وزارة التعليم والبحث العالي
جامعة الدكتور يحي فارس-المدية-
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الإجتماعية.

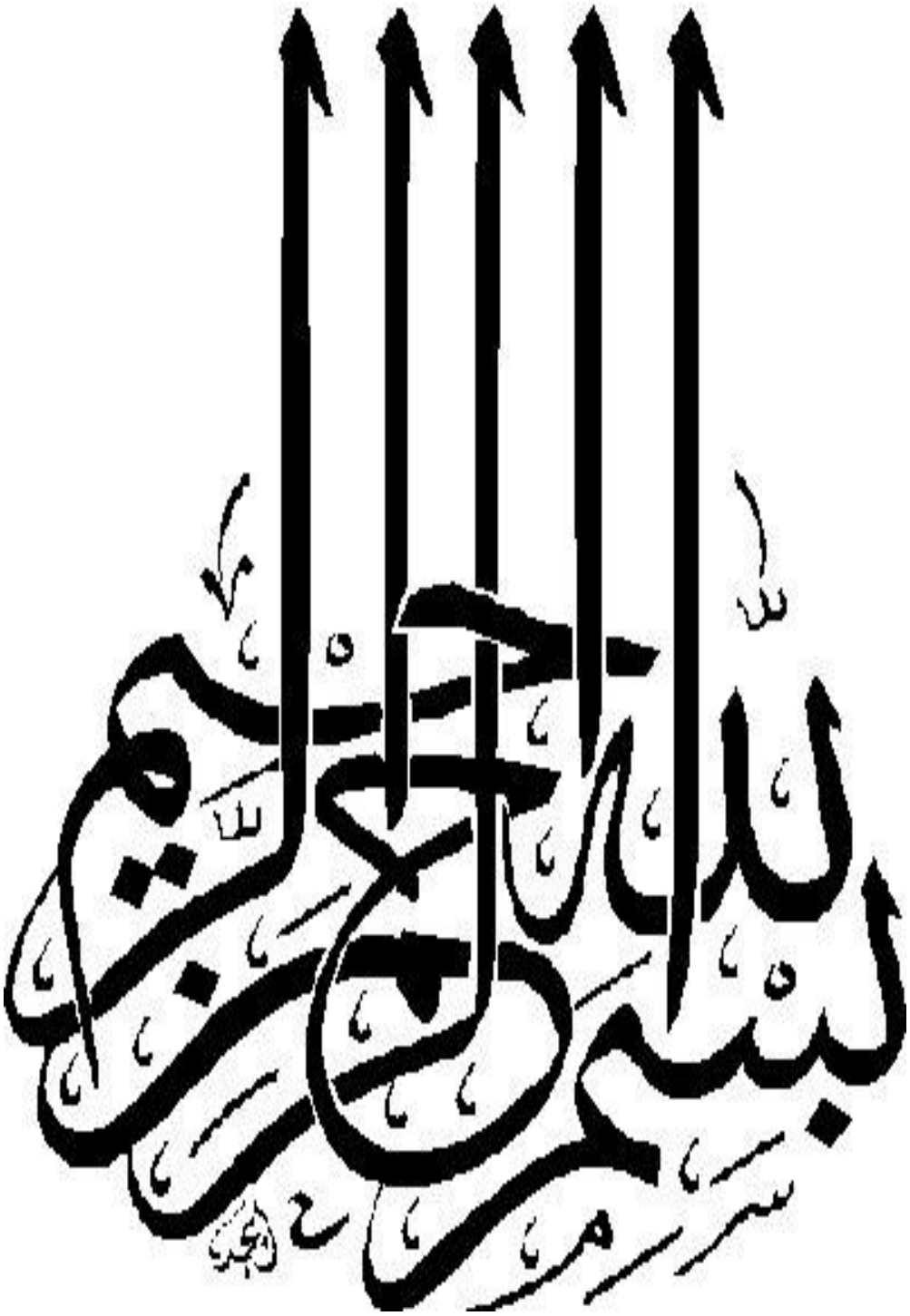
المساندة النفسية الاجتماعية لمرضى كوفيد 19 وعلاقاتها بالعمليات العلاجية.

مذكرة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي.

إعداد الطالبتين:
فاطمة قساب.
خليدة سياح.

إشراف الأستاذ:
محمد الوناس.

السنة الجامعية 2020-2021.


بسم الله الرحمن الرحيم

إهداء

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة ومهد لنا طريق النجاح

اهدي هذا العمل إلى:

بحر الحنان ومنبع الهدى والأمان

إلى قرة عيني وتاج راسي إلى والدي الكريم حفظه الله

إلى أروع ما في الكون

إلى من شق دربي بدعواتها وحنانها أطال الله في عمرها أمي الحبيبة

إلى أنبل رابط في الدنيا اخواتي والى من دفعني إلى النجاح فاطمة الزهراء-زهرة-حياة-هجيرة-بركاهم-والى كتكوت العائلة اخي –يحي-

إلى من قاسمني هذا العمل "وفاء" والى كل من وجدت فيهن روح الصداقة والأخوة الحقيقية فضيلة وغالية وسارة ولا انسي صديقاتي الأخريات

إلى كل أساتذة قسم العلوم الإنسانية والاجتماعية واخص بالذكر الأستاذ المشرف

إلى كل طلبة السنة الثانية ماستر تخصص علم النفس العيادي.

خليدة.

إهداء

الى التي تذكرني بقلبها قبل أن تراني بعينها، إلى ينبوع الحنان وسر الحياة والوجدان، الى بلسم جروحي ونبض روحي، الى من لا تحلوا الحياة إلا بوجودها، الى الصدر الحنون والوجه البشوش أمي الحبيبة

إلى من ميزه الله بالهيبة والوقار، إلى من احمل اسمه بكل افتخار إلى من عمل بجد وكد في سبيلي وتحمل عبء الحياة وأوصلني لما أنا عليه، إلى رمز العطاء والحب أبي الغالي

الى من تقاسمت معهم رحم أمي، إلى من أهداهم لي القدر أخي الغالي وعمورة وأخواتي ابتسام-خيرة-خلود-فريال والى برعم العائلة-محمد.

الى من قاسمتني هذا العمل خليدة

الى اعز وأروع من تعرفت عليهم في مشواري الدراسي

فتيحة- خديجة-اشواق-رقية-شهيناز-فضيلة-مزولا-غالية ولا انسى صديقاتي الأخريات

والى كل من يعرفني ويتمنى لي النجاح.

فاطمة.

الشكر و العرفان:

الحمد لله العظيم على كرمه وبركة إعطائه وشمولية نعمته والصلاة والسلام على حبيب الله وخير الله وخير عباده سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

نحمد الله أننا وفقنا في انجاز هذا العمل المتواضع فان أصبنا فمن الله وحده وان أخطانا فمن أنفسنا

نتقدم بجزيل الشكر للأستاذ "الوناس محمد "على إشرافه على هذا العمل المتواضع وسعادتنا في انجازه كما نتقدم بالشكر إلى كل من أمدنا بيد العون والمساعدة في إعداد هذه المذكرة نخص بالذكر:

-أساتذة جامعة المدية.

-زملائنا في الدراسة.

-عمال مكتبة جامعة المدية.

مع احتراماتنا لكم

فاطمة-خليدة.

محتوى الدراسة:

هدفت الدراسة إلى المساندة النفسية الاجتماعية لمرضى كوفيد 19–وعلاقتها بالعملية العلاجية، لتحقيق أهداف الدراسة استخدمنا دراسة حالة، تكونت من مقياس المساندة الاجتماعية، وجرى التأكد من صدق الأداة وثباتها، ولتحقيق هذه الدراسة قمنا باختيار أربع حالات مصابة بالمرض كوفيد 19–والتي تمثلت في مجموعة من النتائج الهامة أساسها المساندة النفسية الاجتماعية، حيث أسفرت لنا النتائج عن وجود درجة مرتفعة للحالة الأولى تشير إلى أن هناك وجود علاقة ارتباطيه بين المساندة النفسية والعلاقة العلاجية تمثلت هذه الأخيرة في تقديم المساعدة التي كانت من المحيط الداخلي والخارجي لها، إضافة إلى النتائج الثانوية تبين أن الحالتين الأخيرتين في وجود نسبة منخفضة من المساندة عن طريق مقياس المساندة النفسية الاجتماعية المقدمة وهذا تبعا لاختلاف متغير العمر.

ومن أهم الحاجات التي أكد عليا الأخصائيين وتقديمهم لبعض التوصيات توصلوا نهم يجب خلق جو من الاهتمام والعطف لهؤلاء المرضى حتى ليتسنى لهم الشعور بالوحدة الاجتماعية يجب توفير ما تم ذكره على أساس تحقيق المساندة النفسية الاجتماعية.

Résume :

L'étude visait l'accompagnement psychosocial des patients Covid-19 et sa relation avec le processus thérapeutique.Pour atteindre les objectifs de l'étude, nous avons utilisé une étude de cas, qui consistait en une échelle d'accompagnement social

La validité et la fiabilité de l'outil ont été vérifiées, et pour réaliser cette étude, nous avons sélectionné quatre cas infectés par le Covid-19, qui ont été représentés dans un ensemble de résultats importants basés sur l'accompagnement psychosocial,

Les résultats nous ont montré un degré élevé du premier cas, indiquant qu'il existe une corrélation entre le soutien psychologique et la relation thérapeutique

Cette dernière consistait à fournir une assistance qui venait de la périphérie intérieure et extérieure.

En plus des résultats secondaires, il a été constaté que les deux derniers cas ont un faible pourcentage de soutien à travers l'échelle de soutien psychosocial fournie, en fonction de la variable d'âge.

Parmi les besoins les plus importants que les spécialistes ont soulignés et formulé des recommandations, ils ont conclu qu'une atmosphère d'intérêt et de bienveillance doit être créée pour ces patients afin qu'ils ressentent une unité sociale. Support.

فهرس الموضوعات

فهرس الموضوعات:

شكر وعرفان
الإهداءات
محتويات الدراسة
فهرس الجداول والأشكال
مقدمة ..... أ-ب

الجانب النظري

الفصل التمهيدي: التعريف بالدراسة

تمهيد 4-6
1- إشكالية الدراسة..... 5
2- فرضيات الدراسة 7
3- أهداف الدراسة..... 7
4- أهمية الدراسة..... 8
5- المفاهيم الإجرائية للدراسة 8-9
6- الدراسة السابقة 8-13
7- تعقيب على الدراسات السابقة 14
خلاصة 15

الفصل الأول: المساندة النفسية

تمهيد 17
1- تعريف المساندة النفسية 17-18
2- أنواع المساندة النفسية..... 18-19
3- أبعاد المساندة النفسية..... 20-21
4- مصادر المساندة النفسية 21-22
5- أهمية المساندة النفسية 22-23
6- وظائف المساندة النفسية 23-25
خلاصة..... 26

الفصل الثاني: العملية العلاجية

تمهيد 29
1- تعريف العلاج النفسي 30
2- خصائص العلاج النفسي 30-31
3- اهداف العلاج النفسي 32-33
4- نظريات العلاج النفسي 33-34
5- تعريف العملية العلاجية 34-35
6- نماذج العملية العلاجية 36
7- عناصر العملية العلاجية 37-40
خلاصة..... 41

الفصل الثالث: جائحة كوفيد

تمهيد..... 43
1- نبذة عن بداية ظهور فيروس كورونا..... 44
2- مفهوم جائحة كورونا 45
3- أسباب فيروس كورونا 46
4- أعراض فيروس كورونا 46
5- كيفية انتشار فيروس كورونا..... 47
6- تشخيص فيروس كورونا 48
7- الوقاية من فيروس كورونا..... 49
خلاصة..... 50

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد..... 52
1- الدراسة الاستطلاعية 53
2- منهج الدراسة 53
3- حدود الدراسة 54
4- عينة الدراسة 55
6- أدوات الدراسة 56
7- الأساليب الإحصائية 57

خلاصة 58

الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج

تمهيد 59
1- تقديم الحالات 60
2- عرض النتائج 66
3- تحليل ومناقشة النتائج 67
4-الاقتراحات والتوصيات 68
خلاصة 70
خاتمة 71
قائمة المصادر والمراجع
الملاحق

فهرس الأشكال والجداول:

الرقم	العنوان	الصفحة
جدول 01	يبين معامل الارتباط بيرسون بين بنود المقياس مع الدرجة الكلية	55
جدول 02	يبين نتائج حساب معامل الارتباط ألفا لرونباخ	55

مقدمة

مقدمة

في ظل الأزمة التي يعيش على واقع وطأتها وطننا العربي والعالم أجمع، جراء تفشي جائحة كورونا (كوفيد . 19) وما تسببت فيه من ارتباك في مسارات أغلب القطاعات الحيوية، وحرصا من المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم على مواصلة مواكبتها لمستجدات هذه الجائحة وتداعياتها.

أرغم مرض كورونا المستجد (كوفيد. 19) العالم بأسره على مواجهة أحد أكثر التحديات صعوبة في التاريخ المعاصر، حيث تسبب في إصابة الملايين ووفاة مئات الآلاف من الناس، غير انه سيكون من الخطأ الجسيم وصف هذا التحدي بالأزمة الصحية فقط، بل أكثرها أزمة نفسية والتي تؤثر على الجانب النفسي للأفراد، بحيث تعد المساندة النفسية والاجتماعية مصدرا من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان في عالمه الذي يعيش فيه بعد لجوئه إلى الله سبحانه وتعالى، حين يشعر أن هناك ما يهدد حياته وصحته، وأن طاقته قد استنفذت وأجهدت، فيحتاج إلى مدد وعون من الخارج، يتمثل في مساندة من حوله بمختلف الاتجاهات، بهدف تعزيز الصلابة النفسية في ذاته، تلك التي لاقت اهتماما من عديد من الباحثين حين توصلوا إلى الآثار الايجابية المهمة في تجاوز المريض لعديد من مواقف الشدة والإجهاد النفسي، وما تقوم به من تخفيف نتائج الضغوط والمواقف الصعبة (دسوقي، 1966)

لذلك نحن في دراستنا ركزنا على المساندة النفسية الاجتماعية لمرضى كوفيد .19 وعلاقتها بالعملية العلاجية، بحيث تضمن البحث:

الفصل الأول ويضم تحديد الإشكالية وأبعادها.

الفصل الثاني يتضمن المساندة النفسية.

الفصل الثالث يتضمن كوفيد 19.

الفصل الرابع يتضمن العملية العلاجية. هذا بالنسبة للجانب النظري

أما الجانب الميداني يحتوي الفصل الخامس ربه منهجية البحث، والفصل السادس يحتوي على تحليل المقابلات والنتائج المستخلصة من البحث وثم الاقتراحات والتوصيات وأخيرا الخاتمة.

الفصل التمهيدي:

الإطار العام للدراسة

تمهيد:

يعد الفصل التمهيدي مدخلا لئيمكن الاستغناء عنه، لأنه يوفر مقاربة منهجية تسمح بقناع الباحث، وباختلاف آراءنا حول مليمكن تناوله في هذا الفصل حاولنا جاهدين في دراستنا هامته استحضار مجموعة من العناصر المنهجية هدفنا القناعة الشخصية، فبندانا بإشكالية الدراسة، ومن ثم الأهداف التي نسعى لها، بالإضافة إلى المصطلحات الاحرائية وافي ختامنا للفصل تطرقنا إلى الدراسات السابقة التي قد تحوجنا إلى أفكار تمكننا من الإقناع الشخصي للقارئ.

1- إشكالية الدراسة:

في نهايات 2019 ظهر في مدينة يوهن عاصمة مقاطعة هوني الصينية ما يعرف بفيروس كورونا المستجد مما دفع العالم بأسره بوصف ذلك بالأزمة.فالأزمة هي نقطة تحول وحالة متوترة للانتقال، وهي وضع أو فترة حرجة وخطرة وحالة تطورية يحدث فيها انفصام يعلن الانتقال الحتمي إلى حالة أخرى (المرعول 2004). لقد أدت جائحة الفيروس التاجي كورونا المستجد إلى تعرض كافة فئات المجتمعات لتغيير غير مسبوق في فترة زمنية قصيرة، تغيرا طرأ قهرا على نمط حياتهم فدمر اقتصاد العديد من الدول، وأثر على أنظمة الرعاية الصحية في جميع دول العلم، ومنع التنقلات وأوقف رحلات ا لطيران وبات العالم أسيرت لفيروس كورونا، وعزز ذلك أيضا ما تم فرضه على معظم سكان العالم من إجراءات الحجر الصحي المنزلي الصارم والقيود المفروضة على السفر والفحص والمراقبة ويضاف إليها ذلك القدر الكبير من المعلومات الخاطئة المنتشرة في مواقع التواصل الاجتماعي، والأرقام المخفية والمرعبة، فأصبح الناس يعيشون حالة من الهلع والقلق والتوتر على نطاق واسع ربما لم تشهده البشرية من قبل على الأقل من فترة ليس بقصيرة ويتزود الفرد بالمساندة الاجتماعية من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي منظم بشكل أو بأخر، مع الفرد وتظم هذه الشبكة في الغالب الأسرة والأصدقاء وزملاء العمل وليست كل شبكة العلاقات مساندة لأنها أحيانا تعتمد على دعم وصحة متلقي المساندة، أي أن المساندة الاجتماعية تعتمد على صحة الفرد وسلامته النفسية وليست على عدد من علاقاته الاجتماعية.

وقد أكدت نتائج دراسة كل من روس وكوهين على أهمية الدور البارز الذي تقوم به المساندة الاجتماعية من الأسرة في تخفيف الآثار السلبية لمواجهة الفرد للاضطرابات الانفعالية ولمواجهة الشعور بالوحدة النفسية. (علي علي، 2000، ص، 12).

ومن خلال ما سعى إليه **كابلان** في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع فان المساندة الاجتماعية تتضمن نمط مستديما من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دورا هاما في المحافظة على وحدة النفس والجسم عبر حياته حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية والنفسية خاصة في ظل الإحداث الضاغطة وذلك للمحافظة على صحته العقلية والنفسية (Caplan.1981.p417).

وعليه تقوم الخلفية النظرية، لمختلف المدارس ونماذج تطلق عليها الخطة العلاجية ولدراسة فعالية هذه الطريقة التي تقوم على المساندة النفسية والاجتماعية التي أصبحت من ضروريات الإنسان المعاصر بل حاجة اجتماعية ونفسية اخترنا العلاج النفسي الذي يعد بمثابة طريقة جديدة في مجال العلاجات النفسية بحيث أصبحت هذه الأخيرة من أهم الأدوات التي يلجا إليها المعالج النفسي حيث تساعده في عملية التشخيص وتجديد جوانب الاضطراب لدى الشخص المريض.

إذ يعتبر العلاج النفسي نشاط مخطط من جانب متخصص من علم النفس بغرض تحقيق تغيرات في الفرد تجعل توافقه في الحياة أكثر سعادة وأكثر بنائية أو كليهما معا (julian.rotter) للتخفيف من الضغط النفسي.

واهم جانب يهمنا في دراستنا هو المساندة النفسية والاجتماعية للمرض في ظل جائحة كورونا وتأثيرها في العمليات العلاجية حيث تتمحور مشكاة الدراسة في السؤال التالي:

-هل ساهمت المساندة النفسية الاجتماعية في التخفيف من الضغط النفسي لدى المرض ضد جائحة كورونا؟

-هل توجد علاقة بين المساندة النفسية والاجتماعية والعمليات العلاجية؟

-لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بالمساندة الاجتماعية لمرضى كوفيد للجنسين؟

2- فرضيات الدراسة:

-قد تساهم المساندة النفسية إلى حد بعيد في التخفيف منم الضغط النفسي

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة النفسية والعمليات العلاجية

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بالمساندة النفسية لمرضى جائحة كوفيد19

3- أهداف الدراسة:

لكل بحث علمي هدف يسعى الباحث لتحقيقه وهدف دراستنا يتمثل في:

-معرفة كيفية المساندة النفسية لدى مرضى كوفيد 19

-التعرف على العلاقة بين المساندة النفسية والعمليات العلاجية

-التعرف على طبيعة الفروق في المشكلات النفسية التي يعاني منها مرضى كوفيد 19

-التعرف على دور المساندة النفسية الاجتماعية كأحد العوامل الواقية من الأثر النفسي

-تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية ودراسة حالة

4- أهمية الدراسة:

-تكمن أهمية الدراسة في البحث عن المساندة النفسية وتأثيرها على مرضى كوفيد 19

-أهمية المساندة النفسية لمرضى كورونا

-دور المساندة النفسية ومدى تأثيرها على مرضى كوفيد 19

-تعتبر هذه الدراسة إضافة جديدة للتنظير النفسي من حيث جدة المتغيرات في البيئة العربية .

-أهمية المساندة النفسية من حيث ان يكون لدى الفرد جيدة وان لها اثر مخفف لنتائج مرضى كوفيد 19.

-قد تفيدنا هذه الدراسة في تحقيق استقراء الأشخاص الذين اصيبو بالمرضى من خلال الإسهام في التخفيف من الشعور بالقلق.

5- المفاهيم الإجرائية: ورد في هذه الدراسة ثلاث مفاهيم أساسية وهما :

المساندة النفسية: يرى سارسون وآخرون sarason.et al (1983) أن المساندة الاجتماعية والنفسية تعني مدى وجود أو توافر أشخاص يمكن للفرد أن يثق فيهم، ويعتقد أنهم في وسعهم أن يعتنوا به ويحبوه ويقفوا بجانبه عند الحاجة (في رواية حسين . 1996 ص 45)

التعريف الإجرائي للمساندة النفسية:

المساندة النفسية هي التعاطف والدعم النفسي أو المادي التي يحصل عليها الإنسان من البيئة التي يعيش فيها سواء كانت مساندة رسمية تقدم من خلال المؤسسات الاجتماعية المختلفة وغير الرسمية من خلال الأشخاص كأفراد الأسرة والأقارب والأصدقاء.

كوفيد19: يعد فيروس كورونا المستجد لعام 2019 الذي تم إعلانه وباء من قبل منظمة الصحة العالمية في 11 مارس 2020، وهي سلالة جديدة من الفيروسات تم الإبلاغ عنه لأول مرة في 31 ديسمبر 2019، ومن خطورة أعراضه بسبب هذا الفيروس أمراضا في الجهاز التنفسي (صندوق الأمم المتحدة للسكان. 2020، ص 03).

التعريف الإجرائي لمرض كوفيد 19:

هو مرض معد يسببه فيروس كورونا المكتشف مؤخرا ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس وهو يسبب أمراض على مستوى الجهاز التنفسي.

العملية العلاجية: يمكن القول بأن عملية العلاج هي تلك الخطوات أو المراحل المتتابعة التي يعمل فيها المرشد مع المسترشد ابتداءا من إحالة المسترشد إليه حتى إقفال الحالة، والتحقق من الوصول إلى أهداف العلاج، (محمد الشناوي، 1996، ص18)

التعريف الإجرائي للعمليات العلاجية:

هي شكل من أشكال العلاج للاضطرابات الانفعالية والنفسية بهدف تعديل أو تأجيل ظهور الأعراض المرضية بغية الوصول إلى أحداث ايجابية وتغيرات في الحياة.

6- الدراسات السابقة:

أ- دراسة عفاف حداد (1989) الاردن:

-عنوان الدراسة (دور الدعم الاجتماعي المقدم من الأصدقاء في تحقيق الحاجات النفسية للأفراد).

-أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الدعم الاجتماعي المقدم من الأصدقاء في تحقيق الحاجات النفسية والاجتماعية للأفراد.

عينة الدراسة: تألفت العينة من (505)طالبا وطالبة في مستوى السنتين الثالثة والرابعة من طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك.

-ادوات الدراسة: مقياس الدعم الاجتماعي.

-أهم نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

-متوسطات الإناث كانت أعلى من متوسطات الذكور على المقياس.

-لم تكن هناك فروق دالة بين الذكور والإناث في درجة الرضى عن الدعم المقدم من الأصدقاء.

-كما انه لم تكن هناك فروق دالة في درجة الرضى عن الدعم المقدم من الأصدقاء تبعا لاختلاف التخصص.

ب- دراسة ستوني وفيني (stony et finey 2000):

دراسة هدفها التحقق من وجود صديق حميم يقوم بعملية المساندة خلال الضغوط الحادة يؤثر على الاستجابة الانفعالية قدشاركت في الدراسة 40امراة يتمتعن بصحة جيدة وشارك نصفهن في مهمة كلامية في وجود صديق بينما شارك النصف الآخر في مهمة كلامية دون وجود صديق.

وقد تم التوصل إلى أن الضغط الناتج عن التحدث قد أدى إلى ارتفاع في معدلات الكوليسترول عند اللذين كان معهم صديق اكبر بكثير من اللذين لم يكن معهم صديق وذلك بالنسبة إلى الاستجابة للضغط وقد يرجع ذلك إلى القلق المتزايد الذي يشعر به الفرد في وجود صديق.

ج-بيرغمان (bergman.2008) الولايات المتحدة الامريكية:

-عنوان الدراسة:المساندة الاجتماعية كعامل مخفف من اثار الضغوط.

-أهداف الدراسة:هدفت الدراسة إلى توضيح اثار المساندة الاجتماعية كعامل مخفف من آثار الضغوط أو كعامل يزيد من الصحة النفسية للفرد ويقلل من تعرضه للأمراض النفسية.

-عينة البحث: اجريت الدراسة على عينة مكونة (424) مسنا أعمارهم فوق (50) سنة.

-ادوات الدراسة:مقياس المساندة الاجتماعية مقياس الأعراض النفسية، مقياس الرضى عن الحياة.

-أهم نتائج الدراسة: أكدت نتائج الدراسة على ان المساندة النفسية الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضى عن ذاته وعن حياته، وان انخفاض الدرجة على مقياس الرضى عن الحياة يزيد من أعراض الاكتئاب لدى المسنين بمعنى ان المسنين اللذين لا يرضون عن حياتهم ترتفع لديهم أعراض الاكتئاب.

د-دراسة سليم عنتر(2015) بعنوان المساندة النفسية للمدرب وعلاقتها بمردود لاعبي كرة القدم.

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين المساندة النفسية للمدرب وعلاقتها بمردود لاعبي كرة القدم، حيث أجريت الدراسة الميدانية في فريق النجم الرياضي **سيدي أمبارك** لكرة القدم للموسم(**2015-2016**)، إذ قام الباحث باختيار صنف الأكابر لفريق النجم الرياضي **لسيدي أمبارك** وقام بدراسة تتبعية لحالة الفريق واللاعبين طوال نصف الموسم الثاني من البطولة وهذا من اجل الكشف عن انعكاس المساندة النفسية للمدرب على مردود اللاعبين، وقد استخدم الباحث لأجل ذلك المنهج الوصفي التحليلي وهذا لملائمة لموضوع الدراسة وفي سبيل الحصول على البيانات استخدم الباحث استمارة خاصة بالمساندة النفسية وشبكة ملاحظة خاصة بمردود كل لاعب خلال تلك الفترة.

هـ- دراسة (herman.dirawan وآخرون 2015):

هدفت إلى بحث السلوكيات المجتمعية للوقاية من الإمراض المعدية وعلاقتها بكل (معرفة الأمراض المعدية، الوقاية من الإمراض المعدية، معرفة نمط الحياة النظيف والصحي، منع الدافع للامراض المعدية)، وقد تكونت عينة الدراسة من(200)فردا منهم

من يعيشون في القرى التي لديها حالات كثيرة من الإمراض المعدية في مقاطعة ماروس باندونيسيا، وقد أظهرت النتائج ان المعرفة بالوقاية من الإمراض المعدية، واتجاهات الوقاية من الأمراض المعدية تؤثر على سلوك المجتمع للوقاية من الأمراض المعدية، في حين ان دافع الوقاية من الأمراض المعدية لا يؤثر على سلوك الوقاية من الأمراض المعدية، كما أشارت النتائج إلى أن المعرفة بالنظافة والصحة والوقاية من الأمراض المعدية يعدا دافعا قويا لعدم زيادة الإصابة بالأمراض المعدية حاصة السل الرئوي وحمى الضنك والإسهال.

هـ-واقع التعليم الجامعي عن بعد عن طريق الانترنيت في ظل جائحة كورونا:

جاء هذا البحث لتسليط الضوء على واقع التعليم الجامعي عن بعد في ظل ظروف استثنائية فرضتها الحالة الوبائية نتيجة تفشي فيروس كورونا المستجد في الجزائر بداية من شهر مارس 2020، مما استدعى تبني وزارة الصحة الجزائرية لمجموعة من الإجراءات تندرج ضمن تطبيق الحجر الصحي كانت من بين أهم قراراتها تعليق الدراسة بجميع الأطوار لإتمام الموسم الدراسي.

قامت وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، باعتماد نظام التعليم الجامعي عن بعد، من خلال إدراج منصات على المواقع الرسمية للجامعات يتم الولوج اليها عبر الانترنت من قبل الطلبة والأساتذة على السواء وفي هذا السياق قمنا بالبحث الميداني على عينة من الطلاب بالجامعات الجزائرية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية

هدفت هذه الدراسة إلى كشف عن مدى وجود علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية والكشف عن الفروق التي قد تظهر في الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية تبعًا لمتغير العمر وتبعا لمتغير الحسن وقد تكونت عينة الدراسة من 56 شخص طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة سيدي عامر أي ما يشكل

بنسبة (58، 94) بالمئة من المجتمع الصالح للدراسة وقد كانت الأدوات المستجدة للعبارة عم مقياس الشعور بالوحدة النفسية للدسوقي 1998م والمساندة الإجتماعية للعبد المقصود والسرسي (2001) وبالاعتماد على وسائل إحصائية متعددة تمثلت في معامل الإرتباط بيرسرون وتحليل التباين آحادي الاتجاه وحتبار للفروق، وقد أسفر استعمال هذه الأدوات والوسائل المختلفة عن مجموعة من النتائج الهامة تمثلت أساسا في وجود علاقة ارتباطيه دالة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

و- دراسة g.kampfa واخرون (2020):

هدفت إلى بحت استمرار فيروسات كورونا على الأسطح غير الحية وتعطيلها بالمبيدات البيولوجية، وبحسب ما جاء بالدراسة فان فيروس كورونا المستجد وسارس ينتقل من إنسان إلى آخر بأوقات حضانة تتراوح بين 2-10 أيام مما يسهل انتشاره غبر الأيدي أو الأسطح الملوثة.

وبمراجعة جميع المعلومات المتاحة حول استمرار فيروسات كورونا البشرية والحيوانية على الأسطح الجامدة، واستراتيجيات التعطيل بالميبيدات البيولوجية، المستخدمة في التطهير الكيميائي، تم الكشف عن أن الفيروسات التاجية البشرية مثل متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد (سارس)او فيروس التاجي في الشرق الأوسط (mers) أو فيروس كورونا البشري يمكن ان يستمر على الأسطح الجامدة مثل المعدن أو الزجاج أو البلاستيك لمدة تصل إلى 9ايام، ويمكن تعطيلها بكفاءة من خلال إجراءات التطهير السطحي باستخدام 26-71من الايثانول، 5 بيروكسيد الهيدروجين أو 0.1 هيبوكلوريد الصوديوم في غضون دقيقة واحدة.

7- تعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه في بعض الدراسات السابقة المتناولة لبعض الجوانب من دراستنا توصلنا إلى ما يلي:

-حيث كانت اغلب الدراسات تناولت أكثر من متغير واحد منها: متغير المساندة النفسية ومتغير المساندة الاجتماعية.

-ذكر مختلف الدراسات جميع الفئات صغار وكبار لان المرض يحكم على جميع الفئات من المجتمع.

-تعرف بعض الدراسات على اكتشاف العلاقة الارتباطية بين المساندة النفسية وأثرها على الصحة الفردية.

-تطرق بعض الدراسات إلى الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في التخفيف من الأحداث الضاغطة إبان الحياة اليومية.

-مدى أهمية اخذ الاحتياطات اللازمة من مكافحة العدوى ضد الفيروسات والامراض المعدية باستخدام المطهرات والمنظفات الكيميائية .

-يتضح مما سبق انها توجد علاقة بين الضغوط النفسية وفيروس كورونا المستجد وهذا يدل على مدى أهمية البحث الحالي .

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه من أفكار في هذا الفصل التمهيدي، الذي يعد كمحاولة للخروج ببعض التساؤلات الموجودة في الدراسة، تم إعطاء إجابات افتراضية لتلك التساؤلات وأخيرا وكما جاء في الترتيب المفاهيمي كان حتما علينا البحث عن معلومات أكثر حول متغير الدراسة الأول، الذي يتمحور حول المساندة النفسية، واهم ما ذكر فيها.

الفصل الأول

المساندة النفسية

تمهيد:

تعتبر المساندة النفسية من أهم المؤثرات الايجابية على الفرد خاصة والمجتمع عامة، لما تحدثه من تغيرات لأنها تعتبر الدافع والمحفز للسعي في تنمية نجاحات الإنسان في الحياة اليومية وهذا ما سوف نتطرق إليه في بحثنا هذا:

1- تعريف المساندة النفسية:

-للمساندة النفسية تعاريف كثيرة ومتنوعة، تبعا لنوع أبعادها وأشكالها فعرفها **كمال إبراهيم موسى** على أنها: مساعدة الإنسان لأخيه الإنسان في مواقف يحتاج فيها المساعدة والموازنة، سواء كانت مواقف سراء (نجاح وتفوق) أو موقف ضراء(فشل وتأزم)، **(كمال إبراهيم مرسي، 2000، ص197).**

-تعتبر المساندة الاجتماعية أو النفسية من المفاهيم التي تناولها علم النفس الصحة بالدراسة، نظرا لانعكاسها الايجابي على صحة الفرد، فهي احد العوامل الاجتماعية والنفسية المحددة للصحة والمرض، فالصحة والمرض حسب نموذج **(1980-Engel(1977**، هي نتائج مجموعة من العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية، التي أدرجها في نموذج واحد وهو البيو بسيكوسيال (**Boipsychosocial**)

-فما هي المساندة النفسية؟وما هي أبعادها وأنواعها ومصادرها وما هي وظيفتها؟

يعرفها **(Colomb.1981.p.413)** بأنه: "النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات النفسية مع الآخرين تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها لتمده بالسند العاطفي".

-ما يؤخذ على هذا التعريف الأخير هو حصره للمساندة النفسية في نوع واحد من أنواعها الكثيرة وهو "السند العاطفي"، فهذا التعريف جعل المساندة النفسية، سندا عاطفيا فقط وأهمل أنواعها وأبعادها، فقد تكون المساندة النفسية للفرد مساندة مادية وغير عاطفية، وقد

تكون مساندة بالمعلومات، وقد تكون مجتمعة بأنواعها كلها كهذا التعريف **للمغيصب، (2004).**

المساندة النفسية هي كل ما يتلقاه الفرد من دعم من الآخرين (أقارب، أصدقاء، أو جهات مجتمعية...)، وقد يكون هذا الدعم على شكل مساندة معنوية أو وجدانية(رعاية، ثقة، تقدير، احترام)، وقد تكون مساندة بالمعلومات(استشارات، مهارات تعيين على مواجهة مشاكل الحياة).

2-أنواع المساندة النفسية:

-تطرقنا في التعاريف للمساندة النفسية ألا أنها ترتكز على ثلاث أبعاد شبكة من العلاقات، مجموعة من السلوكات تهدف إلى تقديم المساندة وأخيرا المساندة المدركة أو التقييم الذاتي للمساندة، وما يميز هذه الأبعاد هو دينامكيتها، أي أن كل بعد من هذه الأبعاد، عبارة عن سلوك هدف تقديم الدعم والمساندة وقبل التطرق إلى بيان أنواع المساندة النفسية يجدر بنا أن نشير إلى أن كثير من العلماء والباحثون أمثال (**et from klin stree ter**")، يقسمون أنواع المساندة النفسية إلى نوعين هما(**قارة، 2009**):

-المساندة الرسمية(المؤسساتية)

-المساندة غير الرسمية(غير المؤسساتية)

ورغم هذا التصنيف من دقة واختصار في دمج الأنواع الكثيرة للمساندة الاجتماعي في نوعين فقط إلا انه يبقى تصنيف المصادر المساندة الاجتماعية لا أنواعه أن نوع المساندة النفسية أو الاجتماعية يتوقف على طبيعة النشاطات الممارسة(سلوكات المساندة) بهدف تقييم المساندة فيشير إلى الأشخاص الذين يقدمون هذه المساندة

جدول يبين أنواع المساندة النفسية(**قارة، 2003، ص30**)

الباحث	نوع المساندة النفسية	طبيعة المساندة المقدمة
Housee 1981 Et Dans tandy 1985	-وجداني عاطفيemotionnel -ادواتي(مادي)Instrumental -معلوماتي Informationnel -تقديري Appreciation	-مشاعرالحب والعاطفة والثقة المتبادلة -اعطاء مبلغ من المال مساعدة في تصليح عطب تقني -اسداء معلومات اراء ونصائح -تقدير الجهد المبذول من طرف الفرد
Barrera1981	-مساعدة ماديةAide materiel -مساعدة جسدية(عضلية) Assistance physique -تفاعل حميم Interraction intime -نصحيConseil -تقديريRetroaction -مشاركة اجتماعيةParticipation	-مساعدة نقدية -اعطاء أو إقراض أدوات -تقاسم المهام -التعبير وتبادل المشاعر والأحاسيس -نصائح، توجيهات -معلومات حول شخص الفرد Soi meme -نشاطات وترفيه

Will 1985	-تقديريEstime -معلوماتيIarmationnel -المرافقة الاجتماعيةAccompagenent -ادواتيInstrmetn	-مشاعر العاطفة والحب -الدعم الوجداني والتشجيع -شرح الاحداث والاشكاليات -النصائح والتوجيهات -النشاطات والترفيه -النشاطات الاجتماعية -دعم تقديري مادي

3-أبعاد المساندة النفسية:

الأبعاد عبارة عن عناصر مختلفة يتضمنها ويشير إليها ويمنحها المفهوم ولمفهوم المساندة النفسية أبعاد يتضح من خلالها مفهومها:

تحدث (**Sche afer etal.1981.p381**) على ثلاثة أبعاد للمساندة النفسية هي المساندة الانفعالية وتتضمن توفير المودة والتأييد والمساندة الاقتصادية تزويد الفرد بالخدمات والمساعدات المباشرة، والمساندة المعرفية وتتلخص بتقديم النصائح وتوجيهات تساعد الفرد على حل مشكلاته وتعطيه تغذية راجعة عن سلوكه.

وذكر (**Weiss.1974**)، أبعاد المساندة النفسية هي المودة، الاندماج الاجتماعي، العطاء، القيمة، الارتباط والتوجيه.**(الشناوي وعبد الرحمان، 1994، ص03).**

ويرى "**Kaplan**" أن المساندة النفسية تتكون من بعدين هما:المساندة العاطفية والمساندة الملموسة، أما"**Cobb**" فقد توصل إلى أن هناك أربعة أنماط رئيسية للمساندة هي:

المساندة الانفعالية والمساندة للمعلومات، المساندة الأدائية (الوسيلة-الإجرائية)، مساندة التقدير(**Hassab allak.1996.p.138**).

وقد وجد كل من (**الشناوي وعبد الرحمان1994، ص41**)، ان المساندة النفسية تتكون من أربعة أبعاد نفسية وهي:

-**المساندة بالتقدير**: وتشمل بان ننقل للآخرين أنهم مقدرون لقيمهم الذاتية وتسمى بالمساندة النفسية.

-**المساندة بالمعلومات**: وتشمل إعطاء الفرد معلومات تساعده في حل المشكلات وتسمى بالتوجيه المعرفي أو النصح.

-**الصحبة الاجتماعية:** وتشمل تقديم العون المالي والإمكانيات المادية والخدمات اللازمة وقد يساعدنا العون الإجرائي على تخفيض الضغط عن طريق الحل المباشر للمشكلات وتسمى بالمساندة المادية.

4- مصادر المساندة النفسية:

تختلف مصادر المساندة النفسية وتتنوع حسب الظروف المختلفة، وقد اختلفت الدراسات في تناولها لمصادر المساندة وان كان هناك إجماع على أهم مصادر المساندة هي:الأسرة والأصدقاء، بينما المساندة المقدمة من قبل المعلمين، والأقارب كانت محدودة وتتكون مصادر المساندة النفسية ما يسمى بالشبكات النفسية وتتمثل في: الأسرة والأصدقاء والزملاء والمعلمين والجيران والزوجات والطوائف الدينية، وهي الشبكات الواقعية التي ينتمي إليها الأفراد ويعتمدون عليها من اجل المساندة النفسية (**الشناوي عبد المنعم، 1994، ص12**).

أما "**فيشر**" فقد حدد مصادر المساندة النفسية في الآسرة والأصدقاء، المؤسسات مثل (دور العبادة والنوادي)، زملاء العمل (**بشرى إسماعيل، 2004، ص17**).

كما حدد "**ايمونز**" (**Emmons**) و" كولباي "(**Colbay**)، مصادر المساندة النفسية في: الأسرة، الأصدقاء، زملاء العمل، الأقارب (**Emmons.1995.p984**).

ويتضح مما سبق أن الإنسان يحصل على المساندة النفسية أما بشكل رسمي أو غير رسمي كما يأتي:

أ-المساندة النفسية الرسمية:

يكون ذلك عن طريق المؤسسات الحكومية المتخصصة أو الجمعيات الأهلية المتطوعة حيث يقوم بتقديمها الأخصائيون النفسيون والاجتماعيون المؤهلون في مساعدة الناس في الأزمات والنكبات والمشكلات، حيث يهرع هؤلاء الأخصائيون إلى تقديم

المساعدة النفسية للمتضرعين لتخفيف ألامهم ومعاناتهم ومشاكلهم في مواقف الأزمات، وتحرص جميع المجتمعات على توفير المساندة النفسية الرسمية عن طريق مراكز التدخل المبكر أو السريع ومؤسسات المساعدة المالية المساندة، ومراكز الإرشاد النفسي والاجتماعي ومراكز الإسعافات الأولية والخطوط التلفزيونية الساخنة ومجالس إدارة الأزمات وغيره

ب- المساندة النفسية غير الرسمية:

يحصل عليها الإنسان من الأهل والأصدقاء والزملاء والجيران بدافع المحبة والمصالح المشتركة والالتزامات الأسرية والاجتماعية والأخلاقية والإنسانية والدينية، فمن يساعد أخاه اليوم سوف يجده في مساعدته غدا فهذه سنة الحياة "كما تدين تدان" أي إذا ساعدت الناس عند حاجتهم تجدهم عند حاجتك إليهم.

(كمال إبراهيم موسى، 2000، ص، 198).

5-أهمية المساندة النفسية:

إن للمساندة الاجتماعية تأثير على طريقة تفكير وأفعال ومشاعر الآخرين من خلال تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض، وبناءا على نظرية **(ماجواير، 1991)** إن شبكة المساندة النفسية تستطيع أن تمد الفرد بالاتي:

-تمد الفرد بإحساسه بذاته **of selfsense** حيث انه يتم تعزيز الفرد من قبل الأسرة والآخرين.

تمد الفرد بالتشجيع والتغذية المرتدة الايجابية **back feed positive encouragement and** حيث أن نظام المساندة النفسية الايجابية يمد الفرد بالتغذية المرتدة بان له قيمة وأهمية.

يمد الفرد بالفرص الاجتماعية **opp.ortuni ties socialisa.**

يساعد نظام المساندة النفسية الفرد في تحديد المشكلات والبحث عن حل ومساعدة مناسبة له.

-يحمي الفرد من الضغط، حيث أن الفرد لديه مساندة اجتماعية قوية يستطيع ان يتعامل مع

الضغوط الحياتية اليومية بشكل أكثر نجاحا من اللذين لديهم ضعف في المساندة النفسية **(مها حاد الله حسن، 2004، ص، 38).**

-ويرى **بولي** أن **(1980.boulby)** أن الفرد الذي يتلقى مساندة نفسية تتميز بالمودة مع الآخرين منذ سنوات حياته الأولى يصبح بعد ذلك شخصا واثقا من نفسه وقادرا على تقويم المساندة النفسية للآخرين ويصبح اقل عرضة للاضطرابات النفسية، وتزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الاحباطات وتجعله قادرا على حل مشاكله بطريقة جيدة **(فهد بن عبد الله الربيعية، 1997، ص، 19).**

6-وظائف المساندة النفسية:

للمساندة النفسية وظائف متعددة تنعكس على صحة الفرد بالإيجاب، فالدراسات التجريبية الحديثة في مجال العلوم العصبية، ومجال علم المناعة النفسية العصبية بينت وجود تفاعل بين الجهاز العصبي المركزي، وبين الإجهاد والضغط وبين الجهاز المناعي، وبالتحديد دراسات حول دور السيتوكينات التي تقوم بدور الربط بين الخلايا العصبية ودور وسيط عصبي، بين الجهاز العصبي المركزي والجهاز المناعي، فالضغط يصاحبه عمل أجهزة متعددة غددية عصبية بما في ذلك الجهاز العصبي السمبتاوي.

وعلى العموم فان المساندة لها دور في:

أ-**تخفيف الضغوط:** هناك العديد من الدراسات والبحوث التي بينت اثر الروابط الاجتماعية الوثيقة في تخفيف الضغوط، ونذكر على سبيل المثال الدراسة التي أجراها "**جيمس لاروكو**" "**وجون فرانش**"سنة **1980**، والتي تبين القيمة الوقائية للروابط الاجتماعية وقوة تأثيرها في تخفيف الضغوط، وهي دراسة على عينة مكونة من 2000عامل من مختلف الوظائف، قام هؤلاء الباحثون بقياس مدى توفر المساندة النفسية وزادت نسبتها للعامل، كلما انخفض مستوى الضغط لديه.**(عثمان يخلف، ص، 142)**.

ب-الوقاية والعلاج: أثبتت الكثير من البحوث والدراسات أن تمتع الأفراد بشبكة من العلاقات الاجتماعية الوثيقة، من شانه أن يقي من أمراض متعددة وخاصة الأمراض المزمنة.

ففي دراسة حديثة لـ**(uchinoet al 1996)** حول العلاقة بين المساندة النفسية وارتفاع ضغط الدم، فوحد هؤلاء الباحثون أن ارتفاع ضغط الدم لدى الأفراد كان مرافقا ومصحوبا بانعدام علاقات اجتماعية لديهم، وان انعدام العلاقات الاجتماعية وقلة المساندة النفسية التي يتلقاها الفرد، كانت مصحوبة بحالات ارتفاع ضغط الدم، بينما الأشخاص اللذين كانوا ينتمون إلى نوادي اجتماعية ولديهم علاقات اجتماعية وثيقة كانو لا يعانون من ارتفاع ضغط الدم **(.larkin.2005.p246)**.

ج-تنمية استراتيجيات المواجهة:(lecopinj): يعرف **folkamet lozonus** استراتيجيات المواجهة على أنها: مجموع جهود الفرد الذهنية والسلوكية الموجهة للتحكم أو لخفض أو لتحمل وضعيات داخلية أو خارجية، التي تعوق قدراته **(قارة، 2009، ص، 44)**.

د-المساعدة في تقبل العلاج: دراسات عديدة أثبتت أن المساندة النفسية التي يتلقاها الفرد من أسرته وأصدقائه ومحيطه تساعده على تقبل العلاج.

دراسة (**2005.oumar et al ، 2006**) وفريقه من مستشفى بماكو حول العوامل المساعدة على تقبل العلاج عند المريض المصاب بالسيدا، هي "مساندة أهلهم لهم بتناول الدواء ومساعدتهم على التنقل للمستشفى لإجراء الفحوصات الدورية والمعالجة (**oumar et al 2007**).

خلاصة:

للمساندة النفسية مفاهيم متعددة من الصعب توحيد مفهوم محدد لها، وبشكل عام هي كل ما يتلقاه الفرد من دعم سواء وجداني (عاطفي)، مادي، معلوماتي وتقديري، من الأشخاص الموجدين ضمن الشبكة الاجتماعية المحيطة بالفرد، مصادرها تتنوع بين الرسمية (جمعيات، أطباء...)، وغير رسمية (الأصدقاء، العائلة، الجيران...)، والتي تهدف إلى تخفيف الضغوط، وتنمية الثقة بالنفس، وتطوير استراتيجيات المواجهة، والوقاية والعلاج والمساندة في تقبل الأوضاع الحياتية.

الفصل الثاني

العملية العلاجية

تمهيد:

بما أننا اليوم في عمر السرعة، نجد آن نوعية الاضطرابات النفسية وأسبابها تغيرت بتغير المجتمع، والتغير المرضي، فالإنسان في هذه الألفية، غير الإنسان في الألفية، الماضية، إذ أصبح الفرد مصاب باضطراب، أي كان يبحث عن علاج سريع في الفعالية والمدة فظهرت حركة جديدة في العلاجات النفسية أو ما يعرف بالعمليات العلاجية، فماذا نقصد بها؟

وهذا ما سنتطرق إليه بالتفصيل في الفصل الثالث.

1-1-تعريف العلاج النفسي:

هو استخدام جميع الوسائل النفسية، لعلاج مرض عقلي، أو نفسي، أو سوء توافق، أو تكيف أو اضطراب نفسي المصدر.

و حسب " كاترى F. Guattari هي تسيير واستخدام المعلومات، وتسيير معرفي،

و تحسين علاقة إنسانية، يندمج فيها عناصر ثلاث:

- المريض الذي لديه أعراض غير متوافق.
- الفاحص والمستخدم للعلاج النفسي، والحامل لمعلومات مختلفة، وقدرات

و مهارات علاجية.

- القدرة الخاصة والمميزة للتواصل **(Grand Dictiomaire la psychologie 1991.P631)** في نهاية القرن 20 ظهر التحليل النفسي، إلا أنه في الحقيقة يبقى عبارة عن نظريات مرضية وعلاجية، لها علاقة مباشرة بالأنثروبولوجيا والفلسفة، لكنها تبقى أحسن مرجع وأوسعه لجميع العلاجات النفسية المعاصرة والمطبقة في يومنا هذا (2). **(Ibid)**

ويعرفه " نوبا رسيلامي Nobert si llamy " على أنه التفاعل بين المعالج والمريض، الذي يعد العامل الأول في تعديل عملية التعلم، فمن خلال الحديث مع المعالج، تظهر خبرات المريض واستجاباته ودور المعالج ليس فقط التفسير، بل دور ديناميكي، يستجيب له المريض، ومن هذا الدور، يتسنى للمعالج، إبعاد العادات المرضية عن الاستجابات الانفعالية (3) **(عبد المنعم حنفي، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مكتبة مدبولي، 1994، ص688)**

ويتلقى عادات جديدة صحيحة، وخلق خطة علاجية علمية محكمة، ومهارات تواصل عالية.

وتعرفه " النابلسي" على أنه وسيلة تهدف إلى إقامة اتصال متميز خاصة، اتصال تلاؤمي بين المعالج والشخص المعاني، من اضطرابات تكيفية مع الواقع، على أن تستند هذه العلاقة وهذا الاتصال إلى نظريات علم نفس، وتحديده السوي والمرضي، ونسحر وسيلة العلاج النفسي لهدف علاج إضطرابات يفترض أنها تعود في منشأها العوامل نفسية- اجتماعية (4) (**محمد أحمد النابلسي، مبادئ العلاج النفسي ومدارسه، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت 1991، ص 5)**

2-2- خصائص العلاج النفسي:

جميع العلاجات، تهدف إلى تقديم المساعدات للأفراد للخروج من دائرة الاضطراب، والتوتر والصراعات والآلام النفسية والاجتماعية والمعالجين المعرفين وهم le psychiatre أو الطبيب النفسي، تلقى تكوينا في الطب Médecine، وتلقى تكوينا خاصا في الطب العقلي، أما الأخصائي النفساني العيادي leosychologue climcien فيعتبر ملحقا طبيا، تلقى تكوينا في أساليب العلاج النفسي.

فمنهم المحللون النفسانيون lespsy chanalitr والممرضين السكياتريين والمعالجين السلوكيين، والاجتماعيين والمدربين على البرمجة العصبية اللغوية، وإستخدامها في العلاج النفسي المعاصر، وتتجلى خصائص العلاج النفسي، في كونها تعن بإضطرابات الشخصية بأساليب متنوعة ومرنة، تسمح للمعالج بتغيير تقنيات العلاج، وتكفها حسب الحاجة متماشيا مع كل جديد في ميدان الإبداع العلاجي ومن الملاحظ، أن أغلب الاتجاهات العلاجية، ساهمت بدور كبير، في علاج إضطرابات الشخصية، وأدى تطور علم النفس والعلاج النفسي، إلى تقليص عدد المرضى، الذين يجب إدخالهم المستشفيات

العقلية وزاد من ارتفاع الطب على الأخصائيين النفسانيين، الذين قدموا يد العون للأشخاص الذين يعانون من اضطرابات في السلوك، ومعاناة من الآلام النفسية وخاصة العصابية، وساهموا في تجديد وإبداع تقنيات العلاج النفسي، معتمدين في ذلك، على الفيزيولوجيا والبيولوجيا والوراثة والمحيط والدراسات النفسية الإجتماعية.

فالعلاج النفسي حاجة إجتماعية تلقائية، وهذه أهم خاصية العلاج النفسي، فكل منا مارس ويمارس عملية العلاج النفسي بشكله البسيط وبصورة مباشرة أو غير مباشرة، فالوالد الذي يقوم بتوجيه إبنه، والصديق الذي يعد أمن روح صديقه ويساعده على حل مشكلاته، والمعلم الذي يوجه التلميذ كما يتيح للفرد حرية التعبير عن قلقه، والتنفيس عن انفعالاته، وتنمية بصيرته. إلا أن هذه المحاولات، تبقى ضمن التفاعل الاجتماعي للفرد، وأن حقق العديد منها نجحا ملموسا، تبقى الاضطرابات النفسية، والعصبية تحتاج إلى أخصائي، ومعالج نفسي متمكن يساعد الفرد بطرق علمية، على تجاوز أزمة نفسية.

في مجتمعنا الجزائري يعاني الفرد من التغير الاجتماعي، والثقافي وكثرة وسائل الإعلام، والتناقص بين إتجاهي التنشئة التقليدية والحديثة، ومن الإحباط والحرمان والانطواء والسلبية، والتي تتطور لتصبح مرضا نفسيا، يحتاج إلى متخصص لعلاجه، وهي لا تقل خطورة عن الأمراض والاضطرابات الجسمية، فيلجأ أغلبهم إلى الطرق التقليدية في العلاج هذه الأخيرة لها مفاهيم من الخرافة والسذاجة ما يزيد من تدهور حالة المريض، ضف لذلك نقص الهياكل السيكولوجية، وافتقار المجتمع للثقافة النفسية مما يصعب دور المعالج النفسي.

2-3- أهداف العلاج النفسي:

- تفسير الأعراض، والوقوف على الأسباب التي أدت إليها.

- العمل على إزالة هذه الأعراض أو التخفيف منها.

- تعديل سلوك الفرد، وتعليمه السلوك الصحيح.

- تعديل الدوافع الكامنة، وراء السلوك الغير السوي.

- تدريب الفرد على توجيه مشكلاته.

-العمل على تأكيد الذات (تنمية مفهوم الذات الإيجابي لدى المريض).

- تحقيق التوافق، وتحمل المسؤولية والقيام بالواجبات والاندماج الاجتماعي

(1) (Jean Arsenean. Psychot hérapie attention 19983.P 97)

نستنتج مما سبق أن العلاج النفسي، يجمع جميع التقنيات، التي تستخدم لمساعدة المفحوص بعيدا عن اي علاج الطبي، من أجل حل مشكلة، أو إضطراب ما إلا أن الأهداف واحدة.

4-نظريات العلاج النفسي:

لا يمكن الحديث عن العلاج الانتقائي متعدد الأبعاد دون التطرق إلى أهم وأشهر النظريات في العلاج النفسي، وتعرف النظرية في العلاج النفسي، بأنها طريقة منظمة لرؤية العملية العلاجية، وتساعد على فهم المتعالج وعلى توجيه سلوكه، وتهدف إلى تدريب المعالجين النفسانيين على تناول المشكلات وتزودهم بأطر نظرية تساعد على فهم المتعالجين للوصول بهم إلى نظرة واقعية عن العالم الذي يعيشون فيه (**علي هاشم جاوش الباوي، 2010، ص 34)**

في الوقت الحالي هناك العديد من نظريات العلاج النفسي التي يمكن توظيفها في العلاج النفسي، والملاحظ أن العديد منها قد نشأ من جذور نظرية التحليل النفسي، فحتى عام (1950) لم يكن عدد النظريات الفاعلة في ميدان العلاج النفسي يتجاوز الثلاث نظريات، وبعد ذلك أخذ هذا العدد في الازدياد، بدأ الاهتمام بتطوير نظريات واضحة للعلاج النفسي خلال النصف الأول من القرن الماضي، يهدف صياغة قواعد وقوانين

لجمع الآراء والتصورات النظرية والعلاجية التي ظهرت خلال تلك الفترة، وتعرف النظرية بأنها عبارة عن مجموعة من القوانين والمبادئ الموجهة نحو تفسير ظاهرة معينة، والواضح بأن نظريات العلاج النفسي تهدف إلى بناء تصور واضح حول بناء الشخصية البشرية والمتغيرات المؤثرة فيها، بالإضافة إلى صياغة عدد من الافتراضات والأساليب العلاجية، الخاصة بها لعلاج المشكلات النفسية والانفعالية للمعالجين، ويعتبر إحداث تغير إجابي في محتويات النفسية المستهدفة من قبل النظرية العلاجية من أهم نقاط التحدي لأية نظرية علاجية، وذلك لاعتماد التغير في تلك المحتويات على العديد من التغيرات مثل فعالية المرشد وخبرته ودافعية المعالج أو بعض المتغيرات البيئية الأخرى. **(جلال كايد، ضمرة، 2008، ص 20)**

1- العملية العلاجية:

تعريف العملية العلاجية:

يحد ولبرح wolberg معنى العلاج النفسي بأنه شكل من أشكال العلاج للاضطرابات ذات الطبيعة الإنفعالية، من خلالها الشخص الفاحص أن يقيم علاقة مهنية بمريضه بهدف استبعاد، أو تعديل، أو تأجيل ظهور الأعراض المرضية بغية الوصول إلى أحداث نمو إيجابي في شخصيته، ويرى روث ران أن العلاج النفسي هو النشاط المخطط الذي يقوم به الأخصائي النفساني بهدف تحقيق تغيرات في حياة الفرد المريض والتي تجعله سعيدا. **(أديب، 2015، ص 323).**

بينما يرى حامد عبد السلام زهران أن العلاج النفسي هو العلاج الذي تستخدم فيه طرق النفسية لعلاج المشكلات أو الاضطرابات ذات الصيغة الانفعالية والتي يعاني منها المريض وتؤثر في سلوكه، وفيه يقوم المعالج وهو شخص مؤهل علميا وفنيا بالعمل على إزالة الأعراض المرضية الموجودة أو تعديلها، أو تعطيل أثرها مع مساعدة المريض على

حل مشكلاته الخاصة والتوافق مع بيئته واستغلال إمكاناته، ومساعدته على تنمية شخصية ودفعها في طريق النمو النفسي الصحي بحيث يصبح المريض أكثر قدرة على التوافق النفسي في المستقبل. **(محمد، 2008، ص 11)**

2-تعريف العملية العلاجية:

يقصد باصطلاح عملية P rocess أن يكون هناك تتابع معروف من الأحداث التي تقع عبران من، وعادة فإن عملية العلاج هي تلك الخطوات أو المراحل المتتابعة التي يعمل فيها المرشد مع المسترشد إبتداءا من إحالة المسترشد إليه حتى إقفال الحالة، والتحقق من الوصول إلى أهداف العلاج. **(محمد الشناوي، 1996، ص 18)**

وتشمل العملية على ثلاث عمليات أساسية **(سامي، 2001، ص 349)**:

- **الدراسة:** تهيئة مكان العلاج ثم جمع البيانات عن الحالة وتحليلها.

- **التشخيص:** ويشمل تحديد أسباب المشكلة وكيفية تفاعل هذه الأسباب ومعرفة مدى تطورها.

- **العلاج:** تحديد أساليب العلاج المناسبة للحالة وممارستها والمتابعة والتقويم على ضوء الاقتران من تحقيق أهداف العلاج.

2- نماذج العملية العلاجية:

هناك نماذج عديدة لبيان خطوات العملية العلاجية والتي قدمها مجموعة من الباحثين نذكر منها ما يلي:

1-نموذج wliamson:

وضح وليا مسون نموذجا لعملية العلاج النفسي مشتقة من معطيات نظرية السمات والعوامل وأطلق عيها النموذج الإكلينيكي وقد اشتملت على ستة خطوات متشابهة هي:

1- **التحليل:** ويعني تحديد المعلومات المطلوب جمعها، والتي تم جمعها من مصادر مختلفة وبطرق عديدة.

2- **التركيب:** تتضمن هذه الخطوة صياغة المعلومات السابقة ومعرفة تفاعلها وترابطها.

3- **التشخيص:** معرفة أسباب المشكلة وكيفية تفاعلها.

4- **المآل:** التكهن المحتمل بتطور الحالة.

5- **العلاج:** تحديد فنيات العلاج وتقديمها عبر أساليب معينة.

6- **المتابعة:** تتبع الحالة للتأكد من فعالية العلاج ومدى ملائمته.

2-نموذج Bramner f shostrom:

أغد هذا النموذج كل من برامر وشروستروم وأسمياه العلاج المحقق للذات ويشتمل على الخطوات التالية:

1- تحديد مدى حاجة الحالة إلى العلاج.

2- بناء العلاقة العلاجية.

3- تحديد أهداف العلاج.

4- التعامل مع المشكلة.

5- تسهيل الوعي.

6- تخطيط برامج الوعي.

7- تقييم النتائج وإنهاء العلاج.(**htt // virtue lcampay.univ-msi la**)

3- عناصر العملية العلاجية:

1- العلاج النفسي:

تمثل شخصية المعالج مكانة هامة في العلاج فهي تفوق كثيرا طريقة المعالجة التي يتبعها في ممارسة العلاج النفسي، وقد أشار علماء النفس الأمريكيين إلى المجموعة من الصفات التي يجب أن يتميز بها المتخصصون في العلاج النفسي وهي:

- قدرة عقلية متميزة، وقدرة جيدة على الحكم والتقدير.
- إبداع جيد وغزارة في المصادر العقلية العميقة.
- فضول قوي ورغبة صادقة وقوية للتعلم.
- حدس وتبصر جيد وروح دعابة جيدة.
- الاهتمام بالأشخاص من حيث هم أفراد والبعد عن تقدير التدخل وجعله في المكانة العليا في عمل المعالج.
- حساسية مناسبة لتنوع الدوافع التي يمكن أن توجد وراء أعمال الآخرين.
- التسامح والبعد عن التكبر.
- القدرة على إقامة علاقات دافئة مع الآخرين.
- روح الجد والاجتهاد والمثابرة.
- تحمل المسؤولية.
- التعاون واللباقة في العلاج.
- ضبط النفس والثبات.
- شعور عميق بالقيم الأخلاقية، واهتمام عميق بعلم النفس والجوانب العلاجية.

- اتساع الأساس الثقافي.

ويذكر رشيد فأم أن هناك عشر خصائص أساسية يجب أن تتوافر في المعالج النفسي وهي حب العمل في مجال العلاج النفسي، الحسي الإكلينيكي، الفطنة إلى حتمية الذاتية، التواضع، الاستماع بأذن ثالثة، توافر الذكاء المتقد، الانشغال بمشكلة المريض، الاستماع الجيد، قلة الكلام والاعتراف بأي خطأ يقع، وتؤكد الدراسات والبحوث على ضرورة و أهمية التدريب على عملية العلاج النفسي قبل ممارسته.

ويلقى الباحثون النظر إلى أهمية الطموح المهني والميل العلمي والعملي، بالنسبة للمعالج النفسي، وينظرون إليه كعالم ممارس، كما يؤكدون على أهمية متابعة الجديد في العلاج النفسي وأهمية التدريب المستمر واكتساب الخبرة العملية **(جلال، 2000، ص 93)**

2- البيئة العلاجية:

يلعب المكان الذي تجرى فيه العملية العلاجية دورا هاما في نجاها، فقد يتوقف على خصائص هذا المكان مدى استجابة الحالة وتعاونها، لذا يقترح المعالجون النفسيون مواصفات معينة للمكان الذي يجرى فيه العلاج:

- يجب أن يكون حجم الغرفة مناسب. **(المرجع نفسه)**

- تواجد مقعدين رئيسيين إضافة إلى مقعدين آخرين، وهناك من يفضل أن يكون مقعد العميل يتحرك في جميع الاتجاهات.

- الاحتواء على، مكتب، إضاءة هادئة، تهوية شاملة لأرجاء غرفة العلاج.

- لون طلاء الجدران، الستار هادئ وخال من النقوش.

- وجود خزانة لحفظ المستندات والملفات، كما لا يجوز بقاء ملف المعالج مع الأخصائي أثناء وجود آخر.

-لا يتلقى المعالج مكالمات هاتفية أثناء العلاج. **(المرجع نفسه)**

3-الجلسة العلاجية:

من أهم خصائص الجلسات العلاجية المساعدة على توفير جو نفسي وسليم كما يلي:

- الثقة المتبادلة.

- الاستعداد للمساعدة.

- التقبل غير المشروط.

- حسن الإصغاء جيدا.

- معاملة العميل معاملة حسنة والتسامح معه.

- تحديد الهدف من العملية العلاجية.

http // Virtuelcam pus.aniv-m si la.dz/.fcchs/ P2474

4-العلاقة العلاجية:

تعتبر العلاقة العلاجية حجر الزاوية في عملية العلاج بحيث يحرص المعالجين على أن تبدأ هذه العلاقة بداية حسنة منذ المقابلة الأولى ويمكن القول أن العلاقة العلاجية بأنها:

أ-علاقة مهنية: أي لها حدود وليس علاقة صداقة، لذلك يحرص المعالج منذ بداية على توضيح طبيعة هذه العلاقة والهدف منها.

ب-علاقة احترام موجب متبادل وغير مشروط: علاقة تسودها الثقة والإهتمام المتبادل، كما يسودها نوع من الاعتدال فلا هي خوف زائد ولا هي تعامل رسمي متزمت.

ج-**علاقة تفاعل واتصال بين المعالج والمعالج:** يمكن أن يأخذ التفاعل والاتصال أللفضي والإشارات والتلميحات، وقد يكون رمزيا له معان ضمنية يفهمها كل من العميل والمفحوص ولهذا يهتم العميل بمجريات التواصل بينه وبين المفحوص أي يختار:

- عناصر يركز عليها.
- عناصر يتخطاها.
- عناصر يستجيب لها استجابة وقتية.
- عناصر يصنعها جانبا حتى يأتي وقت مناسب لها في المستقبل.

خلاصة الفصل:

العلاج النفسي هو مصطلح عام علاج مشاكل الصحة العقلية من خلال التحدث مع طبيب نفسي أو أخصائي نفسي.

تعرف العملية العلاجية موقف تطفأ فيه الاستجابات العصبية، وتعوض باستجابات صحيح، مجموعة الخطوات المهنية التي يسلكوها فريق العلاج النفسي للتعامل مع الحالة، بتتبع نماذج العملية العلاجية، وبعض من عناصرها.

الفصـــل الثالث

جائحة كوفيد-19

تمهيد:

لا تمثل جائحة كرونا حالة طارئة، في مجال الصحة على نطاق العام فحسب، بل أضحت كذلك أزمة اقتصادية دولية، من مراجع المرجح أن توسع هوة التفاوتات وتؤثر على الفقراء والفئات الضعيفة أكثر من غيرهم وقد تسببت الجائحة في صدمة عالمية ومحلية لجمع البلدان.فعلى الصعيد العالمي ترتب على ذلك تراجع كبير في الصادرات، خاصة المواد الخام، وانخفاض في أسعار السلع الأساسية على المستويات تاريخية متدنية وانخفاض في التحويلات المالية، وعلى المستوى القطري ترتب على هذا تكبد تكاليف مباشرة مرتبطة بالمرض، الرعاية الصحية، وانعدام اليقين، وتكاليف غير مباشرة تتعلق بتدابير لاحتواء والتخفيف المفروضة للحد من انتشار المرض، مثل انخفاض العمالة مع هذا الطارئ الصحي صعبا إنه إذا ترك دون علاج فسيحصد ملا يحصى من الأرواح، وإذ فرضت تدابير صارمة لاحتواء انتشار المرض.

وتشكل الجائحة صدمة سلبية على الجانب العرض، ومثلها على جانب الطلب في آن واحد فهي تحد من قدرة الأفراد على العمل، والشركات على الإنتاج كما تقلص الحوافز التي تدفع الناس إلى استهلاك وتمكن الشركات من الاستثمار ويمكنها أن تلحق الضرر بالبلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل أكثر من غيرها، لافتقارها إلى الموارد والقدرة على التعامل مع الصدمات العامة.

1- نبذة عن ظهور فيروس كورونا:

تم الإبلاغ في منتصف عام 2012 عن إصابة رجل في الستين من عمره بمرض تنفسي قاتل علما بأنه كان من قبل موفور الصحة، وحدد السبب لاحقا على أنه أصيب بفيروس كورونا المتسبب لملازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS-COV) وكشفت التحليلات الاسترجاعية بعد ذلك أن الحالات أولى للمرض حدثت قبلا في مجموعة من الحالات المرتبطة بالمستشفيات في الأردن في "نيسان" (أفريل2012).

ومنذ ذلك الحين جرى توثيق حالات إضافية لعدوى فيروس كورونا المتسبب لمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية في الأردن والمملكة العربية السعودية على حد سواء وفي سواء بعض البلدان في الشرق الأوسط (قطر والإمارات العربية المتحدة). وجرى تحديد حالات مرتبطة بالسفر في كل من أوروبا فرنسا وألمانيا وإيطاليا والمملكة المتحدة وشمال إفريقيا وتونس (منظمة الصحة العالمية، 2013، ص05).

2-مفهوم جائحة كورونا:

أ/ **لغة:** أضاف القاموس الشعبي urdandictionary كلمة جديدة (kovidiot)

تسير للأشخاص الذين يهملون التحذيرات التي تحذرها السلطات الصحية العامة أومن يخزنون البضائع الغذائيةعلى حساب جيرانهم، وإن مصطلح الجديد مشتق من (كوفيد19) الاسم الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية على فيروس كورونا (SKynentsعربية، 2020).

ب/ اصطلاحا: يعد فيروس كورونا المستجد لعام 2019 الذي تم إعلانه وباءا من قبل منظمة الصحة العالمية في 11مارس 2020.سلالة جديدة من الفيروسات التاجية تم الإبلاغ عنه لأول مرة في 31ديسمبر 2019.ومن خطورة أعراضه أنه يسبب هذا الفيروس أمراضا في الجهاز التنفسي التي تتراوح من نزلات البرد إلى أمراض أكثر شدة تؤدي إلى الوفاة. (صندوق الأمم المتحدة للسكان 2020، ص03).

ويشير "كوفيد 19"إلى الالتهاب الرئوي الذي يسبب الفيروس. وهو الاسم الرسمي للفيروس، والذي أطلقته منظمة الصحة العالمية. (مركز مكافحة الفيروسات والأوبئة بجينانفسو، 2020، ص01).

أما اصطلاحا فهي عبارة عن فيروس يصيب الجهاز التنفسي كنزلات حادة قد تنتهي بالوفاة وثم الإعلان عن هذا الوباء في 31 ديسمبر 2019.

3- أسباب فيروس كورونا:

يحدث هذا المرض بسبب الفيروس المستجد ويمكن التقاط الفيروس عن طريق:

- ✓ تنفس قطرات من السعال أو العطاس لشخص مصاب.
- ✓ لمس الأسطح الملوثة بالفيروس مثل طاولة أو مقبض الباب، ومن ثم لمس الأيدي الملوثة والأنف أو العينين.
- ✓ التواجد حول الحيوانات التي تحمل الفيروس، أو تناول اللحوم غير المطبوخة بشكل جيد أو المنتجات الحيوانية التي تحتوي على الفيروس.
- ✓ (ترجمة عن النسخة الأصلية بموافق السيفير{c}بتاريخ 15مارس2020.من قبل وزارة الصحة ووقاية المجمع بدولة الإمارات العربية المتحدة).

4-أعراض مرض كوفيد-19:

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعا لمرش كوفيد-19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وقد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع، أو الاحتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال.وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجيا. ويصاب بعض الناس دون أن تظهر عليهم أي أعراض ودون أن يشعر بالمرض. ويتعافى معظم نحو10بالمئة من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص.وتشتد حدة المرض لدى شخص واحد تقريبا من كل ستة أشخاص يصبون بعدوى كوفيد-19 حيث يعانون من صعوبة التنفس.وتزداد إحتمالات إصابة المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات طبية أساسية مثل: إرتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب وداء السكري، بأمراض وخيمة، وقد توفى نحو: 02 بالمئة من الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض. وينبغي للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس التماس الرعاية الطبية. (ترجمة عن الأصلية بموافقة

السيفير{c} بتاريخ 15 مارس 2020، من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع بدولة الإمارات العربية المتحدة).

5-كيفية انتشار مرض كوفيد-19:

يمكن أن يصاب الأشخاص بعدوى مرض كوفيد -19 عن طريق الأشخاص الآخرين المصابين بالفيروس، ويمكن للمرض أن ينتقل من شخص إلى شخص عن طريق القطيرات الصغيرة التي تتناثر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب بمرض كويد -19 أو يعطس، وتتساقط هذه القطيرات على الأشياء والأسطح المحيطة بالشخص.

ويمكن حينها أن يصاب الأشخاص الأخرون بهذا المرض عند ملامستهم لهذه الأشياء أو الأسطح ثم لمس عينيهم أو أنهم أو فمهم.كما يمكن أن يصاب الأشخاص بمرض كوفيد-19 إذا تنفسوا القطيرات التي تخرج من الشخص المصاب بالمرض مع سعاله أو زفيره، ولذا فمن الأهمية بمكان الابتعاد عن الشخص المريض بمسافة تزيد على متر واحد وتعكف المنظمة على تقسيم البحوث الجارية بشأن طرق انتشار كوفيد-19، وستواصل نشر أحدث ما تتوصل إليه من نتائج.

(منظمة الصحة العالمية، تم إسترجاع المحتوى في 2020/03/01 وتجميعه من الموقع الإلكتروني الآتي:

http//www.emro.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)

6-تشخيص المرض:

يمكن تشخيص المرض بناءا على العلامات والأعراض خاصة إذا كان لشخص:

- يعيش في منطقة تفشي الفيروس التاجي الجديد.
- سافر مؤخرا من أو إلى منطقة تفشى فيها الفيروس.
- يوفر الرعاية أو يعيش مع شخص تم تشخيصه بفيروس التاجي الجديد.
- الفحص السريري.
- الفحوصات المخبرية وقد تشمل:

  * مسحة أنفية لأخذ عينة من السوائل الأنف.

  * مسحة الحلق لأخذ عينة من السوائل الحلقية.

  * عينة من المخاط من الرئة (البلغم).

  * إختبارت الدم.

(ترجم من النسخة الأصلية لمواقفة شركة السيفير {c} بتاريخ 15-2020/03 من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع بدولة الإمارات العربية المتحدة).

7-الوقاية من فيروس كورونا:

لحماية نفسك:

- لا تسافر إلى المناطق التي يشكل فيها الفيروس التاجي الجديد خطرا.
- إذا كنت تعيش في منطقة حيث يعد الفيروس التاجي خطرا، أو يجب عليك السفر إليها فينبغي اتخاذ الاحتياطات اللازمة لتجنب العدوى.
- ابتعد عن المرض.
- الابتعاد عن الأماكن التي توجد فيها الحيوانات التي تحمل الفيروس ويشمل ذلك الأماكن التي تباع فيها الحيونات والمنتجات الحيوانية.
- لا تأكد اللحوم والأسماك في المناطق التي تفشى فيها الفيروس التاجي.
- اغسل يديك غالبا بالماء والصابون إذ لم يستخدم مطهر اليدين القائم على الكحول.
- تجنب لمس الفم أو الوجه أو العينين أو الأنف.
- ارتدي قناع طبي لحماية نفسك إذا كنت حول الناس الذين هم مرضى أو قد يكونون مرضى.

(منظمة الصحة العالمية مكتب الإقليمي لشرق المتوسط تم استرجاع المحتوى في2020/03/01 وتجميعه من الموقع الإلكتروني التالي

//www.emro.who.int/ar/health-topics/corona- virus/informtio:http|

-resources-html ccby-nc-sa 3 o/go (رخصة الاستخدام تحت

8-خلاصة:

يجب أن تعمل الاستجابة الاقتصادية الفورية لجائحة كورونا على حماية الأسر والشركات والقطاع المالي، من خلال تدابير الإغاثة الطارئة لمنع البطالة الجماعية والإفلاس والانهيار الاقتصادي، وإذا تم التخطيط المرحلة الإغاثة وتنفيذها بحكمة، فمن شأنها أن تضع أساسا للتعافي، نظرا لما تتيحه من فرصة سائحة لإجراء إصلاحات هيكلية رئيسية، يمكنها بناء القدرة على المجابهة وتضمن النمو الاقتصادي المستدام على المدى الطويل.

إلا أن ذلك نشأ في بيئة سريعة التطور لا تتوفر فيها العديد من البلدان النامية سوى موارد عامة محدودة بالمالية العامة، وثمة حاجة في هذا السياق إلى تحديد الأولويات بسرعة، وتعيين التتابع بشكل سليم، والتصميم المدروس للسياسات، فضلا عن الدعم الراسخ من المجتمع الدولي، ومن المهم بالمثل إجراء تقدير أمين للمفضلات التي تواجهها الحكومة بين السياسات تحدد القرارات المتخذة على صعيد السياسات في الأسابيع المقبلة، وكفاءة تنفيذها، مدى إمكانية بقاء الأفراد ومنشآت الأعمال والمجتمعات المحلية.

الفصل الرابع:

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد:

بعد دراستنا للجانب النظري سنحاول في هذا الجزء الإلمام بموضوع بحثنا ودراسته ميدانية، حتى تعطيه منهجية علمية، وذلك بعد زيارتنا لمرضى كوفيد 19...، حيث قمنا بتوزيع استبيان المساندة النفسية على المرضى.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية من الخطوات رئيسي التي يقوم الباحث أثناء دراسة لموضوع بحث تساعده هذه الدراسة بجمع كل المعلومات والحقائق التي تخص موضوع بحثه، كما تحدد له الطرق العلمية التي يتم بواسطتها دراسة الموضوع.

وقبل قيامنا بدراستنا الاستطلاعية، ولكي تكتسي هذه الدراسة بالطابع المنهجي قمنا بتسطير مجموعة من الأهداف لهذه الدراسة وهي تتمثل فيما يلي:

- التعرف على مكان إجراء الدراسة

- تحديد عينة البحث.

-تحديد وسائل البحث التي يمكن أستخدامها.

2-المنهج المستخدم:

المنهج هو الطريقة المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد التي تبحث في سير العقل وتحديد عمليات حتى يتصل إلى نتائج معينة. **(بشير صالح الرشيد، 200: ص 22)**

ولقد استخدمنا في بحثنا هذا المنهج دراسة حالة التي هي عبارة عن عملية جمع البيانات، وإلى البيانات نفسها وإلى استخدامها إكلينيكي.

تاريخ الحالة هو قصة شخص واحد، قد نصل منها إلى انطباعات أو فروض نقاط بداية لمواصلة البحث ولكن يصعب التعميم منه أو التحقق من صدقها تجريبيا، ويدافع ألبورت عن شرعية الدراسة الحالة الفردية بوصفها أداة للبحث العلمي.

هي الدراسة العميقة لحالة فردية نجد بالرغم من بساطة التعريف ومحدوديته فإننا نجد أنه لا يقتصر على المرضى، وإنما تمتد إلى الأسوياء أيضا، حيث إن حالة الفردية قد تعني

حالة مرضية أو سوية حالة فردية أو جماعية حالة طفل أو رجل، امرأة، أو شيخا، أو كها، فالتعريف لم يتضمن سوى منهجية التناول وليس خصائص أو مواصفات الحالة في حد ذاتها. **(أد. خالد عبد الرزاق النجار، دراسة بدون طبقة، ص 10. 14)**

3-حدود الدراسة:

من البديهي إن يختار الباحث مكانا مناسبا لدراسته يكون بمثابة الأرضية التي يطبق فيها أدواته بالإضافة إلى مراعاة زمن محدد يكون كافيا لتطبيق تلك الأدوات، وهذا ما دفعنا إلى اختبار حدود مكانية وزمنية نرى إنها مناسبة والتي يمكن عرضها فيما يلي:

أ-الحدود المكانية:

جرت هذه الدراسة في مستشفى محمد بوضياف على عدد من المرضى الذين أصيبوا بفيروس كورونا.

ب-الحدود الزمانية:

لقد بدأت دراستنا بزيارة استطلاعية والقيام بدراسة حالة وتتضمن (المقابلة والملاحظة.)

4-عينة الدراسة:

هي تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة، ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العام ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو السمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي، وباعتبار العينة هي حجر الزاوية في أي دراسة ميدانية تستند إلى الاستبيان كمقوم أساسي نجد مفهوما على النحو الأتي:

"العينة" هي جزء من مجتمع الدراسة التي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. **(رشيد زرواتي، 2007، ص 334)**

5-أدوات الدراسة:

طبقت على عينة قوامها (20) فردا

أ-الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية:

أولا-الصدق:

-صدق المحكمين: بعد حصول الباحثتان على المقياس وقصد تكييفه على البيئة الجزائرية تم عرض المقياس على مجموعة من الأساتذة المحكمين ذوو الاختصاص(05) بقصد المراجعة اللغوية والسهولة في العبارات ومدى قياس السمة المراد قياسها، فقد نال المقياس القبول بعد المراجعة من طرف هؤلاء الأساتذة، فقد تمت الموافقة على جميع عباراته.

فالمقياس صادق.

-صدق ارتباط البنود بالدرجة الكلية:

وبالاستعانة بمعامل الارتباط بيرسون بين بنود المقياس مع الدرجة الكلية، والنتائج مدونة في الجدول التالي:

الجدول رقم(01): يبين معامل الارتباط بيرسون بين بنود المقياس مع الدرجة الكلية

البنود	معامل الارتباط	البنود	معامل الارتباط	البنود	معامل الارتباط
1	0.553*	**8**	0.512*	**15**	0.565**
2	0.852*	**9**	0.699*	**16**	0.600*
3	0.534*	**10**	0.474*	**17**	0.765**
4	0.537	**11**	0.895*	**18**	0.565**
5	0.559**	**12**	0.655*	**19**	0.874*
6	0.693*	**13**	0.513*	**20**	0.749*
7	0.513*	**14**	0.501*	**21**	0.500*
				22	0.821*

من خلال الجدول السابق نلاحظ أن قيم معاملات ارتباط بنود المقياس بالدرجة الكلية تراوحت ما بين (0.512 و0.874) وهي دالة عند مستوى دلالة (0.05 و0.01). وبالتالي المقياس صادق.

ثانيا-الثبات:

أ-طريقة معامل ألفا لكرونباخ

الجدول رقم(02): يبين نتائج حساب معامل الارتباط ألفا لرونباخ

	قيمة معامل الارتباط
مقياس المساندة الاجتماعية	**0.894**

من خلال الجدول السابق يتضح أن قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغت (0.894) وهي قيمة عالية مما يدل على ثبات المقياس.

وبما أن المقياس صادق وثابت فإنه يصلح لتطبيقه على الدراسة الحالية.

6-الأساليب الإحصائية:

إن طبعة طرح الفرضيات تستوجب استخدام أساليب إحصائية معينة يمكن من خلالها التحقق من إثبات أو نفي هذه الفرضيات، وعلى هذا الأساس تم استخدام أسلوب نرى أنه الأنجح لمثل هذه الدراسة وهو: معامل الارتباط بيرسون PEARSON الذي يعتبر من أهم المعاملات وأكثرها شيوعا وأدقها جميعا إذ أنه يتأثر بجميع القيم، كما يمثل قوة العلاقة الخاصة بين متغيرين دون التعرض لدراسة العلاقة النسبية بينهما (**مقدم عبد الحفيظ 1993، 78)**

وفي دراستنا هذه نستعمله لمعرفة المساندة النفسية الاجتماعية لمرضى كوفيد وعلاقتها بالعملية العلاجية.

خلاصة:

نستنتج مما سبق أنه لكل دراسة علمية منهج يجب إتباعه لنجاح، هذه الدراسة وإقامة خطة تتماشى مع خطوات البحث وأدواته التي تكون مختارة بدقة من عينة ومتغيرات ودراسة حالة، للوصول إلى حقائق علمية صحيحة ومفيدة للباحث، بصفة خاصة والمجتمع بصفة عامة.

ومن هنا يجب العمل بمنهجية واضحة لأنها تعد أمر ضروري في البحوث العلمية الحديثة قصد ربح الوقت في التأكد من صدق النتائج.

الفصل الخامس

عرض وتحليل النتائج

تمهيد:

تكتسي عملية عرض وتوضيح النتائج المتوصل إليها من خلال المناقشة والتحليل أهمية بالغة في الحكم على مدى صحة أو خطأ، الفرضيات، ومن كل ما تقدم في الدراسة تم التوصل إلى مجموعة من النتائج النظرية، التي سنحاول فيما يلي من هذا الفصل إثباتها أو نفيها ميدانيا بتحليل ومناقشة البيانات على ضوء الفرضيات، وبالتالي الخروج ببعض الاقتراحات من خلال نتائج الدراسة.

تقديم دراسة الحالة:

1- دراسة الحالة الأولى:

البيانات الأولى عن الحالة:

الاسم واللقب: ق.أ الجنس: ذ السن: 58 سنة

المستوى الدراسي: لاشيء الوظيفة: لاشيء

الحالة المدنية: متزوج مقر السكن: المدية

أ- تقديم الحالة:

يبدو ق. أ في حالة من الحزن والأرق البادي على ملامح وجهه التي تتحدث عن حالة من البؤس والتعب، متوسط القامة، بشرة سمراء، نحيف الجسم، يرتدي ثياب وهندام منظم ونظيف، عيناه سوداوان، شعره أسود، سكنه في ضواحي مدينة المدية.

ب- تاريخ الاضطراب:

تعتبر المقابلة الأولى ذات أهمية كبيرة فيما اعتبرها سيغموند فرويد ذات أهمية كبيرة والخاصية التي يجب ربطها بكل الاتصالات للمفحوص.

يشكو ق.أ من حالة نفسية اكتئابية سببها الوسواس حول صحته الجسمية أثناء إصابته بكوفيد19، فهو يشكو من القلق واضطراب المزاج والتعب بسبب ضيق التنفس والحمى والسعال، فقد تأثرت حالته النفسية عليه بسبب خوفه وقلقه من عدم الشفاء وعدوة الآخرين

ج- الفحص العيادي وتحليل المقابلات:

لقد أجرينا مع الحالة المقابلة وقد اتضح أن الحالة تشكو من حالة اكتئابية وعدم النوم وفقدان الشهية ويأس وقنوط من ذاته ومن المرض الذي يعاني منه خوفا من عدم

الشفاء. قامت الحالة بأخذ الدواء (كلوروكين) والتصوير المقطعي المحوسب من أجل التخفيف من المرض والشفاء.

2-الحالة الثانية:

البيانات الأولية عن الحالة:

الاسم واللقب: م.أ الجنس: أ السن: 23

المستوى الدراسي: جامعية الوظيفة: لاشيء

الحالة المدنية: عزباء مقر السكن: قصر البخاري

أ- تقديم الحالة:

تبدو م.أ في حالة اكتئاب وملامح شاحبة التي تتحدث عن حالة من الإرهاق والبؤس، متوسطة القامة، بشرة بيضاء، نحيفة الجسم، ترتدي ثياب منظمة ونظيفة، عينان سوداويتان، شعرها اسود، تسكن في مدينة قصر البخاري.

ب- تاريخ الاضطراب:

بعد عدة جلسات من المقابلة تبين أن الحالة تعاني من القلق والتوتر مما يسبب لها إحراج كبير مع تفاعلها داخل المجتمع، وهذا بعد ما تبين أنها تعاني من مرض كوفيد 19. ولكنها لم يؤثر عليها بشكل ملحوظ لأن درجته كانت منخفضة نوعا ما، بنسبة 25 وظهر خوفها عندما طلبوا منها التكلم عن صحتها النفسية بدأ على وجهها ملامح الخوف والتوتر من عدم الشفاء بعد إصابتها، وخاصة خلال فترة الحجر الصحي التي كانت تجلب لها الشعور بالوحدة وابتعاد أفراد العائلة عنها لمدة زمنية قرابة 20 يوما، وظهور عليها علامات الملل التي كانت لا تفارق وجهها من خلال الملاحظة، وعدم الرضا عن الذات في تلك الحالة حيث كانت تردد أنا "كرهت حياتي"

ج- الفحص العيادي وتحليل المقابلات:

بعد الانتهاء من المقابلات تبين أن المصابة تعاني من اضطراب نفسي سببه الاكتئاب جراء الموقف الذي تعرضت له، حيث كان فيما بعد ميكانيزم دفاعي يعول عليها قصورها في شرح وجهت نظرها وهو الوسواس، وعندما اطمأنت المسترشدة من الناحية اللاشعورية إلى نجاحها باستدرار الآخرين وعطفهم عليها حسب ذلك ليس على مصدر التوتر الأصلي فقط بل على جميع المصادر المشابهة، والتي عجزت عن التعبير عن وجهة نظرها لا سيما أمام الأقارب التي لها علاقة بهم ومن لهم علاقة بالفحص الطبي.

3-الحالة الثالثة:

الاسم واللقب: ب.ب الجنس: أ السن: 40 سنة

المستوى الدراسي: متوسط الوظيفة: ماكثة في البيت

الحالة المدنية: متزوجة مقر السكن: البرواقية

أ- تقديم الحالة:

قابلت السيدة ب.ب البالغة من العمر 35 سنة في منزلها بمدينة البرواقية، متوسطة القامة، بشرة بيضاء، تبدو عليها ملامح السوداوية والقنوط كانت ترتدي ملابس نظيفة، متزوجة ولها 5 أولاد، ماكثة في البيت.

ب- تاريخ الاضطراب:

بعد إجراء المقابلة مع الحالة وهي في حالة ليست طبيعية في المستشفى وهي مصابة بفقر الدم، تم الكشف عنها من خلال التقييم المخبري للمرض حيث تم تشخيص هذا المرض في البداية (19) .covid قبل أربعة أسابيع، ثم إدخالها إلى المستشفى لمدة أسبوعين حيث تم وضع الاحتياطات المحسنة للقطرة والتلامس بسبب القلق الذي قد ينتقل إلى فيروس سارس ومن هنا تبين أن المصابة ترتعد خوفا وازداد الوسواس من ناحية النظافة وبين كل دقيقة وأخرى ينتابها الحزن كلما رأت صور عن خلايا كورونا وهذا ما ورد عن لسان المصابة "إنني كلما أسمع باسم هذا المرض أجهش بالبكاء واشعر إنني سأموت، ثم ابكي بحرقة حتى أحس بألم في جسمي "، ومع ذلك يكون في الغالب شعور بالإحباط، والخوف أن يستغرق الأمر لسنوات حتى تنتهي حياتي بظهور الوسواس القهري، الذي قد يفني حياتي هذا ما قد تم تدوينه على المسترشدة.

ج- الفحص العيادي وتحليل المقابلة:

من خلال المقابلات التي أجريناها على هذه الحالة تأكدنا أن الأعراض التي تعاني منها تكشف عن المشاكل النفسية الخطيرة تسببت بها الجائحة وآثارها على الصحة البدنية، وخوفها من بقائها لفترة طويلة وتناول الأدوية التي قد تحدث لها توترات وأعراض متعلقة بالمخ كالصداع، الدوخة ... الخ

2-عرض وتحليل النتائج وفقا للفرضيات:

بعد أن تم عرض مختلف الخطوات عملية المعاينة في الخطوات السابقة، واتباع ذلك بتحديد أفراد عينة الدراسة، انتقل الباحث إلى إجراء الدراسة الفعلية عن طريق تطبيقه للمقياس الخاص بهذه الخطوة، وقد أفضى به عمله هذا إلى الحصول على مجموعة من النتائج الخام، والى أن يعرضها تبعا لتسلسل فرضياته، منطلقا من الفرضيات الفرعية وصولا إلى الفرضية العامة وعليه فقد أمكن أن نقدم نتائج هذه الدراسة وفقا للآتي.

توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين المساندة النفسية الاجتماعية والعمليات العلاجية.

ولاختبار هذه الفرضية، تم استخدام برنامج الإحصاء الشهير Spss.

وذلك لاستخراج المعالجة الإحصائية التالية:

حساب معامل الارتباط بيرسون للمساندة النفسية الاجتماعية لمرضى الكوفيد19- لدى عينة متكونة من عشرين فرد.

3-مناقشة وتفسير النتائج

إن هدف هذه الدراسة الحالية هو معرفة مدى تحقق المساندة النفسية الاجتماعية لمرضى كوفيد 19-وعلاقتها بالعملية العلاجية.

ولقد كشفت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المساندة النفسية الاجتماعية وعلاقتها بالعملية العلاجية، وهذا إن دل يدل على اثر هذه المساندة المقدمة فكلما زادت زاد الشعور المريض بمحبة الآخرين وتقبلهم له وبث روح الثقة دون نقد.

كما ان المساندة التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء من العائلة أو الرفاق المقربين تعد عاملا هامة في الصحة النفسية من ثم قد يمكن التنبؤ بأنه لما تغيب المساندة أو انخفاضها يمكن إن تحدث اثار سلبية للمواقف التي يتعرض لها، مما يؤدي إلى احتلال الصحة النفسية (احمد السيد إسماعيل).

كما يتضح أن المساندة المقدمة من قبل الأسرة تلعب دورا جوهريا في تحديد المستوى الصحي والنفسي سواء بالسلب أو بالإيجاب، ونحن كأخصائيين نفسانيين، وضفنا المساندة كخطة علاجية في حالة المرض بكوفيد 19-اللذين حين إصابتهم بهذا الأخير ينتابهم شعور بالقلق والإحباط والوحدة الاجتماعية فإن التأثير هنا يكون ايجابي على السلوكيات وبشكل ملحوظ وبناءا على ما ورد سابقا تعد المساندة النفسية الاجتماعية التي يتلقاها الفرد بصفة عامة ولمرضى كورونا بصفة خاصة سواء من الأسرة أو من الأقارب عاملا فعالا في صحته النفسية والجسمية.

4-الاقتراحات والتوصيات:

- الإبقاء على الاطلاع بآخر المستجدات والأخبار والتوصيات وذلك بالرجوع الى وسائل الإعلام الموثوقة الصادرة عن سلطات معينة بالصحة .

- فهم كيفية طرق انتشار المرض من خلال توضيح فكرة أن كورونا ليس السبب الوحيد الكامن وراء الأمراض النفسية كلها.

- القيام بأنشطة سبق ونفعت في أوقات الشدة إلى القراءة ومشاهدة الأفلام والرياضة خشية الإصابة بالضغوط النفسية خلال الوباء.

- إقامة حملات توعية مكثفة لكافة فئات المجتمع لنشر الوعي الصحي وإتباع الإجراءات الوقائية وكيفية التعامل مع انتشار المرض وكيفية إدارة الأزمات .

- تقديم الدعم النفسي الاجتماعي قد يكون المفتاح لوقف انتشار الفيروس والوقاية منه .

- وجوب بث المشاعر المعنوية الايجابية لدى جميع أفراد المجتمع، والتركيز على تبصير الجميع،بأن المستقبل آمن بإذن الله،وأن جائحة كورونا سوف يتم التغلب عليها، من خلال تقديم برامج إرشادية للحد من الضغوط النفسية.

خلاصة:

من خلال عرض وتحليل نتائج دراستنا الحالية تم التوصل إلى مجموعة من القرارات تمثلت في قبول بعض الفرضيات ورفض أخرى، وقد غلب القبول فيها بالرفض، كما تم التوصل من خلال ذلك إلى التأكد من تحقق بعض الأهداف، وفي المقابل تأجيل تحقق بعض الأهداف الأخرى نظرا لطبيعتها الامتدادية غير مستقبل الدراسة، وقد تم قبل ذلك وضوح بعض العوامل والتفسيرات التي قد تعبر عن مؤشرات للنتائج المتوصل إليها، هذا وقد سعينا إلى تعديد مجموعة من الاقتراحات يزيد من خلالها كل قراء هذه الدراسة إقناعا أو توعية أو توصية.

خاتمة

خاتمة

في ختام بحثنا هذا بعنوان المساندة النفسية لمرضى كورونا كوفيد 19 وتأثيرها في العمليات العلاجية حاولنا جاهدين أن ندرس الموضوع الذي كان شيق، ولم يكون اختيارنا عبثا وإنما كان نتيجة للإحساس بهذه الحالات التي تعاني من هذا المرض الذي أصبح منتشرا بشكل رهيب وفي وقت وجيز في عصرنا الحالي، وبصفتنا كطلبة مختصين في علم النفس أردنا وبرغبة منا فهم هذه المشكلة التي تتمحور حول علاقة المساندة النفسية بكوفيد 19.

وبالأخص من طرف الأسرة التي تعتبر كشكل من أشكال المساندة الاجتماعية فكان أهم هدف لدينا هو تقديم المساندة النفسية والاجتماعية للمرض، انطلاقا من الجانب النظري الذي قمنا فيه بجمع المعلومات حول هذه الأخيرة، ومن ثم الدراسة الميدانية التي قمنا فيها بزيارة المستشفى لمواساة العديد من المرضى وذلك بإقامة مقابلات شخصية توصلنا أن للمساندة النفسية دور في التحقيق من الضغوط التي يعاني منها مرضى كوفيد 19 ونظرا لهذه النتيجة حاولنا إيجاد تفسيرات وتقديم بعض التوصيات من أجل الحد من الإصابة بفيروس كورونا من بينها:

تقديم الدعم اللازم من الأقرباء والأصدقاء من خلال التواصل معهم عبر الهاتف والرسائل النصية أو البريد الإلكتروني أو عبر رسائل التواصل الاجتماعي.

وفي الأخير نرجوا أن تكون مؤشرات واقعية نضعها بين المختصين عن وضع سياسة تخطيطية للحد من هذه الظاهرة المستجدة أو التقليل منها، وكله أمل أن يكون هذا البحث العلمي يخدم المجتمع عامة والفرد بصفة خاصة.

قائمة

المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع :

-أديب محمد الخالدي: علم النفس الإكلينيكي في التدخل العلاجي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط2015،1.

-جلال كايد ضمرة، (2008)،الاتجاهات النظرية في الارشاد،ط1،عمان،الاردن،دار صفاء للنشر.

-رواية محمود الدسوقي: النموذج السببي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية وضغوط أحداث الحياة والصحة النفسية لدى المطلقات ،مجلة علم النفس، العدد9، الهيئة المصرية العامة، للكتاب،1996.

-محمد جسن غانم: العلاج النفس،مكتبة مدبولي،2008، القاهرة،ط1.

-محمد محروس الشناوي وعبد الرحمن محمد السيد : المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، ط1، مكتبة الانجلو المصرية،1994 .

-مجمد أحمد النابلسي: مبادئ العلاج النفسي ومدارسه، النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت،1991 .

-سامي محمد .ملحم: الإرشاد والعلاج النفسي ،الأسس النظرية والتطبيقية،دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،عمان،2001،ط1.

-علي علي عبد السلام: المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى الطلاب الجامعيين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية،مجلة علم النفس، العدد 53، السنة الرابعة، الهيئة المصرية العامة،للكتاب،2000.

-فهد الربيعة: الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من الطلاب وطالبات الجامعة، الهيئة المصرية العامة للكتاب،1997.

-قارة السعيد: المساندة الاجتماعية وعلاقتها بتقبل العلاج لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم الأساسي ،مذكرة لنيل شهادة الماجستار،2009 .

-صندوق الأمم المتحدة للسكان،200،ص5.

-منظمة الصحة العالمية،2013، ص5، ترجمة عن النسخة الأصلية لموافقة ©بتاريخ 15مارس 2020،من قبل وزارة الصحة ووقاية المجتمع بدولة الإمارات العربية والمتحدة.

-منظمة الصحة العالمية، المكتب الإقليمي للشرق المتوسط ثم استرجاع المحتوى.1.3.2020وتجميعه من الموقع الالكتروني .

-المصادر باللغة الاجنبية :

- CAPL AN mastery of stress ,psyhojical opects American ;1981.
- LEPORE ;social support encyhoperdia ofhuman be havior ,1994.
- Grend dictionnaired la psycholojie.1991.
- Jean Arseneam,psychot heirapie attention,1983.
- http//o.w.w enor.whoint/arheath.topics/corona-virus.
- http// virtue lcmpus,univ,msila/fochs/3p=2474.

قائمة الملاحق

مقياس المساندة الاجتماعية:

سيدي الكريمة؛ سيدتي الكريمة

يستخدم هذا المقياس في تقدير درجة المساندة الاجتماعية التي يدركها الشخص من الاخرين المحيطين به .

-اقرأ كل عبارة ثم قرر.

1-إذا كانت العبارة تنطبق عليك ضع علامة (*) في خانة دائما .

2-إذا كانت العبارة لاتنطبق عليك كثيرا ضع علامة (*) في خانة أحيانا .

3-إذا كانت العبارة لاتنطبق عليك ضع علامة (*) في خانة نادرا.

لاتوجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة واي إجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن شعورك بصدق.

رقم العبارة	العبارات	دائما	أحيانا	نادرا
1	عندما احتاج إلى المساعدة أجد أصدقائي من حولي (يقفون بجانبي لمساعدتي)			
2	عندما أكون في مشكلة يمكنني طلب المساعدة من والدي (ابي وأمي) أو أقاربي.			
3	لا اعرف احد أثق به (اشعر بان ثقتي بمن حولي ضعيفة)			
4	يشعرني أصدقائي بأهميتي حتى ولو كانت تصرفاتي خاطئة			
5	تشعرني أسرتي بالرضا والقوة			
6	عندما أجد متاعب لا أبوح (لا احكي) بها لأحد (أتكتم عند مواجهتي للمشاكل)			
7	أصدقائي لطفاء معي بغض النضر عما افعله (أحس ان أصدقائي يعاملونني معاملة حسنة)			
8	منذ صغري أتلقى قدر كبير من مساندة والدي (أبي وأمي)			
9	كان لدي أصدقاء حميميين أتحدث معهم عن أسراري ولم يعد لدي أصدقاء الآن (اشعر أنني فقدت أصدقائي اللذين كنت احكي لهم			

	أسراري)			
10	عندما اكون في مشكلة استطيع ان اعتمد على زملائي القربين مني لمساعدتي			
11	اشعر بالراحة عندما اطلب المساندة من أسرتي			
12	اشعر بالوحدة كما لو كان ليس لدي احد اعرفه (اشعر بالوحدة وفقدان أصدقائي الذين كنت اعرفهم)			
13	اشعر أنني محل اهتمام من زملائي الذين يعيشون بالقرب مني			
14	طوال حياتي أجد من يساعدني عندما احتاج إلى المساعدة			
15	يوجد أفراد ألجأ إليهم لمساعدتي عندما اشعر بعدم السعادة أو أواجه متاعب (مشاكل)			
16	يتعامل زملائي معي تجعلني اشعر بأهميتي (اشعر بأهميتي نتيجة تحمل زملائي)			
17	يساعدني إخوتي وأخواتي عندما احتاج الى المساعدة			
18	انا غير منتمي إلى أي جماعات اجتماعية (نشاطات اجتماعية)			
19	اشعر بعدم وجود مساندة حقيقية من زملائي			
20	اعتقد أن الناس لا يحتاجون إلى بعضهم البعض ويمكنهم الاعتماد على أنفسهم			
21	المساعدة المعنوية من الأصدقاء هامة بالنسبة لي (اعتقد ان المساندة المعنوية مهمة)			
22	اشعر بالراحة عندما ألجأ إلى رجال الدين طلبا للمساعدة.			