

إرهاق الرعاية والاحتراق الوظيفي: بيئة العمل تحدد جودة حياة مساعدي الرعاية.

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 5, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). إرهاق الرعاية والاحتراق الوظيفي: بيئة العمل تحدد جودة حياة مساعدي الرعاية.. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118282>

تخيل أنك تعمل بلا كلل، يوماً بعد يوم، لتقديم الرعاية والدعم للمحتاجين. مهمة نبيلة، أليس كذلك؟ ولكن ماذا يحدث عندما يصبح هذا التفاني عبئاً ثقيلاً، يهدد صحتك النفسية والجسدية؟ هذا هو الواقع الذي يواجهه العديد من مقدمي الرعاية في دور رعاية المسنين، خاصةً في ظل الظروف الصعبة التي شهدتها العالم خلال جائحة كوفيد-19.

ملخص البحث

أظهرت الدراسة أن بيئة العمل الداعمة تزيد من الرضا بالعمل وتقلل من الإرهاق لدى مقدمي الرعاية. نقص الموارد الهيكلية أو نقص عدد الموظفين يزيد من الشعور بالإرهاق لديهم. الشعور بعدم كفاية الوقت أو عدد الموظفين لإنجاز المهام مرتبط بشكل كبير بارتفاع مستويات الإرهاق. تؤكد النتائج على أهمية تحسين بيئة العمل في دور رعاية المسنين لدعم مقدمي الرعاية والحفاظ عليهم.

باحثون من ألبرتا، كندا، قاموا بدراسة شاملة شملت 760 من مقدمي الرعاية العاملين في 28 دار رعاية مسنين، بهدف فهم العلاقة بين بيئة العمل ومستويات الإرهاق والرضا بالعمل لديهم. استخدم الباحثون، بقيادة الدكتور رحمن، نموذجاً إحصائياً متطوراً لتحليل البيانات التي تم جمعها باستخدام مقياس "جودة الحياة المهنية" (ProQOL-9)، وهو أداة قياس شائعة لتقييم جوانب مختلفة من تجربة مقدمي الرعاية.

منهجية البحث

اعتمدت الدراسة على تصميم مقطعي (cross-sectional design)، مما يعني أن البيانات تم جمعها في نقطة زمنية واحدة. قام الباحثون بتوزيع استبيانات مقياس ProQOL-9 على 760 من مقدمي الرعاية في دور رعاية المسنين في مقاطعة ألبرتا الكندية. يقيّم هذا المقياس ثلاثة جوانب رئيسية: الإرهاق (Burnout)، والتعب العاطفي (Compassion Fatigue)، والرضا بالعمل (Compassion Satisfaction). الإرهاق يشير إلى حالة من الاستنزاف العاطفي والجسدي والعقلي نتيجة للتعرض المستمر للضغط. التعب العاطفي هو الشعور بالضيق العاطفي الناتج عن التعاطف مع معاناة الآخرين. أما الرضا بالعمل، فيعكس الشعور بالبهجة والإنجاز من خلال تقديم الرعاية.

استخدم الباحثون نموذج انحدار متعدد المستويات (two-level multilevel regression model) لتحليل البيانات. هذا النموذج يسمح بتقييم تأثير العوامل على مستوى الفرد (مثل خصائص مقدم الرعاية) وعلى مستوى المؤسسة (مثل خصائص دار الرعاية المسنين) في نفس الوقت. بهذه الطريقة، تمكنوا من تحديد ما إذا كانت بيئة العمل في دار الرعاية المسنين تؤثر على مستويات الإرهاق والرضا بالعمل لدى مقدمي الرعاية، بغض النظر عن الخصائص الفردية لكل مقدم رعاية.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية بين بيئة العمل ومشاعر مقدمي الرعاية. وجد الباحثون أن مقدمي الرعاية الذين يشعرون بدعم أكبر من زملائهم ورؤسائهم في العمل يميلون إلى الشعور بمزيد من الرضا بالعمل وأقل إرهاقاً. على العكس من ذلك، فإن نقص الموارد الهيكلية (مثل المعدات والأدوات اللازمة) ونقص عدد الموظفين كان مرتبطاً بمستويات أعلى من التعب العاطفي.

كما كشفت الدراسة أن الشعور بعدم كفاية الوقت لإنجاز المهام أو عدم وجود عدد كافٍ من الموظفين لدعم المرضى كان له تأثير سلبي كبير على الصحة النفسية لمقدمي الرعاية، مما أدى إلى زيادة مستويات الإرهاق. هذا يشير إلى أن الضغط

الناتج عن عبء العمل الثقيل يمكن أن يؤدي إلى استنزاف مقدمي الرعاية وتقليل قدرتهم على تقديم رعاية عالية الجودة.

دلالات البحث

تحمل هذه الدراسة دلالات مهمة لصناع السياسات ومديري دور رعاية المسنين. تؤكد النتائج على أهمية الاستثمار في تحسين بيئة العمل في دور رعاية المسنين، من خلال توفير موارد كافية، وزيادة عدد الموظفين، وتعزيز ثقافة الدعم والتقدير.

إن معالجة هذه المشكلات ليست مجرد مسألة أخلاقية، بل هي أيضاً ضرورية لضمان استدامة نظام الرعاية الصحية. فمقدمو الرعاية المرهقون والمتعبون عاطفياً هم أكثر عرضة لترك وظائفهم، مما يؤدي إلى تفاقم نقص الموظفين وتدهور جودة الرعاية. من خلال الاستثمار في رفاهية مقدمي الرعاية، يمكننا ضمان حصول كبار السن على الرعاية التي يستحقونها، مع الحفاظ على قوة عاملة صحية ومنتجة.

تُظهر هذه الدراسة أن الاهتمام ببيئة عمل مقدمي الرعاية ليس مجرد رفاهية، بل هو استثمار ضروري في جودة الرعاية الصحية ورفاهية المجتمع ككل.

Reference

Rahman, A. (2026). *Care Aides Compassion Fatigue, Burnout, and Compassion Satisfaction Related to Long-Term Care (LTC) Working Environment*. Journal of Applied Gerontology

DOI: [10.1177/07334648251328400](https://doi.org/10.1177/07334648251328400)