

:

-

-

-

-

:

« DAVID, ELKIND »

-

-

-

: -1

() ()

" "

...

" "

:

-1

-2

-3

-4

" " " "

" " " "

. (80 2001)

" : (1999)

« YOGA »

QUAKERS

-1

-2

-3

-4

-5

-6

-7

-8

 -2

."

"

:

1993

-1

:

:

-

:

-

:

-

:

-

:

-

:

-

.

:

-

(82 2001

)

1999

:

-1

-2

-3

-4

-5

-6

-7

-8

-9

-10

: -3

:

-1

-2

.()

-3

-4

-5

1950

: -2-4

: (Arnoud 1974)

-1

-2

-3

-4

-5

-6

-7

: -3-4

(1976)

(1966)

:

: -

. (2001)

: Friendships -5

: -1-5

" "

" "

" : : (RAMASON 1985)

"

:

-1

-2

-3

. (1993)

:

ALPEE

x

=

x

. (1993)

: -2-5

:

: -1

(FEED BACK)

.

: -2

:

"

"

"

"

"

"

:

-1

-2

-3

-4

-5

-6

: " " -

(young 1980)

:

.

-1

.

-2

.

-3

.

-4

.

-5

.

-6

2001

)

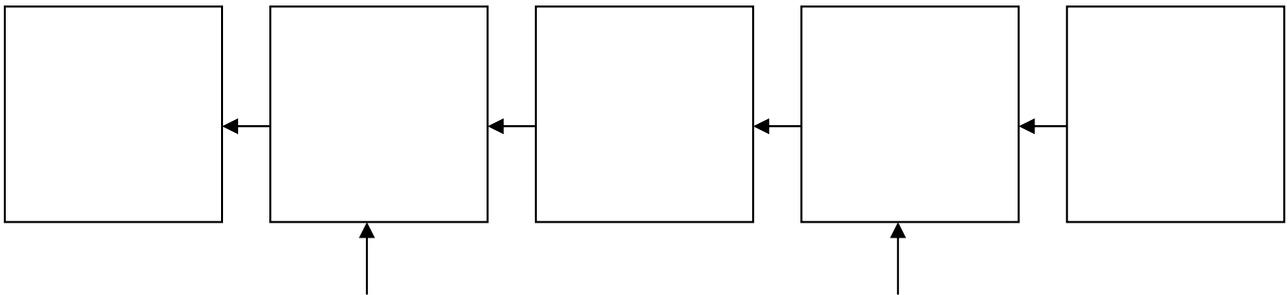
.(84

: -6

:

.

:



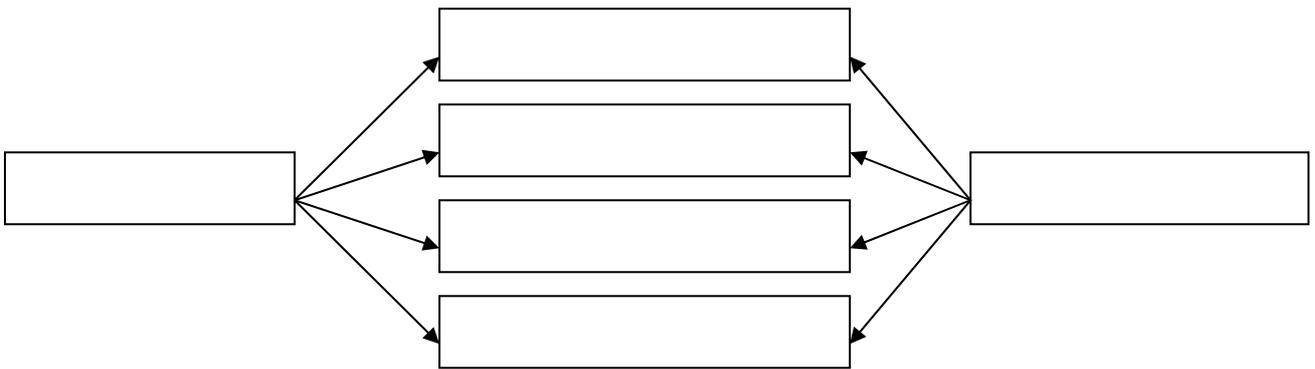
: 08

(1985)

: -

()

: 1993



08

. 1993

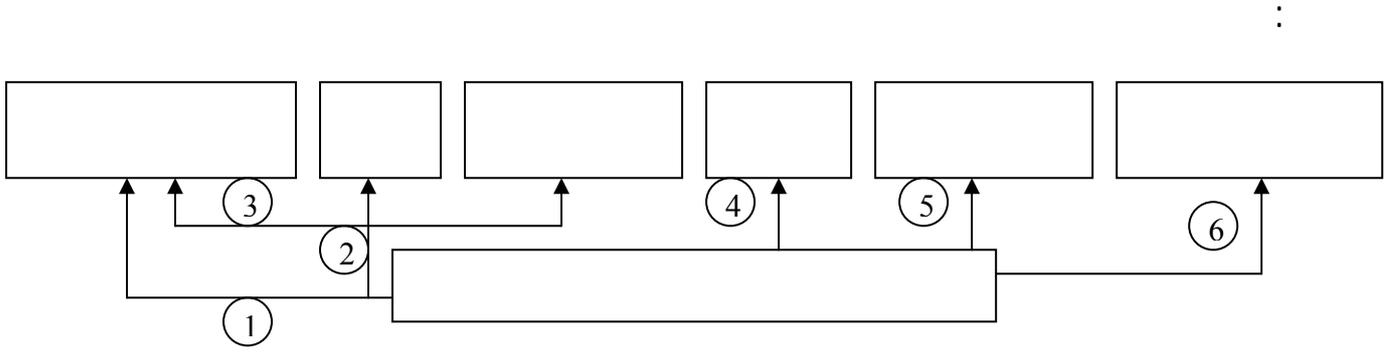
Well-Being

()

:-

Pearlin et Liberman 1979

1981



09

:

-1

-2

-3

-4

-5

()

	-6
. (87 2000)	
	-7
	-1
	-2
	-3
	-4
	-5
	-6
	-8
	-1
	-2
	-3
	-4
	-5
. (Bruno Fortin ; 2002) .	-6
	-9
Détresse Psychologique	
	-1
	-2
	-3
	-4

.	-5	
.	-6	
. (Bruno Fortin ; 2002)		-10
.	-1	
.	-2	
.	-3	
.	-4	
.	-5	
:	-6	
	-	
	-	
	-	
	-	
	-	
	-	
()	-	
:		-11
. " "	-1	
.	-2	
.	-3	
.	-4	
.	-5	

. (Bruno, 2002) .

:-III

:

:

" "

:-1

:

" "

()

" "

)

. (2001

.) (1981

الفصل الرابع :

إجراءات الدراسة الميدانية

⋮ _____

.

.

.

.

⋮ _____ **-1**

”

”

”

”

2000

(80-79 2000)

: _____ -2

: _____ :1-2

: _____ :2-2

45-18

60

30

:

: _____ ◀

: **01** _____ -

27	13	14	
33	17	16	
60	30	30	

: _____ -3

: _____

:

(x)

_____ : 1-3

: _____ : 1-1-3

1988 Folkman et Lazarus

.

.

.

:

(202 1999)

_____ 2-1-3

: _____ ❖

:

. 36-33-24-17-14-4

: _____ ❖

42-22-19-5 :

: _____ ❖

:

. 47-46-41-38-31-25-12-7

: _____ ❖

:

. 35-32-16-11-9-8

: _____ ❖

:

. 50-49-44-34-27-10-6

: _____ ❖

:

. 37-26-21-13-3-2

: _____ ❖

:

. 1-43-40-39-30-20

:

Lazarus et Folkman

.

:

.

. (205 203 1999.)

: _____ : 3-2-3

: _____ ❖

()

: _____ ❖

(RAWSCORES)

. (08)

(04)

:

0

1

2

3

: _____ : 4-2-3

: _____ ❖

(cronbaoh 1951) "

"

0,62 0,81

0,76

⋮ _____ ❖

:

0,01

)

.(

: _____ -4

: _____ -

(TD)

2000/ 1999

: _____

2008

2007

2008

: _____ -5

:

-1

« T-Test » -2

: -6

« T-Test » " "

: -

	" "					
0,05	2,09	4,64	7,33	4,10	9,70	

(4)

" "

0,05

: _____ -

	" "					
0,01	0,29	2,59	5,53	2,66	5,33	

(5)

" "

0,01

: _____ -

	" "					
0,01	-5,13	3,98	8,93	3,65	13,96	-

(6)

" "

0,01

-

: _____ -

	" "					
0,01	0,03	2,54	8,23	3,36	8,20	

(7)

" "

(07)

0,01

: _____ -

	" "					
0,01	-2,46	3,20	10,43	3,62	11,73	

(8) _____

" "

0,01

: _____ -

	" "					
0,01	1,59	4,01	10,93	4,62	9,80	

(9) _____

" "

0,01

: _____ -

	" "					
0,01	-2,47	4,33	8,26	2,59	5,96	

(10) _____

" "

(10)

. 0,01

: _____ -

	" "					
0,01	0,50	3,65	9,20	3,55	8,73	

(11) _____

. 0,01

-

: _____ -7

Folkman et Lazarus 1988

:

. (...)

. (...)

. (...)

(... (...))

(Cohen, Bensobat)

Folkman et Lazarus

.(...) .

-

:

-

-

-

.

-

.

. Monroe

. (232 1994 . .)

-

.

.

1981 Anderson

...

1986 Delongis et Coyne

.

:

-

.

-

.

:

-

+ ...

)

. (

(...)

)

()
%35 %27,45

⋮

⋮

⋮

⋮

⋮

« T-Test » " "

⋮

—

—

⋮

—

⋮

—

⋮

—

⋮

المراجع

	:		
	:		-1
		. 1999	
2000.			-2
	:		-3
		.2001	
	:		-4
		.1991	
	:		-5
	:		-6
		. 2000-1999	
:	:		-7
		. 1999 1	
			-8
		1994. 3	
.	:		-9
.2003	1	:	-10
.1985		:	-11
1999. 2		:	-12
1		:	-13
		2001.	
.1956		:	-14
	:		-15
	.	1	

_____ :	-16
_____ . 1999 1	
_____ :	-17
_____ :	-18
_____ . 2000 1	
_____ :	-19
_____ . 2001	
_____ :	-20
_____ 1989.	
_____ :	-21
_____ . 1999 2	
_____ 2 1 _____	-22
_____ .1995	
_____ :	-1
_____ 2006	
_____ :	

1- B-Merad Boudia : Revue medico-pharmaceutique , revue d'information et déformation médicale-Alger .

2- Dictionnaire des termes techniques de médecine, 18ème, édition, 1964, paris .

3- Dictionnaire de la psychologie , Larousse , 1967 , paris .

- 4- Dictionnaire de la protection civile : la direction civile , mission, impression en A.N.E.P.
- 5- La revue médico-pharmaceutique , portrait sur la protection civile- le secours médicalisé , N2 , mars – avril , 1998 , Alger .
- 6- Revue medico-pharmaceutique : portrait sur le syndrome de stress post-traumatique , N16 , octobre , 2000 .
- 7- Unité nationale d’instruction et d’intervention : recueil des communications et actes du 1^{er} séminaire : atelier sur le stress et le traumatisme psychique 5-6 mars 2003, DAR-EL-BAIDA .
- 8- Jean Benjamain stora : le stress , que sais-je ? édition dahleb , 2^{ème} , Paris , 1993 , P : 03 .

الملاحق

□

□

:

.....:

□

:

□

3	2	1	0	-1
3	2	1	0	-2
3	2	1	0	() -3
3	2	1	0	-4
3	2	1	0	-5
3	2	1	0	-6
3	2	1	0	-7
3	2	1	0	-8
3	2	1	0	-9
3	2	1	0	-10
3	2	1	0	-11
3	2	1	0	-12
3	2	1	0	() -13
3	2	1	0	-14
3	2	1	0	-15
3	2	1	0	-16
3	2	1	0	-17
3	2	1	0	-18
3	2	1	0	-19

3	2	1	0	-20
3	2	1	0	-21
3	2	1	0	-22
3	2	1	0	-23
3	2	1	0	-24
3	2	1	0	-25
				...
3	2	1	0	-26
3	2	1	0	-27
3	2	1	0	-28
3	2	1	0	-29
3	2	1	0	-30
3	2	1	0	-31
3	2	1	0	-32
3	2	1	0	-33
3	2	1	0	-34
3	2	1	0	-35
3	2	1	0	-36
3	2	1	0	-37
3	2	1	0	-38

3	2	1	0	-39
3	2	1	0	-40
3	2	1	0	-41
3	2	1	0	-42
3	2	1	0	-43
3	2	1	0	-44
3	2	1	0	-45
3	2	1	0	-46
3	2	1	0	-47
3	2	1	0	-48
3	2	1	0	-49
3	2	1	0	-50

1	
3	
4	
5	
	:
6	
6	-1
8	-2
16.....	-3
20.....	-4
22.....	-5
25.....	-6
46.....	-7
52.....	-8
58.....	-9
	:
63.....	-I
63.....	-1
64.....	-2
66.....	-II

67.....	-1
69.....	-2
71.....	-3
72.....	-4
74.....	-5
83.....	-III
83.....	-1
84.....	-2
:_____	
	_____:
86.....	
86.....	-1
87.....	-2
87.....	-1-2
87.....	-2-2
89.....	-3
89.....	-1-3
93.....	-4
93.....	-5
94.....	-6
98.....	-7
102.....	-8