

الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا من وجهة نظر عينة  
من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين وعلاقتها ببعض المتغيرات

إعداد

علا ياسين الأسطل



## الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا من وجهة نظر عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين وعلاقتها ببعض المتغيرات

علا ياسين الأسطل

### ملخص:

هدفت الدراسة تعرف درجة تقدير عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا، والكشف ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لهذه الآثار تعزى إلى المتغيرات: (الجنس، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات العمل، المستوى التعليمي)، ولتحقيق ذلك اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي بتطبيق استبانة مكونة من ٣٣ فقرة موزعة على (٣) مجالات: (الشعور بالتوتر، الشعور بالوحدة والاعتراب، الشعور بالاكنتاب)، وذلك على عينة مكونة من (٦١٨) فردا من الموظفين والعاملين في المحافظات الشمالية والجنوبية من فلسطين، وقد أظهرت النتائج أن درجة تقدير أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا كانت كبيرة وبوزن نسبي (٧٠.٨٨%)، حيث جاء مجال (الشعور بالاكنتاب) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧١.٥٨%)، وجاء مجال (الشعور بالوحدة والاعتراب) في المرتبة الأخيرة بوزن نسبي (٦٩.٧٤%). وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية تعزى إلى متغير (الجنس، المستوى التعليمي)، في حين وجدت فروق تعزى لمتغيري (الحالة الاجتماعية، وعدد سنوات العمل) وذلك لصالح (المتزوجون، ١٠ سنوات فأكثر) على الترتيب. وعلى ضوء النتائج أوصت الدراسة بتوجيه صناع القرار في وزارة الصحة ومقدمي الصحة النفسية لضرورة توفير المراقبة المستمرة للعواقب النفسية ما بعد الجائحة.

**الكلمات المفتاحية:** الآثار النفسية، جائحة كورونا، المجتمع الفلسطيني.

## **The psychological effects of the Corona epidemic from the point of view of a sample of working members of the Palestinian society and its relationship to some variables**

**Ola Yassin Al-Astal**

### **Abstract:**

The study aimed to identify the degree of estimation by a sample of working Palestinian community members of the psychological effects of the Corona pandemic, and to detect whether there were statistically significant differences at the level ( $0.05 \geq \alpha$ ) between the mean scores of the sample's estimation of these effects due to the variables: (sex, marital status, number of years of work, educational level). To achieve this, the study followed the analytical descriptive approach by applying a questionnaire consisting of 33 items distributed on (3) domains: (feeling of tension, feeling lonely and alienated, feeling depressed), on a sample of (618) employees and workers in the northern and southern governorates of Palestine. The results showed that the degree of the respondents' assessment of the psychological effects of the Corona pandemic was large with a relative weight of (70.88%), where the field of (feeling of depression) came in the first place with a relative weight of (71.58%), and the field of (feeling of loneliness and alienation) came in the last place with a weight Relative (69.74%). There are no statistically significant differences between the respondents' estimates of the psychological effects attributed to the variable (sex, educational level), while differences were found due to the variables (marital status and number of years of work) in favor of (married people, 10 years or more), respectively. In light of the results, the study recommended directing decision-makers in the Ministry of Health and mental health providers to the need to provide continuous monitoring of the psychological consequences after the pandemic.

**Keywords:** psychological effects, corona pandemic, Palestinian society.

**مقدمة:**

يعد الاهتمام بالصحة النفسية في فترة الأزمات والكوارث الطبيعي وما بعدها أمراً في غاية الأهمية، ولعل ما سببته جائحة كورونا من تعرض كافة أفراد المجتمع لتغيير قهري غير مسبوق في أنماط حياتهم خلال فترة زمنية قصيرة قد أثر على صحتهم النفسية بطريقة أو بأخرى.

خلال جائحة كورونا عاش الناس حالة من لهلع وقلق والتوتر بسبب ما تم فرضه من إجراءات الحجر الصحي، والقيود على السفر، والفحص والمراقبة المستمرة، وبسبب ما تم تناقله من معلومات خاطئة في وسائل التواصل الاجتماعي والأرقام المخيفة التي تناقلتها وسائل الإعلام المحلية والعالمية على مدار الساعة للإصابات والوفيات. (Banerjee, 2020) ناهيك عن الشعور بالاغتراب، والكدر النفسي المتجسد في الأغراض الاكتئابية، وحالة الضجر بوجه عام، والتي قد تطورت فيما بعد إلى أعراض حادة، وهو ما أكدته دراسة جامعة كوليدج لندن (UCL)

عام ٢٠٢١م، ودراسة خلف وآل سعيد (٢٠٢١) ودراسة (Zhai & Du (٢٠٢٠)

لما كانت الصحة النفسية تساعد الأفراد بشكل عام والعاملين بشكل خاص تحقيق العديد من النجاحات، والوفاء باحتياجاتهم من خلال استثمار قدراتهم وطاقاتهم إلى أقصى حد ممكن، كما تساعدهم على مواجهة متطلبات الحياة والمشكلات التي تواجههم، فإن مواجهة الضغوط النفسية الناجمة عن آثار جائحة كورونا يؤثر على الصحة النفسية والأداء المهني المستقبلي، وهو ما أكدته دراسة الريدي (٢٠٢٠)، ودراسة (Setiawan(2019)

ويعد العاملان مقارنة بعامة السكان الأكثر عرضة لخطر الاكتئاب وأعراض القلق، كما أنهم يتعرضون لضغوط متعددة نتيجة الارتباط لهذه الضغوط بحجم المسؤوليات، وآثار العمل، الأمر الذي يجعلهم أكثر سهولة وقابلية ليصبحوا ضحايا لتأثيرات ضغوط الأوبئة، وأكثر عرضة للإجهاد النفسي الذي قد يمتد إلى ما بعد انتهاء الجائحة.

**مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:**

كشف تقرير صادر عن المنتدى الاقتصادي العالمي بعنوان: "الإغلاق هو أكبر تجربة نفسية للعالم وستدفع الثمن" عن أن العالم اليوم يعيش أكبر اختبار نفسي على الإطلاق، وأكد التقرير أن التداعيات النفسية ستظهر على العديد من سكان العالم بعد مرور سنة من انتهاء الجائحة، والتي من أهمها: الغضب والقلق، وهو ما أكدته العديد من الدراسات ذات العلاقة، مثل دراسة الفيزاني (٢٠٢٠)، ودراسة (Xiao(2020). كما أشار تقرير منظمة الصحة العالمية (٢٠٢١) الذي جاء بعد مراجعة العشرات من الدراسات التي تناولت الصحة النفسية في (٨) دول وأثناء وبعد الجائحة إلى أن هناك معدلات عالية نسبياً من أعراض القلق حيث بلغت (٥١%)،

والاكتئاب (١٥-٤٨%)، والاضطرابات التالية للصدمة (٢٧-٥٤%)، والضيق النفسي غير المحدد (٣٤-٣٨%) في صفوف سكان هذه الدول. (المهداوي، ٢٠٢٢)

ولأن فلسطين من الدول التي تأثرت بجائحة كورونا أكثر من غيرها بسبب ظروفها السياسية الاستثنائية، وقلة إمكانياتها الناتجة عن الاحتلال الإسرائيلي والتي تعاني قبل الجائحة من آثار سلبية في شتى مجالات حياتها، وكون الباحثة إحدى العاملات في مجال التعليم العالي، فقد استشعرت مدى الضغوط النفسية التي يتعرض لها العاملون والمتربطون على تداعيات الجائحة وعليه تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

**ما الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا من وجهة نظر العاملين في المجتمع الفلسطيني؟**

ويتفرع من هذا السؤال، التساؤلات الفرعية التالية:

١- ما درجة تقدير عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.05)$  بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى إلى المتغيرات: (الجنس، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات العمل، المستوى التعليمي)؟

**أهداف الدراسة:**

- تعرف درجة تقدير عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا.

- الكشف ما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.05)$  بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى إلى المتغيرات: (الجنس، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات العمل، المستوى التعليمي)؟

**أهمية الدراسة:**

**الأهمية الموضوعية:** تأتي هذه الدراسة استجابة لنداءات المؤسسات الدولية بضرورة الانتباه إلى الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا أنياً ومستقبلياً، وهو ما دعت إليه منظمة الصحة العالمية، كما تتضح أهمية هذه الدراسة من خلال استجابتها لدعوات الاهتمام بالصحة النفسية والدعم النفسي للمتضررين من جائحة كورونا، وهو ما دعت إليه العديد من الدراسات، مثل دراسة خريسات (٢٠٢١)، ودراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠) من خلال إعداد برامج نفسية وتحديث مخطط وطني للدعم النفسي لما بعد الجائحة.

كما تعد هذه الدراسة -في حدود علم الباحثة- الأولى من نوعها التي تطبق على العاملين في فلسطين، حيث إن أغلب الدراسات السابقة ذات العلاقة قد طبقت على طلبة الجامعات، مثل دراسة كلوب (٢٠٢١)، ودراسة الفقي وأبو الفتوح (٢٠٢٠) وخريسات (٢٠٢١) ودراسة علاء الدين وآخرون (٢٠٢١).

#### الأهمية التطبيقية:

- يمكن أن يستفيد من نتائج هذه الدراسة القائمون على وحدات الطب النفسي والوقائي في وزارة الصحة الفلسطينية، وذلك بتعرف مستوى ونوعية الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا، وكذلك القائمون على الحقوق العمالية وديوان الموظفين من خلال اتخاذ الإجراءات اللازمة لإعداد مخطط وطني للدعم النفسي، خاصة بعد ما أثبتت العديد من الدراسات حول التأثيرات النفسية المرتبطة بجائحة كورونا أن ستؤدي إلى ظهور أعراض ما بعد الصدمة والارتباك والغضب، مثل دراسة Brooks & Others (2020)

- يمكن أن يستفيد من نتائج هذه الدراسة طلبة الدراسات العليا والباحثين من خلال اقتراحات جديدة في مجال الدراسات النفسية المتعلقة بآثار جائحة كورونا المستقبلية، خاصة في المجتمع الفلسطيني الذي اجتمع فيه الكثير من التداعيات على الصحة النفسية للعاملين، مثل: (الجائحة، تقليص الرواتب، التسريح من العمل، البطالة)

#### حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية بمجموعة من المحددات، هي:

- حد الموضوع: الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا في المجالات: (التوتر، الوحدة والاغتراب، الاكتئاب).

- الحد البشري: عينة من أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين في القطاعين الخاص والحكومي)

- الحد المكاني: محافظات فلسطينية (الجنوبية، الشمالية).

- الحد الزمني: تم تطبيق الشق الميداني من هذه الدراسة خلال الفترة مارس ٢٠٢١، وحتى يونيو ٢٠٢١.

#### مصطلحات الدراسة:

- الآثار النفسية: يعرف الأثر في اللغة: أثر في الشيء أي ترك فيه أثراً، وللاثر له ثلاثة معاني، الأول: بمعنى النتيجة، وهو الحاصل من الشيء، والثاني: بمعنى العلاقة والثالث بمعنى الجزء (أوريدة، ٢٠٢١، ص ٣٥) وتعرف اصطلاحاً بأنها: " الاضطرابات المترتبة على تجمع مجموعة من العناصر الإدراكية والجسدية والسلوكية، وتظهر على هيئة دلائل تصف عدم الراحة وسيطرة الخوف والقلق والتوتر" (Candy, 2020, 7)، ويعرفها علاء الدين وآخرون

(٢٠٢١، ص ٤٦٠) بأنها: " الصعوبات المؤلمة للفرد الناتجة عن الأحداث السابقة أو الحالية، والتي تترك نتيجة مرهقة على الإنسان".

وتعرفها الباحثة إجرائياً بأنها: "التغيرات الاضطرابية المترتبة على المعلومات التي يدركها الفرد عن جائحة كورونا وتداعياتها المسببة للشعور بالتوتر أو الاكتئاب أو الخوف، وهي تغيرات مرافقة للحدث أو لاحقة له"

- **جائحة كورونا 19 - covid**: تعرفها منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠) بأنها: " انتشار الفيروس السادس من فصيلة الفيروسات التاجية المسبب لمتلازمة الجهاز التنفسي الشرق أوسطي والذي يسبب مرض معد سريع الانتشار يحمل أعراض الحمى والسعال الجاف والتعب والتهاب الحلق وضيق التنفس، وقد ظهر لأول مرة في مدينة ووهان الصينية في ديسمبر ٢٠١٩".

#### الخلفية النظرية للدراسة:

إن الإحساس بالطمأنينة النفسية ينطوي على مشاعر مختلفة تستند إلى مدلولات متشابهة، كغياب القلق وتبدد مظاهر التهديد والمخاطر على مكونات الشخصية من الداخل أو من الخارج، مع إحساس بالاستقرار الانفعالي ودرجات معقولة من القبول والتقبل في العلاقة مع مكونات البيئة النفسية والبشرية. وطبقاً لمنظمة الصحة العالمية تعد المشكلات النفسية واحدة من الأسباب الرئيسة لكثير من الصعوبات والإعاقات التي يعيشها الأفراد في مختلف دول العالم بسبب أحداث الحياة المجهدة والمتلاحقة، والتي تؤثر بطبيعتها على مختلف جوانب الحياة ولما لها من تأثير حتمي على الشعور بالصحة النفسية. لذلك، أوصت منظمة الصحة العالمية ونادت بضرورة الاهتمام بقضايا الصحة النفسية أسوة بالاهتمام المفروغ منه بالصحة الجسدية، محذرة من أن تداعيات جائحة كورونا ستتسبب في انتشار عواقب لضغوط النفسية مستقبلاً .

ولما كانت جائحة كورونا تمثل خطراً، فقد أدى انتشارها والإجراءات التابعة للحد منها، إلى ارتفاع وتيرة الآثار النفسية كالقلق والضغوط النفسية، سواء كان بسبب الأخبار المتعلقة بها أو بسبب التعليم الإلكتروني من بعد أو بسبب الانقطاع عن العمل أو القلق من فقدانه، فلقد أفادت نتيجة دراسة (Michael et al., ٢٠٢٠) ودراسة (Garbe et al., ٢٠٢٠) ودراسة (Ramasamy & Sundarraj, 2020) أن هناك العديد من الآثار الضغوط النفسية كالقلق والاكتئاب والشعور بالعزلة التي ترتبت على انتشار انتشار فيروس كورونا على الطلاب وأولياء أمورهم، كما أشارت نتائج دراسة (Cao et al., ٢٠٢٠) إلى أن جائحة كورونا أدت إلى معاناة الطلاب والعاملين من العديد من المشكلات النفسية كالإكتئاب والقلق والضغوط النفسية.



وعلى الرغم من أن هناك من يرى أنه رغم مخاطر الجائحة الصحية إلا أنه كان لها آثارا اجتماعية ونفسية ايجابية، مثل الشعور بالهدوء النفسي بدلا من صخب الروتين اليومي، والشعور بالألفة العائلية والاطمئنان والتوجه الذاتي، وزيادة التفكير في المستقبل بصورة إيجابية، وإدراك الواقع والشعور في الثقة بالنفس (عفاشة، ٢٠٢١). إلا أن أغلب الباحثين، مثل الفقي وأبو الفتوح (٢٠٢١)، والردي (٢٠٢٠)، والأسمري (٢٠٢٠) قد اعتبروا أن للجائحة تهديدات كثيرة، تحولت إلى آثار نفسية غير محمودة، أهمها:

-زيادة الاحساس بالضائقة لدى كل من البالغين والأطفال في الأسرة، حيث الشعور بالاختناق وإنهاك الأطفال، وكلها مصدر للضيق التي يؤدي إلى توتر الأعصاب.  
-زيادة نسبة القلق والاكتئاب نتيجة الشعور العام بالخسارة فقدان الدخل أو الروتين أو التفاعل الاجتماعي).

-شعور الفرد بالوحدة النفسية لاقتراده الحب والتقبل من الآخرين نتيجة عدم الإنخراط في علاقات مشبعة مع الأفراد في الوسط المحيط.

-إحساس الفرد بالتذمر والضجر والملل نتيجة ممارسة التباعد الاجتماعي.

- الشعور باليأس والإحباط الناتج عن ضعف الأمل، وصعوبة التخلص من اضطرابات النوم والأكل.

-العوانية اللفظية والجسدية، الناتجة عن صعوبة تغيير السلوك المفروض، ورهاب العزلة والوسواس القهري خاصو لدى العاملين في المجال الصحي.

وعلى الرغم من الزخم البحثي بهذا الخصوص خلال السنوات (٢٠١٩-٢٠٢٢)، وتتنوع الفئات المستهدفة من هذه الدراسات، إلا أن معظم الدراسات أجمعت على أن أكثر الفئات تضررا من الناحية النفسية بسبب جائحة كورونا هم: الطلبة بسبب التعلم عن بعد، وأولياء الأمور بسبب المتابعة التي أرغموا عليها لأبنائهم، والعاملين في الوظائف المختلفة بسبب الانقطاع عن العمل أو الخوف من تسريحهم أو فقدان وظائفهم، وهو ما أكدته العديد من الدراسات العربية، مثل دراسة علاء الدين وآخرون (٢٠٢١)، ودراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠)، ودراسة كلوب (٢٠٢٠)، والدراسات الأجنبية مثل دراسة (Cao et al., ٢٠٢٠)، ودراسة (Chang, et al., 2020)، ودراسة (Naser, e al., 2020).

إضافة لذلك فإن تعرض الأشخاص العاملين لضغوط نفسية في ظل الأزمات قد أثر على أنماط حياتهم، وعلى سلوكهم اليومي سواء على مستوى فقدان الشهية في الأكل أو اضطرابات النوم أو الضجر وعدم الرغبة في الكلام، أو حتى على مستوى الشعور بالوحدة أو الاغتراب، حيث يعد الشعور بالوحدة النفسية من أعظم المشكلات النفسية الأكثر شيوعا، وهو شعور ذاتي مؤلم قد

يشعر به الفرد وهو وسط زحام أو حشد من الناس نتيجة لانشغاله بهوموم وأفكاره. (Roux, 2020)

وقد قدم دوبي وآخرون (Dubey et al., ٢٠٢٠) عرضاً شاملاً للتأثيرات النفسية المترتبة على فيروس كورونا والتباعد الجسدي وبعض استراتيجيات التدخل النفسي المناسبة للفئات المتأثرة بذلك الوباء (المصابين والمتعافين والمعزولين والأطعم الطبية والأطفال، وكبار السن والفئات المهمشة والمرضى النفسيين) وكانت أكثر المشكلات النفسية تكراراً بين الفئات السابقة، هي: القلق، الاكتئاب، والتوتر، وسرعة التهيج، والوحدة أو الاغتراب، واضطرابات ما بعد الصدمة. فالقلق هو الحالة النفسية التي تصيب الإنسان، نتيجة لتجمع مجموعة من العناصر الإدراكية والجسدية والسلوكية، وتؤدي إلى شعور هذا الإنسان بحالة من عدم الراحة النفسية وسيطرة الخوف والتوتر والتردد عليه أما التوتر فيعني الشعور بالإرهاق وعدم القدرة على التعامل مع الآخرين أو الأعمال اليومية بسبب الضغط النفسي أو العاطفي، والاكتئاب يعبر عن حالة مزاجية تتميز بمشاعر تدني قيمة الذات أو الشعور بالذنب وانخفاض القدر على الاستمتاع بالحياة. (المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية، ٢٠٢٢)

تجدر الإشارة إلى أن الآثار النفسية لجائحة كورونا لم تقتصر على المصابين، أو الذين عانوا من الحجر الصحي، فقد أثبتت دراسة وردة ومحمد (٢٠٢١) أن آثار جائحة كورونا النفسية والاجتماعية نالت من جميع الناس، خاصة من لديهم مهام أو مسؤوليات، واعتبرت أن شعور البعض بالملل والغضب والوحدة النفسية واليأس، ما جاء إلا لأن هناك تغيرات سلوكية قسرية. في حين اعتبرت دراسة (Lie, et al. ٢٠٢٠) أن أهم الآثار النفسية المتمثلة بالخوف والقلق من جائحة كورونا كانت ناتجة عن التعرض للضغوط من خلال الأخبار التي يسمعها الفرد كل يوم عن الإصابات والوفيات في وسائل الإعلام. وقد بينت دراسة (Gulano et al. ٢٠٢٠) أن معظم الأفراد يتعرضون لمواقف مرهقة غير مسبوق بسبب الحجر المنزلي سواء على مستوى التعلم أو العمل من بعد أو على مستوى المنع من التنقل أو الخوف من الإصابة، مما أدى إلى زيادة التوتر أثناء النهار والقلق لديهم، وارتفاع مستوى الشعور بالاكتئاب.

وحول الآثار النفسية المستقبلية، فقد أشارت دراسة خريسات (٢٠٢١)، ودراسة الفقي وأبو الفتوح (٢٠٢١)، ودراسة علي (٢٠٢٠) إلى أنه من المتوقع أن تمتد هذه الآثار إلى فترات طويلة ما بعد انتهاء الجائحة، خاصة من ناحية الشعور بالعزلة أو العدوانية (اللفظية، الجسدية)، وذلك بسبب ما خلفته الجائحة والإجراءات المتعلقة بها من الكدر النفسي، والوسواس القهري، وضغوط الانصياع للأوامر، خاصة لدى العاملين والنساء منهم.

**إجراءات الدراسة الميدانية:**

يتضمن هذا الجزء من الدراسة الخطوات والإجراءات التي تمت في الجانب الميداني من حيث المنهجية، ومجتمع وعينة الدراسة، وأداة الدراسة، والمعالجات الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات وصولاً للنتائج.

**منهج الدراسة:** اتبعت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لإنجاز هذه الدراسة، لملائمته لموضوع وأهداف الدراسة، ويدرس المنهج الوصفي التحليلي ظاهرة أو حدثاً أو قضية موجودة حالياً يمكن الحصول منها على معلومات تجيب على أسئلة البحث دون تدخل فيها. (أبو حطب والصادق، ٢٠٠٥، ص ٨٠)

**مجتمع الدراسة وعينتها:** يتكون مجتمع الدراسة من جميع أفراد المجتمع الفلسطيني العاملين في المحافظات الجنوبية والشمالية لفلسطين

١. **العينة الاستطلاعية:** تكونت من (٤٠) مفردة من الجنسين تم اختيارهم بالطريقة العرضية بهدف التحقق من صلاحية الأدوات للتطبيق على أفراد العينة الفعلية، وذلك من خلال حساب صدقها وثباتها بالطرق الإحصائية الملائمة.

٢. **العينة الفعلية:** نظراً لطبيعة الدراسة، تم تقدير حجم العينة المبدئي من القانون ( Bartlett, 2001)

$$n_0 = \frac{z^2 pq}{e^2}$$

حيث إن احتمال موافقة أفراد العينة على فقرات الاستبانة غير معروف في أي من الدراسات السابقة، فإننا نفترض أن قيمة  $P$  تساوي ٠.٥ وبالتالي تكون قيمة  $q$  تساوي ٠.٥. وباعتبار أن مقدار الخطأ في التقدير يساوي ٠.٠٥ فإن التقدير المبدئي لحجم العينة من كل المناطق يحسب كالتالي:

$$n_0 = \frac{(1.96)^2 (0.5)(0.5)}{(0.05)^2} \approx 385$$

ولأن الدراسة تشمل المحافظات الجنوبية والشمالية، فإن العينة المطلوبة (٣٨٥) من كل محافظة، وقامت الباحثة بتصميم استبانة إلكترونية باستخدام تقنية (Microsoft forms) لجمع البيانات، وبعد شهرين من التطبيق تم استرداد (٦١٨) استجابة إلكترونية بعد تعميم الرابط على مواقع التواصل الاجتماعي. والجدول (١) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات التصنيفية

جدول (١) توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات

الجنس	أنثى	ذكر	الكل
العدد	٢٩٦	٣٢٢	٦١٨
النسبة المئوية	٤٧.٩	٥٢.١	%100

واقع المشاركة الوالدية في مراكز الرعاية النهارية من وجهة نظر أولياء أمور الطلاب ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة والمزدوجة في مدينة حائل بالمملكة العربية السعودية

المستوى التعليمي	أقل من ثانوية	ثانوية عامة	بكالوريوس	دراسات عليا	الكلية
العدد	٦٧	٢٥٣	٢٤١	٥٧	٦١٨
النسبة المئوية	١٠.٨	٤٠.٩	٣٨.٩	٩.٢	%100
الحالة الاجتماعية	أعزب	متزوج	الكلية		
العدد	١٣٦	٤٨٢	٦١٨		
النسبة المئوية	٢٢.٣	٧٧.٩	%١٠٠		
عدد سنوات العمل	أقل من ٥	٥ - ١٠ سنوات	١٠ سنوات فأكثر	الكلية	
العدد	١٣٧	١٦٠	٣٢١	٦١٨	
النسبة المئوية	٢٢.٢	٢٥.٩	٥١.٩	%١٠٠	

### أداة الدراسة:

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة ذات العلاقة للدراسة مثل دراسة خريسات (٢٠٢١)، وداسة وردة وخماد (٢٠٢٠)، ودراسة Zhai & Du (2020) قامت الباحثة بإعداد الاستبانة تكونت من:

- البيانات الشخصية: (الجنس، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات العمل).
- (٣٣) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات: (الشعور بالوحدة والاعترا، الشعور بالاكنتاب، الشعور بالتوتر النفسي). وقد استخدمت الدراسة مقياس ليكرت الخماسي (Likert Scale) المكون من خمس رتب تتراوح بين كبيرة جداً إلى ضعيفة جداً لتحديد الدرجة بحيث أعطيت درجة معينة لكل استجابة كما يظهر في جدول (٢):

#### جدول (٢): أوزان الخيارات في مقياس ليكرت الخماسي

التوافر	كبيرة جداً	كبيرة	متوسطة	ضعيفة	ضعيفة جداً
الدرجة	5	4	3	2	1

وبالتالي تتراوح الدرجة على الاستبانة بين (٣٣-١٦٥)، وقد تم اعتماد الوسط الحسابي بحيث تشير الدرجة المنخفضة إلى تدني الموافقة على ما جاء في الفقرة من وجهة نظر أفراد العينة، بينما تدل الدرجات المرتفعة على ارتفاع درجة الموافقة، وتحدد درجة التقدير من خلال مدى تدرج ليكرت الخماسي هو (4=1-5) وطول الفترة (0.8) بوزن نسبي (١٦%)، كما في الجدول (٣):

#### جدول (٣): درجات التقدير ل فقرات مجالات أداة الدراسة.

طول الخلية	الوزن النسبي	درجة التقدير
١.٨-١	من ٢٠ إلى ٣٦	ضعيفة جداً
أكبر من ١.٨-٢.٦	أكبر من ٣٦.٠ إلى ٥٢	ضعيفة

متوسطة كبيرة كبيرة جداً	أكبر من ٥٢.٠ إلى ٦٨ أكبر من ٦٨ إلى ٨٤ أكبر من ٨٤ إلى ١٠٠	أكبر من ٢.٦-٣.٤ أكبر من ٣.٤-٤.٢ أكبر من ٤.٢-٥
-------------------------------	--	---

## صدق الاداة:

أ. **صدق المحكمين (الظاهري):** لاختبار مدى صلاحية الاستبانة، عرضت الباحثة الاستبانة بصورتها الأولية على (٧) من المحكمين المتخصصين في أصول التربية، وعلم النفس، بهدف الحكم على صلاحيتها لجهة قياس ما صيغت من أجله وانسجام اتجاهات أسئلتها وترتيبها وملائمة طول فقراتها، والتأكد من وضوح وسلامة صياغتها وكفاية خياراتها. وقد استجابت الباحثة للتعديلات التي اتفق عليها غالبية المحكمين (حذف ٣ فقرات، وتعديل صياغة بعض الفقرات)، واسترشدت ببقية التعليقات، حتى أصبحت جاهزة للتطبيق في صورتها النهائية.

ب. **صدق الاتساق الداخلي:** تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من استجابات العينة الاستطلاعية، وحساب معامل ارتباط بيرسون (Pearson's Correlation Coefficient) لكل فقرة من فقرات الاستبانة. والجدول (٤) يبين معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمجال في الاستبانة

جدول (٤): معاملات ارتباط درجة كل فقرة من الاستبانة مع درجة المجال الذي تنتمي إليه

م	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	م	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	م	مستوى الدلالة	معامل الارتباط
<b>المجال الأول: الشعور بالتوتر</b>								
1	.....	٠.٥٣٠	2	.....	٠.536	3	.....	٠.٦٢٥
4	.....	٠.٤٧٤	5	.....	٠.٤٩٩	6	.....	٠.٥٠٤
7	.....	٠.٦٤١	8	.....	٠.٦٣١	9	.....	٠.٦٠٨
١٠	.....١	٠.٤٢٧	١١	.....١	٠.٤٣٥			
<b>المجال الثاني: الشعور بالوحدة والاغتراب</b>								
1	.....	٠.٥٢٢	2	.....	٠.٦٨٩	3	.....	0.٦54
4	.....	٠.٦٢٠	5	.....	٠.٥٠٢	6	.....	٠.٥٤٤
٧	.....	٠.٤٩٨	٨	.....	٠.٥٢٦	٩	.....	٠.٥٥٣
١٠	.....	٠.٥٠١	١١	.....	٠.٦٢٤	١٢	.....	٠.٦٦٨
<b>المجال الثالث: الشعور بالانكئاب</b>								
1	.....	٠.٦٠١	2	.....	٠.٥٤٧	3	.....	٠.٥٥٥
4	.....٢	٠.٣٩٧	5	.....	٠.٥٨٨	6	.....	٠.٦٥٢
٧	.....	٠.٥٣٠	٨	.....	٠.٦٣4	٩	.....	٠.609
١٠	.....	٠.٦٨٧						

قيمة  $r$  الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠١ ودرجة حرية "٣٨" تساوي ٠.٣٩٣

يتضح من الجدول (٤) أن هناك ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى دلالة (0.000) بين كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة.

### ج. الصدق البنائي:

يوضح جدول (٥) معاملات الارتباط بين درجة كل محور من محاور الاستبانة مع الدرجة الكلية لفقرات الاستبانة والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، حيث إن القيمة الاحتمالية لكل محور أقل من (٠.٠٠١) وقيمة  $r$  المحسوبة أكبر من قيمة  $r$  الجدولية والتي تساوي (٠.٣٩٣).

### جدول (٥): ارتباط درجات مجالات الاستبانة مع الدرجة الكلية

م	المجالات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	الشعور بالتوتر	٠.٨٨٢	0.000
٢	الشعور بالوحدة والاعتراب	٠.835	0.000
٣	الشعور بالاكنتاب	٠.٧٧٩	0.000

قيمة  $r$  الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية "٣٨" تساوي 0.393

### ثبات فقرات الاستبانة Reliability:

١- طريقة التجزئة النصفية Split-Half Coefficient: تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجة الفقرات فردية الرتبة ودرجة الفقرات زوجية الرتبة لكل بعد، وقد تم تصحيح معاملات الارتباط باستخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتصحيح (Spearman-Brown Coefficient) حسب المعادلة: معامل الثبات =  $\frac{r^2}{r^2 + 1}$  حيث  $r$  معامل الارتباط، والجدول (٦) يبين أن هناك معامل ثبات كبير نسبياً لفقرات الاستبانة.

### جدول (٦): قيم الثبات باستخدام التجزئة النصفية للاستبانة

م	مجالات الاستبانة	عدد الفقرات	معامل الارتباط	معامل الثبات (المعدل)	مستوى الدلالة
١	الشعور بالتوتر	١١	0.٥٢٤	*0.629	0.000
٢	الشعور بالوحدة والاعتراب	١٢	0.٦33	0.714	0.000
٣	الشعور بالاكنتاب	١٠	0.٥70	0.625	0.000
	الدرجة الكلية	٣٣	0.٦72	*0.٧29	0.000

\* تم استخدام معادلة جتمان حيث إن عدد الأسئلة الفردية لا يساوي عدد الأسئلة الزوجية

٢- طريقة كرونباخ ألفا Cronbach's Alpha: استخدمت الباحثة معامل كرونباخ ألفا لقياس ثبات الاستبانة كطريقة ثانية لقياس الثبات وقد أظهر جدول (٧) أن معاملات الثبات مرتفعة.

جدول (٧): معاملات الثبات لمجالات الاستبانة باستخدام معامل ألفا

م	مجالات الاستبانة	عدد الفقرات	قيمة ألفا
١	الشعور بالتوتر	١١	0.٨74
٢	الشعور بالوحدة والاعتزاب	١٢	0.8٤٩
٣	الشعور بالاكنتاب	١٠	0.٧٩٨
	الدرجة الكلية	٣٣	٠.٩١٣

نتائج الدراسة وتفسيراتها:

السؤال الأول: ما درجة تقدير عينة من أفراد المجتمع الأردني العاملين للآثار النفسية المترتبة على استمرار جائحة كورونا؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، والوزن النسبي والترتيب، والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل مجال من مجالات استبانة الآثار النفسية

المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	درجة التقدير
الشعور بالتوتر	٣.٥١٩	٠.٦٠٨	٧٠.٣٩	٢	كبيرة
الشعور بالوحدة والاعتزاب	٣.٤٨٧	٠.٦٢٦	٦٩.٧٤	٣	كبيرة
الشعور بالاكنتاب	٣.٥٧٩	٠.٦١٤	٧١.٥٨	١	كبيرة
الدرجة الكلية	٣.٥٤٤	٠.٥٤٤	٧٠.٨٨		كبيرة

يتضح من الجدول (٨) أن درجة تقدير أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا كانت كبيرة ووزن نسبي (٧٠.٨٨%)، وبدرجات تقدير متقاربة للمجالات، وقد يعزى السبب في ارتفاع درجة التقدير هذه إلى أن الظروف الاستثنائية للمجتمع الفلسطيني فرضت على العاملين من أفراد العينة ضغوطاً إضافية إلى جانب الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا وإجراءاتها، من حيث قلة الإمكانيات التي تساعد على الالتزام بالحجر الصحي، وارتفاع نسبة البطالة، وضعف مستوى الدخل، وهو ما أكدته دراسة كلوب (٢٠٢١)، ودراسة خلف وآل السعيد (٢٠٢٠). وتتفق هذه النتيجة من حيث درجة التقدير مع دراسة كل من دومي (٢٠١٩)، ودراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠)، ودراسة (Duan & Zhu (2020)، ودراسة سنوسي وجولي (٢٠١٩).

وقد جاء مجال (الشعور بالانكئاب) في المرتبة الأولى بوزن نسبي (٧١.٥٨%) وبدرجة تقدير كبيرة، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن حالة الفراغ المفاجيء الذي حدث عند العاملين بعد فرض حالة الحجر الصحي، وما لحقه من إجراءات، واللجوء إلى مواقع التواصل والإدمان عليها أوجد حالة من الفراغ وتكدّر المزاج أو فقدان الاستمتاع أو الاهتمام بالأنشطة الروتينية. وهو ما أكدته دراسة (Fawaz & Samaha (2020)، ودراسة (Dubey et al., ٢٠٢٠).

وجاء مجال (الشعور بالوحدة والاعتراة) في المرتبة الأخيرة عند وزن نسبي (٦٩.٧٤%) وبدرجة تقدير كبيرة، وقد يعزى السبب في تراجع ترتيب هذا المجال، إلى أن طبيعة المجتمع الفلسطيني المتداخلة، وطبيعة الأسر كبيرة العدد من حيث الأفراد، الأمر الذي يقلل من احتمالية الشعور بالوحدة، لكن درجة التقدير كانت كبيرة في هذا المجال بسبب الانسحاب من حالة الاهتمام بالعمل إلى التركيز الذاتي الذي غالباً لا يكون ايجابياً بسبب الفراغ، والقلق، والضجر، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة الفقي وأبو الفتوح (٢٠٢٠)، التي أظهرت أن الطلبة يعانون من العديد المشكلات النفسية في ظل انتشار جائحة كورونا أهمها الوحدة النفسية، ودراسة أميطوش وسكاى (٢٠٢٠) التي اعتبرت أن أكثر الآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا لدى الأساتذة والعاملين في التكوين، كانت الشعور بالوحدة، وكذلك مع دراسة (Liu et al., 2020)، ودراسة (Cao, et al., 2020).

وفيما يلي تفصيل كل مجال من مجالات الاستبانة، كل على حدة:

### المجال الأول- الشعور بالتوتر:

حيث يتجلى التوتر في الاختلال الوظيفي الجسدي، أو النفسي، أو الاجتماعي الذي يؤدي إلى شعور الفرد بالعجز عن سد الفجوة مع المتطلبات أو الآمال المُعلقة عليه. فأى شيء يُمثل تحدياً أو تهديداً لرفاهية الفرد يُعتبر مجهداً وسبباً للتوتر.

جدول (٩) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المجال الأول

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
١	ازداد شعوري بقلّة التركيز في المواقف الضاغطة.	٣.٤١٤	١.١٧	٦٨.٢٩	٩	كبيرة
٢	بدأت أعانى من الأرق وانعكاساته الجسدية.	٣.٤٢٤	١.١٢	٦٨.٤٩	٨	كبيرة
٣	انعكاسات كورونا على حياتي جعلتني أشك في قدرتي على الانجاز.	٣.٤٥٥	١.١٢	٦٩.١٠	٧	كبيرة
٤	أشعر بالخمول والكسل بشكل مستمر.	٤.٠٧	١.٠٢	٨١.٥٨	١	كبيرة
٥	أشعر بالآم في معدتي كلما تابعت الحالة الوبائية.	٣.٣١	٦٦.٢٧	١.٠٧	١١	متوسطة
٦	أشكو من محدودية قدرتي على التعبير عن رأيي أو مشاعري.	٣.٣٧	٦٧.٥٠	١.١٤	١٠	متوسطة
٧	أعانى من شدهة البال وتشتت التفكير.	٣.٦٢	١.٠٤	٧٢.٥٢	٢	كبيرة



م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
٨	أشعر أنى مسلوب الإرادة.	٣.٤٨٢	١.١١	٦٩.٦٤	٥	كبيرة
٩	أصبحت أكثر عصبية ومن السهل استثارة غضبي.	٣.٥٧٤	٠.٩٠	٧١.٤٩	٣	كبيرة
١٠	أحتاج إلى جهد إضافي للبدء بعمل أى شيء جديد.	٣.٤٦١	١.٠٧	٦٩.٢٢	٦	كبيرة
١١	لا أنام بشكل جيد.	٣.٥٣٩	١.١٨	٧٠.٧٨	٤	كبيرة
	<b>الدرجة الكلية</b>	<b>٣.٥١٩</b>	<b>٠.٦٠٨</b>	<b>٧٠.٣٩</b>		كبيرة

يتضح من الجدول (٩) أن تقديرات مجال (الشعور بالتوتر) من وجهة نظر أفراد العينة تراوحت بين (٨١.٥٨% - ٦٦.٢٧%) ودرجات متوسطة وكبيرة، وقد جاءت أعلى الفقرات، الفقرة (٤) "أشعر بالخمول والكسل بشكل مستمر". وقد يعزى السبب في ذلك إلى ما كان سائداً خلال إجراءات جائحة كورونا من الروتين اليومي المتكرر، حيث أثبتت دراسة علاء الدين وآخرون (٢٠٢١)، وخريسات (٢٠٢١) أنه يمكن للتوتر الذي قد تسببه الأحداث اليومية أو التغييرات التي قد يعيشها الإنسان في حياته نتيجة جائحة كورونا أن تسبب الخمول والكسل في اليوم، كخوض تجربة جديدة في الدراسة أو العمل من بعد، أو المرور من تجربة شخصية أو صدمة بموت أحد الأقارب تجعله يمر بحالة نفسية مرهقة ومتعبة.

في حين كانت أدنى الفقرات، الفقرة (٥) "أشعر بالألم في معدتي كلما تابعت الحالة الوبائية". في المرتبة الأخيرة، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن المعدة تمتلك شبكة قوية وكبيرة من الأعصاب تجعلها في المرتبة الثانية بعد الجهاز العصبي، مما يعنى أن أى خلل عصبى أو أى اضطراب نفسى ينعكس بصورة أو بأخرى على المعدة، ولعل المحفز القوي لتلك العلاقة هو إفراز بعض الهرمونات عند التعرض للتوتر والقلق والضغط النفسية ومن أهمها هرمونى الأدرينالين والنورادرينالين، والذي ينتج عن إفرازها رداً فعل عصبية معينة من أعصاب المعدة. ورغم تراجع تقدير هذه الفقرة إلا أنها جاءت بدرجة تقدير متوسطة، وهو ما يتفق مع ما أشارت إليه دراسة Candy (2020)، ودراسة Sundarraj (2020).

### المجال الثاني: الشعور بالوحدة والاعتراب

حيث يعرف الاعتراب على أنه الحالة السيكو اجتماعية المسيطرة بشكل تام على الفرد، بحيث تحوّلته إلى شخص غريبٍ وبعيدٍ عن بعض النواحي الاجتماعية في واقعه.

### جدول (١٠) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المجال الثاني

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
١	شكلت جائحة كورونا عائقاً أمام توافقي مع الناس من حولي.	٣.٣٣٩	١.١٢	٦٦.٧٨	١٢	متوسطة
٢	بدأت أفقد الصحة بسبب تداعيات الجائحة.	٣.٤٠١	١.١٩	٦٨.٠٢	١١	كبيرة
٣	يراودنى الحزن لقلة المشاركة المجتمعية.	٣.٥٦٤	١.٠٥	٧١.٢٨	٤	كبيرة

واقع المشاركة الوالدية في مراكز الرعاية النهارية من وجهة نظر أولياء أمور الطلاب ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة والمزدوجة في مدينة حائل بالمملكة العربية السعودية

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
٤	بدأت أشعر أنني لم أعد قريباً من أحد.	٣.٤٨٨	١.١١	٦٩.٧٦	٧	كبيرة
٥	أثار نمط الحياة الجديدة لكورونا شعوري بالعزلة عن الآخرين.	٦٩.٠٨	١.١٣	٦٩.٠٨	٨	كبيرة
٦	أشعر بأن الناس حولي لكنهم ليسوا معي.	٣.٦٠٥	١.١٨	٧٢.١١	٢	كبيرة
٧	أشعر بضعف اهتمام من حولي بحالتي المزاجية.	٣.٧٨٧	١.٣١	٧٥.٧٤	١	كبيرة
٨	بدأت أشعر أن علاقتي مع الآخرين بلا معنى.	٣.٥٠٤	١.٠٦	٧٠.٠٨	٦	كبيرة
٩	دفعنتي المخاوف من الإصابة إلى تفضيل العمل الفردي على العمل الجماعي.	٣.٤٣٧	١.٠٩	٦٨.٧٤	١٠	كبيرة
١٠	أتجنب تكوين علاقات جديدة مع الآخرين.	٣.٤٤٢	١.١٨	٦٨.٨٤	٩	كبيرة
١١	أصبحت لا أبالي بما يدور حولي من أحداث.	٣.٥٦٧	٠.٩٩٣	٧١.٣٤	٣	كبيرة
١٢	أفضل العيش بعيداً عن الناس.	٣.٥٠٥	١.٠٩	٧١.١٤	٥	كبيرة
	الدرجة الكلية	٣.٤٨٧	٠.٦٢٦	٦٩.٧٤		كبيرة

يتضح من الجدول (١٠) أن تقديرات مجال (الشعور بالوحدة والاغتراب) من وجهة نظر أفراد العينة تراوحت بين (٧٥.٧٤% - ٦٦.٧٨%) وبدرجات متوسطة وكبيرة، وقد جاءت أعلى الفقرات، الفقرة (٧) " أشعر بضعف اهتمام من حولي بحالتي المزاجية." وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن الجميع من حول المستجيب مشدوه بحاله، ومشغول بهومومه أو حتى بمحاولات تحسين حالته المزاجية، وبالتالي فاهتمامه بغيره سيكون ضعيفاً، وقد يعزى السبب أيضاً إلى انتشار حالة الطوارئ التي سببت الهلع للجميع، وأفقدت الناس الاهتمام بما دون الحفاظ على عدم الإصابة بالفيروس وهذا ما أكدته دراسة (Gulano, et al., 2020)، ودراسة (Holmes et al., 2020) التي أثبتت أن فقدان العلاقات الاجتماعية المباشرة بسبب الانسحاب الاجتماعي، يشعر الفرد بقلّة الاهتمام، ويزيد من معدل القلق، والتوتر، والكتئاب، والمشاعر السلبية.

في حين كانت أدنى الفقرات، الفقرة (١) " شكلت جائحة كورونا عائقاً أمام توافقي مع الناس من حولي." في المرتبة الأخيرة، وقد يعزى السبب في ذلك إلى طول فترة الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي، وقد يعزى السبب في تراجع تقدير هذه الفقرة إلى أنه بعد العود الطبعية للحياة أو من خلال مواقع التواصل الاجتماعي قبل العود، حاول أفراد العينة التواصل من أجل تسيير أمورهم وبعض أعمالهم، والإطمئنان على ذويهم، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات، مثل دراسة على (٢٠٢٠)، والأسمري (٢٠٢٠).

### المجال الثالث: الشعور بالاكنتاب

حيث يعرف الاكنتاب على أنه اضطراب المزاج الذي يسبب شعوراً متواصلًا بالحزن، وفقدان المتعة، والاهتمام بالأمور المعتادة، ونقص التركيز، وقد يكون مصحوباً بالشعور بعدم

الأهمية، ونقص تقدير الذات، ويؤثر في المشاعر، والتفكير، والتصرفات؛ مما يسبب كثيرًا من المشكلات العاطفية والجسدية، والتي بدورها تؤثر في أداء الأنشطة اليومية.

### جدول (١١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المجال الثالث

م	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الرتبة	درجة التقدير
١	لا أستطيع التخلص من الشعور بالحزن المستمر.	٤.١٥٦	١.٠٥٣	٨٣.١٢	١	كبيرة
٢	أفقدتني جائحة كورونا الأمل في المستقبل.	٣.٦٢٢	١.٠٤٣	٧٢.٤٤	٣	كبيرة
٣	أشعر بعدم الرضا الحقيقي عن أي شيء أتعامل معه.	٣.٥١٦	١.٠٥٧	٧٠.٣٢	٥	كبيرة
٤	شعوري بالذنب أغلب الوقت لا يفارقني.	٣.٥١٣	١.٠٩٤	٧٠.٢٧	٦	كبيرة
٥	كلما سمعت بموت أحد الأقارب بسبب الفيروس انتابنتي خيبة الأمل.	٣.٤٦٥	١.١٠٢	٦٩.٣١	٧	كبيرة
٦	أشعر بأن حالتي أكثر سوءاً من الآخرين.	٣.٤٣٨	١.٠٦٦	٦٨.٧٦	١٠	كبيرة
٧	أخبار الفيروسات المتحورة تشعرنى بالانزعاج المستمر.	٣.٤٤٥	١.٠٨٢	٦٨.٩١	٩	كبيرة
٨	فقدت أغلب مظاهر الاهتمام بالآخرين.	٣.٥١٩	١.١١٦	٧٠.٣٩	٤	كبيرة
٩	أصبحت أواجه صعوبة في اتخاذ أي قرار.	٣.٦٤٣	١.٢٠٩	٧٢.٨٦	٢	كبيرة
١٠	لم أعد أتقبل أي انتقاد ولو كان لمصلحتي.	٣.٤٦٤	١.١٢٤	٦٩.٢٨	٨	كبيرة
	الدرجة الكلية	٣.٥٧٩	٠.٦١٤	٧١.٥٨		كبيرة

يتضح من الجدول (١١) أن تقديرات مجال (الشعور بالاكتئاب) من وجهة نظر أفراد العينة تراوحت بين (٨٣.١٢% - ٦٨.٧٦%) ودرجات كبيرة، وقد جاءت أعلى الفقرات، الفقرة (١) " لا أستطيع التخلص من الشعور بالحزن المستمر." وقد يعزى السبب في ذلك إلى تزاخم أخبار كورونا السيئة سواء على المستوى الاجتماعي أو الاقتصادي، إضافة إلى أن الالتزام بأدوار جديدة فرضها الحجر الصحي أو إجراءات السلامة المتعلقة بها أشعر أفراد العينة بالضغط النفسي الذي يولد الحزن، والذي قد تمتد آثاره إلى ما بعد الصدمة، وهذا ما اتفق من حيث النتيجة مع دراسة (Garbe et al., ٢٠٢٠)، ودراسة عفاشة (٢٠٢١)، ودراسة سنوسي وجلولي (٢٠١٩).

في حين كانت أدنى الفقرات، الفقرة (٦) " أشعر بأن حالتي أكثر سوءاً من الآخرين." في المرتبة الأخيرة، وقد يعزى السبب في ذلك إلى الطبيعة الاجتماعية للمجتمع الفلسطيني، من حيث صموده أما الأزمات، وتعرضه للعديد من الصدمات المتكررة، إضافة إلى الطبيعة الدينية التي تحتم على المسلم الرضا بقضاء الله وقدره، وهو ما يفسر تراجع تقدير هذه الفقرة، لكن رغم ذلك جاءت درجة التقدير كبيرة بسبب قلة الإمكانيات المتاحة وتدني مستوى الدخل وعدم توافر مقومات الصمود أمام الظروف الجديدة، وهذا ما أثبتته دراسة أميطوش وسكاوي (٢٠٢٠)، ودراسة (Chang, et al., 2020).

### إجابة السؤال الثاني:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى إلى المتغيرات: (الجنس، المستوى التعليمي، الحالة الاجتماعية، سنوات العمل)؟ وللإجابة عن هذا السؤال تم اختبار الفرضيات الآتية:

**الأولى:** لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس (ذكر، أنثى). وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار " T - لعينتين مستقلتين".

جدول (١٢): نتائج اختبار " T - لعينتين مستقلتين" - الجنس

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الشعور بالتوتر	ذكر	٣٢٢	٣.٥١١	٠.٥٩٠	-٠.٣٤٣	٠.٧٣٢
	أنثى	٢٩٦	٣.٥٢٨	٠.٦٢٦		
الشعور بالوحدة والاعتزاب	ذكر	٣٢٢	٣.٥٧٠	٠.٥٩٤	-٠.٦٨٥	٠.٦٨٥
	أنثى	٢٩٦	٣.٥٥٥	٠.٦٦٠		
الشعور بالاكنتاب	ذكر	٣٢٢	٣.٥٧٠	٠.٥٧٠	-٠.٣٥٩	٠.٧٢٠
	أنثى	٢٩٦	٣.٥٨٨	٠.٦٥٨		
الدرجة الكلية	ذكر	٣٢٢	٣.٥٣٢	٠.٥١٦	-٠.٥٥٠	٠.٥٨٣
	أنثى	٢٩٦	٣.٥٥٧	٠.٥٧٤		

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (٦١٦) ومستوى ٠.٠٥ تساوي 1.648. تبين من الجدول (١٢) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) المقابلة لاختبار " T " أكبر من مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) لجميع المجالات والدرجة الكلية للاستبانة، وبذلك يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس. وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن العاملين من كلا الجنسين يتعرض لنفس الضغوط، من حيث المسؤوليات والخوف أو القلق المرتبط بالعمل أو بالعلاقات الاجتماعية الخارجية، فكلاهما فرض عليه واقعا جديدا لم يكن بالحسبان. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة الكحالي والكحالي (٢٠٢٠)، ودراسة كلوب (٢٠٢٠)، وتختلف مع دراسة الحامدي والكلباني (٢٠٢١)، وخريسات (٢٠٢١)، ودراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠)، والردي (٢٠٢٠) التي كانت الفروق فيها لصالح الإناث.

**الفرضية الثانية:** لا فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب). وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار " T - لعينتين مستقلتين".

جدول (١٣): نتائج اختبار " T - لعينتين مستقلتين" - الحالة الاجتماعية

المجال	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	مستوى الدلالة
الشعور بالتوتر	متزوج	٤٨٢	٣.٥٤٣	٠.٥٩٦	١.٣٨٦	٠.١٦٦
	أعزب	١٣٦	٣.٤٦١	٠.٦٤٤		
الشعور بالوحدة والاعتزاب	متزوج	٤٨٢	٣.٥٧٨	٠.٦١٥	٢.٥٨٨	٠.٠١٠*
	أعزب	١٣٦	٣.٤٢٠	٠.٦٤٧		
الشعور بالاكنتاب	متزوج	٤٨٢	٣.٦٠٣	٠.٦٠٢	١.٤٤٦	٠.١٤٩
	أعزب	١٣٦	٣.٥١٦	٠.٦٥٢		
الدرجة الكلية	متزوج	٤٨٢	٣.٥٧٤	٠.٥٣٣	٢.٠٨٤	٠.٠٣٨*
	أعزب	١٣٦	٣.٤٦٣	٠.٥٧١		

\* الفرق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى دلالة  $\alpha \leq 0.05$ .

قيمة t الجدولية عند درجة حرية (٦١٦) ومستوى ٠.٠٥ تساوي 1.648.

تبين من الجدول (١٣) أن القيمة الاحتمالية (Sig.) المقابلة لاختبار " T " أقل من مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) للمجال الثاني والدرجة الكلية للاستبانة، وبذلك يمكن استنتاج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وذلك لصالح فئة (المتزوجين). وقد يعزى السبب في ذلك إلى كبر حجم المسؤوليات لديهم، وإلى ارتفاع نسبة الخوف على من هم مسؤولين عنهم من الزوجة والأبناء، إضافة إلى أن ارتفاع نسبة قلق المستقبل حول العمل لديهم، مقارنة بغير المتزوجين، وهو ما يتفق مع ما أثبتته دراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠)، ودراسة وردة ومحمد (٢٠٢٠)، ودراسة سنوسي وطلولي (٢٠١٩)، ويختلف مع دراسة علي (٢٠٢٠) التي لم تجد فروقا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

**الفرضية الثالثة:** لا فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للآثار النفسية المترتبة على استمرار جائحة كورونا تعزى لمتغير سنوات العمل (أقل من ٥، ٥-١٠ سنوات، ١٠ سنوات فأكثر). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لاختبار الفروق بين متوسطات تقديرات أفراد العينة، والجدول التالي يبين النتائج:

واقع المشاركة الوالدية في مراكز الرعاية النهارية من وجهة نظر أولياء أمور الطلاب ذوي الإعاقة المتوسطة والشديدة والمزدوجة في مدينة حائل بالمملكة العربية السعودية

### جدول (١٤) تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) تبعا لمتغير سنوات العمل

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الشعور بالتوتر	بين المجموعات	١١.١٢٩	٢	٥.٥٦٤	١٥.٧٧	*٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	٢١٦.٩٥٢	٦١٥	٠.٣٥٣		
	المجموع	٢٢٨.٠٨١	٦١٧			
الشعور بالوحدة والاعترا ب	بين المجموعات	٧.٤٩٧	٢	٣.٧٤٩	٩.٨١	*٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	٢٣٤.٨٥٩	٦١٥	٠.٣٨٢		
	المجموع	٢٤٢.٣٥٦	٦١٧			
الشعور بالاكتئاب	بين المجموعات	٧.١٢٩	٢	٣.٥٦٤	٩.٧٣	*٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	٢٢٥.١٣٧	٦١٥	٠.٣٦٦		
	المجموع	٢٣٢.٢٦٦	٦١٧			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٨.٣٣٩	٢	٤.١٧٠	١٤.٦٦	*٠.٠٠٠٠
	داخل المجموعات	١٧٤.٨٥٤	٦١٥	٠.٢٨٤		
	المجموع	١٨٣.١٩٣	٦١٧			

قيمة F الجدولية عند درجات حرية (٢، ٦١٥) ومستوى دلالة ٠.٠٥ تساوي ٣.٠٦

\* الفرق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى دلالة  $\alpha \leq 0.05$

يتضح من الجدول (١٤) أن القيمة الاحتمالية للدرجة الكلية وباقي المجالات أقل من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وقيمة F المحسوبة للدرجة الكلية (١٤.٦٦) وهي أكبر من قيمة F الجدولية والتي تساوي (٣.٠٦) مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha \leq 0.05)$  بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة للأثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير سنوات العمل، ولتعرف اتجاهات الفروق تم استخدام اختبار شيفيه، حيث كانت النتائج حسب الجدول (١٥).

### جدول (١٥) نتائج اختبار شيفيه

القيمة الاحتمالية	الفرق بين المتوسطين	الفئات	
٠.٨٨٥	٠.٠٣٠٦	من ٥-١٠ سنوات	أقل من ٥ سنوات
٠.٠٠٠	٠.٢٤٥٦-	١٠ سنوات فأكثر	
*٠.٠٠٠٠	٠.٢٤٥٦-	١٠ سنوات فأكثر	من ٥-١٠ سنوات

يوضح الجدول (١٥) نتائج اختبار شيفيه لمقارنة متوسطات فئات سنوات العمل، حيث تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الفئات لصالح (١٠ سنوات فأكثر)، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن أصحاب هذه الفئة قد اعتادوا أكثر من غيرهم على أجواء العمل التي حرّموا منها بسبب الجائحة أو بسبب الحجر الصحي، إضافة إلى أنهم قد وصلوا في أعمالهم إلى مواقع وعلاقات تجعلهم أكثر قلقاً وخوفاً من غيرهم على فقدانها. وهو ما

يتفق مع ما جاءت به دراسة علي (٢٠٢٠)، ودراسة موسى وكجور (٢٠٢٠)، ويختلف مع دراسة أميطوش وسكاي (٢٠٢٠) التي لم تجد فروقا تعزى لمتغير سنوات المهنة.

**الفرضية الرابعة:** لا فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ( $\alpha \leq 0.0$ ) بين متوسطات تقديرات أفراد العينة للأثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى التعليمي (أقل من ثانوية عامة، ثانوية عامة، بكالوريوس، دراسات عليا). وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لاختبار الفروق بين متوسطات تقديرات أفراد العينة، والجدول (١٦) يبين النتائج:

### جدول (١٦) تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)

#### تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

المجال	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الدلالة
الشعور بالتوتر	بين المجموعات	٠.٧٥٧	٣	٠.٢٥٢	٠.٦٧٦	٠.٥٦٧
	داخل المجموعات	٢٢٤.٣٧١	٦٠١	٠.٣٧٣		
	المجموع	٢٢٥.١٢٨	٦٠٤			
الشعور بالوحدة والاعتراب	بين المجموعات	٠.٤٨٢	٣	٠.١٦١	٠.٤٠٢	٠.٧٥٢
	داخل المجموعات	٢٤٠.٣٠٤	٦٠١	٠.٤٠٠		
	المجموع	٢٤٠.٧٨٦	٦٠٤			
الشعور بالاكئاب	بين المجموعات	٠.٣٤٢	٣	٠.١١٤	٠.٣٠٠	٠.٨٢٥
	داخل المجموعات	٢٢٨.٤١٦	٦٠١	٠.٣٨٠		
	المجموع	٢٢٨.٧٥٨	٦٠٤			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٠.٢٣٦	٣	٠.٠٤٥	٠.١٥١	٠.٩٢٩
	داخل المجموعات	١٨١.٥٠٥	٦٠١	٠.٣٠٢		
	المجموع	١٨١.٦٤١	٦٠٤			

\* الفرق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى دلالة  $\alpha \leq 0.05$ .

يتضح من الجدول (١٦) أن القيمة الاحتمالية للدرجة الكلية وباقي المجالات أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وقيمة F المحسوبة للدرجة الكلية (٠.١٥١) وهي أقل من قيمة F الجدولية والتي تساوي (٣.٠٦) مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة للأثار النفسية المترتبة على جائحة كورونا تعزى لمتغير المستوى التعليمي، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن حالة عدم اليقين حول المستقبل، والقلق من إمكانية الإصابة بالمرض أو إصابة أفراد الأسرة والأحبة من حولهم والضغطات النفسية الكبيرة المرتبطة بالسلوك الواجب اتباعه في هذه الحالات ألغت تأثير

المؤهل العلمي على السلوك. وهو ما يتفق مع ما جاءت به دراسة على (٢٠٢٠)، والكحالي والكحالي (٢٠٢٠).

### الاستنتاجات:

كشفت جائحة كورونا هشاشة النسق الاجتماعي والنفسي لدى العاملين في المجتمع الفلسطيني، حيث كانت درجة تقدير أفراد العينة للآثار النفسية محل الدراسة كبيرة، الأمر الذي قد يؤثر على مستقبل الصحة النفسية لديهم.

المعاناة النفسية التي نتجت عن جائحة كورونا والتباعد الجسدي مثلت تحدياً لجميع فئات المجتمع، وخاصة العاملين منهم لما يتمتعون به من مواقع المسؤولية، لأنهم فقدوا روتين الحياة الذي اعتادوا عليه، فضلاً عن الأعباء الاقتصادية وفقدان الدخل، والخوف من فقدان العمل، كذلك انعدام التواصل المباشر مع الأصدقاء ومسؤولي العمل، كل ذلك أثر على صحتهم النفسية، وزاد من توقع انتقال الأثر إلى ما بعد كورونا.

توافقت نتائج هذه الدراسة مع العديد من الدراسات العربية والأجنبية، إضافة إلى تقارير منظمة الصحة العالمية، الأمر الذي يستلزم البحث عن سبل لتعزيز الصحة النفسية للعاملين من قبل أرباب العمل، وذلك لما له من تأثير على مؤشرات التنمية، ومستقبل المهن.

### التوصيات:

#### على ضوء نتائج الدراسة، توصي الباحثة بما يلي:

- ١- توفير الدعم النفسي للعاملين من قبل أرباب العمل، وذلك بالشراكة مع أطباء وأخصائيين نفسيين من وزارة الصحة.
- ٢- إعداد برامج تدريبية وإرشادية للعاملين لخفض المعاناة النفسية المستقبلية، والتي قد ترافقهم إلى ما بعد انتهاء الجائحة.
- ٣- التنسيق بين وزارة الصحة ووزارة العمل للبدء بتطوير تدخلات نفسية فعالة يراعى فيها جنس العامل، وعمره، وسنوات خدمته.
- ٤- توجيه صناع القرار في وزارة الصحة ومقدمي الصحة النفسية لضرورة توفير المراقبة المستمرة للعواقب النفسية ما بعد الجائحة.
- ٥- الإيعاز لوسائل الإعلام للقيام بدورها في بث المشاعر المعنوية الإيجابية لدى جميع أفراد المجتمع، والتركيز على تبصير العاملين بأن المستقبل والأرزاق بيد الله آمن.



## المراجع

- أبو حطب، فؤاد وصادق، وأمال (٢٠٠٥). **مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية الاجتماعية**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الأسمرى، سعيد سالم (٢٠٢٠). **مهددات الصحة النفسية المرتبطة بالحجر المنزلي إثر فيروس كورونا المستجد، المجلة العربية للدراسات الأمنية**، ٣٦ (٢)، ٢٨٦-٢٦٦
- أميطوش، موسى وسكاي، سامية (٢٠٢٠). **آثار جائحة كورونا على أساتذة وإداري التكوين المهني، مجلة روافد للدراسات والأبحاث العلمية في العلوم الاجتماعية والإنسانية**، ٤ (٢)، ٤٥١-٤٧٩.
- أوريدة، زوزو (٢٠٢١). **الآثار النفسية لأخبار جائحة كورونا في مواقع التواصل الاجتماعي لدى الشباب الجامعي - دراسة ميداني على طلبة جامعة الوادي (رسالة ماجستير)**، جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي، الجزائر.
- الحامدي، سالم، والكلباني، سعود (٢٠٢١). **الآثار النفسية لأولياء أمور الطلبة بين الواقع والتحديات لجائحة كورونا والتعليم عن بعد في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية**، ٢٢ (٥)، ٣٠-١
- خريسات، ابتسام (٢٠٢١). **أثر جائحة كورونا على الصحة النفسية والاجتماعية للطلبة من وجهة نظر المرشدين التربويين في محافظة الزرقاء، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، ٢٩ (٥)، ٢١٦-٢٣٠.
- خلف، ومصطفى وآل سعيد، تغريد (٢٠٢١). **المشكلات النفسية المترتبة على فيروس كورونا وعلاقتها بضغوط التعلم والتقييم الالكتروني لدى عينة من طلبة كلية التربية، مجلة الدراسات التربوية والنفسية - جامعة السلطان قابوس**، ١٥ (٢)، ٢٧٦-٢٠٦.
- دومي، كنزة (٢٠١٩). **الآثار النفسية المترتبة على الحجر الصحي على الصحة النفسية للطفل والأسرة وسبل تجنبها، مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف**، ٥ (١)، ٧١-٦٤.
- الريدي، سفيان (٢٠٢٠). **المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة كورونا المستجد لدى طلبة جامعة القصيم، مجلة العلوم التربوية - جامعة القاهرة**، ٤ (٤)، ٢٥٤-٢٨٦.
- سنوسي بومدين؛ وجولي زينب (٢٠٢٠). **الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي، مجلة التمكين الاجتماعي**، ٢ (٢)، ٦٥ -

- عفاشة، أحلام عبد الرحمن (٢٠٢١). الآثار النفسية لفيروس كورونا (كوفيد-١٩) على منسوبات التعليم للمرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية بالمدينة المنورة، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، ٢٣(٥)، ٣٩-٧٢.
- علاء الدين، جهاد والشريفين، أحمد وعبود والشيخ علي، أحمد والشويكي نايفة (٢٠٢١). التأثير النفسي وحالة الصحة النفسية خلال جائحة كورونا لدى عينة من طلبة الجامعات الأردنية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٧(٣)، ٤٥٥-٤٧٣.
- علي، نهلة صلاح. (٢٠٢٠). دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٠٨ (٣)، ٣٨٥-٤٣٤ .
- الفاقي، أمال وأبو الفتوح، محمد (٢٠٢٠). المشكلات المترتبة على جائحة كورونا لدى عينة من طلبة الجامعة بمصر، المجلة التربوية- جامعة سوهاج، ٧٤(١)، ١٠٤٧-١٠٨٩.
- القيزاني، راضية (٢٠٢٠). كورونا يغير خارطة الصحة النفسية، جريدة العرب، السنة ٤٢، ع ١١٧٠١، متاح على الرابط <https://2u.pw/6S5b0vu>
- الكحالي، سالم والكحالي، خلفان (٢٠٢٠). مستوى الشعور بالأمن النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات في المجتمع العماني في ظل جائحة كورونا، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، ٢١ (١)، ٨-٣٨.
- كلوب، سعاد (٢٠٢١). الآثار النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها طلبة التعليم الإلكتروني في ظل جائحة كورونا من وجهة نظر الأكاديميين في الجامعات الفلسطينية، المجلة العربية للتربية النوعية، ١٩(٥)، ٤٣-٧٨.
- المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية (٢٠٢٢). الدليل الإرشادي للصحة النفسية في بيئات العمل، متاح على الرابط <https://2u.pw/t7IYoi4>
- منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠). دليل توعوي صحي شامل حول فيروس كورونا. متاح على الرابط <https://2u.pw/CnSzCBI>
- المهداوي، عبدالله (٢٠٢٢). أساليب مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالطمأنينة النفسية خلال جائحة كورونا لدى طلبة جامعة تبوك، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ١١(١)، ١٨٦-٢٠٣.
- موسى، منتصر وكجور، آدم (٢٠٢٠). مستوى القلق النفسي في ظل جائحة كورونا وسط سكان محافظة الإحساء، مجلة مركز دراسات البصرة والخليج العربي، ٤٨ (٣)، ٣٦٠ - ٣٣١

وردة، العزيز ومحمد، خماد (٢٠٢٠). الآثار النفسية والاجتماعية الناتجة عن الحجر الصحي المطبق في الجزائر في ظل انتشار فيروس كوفيد ١٩، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، ١٢ (١)، ٤٢٦-٤٤٣.

Baberjee, D. (2020). The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play. **Asian Journal of Psychiatry**, available at <https://2u.pw/Wd4Zykj>

Bartlett, J. (2001). Higgins Organization research: Determining Appropriate Sample Size in Survey research, **Information Technology and Performance Journal**, 19(1).

Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., & Rubin, J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. **Lancet**, 14(395), 912–920.

Canady, V. A. (2020). COVID-19 outbreak represents a new way of mental health service delivery, **National Center for Biotechnology Information**, 30(12), 1-14. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7168354/>

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xinrong, X., Dong, J. & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. **Psychiatry Research**, 287, 1-5

Chang, J., Yuan, Y., & Wang, D. (2020). Mental health status and its influencing factors among college students during the epidemic of COVID-19. **Journal of Southern Medical University**, 40(2), 171–176.

Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. **The Lancet Psychiatry**, 7 (4), 300-308

Dubey, S., Biswas, P., Ghosh, R., Chatterjee, S., Dubey, M. J., Chatterjee, S., & Lavie, C. J. (2020). Psychosocial impact of COVID19. Diabetes & Metabolic Syndrome: **Clinical Research & Reviews**, 14 (5), 779-788

Fawaz, M., & Samaha, A. (2020, Jun 3). **The psychosocial effects of being quarantined following exposure to COVID-19: A qualitative study of Lebanese health care workers**. Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7270571/>

- Garbe, A., Ogurlu, U., Logan, N & Cook, P. (2020). COVID-19 and Remote Learning: Experiences of Parents with Children during the Pandemic. **American Journal of Qualitative Research**, 4 (3), 45-65.
- Gulano, M. Moro, G. Voglino, G. Bert, F. Siliquini, R. (2020), Effects of Covid-19 Lockdown on Mental Health and Sleep Disturbances in Italy, **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 17 (13). Retrieved from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/13/4779>
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., & Ford, T. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. **The Lancet Psychiatry**, 7(6), Retrieved from: [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30168-1/fulltext?page=12](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30168-1/fulltext?page=12)
- Lei, L.; Huang, X.; Zhang, S.; Yang, J.; Yang, L.; Xu, M. (2020). Comparison of prevalence and associated factors of anxiety and depression among people affected by versus people un affected by quarantine during the COVID-19 epidemic in Southwestern China. **National Center for Biotechnology Information**, Retrieved from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7199435/>
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y.-T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020, April). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. **The Lancet Psychiatry**, 7(4), e17-e18.
- Michael, L., Tee, C., Joy, K., Reyes, P. Vipat, K. & Ho, R. (2020). Psychological impact of COVID-19 pandemic in the Philippines. **Journal of Affective Disorders**, 277, 379-391
- Naser, A., Dahmash, E., Al-Rousan, R., Alwafi, H., Alrawashdeh, H., & Bokhary, M. (2020). Mental health status of the general population, healthcare professionals and university students during the 2019 coronavirus disease outbreak in Jordan: A cross-sectional study. **Brain and Behavior**, 10(8), e01730.
- Roux, C. (2020, April 1st). Coronavirus: **How to avoid overeating when working from home**. Retrieved from: <https://2u.pw/S1aZejl>

- 
- Setiawan , R. (2019, April 10). Scientific Literacy Worksheets for Distance Learning in the Topic of Coronavirus 2019. Indonesia: Retrieved from <https://edarxiv.org/swjmk/download?format=pdf>
- Xiao, C. (2020). A novel approach of consultation on 2019 novel coronavirus (COVID-19) related psychological and mental problems: structured letter therapy. **Psychiatry Investing**, 17 (2), 175-176
- Zhai, Y. and Du, X. (2020). Mental health care for international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. **The Lancet Psychiatry**, 7 (4 April), 22-33.