

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة بوزياف المسيلة



جامعة محمد بوزياف - المسيلة
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية
قسم علم النفس
الرقم التسلسلي : / 2020

الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة
كورونا كوفيد (دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي لولاية
المسيلة)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس شعبة : علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الأستاذ :

د مناصرية عمر

الطلبة

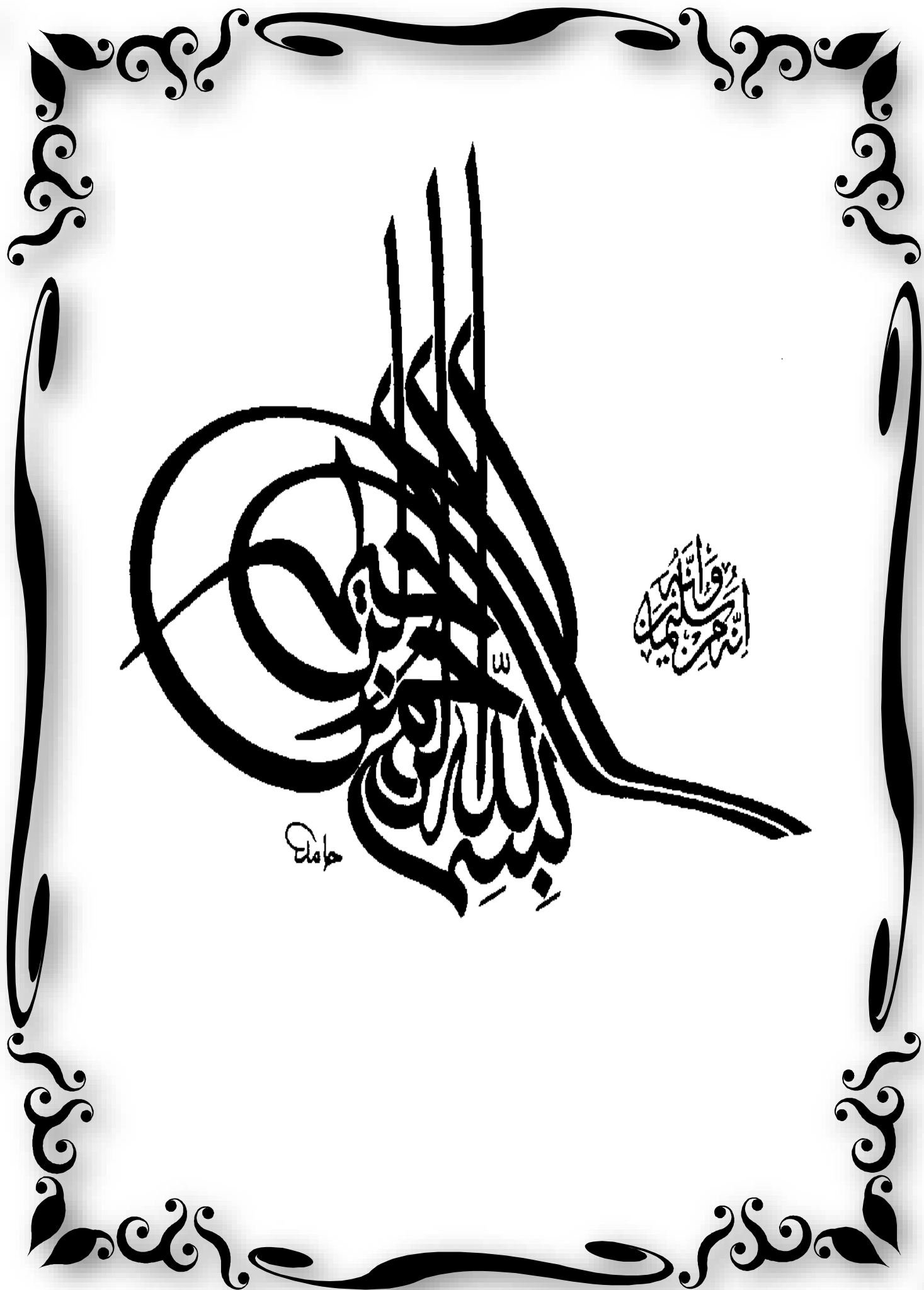
- عوينة سهير

- والي منال

- ربيعي تسنيم

- ميرة ريان ياسمين

السنة الجامعية : 2021/2020



شكر و عرفان

الشكر لله من قبل ومن بعد ثم شكرنا وتقديرنا للدكتورة مناصرة عمر

الذي أشرقت على هذه المذكرة والذي لم يبخل علينا بسديده و توجيهاته

وإرشاداته فإليه نرجي خالص شكرنا وعظيم تقديرنا.

كما لا يفوتنا أن نتوجه بالشكر إلى اللجنة المناقشة وإلى كل من دعمنا في إنجاز

هذا البحث المتواضع ولو بكلمة.

الطالبات

الاحكام

إلهي لا يطيب الليل إلا بشكرك. ولا يطيب النهار إلا بطاعتك.

ولا تطيب اللحظات إلا بذكرك. ولا تطيب الآخرة إلا بعفوك.

ولا تطيب الجنة إلا برويتك إلي من بلغ الرسالة و أهدى الأمانة...

ونصحتني الأمة...إلى النبي الرحمة والنور عليه

"سيدنا محمد عليه الصلاة والسلام".

إلى الذين حملوا قدس رسالة في الحياة. وإلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة إلى

جميع "أساتذتنا

الكرام".

إلى كل من ساهم في إرشادنا ولو بكلمة بسيطة بكل شكر والاحترام والتقدير.

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى لأستاذ المشرف الدكتور عينا صرية عمر علي كل جهود

المبدولة.

الطالبات

الفصلين

قائمة المحتويات

	شكر وعرافان
	إهداء
	الفهرس
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
أ - ج	مقدمة
	الجانب النظري
الصفحة	الفصل الأول : الفصل التمهيدي
3	1 - 1 - إشكالية الدراسة
4	1 - 2 - فرضيات الدراسة
4	1 - 3 - أهمية الدراسة
4	1 - 4 - أهداف الدراسة
5	1 - 5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة اجرائيا
الصفحة	الفصل الثاني : الضغط النفسي
10	تمهيد
11	1 مفهوم الضغط النفسي
12	2 أنواع الضغوط

13	3 أسباب الضغط النفسي
17	4 أعراض وعلامات الضغط النفسي
19	5 آلية حدوث الضغط النفسي
22	6 تشخيص حالة الضغط النفسي
29	7 طرق قياس الضغط النفسي
الصفحة	الفصل الثالث : فيروس كورونا covid-19
40	تمهيد
42	1 تعريف فيروس كورونا covid-19
41	2 تصنيف فيروس كورونا
42	3 الاعراض والتظاهرات السريرية لفيروس كورونا.
42	4 التشخيص.
43	5 العلاج.
44	6 مختلف الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل كوفيد19.
45	7 خلاصة الفصل
	الاطار المنهجي للدراسة
33	المنهج المستخدم
33	الدراسة الاستطلاعية

34	مجتمع وعينة الدراسة
34	عينة الدراسة
35	أدوات الدراسة
36	أساليب الدراسة
47	الفصل الرابع: تحليل ومناقشة النتائج
47	تحليل ومناقشة النتائج
55	ملخص الفصل
57	الخاتمة
	قائمة المصادر و المراجع
	قائمة الملاحق

للشيرية تاريخ طويل وميرير مع الكوارث الطبيعية والأوبئة، فالأمراض القاتلة قد فتكت بالملايين من البشر فيما مضى، ودامت آثارها سنوات عديدة لا بأس أن نأخذ لمحة تاريخية عن هول المصائب والآفات التي مرت بالبشرية، فمؤخرا وفي الصين ظهرت حالة مرضية قديمة، وقتلت المئات الملايين وهو ما يعرف ب (الطاعون الدبلي) وهو الوباء الأكثر فتكا على مر التاريخ، ظهر تحديدا بين عامي 1347-1351 وسرعان ما انتقل إلى العديد من الدول الأوروبية.وباء آخر إسمه (الجدري) والذي تسبب بوفاة 56 مليون شخص، وظهر عام 1520 كما تسببت أيضا الأنفلونزا الإسبانية التي ظهرت بعد الحرب العالمية الاولى 1918. 1919 بالعديد من الخسائر البشرية تراوحت ما بين 40 مليون و50 مليون إنسان .

وفي القرن العشرين أيضا عام 1981 ظهر ما يعرف بمرض نقص المناعة المكتسبة (الايذز) و مازال منتشرا حتى وقتنا الحالي و من دون أن ننسى الطاعون الذي ظهر عام 1955 و تسبب بوفاة 12 مليون نسمة ، كما لا ننسى (إيبولا 2014) الحمى الصفراء (أواخر القرن 19)، أنفلونزا الخنازير 2009 و غيرها كثير من الأمراض و الأوبئة الكثيرة التي لازمت الإنسان ملازمته لظله الأمر الذي لا مندوحة منه أن نمهد بهذه اللمحة التاريخية لكي نصل إلى حديث الساعة و الصفحة الجديدة في وجه العالم برمته ألا و هي فيروس المتلازمة النفسية الحادة والتي تعرف بكورونا 2 "سارز كوف 2" و يسمى ب فيروس كورونا 2019 (كوفيد 19) و الذي تزداد عدد المصابين مع توالي الأيام و الشهور، هذا الفيروس الذي ينتقل عبر الاتصال المباشر بالرذاذ النفسي الصادر عن شخص مصاب و الذي ينشأ عن السعال أو العطس أو ملامسة الأسطح الملوثة بالفيروس، و الذي يسمح لهذا الفيروس أن يعيش على الأسطح لعدة ساعات، إلا أن هذا المرض يمكن الوقاية منه حسب منظمة الصحة العالمية بعدة طرق، و ذلك بمسح الأسطح بالمطهرات البسيطة ، أي النظافة و التباعد و الفحص المداوم أما من ناحية الأعراض الناجمة عنه هو الحمى و السعال و ضيق التنفس، وفي الحالات الشديدة يمكن للمريض أن يتسبب بالتهاب الرئة أو صعوبة

التنفس ، كما يمكن أن يتسبب بالوفاة في حالات أقل أعراض الكورونا تتشابه مع أعراض الأنفلونزا أو الزكام العادي ، و هاذان الأخيران أكثر إنتشارا بكثير ، و لهذا يجب إجراء فحوصات وفق ما ألحت به و دعت إليه منظمة الصحة العالمية في مؤتمراتها و اجتماعاتها إبان الجائحة فإلى ساعة كتابة هذه الأسطر فإن إجمالي عدد الوفيات في العالم وصل حوالي 11,682 أي أكثر من 11 مليون ، و الطب الحديث برغم تطوره من ناحية التقنيات او الاكتشافات فإنه بقي عن إيجاد الدواء لهذه المصيبة التي ألمت بالعالم و مما يدل على صعوبة و خطورة فيروس كورونا ليست الأعداد الهائلة للمصابين و الوفيات فقط ، بل ما بعد كورونا ، لذلك يرى تشومسكي الناقد السياسي و العالم اللغوي أن فيروس كورونا خطير للغاية ولا يمكننا الإستهانة به ، لكن علينا أن نتذكر أنه جزء صغير من الأزمات الكبرى التي ستأتي تباعا، قد لا تعطل الحياة إلى الحد الذي يفعله كورونا اليوم ، لكنها ستعطل الحياة لدرجة جعل الأنواع تنقرض في المستقبل القريب.

و مما سبق ذكره فأغلب ما سردناه كان من الجانب المادي في عدد الخسائر و الأضرار إلا أن السؤال الذي يتبادر إلى الذهن هو في هذا التاريخ الطويل من الوفيات و الأمراض يتساءل الواحد ، كم من الأطفال التي شردت و كم من النساء التي ثكلت ، و كم من الأسر التي هدمت، و الكمية الهائلة من الآثار و الضغوط النفسية التي يتكبدها الجانب البشري الذي يكون شاهد عيان على هذه الكوارث و لأن موضوع و عنوان بحثنا عن الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا ، و بالنسبة إلى توجيه بوصلة البحث إلى العمال في القطاع الصحي ذلك راجع إلى الكم الهائل و العجيب المنكب عليهم ، فهم أكبر فئة في المجتمع تحملت آثار هذه الجائحة ، فهم الذين تعاملو مع المصابين و أثارو و تأثرو بهم ، و رسالتهم النبيلة الشريفة هي التي حملت العديد على الحد و الاجتهاد في تقديم الخدمة اللازمة ، متحملين الأتعاب و الأوهان و المخاطر من أجل خدمة الإنسانية ، و على عجلة نتطرق إلى القليل من الآثار الناجمة عنها . فمن المشاكل التي واجهت الناس أثناء الجائحة هي حالة الهلع و الخوف سواء من المصابين أو غير المصابين ، ما بين خائف من الإصابة بالمرض ، و بين الخائف من الموت جراء الإصابة بها ، بالإضافة إلى

الضغوط النفسية ،هذه الأخيرة التي سيطرت و أثرت بطبيعة الحال على عمال قطاع الصحة من خلال طبيعة العمل ،والعمل من الثغرات التي تلجها الضغوط ،فهو من أسباب الضغوط ،بالإضافة إلى الخوف من المرض ،فتزايد الحالات و ساعات العمل مع تزايد الأخبار و انتشارها و التي اصبحت سهلة الانتشار مع عصر التكنولوجيا، و وسائل الاعلام فالعامل في قطاع الصحة عندما يجد نفسه في أيام قليلة أمام أحداث جسيمة تهدد وجوده النفسي و الجسمي ، و يكون غير متأكد من قدرته على التعامل مع هذه الأحداث ،بالضرورة يؤدي به إلى قلق و توتر و اضطراب و كل المشاكل النفسية مجتمعة ،و تقضي على سعادته و إطمئنانه، و الأخطر من ذلك أن تؤثر في معاملته مع المرضى حالة فيروس كورونا حالة خاصة فوسيلة انتشارها كما أشرنا أنفا تكون من خلال الإلتصاق و المصافحة و الإقتراب من الحالة ،فالعامل هنا يجد نفسه بين البينين إلا أن للضغوط جانبين (مظلم و مشرق) (سلبى و إيجابى) فالإيجابى هو الذى يحول المحنة إلى منحة ،وذلك من خلال تحفيز نفسه على الإبداع أكثر و تنمية الثقة في النفس ، و دفع نفسه إلى تقديم الأفضل و فوق كل ذلك أن يقدم رسالة إنسانية نبيلة فالإنسان وجد لكي يقدم خيرا أو نفعا لأخيه الإنسان كانت هذه مقدمة موجزة لما ستجود به قريحة بحثنا المتواضع و المعنون ب :الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحى في ظل جائحة كورونا، و نتمنى أن نكون وفقنا لوضع اصبعنا على أهم المواضيع يتناولها البحث و لو بالنزر القليل فإذا كان التوفيق قد أصابنا في طرق هذا الموضوع ، نلنا فيه ما نتمنى و ما توفيقى إلا بالله.

الجانب النظري
الفصل الأول
الجزء التمهيدي

1-1 إشكالية الدراسة:

في اواخر عام 2019 ظهر فيروس كورونا covid-19 في ووهان الصينية، حيث تشبه أعراضه أعراض الانفلونزا الموسمية، غير ان معدل انتشاره ونسبه الوفيات الناتجة عنه كبير مقارنة بالأنفلونزا، وهو ما أدى إلى تجاوزه حدود الصين بسرعة كبيرة، وانتشاره في معظم دول العالم، وهو ما قاد منظمة الصحة العالمية إلى اعلانه جائحة عالمية في 11 مارس 2020. وفي تاريخ 25 فيفري 2020 اكدت الجزائر اول اصابة بفيروس كورونا لدى رجل ايطالي الجنسية مما أدى الى صدمة كبيرة لدى الجزائريين ومن ذلك الوقت والجزائر تشهد تزايد في عدد الاصابات حيث وصلت إلى أكثر من 132 ألف إصابة و 3544 حالة وفاة.

ورغم التوصل إلى العديد من اللقاحات الفعالة ضد الفيروس وبدء استعمالها خاصة في الدول المتقدمة، فإن الفيروس لم تقل خطورته ولا نسب انتشاره، إذ بدأت تظهر سلالات جديدة متحورة من الفيروس في بريطانيا وجنوب افريقيا ونيجيريا والهند وغيرها من الدول، حيث ارغم هذا المرض المستجد العالم بأسره مواجهة احد اكثر التحديات صعوبة في التاريخ المعاصر الذي تسبب في اصابة الملايين ووفيات مئات الاف الناس، فقد وصلت أعداد المصابين وقت إجراء الدراسة إلى 174 مليوناً، والوفيات إلى أكثر من 3.5 مليون وفاة، حيث انه سيكون من الخطأ وصف هذا التحدي بالأزمة الصحية فقط فهو أزمة انسانية واسعة النطاق تقضي الى بؤس ومعاناة البشرية جميعها وتدفع برفاهها الاجتماعي والاقتصادي الى حافة الانهيار.

وفي هذا الوضع المتأزم، يبدو القطاع الصحي وسيلة الدفاع الرئيسية ضد الوباء، وهو ما يظهر في زيادة الضغط على هذا القطاع ، بسبب زيادة حالات الإصابة وعدم قدرة المستشفيات على استيعابها، ونقص وسائل المقاومة كالكمامات والأكسيجين والتطعيمات وغيرها، ما يضطر العديد من الدول عبر العالم إلى اعلان انهيار قطاعها الصحية وعدم قدرتها على استيعاب مزيد من الحالات.

وفي هذه الظروف القاسية التي يعمل بها الممرضون والأطباء بصورة مباشرة مع المرضى في حالة الوباء، أو بصور غير مباشرة، تسود حالات من الخوف والقلق و التأثيرات النفسية السلبية الأخرى، على الأطباء والممرضين ومستخدمي الصحة عموماً، حيث يعتبر هذا العمل من الاعمال الشاقة بما يزخر به من اعباء ومسؤوليات بشكل متزايد ومستمر خاصة مع جائحة كورونا التي اصابته العالم اجمع مما اسفر عليها ضغوط نفسية كبيرة ، حيث يعتبر الضغط النفسي احدى التجارب التي تمكن الانسان في التعامل مع المواقف الصعبة كما قد يكون محفزاً لتخطي العقبات ويكون اداء الانسان افضل اذا كانت شدة الضغوط متوسطة اما اذا زاد لتصبح شديدة او في حال تعرض الشديد في الوقت ذاته فان ذلك يؤثر في ادائه بشكل سلبي وقد يكون سبباً في التأثير على صحة الانسان العقلية والجسدية والنفسية.

ومن هذا المنطلق وبغية الكشف عن مدى تأثير الضغط النفسي على عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد- 19 إرتأينا التطرق لهذا الموضوع بالذات، ومما سبق نطرح التساؤلات التالية:

1/ما هو مستوى الضغط النفسي لدى عمال القطاع الصحي بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا كوفيد؟

2/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين؟

3/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الجنس؟

4/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الخبرة؟

5/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات المستوى التعليمي؟

1-2 فرضيات الدراسة :

1/ يعاني عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد من مستوى ضغط نفسي مرتفع.

2/ توجد فروق في مستويات الضغط النفسي بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين

3/ توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغير الجنس

4/ توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغير الخبرة

5/ توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغير المستوى التعليمي

أهداف الدراسة

1 / معرفة مستوى الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد

2/ التعرف على مدى تأثير الضغوط النفسية على عمل الاطباء في مصلحة الكوفيد والغير العاملين.

3/ معرفة اهم الفروق في مستويات الضغوط النفسية بين عمل الاطباء في مصلحة الكوفيد والغير العاملين.

- اهمية الدراسة

تتجلى اهمية الموضوع المتناول في هذه الدراسة والمتمثل في الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا، في العديد من الميزات:

- المساهمة في التعرف على الجانب النفسي لمستخدمي القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا، وهو جانب مهمل لصالح الجوانب الطبية والصحية

- قلة الدراسات التي تتناول الجانب النفسي، وجانب الضغوط النفسية في ظل جاحة كرونا خاصة في الجزائر
- كونه موضوع من الموضوعات المهمة في مجال البحث النفسي الاكلينيكي نظرا لأهمية هذه الشريحة المتمثلة أساسا في عمال القطاع الصحي، لما لهم من أدوار إنسانية تخدم الفرد والمجتمع، وتعاملهم الدائم مع المرضى،
- كشف ومعرفة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأطباء والممرضين وعمال القطاع الصحي في ظل هذه الجائحة، مما يصاحبه نوبات قلق وتوتر
- كما أن ما سنتوصل إليه الدراسة الحالية من نتائج ستساهم ولو بقليل في إضافة معلومات جديدة حول هذا الموضوع كظاهرة نفسية مازال البحث فيها جديدا.

1-5 تحديد مفاهيم الدراسة والمصطلحات اجرائيا:

تعريف الطبيب:

هو الشخص المؤهل لتقديم العلاج للأفراد الذين يعانون من الامراض وايضا يعرف انه الفرد الذي يحمل ترخيصا في ممارسة الاعمال الطبية (Dawn McKay 2017 ص 67)

تعريف الممرض:

هو انسان مهني لديه الحصيلة المعرفية والمهارات والثقة بالنفس التي تمكنه من العمل في مختلف الوحدات الصحية وهو عنصر نشط في ادارة المؤسسة الصحية (خالدة نصر، 2006،57).

مفهوم المستشفى:

يقصد به مكان لعلاج المرضى وتأهيلهم، مجهز بعيادات للاطباء، وغرف للعمليات وغرف للإنعاش وغرف تنويم للمرضى عامة او خاصة وقسم للإسعاف والطوارئ وعيادات خارجية لإستقبال المرضى غير المقيمين ومجهز بجميع الأجهزة الطبية المتنوعة ويعمل فيه جميع الكوادر الطبية المختلفة (عامر عباد العنبي، 2016، ص110)

تعريف الضغوط النفسية:

يعرف 2000 (" Selye.H " الضغط بأنه الاستجابة غير الوعية للجسم لأي طلب دافع، وهو أيضا الطريقة اللاإرادية التي يستجيب لها الجسد باستعداداته العقلية والبدنية لأي دافع (لكرون نعيمة، 2010، ب ص).

يتجلى في إحساس الطالب بالاضطراب وعدم الاتزان الناشئ عن عدم قدرته على الموازنة بين مآلديه من إمكانيات وبين ما تتطلبه البيئة المحيطة من أفعال، كما ينشئ أيضا عن الصعوبات التي تواجه الطالب في بيئته الدراسية والتي تعيق قدرته على تحقيق أهدافه.

تعريف فيروس كورونا:

إن فيروسات كورونا هي زمرة واسعة من الفيروسات، تشمل فيروسات يمكنها ان تتسبب في مجموعة واسعة من الاعتلالات في شر تتراوح ما بين نزلات البرد العادية والمتلازمات التنفسي والحادة والجسمية.

Corona virus يشق اسم Corona اختصارا من وتعني التاج او الهالة حيث يشير الاسم إلى المظهر المميز إلى الجزيئات الفيروس (الفريونات) والذي يظهر عبر المجهر الإلكتروني (ع. بن مزيان. 1.2020).

الدراسات السابقة:

الدراسات الأجنبية والعربية التي تتحدث عن الضغط النفسي :

- الدراسة الأولى: دراسة يوسف سعيد وبوطريق سارة : " الضغط النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى الطالب الجامعي "

تهدف الدراسة إلى الكشف عما إذا كانت هناك علاقة ارتباط بين الضغط النفسي ودافعية

الإنجاز لدى الطالب الجامعي في ظل 3 متغيرات هي: الجنس، المستوى الدراسي

والتخصص الدراسي، وقد تم طرح إشكالية الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغط النفسي ودافعية النجاز التعليمي لدى الطالب الجامعي؟

والتي صيغت على ضوءها الفرضية التالية:

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي ودافعية الإنجاز لدى الطالب الجامعي

وقد تم التوصل إلى النتائج التالية :

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الضغط النفسي ودافعية الإنجاز .

الدراسة الثانية : دراسة أحمد خزاعلة وسالم علي الغرايبة 2011: حول " الضغوط النفسية لدى طلة الجامعة " :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية التي يتعرض لها طلبة الجامعة القصيم بالسعودية، إضافة إلى التعرف على مصادرها والمتغيرات التي تؤثر فيهم، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها:

- توجد العديد من الضغوط النفسية والاجتماعية والاكاديمية التي يتعرض لها طلبة القصيم

- مستوى هاه الضغوط يتراوح بين 2.61 و 2.71 وهو مستوى مرتفع من الضغوط حسب الباحثان .

- العوامل الاجتماعية من أهم مصادر الضغط النفسي التي تعرض لها الطلاب .
كما أوصت الدراسة بقيام المسؤولين في الجامعة بوضع برلمج إرشادية للطلبة لزيادة وعيهم بالضغوط النفسية وتحسين شروط الدراسة في الجامعة (اتصار الصمادي، 2013، ص834).

دراسة بوكيو وتالبوت وشوناك 1993 :

-هدفها كان معرفة العلاقة بين الضغط النفسي وتوافق مع الفرد مع البيئة .

طبقت على عينة من طلاب الجامعة عن طريق تحديد مدى ادراكهم للأسلوب الذي يبنى عليه منهج الدراسو وكذلك التوافق ما بين الأسلوب الذي يعرفه الطالب وبين الأسلوب المطلوب.

- أوضحت نتائج الدراسة أن المنهج الذي يتطلب من الفرد التوافق معه هو المنهج الذي يؤدي إلى زيادة الضغط النفسي مقارنة بالمنهج الذي يتطلبه أسلوب إبتكاري (كريمان عويضة منشار، 1999، ص363)

❖ أوجه التشابه بين الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة :

تطرقت معظم الدراسات التي تناولناها بالتقديم سلفا إلى متغير الضغط النفسي من خلال دراسته وفق مؤشرات عدة وهي: الجنس ، المستوى الدراسي، نوع الدراسة ومكان الإقامة التي نجدها في هذه الدراسة
إلا أن دراستنا قد تناولت دراسة هذه المتغيرات: الضغط النفسي كمتغير مستقل و عمال قطاعات الصحة كمتغير تابع، من خلال المؤشرات التالية: الجنس ، العمر ، الخبرة .

وقد تمت الاستفادة من الدراسات السابقة من خلال:

- اقتباس بعض المعلومات من الجانب النظري.
- التعرف على المنهج المستخدم وطريقة اختبار العينة.
- الاستعانة بالدراسات السابقة لبناء استبيان الدراسة الحالية.
- الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تفسير الدراسة الحالية .

الفصل الثاني :
الفصل الثاني

الضبط النفسى

تمهيد
مفهوم الضغط النفسي
أنواع الضغوط
أسباب الضغط النفسي
أعراض وعلامات الضغط النفسي
آلية حدوث الضغط النفسي
تشخيص حالة الضغط النفسي
طرق قياس الضغط النفسي
خلاصة

تمهيد:

يعدّ مصطلح الضغط المصطلحات القديمة المتناولة في عدة مجالات: (العلوم الطبيعية الفيزيائية، والعلوم الإنسانية)، وتعتبر الضغوط النفسية أحد المظاهر الرئيسية المميزة لمجتمعاتنا المعاصرة وذلك لاختراقها معظم الميادين الدراسة، العمل، بيئة الجامعة.... إلخ) وفي حقيقة الأمر مفهوم الضغط النفسي مفهوم مستعار من العلوم الفيزيائية إذ استخدمت هذه الكلمة في القرن 17 ميلادي لتصف الشدة والصعوبات الهندسية، ومن العلماء الذين استعملوا مفهوم الضغط في المجال الهندسي نجد هوك Hooker حيث اعتبر الضغط استجابة النظام أو البناء للحمولة (طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص17).

لكن الاستخدام الرسمي لمصطلح الضغط كان في أوائل القرن الرابع عشر حيث كان يقصد به المشقة والعسر والمحنة والأسى (جمعة سيد يوسف، 2007، ص7).

وفي أواخر القرن 18 أصبح يشير إلى القوة، التوتر، الاجتهاد. وفي القرن العشرين عرفت القواميس الأجنبية الضغط بأنه الضيق أو القوة، وحديثاً أصبح يستخدم مصطلح الضغط بصفة عامة لوصف الأحداث الخارجية التي تؤدي إلى الشعور بالضيق وعدم الارتياح (عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص18).

ومن بين الرواد في دراسة الضغوط لدينا كانون Canon الذي أعطى لمصطلح الضغط معنى فيزيولوجي ونفسي في آن واحد عام 1928، أما سيلى Selye فقد أدخل كلمة الضغط في وبين تأثيره على التوازن البيولوجي، كما اهتم لازاروس Lazerus 1966 بالتقويم المعرفي للمواقف الضاغطة، أما جوردن Gordon 1993 رأى أن الضغوط هي استجابة نفسية وانفعالية وفيزيولوجية للجسم اتجاه أي مطلب يتم إدراكه على أنه تهديد لرفاهية وسعادة الفرد.

وستنطلق في هذا الفصل إلى أهم العناصر المتعلقة انصح الصحة النفسي

1- مفهوم الضغط النفسي:

بما أن مفهوم الضغط النفسي محوري في دراستنا سوف نتناوله من خلال معانيه في اللغة وفي الاصطلاح مع إبراز أهمية الأسس والنماذج التفسيرية التي يمكن تجميع التعاريف الخاصة بهذا المفهوم فيها، إضافة إلى ذكر لأهم تعاريف المختصين لهذا المصطلح.

1-1 لغة:

يشير معجم الوجيز إلى أن الأصل اللغوي لكلمة الضغط هو: ضغطه ضغطا عصره وزحمه، شدد وضيق (طه عبد العظيم حسين، سلامة عبد العظيم حسين، 2006، ص 16).

كلمة ضغط Stress مشتقة من الفعل اللاتيني stringers والذي يعني: الضيق و التتدة، منه أخذ الفعل الفرنسي Etreindre بمعنى: طرق زراعية و جسمه مؤديا إلى الاحتتاق الذي يسبب القلق (شحاتة حسين، زينب النجار، 2003، ص 208).
الضغط: القهر والاضطراب وكذلك يعني الشدة والملكة (فتيحة بن زروال، 2003، ص 445).

1-2 اصطلاحا:

في معجم علم النفس: الضغط النفسي هو كلمة إنجليزية استعملت منذ 1936 بعد أعمال selys لتحديد الحالة التي تكون فيها العضوية مهددة بفقدان التوازن تحت تأثير عوامل او ظروف تفتح ميكانيزمات التوازن البيولوجي في خطر (norbert sillamy. 2003.p256)
كذلك هو حالة تصيب الفرد نتيجة عدم توافقه مع البيئة لتعرضه أميرات ذاتية وبيئة تفوق طاقته الكيفية وينتج عنها مجموعة من الآثار النفسية والفيزيولوجية والسلوكية.

1-3 تعريف الضغط النفسي بناء على الأسس و النماذج التفسيرية:

تعددت التعريفات المعطاة لمفهوم الضغط النفسي بتعدد الالسن والنماذج التفسيرية، حيث صنفت هذه التعريفات لثلاث مجموعات وعلى وثلاث أسس هي: الأساس البيئي،
الفيزيولوجي والاساس النفسي وتتمثل في مايلي:

أولاً: تعريف الضغوط وفق النموذج البيئي:

1. تعريف ميكانيك " 1978 mechanic :

يشير مصطلح الضغوط إلى ردود الفرد الداخلية التي تحدث بسبب تفاعل الفرد مع الظروف البيئة المحيطة به وتسبب له ضيقاً وتوتراً، وتعرف بالمواقف الضاغطة (mechanic) (1978، p p 4-5).

2. تعريف فاروق السيد عثمان 2008:

هي تلك الظروف المرتبطة بالغط والتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تلتزم نوعاً من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من آثار جسمية، ونفسية، كما قد تنتج من الصراع، الإحباط، الحرمان، والقلق، (فاروق السيد عثمان، 2008، ص96).

ثانياً: تعريف الضغوط وفق النموذج الفيزيولوجي

1 تعريف هانز سيلبي hanz selye:

الضغط هو حالة من عدم التوازن داخل الكائن الحي والتي يثيرها التباين الواقعي وتظهر من خلال إستجابات فيزيولوجية ووجدانية وسلوكية متعددة (Hans Selye, 1981,) P142.

2 تعريف ستريت وسيثيروند Stuart & Sutherland 1997:

الضغوط هي الإنفعالات النفسية الشديدة التي تقع على الفرد وتؤثر عليه نفسياً وجسماً الى ان يمتلك تأثيره إلى حطون الصرح العقلي (Stuart & Sutherland, 1997.p352).

ثالثاً: تعريف الضغوط وفق النموذج النفسي

1 تعريف لازاروس Lazarus 1966:

الضغوط هي تلك المواقف والأحداث غير السعيدة التي يمر بها الفرد، والتي من شأنها أن تجعل هذا الفرد في حالة نفسية تتميز بالتوتر الشديد، كذلك هي الإستجابات الانفعالية

والسلوكية عندما يتعرض الفرد المواقف أو أحداث غير سارة (ناضل وجيه، محمد شعت، 2005، ص ص 34 - 35).

2 تعريف راجح 1979:

الضغط حالة إنفعالية مؤلمة تنشأ من إحباط دافع أو أكثر، وهو حالة نفسية ثابتة نسبياً من القلق والتوتر تنشأ من التعارض بين دافعين لا يمكن إرضاءهما في وقت واحد (أحمد عزت راجح، 1979، ص 545).

1-4 تعاريف العلماء للضغط النفسي:

أ- تعريف سيلبي selye:

أشار إلى أن الضغط النفسي عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو متطلبات بيئية معينة كالمشاكل الأسرية أو فقدان العمل، والخ والتي تضع الأفراد تحت ضغط نفسي (شهريار الرواشدة، 2006، ص 20).

ب- تعريف بيك 1986beck:

يرى أن الضغط النفسي هو استجابة يقوم بها الكائن الحي نتيجة لموقف يضغط على تقدير الفرد لذاته أو مشكلة ليس لها حل تسبب له الإحباط وتعوق اتزانه، او موقف يثير افكار عن العجز والياس والكتابه (وليد السيد خليفة 2008، ص 182).

ج- تعريف أكسون axon:

الضغط النفسي هو حالة تحدث عندما يواجه افراد احدا يدركون أنها تهدد وجودهم النفسي والجسمي، ويكونون غير متأكدين من قدرتهم على التعامل مع هذه الاحداث (جمعة السيد يوسف، 2001، ص 956).

د- تعريف ليفين وسكوتش: Scotch & Levine

الضغط النفسي هو حالة من الاضطراب وعدم كفايه الوظائف المعرفيه للفرد والتي تتضمن مواقف يدرك الفرد فيها بان هناك فرقا بين ما يطلب منه وبين قدرته على الاستجابة لها) هارون توفيق الرشدي، 1999، ص20)

هـ - تعريف جوردين:

هو الاستجابات النفسية والانفعالية والفيزيولوجيه للجسم اتجاه اي مطلب يتم ادراكه على انه تهديد لرفاهيه وسعاده الفرد (رضوان ابراهيم بوناب، 2012، ص 28).

و - تعريف فونتانا :

الضغوط هي حالة تنتج عندما تزيد المطالب الخارجيه عن القدرات والامكانيات الشخصية للكائن الحي (عبد العزيز المجيد محمد. 2005. ص 15).

تعريف شامل:

نفهم من كل ما سبق ان أصل الكلمه مستعار من العلوم الفيزيائية حيث تشير للشده والصعوبه، الا انه انتقل استعماله الى مجال العلوم الانسانية العامة وعلم النفس خاصه وأصبح يعني استجابة نفسيه وانفعاليه وفيزيولوجيه يحدثها الجسم اتجاه مطلب خارجي يهدد الفرد.

2-انواع الضغوط :

حاول الباحثون تقسيم الضغوط الى انواع ذلك حسب معايير تصنيف معينه منها ما يلي :

2-1 تصنيف على معيار الاثار المترتبة عليها:

حيث ميز هانز سيلبي بين نوعين من الضغوط وهما :

أ) ضغط ايجابي: هذا النوع من الضغط يعد حافزا يدفع الفرد نحو الاداء الافضل ويساعد على الابداع وتتميه الثقة بالنفس.

ب) ضغط سلبي: هو الصورة المدمرة ويؤدي الى اختلال وظيفي في تكيف الكائن (محمد حسن محمد حمدات، 2007، ص 167)، يؤثر في حالته الجسدية والنفسية وهذا ما يؤدي الى اختلال في الاستجابة المعرفية والنفسية.

تصنيف على معيار السبب:

- الضغوط الاسرية: التنافر الاسري الانفصال وفاه... إلخ.
- ضغوط النقص: الممتلكات الاموال نقص الاصدقاء... إلخ.
- ضغوط العدوان: سوء المعاملة بين العائلة من الاقران.... إلخ.
- ضغوط السيطرة: التأديب العقاب القاسي (عمر وصفي عقيلي، 2005، ص 595)

تصنيف على معيار الشدة:

صنفها باب كوك babcack الى ثلاثة أنواع هي:

- ضغط ناتج عن الصراعات الداخلية: كالعصاب وهذا نوع مرتبط بالمفهوم الذي يعطيه الطب العقلي للقلق.
- ضغط ذو أصل خارجي: اي صادرا من بيئه الفرد كم مواجهته للعراقيل خلال سعيه لتحقيق اهدافه.
- ضغط مرتبط بالحاجة الى الابداع: فالمبدع في حاجه لان يعيش في بيئه تحفزه على استغلال طاقاته الابداعية. (لوكيا الهاشمي، بن زروال فتيحة، 2006، ص ص 15-16).

2-4 تصنيف على اساس الفترة الزمنية:

- اي الفترة التي تستغرقها الشده او التوتر ومدى تاثيرها على صحة الانسان ويقسم جينس الضغوط الى :
- الضغوط البسيطة: تستمر من ثواني معدوده الى ساعات طويله تكون ناجمه عن مضايقات صادرة عن اشخاص او احداث غير هامة.
 - الضغوط المتوسطة: تمتد من ساعات الى ايام وتتجم عن بعض الامور كفترة عمل اضافيه او زيارة شخص غير مرغوب فيه.
 - الضغوط المضاعفة: هي التي تستمر الاسابيع وأشهر وتتجم عن احداث كبيره كموت شخص عزيز او فشل دراسي. (فائق فوزي عبد الخالق، 1996، ص 14).

تصنيف على معيار المصدر:

صنفها mc grath إلى:

✓ الضغوط الناتجة عن البيئة المادية: يتعرض لها الفرد داخل نطاق دراسته او عمله
اثناء تادية مسؤولياته.

✓ الضغوط الناتجة عن البيئة الاجتماعية تظهر لدى الافراد الذين يتفاعلون معا في
مجالات العمل او الدراسة.

✓ الضغوط الناتجة عن النظام الشخصي للفرد: تعزى الى الخصائص الشخصية
المتوارثة او المكتسبة. (فاروق عبده فليه، السيد عبد المجيد، 2009، ص308).

2-6 تصنيف اعلى معيار الفئه التي ينتمي اليها الضغط:

وهنا تتعدد الانواع ونذكر ما يلي:

- أ- ضغوط انفعاليه ونفسيه: كالقلق الاكتئاب المخاوف المرضيه...إلخ.
- ب- ضغوط اسرية: بما فيها الصراعات الاسرية الانفصال تربيته الأطفال...إلخ.
- ج- ضغوط اجتماعية: التفاعل مع الاخرين سواء كثرة اللقاءات او قلتها...إلخ.
- د- ضغوط العمل: الصراع مع الرؤساء تغيير مكان العمل كثرة المسؤوليات اضطراب
العلاقه مع الزملاء.

اضافه لانواع اخرى:

- أ- ضغوط ماليه: نقص الامكانيات المادية وتكاليف العيش المعيشية خسائر ماليه...إلخ.
- ب- ضغوط دراسيه وهي نوعان نجد منها الضغوط الايجابية التي تحفز الطالب
على الاداء والمثابرة وتتميز بعدم حد احتمال الطالب مما يجعل منها محفزا بدلا ان
تكون عائقا كالقلق الذي يسبق الامتحانات والذي يكون بدرجة متوسطه ومناسبة اما
الضغوط السلبيه هي التي تتجاوز حدها نطاقه احتمال الطالب حيث اصبحت تحد
من امكانياته وتؤثر على قدراته كقلق الامتحان الزائد والمبالغ به.

ج- ضغوط متعلقه بالطبيعه: كالزلازل والفيضانات.... إلخ (محمد حسن غانم، 43)

د- **ضغوط صحية:** ان اصابه الانسان ببعض الامراض العضويه خاصه المزمئه ومنها وما يرافقها من اعراض جانبية وتكلفه ماديه تصبح هذه الاعراض مصدرا لشعور المريض بالضغوط النفسية (فاطمة عبد الرحيم النوايسة، 2013، ص31)

3- اسباب الضغط النفسي:

أولاً: الاسباب العامة للضغوط:

ان مسببات الضغط بصفه عامه يمكن تصنيفها الى مسببات داخلية تتعلق بوظائف الاعضاء او الداخليه في طبيعه شخصيه للفرد ومسببات خارجية، اذ ان ما يسبب الضغط يختلف من شخص لآخر.

1- المصادر الداخليه للضغوط النفسية:

الانفعال في درجه معقوله يحمي الانسان من الخطر ويشحن طاقاته للانجاز لكن في حالات كثيره تتحول الانفعالات الى مصدر من مصادر الاضطراب ومنها ما يلي:

1-1 نمط الشخصية:

يعرفها عمار كشرو في معجمه بانها تشير الى الخصائص والسمات التي تتوافر في تركيب وكيان الشخص (عمار الطيب كشرو. 1994، ص 266).

ويمكن تصنيف الافراد الى نويتين من انماط الشخصية أحدهما أكثر قابليه للضغوط بسبب رغبته في انجاز أكبر عدد من المهام في أقصر وقت والمبالغه في طموحاته وكأنه يسابق الزمن ويعرف بالنمط "أ"، اما النمط الثاني فيكون عكس النمط الاول ويعرف بالنمط "ب" يتميز بثقة والهدوء وكذا اخذ الامور ببساطه واخذ الوقت في التعامل مع الامور ومواجهتها (علي حمدي، 173، 2000)

1-2 المشكلات الصحيه:

المرتبطه بالصحه الجسديه والفيزيولوجيه اي الاعضاء الحيويه والتهيئ النفسي الاستعداد لقبول المرض وضعف المقاومه الداخليه كذلك يرجع الضغط النفسي الى نشاط الغدد وتضخم غده الادريناين كيف يتزايد افراز الادرينالين منها عندما يواجه ضغوطا ونتيجه لهذا

تتحول الانسجة الى جلوكوز الجسم بالطاقة التي تجعله في حالة تاهب دائما للمرض فالمرض يعتبر مصدرا اساسيا للضغط النفسي (، احمد نايل العزيز 2009، ص ص33-34).

2-المصادر الخارجيه للضغوط النفسية:

- المشاكل الاسرية:

نذكر منها نقص التاييد الاسري التنافر الاسري انفصال الوالدين وغياب أحدهما مرض أحد الوالدين عدم استقرار المنزلي انعدام الحوار والتفاهم وكثرة المجادلات فاذا كان المناخ المنزلي مشعبا بالتوتر والخلافات والمشاكل فهذا يكون عاملا اضافيا يلقي باعبائه على كاهل الفرد ويحمله ضغوطا مختلفة.

- مشاكل العمل:

وتنشأ من مهنة الفرد وعدم الرضا عن المركز الوظيفي او عن الراتب او اضطراب علاقه بين الزملاء او المدراء او كثرة المسؤوليات .

- المشاكل المالية او الاقتصادية:

مثل انخفاض الدخل وارتفاع معدلات البطالة وازدياد تكاليف العيش.

- المشاكل الاجتماعيه:

التمتمله في سوء علاقه مع الاخرين وصعوبه تكوين صداقات كذلك العزله موت عزيز صراع الاجيال (بهاء الدين ماجدة، 2008، ص ص،30 31).

- المتغيرات الطبيعية: مثل الكوارث الزلازل والبراكين والاعاصير والفيضانات وغيرها

(طه، سلامه عبد العظيم حسين، 2006، ص 300)، وكذلك هي الخاصه بدرجه

الحراره والبروده وتضاريس الارض والموارد الطبيعيه وازدحام السكان وقله الخدمات...إلخ.

- ضغوط سياسية:

وتنشأ من عدم الرضا عن الحكم القائم ونتيجة الصراعات السياسية وهيمنة قوى خارجية وغياب المشاركة السياسية.

- ضغوط كيميائية:

كإساءة استخدام العقاقير الكحول الكافيين النيكوتين المخدرات بأنواعها.

ثانياً: اسباب ومصادر الضغوط الدراسي عند الطالب الجامعي

قد يواجه الطالب عند الالتحاق بالجامعة بعض المشكلات منها ما قد يستطيع التوافق معها ايجابيا، ومنها ما قد يجد صعوبه في مواجهتها وايجاد حلول لها وقد تستمر معه لتشكّل حاله من الضغط النفسي المزمّن ومن المشاكل التي تصادف الطالب الجامعي هي :

- انتقال الطالب من الثانويه الى الجامعة او من جامعه الى أخرى.

- المشكلات الماليه نقص الموارد المادية وعدم قدره على تحمل نفقات الدراسه مثل الكتب البحوث النقل.

- مشكلات اكاديميه منها الامتحانات البحوث والواجبات الدراسي المنافسه ضعف التحصيل الدراسي

- مشكلات شخصيه تتمثل في الصراعات مع عناصر المحيط من اساتذه زملاء او مع الاسرة... الخ

4 اعراض وعلامات الضغط النفسي:

عندما يفشل الفرد في التحكم بالمصادر التي تسبب له ضيقا او ازعاجا فانه يمر بخبره او حاله تعرف بالمواجهه او الهروب مع استمرار المصادر المسببه للضغط تظهر الاعراض الا انها تختلف ولا تظهر جميعا في وقت واحد ولا حتى على الجميع الأشخاص (علي عسكرا، 2003، ص 160)، وتصنف الاعراض الناتجة عن الضغط في الجدول التالي (ماجدة بهاء الدين، 2008، ص ص 34-35):

أعراض جسدية	اعراض نفسية وانفعالية	اعراض سلوكية	أعراض معرفية
- صداع - كزّ الاسنان	- قلق - إهتياج	- فرط الاكل أو نقص الشهية	- النسيان وصعوبة استرجاع

الأحداث	- إنعدام الصبر	- شعور بخطر	- جفاف الحلق
- صعوبة في التركيز	- ميل إلى الجدل	- الموت	- شد الفكين
- صعوبة في اتخاذ القرارات	- مماطلة	- إكتئاب	- ألم في الصدر
- اضطراب في التفكير	- زيادة التدخين، الكحول، الادوية	- غضب	- خفقان القلب
- إستحواذ على فكرة واحدة على الفرد	- إنعزال	- فرط الحساسية	- قصر التنفس
- إنخفاض الإنتاج أو دافعية منخفضة	- تجنب المسؤولية	- بلادة	- ارتفاع ضغط الدم
- تزايد الأخطاء	- أداء سيء في العمل	- حزن	- ألم عضلي
- إصدار أحكام غير صائبة	- تغيير في العلاقات العائلية والحميمية	- شعور بفقدان الأمل	- هسر الهضم
	- تدهور في النهاية بالصحة	- شعور بعدم الأمان	- إمساك أو إسهال
	- لوم الغير	- شعور بالعجز	- زيادة في التعرق
	- عدم الثقة بالآخرين	- شعور بالرغبة في البكاء	- تعب
	- تصيد الأخطاء	- عدوانية	- أرق أو نوم زائد
		- تقلب المزاج	- مرض متكرر
		- الخوف من المستقبل	- توتر عالي
			- آلام الظهر
			- إلتهاب الجلد

جدول رقم 1: يوضح أعراض وعلامات الضغط النفسي

اسقاط مفهوم الضغط النفسي على الطلبة في الجامعة نجد الاعراض التالية:

القلق: وهو شائع لدى الطلبة ويتضمن اغراض منها التهيج البكاء سرعه الحركه التفكير الوسواسي الارق فقدان الشهيه التعرق... الخ (شارلتر شيقر، ميلمان هيوارد، تر: داود نسيمه وحمدي نزيه، 1996، 490).

التهرب من الجامعة: اي تغيب الطالب عن الجامعة دون عذر او مبرر اعاده ما تقترن كثرة الغيابات انخفاض التحصيل (شارلتر شيقر، ميلمان هيوارد، تر: داود نسيمه وحمدي نزيه، 1996، 492).

احلام اليقظة: تعرف بانها انغماس الشخص بالاحلام في وقت غير مناسب مما يعوق القدره على التركيز (شارلتر شيقر، ميلمان هيوارد، تر: داود نسيمه وحمدي

نزيه،495،1996). فهي تمكن الطالب من التخفيف من معاناة التي لا يستطيع تحملها او تجاوزها في الحياة الواقعيه فتظهر في تخيلاته .

اضطرابات جسدية: عند احساس الطالب بالضغوط النفسية تهرع الغدة الكظرية لافراز عصاره الكورتيزون التي تزيد من تفاعل الجسم على مواجهه الخطر وهنا تستثار سلسله من ردود الفعل الجسدية على شكل تقلص في جهاز المناعه وتضخم في العضلات وانسداد في مجرى الدم وارتفاع في الضغط وتسبب كل هذه الاضطرابات العضويه مشكلات دراسيه في الارتفاع المزمن في عصاره الكورتيزول يؤدي الى موت الخلايا الدماغيه المسؤوله عن تشكل الذاكره وبنائهاوكذلك تعطل مقدره الطالب على تحديد اولوياته كما اكد اختصاصي البصريات ان الضغوط الدراسيه تسبب في مشكلات بصريه تؤثر على التحصيل الدراسي كذلك تقلص عمليه التنفس وتؤثر على التوازن الكيميائي للجسم (فاطمة عبد الرحيم النوايسة،2013،ص ص 50-52).

وكذلك هناك بعض الاعراض الاخرى منها:

- العجز عن تنظيم الوقت.
- عدم القدره على فهم طريقه اداء الاختبار بطريقه صحيحة.
- عدم القدره على التركيز او الإنجاز.
- تاجيل الاعمال الدراسيه والواجبات المنزلية.
- عدم التكيف مع الجو الأكاديمي او مع الزملاء.
- ضعف الذاكرة.
- ضعف التحصيل الأكاديمي وعدم القدره على التفكير واتخاذ القرارات السليمه والخوف من المستقبل.

الية حدوث الضغط النفسي

ان مراحل حدوث الضغط النفسي تختلف باختلاف الانتماءات الفكرية والنظريه للعلماء سوف نتعرف في هذا العنصر في وجهه النظر هانز سيلبي hanz sely حيث كان له اسهام

هام في تفسير الضغط النفسي بفضل افعال وملاحظاته وتوصل الى اسماء تناذر التكيف العام ويضم ثلاث مراحل لعملية الاستجابة للضغط وهي:

المرحلة الاولى مرحلة الانذار الاستجابة

تبدأ بالانتباه لوجود حدث ضغط وهذا الانتباه يولد تغيرات فيزيولوجية في هذه المرحلة يستدعي الجسم كل قواه الدفاعية لمواجهة الخطر الذي يتعرض له في يحدث نتيجة التعرض المفاجئ لمنبهات لم يكن مهياً لها وهي عبارة عن مجموعة من التغيرات العضوية الكيميائية فترتفع نسبة السكر في الدم ويتسارع النبض ويرتفع الضغط الشرياني فيكون في حاله استنفار من اجل التكيف والتأهب مع العامل المهدد (عبد الله محمد قاسم، 2001، ص ص 116-117).

المرحلة الثانية مرحلة المقاومة (المواجهة)

إذا استمر الموقف الضاغط فان مرحلة الانذار يتبعها مرحلة المقاومة له، فيقوم الفرد بمقاومة الحدث الضاغط، ففي هذه المرحلة تختفي التغيرات التي حدثت في المرحلة السابقة فاذا نجحت المقاومة فان الجسم يعود الى حالته الطبيعية إذا استمر الضغط لدى الفرد لمدته طويله فسيستمر في المقاومة حتى تصبح طاقة الجسم على التكيف مجهده ثم تضعف وسائل مقاومته ويصبح عاجزاً على التكيف فيدخل في المرحلة الثانية (ماجدة بهاء الدين، 2008، ص ص 128-129).

المرحلة الثالثة مرحلة الاجهاد الانهك

هذه المرحلة بشكل غير متوقع فتكون الطاقه قد استنفدت في يحدث الانهيار ويؤدي استمرار الاستجابات الدفاعية الى امراض التكيف مثل الاضطرابات السيكسوماتية (ماجدة بهاء الدين، 2008، ص 129). ما هي الاعراض التي تصيب الفرد في هذه المرحلة هي ارهاق جسيمي مزمن اضطرابات مزمنه في المعده والقولون صداع مزمن اكتئاب العزله الاجتماعيه وقطع العلاقات الاجتماعيه (محمد حسن غانم، ص ص 106-107)

6 تشخيص حاله الضغط النفسي

إن تشخيص حاله الضغط النفسي ان تشخيص حاله الضغط لا يتم بصفه محدد و دقيقه مثل باقي الامراض فهناك بعض المؤشرات الداله على وجود الضغط منها اضطرابات النوم القلق الاستثارة التعب فقدان الشهية، الصداع الام صدرية اسهال مغص.... الخ، شرطه ان لا ترتبط هذه الاعراض باي سبب عضوي وذلك بعد اجراء نفسي وبولوجي ويرتكز تناول الاكلينيكي لضغط على المعطيات لفحوصات مختلفه منها:

6-1 فحص عيادي:

الهدف منه تقدير مختلف الاضطرابات المرتبطه بالضغط.

6-2 فحص اجتماعي - مهني:

هدفه البحث عن عوامل الضغط ومصادره في اسلوب معيشة الفرد ونمط حياتي ظروف العمل او الدراسه الحياه الاسريه.... الخ) منها ايضاح عوامل الاحباط والالتزامات والارغامات المفرطة.

6-3 فحص نفسي:

يهدف لفحص القدره الفرديه في اداره الضغط من حيث التحكم فيه وضبطه باساليب مواجهته فوائده لدراسه بنيه الشخصية لانها مهمه فيما تحديد مدى قابليه الفرد للتاثر بالضغط ذلك من خلال معرفه السمات الطبيعيه وسلوكه كما يهتم بالجانب الوراثي والمعاش اليوم والتجارب السابقه والصدمات.

6-4 فحص تاريخي:

هدف هذا الفحص هو حصر مقدار الضغط المتراكم في حياه الفرد لان لهذا التراكم تاثير خطير على صحته ويتم تقدير ذلك من خلال حصر اهم الاحداث الحياتيه التي تعرض لها الفرد (موت شخص عزيز طلاق سجن.... الخ). ويشير بينسابت الى ان هناك علاقة قوية بين مجموع التغيرات الضاغطة التي طرات في حياه الفرد وتواتر الامراض والاضطرابات.

7. طرق قياس الضغط النفسي:

يمثل قياس الضغط وفحصها والتعرف على مستوياتها لدى الفرد أحد الاهتمامات الرئيسية لدى علماء النفس وجدير بالذكر ان هناك طرق متعددة لقياس وفحص مستوى الضغوط منها:

❖ المقاييس الفيزيولوجية

❖ المؤشرات الكيميائية الحيوية

❖ المقاييس والاختبارات النفسية التي تضم:

اساليب التقدير الذاتي self-reports ومنها

الاستبيانات او الاستخبارات questionnaires

المقابلات interviews.

المقاييس السلوكية behavioral scales وتضم:

الملاحظة observation: في المواقف الطبيعيه والمصطنعة.

الاختبارات الادائية performance scales (جمعة سيد يوسف، 2008، ص 25)

وفي الحقيقة لا توجد وسيلة قياس مناسبة لكل المجتمعات لقياس الظهور لذلك تختلف وسائل وطرق قياس الضغوط باختلاف المجتمعات وباختلاف المجال الذي تعد له المقاييس، فهناك مقاييس تستهدف قياس الضغوط المهنية ومقاييس معده لقياس الضغط الاكاديميه لدى الطلاب، ومقاييس اعاده لقياس الضغط الاسريه كما ان المقاييس المستخدمه في قياس الضغوط تختلف باختلاف العمر الزمني للافراد، فهناك مقاييس تقيس الضغوط لدى الاطفال والمراهقين، كذلك الراشدين، فالمقاييس المستخدمه في قياس الضغوط كثيره ومتنوعة (طه عبد العظيم حسين، سلامه عبد العظيم حسين، 2006 ص 40)

خلاصة:

فيما تم ذكره في هذا الفصل من مفهوم الضغط النفسي وكذا مع عرض مسببات ومصادره واعراضه ومالها من تاثير على الاداء الفكري والسلوكي وحتى الدراسي الذي تعاني منه بالاحص فئة الطلبة ومن هذه الدراسه نود دراسه مدى تاثير هذا الضغط النفسي على مستوى فعاليه الفرد في الحياة وعلى ارادتي في تحقيق الافضل ومستوى دافعتين فضل

الكورونا هذه الجائحه التي لمت امت منذ العام الماضي ايوا هذه الاخيره سنقوم بتناولها في
الفصل التالي

الفصل الثالث: فيروس كورونا covid-19

1- تعريف فيروس كورونا

2- تصنيف فيروس كورونا

3- الأعراض والتظاهرات السريرية لفيروس كورونا.

4- أسباب فيروس كورونا.

5- التشخيص

6- العلاج.

7- مختلف الضغوط النفسية

1. تعريف فيروس كورونا covid-19

هو ذلك الفيروس الذي ينتمي الى فيروسات الكورونا المعروفة، والتي قد تسبب المرض للإنسان والحيوان والذي وصفته منظمه الصحة العالميه بالجائحة والذي ظهر مؤخرا في مدينه يوهان الصينيه في نهايات 2019، وتتجلى اعراضه المرضيه في الحمى والارهاق والسعال الجاف والالام حيث ينتقل هذا الفيروس الى الانسان عن طريق الفطريات الصغيره التي تتاثر من الانف او الفم عندما يسعل الشخص المصاب به او يعطس كما يمكن ان ينتقل الفيروس للانسان المسببه له تلك الحالة المرضية من خلال. التراكيب المتناثره على الاسطح المحيطه بالشخص (who.2020)

2. تصنيف فيروس كورونا:

سنة 2000 تمت مراجعه تصنيف فيروسات كورونا coves من قبل ICTV (اللجنة الدولييه لتصنيف الفيروسات)، وينتمي حاليا فيروس الكورونا COV رتبه الفيروسات NIDOVIRALES عائله الفيروسات الناجيه CORONAVIRIDE والمقسمة الى عائلتين فرعيتين CORONAVIRANAE و TOROVIRINAE، وفي عام 2009 تم تقسيم CORONAVIRANAE، الى اربعة انواع تسمى الفاء، بيتا، جاما، ودلتا كورونا فيروس كل من الفاء، بيتا وجاما حله محل الانواع القديمه لفيروس كوفيد والمتمثله في الانواع 1 و 2 و 3 بالنسبه للنوع دلتا كورونا فيروس DELTACORONAVIRUS تم تعريفه في سنه 2011 ويشمل بشكل اساسي الفيروسات التي تصيب الطيور، وينقسم النوع BETACORONAVIRUS ايضا الى انواع فرعيه والمعروفه او المسماة A B C D أو . A B C D .

الرتبة / الفيروسات العشية NIDOVIRALES	
العائلة/ الفيروسات الناجية	
العائلة الفرعية /الكوروناويات المستقيمة	
الأنواع: فيروس كورونا ألفا	

فيروس كورونا بيتا فيروس كورونا دلتا فيروس كورونا جاما	
تسميات أخرى: الفيروس الناجي: فيروس الهالة، الفيروس المكمل.	الحجم: 80 إلى 200 انومتر

جدول: تصنيف فيروس الكورونا حسب ICTV (SFM.2019)

3. الاعراض والتظاهرات السريرية لفيروس كورونا:

الأشخاص من جميع الأعمار عرضة للإصابة بعد COVID-19 ، حيث يمثل الأطفال والمراهقون الذين تقل أعمارهم عن 18 عام أقل من 2% من حالات كوفيد 19 المؤكدة (DONGE ET AL، 2020)

تشير العديد من الدراسات الى ان غالبية الأطفال المصابين لا تظهر عليهم الاعراض او يعانون من اعراض خفيفة اثناء جائحه الكورونا كوفيد 19، 11 بالمئة من الأطفال المصابين يحتاجون الى دخول المستشفى، بينما ينجو معظم الأطفال من المرض والموت المرتبط بالكوفيد 19 الغير الشائع في الحالات التي تقل أعمارهم عن 18 عاما في المجموعه من 100 طفل ثم قبولهم في حاله الطوارئ في ايطاليا لوحظت حمى منخفضة الدرجة 54 بالمئة والسعال 44 بالمئة وفقدان الشهية 23 بالمئة لوجي لمرض خطير في واحد الى اثنين بالمئة من الحالات (PARRI RT AL.2020).

تشمل السمات السريرية الشائعة للالتهاب الرئوي كوفيد19 عند البالغين الحمى والسعال الجاف والتهاب الحلق والصداع والتعب والام العضلات وضيق التنفس (WANGE ET AL.2020) تتراوح مظاهر المرض في المرضى المصابين بالتهاب رئوي خفيف 81 بالمئه الى التهاب رئوي معتدل نقص الاكسجين يتطلب دخول المستشفى 14 بالمئه، وامراض خطيره تؤدي الى تهويه ميكانيكيه غازيه، واختلال وظائف اعضاء متعددة وربما الموت خمسه بالمئه. يعتمد خطر الوفاة على العمر والامراض المصاحبة الكاملة وشده المرض حيث تزداد حتى 49 بالمئه في المرضى ذوي الحالات الحرجة (MEGOOGAN.2020).

تشير البيانات الوبائية من الصين الى انه يغض النظر عن العمر فان الرجال اكثر عرضه للاصابة بفيروس كوفيد 19 الشديد مقارنة بالنساء (ترتبط الامراض المصاحبه الاساسيه بما في ذلك امراض القلب والاعويه الدمويه وامراض الكلى المزمنه وامراض الرئه المزمنه والسكري والاورام الخبيثه بزياده خطر الاصابه بيكوفيد 19، ان المرض الذين يعانون من السمنه المفرطه وفقا لتعريف مؤشر كتله الجسم الذي لا يقل عن 30 كجم... م اثنان معرضون بشكل اكبر لخطر تدهور المرض ومتطلبات وحده العناية المركزة (CAUSSY ET AL.2020).

4. الأسباب:

ينتشر هذا الفيروس بشكل اساسي بين الافراد من خلال الرذاذ او السعال او العطاس ومن ممكن ان يظل الفيروس حتى ثلاثة ايام على الاسطح البلاستيكية والحديدية وثلاث ساعات في الجو (ت شوقي، 47)

5. تاثير جائحه كورونا على مختلف الجوانب:

1.5 على الطاقم الطبي والموظفين المعنيين:

رغم الاعباء التي يواجهها القطاع الطبي الذي يقدم الخدمة الصحية لمختلف المصابين في المستشفى، قد زاد ضغط اضافي عليهم ناجم عن تفشي وباء فيروس كورونا المستجد اذا عليهم ان يبتعدوا عن ابنائهم وازواجهم وعائلتهم في الوقت نفسه. يزيد اختلاطهم مع المرضى من خطر اصابتهم بالفيروس ولا يقدر من اخذ راحه من نوبات العمل في الوقت المناسب بسبب نقص عددهم اضافه يواجهون ايضا ضغوطا مثل نقص الخبرة وعدم فهم الاخرين لهم والام الانفصال عن احبائهم والقلق بشأنهم ويؤكد هاني هنري لابد من الاعتراف بالدور البطولة للقطاع الطبي فهم حاليا داخل الحدث كمن هم في حاله حرب ان يكون لديهم وقت بالضرورة لمراعاة حالتهم النفسية لدى لابد من الاهتمام بحالاتهم النفسية بعد هذه الازمه فقد يعاني بعضهم من اضطراب ما بعد الازمه لذلك فان الطواقم الطبية والعاملين المعنيين هم اكثر عرضه لخطر الاصابة باضطراب المشاعر والازمات النفسية حيث انه

من الصعب على احد من افراد الطواقم الطبية خدمه المرضى بكفاية اذ كان يعاني من حاله الذعر والهلع والانهيال النفسي خاصه عند مقابله المرضى المصابين بامراض خطيره او الحالات الحرجة سواء في جناح المرضى او العيادات الخارجية.

يتفانم شعوره بالتوتر والقلق والعجز لأنه في حاله صدمه في عالية وهذا كله لكي لا يوجه لهم اصبع الاتهام خاصه في حاله حدوث خطأ طبي للمريض قد يكون بسبب نقص عدد اطباء امراض الصدر وامراض المعدية فيتعين على الاطباء من الاقسام الاخرى المساعدة في مكافحه الوباء ولا يكونون على دراية ببيئة العزل او كيفية استخدام بعض الاجهزة والمعدات الخاصة فيحدث الخطأ. (غربي فاطمة)

وبالنسبة للممارسين العاميين في الطوارئ والموظفين في وحدات العناية المركزة اشاره العديد من الدراسات انه كان انتشار الاككتاب بين العاملين في مجال الرعاية الصحية بنسبه 51 بالمئه والقلق 45 بالمئه والارق 36 بالمئه و 74 بالمئه اعراض الاجهاد اللاحق للصدمة. (LIU ET AL.2020) ففي كثير من الاحيان يكون لدى هذه الفئة الخوف والضيق النفسي والارهاق اقوى الاككتاب والارق الجسدنة واضطراب ما بعد الصدمة واضطرابات الوسواس القهري (RISK.A.DARMADI.2020)

المسببات التي تم تحديدها لمشكله الصحة النفسية لدى العاملين في مجال الرعاية الصحية هي الافتقار الى معدات الحماية الشخصية ضغط العمل المرتفع مخاوف من الاصابة بالعدوى ونقص الدعم الكافي في بنيه العمل (DE PABLO ET AT.2020).

الاختبار المصلي الفيروسي :

وسيلة استقصائية فعالة لتحديد مدى انتشار عدوى السارس2-cov بين السكان jin eyl.2020. تحفز عدوى كوفيد 19 الاجسام المضادة leg ضد بروتين N الذي يمكن ملاحظته في فصل الدم في وقت مبكر من اليوم الرابع بعد ظهور المرض وفي معظم المرضى يحدث الانقلاب المصلي بحلول اليوم 14 (ROKNI ET AL.2020).

التصوير المقطعي CT بعد تصوير المقطع اقصائيات تكميلية اساسيه للكشف عن الالتهاب الرئوي كوفيد19 في سباق الجائحة هذا وفي الحالات الشديدة يلعب التصوير المقطعي COVID-19 دور مهما في تحديد عدوى الرئة الفيروسية وفحص طبيعة ومدى الافات الرئوية وفحص شدة المرض (JEDRUSIK ET AL .2020). تتكون الميزات المعروفة لكوفيد 19 .يتغير نمط التصوير بسهولة خلال فترة زمنية قصيرة (LI X ET AL.2020).

المريض	الاختبار	نوع العينة	التوقيت
المصاب الاعراض	اختبار تفاعل البوليزاريو المتسلسل ذو النسخ العكسي الاختبار المصلي	العينات المأخوذة من المسلك التنفسية السفلى والعليا. سحب المصل اللازم	عند حضور المريض بعد 14 يوم من ظهور الأعراض
المخالط عديم بالاعراض	اختبار تفاعل البوليزاريو المتسلسل ذو النسخ العكسي الاختبار المصلي	المسحات المأخوذة من البلغم والفم والانف والبلعوم المصل	في غضون 14 يوم من آخر مخالطة 14 يوم على الأقل من تاريخ اخر مخالطة

6. العلاج :

من المعروف انه لم يتم التوصل الى علاج لوباء كورونا المستجد الى حد الان ولكن هناك دوما الخطة البديلة والتقليدية لمكافحة الاوبئة الا وهي اللقاحات. وفيما يتعلق بفيروس كورونا لا يزال العمل مستمر لايجاد اللقاح الفعال، والى حد الان تم التصريح بالقبول لعدة لقاحات في بلدان مختلفة ولكن لا يوجد لقاح مقبول في العالم كله) في الفترة الحالية).

ومن هذه اللقاحات نجد لقاح فايزر بيونتيك، سبوتتيك، استرازينيكا (و. عبد الرحمن، 2020/12/04).

حيث تصبح نتائج rt-prc ايجابيه بشكل عام بعد اثنان الى ثمانية أيام zahi et al.2020. ومع ذلك فان طريقه rt-prc شائع الاستخدام تظهر سلبيه كاذبه في بعض الحالات.

7. الاعراض والتظاهرات السريرية لفيروس كورونا:

الاشخاص من جميع الاعمار عرضة للاصابة بعد COVID-19 ، حيث يمثل الاطفال والمراهقون الذين تقل اعمارهم عن 18 عام اقل من 2% من حالات كوفيد 19 المؤكدة (DONGE ET AL، 2020)

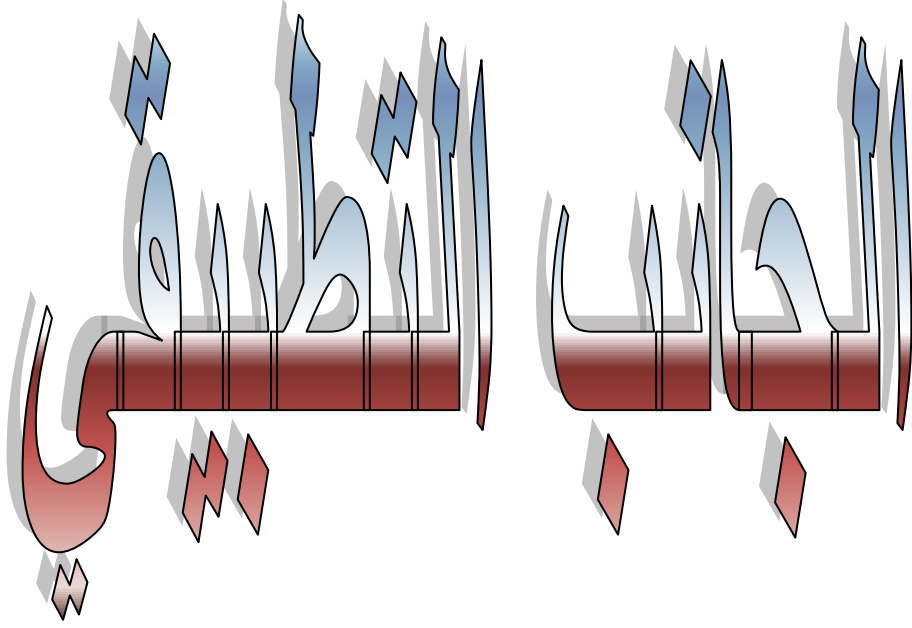
تشير العديد من الدراسات الى ان غالبية الاطفال المصابين لا تظهر عليهم الاعراض او يعانون من اعراض خفيفة اثناء جائحه الكورونا كوفيد COVID19 ، 11 بالمئة من الاطفال المصابين يحتاجون الى دخول المستشفى، بينما ينجو معظم الاطفال من المرض والموت المرتبط بالكوفيد 19 الغير الشائع في الحالات التي تقل اعمارهم عن 18 عاما في المجموعه من 100 طفل ثم قبولهم في حاله الطوارئ في ايطاليا لوحظت حمى منخفضة الدرجة 54 بالمئة والسعال 44 بالمئة وفقدان الشهية 23 بالمئة لوعي لمرض خطير في واحد الى اثنين بالمئة من الحالات (PARRI RT AL.2020).

تشمل السمات السريرية الشائعة للالتهاب الرئوي كوفيد19 عند البالغين الحمى والسعال الجاف والتهاب الحلق والصداع والتعب والام العضلات وضيق التنفس (WANGE ET AL.2020) تتراوح مظاهر المرض في المرضى المصابين بالتهاب رئوي خفيف 81 بالمئه الى التهاب رئوي معتدل نقص الاكسجين يتطلب دخول المستشفى 14 بالمئه، وامراض خطيره تؤدي الى تهويه ميكانيكيه غازيه، واختلال وظائف اعضاء متعددة وربما الموت خمسه بالمئه. يعتمد خطر الوفاة على العمر والامراض المصاحبة الكاملة وشده المرض حيث تزداد حتى 49 بالمئه في المرضى ذوي الحالات الحرجة (MEGOOGAN.2020).

تشير البيانات الوبائية من الصين الى انه يغض النظر عن العمر فان الرجال اكثر عرضه للاصابة بفيروس كوفيد 19 الشديد مقارنة بالنساء) ترتبط الامراض المصاحبه الاساسيه بما في ذلك امراض القلب والاعويه الدمويه وامراض الكلى المزمنه وامراض الرئه المزمنه والسكري والاورام الخبيثه بزياده خطر الاصابه بيكوفيد 19، ان المرض الذين يعانون من السمنه المفرطه وفقا لتعريف مؤشر كتله الجسم الذي لا يقل عن 30 كجم... م اثنان معرضون بشكل اكبر لخطر تدهور المرض ومتطلبات وحده العناية المركزة (CAUSSY ET AL.2020).

ملخص الفصل:

أدت جائحه كوفيد 19 الى عده مشاكل في الصحة النفسية وذلك بسبب التجربة المرضية والعزل والوصم الاجتماعي والتمييز وفقدان الوظائف. يعاني العاملون في مجال الرعاية الصحية والمرضى المصابون بيكوفيد19 ايضا وحتى الاطفال والنساء والمراهقين و كبار السن من اضطرابات ما بعد الصدمة والقلق والاكتئاب والارق حسب ما اظهرت نتائج الدراسات في مختلف انحاء العالم فدور الاخصائي والمرشد والطبيب النفسي لا يقل اهميه عن دور الاطباء والممرضين في ظل فيروس كورونا ما ادى الى انشاء خدمات الصحة النفسية الافتراضية في العديد من الاماكن وكذا استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لتقييم التدخل والدعم النفسي في مجال الصحة النفسية.



الاطار المنهجي للدراسة :

1. المنهج المستخدم

2. الدراسة الاستطلاعية

3. مجتمع الدراسة

4. عينة الدراسة

5. أدوات الدراسة

6. أساليب الإحصائية المستخدمة

تمهيد:

يمكن وصف البحث العلمي على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاطات والمجازفات، التي تجري وقائعها بين أحضان العلم ، هذه المغامرة تستدعي الصبر ، الموضوعية ، الجهد المتواصل، التنظيم ، التخيل الخصب، والفتنة الحادة ، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجديدة...، إلى غير ذلك من هذه العناصر الضرورية لنجاح البحث.

منهج الدراسة :

المنهج هو مجموعة منظمة من العمليات تسعى لبلوغ هدف (مورييس أنجريس،2004، ص99).

يستخدم هذا الأسلوب لدراسة الواقع أو ظاهرة ما يهتم بوصفها وصفا دقيقا والتعبير عنها كينيا وكميا إذ أن التعبير الكيفي يعطينا وصفا للظاهرة موضحا خصائصها، حين يعطينا وصفا للظاهرة موضحا خصائصها، في حين يعطينا التعبير الكمي وصفا رقميا موضحا مقدار هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة (العاتي، 2019، ص85).

مما لا شك فيه أن اختيار المنهج المناسب للبحث مرتبط بطبيعة الموضوع الي يتناوله الباحث والهدف منه والمنهج المناسب لدراستنا هو المنهج الوصفي وذلك لأن الدراسات الوصفية تستهدف تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاصها ودلالاتها، وذلك بوصف الدقيق لظاهرة أوضاعها الراهنة وذلك من خلال وصف متغير الدراسة وهو الضغط النفسي لدى العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائح كورونا

تختلف مناهج البحث باختلاف المواضيع المدروسة للوصول إلى الحقيقة الظاهرة بحثنا يدور حول " الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد) دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي لولاية المسيلة)، وحتى نصل إلى تشخيص هذه الظاهرة المتعلقة بالضغط النفسي في ظل جائحة الكورونا .

الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة استكشافية، إذ هي مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان مما يضيف صفة الموضوعية على البحث (مصطفى عشوري، 1994، 135)، كما أن لها أهمية كبيرة في مساعدة الباحث على صياغة أسئلة دليل المقابلة وجعله يتأكد من سلامة الأسئلة وصياغتها (مجدي عزيز ، 1981، ص187).

مجتمع الدراسة :

هو المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة
أجرينا هذا البحث على العاملين بمستشفى الزهراوي - أطباء وممرضين- في ظل جائحة كورونا، وقد بلغ حجم الدراسة 345 عامل وعاملة.
عينة الدراسة :

عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل المجتمع الأصلي .
وفي بحثنا هذا كان المجتمع الأصلي هو العاملين بمستشفى الزهراوي لمعرفة مستوى الضغط النفسي لديهم تكونت من 53 عامل وعاملة مختلفة بين الجنسين والمصالح.
تجلت عينة الدراسة الاستطلاعية في مجموعة من اعمال الذين يزاولون عملهم بالمستشفى الاستشفائي ، وقد تم اختيار هذا المستوى بالذات نظرا أنه من أهم المراحل العملية في ظل هذا الوباء المفروض في هذه الفترة الخاصة لأكثر قدر من الضغوط الرجعة كونهم في منصب حساس
ولقد قمنا بدراسة استطلاعية ب .المستشفى الطبي الزهراوي بلدية المسيلة . وذلك للتأكد من صحة الفرضيات المتاحة

في الفترة الممتدة ما بين 15-03-2021..إلى 22-04-2021

الدراسة الأساسية :

كانت الدراسة الأساسية ب.المستشفى الطبي الزهراوي

خصائص عينة الدراسة (توضع المتغيرات (الجنس، العمر، المستوى الخبرة ، التعليم، العمل، في جدول واحد او عدة جداول ويعلق عليها)

الجنس	التكرار	النسبة المئوية%
ذكر	23	42.6
أنثى	31	57.4
المجموع	54	100

الجدول رقم: يوضح توزيع أفراد العينة الدراسية حسب متغير الجنس

ويمكن تمثيل الجدول السابق بالشكل رقم 1 الذي يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس



من خلال الجدول والشكل البياني أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد العينة الدراسة والبالغ حجمهم 54 إجمالاً ، نلاحظ أن عدد الذكور قدر بـ 23 فرداً أي بنسبة 42.6% في حين نلاحظ أن عدد الإناث قدر بـ 31 فرداً أي بنسبة 57.4%.

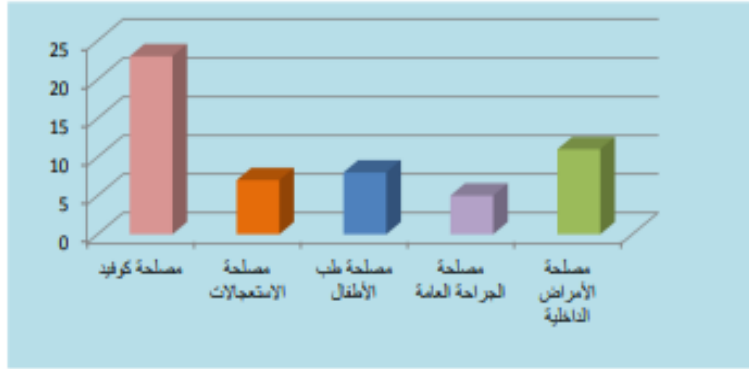
2. عرض البيانات المتعلقة بمتغير مكان العمل

الجدول رقم 02 يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير مكان العمل

مكان العمل	التكرار	النسبة المئوية%
مصلحة كوفيد	23	42.6
مصلحة الاستعجالات	07	13
مصلحة طب الاطفال	08	14.8

9.3	05	مصلحة الجراحة العامة
20.4	11	مصلحة الامراض الداخلية

والشكل رقم 02 يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير مكان العمل



من خلال الجدول والشكل البياني أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد العينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً 54 فرداً نلاحظ أن عدد الأفراد الذين يعملون في مصلحة كوفيد قدر بـ 23 فرداً أي بنسبة 42.6%، أما بقية الأفراد والبالغ عددهم 31 فرداً أي ما نسبته 57.4%، فقد توزعوا على بقية المصالح، منها مصلحة الاستعمالات بـ 7 أفراد، ومصلحة طب الأطفال بـ 10 أفراد، ومصلحة الجراحة العامة بـ 5 أفراد ومصلحة الأمراض الداخلية بـ 11 أفراد.

أدوات الدراسة :

الاستبيان هو نموذج به مجموعة من الأسئلة توجه للباحثين بهدف الحصول على المعلومات معينة وهي أكثر الأدوات استعمالاً في العلوم السلوكية . صممنا لهذه الدراسة استمارة استبيان تحوي عبارات مقسمة إلى ثلاث أبعاد ، قد تم تحليل بيانات دراستنا بالأساليب الإحصائية .

الجدول رقم 03 يمثل استجابة أفراد عينة المحكمين على بنود المقياس وقيم صدفها

البنود	الافراد	الافراد	البنود	قيمة	الافراد	الافراد	البنود

الصدق	لا يقيس	يقيس		الصدق	لا يقيس	يقيس	
1	0	5	10	1	0	5	1
1	0	5	11	1	0	5	2
0.2	1	3	12	1	0	5	3
0.6	2	4	13	0.2	2	5	4
1	0	5	14	0.2	2	4	5
1	0	5	15	1	0	5	6
1	0	5	16	0.6	1	5	7
1	0	5	17	1	0	5	8
0.2	2	3	18	1	0	5	9

وبقيمة مجموع صدق البنود وهو 14 على عددها والمقرب ب18

نتحصل على قيمة صدق المساوية ل:0.77

وعلى اعتبار أن هذه القيمة أكبر من 0.60 يمكننا القول إن هذا المقياس فعلا صادق لما أعد لقياس.

الجانب التطبيقي :

تحليل ومناقشة نتائج الفرصة الأولى

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

ربط النتائج بالدراسات السابقة

خاتمة

عرض وتحليل نتائج الدراسة الأساسية:

تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة والمقدر عددا 54 عاملا في مستشفى الزهراوي ، وذلك بعد التأكد من صلاحيته للتطبيق، من خلال التأكد من الخصائص السيكومترية له . ومن خلال الاوزان النسبية والتي تتدرج من 1 إلى 3، تم تقسيم المقياس إلى مقياس ثلاثي على النحو التالي :

جدول رقم 06 يوضح الميزان التقدير لمقياس ليكرات الثلاثي

الاستجابة	الوزن	المتوسط المرجح بالأوزان	طول الفترة	المستوى
غير موافق	1	من 1 إلى 1.66	0.66	منخفض
محايد	2	من 1.67 إلى 2.33	0.66	متوسط
موافق	3	من 2.34 إلى 3	0.66	مرتفع

وانطلاقا منالمقياس المستخدم في الدراسة والذي يتكون من 18 بندا ، بثلاث بدائل إجابة تتدرج من 1 إلى 3 تكون العلامات الاجمالية التي يمكن لأفراد العينة أن يتحصلوا عليها نظريا تتراوح بين 18 و 54 درجة على المقياس المستخدم، ويمكن تقسيم هذا المجال نظريا إلى ثلاث فترات متساوية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم 09 يوضح تقسيم درجات المقياس نظريا ومستويات القلق من الدرجة الكلية .

الفترات	طول الفترة	المستوى
أقل من 30 درجة	12	منخفض
من 30 إلى 42 درجة	12	متوسط
أكبر من 42 درجة	12	مرتفع

وقبل البدء في تحليل ومناقشة الدراسة الميدانية على ضوء الفرضيات المقترحة، سنقوم بعرض مفصل لتلك النتائج من خلال إحصاء وصفي للنتائج، وقد جاءت نتاج أفراد العينة على المقياس كما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم 10 يوضح إحصاء وصفيا لنتائج أفراد العينة على مقياس الضغط النفسي لدى

العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا

العينة 54=n					متغير القلق النفسي لدى العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا
التباين Variance	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط الحسابي Moyenn e	الحد الأعلى Maximum	الحد الأدنى Minimum	
19.218	4.384	45.91	52	32	

وقبل البدء في تحليل ومناقشة نتائج الدراسة الميدانية على ضوء الفرضيات المقترحة، سنقوم بعرض مفصل لتلك النتائج من خلال إحصاء وصفي للنتائج، وقد جاءت نتائج افراد العينة على المقياس كما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم 09 يوضح إحصاء وصفيا لنتائج أفراد العينة على مقياس الضغط النفسي لدى العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا

العينة 54=n					متغير القلق النفسي لدى العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا
التباين Variance	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط الحسابي Moyenn e	الحد الأعلى Maximum	الحد الأدنى Minimum	
19.218	4.384	45.91	52	32	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن درجات أفراد العينة تراوحت بين 32 درجة كحد أدنى و52 درجة كحد أعلى بمتوسط حسابي 45.91 وانحرفت معياري 4.384 وتباين 19.218.

وتم الاعتماد على هذه النتائج في تحليل ومناقشة فرضيات الدراسة .

عرض وتحليل الفرضية الأولى والتي مفادها : مستوى الضغط لدى العاملين -1

بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا مرتفع

وللتأكد من صحة هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لنتائج كل فقرة على حدة، ومن ثمة ترتيبها انطلاقاً من تلك المعطيات الإحصائية الرقمية ، وتحديد مستوى القلق لكل فقرة بالاعتماد على الميزان التقديري لمقياس ليكرات الثلاثي (الجدول رقم

10

وقد تم تلخيصه في الجدول الموالي

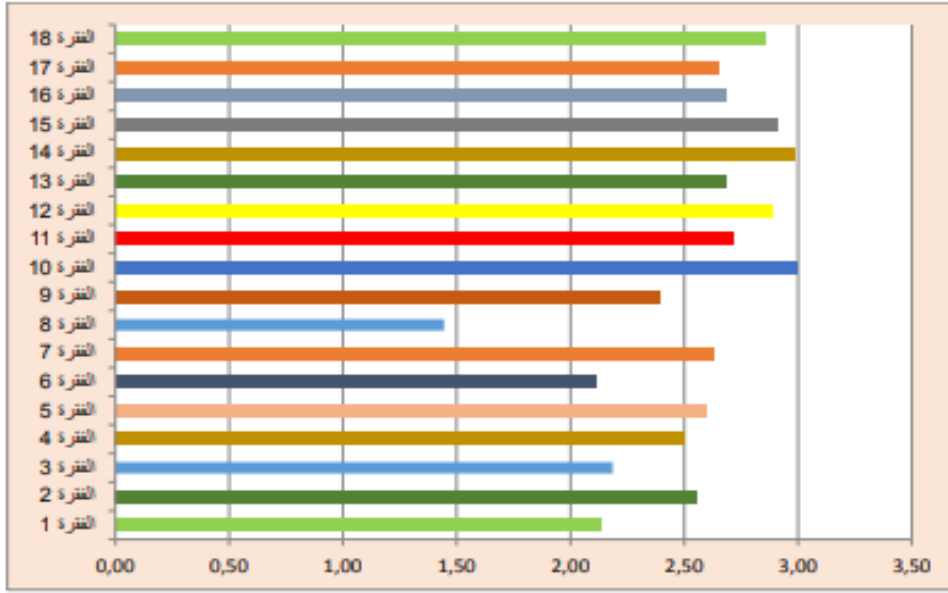
جدول رقم 10: يوضح استجابات أفراد العينة على فقرات مقياس الضغط النفسي في ظل

جائحة كورونا

التقديرات	غير موافق	محايد	1	التكرار	16	15	23
	النسبة المئوية	29.6	27.8	42.6	2.13	متوسط	16
	التكرار	07	10	37			
2	النسبة المئوية	13	18.5	68.5	2.56	مرتفع	12
	التكرار	07	10	37	0.718		
3	النسبة المئوية	24.1	33.3	42.6	2.19	متوسط	15
	التكرار	13	18	23	0.803		
4	النسبة المئوية	16.7	16.7	66.7	2.50	مرتفع	13
	التكرار	09	09	36	0.771		
5	النسبة المئوية	11.1	18.5	70.4	2.59	مرتفع	11
	التكرار	06	10	38	0.687		
6	النسبة المئوية	25.9	37	37	2.11	متوسط	17
	التكرار	14	20	20	0.793		
7	النسبة المئوية	16.7	3.7	79.6	2.63	مرتفع	10
	التكرار	09	02	43	0.760		
8	النسبة المئوية	64.8	25.9	9.3	1.44	منخفض	18
	التكرار	35	14	05	0.664		
9	النسبة المئوية	16.7	27.8	55.6	2.39	مرتفع	14
	التكرار	09	15	30	0.763		
10	التكرار	00	00	01	03	مرتفع	01

				100	00	00	النسبة المئوية	
06	مرقع	2.72	0.627	44	05	05	التكرار	11
				81.5	9.3	9.3	النسبة المئوية	
04	مرقع	2.89	0.372	49	04	01	التكرار	12
				90.7	7.4	1.9	النسبة المئوية	
07	مرقع	2.69	0.609	41	09	04	التكرار	13
				75.9	16.7	7.4	النسبة المئوية	
02	مرقع	2.98	0.136	53	01	00	التكرار	14
				98.1	1.9	00	النسبة المئوية	
03	مرقع	2.91	0.351	50	03	01	التكرار	15
				92.6	5.6	1.9	النسبة المئوية	
07	مرقع	2.69	0.668	43	05	06	التكرار	16
				79.6	9.3	11.1	النسبة المئوية	
09	مرقع	2.65	0.649	40	09	05	التكرار	17
				74.7	16.7	9.3	النسبة المئوية	
05	مرقع	2.85	0.408	47	06	01	التكرار	18
				87.7	11.1	1.9	النسبة المئوية	
مرقع	45.91	4.384	المتوسط الموزون والاحراف المعياري للمقياس كتل					

ويوضح الشكل البياني رقم 03 متوسطات استجابات الافراد حول فقرات القياس:



من خلال الجدول رقم (11) والمتعلق بالتكرارات والنسب المئوية لاستجابات أفراد العينة حول متغير الدراسة الضغط النفسي لدى العاملين به سد شفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا)، وبالرجوع إلى الشكل البياني أعلاه رقم () أمكننا ترتيب فقرات هذا البعد من حيث مستوى القلق، من الأعلى إلى الأمني، حيث جاءت الفقرات مرتبة كما يلي

المرتبة الأولى الفقرة العاشرة التي تنص على (أخاف من نقل الجوي إلى عائلتي) انحراف معياري (00) و متوسط حسابي (03) باجمالي موافق عدد (54) مستجيب من أصل (54) أي أن مصدر ضغط كل أفراد العينة هو خوفهم من إمكانية انتقال عدوى الكوفي 19 إلى عائلاتهم من خلالهم.

" المرتبة الثانية الفقرة الرابعة عشرة والتي تنص الى: (العاملون به صلحة كوفيد-19 يقومون بمجهود إضافي) حي جات قيمة الانحراف المعياري (0.136) و المتوسط احساسى (28) باجمالي موافق عند (53) مسلحين من اسم (54) أي أن مصدر ضغط معظم أفراد العينة هو المجهود الكبير الذي يقومون به في المصالح الطبية والتي أدت على اجهادهم وتعبهم.

المرتبة الثالثة الفقرة الخامسة عشرة والتي تنص : أشعر بالضغط الزائد نتيجة وفاة عمال من نفس القطاع حيث جاءت قيمة الأنحراف المعياري 35 رامتو مسجد الدسائي (291) باجمالي موافق عدد (60) مستجيب من اصل (54)، اي ان افراد العينة يزيد كلما توفى

عامل من قطاع الصحة بسبب هذا الوباء، على اعتبار أن هؤلاء هم من تصون في الصفوف الأمامية لمكافحة الجائحة .

المرتبة الرابعة الفقرة الثانية عشرة والتي تنص على أن العاملين بالقطاع الصحي بالضغط النفسي كلما ارتفعت الإحصائيات) حيث جات قيمة الانحراف المعياري (372) والمتوسط الحسابي (2.89) بإجمالي موافق عدد (49) سست من أصل (54) ، أي أن أفراد العينة يشعرون بالضغط كلما ارتفعت الإحصائيات الخاصة بالوباء، وزيادة الحالات.

المرتبة السادسة عمله الفقرة الثامنة عشرة والتي تنص على: (و شعر العاملون بمصلحة كوفيد-19 بالضغط النفسي كلما ارتفعت الوفيات) حين جانان قيمة الانحراف المعياري (0.408) والمتوسط الحسابي (2.85) بإجمالي موافق عدد (47) ستجيب من أصل (54)، أي أن أفراد العينة يشعرون بالضغط كلما ارتفعت الاد سبات الخاصة بالوباء و به حالات الوفات بسببه.

المرتبة السابعة" الفقرة الثالثة عشر والتي تنص على : " العاملون بمصلحة كوفيد يلايهم ضغط نفسي مرتفع حيث جاءت قيمة الانحراف المعياري 0.609 والمتوسط الحسابي 2.69 بإجمالي موافق عدد 41 مستجيب ومحاييد 09 مستجيب من أصل 54، أي أن نسبة كبيرة من أفراد العينة يرون أن العاملين في مصلحة كوفيد هم من يعانون من مستوى قلق مرتفع . على اعتبار أنهم في اتصال مباشر ويومي بالحالات وبالوباء .

النتائج العامة: من خلال البيانات المتحصل عليها من تطبيق مقياس " الضغط النفسي لدى العاملين بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا على عينة الدراسة والمتكونة من 54 عاملا وعاملة بالمستشفى الزهراوي أمكننا الخروج ب:

يمكننا القول ببحثنا هذا بعنوان " الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد (دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي لولاية المسيلة):"

وقد هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عما إذا كانت هناك ضغوط نفسية مثرة على عمال القطاع الصحي في ظل الجائحة التي ألمت بالعالم أجمع وكذا بلادنا ، في ظل ثلاث متغيرات، هي : الجنس ، السن ، الخبرة : وتم طرح التساؤلات التالية :

1/ما هو مستوى الضغط النفسي لدى عمال القطاع الصحي بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا كوفيد؟

2/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين؟

3/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الجنس؟

4/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الخبرة؟

5/هل هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات المستوى التعليمي؟

تحت هذه التساؤلات صيغت الفرضيات التالية :

1/: يعاني عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد من مستوى ضغط نفسي مرتفع.

2/: توجد فروق في مستويات الضغط النفسي بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين

3/توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الجنس

4/توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الخبرة

5/ توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات المستوى التعليمي.

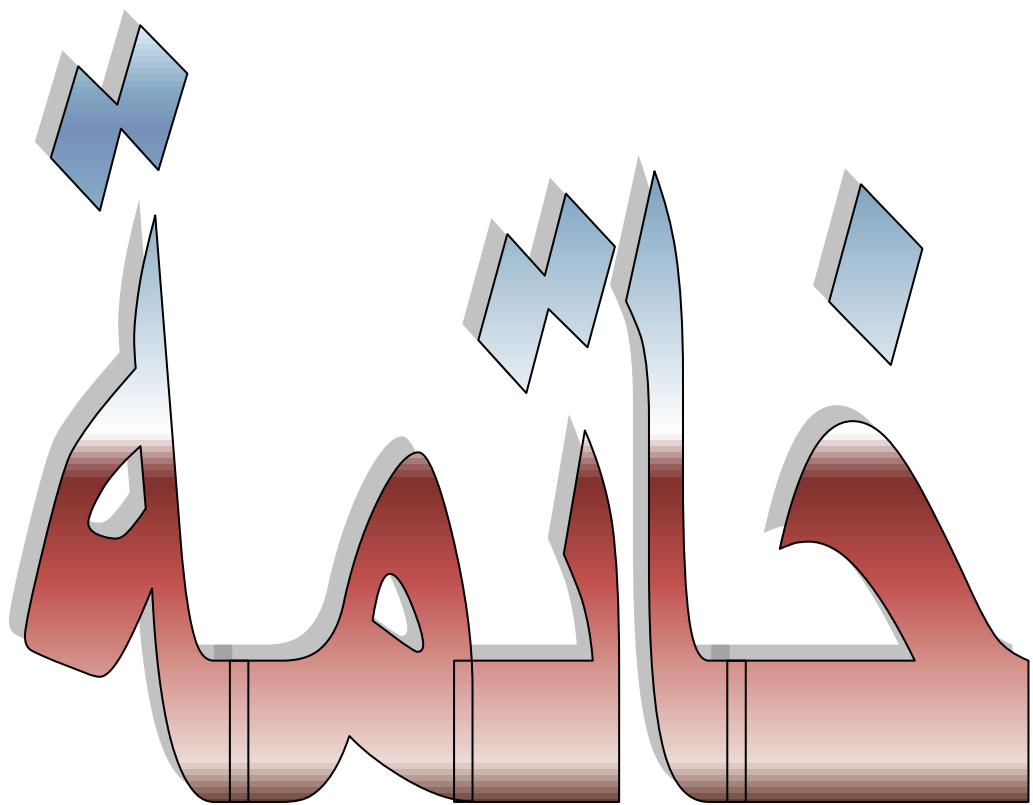
❖ وعليه فقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

يعاني عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد من مستوى ضغط نفسي مرتفع، كما توجد فروق في مستويات الضغط النفسي بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين وهناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الجنس، وأخيرا لاحظنا فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الخبرة

وأخيرا فقد تعرضنا في الجانب التطبيقي إلى أهم الخطوات المنهجية والأدوات المستعملة في جمع البيانات وبعض الإحصائية الدلالية التي أعطتنا نظرة شاملة وتوصلنا إلى إثبات أو نفي الأسئلة التي كانت تدور في ذهننا

- مستوى الضغط لدى العاملين به مستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا مرتفع وهذا ما أكدته قيمة المتوسط المرجح للأوزان للمقياس ككل حين بلغ (45.91) بانحرافه معياري (4.384) ، وهي قيمة أكبر من 42 درجة، وهو ما يقابل المستوى المرتفع على جدول تقسيم لدرجات المقياس نظريا ومستويات الضغط انطلاقا من الدرجة الكلية، ويرجع أفراد العينة ارتفاع هذا المستوى إلى جملة من المصادر يأتي على رأسها الخوف من نقل العدوى لأفراد العائلة بنسبة 100 % ، يليه المجهود الإضافي بنسبة 981 الذي يقوم به عمل مستشفى الزهراوي في هذه الفترة بالذات، والطاولات الكبيرة التي يتكون لها، ويأتي في المرتبة الثالثة من حيث مصدر هذا الضغط، سماع هؤلاء العمال بخير وفاة أحد زملمهم جراء الوباء بنسبة 97.6 ، تليه ارتفاع حصيلة الحالات الجديدة المسجلة وكذا ارتفاع عدد الوفيات ، في حين أن 81.5% من أفراد العينة

يرجعون الى شققهم وحرصهم الدائم على تطبيق البروتوكول الصحي والإجراءات الوقائية من فيروس كورونا المسجل وارجعت 75.9% منهم مصدر قلقي إلى نقص الإمكانيات العالية الجالية الجاد لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند الم سمفوى (1.15) بين متوسط درجات الذكور و متوسط درجات الالات على مقياس القلق النفسي في ظل جائحة كورونا.



خاتمة :

أجريت هذه الدراسة للكشف عن مدى تأثير الضغوط النفسية على حياة العمال في القطاع الصحي بمستشفى الزهراوي ، وتتنوع هذه التأثيرات فهي تمس جل جوانب العمال ، سواء كانت عائلية أم مهنية أم اجتماعية أم نفسية

هذا ما يعبر عنه بمفهوم الضغط النفسي الذي أصبح من المواضيع المتداولة كثيرا في عصرنا الحالي سواء من قبل المختصين أو غيرهم، ويرجع الفضل في تطور هذا المفهوم إلى العالم هانز سيللي الذي طور نظريته عن الضغط النفسي الذي اعتبره استجابة فيزيولوجية للجسم في مواجهة المواقف الضاغطة، ليفتح المجال أمام العديد من الباحثين للتعلم أكثر في الموضوع مما أدى إلى ظهور نظريات وأساليب واستراتيجيات المواجهة للتعامل مع الضغط ويرجع الفضل في التعلم في هذا المجال إلى العالمان لازاوس وفولكمان حيث يعتبران رواد هذا الميدان الذي يستحق الإبحار في

لذا فإن التطرق الى موضوع الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها صار من الضرورة لما يتطلب هذا الموضوع من فهم أكثر وتوضيح مسباته وأنواعه ونتائجه على الأفراد، وبالأخص موضوع أساليب مواجهة الضغط النفسي لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة الكورونا ، نظرا ملا يميز هذه الفئة من مميزات شكلية واضحة وقصور نمائي وعقلي دائم، مما يجعل العمال يعيشون ضغوطا ويتعاملون معها بأساليب مواجهة تختلف تبعا لعدة متغيرات منها شدة إدراكهم للضغط النفسي، فقد توصلت نتائج هذه الدراسة وبالاعتماد على أدوات قياس للضغط النفسي وأساليب المواجهة لدى عمال القطاع الصحي حيث توصلنا أن أن العمال يعانون من مستوى ضغط نفسي تختلف درجاته .

تدفعنا هذه النتائج إلى طرح بعض التساؤلات التي ربما تستحق أن تكون موضوع إشكالية مطروحة للدراسات المستقبلية مثل تناول متغيرات الدراسة الحالية في ضوء متغيرات أخرى ، وفي ضوء ما انتهت إليه الدراسة الحالية من نتائج فإنه يمكن الخروج ببعض الاقتراحات كما يلي:

- هل يوجد علاقة ارتباطية بين أساليب مواجهة الضغط لدى عمال القطاع الصحي تعزى إلى عوامل مختلفة؟
- أساليب المواجهة لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة الكورونا في ضوء أبعاد قياس لازاروس للمواجهة.

السلامة

الله

قائمة المصادر والمراجع:

باللغة العربية:

1. ابراهيم محمود عبد الصمد ،الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية الامكانات والنشآت في المجال الرياضي، ط1، دار النشر الوفاء، الاسكندرية، 2004.
2. World Health Organization Novel coronavirus (2019-nCoV) . .2 situation reports. Geneva: World Health Organization: 2020 •
3. SFM, traite-de-virologie-medicale, societ  francais de virologie .3 2019. • Dong Y. Mo X, Hu Y, et al. Epidemiological characteristics of 2143 pediatric patients with 2019 coronavirus disease in China. Pediatrics 2020 •
4. Bialek S, Bouncy E Bowen V, et al.: CDC COVID-19 .4 Response Team. Severe outcomes among patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) United States, February 12-March 16, 2020 – N
5. Pami, M. Lenge, B. Cantoni, A. Amighini, M. Romanengo, A. .5 Urbino, et al. COVID-19 in 17 Italian Pediatric Emergency Departments Pediatrics (2020).
6. Wang D. Hu B. Hu C, Zhu E. Liu X, Zhang J, Wang B. .6 Xiang H. Cheng 2 Xiong Y. Zhao
1. Clinical characteristics of 1.38 hospitalized patients with 2019 .1 novel coronavirus infected pneumonia in Wulan, Chinat. .C.
- Caussy, F. Wallet, M. Laville, E. Disse Obesity is Associated with severe Forms of COVID-19 Obesity, 28 (2020),

- Wu Z. McGoogan JM (2020) Characteristics of and .2
important lessons from the coronavirus disease 2019
- (COVID–19) outbreak in Chinu, summary of a report of 72 314 .3
cases from the Chinese Center for Disease Control and
Prevention – Jean–Min Jin, Peng ButiWei He, Fel Wu, Xito–
Fang Liu, De–Min Han, Shi Liu, and Jin–Ku Yang Gender
Differences in Patients with COVID–19. Focus on Severity and
Mortality Front Public Health 2020 .
- Lippi G Plebani M. The critical role of laboratory medicine .4
during coronavirus disease 2019 (COVID–19) and other viral
outbreaks, Clin Chem Lab Med.
- 2020 –Pan Zhai. Yanbing Ding. Xia Wu. Junke Long. Yanjun .5
.Zhong. Yiming LL
6. أحرنا الغالي، (2020)، جائحة كوفية – 19 – Cid و سيكولوجية التدخل والمواجهة،
شبكة العلوم النفسية العربية، المغرب
- http://www.arabpsynet.com/Documents/DocAharchaou– .7
- PsychologyInterv&Conf.pdf في الصحة النفسية: تعزيز استجابتهاء (31 .8
مارس (2018)).
- https://www.who.int/ar/news–room/fact–sheets/detail/mental– .9
.health
10. غربي فاطمة، الباحثة المشاركة في هذه المسابقة مسابقة اتحاد طلبة علم
النفس العيادي في شاهد أحسته (2019)، الكفاءة الذاتية المشتركة والقدرة على حل
المشكلات والتوجه نحو الهدت كميات المناعة النفسية لدى المتفوقين دراسيا
(المكونات العالية لقياس المناعة النفسية)، ب ا ج 29، ع 3)

11. مشرقي رأفت سمير، الجشي عبد الصمد، ((2020)، مجموعة الإرشادات الرئيسية للصحة النفسية في ظل انتشار مرض كوفيد (16)، مركز جويق هوكنز آراسكر الطبية قسم الطب النفسي

12. <https://www.jhah.com/dist/assets/img/jhah-logo.svg>

1. 7. هوي قنع، 2020، قليل الوقاية من فيروس كورونا المنجد، المستقبل الرقمي، -
www. 2019 advice-for-public/q-a-coronaviruses

13. Sun Salehi. Aidin Abedi, Sudheer Balakrishnan & Ali
Gholamrezainezhad Coronavirus disease 2019 (COVID-19)
inuging reporting and data system (= (COVID-RADS) and
cummon lexicon: a proposal based on the imaging data of 37
studies. European Radiology 2020,

14. Konstantinos Kontoangelos, Marina Econon ami
Charalambos Papageorgiou.

15. Mental Health Effects of COVID-19 Pandemia: A Review
of Clinical and Psychological Traits Department of Psychiatry.
Eginition Hospital, Medical School National & Kapodistrian
Greece 2020,

16. Riska Habriel Ruslie, Darmadi Darmadi Coronavirus
Disease-2019 and Mental Health Scientific Foundation
SPIROSKI, Skopje, Republic of Macedonia Open Access
Macedonian Journal of Medical Sciences, 2020

17. IASC Reference Group on Mental Health and
Psychosocial Support (MHPSS) in Emergency Settings

• Panchal N. Kamal R. Orgera K, Cox C Garfield R.	.18
Hamel L. Munana C, and Chidambaram P	
. The Implications of COVID-19 for Mental Health and	.19
Substance Available from	
https://www.kit.org/coronavirus-covid	.20
ssue-briel/the-implications-of-covid-19-for-mental-	.21
health-and-subistance use/.	2020
• Olrice for National Statistics, Statistical bulletin.	.22
Coronavirus and the latest indicators for the UK economy and	
society.	2020
Bilal Javed Abdullah Surwer. Erik B. Soto. The	.23
coronavirus (COVID-19) pandemic's impact on mental health	
	2020
Julius Ohrnberger. Eleonora Fichera, Matt Sutton. The	.24
relationship between physical and mental health: A mediation	
analysis	2020
Nabi, H. Kivimaki. M. De Vogli, R. Marmot MG.. Singh-	.25
Manoux, A, 2008	
Positive and negative alleet and risk of coronary heart	.26
disease whitehall II prospective cohort study	
Surtees, P., Wainwright, NW, Luben, R.N. Wareham, NJ.,	.27
Bingham. SA, Khaw. KT.. 2008 Psychological distress, major	
depressive disorder, and risk of stroke. Neurology	

Ohrnberger, J., Fichera, E., Sutton, M., 2017. The dynamics of physical and mental health in the older population	.28
J. Econ	
• Coghlan R, Lawrence D, Holman CDI. Jublensky AV (20015) Duty to Care: Physical Illness in People with Mental Hiness. The University of Western Australia, Perth	.29
isley SR, Goldberg DP (1997) The effect of physical ill health on the course of psychiatric disorder in general practice.	.30
British Journal of Psychiatry	
ean Cottraux, Les thérapies comportementales et cognitives, 3 eme édition, Masson, Paris, 2001. P 238.	.31
K. • Li X, Zeng X, Lit B, Yu Y COVID-19 infection presenting with CT halo sign. Radiol Cardiothorac Imuging	.32
2020. 21	
s://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus	.33

الملاحق :

مقياس الضغوط النفسية المرتبطة بـ الكوفيد-19 للمرضيين :

الجنس : ذكر - أنثى

العمر : أقل من 20 من 21 - 35 . من 36 - 50 . فوق سن 50

المستوى التعليمي: باكالوريا ليسانس ماجستير

الخبرة : أقل من 5 - 10 ، من 11 - 15 ، من 16 - 20 ، أكثر من 20 .

العمل في مجال كوفيد -19 مع المرضى مباشرة، الاستعجالات ، في العناية المركزة .

الرقم	العبارة	مطلقا	أحيانا	غالبا	دائما
01	أعتقد أن وظيفتي تعرضني لخطر				
02	أشعر بضغط إضافي				
03	أنا خائف من الإصابة بفيروس كوفيد19				
04	أشعر أن لدي القليل من السيطرة على ما إذا كنت سأصاب بالعدوى أم لا.				
05	أعتقد أنه من غير المرجح أن أعيش إذا أصبت بكوفيد 19				
06	أفكر في الاستقالة بسبب كوفيد -19				
07	أخشى أن أنقل كوفيد -19 للآخرين				
08	عائلي وأصدقائي قلقين من الإصابة بسببي				
09	يتجنب الناس عائلي بسبب عملي				
10	التفكير في كوفيد -19 يجعلني أشعر بالضغط				
11	أشعر بالضغط عندما أفكر في تهديد كوفيد19				
12	أشعر بقلق شديد بشأن جائحة كورونا				
13	إن الإصابة بـ كوفيد -19 تجعلني أشعر بالضغط والتوتر				
14	أعتقد أن وظيفتي تعرضني لخطر كبير				

المسيلة في :

إلى السيد: **مدير مستشفى الزهراوي**

الموضوع: تسهيل مهمة لإجراء الدراسة الميدانية

تحية عطرة وبعد ...

في إطار انجاز دراسة ميدانية (مذكرة تخرج) لطلبة السنة الثالثة ليسانس.

الشعبة: علم النفس التخصص: علم النفس العيادي

نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطالب (ة) المذكور (ة) أدناه وتقديم المساعدة الممكنة واللازمة في حدود أغراض البحث العلمي، وما يسمح به القانون، وهذا على مستوى المصالح التي تشرفون عليها.

عنوان الدراسة: ... الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا (دراسة ميدانية بمسشفى

الزهراوي لولاية المسيلة).

المشرف: مناصرة عمر

1- اسم ولقب الطالب عويبة سهير رقم التسجيل 171735081992

2- اسم ولقب الطالب والي منال رقم التسجيل 181835075387

3- اسم ولقب الطالب ربيعي تسنيم رقم التسجيل 181835075003

4- اسم ولقب الطالب ميرة ريان ياسمين رقم التسجيل 181835075592

في الفترة الممتدة من: 18/04/2021م إلى غاية: 18/05/2021م

في الأخير لكم منا أسمى عبارات التقدير والاحترام.

نائب العميد المكلف بالبحث العلمي
الدكتور: مرزقلال إبراهيم

رئيس القسم
علم النفس
العلوم الإنسانية والاجتماعية

E-mail

Téléphone / Fax

univ28psy@yahoo.com

قسم علم النفس . الهاتف / الفاكس (213) 0355353054

البريد الالكتروني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم: علم النفس...

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصرح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيدة(ة): ميرة ريان ياسمين

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: المسيلة 139950260086

والصادرة بتاريخ: 2018 / 03 / 23

عن دائرة: المسيلة

المسجل (ة) بكلية: علوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

الصقوب التفسيرية لدى عمال التطوع الصحي في ظل جائحة

كورونا (دراسة ميدانية في مستشفى الزهراوي)

أصح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:

إمضاء المعني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: ... علم النفس

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصرح شرقي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): عولية سفير

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: المسيلة ' 119990995629050003

والصادرة بتاريخ: 22-02-2017

عن دائرة: المسيلة

المسجل (ة) بكلية: علوم الإنسانيّة والاجتماعيّة قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

الصقوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي كمنظّل جائحة

كورونا (دراسة ميدانية في مستشفى الزهراوي).

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:

إمضاء المعني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم الاجتماع

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصريح شرطي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): والبي منال

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: كسيلة 119990995026890000

والصادرة بتاريخ: 23-04-2018

عن دائرة: المسيلة

المسجل (ة) بكلية: علوم الإنساني والاجتماعية قسم: علم الاجتماع

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها: الصعق والتقسيم لدى عمال القطاع المصرفي في ظل جائحة

كورونا (دراسة ميدانية في مستشفى الزهراوي)

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:

إمضاء المعني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم: علم النفس

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): ربيح نسيم

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: لم ألبه

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 110000230023710004

والصادرة بتاريخ: 13 03 2018

عن دائرة: المسيلة

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها:

الصحة النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة

كورونا (دراسة ميدانية في مستشفى الزهراوي)

أصبح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في

إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ:

إمضاء المعني

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة: الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد (دراسة ميدانية بمستشفى الزهراوي لولاية المسيلة).

ما هو مستوى الضغط النفسي لدى عمال القطاع الصحي بمستشفى الزهراوي في ظل جائحة كورونا كوفيد؟

2 فرضيات الدراسة :

1/: يعاني عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد من مستوى ضغط نفسي مرتفع.

2/: توجد فروق في مستويات الضغط النفسي بين العاملين في مصلحة الكوفيد والغير العاملين

3/توجد فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي ترجع لمتغيرات الجنس

لمتغيرات المستوى التعليمي.

1-3 أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الموضوع المتناول في هذه الدراسة والمتمثل في الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا، كونه موضوع من الموضوعات المهمة في مجال البحث النفسي الاكلينيكي نظرا لأهمية هذه الشريحة المتمثلة أساسا في عمال القطاع الصحي، لما لهم من أدوار إنسانية تخدم الفرد والمجتمع، وتعاملهم الدائم مع المرضى، كما تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها موضوع دراسة جديدة لم يتم تناولها من قبل، بالإضافة لانسى أهمية هذه الدراسة في كشف ومعرفة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الأطباء والممرضين وعمال القطاع الصحي في ظل هذه الجائحة، مما يصاحبه نوبات قلق وتوتر فظاهرة الضغوط من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى في مضامين بيولوجية ونفسية واقتصادية واجتماعية ومهنية....

1-4 أهداف الدراسة:

1 /معرفة مستوى الضغوط النفسية لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا كوفيد

2/التعرف على مدى تأثير الضغوط النفسية على عمل الاطباء في مصلحة الكوفيد والغير العاملين.

3/معرفة اهم الفروق في مستويات الضغط النفسي لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي التي ترجع إلى متغيرات الجنس

4/معرفة اهم الفروق في مستويات الضغط النفسي لدى الممرضين في مستشفى الزهراوي التي ترجع إلى متغيرات الخبرة.

