



www.massira.jo

علم نفس العمل

تطبيقات علم النفس في بيئة العمل

Work Psychology: Applying Psychology at Work

الأستاذ الدكتور

مروان طاهر الزعبي

أستاذ علم نفس العمل

الجامعة الأردنية



رقم التصنيف : 158.7

المؤلف ومن هو في حكمه : مروان ظاهر الزعبي

عنوان الكتاب : علم نفس العمل : تطبيقات علم النفس في بيئة العمل

رقم الإيداع : 2025/8/4330

الواصفات : علم النفس الصناعي / الرضا الوظيفي / تكيف العمال /
ظروف العمل / التحليل النفسي / علم النفس التطبيقي

بيانات النشر : عمان - دار المسيرة للنشر والتوزيع

تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

حقوق الطبع محفوظة للنشر

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة لدار المسيرة للنشر والتوزيع عمان- الأردن
ويحظر طبع أو تصوير أو ترجمة أو إعادة تنضيد الكتاب كاملاً أو مجزئاً أو تسجيله على اشرطة
كاسيت أو إدخاله على الكمبيوتر أو برمجته على إسطوانات ضوئية إلا بموافقة الناشر خطياً

Copyright © All rights reserved

No part of this publication may be translated,
reproduced, distributed in any form or by any means, or stored in a data base
or retrieval system , without the prior written permission of the publisher

الطبعة الأولى 2026م - 1447هـ



عنوان الدار

الرئيسي : عمان - العبدلي - مقابل البنك العربي هاتف : 962 6 5627049 فاكس : 962 6 5627059
الفرع : عمان - ساحة المسجد الحسيني - سوق البتراء هاتف : 962 6 4640950 فاكس : 962 6 4617640
صندوق بريد 7218 عمان - 11118 الأردن

E-mail: Info@massira.jo . Website: www.massira.jo

التصميم والازراج : دائرة الانتاج

فهرس المحتويات

مقدمة الكتاب 13

الفصل الأول

علم نفس العمل، المبادئ الرئيسية

مقدمة	17
علم النفس العام وعلم نفس العمل	17
ميادين علم النفس الرئيسية	18
تعريف علم نفس العمل	19
مناحي علم النفس الرئيسية	21
أولاً: منحنى التحليل النفسي	21
ثانياً: منحنى السمات الشخصية	24
ثالثاً: المنحنى الظواهري/ الإنساني	27
رابعاً: المنحنى السلوكي	29
خامساً: المنحنى المعرفي الاجتماعي	31
جذور علم نفس العمل	33
حركه الإدارة العلمية	33
حركه العلاقات الإنسانية	35
علم نفس العمل الحديث	36
المؤهلات الخاصة بأخصائي علم نفس العمل	38
أماكن عمل أخصائي علم نفس العمل	41
التحديات المستقبلية لعلم نفس العمل	42

الفصل الثاني

طرق إجراء البحوث في علم نفس العمل

47	 مقدمة
47	 النظرية في علم نفس العمل
49	 النظرية والتطبيق في علم نفس العمل
50	 خطوات البحث العلمي في علم نفس العمل
53	 مصادر المعلومات في علم نفس العمل
55	 المناهج البحثية في علم نفس العمل
63	 أدوات القياس المستخدمة في علم نفس العمل

الفصل الثالث

الوصف والتحليل الوظيفي

75	 مقدمة
75	 مفهوم تحليل العمل وتوصيف الوظائف
76	 بطاقات الوصف الوظيفي
77	 فوائد تحليل العمل
78	 منهجية وأدوات تحليل العمل
78	 أولاً: طرق جمع المعلومات لعملية تحليل العمل
79	 ثانياً: أساليب تحليل العمل
82	 ثالثاً: أدوات تحليل العمل الرائدة
89	 مفهوم الكفاءات البشرية
91	 مستقبل تحليل العمل

الفصل الرابع

اختيار وتعيين الموظفين

95	 مقدمة
----	-------------

95	الطرق التقليدية في اختيار الموظفين
97	مقابلة التوظيف: هل هي فعالة؟
101	منهجية التقييم الشامل 360 درجة
102	الموائمة الوظيفية
104	أدوات وأساليب الكشف عن القدرات والمهارات البشرية
109	خطوات اختيار الموظفين الأكفاء في علم نفس العمل
110	الخطوة الأولى: تقييم البيانات المكتوبة عبر طلب التوظيف
115	الخطوة الثانية: تقييم الذكاء والقدرات المعرفية والعقلية
120	الخطوة الثالثة: تقييم السمات الشخصية ذات العلاقة بالوظيفة
127	الخطوة الرابعة: قياس القيم الوظيفية والمهارات السلوكية
129	الخطوة الخامسة: إجراء مقابلة شخصية منظمة ومتخصصة
131	مراكز تقييم الكفاءات البشرية
132	فوائد الموظف الجيد!

الفصل الخامس

التدريب والتطوير الوظيفي

137	مقدمة
139	أهمية التدريب الوظيفي
140	عناصر العملية التدريبية
142	نظريات التعلم ذات العلاقة بالتدريب الوظيفي
148	تحليل الاحتياجات التدريبية
150	التدريب على المهارات السلوكية
153	أساليب التدريب الوظيفي
159	تقييم فعالية التدريب
161	التدريب المستمر للمنظمات والموظفين

الفصل السادس

الدافعية إلى العمل

165	مقدمة
165	مفهوم الدافعية إلى العمل
166	أهمية وفوائد الدافعية العالية إلى العمل
168	أنواع الدافعية: الدافعية الداخلية مقابل الدافعية الخارجية
171	نظريات الدافعية إلى العمل
174	أولاً: النظريات الإنسانية في الدافعية
179	ثانياً: نظريات الأثر الوظيفي في الدافعية
185	ثالثاً: النظريات المعرفية في الدافعية
191	رابعاً: النظريات السلوكية في الدافعية
195	أساليب إدارية فعّالة في زيادة الدافعية إلى العمل

الفصل السابع

الضغوط النفسية في العمل والاحتراق النفسي

201	مقدمة
202	ما هي أعراض الضغط النفسي؟
203	آثار الضغوط النفسية
206	مصادر الضغط النفسي في العمل
206	المصادر التنظيمية والإدارية
207	مصادر الضغوط الفردية والنفسية
211	الاحتراق النفسي في العمل
211	مفهوم الاحتراق النفسي في العمل وأعراضه وأسبابه
213	أسباب وآثار الاحتراق النفسي في العمل
216	أساليب التأقلم مع الضغوط النفسية والاحتراق النفسي في العمل

أولاً: الأساليب التنظيمية	216
ثانياً: أساليب رعاية الذات	217

الفصل الثامن

الرضا الوظيفي والرفاه النفسي للعاملين

مقدمة	223
ماهية الرضا الوظيفي	224
تعريف الرضا الوظيفي	224
أهمية الرضا الوظيفي	226
الرضا الوظيفي والدافعية والإنتاجية	227
محددات الرضا الوظيفي	228
الرفاه النفسي للموظفين	230
أهمية الرفاه النفسي للموظفين	234
معوقات الحفاظ على الرفاهية النفسية في العمل	235
برامج تطبيقية لزيادة الرضا الوظيفي وتحقيق الرفاه النفسي في العمل	236

الفصل التاسع

تقييم الأداء الوظيفي

مقدمة	243
مفهوم الأداء البشري في العمل	244
أهمية تقييم الأداء الوظيفي	245
محددات الأداء الوظيفي المتميز	248
أولاً: القدرة	248
ثانياً: الدافعية	250
ثالثاً: الفرصة	250
أبعاد الأداء الوظيفي المتميز	251

أداء المهام	252
الأداء السياقي	253
الأداء الاستباقي	253
طرق تقييم الأداء الوظيفي	254
أولاً: أساليب تقييم الأداء النوعي	255
تقديرات المدراء	255
تقديرات الزملاء	255
التقييم الذاتي	255
ثانياً: أساليب تقييم الأداء الموضوعي	258
معيار الإنتاج/ المخرجات	258
معيار حجم المبيعات	258
معيار جودة العمل	259
معيار معلومات شؤون الموظفين	259
الأداء العملي لنماذج من مهمات العمل	259
معايير حديثة لتقييم الأداء في العمل	260
أولاً: تقييم الأداء بناء على معيار السلوكات الإيجابية في العمل	260
ثانياً: تقييم الأداء بناء على معيار السلوك المشين في العمل	261
ثالثاً: تقييم الأداء 360 درجة	263
بعض الطرق لتحسين تقييم الأداء البشري	265

الفصل العاشر

القيادة الناجحة في العمل

القيادة	269
مفهوم القيادة	269
الفرق بين القائد والمدير	271
وظيفة القائد المتميز في العمل	271

274	القيادة: هل هي موروثة أم مكتسبة؟
274	نظريات القيادة: من هو القائد الناجح؟
275	أولاً: نظريات الخصائص والسمات
275	نظرية الرجل العظيم
277	نظرية الصفات البيولوجية
278	نظرية السمات الشخصية
279	ثانياً: نظريات الأنماط السلوكية
280	القائد الديمقراطي والدكتاتوري واللامبالي
281	القائد الإنساني مقابل قائد إنجاز المهمات
287	ثالثاً: نظريات القيادة حسب الموقف
288	نظرية خصائص الموقف القيادي (نموذج فيدلر)
291	نموذج المسار والهدف
292	نموذج اتخاذ القرار (نموذج فرووم)
293	القيادة والسلطة

الفصل الحادي عشر

العمل الجماعي والعمل ضمن فريق

297	مقدمة
298	مفهوم العمل الجماعي وأنواعه
299	أهمية العمل الجماعي وفوائده
300	العوامل التي تلعب دوراً في فعالية العمل الجماعي
301	أولاً: طريقة تصميم المهمات التي يقوم بها أعضاء الفريق
302	ثانياً: المعلومات والمهارات الموجودة عند أعضاء الفريق
303	ثالثاً: حجم الجماعة أو فريق العمل
304	رابعاً: نظام المكافآت المتبع لتعزيز أعضاء الفريق
305	خامساً: درجة الارتباط في أداء المهمات

306	عمليات التفاعل بين أعضاء الجماعة وأثرها على كفاءة فريق العمل
307	أدوار أعضاء فريق العمل وأثرها على كفاءة الفريق
308	أدوار إتمام المهمات
309	وظائف ضمان استمرارية الجماعة
314	أسلوب التواصل بين الأفراد وأثره على كفاءة الفريق
317	عملية صنع القرار في فرق العمل وأثرها على جودة العمل

الفصل الثاني عشر

حوادث العمل والسلوك الآمن

323	مقدمة
323	مفهوم حوادث العمل
325	نواتج الحوادث
326	نظريات تفسير آلية حادثة العمل
326	أولاً: المنحى الهندسي
327	ثانياً: المنحى الاجتماعي - الصناعي
328	ثالثاً: منحى العوامل الشخصية
329	العوامل الإنسانية التي تزيد من حوادث العمل
331	أولاً: العوامل المعرفية
332	ثانياً: العوامل الفردية والديمغرافية
333	ثالثاً: العوامل النفسية والشخصية
334	السلوك الوظيفي الآمن
335	بعض أساليب زيادة الالتزام بالسلامة العامة
337	قائمة المراجع باللغة العربية والإنجليزية