

علاقة استراتيجيات المواجهة بنوعية الحياة بأبعادها لدى عمال مؤسسة سوناتراك

" دراسة ميدانية "

relationship between coping strategies and quality of life of Sonatrach

corporation workers

"Field study "

ZENAD Dalila ² أ.د. / زنادة دليلة ² ط.د. / بن عقيلة هاجر ¹ BENAKILA Hadjer

¹ جامعة الجزائر2 (أبو القاسم سعد الله، مخبر علم النفس الصحة الوقاية ونوعية الحياة

² جامعة الجزائر2 (أبو القاسم سعد الله، مخبر علم النفس الصحة الوقاية ونوعية الحياة

المؤلف المرسل: ط.د. / بن عقيلة هاجر البريد الإلكتروني: benakilahadjer@yahoo.com

تاريخ الاستلام: 2025/07/15 تاريخ القبول: 2025/10/29 تاريخ النشر: 2025/12/28

الملخص: يهدف البحث الحالي إلى الكشف عن علاقة استراتيجيات المواجهة بنوعية الحياة بأبعادها لدى عمال مؤسسة سوناتراك وذلك على عينة قدرت بـ: 40 عامل تم اختيارهم وفق أسلوب العينة العشوائية وخلصت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية بمتغيري البحث حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون (0.63) **الكلمات المفتاحية:** استراتيجيات المواجهة، نوعية الحياة.

Abstract:

The current study aimed to explore the relationship between coping strategies and quality of life of Sonatrach corporation workers. This study was conducted on a sample of 40 workers selected using a random sampling method. The results revealed a correlation between the two study variables, with the Pearson correlation coefficient reaching (0.63).

Keywords: Coping strategies, Quality of life.

1. مقدمة:

تعد البيئة التي يعيش فيها الفرد مليئة بالمتغيرات و الاحداث الضاغطة التي يتعرض لها اثناء ممارسته لنشاطاته و شؤون حياته اليومية قد تكون في بيئة العمل؛ الدراسة؛ او متعلقة بالحياة الخاصة فبجد نفسه مطالباً بمحاولة تفاعلية وتجنب هذه الضغوط ويستوجب ذلك استخدام موارده الداخلية والخارجية من اجل التكيف مع الوضعية الضاغطة.

وبالتالي فيستخدم الفرد الموارد الداخلية من جهود معرفية وانفعالية وسلوكية التي تختلف من شخص للأخر بالإضافة الى الموارد الخارجية مثل طلب الدعم الاجتماعي وبالتالي تحقيق نوعية حياة جيدة للعاملين أي التمتع بصحة نفسية وجسمية واجتماعية وعقلية جيدة الذي سوف ينعكس على العامل وبيئته دافعية إنجازة ومردوديته.

2. اشكالية البحث:

يهتم علم النفس الصحة وخاصة أحد فروع علم النفس الصحة في العمل بالصحة النفسية والجسدية والاجتماعية أي تحقق نوعية الحياة الجيدة لدى العمال الذي سوف ينعكس بالإيجاب على الفرد والمنظمة أي المؤسسة.

وتعتبر مؤسسة سوناطراك ذات أهمية كبرى؛ و ما تم ملاحظته انه بعض عمال هذه الشركة يتمتعون بنوعية حياة جيدة بينما اخرون لديهم نوعية حياة متدهورة التي قد تنعكس سلباً على أداء العمال؛مردوديتهم؛ كثرة الغيابات مما نتج عنه مشكل للفرد و المنظمة و ربما يكون السبب هو المعاناة من الضغط النفسي.

ومن المؤكد ان هذه الفئة من العمال يتعرضون لضغوطات نفسية سواء كان مصدرها المنظمة او المؤسسة التي يعملون بها او ضغوط الحياة الشخصية بشكل عام هذا ما توصلت اليه دراسة زريبي أحلام(2014) من خلال تطبيقها لمقياس مستويات الضغط النفسي المهني (JSS) على 158 عامل في سوناطراك وتوصلت الى انهم يعانون من مستوى ضغط متوسط.¹

وكل واحد منا يتعرض لضغوط في حياته الخاصة و اثناء تأديته لمهامه في العمل؛ ويعرف لازاروس وفولكمان (1984) الضغط على انه عملية تفاعلية بين الفرد و محيطه اين تكون الوضعية خاضعة للإدراك و التقييم المعرفي من قبل الفرد و تظهر استجابة الضغط عندما يحدث تفاوت بين متطلبات الفرد و ضرورات الوضعية و قدرات و إمكانيات الفرد في المواجهة مما يسبب اختلالا في موارده؛ وبالتالي بلا بد من التصدي للوضعية الضاغطة باستخدام استراتيجيات مواجهة.

ويعرف دانكي واخرون استراتيجيات المواجهة على انها الطريقة المرنة التي يتعامل بها الفرد في مواجهة الضغوط النفسية من خلال توظيف أفكاره و انفعالاته او طلب الدعم الاجتماعي او البحث على المعلومة و التي تقود الشخصية الى التوافق و النمو في البيئة

وعليه فيسعى على العامل في المؤسسة استخدام موارده الداخلية والخارجية من اجل التكيف مع الوضعية الضاغطة وتكمن الموارد الداخلية في الخصائص الشخصية للفرد حسب نمط الشخصية كيفية ادراكه للحدث الضاغط خبراته السابقة وتسمى أيضا باستراتيجيات الفردية في التعامل مع الضغط بينما تتمثل الموارد الخارجية و التي تدخل ضمنها أيضا استراتيجيات التنظيمية في التعامل مع الضغط التي توفرها المنظمة او المؤسسة

وقد تكون في البحث عن السند الاجتماعي.

غير انه يتفاوت العمال في طرق تعاملهم واختيارهم لأساليب مواجهة الضغط المناسبة لاختلاف الخصائص المتعلقة بالفرد الشخصية خصائص الوضعية الضاغطة قابلية ضبط الحدث وكذلك أهمية الخصائص السوسيوديموغرافية التي تختلف من عامل لآخر.

ونضع تساءل البحث كالاتي:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة بأبعادها لدى عمال

مؤسسة سوناطراك □؟

" دراسة ميدانية "

- هل توجد علاقة بين استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل ونوعية الحياة النفسية لدى عمال مؤسسة سوناطراك؟

3. فرضيات البحث:

1.2 - توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة بأبعادها لدى عمال مؤسسة سوناطراك □.

3.1- توجد علاقة بين استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل ونوعية الحياة النفسية لدى عمال مؤسسة سوناطراك □.

4. أهداف الدراسة:

يهدف البحث الى:

1.4 - الكشف عن نوعية العلاقة بين استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة.

2.4- التحقق من وجود علاقة ارتباطية بين استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة.

3.4- تحديد استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها عمال مؤسسة سوناطراك.

5. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية البحث فيما يلي:

1.5-تكتسب هذه الدراسة أهميتها من حيث ان مفهوم نوعية الحياة عند العمال موضوع يركز على

الجوانب الإيجابية في سلوك الأفراد عكس ما كان قديما في دراسة الامراض النفسية.

2.5-بكونه في تخصص علم النفس الصحة أي الاهتمام بالعمال الاصحاء والمرضى.

3.5-تتم هذه الدراسة أيضا بكشف علاقة استراتيجيات المواجهة بنوعية الحياة بأبعادها (الجسمية النفسية

العلاقات الاجتماعية والبيئة) لدى عمال مؤسسة سوناطراك.

6. تحديد المفاهيم الإجرائية:

1.6 - تحديد مفهوم الضغط: Stress

التعريف الاصطلاحي:

يعرف لازاروس و فولكمان (1984) لضغط بأنه عملية تفاعلية بين الفرد و المحيط اين تكون الوضعية خاضعة للإدراك و التقييم المعرفي من قبل الفرد وتظهر استجابة الضغط عندما يحدث تفاوت بين متطلبات الفرد و ضرورات الوضعية و قدرات و إمكانيات الفرد في المواجهة مما يسبب اختلالا في موارده و تحديدا في راحته.

التعريف الاجرائي:

هو مجموعة من الانفعالات الناجمة عن التفاعل المستمر بين الفرد و بيئته الداخلية و الخارجية التي تنشأ عن ضغط بيئة العمل و ينتج عنها اضطرابات جسمية او نفسية او سلوكية او مهنية تؤثر على العامل اما سلبا او إيجابا حسب مقدرتهم على التعامل معها.

2.6 - تحديد مفهوم استراتيجيات المواجهة:

التعريف الاصطلاحي:

يعرف لازاروس و فولكمان (1984) استراتيجيات المواجهة على انها مجموعة من الجهود المعرفية و السلوكية الموجهة للسيطرة او التقليل او تقبل للمتطلبات الداخلية او الخارجية التي تهدد الفرد او تتعدى طاقاته. □
سنة 1978 ان استراتيجيات المواجهة تحدد مجموعة Lazarus et launier و أشار

السير ورات التي يستخدمها الفرد امام الحدث الذي يراه مهددا لكيانه من اجل التحكم التأقلم والتخفيف من اثر هذا الحدث الضاغط على صحته الجسدية و النفسية. ⁸

التعريف الاجرائي:

هي الاستجابات المعرفية و السلوكية يقوم بها العمال من اجل مواجهة المواقف الضاغطة وهي كذلك الدرجات التي يحصل عليها العامل على مجموع ابعاد مقياس استراتيجيات التعامل(SSIC) التي سوف تطبق في البحث وقد تكون:

- استراتيجيات التعامل المركزة حول المشكل
- استراتيجيات التعامل المركزة حول الانفعال
- استراتيجيات التعامل المركزة حول التجنب

3.6-نوعية الحياة:**التعريف الاصطلاحي:**

يعرفها كل من عبد الفتاح وحسن (2006) انها درجة الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية والإحساس بحسن الحال واشباع الحاجات والرضا عن الحياة فضلا عن إدراك الفرد لجوانب حياته وشعوره بمعنى الحياة الى جانب الصحة الجسمية الإيجابية وتوافقه مع القيم السائدة في المجتمع. □
وتعتبر منظمة (Unesco) نوعية الحياة بانها: مفهوم شامل يضم كل جوانب الحياة كما يدركها الفرد وهو يتسع ليشمل الاشباع المادي للحاجات الأساسية و الاشباع المعنوي الذي يحقق التوافق النفسي للفرد عبر تحقيقه لذاته و بناء على ذلك فان لنوعية الحياة ظروف موضوعية و مكونات ذاتية.³

التعريف الاجرائي:

مدى استمتاع العمال بصحة نفسية واجتماعية وجسمية كما وتعتبر خبرة ذاتية لا يمكن تقديرها الا من خلال العامل وبالتالي فهي المستوى الذي يحصل عليه العامل في مقياس نوعية الحياة للمنظمة العالمية للصحة.

4.6 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من 40 عامل بمؤسسة سوناطراك من الجنسين تم اختيارهم وفق أسلوب العينة العشوائية البسيطة بحيث شملت الدراسة مختلف التصنيفات المهنية من إطارات سامية و مسيرين و موظفون تنفيذيون من مختلف الفئات العمرية (من 20 الى 60 سنة).

5.6 منهج البحث:

استخدمنا في البحث الحالي المنهج الوصفي لتحديد العلاقة بين المتغيرات ولاعتباره الأكثر ملائمة لموضوع البحث والذي يقوم برصد ومتابعة دقيقة لظاهرة او حدث معين بطريقة كمية او نوعية في فترة زمنية معينة او عدة فترات من اجل التعرف على الظاهرة او الحدث من حيث المحتوى والمضمون والوصول الى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره.

4.6 أدوات البحث: سوف يتم استخدام:

- استبيان المعلومات العامة الذي سوف يتضمن مجموعة من الأسئلة تمكن من معرفة البيانات الشخصية والاجتماعية والمهنية لجميع العمال .

بالإضافة الى استخدام مجموعة من المقاييس التالية:

- مقياس نوعية الحياة: WHOQOL

World Helth Organization Quality of Life

النسخة المختصرة للمنظمة العالمية للصحة و الذي يتكون من 26 بند تقيس 4 ميادين :

-الصحة النفسية والصحة الجسمية و العلاقات الاجتماعية و المحيط

بحيث تم الحصول على النسخة الاصلية للمقياس و تمت ترجمته من اللغة الإنجليزية ال اللغة العربية من طرف الباحثة.

- مقياس او قائمة استراتيجيات المقاومة للضعيات الضاغطة: CISS

Coping Inventory For Stressful Situation

CISS M.A Parker& S.Endler 1992

الذي يحتوي على 48 بند مقسمة على 3 أنواع من الاستراتيجيات:

-16 بند يقيس استراتيجيات المواجهة المركزة حول المشكل او المهام (Problème)

-16 بند يقيس استراتيجيات المواجهة المركزة حول الانفعال (Emotion)

-16 بند يقيس استراتيجيات المواجهة المركزة حول التجنب (Evitement). ² □

و هذا بالاعتماد على ترجمة ا.د زناد دليلة.

7. عرض، وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات.1.7. عرض، وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأولى للدراسة :

تنص الفرضية الأولى على انه توجد علاقة بين استراتيجيات المواجهة و نوعية الحياة بأبعادها و للتحقق

من هذه الفرضية قمنا باستخدام معامل الارتباط بيرسون

(Pearson correlation) من اجل قياس حجم العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات المواجهة و نوعية

الحياة بأبعادها لدى عمال مؤسسة سوناطراك و جاءت النتائج كما يلي:

الجدول رقم (01) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة لدى

عمال مؤسسة سوناطراك.

مستوى الدلالة الاحصائية	قيمة الارتباط	حجم العينة	استراتيجيات المواجهة
(0.01= α)	(0.63)	40	نوعية الحياة بأبعادها

الجدول رقم (01) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات استراتيجيات المواجهة ونوعية الحياة بأبعادها

لدى عمال مؤسسة سوناطراك.

من خلال الجدول أعلاه يتضح ان عينة الدراسة الكلية قدرت بـ: 40. عامل و بلغ معامل ارتباط درجاتهم على مقياس استراتيجيات المواجهة مع درجاتهم على مقياس نوعية الحياة (0.63) و هي قيمة موجبة و دالة احصائيا عند مستوى $(\alpha=0.01)$ أي كلما ارتفعت درجات افراد العينة في مقياس استراتيجيات المواجهة ارتفعت درجاتهم في مقياس نوعية الحياة.

وبناء على ما سبق يمكننا القول انه توجد علاقة ارتباطية موجبة و ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة و نوعية الحياة بأبعادها لدى عمال مؤسسة سوناطراك و منه الفرضية الأولى تحققت.

هذا ما يتفق مع جملة من الدراسات العربية و الأجنبية كدراسة (Avradita ray (2022)

التي هدفت الى معرفة العلاقة بين استراتيجيات المواجهة المختلفة و مختلف ابعاد نوعية الحياة لدى الشباب حيث شملت الدراسة 123 مشارك و قد خلصت النتائج ان استراتيجيات المواجهة تميل الى ان يكون لها تأثير إيجابي يتراوح بين المتوسط و الخفيف على جميع مجالات نوعية الحياة و مع ذلك وجدت علاقة بين سلبية بين استراتيجيات المواجهة المركزة على التجنب و نوعية الحياة. ⁵

كذلك دراسة (Gobhatai an all (2018) التي أجريت على 668 من عمال المستشفى العام الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة و خلصت الدراسة انه اذا استخدم العاملون استراتيجيات جيدة مركزة على المشكل و الانفعال فان ذلك يؤدي الى نوعية حياة مهنية عالية بينما التكيف الاقل فائدة لا يرتبط بنوعية الحياة المهنية. □

إضافة الى دراسة Saeedeh Qobadpoor and all المطبقة على عمال مؤسسة الضمان الاجتماعي التي أكدت ان استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكلات إيجابية بشكل ملحوظ و استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال سلبية بشكل ملحوظ و قد أدى المناخ التنظيمي الأفضل بالإضافة إلى استراتيجيات التعامل المركزة على المشكل الى نوعية حياة صحية عالية لدى عمال الإدارة العامة في

مؤسسة الضمان الاجتماعي.¹²

" دراسة ميدانية "

كذلك دراسة Nash and all التي بحثت عن العلاقة بين استراتيجيات المواجهة و الرفاهية و نوعية الحياة المهنية لدى 3425 من الممرضات و القابلات و عمال الرعاية الصحية و الاخصائيين الاجتماعيين في المملكة المتحدة خلال جائحة كوفيد 19 بحيث أظهرت النتائج ان استراتيجيات المواجهة الإيجابية و خاصة التكيف النشط و طلب المساعدة ارتبطت برفاهية اعلى و نوعية حياة عمل افضل اما استراتيجيات المواجهة السلبية مثل التجنب فقد فقدت عوامل خطر لانخفاض الرفاهية و سوء نوعية الحياة المهنية.¹¹

2.7. عرض، وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية للدراسة :

تنص الفرضية الثانية على انه توجد علاقة بين استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل و نوعية الحياة النفسية و للتحقق من هذه الفرضية قمنا باستخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation) من أجل قياس حجم العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل و نوعية الحياة النفسية لدى عمال مؤسسة سوناطراك و جاءت النتائج كما يلي:

استراتيجيات المواجهة المركزة	حجم العينة	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة الاحصائية
المشكل ونوعية الحياة النفسية	40	(0.71)	(0.01= α)

الجدول رقم (02) نتائج معامل الارتباط بيرسون بين درجات استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل ونوعية الحياة النفسية لدى عمال مؤسسة سوناطراك.

من خلال الجدول أعلاه يتضح ان عينة الدراسة الكلية قدرت بـ: 40 عامل و بلغ معامل ارتباط درجاتهم على مقياس استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل مع درجاتهم على مقياس نوعية الحياة النفسية (0.71) و هي قيمة موجبة و دالة احصائيا عند مستوى ($\alpha=0.01$) أي كلما ارتفعت درجات أفراد العينة في مقياس استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل ارتفعت درجاتهم في مقياس نوعية الحياة النفسية.

وبناء على ما سبق يمكننا القول انه توجد علاقة ارتباطية موجبة و ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات المواجهة المركزة على المشكل و نوعية الحياة النفسية لدى عمال مؤسسة سوناطراك و منه الفرضية الثانية تحققت.

وهذا يتفق مع ما جاءت به دراسة Ibrahim A.El shaaer على 700 من عمال الفنادق (قطاع السياحة) و خلصت الدراسة الى ان استراتيجيات التعامل المركزة على حل المشكل كانت فعالة في التخفيف من الاثار السلبية للتوتر و الاكتئاب و القلق و بالتالي الصحة النفسية ⁷.

في حين تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع الدراسة التي قامت بها Jessica graziella an all على 143 من العمال المرضى و الأطباء خلال جائحة كوفيد19 بحيث توصلت الى ان استراتيجيات المواجهة المركزة على التجنب و التوجه نحو حل المشكل و الدعم الاجتماعي تؤدي الى تدهور نوعية الحياة المهنية بينما أدى الموقف الإيجابي الى تحسينها. □

هذا ويمكن تفسير النتائج المتوصل اليها انه ربما عمال مؤسسة سوناطراك يميلون الى استخدام استراتيجيات مواجهة فعالة تهدف الى تغيير الموقف الضاغط و التحدي والتخطيط لحل المشكل وبالتالي التخلص من مصادر الضغط ثم التمتع نوعية حياة جيدة بالإضافة الى عوامل أخرى قد تكون ساهمت في انتهاج استراتيجيات مواجهة فعالة مثل المحددات الشخصية و الدينية و الاجتماعية إضافة الى ان مؤسسة سوناطراك توفر لعمالها الإمكانيات المادية و المعنوية مثل الرواتب العالية الرعاية الطبية الصحية وخدمات اجتماعية و الرفاهية و كل متطلبات الحياة مما يساعد على اتخاذ القرارات و القضاء على المشاكل و مصادر التوتر و بالتالي نوعية حياة جيدة و التمتع بالصحة النفسية و الجسمية و الاجتماعية للعمال الذي ينعكس إيجابا على الحياة الشخصية و المهنية للعمال.

ويجدر الإشارة الى انه وصفت استراتيجيات المواجهة المركزة حول المشكل بالفعالة وذلك لميل العمال فيها الى المقاومة و التخطيط لحل المشكل و القضاء على مصدر الضغط و التوتر و بالتالي التمتع بنوعية

" دراسة ميدانية "

حياة جيدة بينما العمال الذين يميلون الى استخدام استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال فقد تؤدي الى تخفيض الضغط بصفة مؤقتة فقط مما يهدد الصحة النفسية و الجسمية للعمال و بالتالي تدهور نوعية الحياة لذا فيمكن القول ان عمال مؤسسة سوناطراك يميلون الى استخدام استراتيجيات المواجهة فعالة مثل تلك المركزة على حل المشكل هذا ما يفسر العلاقة الإيجابية بين استراتيجيات المواجهة و نوعية الحياة بأبعادها عند هذه الفئة من العمال.

8. خاتمة

تعتبر نوعية الحياة من الأهداف الأساسية التي يسعى الى تحقيقها كل من العمال والمؤسسات والمنظمات وذلك لأهميتها الكبيرة التي تتعلق بصحة الافراد الجسدية والنفسية وانعكاساتها الاقتصادية بحيث تعتبر تحدي للأفراد والمنظمات والحكومات لذلك من الضروري تسليط الضوء على مثل هذه الدراسات التي تشمل العمال.

ونقترح في الأخير التعمق في الدراسات المتعلقة بالعمال باعتبارهم فئة من الفئات المتعرضة للضغط اليومي وذلك من خلال نموذج علم النفس الصحة المهني الذي يركز على الجوانب الإيجابية في سلوك الافراد عكس ما كان قديما التركيز على العمال المرضى والذين يعانون من اضطرابات أي دراسة الاصحاء والمرضى.

9.الهوامش:

- 1 زربي أحلام، استراتيجيات التصرف اتجاه الضغوط المهنية و علاقتها بفعالية الأداء (دراسة ميدانية بمؤسسة سوناطراك)مذكرة لنيل شهادة الماجستير الجزائر، 2014، ص 10.
- 2 زناد دليلة؛ علم النفس الصحي؛ تناول حديث للأمراض العضوية المزمنة؛ دار الخلدونية؛ الجزائر، 2013، ص252.
- 3 زناد دليلة،بوخروف سمير،المرجع في علم النفس الصحة المهني،تناول حديث للصحة المهنية، الامراض المستشفوية نموذجاً،الجزائر،2024، ص15.
- 4 منسي مُجد حليم؛ كاظم علة مهدي؛ تطوير و تقنين مقاييس جودة الحياة لدى طلبة جامعة سلطنة عمان المجلد 01؛العدد01؛عمان،2010، ص44.

5 Avradita Ray,Relationship between coping mechanisms and quality of life in young adults,International Journal for research in applied Science & Engineering technology (IJRASET),volume 10,p4618.India.2022.

6 Gobhathai and all,Job stress coping strategies an quality of working life of personnel in a general hospital,The journal of Parapokklo hospital,vol 35.Thailand.2018.

7 Ibrahim A.Elshaer,Front line hotel employees mental health and quality of life post covid19 pandemic :the role of coping strategies,ScienceDirect Helyon,volume 9,issue 6,2023.

8 Isabelle Paulhan :Le concept de coping–Equipe de psychologie de la santé laboratoire de psychologie génétique et différentielle, Université Bordeaux,1992. P545–546.

- 9 Jessica Graziella and all, Association between coping strategies and professional quality of life in nurses and physicians during Covid-19, A cross selectional study, National library of medicine .2022.
- 10 Lazarus Richards.S , Folkman susan.F: Psychological stress and the coping process MC.Grow.Hill, New York, 1984. P19.
- 11 Nash.C an all, The rol of coping in the wellbeing and work related quality of life of UK health and social care workers during covid-19, International journal of Environmental research and public health, 18(02).2021.
- 12 Saeedeh Qobadpoor an all, Modeling of prediction to work quality of life Based on organizational Climate with mediating to stress coping strategies in employees. Journal modern psychological research, vol 17, Iran, 2022.