

The psychological effects of the Corona pandemic from the point of view of teachers of the Taibah Brigade Schools

Khawla Ibrahim Hemadneh

Directorate of Education for Taybeh & Wasatia Districts || Ministry of Education || Jordan

Abstract: The local study aimed to determine the psychological effects resulting from the repercussions of the Corona pandemic from the point of view of teachers of the schools of Al Taibah Educational Directorate. The study sample consisted of (449) male and female teachers. using the descriptive analytical curriculum, To achieve the objectives of the study, a questionnaire consisting of (25) items was developed. The results of the study showed the presence of psychological effects resulting from the repercussions of the Corona pandemic from the point of view of teachers of schools of Al Taibah Educational Directorate to a very extent degree, The study indicated that there were statistically significant differences between the level of significance ($\alpha \geq 0.05$) depending on the gender variable to the benefit of females, and years of experiences for the More than 11 years old, and educational level to the benefit of Bachelor's degree. The author ended the paper with a set of recommendations.

Keywords: psychological effects, pandemic, corona pandemic, teachers of Al Taibah Educational Directorate.

الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة

خولة إبراهيم نمر حمادنة

مديرية التربية والتعليم للواء الطيبة والوسطية/ إربد || وزارة التربية والتعليم || الأردن

المستخلص: هدفت الدراسة إلى معرفة الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة، وتكونت عينة الدراسة من (449) معلماً ومعلمة، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بتطوير استبانة مكونة من (25) عبارة، وأظهرت نتائج الدراسة أن الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة جاءت بدرجة (متوسطة)، وأشارت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير الجنس ولصالح الإناث، ونبعاً لسنوات الخبرة لصالح (5-10) و11 سنة فأكثر، وتبعاً للمستوى التعليمي لصالح البكالوريوس. وفي ضوء نتائج الدراسة قدمت الباحثة عدداً من التوصيات التي من شأنها التخفيف من حدة الآثار النفسية الناجمة عن هذه الجائحة.

الكلمات المفتاحية: الآثار النفسية، جائحة، جائحة كورونا، معلمو ومعلمات مدارس لواء الطيبة.

المقدمة.

فرضت جائحة كورونا وتداعياتها غيبة قسرية على الطلبة عن مدارسهم، والبيئة الصفية، تسببت في العديد من الآثار النفسية والسلوكية عليهم، مما يستدعي بحسب مختصين، العمل على معالجتها وتهيئة الطلبة في ظل قرار وزارة التربية والتعليم العودة المتدرجة، واستئناف التعليم الجاهي بما يتماشى مع قرارات منظمة الصحة

العالمية تبعا للوضع الوبائي، إجراءات الحظر والوقاية المتبعة لغاية هذه اللحظة، تقف حائلا لفتح النوادي الصيفية سواء في المراكز الخاصة أو الرسمية وحتى ممارسة الأنشطة في الأماكن المفتوحة، ونقاط التجمع كما في الحدائق أو مراكز اللعب والترفيه وحتى النوادي الرياضية التي من شأنها استقطاب آلاف الطلبة في العطلة، كما في تدريب كرة القدم أو الدفاع عن النفس وغيرها من الأنشطة، هذا الحال، دفع أولياء الأمور إلى التفكير مليا في إيجاد طرق بديلة ومتاحة لهم في ظل تقييد التحركات والتجمعات، ليكون البيت وحديقته، المكان الأمثل لممارسة الهوايات واكتشاف مهارات جديدة وتعويد الأبناء عليها، لعلها تكون وسيلة للتسلية وإمضاء بعض الوقت بدون ملل، ولا ننسى تدخل الوضع الاقتصادي للأسرة بهذا الأمر، ولا بد من تفعيل المكتبة البيئية من اجل المطالعة والترفيه والقيام بمختلف الأنشطة داخل البيت، يعتبر التعليم من المتطلبات الأساسية للنهوض بالدولة في مختلف المجالات عدا عن تبادل الثقافات؛ لكن بسبب جائحة كورونا تأثرت مختلف قطاعات الحياة. كوفيد-19 هو الاسم الذي أطلقتته منظمة الصحة العالمية للفيروس المسبب لمرض الالتهاب الرئوي الحاد والمعروف باسم (كورونا) والذي أعلنته منظمة الصحة العالمية جائحة عالمية.

مشكلة الدراسة:

فرضت تداعيات مرض كورونا (COVID 19) تأثيرا في الحياة في شتى مجالاتها الصحية، الاقتصادية، والتعليمية؛ مما أدى إلى غلق المنطقة والحدود لمنع انتشار فيروس كورونا وإتباع تعليمات البروتوكول الصحي للحفاظ على الصحة كمتطلب رئيسي، عدا عن ذلك تم تحول التعليم إلى تعلم عن بعد للحفاظ على التباعد من اجل السيطرة على الفيروس، ومن الإجراءات المتبعة في البروتوكول الصحي الحجر المنزلي، والتشديد على الالتزام بتدابير الصحة العامة والتدابير الاجتماعية وتوفير معدات الحماية وإمدادات الأوكسجين والاختبارات والعلاجات واللقاحات. وهذا كله يؤدي إلى آثار نفسية على الشخص المصاب ومن الآثار التي أشارت إليها الدراسات السابقة العزلة، والعصبية، والاكتئاب، والقلق، وأمراض الصحة العقلية. وهذا دفعني إلى الكتابة في هذه الدراسة، بالإضافة إلى قلة الدراسات العربية الخاصة في هذا المجال والتي يحتاجها الباحثة، والمعلم، والأخصائي النفسي للتعامل مع المرضى.

أسئلة الدراسة:

- 1- ما الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة؟
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين متوسطات تحديد الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تعزى إلى النوع الاجتماعي ومستوى المدرسة وسنوات الخبرة؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- 1- الكشف عن الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة.
- 2- بيان دلالة الفروق الإحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين متوسطات تحديد الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تعزى إلى (النوع الاجتماعي، مستوى المدرسة، سنوات الخبرة).

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة الحالية من خلال:

- حداثة الموضوع نفسه، حيث تعد الدراسة الحالية من أوائل الدراسات المحلية - في حدود علم الباحثة - التي تتناول تحديد الآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة.
- تفيد نتائج هذه الدراسة - الإحصائيين النفسيين والتربويين في التعرف على الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا والعمل على التخفيف منها.
- ومن الناحية التطبيقية من المؤمل أن تسهم نتائج هذه الدراسة في تنبيه المسؤولين والإحصائيين والمرشدين التربويين في المدارس إلى دراسة الآثار النفسية لجائحة كورونا والبحث عن الحلول للتقليل من آثار الأزمة ما أمكن، وكذلك من الممكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في ظواهر مشابهة كالحروب والأزمات.
- قد تفيد في فتح المجال أمام الباحثين لإجراء دراسات أخرى ترتبط بموضوع الدراسة الحالية.

حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة الحالية وإمكانية تعميم نتائجها على الحدود الآتية:

- الحدود الموضوعية: وتمثل في تحديد الآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة، وفي ضوء عبارات ومجالات أداة الدراسة.
- الحدود البشرية: عينة من معلمي ومعلمات المدارس الأساسية والثانوية.
- الحدود المكانية: المدارس الأساسية والثانوية التابعة للواء الطيبة، محافظة إربد.
- الحدود الزمانية: الفصل الثاني 2020/2021م.

التعريفات الإجرائية ومصطلحات الدراسة:

- الآثار النفسية: هي الأعراض التي تظهر على الشخص بعد الإصابة بكوفيد-19 وغالبيتها غير مرضية مثل القلق، الوسواس القهري، الصحة العقلية، الخوف وعدم الرغبة في التعلم.
- الجائحة: الآفة التي تهلك الثمار والأموال وتستأصلها، وهي الداهية التي تحل في مال الرجل فتجتاحه كله، وسنة جائحة أي قاحلة. (الزيات وآخرون، 2005)
- جائحة كورونا: أوبئة واسعة النطاق تصيب الملايين من الناس عبر بلدان متعددة، وتنتشر في جميع أنحاء العالم، وينتقل بسهولة من شخص إلى آخر، ويسبب مرضا شديدا، والأمراض التي تسبب جائحة هي جزء من مجموعة من الحالات المعروفة باسم الأمراض المعدية الناشئة والتي تشمل مسببات الأمراض التي تم تحديدها حديثا. (Taylor, 2019)
- معلمو ومعلمات مدارس لواء الطيبة: الأشخاص الذكور والإناث اللذين يقومون بعملية التعليم والمعينون رسميا في وزارة التربية والتعليم الأردنية، والموزعون على المدارس الأساسية والثانوية الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم للواء الطيبة.

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً- الإطار النظري.

الآثار النفسية لفيروس كورونا:

1- التباعد الاجتماعي (التباعد الجسدي): نظرا لكون فيروس كورونا ينتشر من شخص لآخر بسرعة لذلك من تدابير السيطرة على المرض التباعد الاجتماعي في مرحلة مبكرة وذلك لتقليل العدد اليومي للحالات الجديدة للمرض (Mathew, 2020) وينصح الأفراد بالابتعاد مسافة ستة أقدام على الأقل بسبب قدرة المرض على الانتقال عبر رذاذ الجهاز التنفسي.

2- الحجر الصحي: إذ يقيد حركة الأشخاص وخاصة الذين لهم اتصال مباشر مع أشخاص مصابين أو سافروا إلى البلدان التي تنتقل فيها العدوى على نطاق واسع ولديهم أعراض الحى والسعال. (Piwat, Pakara,& Prachayapong,2020)

والدليل على ذلك من السنة النبوية الشريفة أمر النبي -ﷺ- أن لا يخرج من الأرض التي وقع فيها الطاعون، وأمر السليم بأن لا يدخل إليها، وذلك من اجل حصر المرض حتى لا تتسع دائرة انتشاره. وكذلك فرض عمر بن الخطاب الحجر الصحي على بعض بلاد الشام حينما انتشر طاعون عمواس. (القدومي، 2012). وبين (المناعي، 2020) دور الحجر الصحي دور في التصدي للعديد من الأمراض التي حصدت الملايين لذلك اتجهت الحكومة إلى العزل والتباعد الاجتماعي للحفاظ على الصحة العامة ألا أن للحجر الصحي أثارا سلبية تنطوي على العزلة، الارتياح من تطورات المرض وبالتالي حالات مأساوية، بالإضافة إلى تدابير وقائية أخرى كغلق المدارس والمراكز التجارية ودور العبادة، ووضع قيود على السفر وتعليق الكثير من الأنشطة ويراعى ترك مسافة 1م على الأقل بين الأشخاص الأصحاء.

3- الوصمة الاجتماعية: خاصية شخصية يتم تخفيض قيمتها الاجتماعية وتشويه سمعتها مثل الأمراض الجسدية (مثل فيروس نقص المناعة البشرية/الإيدز والسل والصرع) والأمراض العقلية (مثل الفصام والإعاقة العقلية) وانتهاكات القواعد الاجتماعية (مثل الشذوذ الجنسي وتعاطي المخدرات) والخصائص الديموغرافية (مثل الجنس والوضع الاجتماعي) ويتم التعامل مع هؤلاء الأشخاص بشكل سلب مما يؤدي إلى آثار نفسية وسلوكية. (Earnshaw & Chaudoir, 2013)

حيث أدى انتشار فيروس كورونا إلى آثار نفسية بالغة على الكبار والصغار، نتيجة لحالة الذعر والخوف التي أصابت العالم على مستوى المجتمع والأسرة، حيث لم تقتصر أضرار أزمة كورونا على الآثار الجسدية المتمثلة بأعراض الإصابة بفيروس كورونا، بل أثرت أيضا النفسية نتيجة للتصرفات والسلوكيات الخاطئة من قبل الكثيرين في التعامل مع وباء فيروس كورونا، كما أن حالة الذعر التي تحدث داخل الأسرة بسبب فيروس كورونا قد يكون لها تأثيرات سلبية على الأطفال والمراهقين: منها عدم ذهاب الأطفال والمراهقين إلى المدرسة أو الخروج من المنزل للعب وقضاء أوقات ممتعة من الأصدقاء، كما أنها قد تؤدي إلى حدوث آثار سلبية وخيمة على قدراتهم المعرفية والإدراكية وعلى مشاعرهم. (دومي، 2019)

ومن الآثار النفسية لفيروس كورونا والتي توصلت إليها دراسة عامر (2020) الانفعالات الذاتية المصاحبة للرب، ودرجة كبيرة من الشك، وأحلام مرعبة أثناء النوم، والخوف المرتبط بالسلوكيات اليومية من الاختلاط

بالأخريين، وممارسة الصلاة، والسلام على الآخرين، وشراء الحاجات اليومية والسلام على الأهل والأقارب وغير ذلك من المظاهر.

وتحدث (Onyema et al, 2020) عن آثار نفسية أخرى وجاءت هذه الآثار نتيجة لإغلاق المدارس بسبب فيروس كورونا مما شكل خطراً على المعلمين، والمتعلمين، وأولياء الأمور، ومنها: حرمان الطالب من الفرص والنمو، والعزلة الاجتماعية للأطفال باعتبار أن المدارس هي محاور للنشاط الاجتماعي والإنساني والتفاعلات، ويتسبب في حرمان الشباب والأطفال من التواصل الاجتماعي الضروري للتعلم والتطوير والإبداع، ويمكن أن يؤدي إلى زيادة معدل الجرائم؛ لأن إغلاق المدارس لفترات طويلة قد يؤدي إلى الكسل الذي يساهم في التأثيرات السلبية للأقران، وتورط الشباب في الجرائم، ويزيد العبء على الوالدين من أجل إعالة المنزل والجلوس مع أبنائهم وتوفير وسائل اتصال.

وعقب (تدمري، فواز، حمية، 2020) على أهمية الصحة النفسية فهي تساعد الأفراد على تحقيق العديد من الأمور التي تتعلق بهم، حيث أنهم يستطيعون استثمار كافة قدراتهم وطاقاتهم إلى أقصى حد ممكن، كما يكونوا قادرين على مواجهة مختلف متطلبات الحياة والمواقف والمشكلات التي تواجههم في حياتهم، ولعل التمتع بالصحة النفسية اليوم من شأنه المساعدة في إدارة الأزمات المتعلقة بالأوبئة، أي يمكن اعتبارها عاملاً مساعداً للفرد في مواجهة الفيروسات والأوبئة، فإحدى أهم مؤشرات الصحة النفسية هو التحكم في الأزمات وإدارتها بالشكل المناسب، فكلما كان الفرد قادراً على إدارة أزمات الحياة كان أكثر صحة نفسية.

وتحدث عويش (2020) عن سبل تعزيز الصحة النفسية في ظل انتشار وباء كورونا وذكر منها: استيفاء المعلومات والإرشادات الصحية المتعلقة بفيروس كورونا من الجهات الرسمية والمختصة والموثوقة، وعدم الانسياق وراء الأخبار التي تشمل الإشاعات والتهويل، وأن يتم التركيز دائماً على الأخبار الإيجابية كارتفاع حالات الشفاء وانخفاض حالات الوفيات والجهود المبذولة من طرف الدولة لمكافحة الفيروس، والتركيز على الثقافة النفسية ومدى فهم الإنسان لنفسه وعواطفه؛ أي ما يعرف بالوعي الذاتي، فاكتساب الوعي الذاتي ومعرفة الفرد للمزيد عن صحته النفسية يؤدي إلى الشعور بالاطمئنان والثقة الكبيرة بالنفس، والقدرة على التحكم فيها، وأيضاً التهيئة النفسية للمتعلمين للتعامل مع الأزمة من خلال معرفة كيفية الاستعداد النفسي لهذا الظروف وحماية النفس من الاستسلام والخوف والضغط الناجم عن وباء كورونا، وكذلك الحرص على الطاعات وزيادة فترات العبادة والدعاء لله فعندما يقوي الإنسان علاقته مع خالقه فإن الله عز وجل يهب الإنسان الصحة النفسية والقوة الروحية فيغمر التفاؤل روحه وينظر للحياة بمنظار مشرق، وتعزيز العلاقات الإيجابية بين أفراد الأسرة من خلال التقارب وتخصيص وقت ومساحة خصوصية لتمتين العلاقة بين المتعلم وإخوانه أو بينه وبين أبويه هذا من شأنه أن يعزز من الصحة النفسية لديه، والقيام بالرياضة والنشاطات البدنية.

وترى الباحثة أن جائحة كورونا تركت آثاراً على المجتمع في شتى مجالات الحياة مما أدى إلى آثار سلبية من حيث الشعور بالقلق والخوف واللجوء إلى العزلة وضعف الوازع التعليمي وهيمنة التفكير بالمرض والإصابة وآثاره على الفرد، وبالتالي تأثر جميع جوانب الحياة الاقتصادية، التعليمية، الاجتماعية....

ما سبق يتضح لنا أن المشكلات النفسية الناتجة عن جائحة كورونا وخيمة، وتضرب كافة فئات المجتمع من أطفال وشباب وكبار سن وتؤدي دوراً محورياً في تعطيل أهداف العملية التعليمية وعدم استمرار ديمومتها، وكذلك الحال في كافة قطاعات الدولة، وبالتالي هناك ضرورة قصوى لمراعاة المبادئ والأساليب التي من شأنها القضاء على الآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا أو التخفيف من مخاطرها في ظل الأزمة الحالية، والعمل على إزالة أسبابها أو تجاوزها، وهذا يتطلب التعاون من كافة الجهات المعنية لتجاوز الأزمة.

ثانياً- الدراسات السابقة:

- بعد الاطلاع على الدراسات السابقة في مجال الآثار النفسية الناتجة عن جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة، تبين وجود عدد من الدراسات التي تبحث في هذا المجال.
- عرضت دراسة لونيس (2020) أهمية الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي في الوقاية من الأمراض المعدية أبدت هذه الطريقة فاعليتها في عدة دول خاصة في الصين بعد وبائي سارس في 2003 وكوفيد 19 إضافة إلى الأنفلونزا، ركزت الدراسة على الإجراءات الوقائية غير الصيدلانية الخاصة بالأمراض المعدية وهي العزل، الحجر الصحي، التباعد الاجتماعي والاحتواء أو الغلق العام نظرا للعجز عن مجابهتها طبييا.
 - وهدفت دراسة إبراهيم (2020) إلى التعرف على بعض المشكلات النفسية المترتبة على التباعد الاجتماعي لدى الطلاب الصم في ظل جائحة كورونا، تكونت عينة الدراسة من (50) طالبا وطالبة من الطلاب الصم، تم استخدام استمارة بيانات الطلبة من أعداد الباحثة ومقياس المشكلات النفسية المترتبة على التباعد الاجتماعي لدى الطلاب الصم كأداة للدراسة، وقد استخدم المنهج الوصفي التحليلي، توصلت الباحثة إلى أن للتباعد الاجتماعي أثرا نفسيا على الطلبة الصم وهناك فروق دالة في المشكلات النفسية تعزى إلى متغير المرحلة الدراسية ومتغير الجنس.
 - وبحثت دراسة (Caiyun, et al, 2020) في التعرف على الآثار النفسية لجائحة كوفيد-19 على المراهقين، تكونت عينة الدراسة من (493) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية في الصين، استخدمت الاستبانة عبر الإنترنت للوصول إلى النتائج، تم استنتاج أن أكثر من خمس طلبة المرحلة الثانوية تأثرت الصحة العقلية لديهم بسبب المرض، وتوصلت النتائج إلى إن المرونة والإيجابية تؤدي إلى التأقلم وتحسين الحالة الصحية النفسية والعقلية لدى الطلاب، في المقابل التأقلم السلبي هو عامل خطر على الصحة العقلية.
 - سعت دراسة (Samantha et al, 2020) إلى التعرف على الأثر النفسي للحجر الصحي وكيفية الحد منه هو: مراجعة سريعة للأدلة. تكونت عينة الدراسة من (3166) ورقة تم دراستها عبر (10 بلدان) وضمّن (24) ورقة في هذه الدراسة، توصلت الدراسة إلى وجود أعراض سلبية تظهر على المريض بعد المرض مثل العزلة العصبية، ونتيجة لذلك يجب عدم عزل المريض لفترة تزيد عن المطلوب والالتزام بالبروتوكول الصحي، اقترحت إحدى الدراسات عامل الرعاية الصحية لا يرتبط مع النتائج النفسية مثل العزلة والإحباط و (3) دراسات أظهرت إن فترات طول الحجر الصحي كانت مرتبطة بصحة نفسية فقيرة على وجه التحديد، أما بالنسبة للعزلة لأكثر من (10) أيام أظهرت أعراض إجهاد أكثر من العزلة لأقل من (10) أيام، خلصت الدراسة إلى ضرورة الحجر الصحي لمنع انتشار المرض رغم الآثار النفسية للمرض. التأثيرات النفسية للحجر الصحي قد تدوم طويلا لكن الأسوأ عدم استخدام الحجر الصحي وبالتالي انتشار المرض بسرعة، عدا عن ذلك يجب الاهتمام بالإعلام عما يحدث والاهتمام بالصحة المجتمعية. ركزت الدراسة على الحجر الذاتي لإفادة الصحة المجتمعية والعزل للقادمين من الدول المجاورة. قارنت إحدى الدراسات الطلاب الجامعيين اللذين لم يخضعوا للحجر الصحي مع مجموعة خضعت للحجر الصحي ولم يظهر أي تغير بالأعراض؛ ولكن هذه النتائج لا تعمم.
 - وجاءت دراسة (Wang & Jungie & Wenbin, 2020) بعنوان الآثار النفسية المرتبطة بتفشي فيروس كورونا كوفيد-19 حيث تناول الباحثون في هذه الدراسة العزلة النفسية لبعض المواطنين بمناطق مختلفة من الصين بعد انتشار وتفشي فيروس كورونا، وتم قياس معدلات القلق والاكتئاب لدى عينة مكونة من (122) مبحوث واستخدمت الدراسة أداة الاستبانة، ومقياسا للقلق وآخر للاكتئاب، وتوصلت الدراسة إلى أنّ الإناث كانوا الأكثر شعورا بالقلق مقارنة بالذكور، كما أنّ الأفراد من الفئة العمرية أكثر من 40 عاما كانوا الأكثر شعورا بالقلق

والاكتئاب من الفئات العمرية الأقل في السن، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المستوى التعليمي والمهنة، فإن أولئك الحاصلين على درجة البكالوريوس معرضون لخطر الاكتئاب 0.39 مرة (95% CI 0.17-0.87). مقارنة بالمهنيين، وعكست النتائج وجود حالة عامة من القلق والشعور بالاكتئاب لدى الجمهور بسبب تفشي فيروس كورونا.

- هدفت الدراسة التي أجراها دومي (2019). للتعرف على الآثار النفسية المترتبة على الحجر الصحي على الصحة النفسية للطفل والأسرة وسبل تجنبها، أكدت الدراسة على ضرورة توفر الحواسيب في ظل التعلم عن بعد وإتباع الحجر المنزلي في ظل الجائحة. وضرورة تحسين ظروف الحجر الصحي ضمن توصيات منظمة الصحة العالمية للحد من الآثار النفسية للمرض.

- ومن الدراسات الأخرى دراسة (Liu, Liu & Zhong (2020) والتي هدفت إلى الدراسة إلى الوقوف على مستوى الإدراك والحالة النفسية والقلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات في الصين خلال فترة انتشار وباء كورونا، وذلك لفهم الديناميات النفسية للطلاب الذين يُعانون من الإجهاد. تمّ اعتماد المنهج الوصفي المسحي، وجمع بيانات (509) طالب جامعي عن طريق استبيان تمّ تنفيذه عبر الأنترنت. واستُخدم مقياس القلق والاكتئاب التابع لمركز الدراسات الوبائية لتقييم أعراض القلق والاكتئاب. وبيّنت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين النوعين من طلاب الجامعات في مشاعر القلق والذعر من التعرّض للمخاطر، وكانت مستويات القلق والاكتئاب لدى طلاب الجامعات أعلى من مستويات المعايير الوطنية. إضافةً إلى ذلك تبين أنّ الذعر من الوضع الوبائي شكّل عامل خطر القلق.

- وقدم سنوسي، وجولوي (2020) دراسة هدفت إلى التعرف على الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد-19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، تكونت عينة الدراسة من (30) فرداً من مختلف ولايات الوطن خلال 2019-2020. العينة استطلاعية، استخدم الاستبيان كأداة للدراسة، من مؤشرات انخفاض الصحة النفسية هي اشعر بخوف كبير من ان أصاب بهذا الوباء، واشعر العجز من حماية أفراد عائلتي، وتشير النتائج أن مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا منخفض، وجود فروق في مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس.

- هدفت الدراسة التي أجراها بوحايك (2019) التعرف إلى أثر برنامج إرشادي رياضي مقترح للتقليل من الانفعالات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط (14-16) سنة خلال جائحة كورونا-دراسة بمتوسطات بالشلف، تكونت عينة الدراسة من (40) تلميذ من الطور المتوسط ذكور. وتم استخدام مقياس القلق العام ومقياس الاكتئاب، وقد أظهرت نتائج الدراسة الأثر الإيجابي للبرنامج في التقليل من الانفعالات النفسية وخفض مستويات أعراض الاكتئاب والقلق العام الناتج عن الحجر المنزلي واكتساب الانفعالات الإيجابية السارة، والرفع من مستويات الثقة بالنفس وتنمية العلاقات الاجتماعية والتفاعل النفسي بين التلاميذ.

تعقيب على الدراسات السابقة

يتبين مما سبق أن قلة الدراسات العربية التي تناولت مجال الآثار النفسية لجائحة كورونا وأن أغلب الدراسات السابقة دراسات أجنبية، مثل دراسة (Caiyun, & et 2020) ودراسة (Liu, Liu & Zhong (2020) وبعض الدراسات ركزت على جانب واحد من الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا مثل دراسة (Smanth & et, 2020) ودراسة دومي (2019). واللذان تناولتا جانب الحجر الصحي، وتتفق هذه الدراسة مع كافة الدراسات السابقة بتناولها للآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا لكن هذه الدراسة جاءت بشكل اشمل وأوسع حيث أنها

لم تركز على جانب أو قطاع معين، واتفقت هذه الدراسة مع دراسة إبراهيم (2020) ودراسة سنوسي وجلولي (2020) بمنهجية البحث وأداة الدراسة، واستفاد الباحثة من هذه الدراسات في تطوير أداة الدراسة، وصياغة منهجية الدراسة، وتحديد متغيرات الدراسة، ومناقشة نتائج الدراسة الحالية، والمقارنة بينها وبين نتائج الدراسات السابقة، وتختلف هذه الدراسة عن غيرها من الدراسات مجتمع الدراسة، وبتناولها لمجالات لم تتطرق إليها الدراسات السابقة، وتأكيدا على ضرورة نشر الوعي حول أهمية الصحة النفسية والإرشاد النفسي للتخفيف من الوسواس القهري وهذا ما تدعمه الدراسة الحالية.

4- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

منهجية الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي، نظرا لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة والبالغ عددهم (561) معلما ومعلمة، وذلك حسب إحصائيات قسم التخطيط في مديرية التربية والتعليم للواء الطيبة للعام الدراسي (2021/2020).

أداة الدراسة:

وتكونت عينة الدراسة من (449) معلما ومعلمة. أي ما نسبته (80%) من مجتمع الدراسة، تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية. والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة. ومستوى المدرسة. حسب متغير النوع الاجتماعي، سنوات الخبرة، ومستوى المدرسة

جدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة على المتغيرات

المتغير	الفئة	التكرارات	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	ذكور	170	38%
	إناث	279	62%
سنوات الخبرة	1-5 سنوات	85	19%
	6-10 سنوات	134	30%
	11 سنة فأكثر	230	51%
مستوى المدرسة	أساسية	190	42%
	ثانوية	259	58%
المجموع الكلي		449	100%

أداة الدراسة:

استخدمت الباحثة الاستبانة كأداة الدراسة، وتم تطوير هذه الاستبانة بعد الرجوع إلى الدراسات السابقة مثل دراسة لونيس (2020) ودراسة Caiyun, & (2020) وتكونت الاستبانة من (25) عبارة.

صدق الأداة:

للتأكد من صدق الأداة، تم عرضها على لجنة من المتخصصين في القياس والتقويم، وعلم النفس، والمنهج وطرق التدريس، لإبداء الرأي في الصياغة ومدى ملاءمة العبارات للمجال الذي تنتمي إليه، وتم اعتماد ما نسبته (80%) من آراء المحكمين، حيث تم الإبقاء على بعض عبارات الاستبانة، وتم تعديل بعض العبارات الأخرى. وبذلك أصبحت الاستبانة في صورتها النهائية تتكون من (25) عبارة.

ثبات الأداة:

للتحقق من ثبات الأداة، جرى تطبيق الاستبانة على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة الأصلية وعددها (30) معلماً ومعلمة، ثم أعيد تطبيقها على نفس العينة وبفارق أسبوعين عن التطبيق الأول، تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين. كما تم التأكد من ثبات الأداة، من خلال حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفا كرونباخ كما هو مبين في الجدول رقم (2).

جدول (2) يبين معامل الاتساق الداخلي ألفا كرونباخ وثبات الإعادة للمجالات والدرجة الكلية

ثبات الأداة	الاتساق الداخلي
0.93	0.92

المعالجات الإحصائية:

للإجابة عن أسئلة الدراسة، تم استخدام المعالجات والأساليب الإحصائية الآتية:

1- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

2- اختبار (T).

3- ONE WAY ANOVA: تحليل التباين الأحادي-3

وتم اعتماد سُلّم (ليكرت) الخماسي لتصحيح أدوات الدراسة، بإعطاء كل عبارة من عباراته درجة واحدة من بين درجاته الخمس (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، نهائياً) وهي تمثل رقمياً (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب وقد اعتمد المقياس التالي لأغراض تحليل النتائج:

1- من 1.00 — 2.33 ضعيفة.

2- من 2.34 — 3.67 متوسطة.

3- من 3.68 — 5.00 قوية.

وقد احتسب المقياس من خلال المعادلة الآتية:

(الحد الأعلى للمقياس (5) - الحد الأدنى للمقياس (1) عدد الفئات المطلوبة (3)

$$1.33 = 3/1-5$$

ومن ثم إضافة الجواب (1.33) إلى نهاية كل فئة.

4- عرض النتائج ومناقشتها.

• نتائج السؤال الأول: " ما الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة؟".

وللإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية. والجدول (2) يبين

ذلك.

جدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتحديد الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة مرتبة تنازلياً.

م	العبارة	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	الرتبة	مستوى الآثار
1	لدي خوف شديد على صحي وصحة أسرتي من فيروس كورونا	4.21	0.00	1	قوية
20	لدي خوف من أخذ مطعوم/ لقاح فيروس كورونا.	4.16	0.00	2	قوية
23	ينتابني خوف من زيارة المستشفيات والمراكز الصحية.	4.10	0.12	3	قوية
22	لدي خوف من الكشف الطبي (PCR) لتحديد الإصابة بفيروس كورونا.	4.08	0.19	4	قوية
24	لدي خوف من الإجراءات الصحية والحجز الصحي للعلاج من فيروس كورونا.	3.97	0.21	5	قوية
19	أشعر بالحزن الشديد عند السماع بوفاة أحدهم بسبب كورونا.	3.92	0.25	6	قوية
10	يصيبني صداع شديد وحالة نفسية مرعبة عندما أشاهد نسبة الإصابات والوفيات بفيروس كورونا في بلدي وفي العالم.	3.90	0.25	7	قوية
21	أعتقد بأن فيروس كورونا ولقاحه فكرة سياسية.	3.81	0.32	8	قوية
8	لدي مناعة نفسية ضعيفة لمواجهة فيروس كورونا.	3.77	0.32	9	قوية
2	أعيش في بيتي بمعزل عن الناس بسبب انتشار فيروس كورونا.	3.68	0.36	10	قوية
25	قلت دافعتي نحو التعليم واستخدام منصات التعلم عن بعد.	3.68	0.50	11	متوسطة
14	أمتنع عن حضور المناسبات (الأفراح، والعزاء) خوفاً من الإصابة بفيروس كورونا.	3.40	0.37	11	متوسطة
5	لدي وساوس من مصافحة الناس والتقاط العدوى منهم.	3.25	0.40	12	متوسطة
4	أعاني من ضجري في جميع أمور حياتي.	3.10	0.41	13	متوسطة
9	ألجأ إلى تناول الطعام بشكل مفرط بسبب الخوف من كورونا.	2.88	0.43	14	متوسطة
12	أعاني من عصبية مفرطة ومزاج معكروء دائماً.	2.80	0.44	15	متوسطة
3	أعاني من اضطرابات في الأكل بسبب حالة الاكتئاب والعزلة.	2.68	0.45	16	متوسطة
6	أعاني من القلق والاضطراب في النوم بسبب الخوف من الموت بسبب فيروس كورونا.	2.46	0.46	17	متوسطة
7	أعاني من الأرق والصعوبة في الدخول في النوم والاستمرار فيه بسبب خوفي على أسرتي من الإصابة.	2.31	0.46	18	ضعيفة
15	أشعر بأن جميع الأشخاص من حولي أصبحوا سيئ الطبع.	2.00	0.50	19	ضعيفة
16	أعاني من صعوبة في التركيز والتفكير كثيراً بفيروس كورونا.	1.90	0.48	20	ضعيفة
11	اجد أحياناً ما يدخل السرور والفرح على قلبي.	1.82	0.49	21	ضعيفة
17	لدي وساوس قهري في تنظيم وتعقيم يدي.	1.79	0.49	22	ضعيفة
18	لدي وساوس في لبس الكمامة والقفازات.	1.75	0.49	23	ضعيفة
13	تنتابني فكرة الانتحار بدلاً من الموت بسبب فيروس كورونا.	1.40	0.50	25	ضعيفة
	المتوسط الحسابي الكلي للأداة	3.13	0.25		متوسطة

يبين الجدول (3) أن الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة قد تراوحت المتوسطات الحسابية تنازلياً ما بين (1.4 – 4.21) وقد بلغ المتوسط الحسابي للأداة الكلي (3.13 من 5) وبدرجة متوسطة. وهي درجة يمكن اعتبارها مرتفعة نوعاً ما ويفسر الباحثة أسباب ارتفاع الآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا إلى الهالة الإعلامية الواسعة التي حظيت بها جائحة كورونا على المستوى الدولي

والوطني، بالإضافة إلى الإغلاقات الواسعة والتعزيزات الأمنية، والانتشار الكثيف للجيش والأمن في كافة مناطق المملكة، والإجراءات الصارمة التي اتخذتها الدولة ضد المخالفين، مما جعل البعض يشعر باننا أمام حرب حقيقة وسبب نوع من الرعب والخوف للبعض، وتبرر الباحثة ما توصلت إليه هذه الدراسة لأسباب أخرى تتعلق بالتخطيط، وعدم الاستعداد لأثار هذه الجائحة والتهيئة النفسية للمواطن، سواءً كان ذلك من قبل المدرسة والمعلم أو الدولة؛ فقد اجتاحت كورونا العالم دون سابق إنذار، واستيقظ المواطن وبصورة مفاجئة على كابوس لا يعلم عواقبه. ويرى الباحثة أن حجم الضغوطات التي واجهت المواطن من أعباء اقتصادية، وتوقف العديد من العمال عن العمل، وإغلاق العديد من المنشآت الاقتصادية والتي كانت سبب في قطع أرزاق العديد من أرباب الأسر، وارتفاع نسب البطالة، وتوقيف التعيينات في الدولة، وإجراءات الحظر قد زادت من حجم الأثار النفسية على المواطن. ومن الأسباب الأخرى التي يرى الباحثة إنها كانت عاملاً رئيسياً في زيادة حجم الأثار النفسية إغلاق المدارس والتعليم عن بعد وجلس الأباء لفترات طويلة مع أبنائهم وعدم الرضى العام للمواطنين عن هذا النوع من التعليم وصعوبته وعدم الاعتياد عليه سبب إزعاجا لهم، ووقت الفراغ الطويل جعلت الفرد يشعر بالملل والضجر. بالإضافة إلى إغلاق الأماكن العامة والمساجد والمنزهات والملاعب والنوادي والتي كانت أماكن لتفريغ الطاقات وممارسات الهوايات مما يؤدي إلى توقف الأنشطة الاعتيادية وخاصة الاقتصادية منها يفاقم من الأثار النفسية، ومما يزيد من حجم الأثار النفسية للمواطن الانتشار السريع والكثيف للفيروس مع عدم وجود علاج محدد له أو إيجاد لقاح سريع للمرض مما يؤدي لحالات من الاكتئاب تتراوح حدتها من البسيط إلى المزمن، وطريقة التواصل مع المواطنين والخطاب الإعلامي حول الجائحة أو الإجراءات المصاحبة وانتشار الشائعات قد تزيد من حالة القلق والتوتر أو تخفف منه. بالإضافة إلى عدم جاهزية القطاع الصحي كوجود نقص في الأسرة أو الكوادر الصحية أو الأجهزة الطبية كانت لها آثار سلبية على تصورات المواطنين حول قدرة هذا القطاع بالتصدي لهذه الجائحة.

تراوحت العبارات في حجم قوتها فقد جاء في الرتبة الأولى العبارة (لدي خوف شديد على صحي وصحة أسرتي من فيروس كورونا) بمتوسط حسابي (4.21) وبدرجة قوية ويفسر الباحثة قوة هذه العبارة إلى كثرة أعداد الإصابات، وارتفاع حالات الوفاة، وخطورة هذا المرض، وفي ظل غياب لقاح مؤكد لا تزال القضايا المتعلقة بالوقاية به وعلاجه موضع تشكيك لدى المواطن، وتناقض المعلومات العلمية حول المرض، مما يجعل الأهالي في تفكير دائم حول آلية لحماية أبنائهم من المرض، وجاء في الرتبة الثانية (لدي خوف من أخذ مطعوم/ لقاح فيروس كورونا) بدرجة قوية وبتوسط حسابي (4.16) وتفسر الباحثة ذلك إلى اعتقاد الكثير من المواطنين أن هذا اللقاح ضار بصحة المواطن على المدى الطويل أو القصير وانتشار الشائعات حول الأمراض التي تصيب الإنسان من المطعوم والآثار النفسية مثل النسيان، بالإضافة أن المطعوم لا يزال في فترة تجريبية ولم يثبت نتائجه وبعض الأعراض الناجمة عن اخذ المطعوم تسبب خوف للمواطن، وحدوث القليل من حالات الوفاة في العالم بسبب تلقي المطعوم منهم وجاء في الرتبة الثالثة (ينتابني خوف من زيارة المستشفيات والمراكز الصحية) بدرجة قوية وبتوسط حسابي (4.1) فقد أصبحت اغلب المستشفيات تستقبل مرضى كورونا وأصبحت بعض المستشفيات بؤراً لانتشار المرض. ويعتقد الكثير من الأشخاص أن المستشفيات هي أحد مصادر العدوى، ويؤمن البعض منهم بالشائعات الخبيثة التي تدور حول ما يحدث في المستشفيات للمرضى الذين يعانون من أعراض كوفيد-19، بالإضافة إلى التحذيرات من وزارة الصحة بعدم دخول المستشفيات. وجاء في الرتبة الرابعة (لدي خوف من الكشف الطبي (PCR) لتحديد الإصابة بفيروس كورونا) بمتوسط حسابي (4.08) وبدرجة قوية ويعزى ذلك إلى غياب التسليح بالمعلومة الطبية الصحيحة مما جعل المواطن يقف حائراً، مشوشاً، مرتبكاً وخائفاً من إجراء الفحص والإشاعات حول نظريات المؤامرة بشأن فيروس كورونا والأخبار المغلوطة التي تنتشر عبر مواقع التواصل الاجتماعي وافتعال "أخبار" وأرقام بل وتصريحات زائفة على

لسان المسؤولين، وإشاعات حول وجود الفيروس المسبب للمرض على أداة فحص كورونا مما يسبب الإصابة للشخص السليم وإعطاء نتيجة إيجابية للإصابة مما ساعد في إثارة الهلع والرعب.

من العبارات التي جاءت بدرجة منخفضة (تنتابني فكرة الانتحار بدلاً من الموت بسبب فيروس كورونا). بمتوسط حسابي (1.4) فنحن نعيش في مجتمع مسلم محافظ فمهما كانت حجم الضغوطات الناجمة عن كورونا لا يمكن أن تصل إلى حد التفكير بالانتحار، ومن العبارات الأخرى التي جاءت بدرجة منخفضة (لدي وساوس في لبس الكمامة والقفازات) بمتوسط حسابي (1.75) فنحن في ظل تفشي الفيروس بحاجة إلى لبس الكمامة كقاعدة أساسية للبروتوكول الصحي ووسيلة لمنع وصول رذاذ الزكام إلى الشخص والرذاذ يعد وسيلة ينتشر الفيروس عبره، بالإضافة إلى القوانين والعقوبات الصارمة التي اتخذتها السلطات الرسمية ضد كل مخالف مع عدم وجود قنوات عند كثير من المواطنين بوجوب لبس الكمامة. وجاء في المرتبة الثالثة من حيث انخفاض النتائج لدي وساوس قهري في تنظيم وتعقيم يدي بدرجة (1.79) بسبب الخوف الشديد من المرض والقناعة حسب البروتوكول الصحي من ضرورة التعقيم لأن المرض يلتصق بالأسطح مثل الأيدي والتعقيم واستمرار يقضي على الفيروس. وجاء في المرتبة الرابعة من حيث الانخفاض (أجد أحيانا ما يدخل السرور والفرح على قلبي) بدرجة ضعيفة (1.82) ويعود السبب في ذلك إلى الخوف من الجائحة ورؤية عدد كبير من الإصابات وعدد أخرجني بعد المعافاة عدى عن وجود عدد سليم وفجأة يصاب بالمرض ويتوفى، وكثرة الوفيات، وتعطيل الحياة التعليمية والاقتصادية وسوء الأوضاع المعيشية، وإغلاق صالات الأفراح، ومنع التجمعات وحفلات النجاح والأعراس، ولا ننسى اتباع البروتوكول الصحي والالتزام بالتعليمات والعزلة والبعد الاجتماعي عن الأهل والأحباب وكل ذلك يدخل الحزن وينسى عامل الفرح. أما المرتبة الخامسة من حيث الانخفاض فتمثلت (أعاني من صعوبة في التركيز والتفكير كثيرًا بفيروس كورونا) بدرجة ضعيفة (1.9). وأمر الدفاع والبروتوكول الصحي ووسائل الإعلام ما بين الحقيقة وعدمها على مستوى عالمي أدت إلى زيادة التركيز والتفكير مليا بالفيروس ومضاعفاته وأثارت تساؤلات يومية لدى المواطن وأشغلت تفكيره هل ذلك الفيروس هو الواقع أم غير ذلك وهل سيصيبني المرض؟ وما هي طرق الوقاية ل نفسي وأهلي من هذا المرض، وهذه التساؤلات بحاجة إلى تركيز وإيجاد حلول سريعة لانقراض أنفسنا والآخرين، من هذا البؤس يزداد التفكير بالمرض عند إصابة حبيب أو عزيز، كما أن وجود وقت فراغ لدى الفرد بسبب الحجر فيشغل نفسه في التفكير بأمور تهمه وتهتم عائلته، يأتي بالدرجة السادسة (اشعر بأن جميع الأشخاص من حولي أصبحوا سيء الطبع) بدرجة ضعيفة وبتوسط حسابي (2) وتفسر الباحثة ضعف هذه العبارة شعور المواطن أن المرحلة الحالية تحتاج إلى التكاتف والتعاون مع بعضنا البعض والابتعاد عن الظن، وأن الهم والتفكير مشترك الطباق واحده.

- نتائج السؤال الثاني: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين متوسطات تحديد الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تعزى إلى متغيرات النوع الاجتماعي، وسنوات الخبرة، ومستوى المدرسة؟ "

تم الإجابة عن هذا السؤال وفق الترتيب الآتي:

أ- متغير النوع الاجتماعي

لتحديد دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تبعًا لمتغير النوع الاجتماعي، تم استخدام اختبار (T). والجدول (4) يبين ذلك.

جدول (4) نتائج اختبار (T) لدلالة الفروق الإحصائية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي.

النوع الاجتماعي	العدد	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة T	مستوى الدلالة
ذكور	170	2.90	0.19	-15.916	*0.000
إناث	279	3.35	0.14		

يبين الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(0.05 \geq \alpha)$ بين متوسطات الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، لصالح فئة الإناث حيث كانت الآثار النفسية الناجمة عن جائحة كورونا أكثر قوة عند الإناث من الذكور؛ حيث بلغت قيمة (T) (-15.916) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي قيمة دالة إحصائية، وجاءت الفروق الإحصائية لصالح (الإناث) وبمتوسط حسابي بلغ (3.35). نظراً للعاطفة التي تتمتع بها المرأة وأنوثتها وخوفها من أي عارض أو مرض يصيب أي فرد من أفراد أسرتها مقارنة بالرجل، وتلعب عاطفة الأمومة دورها في هذا المجال، وإن النساء أكثر دراية بهوم الأبناء ومشاعرهم من الرجال مما يجعلها في تفكير دائم، كما مناعة الأنثى وتركيبها يجعلها عرضة للإصابة أكثر من الرجال، والشعور لدى الذكور بأن القلق والخوف الزائد يقلل من رجولتهم، كما طريقة الاستجابة للمشاكل النفسية تختلف بين الذكور والرجال فالذكور يميلون إلى الصمت والانعزال والتفكير في الحل المباشر للمشكلة، بينما تميل الإناث للتحدث عن المشكلة التي تعانها وهي تحتاج للنصح والإرشاد والتفاهم، وبالتالي تتفق هذه الدراسة مع دراسة سنوسي وجلولي (2020) والتي توصلت إلى وجود فروق في مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا دالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ومع دراسة إبراهيم (2020) والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الجنس للمشكلات النفسية المترتبة على التباعد الاجتماعي لدى الطلاب الصم في ظل جائحة كورونا.

ب- متغير سنوات الخبرة:

لتحديد دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي، تم استخدام تحليل التباين الأحادي. والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5) تحليل التباين الأحادي (ONE WAY ANOVA) لدلالة الفروق الإحصائية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	1.252	2	0.626	10.497	*0.000
داخل المجموعات	26.601	446	0.060		
المجموع الكلي	27.853	448			

يبين الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة. ولبيان مصادر الفروق الإحصائية تم استخدام طريقة شففيه للمقارنات البعدية. والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6) نتائج طريقة شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية.

سنوات الخبرة	المتوسطات الحسابية	1 - 5 سنوات	6 - 10 سنوات	11 سنة فأكثر
1 - 5 سنوات	2.95	-----	*-0.35	*0.17
6 - 10 سنوات	3.30	*0.35	-----	0.18
11 سنة فأكثر	3.12	*0.17	-0.18	-----

يبين الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير سنوات الخبرة، والفروق كانت بين فئة سنوات (1 - 5) سنوات و (6 - 10) و (11 سنة فأكثر) وجاءت الفروق لصالح فئة سنوات (6 - 10) سنوات و (11) سنوات

سنة فأكثر. وكانت الفروق بين فئة سنوات (6 - 10) سنوات و (1 - 5) سنوات وجاءت الفروق لصالح (6 - 10) سنوات. وكانت الفروق أيضاً بين فئة سنوات (11) سنة فأكثر وفئة سنوات (1 - 5) سنوات بشكل أقل وجاءت الفروق لصالح (11) سنة فأكثر.

وبعبارة أخرى، يلاحظ من الجدول السابق بأن من خبراتهم (6 - 10) سنوات و (11) سنة هم الأكثر تأثراً بالعوامل النفسية الناجمة عن فيروس كورونا. نظراً لزيادة سنوات الخبرة والعمر وتمثل هذه المرحلة الشباب والرجولة والتي تتمثل بالوعي والإدراك لما يحدث والتطور الجسدي والنفسي والاجتماعي والعقلي، وأغلب الأفراد في هذه المرحلة من أرباب الأسر؛ وبالتالي يزداد خوفهم على أبنائهم وتزداد الضغوطات التي عليهم مواجهتها مثل الوضع المعيشي وتعليم أبنائهم ومتابعتهم، ومثقلين بالأعباء التعليمية والضغوط الاجتماعية، ويعانون من صراعات مع الأسر والمجتمع، ومع العواقب الاجتماعية والاقتصادية للأزمة الصحية فإنّ الوضع أصبح أصعب. قد لا يشعر البعض بالانزعاج من عدم ذهاب أبنائه إلى المدرسة، ولكنهم بالتأكيد يتساءلون عن مستقبلهم. مما يقوي الآثار النفسية للجائحة عليهم بعكس الشباب الأقل سناً الذين بسنوات الخبرة الأقل (1-5) المراهقة المتأخرة الذين عليهم التفكير بأنفسهم والأعباء والضغوطات عليهم تكون أقل حدة، وبالتالي تتفق هذه الدراسة مع دراسة Jungie & Wenbin (2020) Wang & (2020) والتي توصلت أن الأفراد من الفئة العمرية أكثر من 40 عاماً كانوا الأكثر شعوراً بالقلق والاكتئاب من الفئات العمرية الأقل في السن.

ج- متغير مستوى المدرسة:

لتحديد دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطات الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تبعاً لمتغير مستوى المدرسة، تم استخدام اختبار (T). والجدول (7) يبين ذلك.

جدول (7) نتائج اختبار (T) لدلالة الفروق الإحصائية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي.

المستوى التعليمي	العدد	المتوسطات الحسابية	قيمة T	مستوى الدلالة
ماجستير فأعلى	215	3.00	-8.044	*0.000
بكالوريوس	234	3.25		

يبين الجدول (7) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الآثار النفسية الناجمة عن تداعيات جائحة كورونا من وجهة نظر معلمي ومعلمات مدارس لواء الطيبة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة (T) (-8.044) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي قيمة دالة إحصائية، وجاءت الفروق الإحصائية لصالح مستوى (بكالوريوس) وبمتوسط حسابي بلغ (3.25) وتفسر الباحثة ذلك أن المستوى التعليمي يرتبط بشكل مباشر في البحث عن مصداقية المعلومات، والرجوع إلى الدراسات العلمية، والثقة بالعلم والطب ومحاربة الشائعات، والتفكير الناقد لكل ما يحدث، وارتباط المستوى العلمي بالوضع الاقتصادي والاجتماعي فكلما صعد الفرد في تعليمه تحسن مستواه الاقتصادي ومكانته الاجتماعية مما يقلل من الضغوط عليه ويزداد وعيه وتفكيره، وبالتالي تتفق هذه الدراسة مع دراسة Wang & Jungie (2020) والتي توصلت أن الحاصلين على درجة البكالوريوس معرضون لخطر الاكتئاب 0.39 مرة (95% 0.17-0.87 CI).

التوصيات والمقترحات.

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها توصي الباحثة وتقدم ما يلي:

1- الإرشاد النفسي المتواصل عبر وسائل الاتصال المختلفة.

- 2- الالتزام بأوامر الدفاع والبروتوكول الصحي باستمرار.
- 3- عدم زيادة الوقت اللازم للحجر الصحي عن المطلوب.
- 4- النظافة من الإيمان وهي الأساس في الوقاية من المرض، قنطاروقاية خير من قنطار علاج.
- 5- عمل دراسات باللغة العربية تعنى بالآثار النفسية لجائحة كورونا نظرا لقلّة الدراسات التي تبحث في الآثار النفسية.

قائمة المراجع

أولاً- المراجع بالعربية:

- إبراهيم، منى فرحان. (2020). بعض المشكلات النفسية المترتبة على التباعد الاجتماعي لدى الطلاب الصم في ظل جائحة كورونا، مجلة كلية التربية- جامعة بنها، 31 (123): 1-27.
- بوحايك، هامل. (2019). أثر برنامج إرشاد رياضي مقترح للتقليل من الانفعالات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط (14-16) سنة خلال جائحة كورونا -دراسة بمتوسطات بالشلف، مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، 18 (3): 28-40.
- تدمري، رشا عمر؛ وفواز، ريم؛ وحمية، حسين. (2020). الصحة النفسية لدى اللبنانيين خلال جائحة كورونا في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، المجلة العربية للنشر العلمي، (25): 282-310.
- دومي، كزّة (2019). الآثار النفسية المترتبة على الحجر الصحي على الصحة النفسية للطفل والأسرة وسبل تجنبها، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، 5 (1): 64-71.
- الزيات، أحمد؛ ومصطفى، إبراهيم؛ والنجار، محمد؛ وعبدالقادر، حامد. (2005). المعجم الوسيط، القاهرة: مكتبة الشروق الدولية.
- سنوسي، بومدين؛ وجلولي، زينب. (2020). الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد-19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، مجلة التمكين الاجتماعي، 2 (2): 65-80.
- عامر، عبد الناصر السيد. (2020). الخصائص السيكومترية لمقياس الخوف من جائحة كورونا في المجتمع العربي، المجلة العربية للدراسات الأمنية، (36): 177-188.
- عويش، فيروز. (2020). آليات تعزيز الصحة النفسية للمتعلّم في ظل انتشار جائحة كورونا (كوفيد19)، المؤتمر الافتراضي الدولي بعنوان العلوم الإنسانية والاجتماعية رؤية جديدة بعد الجائحة (بحوث ودراسات في علوم التربية - رؤية جديدة بعد الجائحة- الجزائر دار خيال للنشر والتوزيع، 22 - 24 ديسمبر 2020.
- القدومي، مروان علي. (2012). الصحة الوقائية في الإسلام، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات- 26 (1): 185-208.
- لونيس، محمد. (2020). أهمية الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي في الوقاية من الأمراض المعدية، مجلة التمكين الاجتماعي، 2 (2): 81-90.
- المناعي، شمسان بن عبد الله. (2020). الآثار النفسية لشائعات وباء كورونا، جريدة الوطن اليومية، البحرين، سبتمبر 2020.

ثانياً- المراجع بالإنجليزية:

- Caiyun, Z.M., Maolin, Ye., Yunwei, F., Minyi Yang., Fen Luo., Jinhua Yuan, M., & Qian Tao, D. (2020): "The Psychological Impact of the COVID-19 Panademic on Teenagers in china", Journal of Adolescent Health (67): 747-755.
- Earnshaw, V., & Chaudoir, S. (2013). Stigma. In M. D. Gellman & G. R. Turner (Eds.), New York: Encyclopedia of Behavioral.
- Wang, Y., Jungie, Y., & Wenbin, W. (2020). Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China, Psychology and Health & Medicine, 26 (1): 13–22.
- Liu, X., Liu, J., Zhong, X. (2020) Psychological State of College Students During COVID-19 Epidemic, The Lancet Global Health, Available at SSRN: <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3552814>
- Mathew, R. (2020). Psychological Correlates of a Pandemic (COVID-19). International Journal of Psychosocial Rehabilitation, (24), 6944-6949.
- Onyema E., Obafemi F., Sen S., & Sharma A. (2020). Impact of Coronavirus Pandemic on Education, Journal of Education and Practice, 11 (13): 108 – 121.
- Piwat, S., Pakara Y., & Pratchayapong, Y. (2020). Effects of social Distancing, Self-Isolation during the COVID-19 Pandemic on Peoples Well –Being, and How to Cope with It. International Journal of Science and Healthcare Research, 5 (2), 12-20.
- Samantha, K., Rebecca K., Iovise, E., Lisa, W., Simon, W, Neil, G., & Gideon, J. (2020). The Psychological impact of quarantine and how to reduce it, rapid review of the evidence, (20):912-920, Published Online [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8) Department of Psychological Medicine, King's College London, London, UK.
- Taylor, S. (2019). The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease, Cambridge: Scholars Publishing.