

مؤتمر جائحة كورونا: التداعيات وسبل المواجهة  
29-31 ديسمبر 2020  
جامعة بنغازي - ليبيا



ورقة بحثية بعنوان :-

التداعيات النفسية والاجتماعية لفيروس كورونا المستجد على سكان الواحات .

إعداد الباحث .

أ\_ جمعة العتيبي .

( الدرجة العلمية . محاضر مساعد / جامعة بنغازي\_ كلية الآداب والعلوم الواحات ) .

[wwjoma.alatibi@yahoo.com](mailto:wwjoma.alatibi@yahoo.com)

الملخص ..

قام الباحث بدراسة علمية حول التداعيات النفسية والاجتماعية لفيروس كورونا المستجد على سكان الواحات الواقعة في الجنوب الشرقي من ليبيا، وهدفت الدراسة الحالية إلى عدة أهداف من بينها: 1- التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات ، وينشق عن هذا الهدف 3 أهداف فرعية وهي التعرف على الاكتئاب والقلق لدى مدن الواحات: 1\_ مدينة أوجلة. 2- مدينة جالو. 3- مدينة إجخرة.

2- التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير النوع. 3- التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير العمر ، واستخدم في هذه الدراسة مقياسان أحدهما للاكتئاب والآخر للقلق من إعداد الجمعية النفسية الصينية، وأخذت عينة عشوائية طبقية نسبية حجمها 381 فردا من سكان الواحات ، وذلك حسب جدول Krejcie & Morgan لتحديد حجم العينة. وطبق في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت الدراسة الحالية إلى عدة نتائج من أهمها: \_

1- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين الاكتئاب والقلق ، عند مستوى دلالة 0.01 وهذه الفروق لصالح عينة الدراسة في مدن الواحات ككل.

2- توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث ، على المقياسين الاكتئاب والقلق عند مستوى دلالة 0.05 وهذه الفروق لصالح الذكور ، حيث أن الذكور أكثر اكتئابا وقلقا من الإناث.

3- توجد فروق دالة إحصائية بين الفئات العمرية الثلاث ، على المقياسين الاكتئاب والقلق ، عند مستوى دلالة 0.01 وأن هذه الفروق لصالح الفئة العمرية من 18- 25 ، وبعدها الفئة العمرية من 45- 64 ، ثم الفئة العمرية من 27- 42.

الكلمات المفتاحية : التداعيات النفسية ؛ التداعيات الاجتماعية ؛ فيروس كورونا المستجد ؛ منطقة الواحات .

**Abstract ..**

The researcher has conducted a scientific study on the social and psychological repercussions of the Coronavirus (Covid-19) in the oases region located in the southeast of Libya. The current study has several objectives, including:

1- To identify the degrees of depression and anxiety among the inhabitants of the oases region. This objective is divided into Three sub- objectives, which are to identify depression and anxiety in oases cities: 1- Awjila. 2- Gallo. 3- Ajakhrah.

2- To identify the degree of depression and anxiety among the inhabitants of the oases region, according to the gender variable.

3- To identify the degree of depression and anxiety among the inhabitants of the oases region, according to the age variable.

Two scales for depression and anxiety, prepared by the Chinese Psychological Association. have been used in this study . A relative random sample of 381 residents of the oases was taken according to Krejcie & Morgan's table to determine the sample size. Descriptive analytical approach has been applied in this study. several results have been reported in this study, including:

1- There are statistically significant differences between the sample mean and the hypothetical mean of the depression and anxiety scales at a significance level of 0.01 in favor of the study sample in oases cities as a whole.

2- There are statistically significant differences between males and females on the two scales, depression and anxiety, at a significance level of 0.05. in favor of males, as males are more depressed and anxious than females.

3- There are statistically significant differences between the three age groups on the two scales, depression and anxiety, at a significance level of 0.01, in favor of the age groups (18-25), (45-64), (27-42) respectively.

**Key words:** psychological repercussions, social repercussions, Coronavirus (Covid-19), oases region.

## مقدمة .

يشهد العالم أزمة تكاد تعصف بمستقبل البشرية ، أزمة لم يشهد عصرنا الحديث مثلها وهي فيروس كورونا المستجد ، الذي لم يستثن عرفا، أو لونا، أو جنسا، أو عمرا ، بل توحدت كل الشعوب في التعرض لهذا الفيروس ، وبالرغم من أنه لا يرى إلا بالمجهر الإلكتروني ، إلا أنه أجبر مليارات البشر على لزوم منازلهم واتباع الإرشادات الصحية ووسائل الوقاية منها ، فقد صنفت منظمة الصحة العالمية في 11 من شهر مارس 2020 هذا الفيروس على أنه جائحة ، وبعد أربعة أيام من هذا التاريخ أعلنت الأمم المتحدة أن هذه الجائحة سوف تهدد البشرية جمعا ، والجائحة لغة هي وباء ينتشر بين البشر في مساحات كبيرة على مستوى قارة أو قد تتسع لتضم كافة أرجاء المعمورة، وتاريخيا ظهرت جوائح عدة ، كالجذري ، والسل ، والطاعون ، ويعد (الطاعون الأسود) أحد أشد الجوائح فتكا بعد أن قتل أكثر من 20 مليون إنسانا سنة 1350 م .(دونغ ويان ، 2020 : 2) .

ويمثل التفشي المفاجئ لهذه الجائحة باعتباره مرضا معديا ضغطا نفسيا كبيرا لنا جميعا ، فنحن بحاجة إلى التكيف مع التهديدات والتحديات البيئية ، عندما يواجه الفرد اضطرابات بيئية داخلية أو خارجية شديدة ، يحدث اختلال وضرر بالتكوين الداخلي والخارجي لجسم الإنسان على سبيل المثال ، تغير وضع الفرد فجأة من شخص سليم إلى شخص مريض مصاب بجائحة كورونا ، إضافة إلى تحمله معاناة الألم الجسدي ، فقد يعاني أيضا من سلسلة من الضغوط النفسية بدرجات متفاوتة ( جمعية الصحة النفسية الصينية ، 2020 : 1) .

وبتاريخ 2020 /8/20 أعلنت اللجنة الاستشارية بمنطقة الواحات عن ظهور أول حالة إصابة بفيروس كورونا المستجد بمدينة جالو ، وفي اليوم التالي أعلن عن حالتين مخالطتين ، وبتاريخ 2020/8/24 أعلن عن أول إصابة بهذا الفيروس في مدينة أوجلة ، وبتاريخ 2020/8/26 أعلن عن أول إصابة بمدينة إجمرة وبدأت هذه الجائحة بالتفشي في منطقة الواحات بمدنها الثلاث ( أوجلة .جالو.إجمرة ) مما زاد من حالة الذعر والقلق بين السكان في منطقة الواحات ، فأصبح الكل يخشى الإصابة بهذا المرض ، وارتفع معدل القلق بين الناس باعتبار أن هذه الجائحة قد وصلت إلى مناطقهم ، وتغيرت كثيرا سلوكيات الناس وأصبحت الشوارع والمحلات التجارية شبه خالية، ومن جهة أخرى فرضت الجهات الأمنية حظر التجول ، ومنعت فتح المحلات إلا لساعات محدودة فقط ، وأقامت اللجنة الاستشارية بمنطقة الواحات صفحة على الفيس بوك لنشر حالات الإصابة اليومية، وأصبح الكل متتبع لهذه الصفحة، كل ذلك كان له تأثير سلبي على الناس فالكل أصبح قلقا وكثيرا، مما يحدث بسبب هذه الجائحة لدرجة أن الأهالي بمنطقة الواحات أصبحوا يخافون من الإصابة أكثر من خوفهم من الموت ، وبعد مرور أسبوعين من ظهور أول إصابة وبدأت حالات الشفاء تظهر ، قام الباحث بتوزيع مقياسين أحدهما للاكتئاب ، والآخر للقلق ، على سكان منطقة الواحات بمدنها الثلاث (مدينة أوجلة ، مدينة جالو ، مدينة إجمرة ) لعينة قدرها 381 فردا ، وذلك للتعرف على التداعيات النفسية والاجتماعية لهذه الجائحة في منطقة الواحات .

## تحديد مشكلة الدراسة .

يتعرض العالم بأسره في الوقت الحالي إلى أخطر اجتياح وبائي عرفته البشرية ، يعرف هذا الاجتياح بجائحة كورونا ( covid 19) لم تعرف مسارات انتشاره حتى الآن ، ولا حتى متى سيتم السيطرة عليه ، مما أدى إلى إثارة حالة من الهلع والخوف الشديد نتيجة فقدان السيطرة عليه ، وخروج مسار الحياة من مسارها الاعتيادي والمألوف ، واتساع أجواء حالة عدم اليقين بالمستقبل ، لذلك أصبح واضحا للأفق أن جائحة كورونا هي من أكثر المشكلات التي تواجه الإنسان اليوم ، " وهذه الجائحة بدأت في الانتشار كأول محطة في مدينة يوهان الصينية ، لتصل العالم العربي ، بداية من دول الخليج التي سجلت أول حالات الإصابة به ، ثم بلدان المغرب العربي ( تونس ، الجزائر ، المغرب ، ليبيا ، موريتانيا ) " . ( صابر ، 2020 : 12) .

وبهذا الانتشار الرهيب وفي غياب أي لقاح أو دواء ، وفي وسط هذه الأجواء المخيفة سوف يترك هذا الفيروس تأثيرات نفسية واجتماعية ، على الكثير من الناس ، هذه التأثيرات سوف تضعف أجهزة المناعة لديهم ويصبحون أكثر عرضة للضغوط النفسية ، والإصابة بالاكتئاب والقلق نتيجة لما يتعرضون له جراء هذه الجائحة ، لذلك يحاول الباحث في هذه الورقة تسليط الضوء ، على أهم التداعيات

النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الأفراد وهما ( الاكتئاب والقلق ) للتعرف على درجة انتشاره بين مدن الواحات ، والتعرف أيضا على الفروق في انتشاره تبعا لمتغيري النوع والعمر .

### أهمية الدراسة :-

تأتي أهمية الدراسة من كونها تهتم بأهم التداعيات الناتجة من فيروس كورونا المستجد ، وهما الاكتئاب والقلق ، فالتطرق لدراسة الاكتئاب والقلق ، في هذه البيئة الصحراوية المتمثلة في منطقة الواحات ، تسهم في التعرف على مستوى الانتشار ، والتعرف على المشاكل النفسية والسلوكية الناجمة عنها ، من أجل محاولة اقتراح الحلول المناسبة للتغلب عليها ، وبالتالي توجيه طاقات هؤلاء الأفراد نحو بناء مجتمعهم ، وتحقيق المزيد من النمو والتطور ، بدلا من ضياعهم وإهدار طاقاتهم ، أو هروبهم من الواقع إلى الخيال عن طريق الوسائل المدمرة كالتطرف ، وتعاطي المخدرات ، وبالتالي يفقد المجتمع طاقاته الأساسية المحركة له نحو التقدم والازدهار .

. وكما تتمثل أهمية الدراسة أيضا في كونها من أوائل الدراسات عن التداعيات النفسية والاجتماعية لفيروس كورونا المستجد في شرق ليبيا وتحديدا في منطقة الواحات ، الواقعة في الجنوب الشرقي لليبيا ، وهي بيئة فقيرة في الدراسات والبحوث العلمية ، كما تكمن أهمية الدراسة في استكشاف مستوى انتشاره بين مدن الواحات الثلاث ( مدينة أوجلة ، مدينة جالو ، مدينة إجحرة ) .

### أهداف الدراسة ..

تهدف الدراسة الحالية إلى ...

1\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات ( العينة ككل ) .

وينبثق من هذا الهدف 3 أهداف فرعية وهي :-

ا\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة أوجلة .

ب\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة جالو .

ج\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة إجحرة .

2\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير النوع .

3\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير العمر .

### مصطلحات الدراسة .

#### التداعيات النفسية والاجتماعية .

وهي مجموعة متنوعة من السلوكيات المرتبطة بالجوانب النفسية والاجتماعية ، التي تعيق الإنسان عن الحياة بصورة طبيعية ، وتؤدي به إلى الشعور بالحيرة والغموض والحاجة الملحة للتفسير والتوضيح ، ومنها المخاوف الاجتماعية ، والاكتئاب ، والقلق .... الخ . ( الفقي ، أبو الفتوح : 1053 ) .

#### فيروس كورونا المستجد .

هو ذلك الفيروس الذي ينتمي إلى سلالة فيروسات الكورونة المعروفة ، والتي قد تسبب المرض للإنسان والحيوان ، والذي وصفته منظمة الصحة العالمية بالجائحة ، والذي ظهر مؤخرا في مدينة يوهان الصينية في نهايات 2019 ، ومن أعراضه الحمى ، والإرهاق ، والسعال الجاف والآلام ، حيث ينتقل هذا الفيروس إلى الإنسان عن طريق القطرات الصغيرة التي تتناثر من الأنف أو الفم ، عندما يسعل الشخص المصاب به أو يعطس ، كما يمكن أن ينتقل الفيروس للإنسان مسببا له تلك الحالة المرضية من خلال القطرات المتناثرة على الأسطح المحيطة بالشخص . ( الفقي ، أبو الفتوح ، 2020 : 1054 ) .

## منطقة الواحات .

هي المنطقة الواقعة في الجنوب الشرقي من ليبيا ، وتضم الواحات 3 مدن وهي :\_مدينة أوجلة ، مدينة جالو ، مدينة إجنخرة ، وتبعد كل مدينة عن الأخرى بمسافة 30 كم ، وتبعد الواحات عن الساحل بمسافة 200 كم ، ويبلغ عدد سكانها (49452) ألف نسمة ، وذلك حسب السجلات الرسمية في مكاتب السجل المدني بمدن الواحات ، ويشتهر سكانها بزراعة التمور والخضروات .

**وتعرف التدايعات الاجتماعية والنفسية إجرائيا** بأنها تلك الدرجات، والنسب المتووية التي يتحصل عليها المفحوصين من الأداة المستخدمة في جمع البيانات.

**حدود الدراسة .** تتحدد الدراسة الحالية بأهدافها والعينة المستخدمة فيها ، والموزعة على منطقة الواحات بثلاثة مدن سكنية (مدينة أوجلة ، مدينة جالو، مدينة إجنخرة) .

**الحدود المكانية .** دراسة على منطقة الواحات (أوجلة ، جالو ، إجنخرة ) الواقعة في الجنوب الشرقي من ليبيا .

**الحدود الزمنية .** الفترة الواقعة ما بين الشهور التالية ( أغسطس وسبتمبر وأكتوبر ) لسنة 2020 ف .

## الإطار النظري للدراسة .

### مفهوم فيروس كورونا .

يشق اسم CORONA VIRUS من الكلمة اللاتينية CORONA وتعني بالعربية التاج أو الإكليل أو الهالة ، ويشير الاسم إلى الشكل المميز للفيروس تحت المجهر الإلكتروني (جسم كروي يحتوي على بروزات أو زغابات سطحية بصلية كبيرة تملأ سطح غلاف الفيروس) وفي اللغة العربية تعتبر تسمية (فيروس كورونا) هي الأكثر شيوعاً والأكثر استخداماً سواء بين عامة الناس أو المختصين بالطب والعلوم ، والأدق هو تسميته بالفيروس التاجي أو الفيروس المكمل أو فيروس الهالة ، وشكله الخارجي يظهر تحت المجهر الإلكتروني بشكل كروي يحتوي على بروزات ، أو زغابات سطحية بصلية كبيرة ، وهي بروتينات الشوكة التي تملأ سطح الغلاف الخارجي للفيروس وتساعد على ارتباط الفيروس التاجي بمستقبلات خاصة على خلية الثدي أو المضيف فتظهر على شكل تاج الملك أو الهالة الشمسية. (العليوي ، 2020 : 22).

وفيروس كورونا من العائلات الفيروسية الكبيرة ، ومن المعروف أن الإصابة بما تسبب نزلات البرد العادية ، ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية (MERS) والمتلازمة التنفسية الحادة (SARS) وتدعى أيضاً متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد وغيرها ، من الأمراض الخطيرة نسبياً ، ويعد فيروس كورونا المستجد سلالة جديدة من الفيروسات التاجية التي لم تكنشف في البشر من قبل ، واكتشف فيروس كورونا المستجد في عام 2019 ، وقد أطلقت منظمة الصحة العالمية في 12 يناير 2020 ، مؤقناً على هذا الفيروس اسم (nCoV-2019) وفي 12 فبراير 2020م أطلقت عليه اللجنة الدولية لتصنيف الفيروسات رسمياً اسم (sars-cov-2) وأكدت أن هذا الفيروس ينتمي لنفس الجنس الذي ينتمي إليه الفيروس المسبب لمرض سارس ، وهناك 6 فيروسات تاجية معروفة تصيب البشر بالعدوى وذلك بالإضافة إلى فيروس كورونا المستجد 2019 من بينها 4 أنواع شائعة نسبياً بين البشر قدرتها على المرض منخفضة ، وعادة تصيب الجهاز التنفسي ببعض الأعراض الخفيفة مثل نزلات البرد العادية ، أما النوعان الآخران فهما الفيروسان التاجيان sars و mers ، وينتمي فيروس كورونا المستجد إلى عائلة الفيروسات التاجية B له غلاف بروتيني وله جسيمات إما دائرية أو بيضوية وعادة تكون ذات أشكال مختلفة يتراوح قطر الفيروس بين 60 إلى 140 نانومتر ، وتعد الخصائص الجينية لفيروس كورونا المستجد مختلفة اختلافاً واضحاً عن الخصائص الجينية لكل من فيروسي SARS و MERS ، وتشير عدة أبحاث بأن هناك تشابهاً كبيراً بنسبة 85% بين فيروسي كورونا المستجد ، والفيروس التاجي الموجود في الخفافيش والمسبب لمرض سارس. (دونغ و يان ، 2020 : 2).

### التسلسل التاريخي لفيروس كورونا المستجد.

اكتشفت الفيروسات التاجية الحيوانية لأول مرة في عام 1930 ، أما الفيروسات التاجية البشرية فقد اكتشفت عام 1960 في الجيوب الأنفية لمرضى كانوا يعانون من نزلات البرد الشائعة ، حيث بينت التجارب المخبرية على هؤلاء المرضى وجود نوعين من سلالات فيروسات كورونا البشرية هما HCoV-OC43 و HCoV-229E ، وفي عام 2002 تم اكتشاف فيروس تاجي جديد في مقاطعة غواندونغ في الصين ، وهو سبب وباء سارس الذي انتشر عام 2003 وأطلق عليه اسم الفيروس التاجي كورونا المرتبط بمتلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم أو SARS-CoV ، وفي عام 2004 طورت طرق التشخيص الجزيئي لـ SARS مما أدى إلى اكتشاف الفيروس التاجي (كورونا) البشري ، وفي عام 2012م تم عزل فيروس تاجي جديد في المملكة العربية السعودية عند رجل مصاب بذات رئة حادة مترافقة مع قصور كلوي أطلق عليه اسم الفيروس التاجي كورونا المرتبط بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية أو MERS-CoV ، وفي نهاية شهر ديسمبر من عام 2019م تم إبلاغ المكتب الإقليمي لمنظمة الصحة العالمية في الصين بمحالات الالتهاب الرئوي المسبب لمرض غير معروف ثم إكتشافه في مدينة ووهان بمقاطعة هوبي الصينية ، وتم الإعلان عن اكتشاف فيروس تاجي جديد على أنه الفيروس المسبب لتلك الحالات من قبل السلطات الصينية وفي يوم 7 من شهر يناير عام 2020م أطلق عليه اسم فيروس كورونا المستجد (COVID-19). (العليوي ، 2020 : 20-21).

## مفهوم الجائحة والفرق بينها وبين الوباء .

تعرفها منظمة الصحة العالمية بأنها أعلى درجات انتشار المرض وفق الطبيعة الجغرافية ، بحيث أنه لا تكاد تخلو منطقة من التأثير المباشر منه ، مما يتطلب تدخلات مباشرة وإشراف من قبل المنظمات الدولية ، وخاصة منظمة الصحة العالمية لمتابعة الإجراءات الاحترازية والوقائية ، وتحديد السياسات الصحية العالمية ، على اعتبار أن المنطقة تمثل اليد العليا في رسم ملامح التعاطي مع الجائحة على الصعيد العالمي . ( عساف ، 2020 ، 14 ) .

وبذلك فإن الجائحة ( pandemic ) هي أعلى درجات الخطورة في انتشار الفيروس وذلك بإنتشاره في أكثر من منطقة جغرافية في العالم ، وليس في قارة أو إقليم ، مما يتطلب مزيدا من التنسيق بين السياسات الوطنية والعالمية والإقليمية في تعزيز الوقاية والحماية في انتشار المرض ، وتعتبر منظمة الصحة العالمية هي الأداة الفعالة في تحديد السياسات الصحية الملائمة للتعامل مع المرض والحد من انتشاره . أما الوباء ( Epidemic ) فيعرف بأنه انتشار مرض أو فيروس أو جراثيم في منطقة معينة ومحدودة في العالم ، سواء كانت دولة واحدة أو قارة أو إقليم ، وبالتالي هي مشكلة تتعلق بدول متجاورة تتطلب منه رسم السياسات الإقليمية ، بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية في المراقبة والتوجيه ، للحد من انتشاره وحتى لا يتحول إلى جائحة . ( المغير ، 2020 : 16 ) .

## التداعيات النفسية والاجتماعية لجائحة كورونا .

### التداعيات النفسية .

يعاني الكثير من الأفراد في أوقات الأزمات بمجموعة من الصعوبات، وتمثل في التشاؤم والخوف والهلع والقلق وتوقع الأسوأ، من خلال مجموعة من المخاوف والمتمثلة في الخوف من العدوى، والشعور بالعجز وضعف العزيمة، وهذه العوامل تضع ضغوطا على الفرد وتؤثر سلبا على معنوياته، مما يؤدي إلى تصديق مختلف الإشاعات الهدامة، وإلى مجموعة من التداعيات السلبية، وبالتالي إلى إضعاف الحصانة النفسية للفرد ومنذ ظهور فيروس كورونا المستجد مع نهاية 2019 في الصين، ومع بداية الحظر المنزلي الإجباري، ومع تزايد وارتفاع معدلات الإصابة والوفاة ، بادرت وزارة الصحة الصينية في نهاية شهر يناير بتدشين خطوط ساخنة للإرشاد النفسي، وخدمات الصحة النفسية للمواطنين ، وأكدت أن الشعب الصيني سوف يعاني جراء هذا الوباء من مشاعر القلق ، والتوتر ، والاكتئاب ، وأنماط مختلفة ومتعددة من المشكلات النفسية التي تحتاج لخدمات الدعم النفسي الفوري، ذلك لأن الاكتئاب والانتواء والعزلة والشعور باليأس وفقدان الأمل والحرمان من النوم، وسرعة الغضب والمخاوف كلها مظاهر تنتشر في المجتمع الذي تظهر فيه الجائحة ، وتحتاج إلى إرشاد نفسي من طرف الخبراء والمختصين .

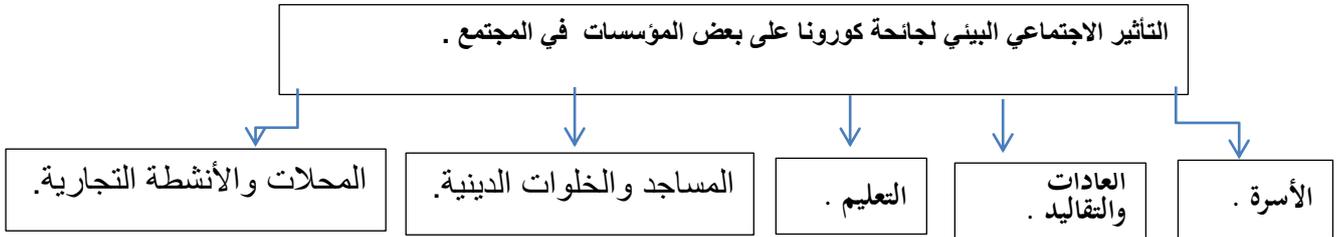
### التداعيات الاجتماعية .

أدت سرعة انتشار الجائحة وتمشيها في دول العالم ، وإيقاف الطيران ، ووسائل النقل المتعددة لمدة تجاوزت شهوراً إلى عدة مخاوف اجتماعية ، لدى مختلف شعوب الدول العظمى والنامية ، وهم يشاهدون ضحايا الجائحة بالآلاف يوميا ولم يعد لهم بديلا إلا الحجر الصحي الصارم لهم ، والقيود المفروضة على السفر ، والفحص والمراقبة المستمرة ، إضافة للمعلومات الخاطئة المنتشرة في وسائل التواصل الاجتماعي والتي أثرت سلبا عليهم ، ورغم جهود الباحثين لتطور اللقاحات والأدوية ، إلا أن الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي هو الحل الوحيد لإبطاء انتشار الفيروس ، وقد ترك الحجر الصحي أثارا نفسية واجتماعية واقتصادية كبيرة ستبقى آثارها لسنوات طويلة ، من الناحية الاجتماعية كتهودر العلاقات بين الأزواج ، توسع ظاهرة العنف ضد النساء وتأثر الأطفال سلبا بسبب منعهم من الخروج من المنزل .... الخ . ومع إعلان منظمة الصحة العالمية في 11 مارس 2020 أن فيروس كورونا المستجد يعتبر جائحة كان ذلك بمثابة الزيادة السريعة في مستوى الخوف والقلق بين عامة الناس من احتمالية الإصابة بهذه الجائحة . ( غياث ، 2020 : 295 ) .

### التأثير الاجتماعي البيئي لجائحة كورونا .

على الرغم من وضوح آثار جائحة كورونا على القطاعين الصحي والاقتصادي ، إلا أن آثارها الاجتماعية والبيئية أصبحت أيضا واضحة على الأسرة ، والتعليم ، والعادات والتقاليد ، والمساجد والخلوات الدينية .... الخ . حيث أوقفت هذه الجائحة حركة وتقديم المجتمع

وأصبح الأفراد شبه عاجزون عن تلبية أبسط مقومات الحياة الضرورية لهم ، وأحدثت هذه الجائحة تغيرات كثيرة في مجالات الحياة والشكل التالي يوضح بعض الآثار السلبية لجائحة كورونا على المؤسسات الاجتماعية والبيئية في المجتمع .



**1\_ الأسرة .** عندما أعلنت منظمة الصحة العالمية في شهر مارس بأن فيروس كورونا جائحة ، أجبرت الجهات المختصة بمنطقة الواحات كل الأسر على الحجر المنزلي ، وعدم الخروج إلا للضرورة ولساعات محدودة فقط، والتقييد التام بالإجراءات الاحترازية ، وإيقاف الدراسة بكل مراحلها ، كل ذلك كان له أثر سلبي على الأفراد في أسرهم وأصبح الكل يخاف من الإصابة بهذه الجائحة ، وارتفعت معدلات القلق والاكتئاب ، لكثير من الأسر ، وشعور الناس بالضيق ، والكآبة .

**2\_ العادات والتقاليد .** سكان منطقة الواحات تربطهم علاقات اجتماعية قوية ، فأكثر سكانها هم أبناء عمومة وأبناء أحوال ، لذلك نجد أن الروابط الاجتماعية قوية جدا في حضور المناسبات والمآتم ، ولكن هذه الجائحة غيرت كثيرا من أساليب حياتهم ، حيث توقفت المناسبات الاجتماعية ، وأصبح تقديم واجب العزاء في المآتم عن طريق الهاتف النقال ، وخاصة بعد ظهور حالات في مدن الواحات ، الأمر الذي أزعج الكثير منهم ، وأثر سلبا على أنماط حياتهم .

**3\_ التعليم .** من الآثار البارزة لجائحة كورونا هو الإغلاق الواسع النطاق للمدارس ، والكليات ، والجامعات في جميع أنحاء الدولة الليبية ، حيث استمر هذا الإغلاق لمدة زادت عن خمسة أشهر ، وقد أثر هذا الإغلاق سلبا على طلابنا حيث تناسى الكثير منهم مقرراتهم الدراسية التي درسوها قبل ظهور الجائحة ، وتم ترحيل طلبة المرحلة الإعدادية والثانوية لسنوات النقل ماعدا طلاب الشهادات ، وأعطيت أسئلة استرشادية لطلاب الشهادة الإعدادية والثانوية ، وأقيمت الامتحانات النهائية وفقا لما جاء من ضوابط التي أعدها مكتب منظمة الصحة العالمية بالمنطقة الشرقية ، أما المرحلة الجامعية فقد استخدم فيها التعليم عن بعد في تكملة الفصول الدراسية عن طريق الفيديو وأقيمت الامتحانات أيضا وفقا للإجراءات الاحترازية .

**4\_ المساجد والخلوات الدينية .** في ظل هذه الجائحة أغلقت المساجد في كل دول العالم تقريبا ، ففي الواحات أغلقت المساجد أربعة شهور للصلوات الخمسة ، و صلاة الجمعة ، ثم بعد ذلك أعطى مكتب منظمة الصحة العالمية بالمنطقة الشرقية الإذن بالصلوات الخمسة وفقا للإجراءات الاحترازية ، وبعد شهر ونصف أعطي الإذن بصلاة الجمعة في المساجد مع الأخذ بالإجراءات الاحترازية ، وكان ذلك له أثرا سيئا جدا على المصلين ، ففي شهر رمضان المبارك أوقفت صلاة التراويح في المساجد وأقامت بعض العائلات صلاة التراويح في البيوت كل عائلة على حدة بدون تجمعات للمصلين ، وهجرت الخلوات الدينية في منطقة الواحات خمسة أشهر ثم أعطي الإذن بعد ذلك لتحفيظ القرآن الكريم وتعلم السيرة النبوية .

#### **5\_ المحلات والأنشطة التجارية .**

عندنا أعلن مكتب منظمة الصحة العالمية بالمنطقة الشرقية عن أول حالة إصابة في 25 من شهر مارس 2020 التزمت كافة مدن الواحات تقريبا بكافة الإجراءات الاحترازية ، التي من بينها فتح المحلات التجارية لساعات محدودة في اليوم ، والتباعد الاجتماعي ، وعدم المصافحة باليد ، ووضع أدوات التعقيم في الأماكن العامة ، وقياس درجة الحرارة قبل الدخول لأي مرفق عام أو خاص ..... الخ . ونتيجة لغلغ المحلات وعدم فتحها إلا لساعات محدودة ، كان لها عدة آثار سلبية حيث استغنى الكثير من أصحاب المحلات عن العمالة العاملة لديهم ، وانخفضت أجور العاملين ، وارتفعت معدلات البطالة .

## الجائحة وانتشارها في مدن الواحات .

قام مكتب اللجنة الاستشارية في منطقة الواحات التابع لوزارة الصحة بالحكومة المؤقتة ، بفتح صفحة على الفيس بوك ، وذلك لحصر الحالات اليومية من ( حالات الإصابة ، حالات الشفاء ، حالات الوفاة ) في شكل تقارير يومية ، وبذلك قام الباحث بوضع هذه التقارير في جدول منظم للتعرف على كل الإصابات في مدن الواحات من أول إصابة لمدة شهر كامل ، والجدول التالي يوضح ذلك .  
إحصائية حالات الإصابة والشفاء من فيروس كورونا المستجد (COVID19) بمنطقة الواحات خلال شهر واحد فقط من ظهور أول إصابة بالمنطقة . إعداد الباحث . (جمعة العتيبي ) .

عدد العينات المسحوبة.	عدد الإصابات.	عدد حالات الشفاء.	مدينة أوجلة .			مدينة جالو			مدينة إيجرة			الشركات النفطية			الأيام
			عدد حالات الوفاة.	عدد حالات الشفاء.	عدد حالات الإصابة.	عدد حالات الوفاة.	عدد حالات الشفاء.	عدد حالات الإصابة.	عدد حالات الوفاة.	عدد حالات الشفاء.	عدد حالات الإصابة.	عدد حالات الوفاة.	عدد حالات الشفاء.	عدد حالات الإصابة.	
2															2020/8/20
															2020/8/21
															2020/8/22
4															2020/8/23
2	2														2020/8/24
5															2020/8/25
11															2020/8/26
3															2020/8/27
															2020/8/28
16															2020/8/29
															2020/8/30
12															2020/8/31
43	1														2020/9/1
															2020/9/2
77	5														2020/9/3
															2020/9/4
65	2														2020/9/5
															2020/9/6
55	2														2020/9/7
45	10														2020/9/8
17	1														2020/9/9
12															2020/9/10
															2020/9/11
10	1														2020/9/12
															2020/9/13
11	2														2020/9/14
10	1														2020/9/15
29	2														2020/9/16
															2020/9/17
															2020/9/18
13	3														2020/9/19
															2020/9/20
442	32	15	1	110	92	7	11	7	1	1	1	1	1	1	المجموع

أخذت هذه الإحصائية من المحاضر اليومية لصفحة اللجنة الاستشارية لفيروس كورونا المستجد بمنطقة الواحات من موقع التواصل الاجتماعي الفيس بوك ، وتم تنسيقها من قبل الباحث في جدول يضم المدن الثلاث ( أوجلة ، جالو ، إجحرة ) . وهي صفحة رسمية ومعتمدة لدى منظمة الصحة العالمية في ليبيا ، ويبلغ عدد سكان الواحات حسب مكاتب السجلات بالمناطق (49452) نسمة تقريبا ، وإذا قمنا بقسمة عدد سكان الواحات على عدد حالات الإصابة في الواحات الثلاث ، فإن النسبة ستكون 2.6 لكل 1000 نسمة وسوف أقوم لكم بعرض كل مدينة على حدة.

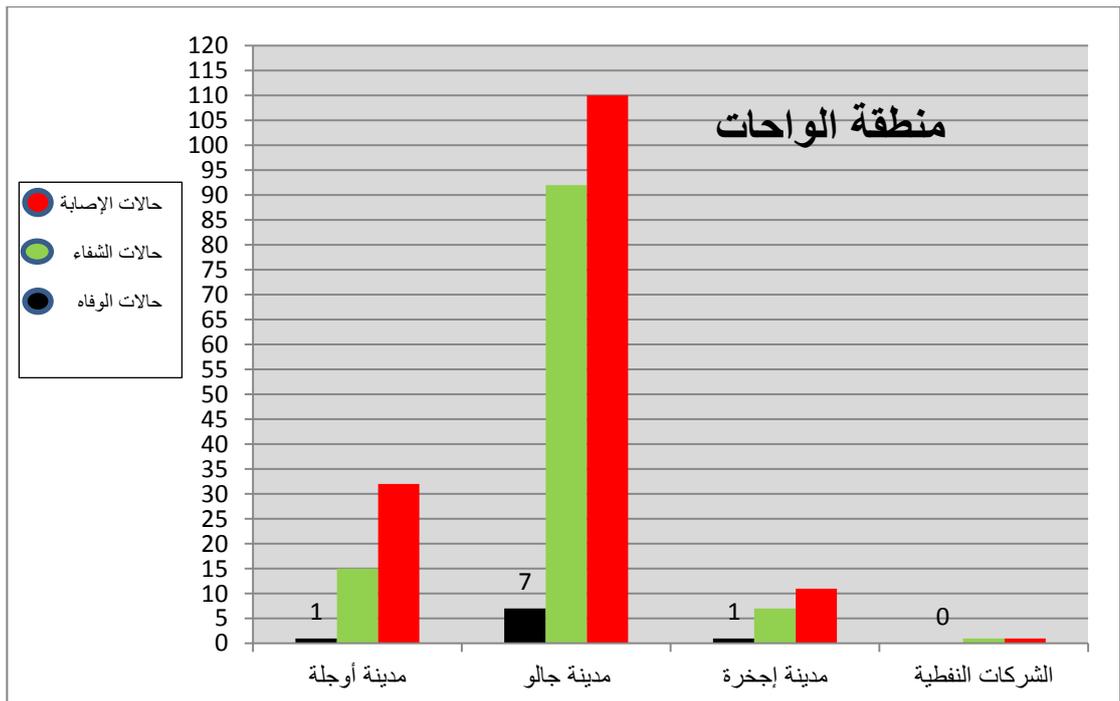
مدينة أوجلة . تعتبر مدينة أوجلة حسب هذه الإحصائية هي أكثر منطقة بها حالات نشطة مقارنة بالمناطق الأخرى ، فحالات الإصابة 32 والحالات النشطة في أوجلة 16 حالة ، وعدد حالات الشفاء 15 حالة ، وعدد حالة واحدة وفاة .

مدينة جالو . على الرغم من أن هذه المدينة هي الأكثر في عدد حالات الإصابة ، بحكم كثافة سكانها ولكن هناك مؤشر كبير في الاطمئنان ، وهو حالات الشفاء بالمصابون 110 ، وحالات الشفاء 92 ، مع حالات الوفاة 7 ، يصبح 99 وبذلك فإن الحالات النشطة حاليا 11 حالة فقط .

مدينة إجحرة . عدد حالات الإصابة بهذه المدينة 11 حالة ، وعدد الشفاء 7 ، وعدد الوفاة 1 ، وبذلك فإن عدد الحالات النشطة في هذه المدينة هي 3 حالات فقط .

وعليه ،، فإن هذه الأعداد ليست مخيفة ونستطيع في أيام معدودة إذا التزمنا بالإجراءات الاحترازية أن نعلن أن الواحات منطقة خالية من هذا الفيروس ، فحالات الشفاء أعطتنا مؤشرا كبيرا أن هذا الفيروس سوف يزول قريبا .

والشكل التالي يوضح تمثيل الإحصائية بيانيا وذلك لغرض التوضيح .



المشاكل النفسية أو العقلية الشائعة لدى عامة الناس .

أولا : \_ القلق وتوهم المرض .

أدرك معظم الناس خطورة جائحة كورونا فهم يعرفون أنه من الصعب التعرف على حاملي العدوى ، لذا من المرجح أن يشعروا بصعوبة حماية أنفسهم وعائلاتهم ، وكثيرا ما يجد الناس صعوبة استيعاب الوضع الجديد للجائحة بالقدر الذي يتوقعونه ، لذلك انخفض إحساسهم بالأمن بشكل كبير ، ونتيجة لذلك يمكن أن يصاب الناس بالقلق الذي يظهر عادة في صور اهتمامهم الخاص بحالتهم الجسدية ، فغالبا ما يربطون أي وعكة صحية بأعراض فيروس كورونا المستجد ، ويشتهون في أنهم مصابون ، حيث يشته الكثير من الناس في الإصابة

بالفيروس بمجرد وجود ثقب في قناع الوجه ، أو لاحظوا إصابتهم ببعض السعال العرضي ، فإنهم يصبحون أكثر قلقا ، وقد تتفاقم حدة شعور بعض الناس بالتوتر بسبب اهتمامهم المفرط بأخبار تفشي الجائحة ، والتحقق من المعلومات ذات الصلة مرارا وتكرارا ، ويميل بعض الناس إلى اعتقادهم بأن كل شخص حولهم حامل للفيروس ، فلا يجرؤون على الخروج من المنزل ، ويمتنعون تماما عن الذهاب إلى المستشفى ، ويشعرون بأن الحياة مليئة بالشكوك وغيرها من الأفكار ، وقد تؤدي هذه الأفكار والسلوكيات إلى تحول القلق إلى نوبات ذعر مما يؤدي إلى سلسلة من السلوكيات العمياء ، مثل الاستخدام المفرط للمطهرات ، والتدخين المفرط ، وشرب الخمر ، واكتناز أقنعة الوجه ، وتخزين الأطعمة وغيرها .

### ثانيا الاكتئاب . .

نتيجة لتفشي فيروس كورونا فإن الناس قد أجبروا على التزام منازلهم وعدم الخروج إلا للضرورة ، لذلك يشعر الكثير منهم بالاكتئاب والحزن واليأس ، ويفقدون الاهتمام والمتعة تجاه كل شيء ، وعدم قدرتهم على الشعور بالسعادة ، ويشعرون كل يوم بالتعب ، وانخفاض المعنويات ، كما يجدون صعوبة في التركيز أو التفكير ، فعندما يفكرون في وضع الجائحة الحالي والحياة ، فإنهم يشعرون بالألم والبكاء ، وعندما يؤثر الوضع في بعض أعمالهم المهمة ومسائلهم الأسرية ، فقد يشعرون بأن هذه الجائحة هي نهاية الحياة ، والتفكير بهذه الطريقة يؤدي إلى الإصابة بنوبة اكتئاب ، حيث تشبه ردود الفعل هذه ما نعاني منه عند مواجهتنا لخسارة كبيرة في الحياة ، ففي ظل الوضع الحالي المتوتر للوقاية من الوباء ومكافحته ، فإن العدد المتزايد من الحالات المؤكدة إصابتها ، والأخبار المتشائمة المنتشرة على الإنترنت ، والمشاعر السلبية المحبطة التي ينشرها الآخرون من حولنا ، كل ذلك قد يصبح القشرة الأخيرة التي تكسر ظهرنا ، إذا استمر الاكتئاب لفترة طويلة جدا ، فقد يؤدي إلى حدوث اضطراب يعطل مسيرة الحياة الطبيعية ، فقد يفقد بعضهم شهيتهم أو تزداد بشكل مفرط ، وقد يعانون من زيادة أو خسارة كبيرة في الوزن ، كما يعانون من الأرق أو النوم المفرط لعدة أيام متتالية وغيرها من الأعراض ، كما يمكن أن يؤدي الاكتئاب لفترة طويلة إلى ضعف المناعة ، وما إلى ذلك .

### ثالثا :\_ الغضب .

وسائل التواصل الاجتماعي يتناقل فيها الأشخاص معلومات عن جائحة كورونا ، مدى الانتشار ،خطورة الفيروس ، وأعراضه ..... الخ ، ولكن البعض منهم يبالغ جدا في خطورته وينقل صورته للناس تبين الجوانب السلبية للجائحة بأنها شرسة ، ولا يمكن مقاومتها ، وأن معدل الإصابة بما تزداد كل يوم ومعدل الوفيات يزداد ....الخ ، وهذه الجوانب السلبية تثير الذعر والخوف لدى الناس وترفع معدلات الغضب لديهم ، فيجب أن لا نكونوا سلبيين في نقل المعلومات عن الجائحة ، ويجب أن نستخدم مصطلحات علم النفس الإيجابي ، فالجانب الإيجابي مهم جدا فمعدل الوفيات لم يتجاوز 2% وهذا دليل على أن الجائحة يمكن مقاومتها والشفاء منها .

### رابعا: \_ التفاؤل الأعمى .

التفاؤل بطريقة معتدلة ضروري جدا لمواجهة هذه الجائحة ، لكن بعض الناس لديهم اعتقاد خاطئ أنه مع اتخاذهم العديد من الإجراءات الاحترازية والوقائية من المستحيل أن يصابوا بالعدوى من هذه الجائحة ، وهذا هو التفاؤل الأعمى ، بل يعتقد الآخرون أن هذه الجائحة لا علاقة لهم بها ، فلا يتخذون أي إجراء وقائي على الإطلاق في الواقع لا يمكن لأي إجراء وقائي أن يضمن سلامة الإصابة من الفيروس 100% ناهيك عن خطر عدم الحماية ، إن التفاؤل الغير واقعي لن يقلل من حذر الناس فحسب بل سيزيد أيضا من خطر تعرضهم والآخرون للعدوى ، إضافة إلى ذلك إذا شعر الناس بأنه ثم الحد من تفشي الجائحة بشكل فعال ، فمن المرجح بأن يشعروا بأن الأزمة قد انتهت ، وبالتالي يمكنهم تقليل الإجراءات الوقائية وبدء السفر ، وبدء تناول الوجبات الجماعية قبل حلول هذا الوقت ، يجب أن لا نكون مفرطين في التفاؤل عندما يتحسن الوضع ، بل يجب أن نكون على أهبة الاستعداد ، لمنع أي ارتداد محتمل للجائحة .  
( جمعية الصحة النفسية الصينية ، 2020 : 35\_37 ) .

## أساليب تخفيف العبء النفسي الناجم عن جائحة كورونا .

- 1\_ التعرف على مسببات انتقال الجائحة وطرق الوقاية منها من جهة معتمدة دوليا كمنظمة الصحة العالمية ، والابتعاد عن المقالات غير الموثوق منها على وسائل التواصل الاجتماعي فالبعض منها يثير الذعر والرعب والقلق لدى الناس .
- 2\_ التقييد بالإجراءات الاحترازية ، وتجنب الذهاب إلى الأماكن المزدحمة والمغلقة ، وقم بتهوية منزلك دائما وثق جيدا أن الوقاية العلمية تجنبك من الإصابة بالعدوى .
- 3\_ تواصل مع أصدقائك عبر الإنترنت أو الهاتف المحمول لمعرفة آخر المستجدات عن فيروس كورونا ، وذلك لتشجيع ودعم بعضكم البعض أن هذا الفيروس سوف ينتهي ، ولا داعي للقلق منه إذا التزمت بالإجراءات الاحترازية لمنع انتشاره .
- 4\_ إذا ظهرت لديك أي أعراض للفيروس مثل الحمى والسعال ، فيجب عليك استشارة الطبيب لاتخاذ الإجراءات المناسبة ، ولا تقلق نفسك كثيرا ، وفكر أن تكون أقوى منه نفسيا ، ولا تترك نفسك ضحية للقلق والاكتئاب فنسبة الشفاء منه كبيرة جدا . (دونغ و يان ، 2020 : 50 ) .

## الدراسات السابقة ..

### تمهيد :-

لا شك أن الاطلاع على الوعاء النظري أو العملي وما تحويه الدراسات التي قام بها الباحثون بمجهود بحثية سابقة ، تمدنا بالمزيد من المعارف والمعلومات التي تمهد السبيل أمام هذه الدراسة وغيرها ، ومناقشة هذه الدراسات أمر ضروري لأي باحث حتى يتمكن من خلالها التعرف على المتغيرات التي تؤثر على بحثه ، والتعرف على ما توصلت إليه هذه الدراسات من نتائج وتوصيات ، وهذا من شأنه أن يساعد الباحث على صياغة تساؤلاته البحثية ، وتحديد حجم العينة في دراسته وتحديد جوانب الاستفادة من هذه الدراسات عند تفسير النتائج .

### الدراسات العربية .

**دراسة الفقي ، وأبو الفتوح (2020)** بعنوان المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد ، وهدفت الدراسة إلى التعرف على أهم المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة في مصر ، والمترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد ، وطبيعة هذه المشكلات ، والتعرف على طبيعة الفروق في المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة في مصر ، والمترتبة على جائحة كورونا المستجد طبقاً لمتغيرات النوع ، والعمر ، والبيئة ، واستخدم الباحثان مقياس المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا لدى طلاب وطالبات الجامعة بمصر ، وهو من إعداد الباحثين ، وبلغت حجم العينة المستخدمة في الدراسة 746 من طلاب الجامعات المصرية ( الحكومية والأهلية ) ، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن الضجر من أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة في التوقيت الحالي ، كما يعاني طلاب الجامعة بدرجة متوسطة من المشكلات النفسية الأخرى ، كما توصلت الدراسة أيضاً إلى وجود فرق دال إحصائياً في المشكلات النفسية ، يعزى لمتغير النوع والعمر الزمني ، ولا يوجد فرق دال إحصائياً يعزى لمتغير البيئة ، وانتهت الدراسة بمجموعة من التوصيات والمقترحات . ( الفقي ، وأبو الفتوح ، 2020 ) .

**دراسة غيات (2020)** بعنوان دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة وباء كورونا في جامعة وهران بالجزائر ، وهدفت الدراسة إلى الإجابة إلى عدة تساؤلات من بينها :\_ ما هي جائحة كورونا وما خطورتها ؟ ما أهمية الرفاه النفسي في مواجهة الأوبئة؟ ما هي التداعيات النفسية والاجتماعية للحجر الصحي ؟ واعتمد الباحث في منهجيته على المعيشة والملاحظة ، والخضوع للحجر الصحي لتجنب الإصابة بجائحة كورونا وما ترتب عن ذلك من معاناة ، وكانت العينة على المصابين الذين تعرضوا للحجر الصحي في الجزائر وتأثروا بتداعياته النفسية والاجتماعية أثناء إصابتهم ، وتوصل الباحث من ملاحظاته لأفراد العينة إلى عدة نتائج من أهمها :\_ غياب دور المنظومة التربوية في تدعيم مبادئ علم النفس الإيجابي وتعزيز الرفاه النفسي ، والمبالغة في تخويف أفراد المجتمع من الوباء وخطورته ، وغياب مساهمة الإعلام من خلال التوعية بأهمية البعد النفسي ، ومتطلبات علم النفس الإيجابي ، وانتهت الدراسة بمجموعة من التوصيات والمقترحات . ( غيات ، 2020 ) .

**دراسة جريد (2020)** بعنوان معوقات التعليم الإلكتروني في فلسطين في ظل أزمة كورونا ، وهدفت الدراسة إلى تسليط الضوء على المعوقات التي واجهت المؤسسات التعليمية الفلسطينية للدراسة عن بعد في ظل جائحة كورونا ، وتطوير هذه التجربة لتوائم تحديات مختلفة في المستقبل ، واستهدفت هذه الدراسة طلبة الثانويات العامة وطلبة الجامعة لمساعدتهم على التغلب على الصعوبات التي قد يواجهونها في مراجعة المقررات الدراسية ، وكانت لهذه الدراسة نتائج إيجابية حيث وصل معدل حضور طلاب الجامعات في المواقع الإلكترونية 77% ويعد هذا تفاعلاً كبيراً ، وانتهت الدراسة بمجموعة من التوصيات . ( دراسة جريد ، 2020 ) .

**دراسة الظليفي (2020)** بعنوان دور الدين في مواجهة جائحة كورونا في مجتمعات دول الشرق الأوسط / إيران نموذجاً ، وهدفت الدراسة إلى عدة تساؤلات من بينها كيف يمكن للجهات الدينية الفاعلة في مساعدة ومشاركة الجمهور الأُمّية والحكومية في مكافحة أزمة فيروس كورونا ، وما هو دور المؤسسات والمعتقدات الدينية في مواجهة الوباء العالمي الحالي ؟ وتألفت عينة الدراسة من رجال الدين في إيران ، وأستخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي ، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها ، أن رجال الدين لعبوا دوراً سلبياً

في مواجهة الجائحة لعدم تعاونهم وتفهمهم لطبيعة المرض ، وتبنيهم لنظرية المؤامرة والإصرار على ممارسة الطقوس الدينية ، وعدم مراعاتهم للإجراءات التباعد الاجتماعي المتعارف عليها دولياً ، وخلصت الدراسة بمجموعة من التوصيات والمقترحات . ( الظليفي ، 2020 ) .

**دراسة المصطفى والسعد (2020)** بعنوان السوريون ووباء كورونا دراسة إستطلاعية لتصورات الحاضر وتوقعات المستقبل ، وهدفت الدراسة إلى تبيان التصورات والسلوكيات والتوقعات لدى السوريين في ظل انتشار وباء كورونا ، واستخدم الباحثين في هذه الدراسة أداة من إعدادهما وهي عبارة عن استبيان مكون من 13 فقرة في الاتجاه النفسي ، وبلغ حجم العينة المستخدمة 940 مبحوثاً من عدة مناطق في سورية وهي ( مناطق سيطرة النظام ، مناطق إدلب وريفها ، مناطق درع الفرات ، مناطق غصن الزيتون ، مناطق سيطرة pvd ) ، وتوصل الباحثين إلى عدة نتائج من أهمها أن 65% من أفراد العينة يتعاملون بجدية مع هذا الوباء لاتخاذهم بالإجراءات الاحترازية للوقاية منه ، وأن نسبة المتابعة لأخبار الوباء ومستوى انتشاره كانت 34% ويتصدر القلق من هذا الوباء الترتيب الثالث كأعلى نسبة ، وانتهت الدراسة بمجموعة من التوصيات والمقترحات . ( المصطفى والسعد ، 2020 ) .

#### الدراسات الأجنبية .

**دراسة ( Hung,Zhao,2020 )** بعنوان التداعيات النفسية لانتشار فيروس كورونا المستجد في الصين وهدفت الدراسة إلى تقييم المخاطر النفسية والاضطرابات العقلية ، الناتجة عن فيروس كورونا المستجد ، مع تحديد أي الجماعات أكثر عرضة لتلك المخاطر ، وبالتالي مساعدة المسؤولين الحكوميين على تقديم العون اللازم لهم ، واستخدم في هذه الدراسة مقياس (CES-D) للاكتئاب والقلق ، وبلغ حجم العينة 7236 صينياً ، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن 3% من الصينيين في مجال الرعاية الصحية لديهم أعراض عالية من الاكتئاب والقلق ، وأن الشباب الأقل من 35 عاماً لديهم نسب مرتفعة من القلق والاكتئاب ، وأن نسبة القلق والاكتئاب لأفراد العينة تتراوح ما بين 1 إلى 3 أشخاص ، سواء ذكورا أم إناثا ، وهي نتيجة مخالفة لعدة دراسات أجريت في دولة الصين ، التي تؤكد أن الإناث أكثر إصابة من الذكور في مقياس القلق ، ومقياس الاكتئاب . ( Hung,Zhao,2020 ) .

**دراسة ( Cao et al .,2020 )** بعنوان المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد ، وهدفت الدراسة إلى فحص مستوى القلق لدى طلاب الجامعة في الصين نتيجة للضغوط النفسية الرهيبة التي فرضها تفشي فيروس كورونا المستجد وتكونت عينة الدراسة من 143 طالبا جامعياً ، واستخدم في هذه الدراسة مقياس للقلق مكون من 7 عبارات وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن 0.9% من إجمالي العينة يعانون من مستوى مرتفع بشدة من القلق ، 2.7% يعانون من مستوى متوسط من القلق ، و21.3% يعانون من مستوى منخفض من القلق ، كما أفادت النتائج بأن الطلاب المقيمين في القرى الريفية أقل شعوراً بالقلق من سكان المدن الكبرى ، وانتهت الدراسة بمجموعة من التوصيات والمقترحات . ( الفقي ، وأبو الفتوح ، 2020 : 1060 ) .

#### مناقشة الدراسات السابقة .

يلاحظ على هذه الدراسات أنها امتدت لفترة زمنية متواصلة بمعدل كل شهر تقريباً خلال هذه السنة من انتشار الجائحة في شهر مارس إلى تاريخ الدراسة الحالية وهو منتصف شهر أكتوبر ، وأغلب الدراسات كانت في الصين وتحصل الباحث على 7 دراسات 4 دراسات لها علاقة مباشرة بموضوع الدراسة الحالية و 3 دراسات تعتبر قريبة جداً من مضمون الدراسة الحالي .

أن أغلب هذه الدراسات كان حجم العينة كبير مثل دراسة Hung,Zhao (7236) وكذلك دراسة المصطفى والسعد 940 والدراسة الحالية أيضاً حجم العينة مناسب جداً ، حيث بلغ حجم العينة (381) من سكان الواحات ، حسب تصنيف جدول كريزي مرجان ، وهذا يعطى نوعاً من الاطمئنان حول نتائج الدراسات سابقة الذكر ، بمعنى كلما ازدادت حجم العينة ازدادت ثباتاً .

يلاحظ أيضاً أن هناك تنوع واضح جداً في استعمال المناهج ، فبعضها استعمل المنهج التحليلي والبعض الآخر المنهج المقارن ، ويتنوع المناهج لتحصل على دقة في المعلومات لهذه الدراسات ، وبذلك سوف تركز الدراسة الحالية على ما لم تنطرق له الدراسات السابقة ، وهي التداعيات النفسية والاجتماعية لفيروس كورونا المستجد ، وسوف يكون مقر هذه الدراسة منطقة الواحات الواقعة في الجنوب الشرقي من الدولة الليبية .

## الإجراءات المنهجية للدراسة .

يتضمن هذا الجزء من الدراسة عرضاً للطريقة البحثية التي اتبعها الباحث في تحقيق أهداف الدراسة ، ومجتمع الدراسة ، ومبررات اختياره ، والدراسة الاستطلاعية وأغراضها وكيفية اختيار العينة من مجتمع الدراسة ، وكذلك يتضمن وصفا للأداة المستخدمة في هذه الدراسة وخصائصها السيكمومترية ، وكيفية جمع البيانات خلال هذه الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليل البيانات .

### منهج الدراسة المستخدم:-

تم استخدام المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة الحالية ؛ إذ يهتم هذا النوع من البحوث بوصف الوضع الراهن للظاهرة ، من حيث تحديد مرات حدوثها واقتزان ظهورها بمتغيرات أخرى ، وتفسير الظاهرة كلما كان ذلك ممكناً (مرسي ، 1994: 32-33) . ويمكن تحت هذا النوع إدراج عدد آخر من الأنواع الفرعية مثل ما يعرف بدراسة الحالة ، والدراسات التتبعية ، والدراسات المسحية الاجتماعية . ( عبدالعزيز ، 2010: 38 ) ورغم أن بعض العلماء يعتبرون البحوث الوصفية أقل قيمة من البحوث التجريبية ، إلا أنه من غير الممكن الاستغناء عن هذا النوع من البحوث ، فهي تُعد مفيدة في مجال العلوم الإنسانية ، وقد تكون في بعض الأحيان هي الطريقة الوحيدة المتاحة لدراسة بعض المواقف الاجتماعية ومظاهر السلوك البشري. (عاقل ، 1988: 129) . " فهناك الكثير من المشكلات النفسية والتربوية التي لا يمكن فيها معالجة المتغير المستقل ، أو لا يجب معالجته لأسباب أخلاقية وعلمية " .(أبو علام 1998: 25)؛ ولذا فإن المنهج الوصفي بما ينطوي تحته من طرق بحثية مثل الدراسات المسحية ، والدراسات الارتباطية ، والسببية المقارنة ، يعد أداة ناجحة لدراسة مثل هذه المشكلات .

### مجتمع الدراسة .

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من سكان منطقة الواحات الواقعة في الجنوب الشرقي من ليبيا ، البالغ عددهم 49452 ألف نسمة ، وتضم منطقة الواحات 3 مدن سكانية وهي مدينة أوجلة ، مدينة جالو ، مدينة إجحرة ، والجدول التالي يبين عدد السكان في كل مدينة من مدن الواحات .

### توزيع السكان في منطقة الواحات .

منطقة الواحات	عدد السكان
مدينة أوجلة .	14257 ألف نسمة .
مدينة جالو .	28195 ألف نسمة .
مدينة إجحرة .	7000 ألف نسمة .
المجموع .	49452 ألف نسمة

### عينة الدراسة .

قام الباحث بتوزيع مقياسين أحدهما لقياس درجة الاكتئاب ، والآخر لقياس درجة القلق ، على عينة وقدرها 381 شخصا، موزعة نسبيا بالتساوي على المناطق الثلاث ، بأسلوب العينة العشوائية الطبقية النسبية ، والجدول التالي يبين توزيع عينة الدراسة على 3 فئات من سكان منطقة الواحات ، وهي فئة الطلبة ، فئة الموظفين ، فئة ربات البيوت ، حيث يشكل سكان منطقة أوجلة نسبة 29% من سكان منطقة الواحات ، وتشكل مدينة جالو نسبة 57% من سكان منطقة الواحات ، في حين تشكل مدينة إجحرة نسبة 14% ، والجدول التالي يبين توزيع عينة الدراسة على مناطق الواحات .

توزيع عينة الدراسة حسب عدد السكان بكل منطقة .

م	مدن الواحات .	عدد أوراق المقياس بالنسبة لعدد السكان .
1	مدينة أوجلة .	111
2	مدينة جالو .	217
3	مدينة إجنرة .	53
المجموع		381

أداة الدراسة .

أعدت جمعية الصحة النفسية الصينية أداتين للقياس ، الأولى قياس درجة الاكتئاب ويتكون المقياس من 9 فقرات ، تحمل هذه الفقرات 4 بدائل للقياس ، وعملية تصحيح المقياس كالتالي ، البديل الأول ( لا على الإطلاق ) يأخذ درجة (0) ، والبديل الثاني ( عدة أيام ) يأخذ رقم (1) ، والبديل الثالث ( أكثر من نصف الأيام ) يأخذ درجة (2) ، والبديل الرابع ( كل يوم تقريبا ) يأخذ درجة (3) . والجدول التالي يبين فقرات المقياس ، ودرجات البدائل في التصحيح .

م	الأسئلة . في الأسبوعين الماضيين كم مرة تعرضت للاكتئاب بسبب أي من المشاكل التالية .	=0 لا على الإطلاق	=1 عدة أيام	=2 أكثر من نصف الأيام	=3 كل يوم تقريبا
1	هل تشعر بالاهتمام أو المتعة عند فعل الأشياء ؟ .				
2	هل تشعر بالإحباط أو الاكتئاب أو اليأس ؟ .				
3	هل تعاني من صعوبة النوم أو عدم الراحة أو النوم المفرط ؟				
4	هل تشعر بالتعب أو عدم النشاط .				
5	هل تشعر بفقدان الشهية أو الإفراط في تناول الطعام ؟.				
6	هل تشعر بالضجر حيال نفسك ، أو أنك فاشل أو خذلت نفسك أو عائلتك ؟ .				
7	هل تجد صعوبات في التركيز على الأشياء مثل : عدم القدرة على التركيز أثناء قراءة الصحف أو المجالات ؟				
8	هل تتحرك أو تتحدث ببطء شديد لدرجة أن الآخرين يمكنهم ملاحظة ذلك ، أو العكس تكون مشوشا ، أو مضطربا لدرجة أنك تتحرك أكثر من المعتاد ؟.				
9	هل تعتقد أن الموت أفضل لك ، أو حاولت إيذاء نفسك بطريقة أو بأخرى ؟.				

والدرجة المتحصل عليها من هذا المقياس يتم تحليلها كالتالي :-

إذا كانت النقاط المتحصل عليها من (0\_4) فإن أعراض الاكتئاب ضئيلة أو معدومة ، وإذا كانت النقاط المتحصل عليها من (5\_9) فإن هذا الشخص يعاني من اكتئاب بسيط ، والشخص المتحصل على (10\_14) درجة فإنه يعاني من اكتئاب متوسط الدرجة ، والشخص المتحصل على (15\_19) فإن الاكتئاب يتراوح من متوسط إلى شديد ، والمتحصل على (20\_27) فإنه يعاني من اكتئاب شديد الدرجة .

والجدول التالي يبين الدرجات المتحصل عليها وتوصيات العلاج .

النقاط	تحليل النتيجة	توصيات العلاج
4_0	أعراض الاكتئاب ضئيلة أو معدومة.	لا يوجد .
9_5	اكتئاب بسيط .	قيد الملاحظة ، يكرر الاختبار مرة أخرى .
14_10	اكتئاب متوسط الدرجة .	وضع خطة للعلاج واستشارات نفسية والمتابعة .
19_15	اكتئاب يتراوح بين المتوسط والشديد .	الأدوية الفعالة أو العلاج النفسي .
27_20	اكتئاب شديد الدرجة .	بدء العلاج بالأدوية عن طريق الطبيب النفسي .

والمقياس الثاني يقيس درجة القلق ويتكون المقياس من 7 فقرات ، تحمل هذه الفقرات 4 بدائل للمقياس ، وعملية تصحيح المقياس كالتالي، البديل الأول ( لا على الإطلاق ) يأخذ درجة (0) ، والبديل الثاني (عدة أيام ) يأخذ رقم (1) ، والبديل الثالث ( أكثر من نصف الأيام ) يأخذ درجة (2) ، والبديل الرابع ( كل يوم تقريبا ) يأخذ درجة (3) .

والجدول التالي يبين فقرات المقياس ، ودرجات البدائل في التصحيح .

م	الأسئلة . في الأسبوعين الماضيين كم مرة تعرضت للقلق بسبب أي من المشاكل التالية .	=0 لا على الإطلاق	=1 عدة أيام	=2 أكثر من نصف الأيام	=3 كل يوم تقريبا
1	هل تشعر بالتوتر أو القلق أو العصبية ؟.				
2	ألا تستطيع التوقف أو السيطرة على القلق ؟.				
3	هل تقلق كثيرا بسبب الأشياء المختلفة ؟.				
4	هل تواجه مشكلة في الاسترخاء ؟.				
5	هل أنت مضطرب لدرجة أنه يصعب عليك الجلوس هادئا ؟ .				
6	هل تنزعج بسهولة أو أنت سريع الانفعال ؟ .				
7	هل تشعر بالخوف كما لو حدث شيء فظيع ؟ .				

والدرجة المتحصل عليها من هذا المقياس يتم تحليلها كالتالي :-

إذا كانت النقاط المتحصل عليها من (4\_0) فإن أعراض القلق ضئيلة أو معدومة ، وإذا كانت النقاط المتحصل عليها من (9\_5) فإن هذا الشخص يعاني من قلق بسيط ، والشخص المتحصل على (14\_10) درجة فإنه يعاني من قلق متوسط الدرجة ، والشخص المتحصل على (19\_15) فإن القلق يتراوح من متوسط إلى شديد ، والمتحصل على (27\_20) فإنه يعاني من قلق شديد الدرجة .

والجدول التالي يبين الدرجات المتحصل عليها وتوصيات العلاج .

النقاط	تحليل النتيجة	توصيات العلاج
4_0	أعراض القلق ضئيلة أو معدومة.	لا يوجد .
9_5	قلق بسيط .	قيد الملاحظة ، يكرر الاختبار مرة أخرى .
14_10	قلق متوسط .	وضع خطة للعلاج واستشارات نفسية والمتابعة .
21_15	قلق شديد .	الأدوية الفعالة أو العلاج النفسي .

## عرض نتائج الدراسة ومناقشتها .

يتناول هذا الجزء عرض النتائج المتعلقة بالتداعيات النفسية والاجتماعية لفيروس كورونا المستجد ، في منطقة الواحات الواقعة في الشمال الشرقي من ليبيا ، وفق ترتيب أهداف الدراسة ، وتفسيرها ، ومناقشتها كما أنه يشمل التوصيات ذات الصلة بمضامين الدراسة ، واستنتاجات الباحث إلى جانب المقترحات بالبحوث المستقبلية في مجال الدراسة الحالية ، والجداول التالية توضح نتائج الدراسة الحالية وفقا لأهداف الدراسة .

### الهدف الأول .

التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات ، وللتحقق من هذا الهدف ثم حساب متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب ، والقلق ) ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجداول رقم (1) يبين ذلك .

#### جدول رقم (1) .

المتوسط الحسابي للعينة	المتوسط الفرضي لمقياس الاكتئاب	المتوسط الفرضي لمقياس القلق .	الانحراف المعياري	درجة الحرية N_1	قيمة ت	مستوى الدلالة
74.11	13.5	10.5	26.58597	380	51.036	0.000

نلاحظ من الجدول رقم (1) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) عند مستوى دلالة 0.01 وهذه الفروق لصالح عينة الدراسة، أي أن متوسط العينة أكبر من متوسط الفرضي للمقياسين (الاكتئاب ، والقلق) .

وينبثق عن هذا الهدف 3 أهداف فرعية وهي :ـ

أ\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة أوجلة ، وللتحقق من هذا الهدف ثم حساب متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين ( القلق والاكتئاب ) ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجداول رقم (2) يبين ذلك .

#### جدول رقم (2) .

المتوسط الحسابي للعينة	المتوسط الفرضي لمقياس الاكتئاب .	المتوسط الفرضي لمقياس القلق .	الانحراف المعياري	درجة الحرية N_1	قيمة ت	مستوى الدلالة
28.8739	13.5	10.5	15.09492	110	20.153	0.000

نلاحظ من الجدول رقم (2) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) عند مستوى دلالة 0.01 ، وهذه الفروق لصالح عينة الدراسة ، أي أن متوسط العينة أكبر من متوسط الفرضي للمقياسين .

ب\_ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة جالو ، وللتحقق من هذا الهدف ثم حساب متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجداول رقم (3) يبين ذلك .

#### جدول رقم (3) .

المتوسط الحسابي للعينة	المتوسط الفرضي لمقياس الاكتئاب	المتوسط الفرضي لمقياس القلق .	الانحراف المعياري	درجة الحرية N_1	قيمة ت	مستوى الدلالة
19.0880	13.5	10.5	0.35653	215	13.626	0.000

نلاحظ من الجدول رقم (3) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) عند مستوى دلالة 0.01 ، وهذه الفروق لصالح عينة الدراسة ، أي أن متوسط العينة أكبر من المتوسط الفرضي للمقياسين .

جـ التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان مدينة إجنخرة ، وللتحقق من هذا الهدف تم حساب متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجدول رقم (4) يبين ذلك .

#### جدول رقم (4) .

المتوسط الحسابي للعينة	المتوسط الفرضي لمقياس الاكتئاب	المتوسط الفرضي لمقياس القلق .	الانحراف المعياري .	درجة الحرية N_1	قيمة ت	مستوى الدلالة
26.1481	13.5	10.5	11.13452	53	17.257	0.000

نلاحظ من الجدول رقم (4) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب، والقلق ) عند مستوى دلالة 0.01 ، وهذه الفروق لصالح عينة الدراسة ، أي أن متوسط العينة أكبر من متوسط الفرضي للمقياسين .

#### الهدف الثاني .

التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير النوع ، وللتحقق من هذا الهدف تم حساب متوسط العينة ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجدول رقم (5) يبين ذلك .

#### جدول رقم (5) .

الدرجة الكلية	العدد	المتوسط الحسابي للعينة .	الانحراف المعياري .	درجة الحرية N_1	قيمة ت .	مستوى الدلالة .
ذكور .	172	58.4372	25.90377	171	8.961	0.05
إناث .	209	52.7458	25.14329	208		

نلاحظ من الجدول رقم (5) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط الذكور والإناث على مقياسي الاكتئاب والقلق عند مستوى دلالة 0.05 ، وأن هذه الفروق لصالح الذكور حيث بلغت قيمة ت 8.961 .

#### الهدف الثالث .

التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير العمر ، وللتحقق من هذا الهدف تم حساب متوسط العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) ، والانحراف المعياري ، وقيمة (ت) للفرق بين هذين المتوسطين ، ودلالتهما الإحصائية ، والجدول رقم (6) يبين ذلك .

#### جدول رقم (6) .

الأعمار .	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية N_1	قيمة ت .	مستوى الدلالة
25_18	120.4103	48.80031	126	8.863	0.01
42_27	116.0364	45.29613	126		
64_45	118.5963	51.83955	126		

نلاحظ من الجدول رقم (6) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية ، بين الفئات العمرية الثلاث ، للمقياسين ( الاكتئاب والقلق ) عند مستوى دلالة 0.01 ، وأن هذه الفروق بالدرجة الأولى للفئة العمرية من (25\_18) فقد بلغ متوسطها الحسابي (120.41) في حين بلغ المتوسط الحسابي للفئة العمرية من (42\_27) متوسطا قدره (116.04) ، أما الفئة العمرية (64\_45) فقد بلغ متوسطها (118.60) ، وأن قيمة ت 8.863 .

## تفسير النتائج .

بالنسبة للهدف الأول الذي يهدف إلى التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات ككل وما انبثق عنه من ثلاثة أهداف فرعية، فقد بينت نتائج هذا الهدف إلى أنه توجد فروق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي للمقياسين الاكتئاب والقلق ، عند مستوى دلالة 0.01 ، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة الفقي وأبو الفتوح 2020 والتي أظهرت أن هناك فرق دال إحصائيا في المشكلات النفسية التي يتعرض لها أفراد العينة ، وكذلك اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة ( cao et al 2020 ) والتي أظهرت أن هناك 3 مستويات للقلق لأفراد العينة ، قلق مرتفع ، قلق متوسط ، قلق منخفض ، ويفسر الباحث ذلك بأن درجة الاكتئاب والقلق في الواحات ارتفعت من ظهور أول حالة إصابة في منطقة الواحات التي كانت بتاريخ 2020/8/20 ، فقبل هذا التاريخ كانت الحياة شبه عادية ، المحلات مفتوحة ، الشوارع مزدحمة ، المناسبات الاجتماعية مستمرة ..... الخ . ولكن بمجرد ظهور أول حالة تغيرت سلوكيات الناس تغيرا كليا ، وارتفعت معدلات الخوف والقلق من المستقبل ، وأصبحت الشوارع شبه خالية ، و تم إيقاف المناسبات الاجتماعية ، والحفلات ، وأصبح الكل متخوفا من الإصابة بهذا الفيروس ، وأصبح الكل متتبع لصفحة اللجنة الاستشارية لفيروس كورونا المستجد في منطقة الواحات على الفيس بوك ، فهذه الصفحة تنشر تقارير يومية للمصابين وحالات الشفاء والوفاة .

أما بالنسبة للهدف الثاني والذي ينص على التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير النوع ، فقد أظهرت النتيجة أن متوسط الذكور أعلى من متوسط الإناث ، وأن هذه الفروق لصالح الذكور ، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Hung,Zhao,2020) التي بينت أن الذكور أكثر قلقا من الإناث في حين كانت نتائج غالبية الدراسات في الصين أن الإناث أكثر قلقا من الذكور ، ويفسر الباحث ذلك أن غالبية حالات الإصابة في الواحات بنسبة 90% ذكور ، في حين أن حالات الإصابة للإناث لا تتعدى 10 % ، ويرجع ذلك إلى الطبيعة الاجتماعية لأهل الواحات ، وتمامسهم في حضور المناسبات الاجتماعية ، والمآتم فالذكور أكثر اختلاطا بعمامة الناس ، ولأن منطقة الواحات منطقة زراعية فالذكور هم من يذهبون للمزارع ويختلطون بالعمالة الأجنبية ، وهم من يذهبون للمحلات التجارية ، ويزدحمون في المخازن والمطاعم .

أما بالنسبة للهدف الثالث والذي ينص على التعرف على درجتي الاكتئاب والقلق لدى سكان منطقة الواحات تبعا لمتغير العمر فقد كانت النتيجة وجود فروق بين الفئات العمرية الثلاث على مقياسي الاكتئاب والقلق ، وأن هذه الفروق داله عند مستوى دلالة 0.01 ، لصالح الفئة العمرية من 18\_25 ، ثم بعد ذلك للفئة العمرية من 27\_42 ، وأخيرا للفئة العمرية من 45 إلى 64 ، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة ( Hung,Zhao,2020 ) والتي أظهرت أن الشباب أقل من 35 عاما كانت نسبة القلق لديهم مرتفعة مقارنة بالفئات العمرية الأخرى ، ويفسر الباحث ذلك بأن هذه الفئة العمرية من 18\_25 هي الأكثر قلقا ويرجع ذلك إلى أنها أقل تعرضا للخبرات ومشاكل الحياة ، فكل ما يزداد الإنسان في العمر يزداد خبرة ، ويصبح أكثر تحملا لمشاكل الحياة والضغوطات التي يتعرض لها ، وخاصة في مرحلتي الرشد المبكر ومرحلة منتصف العمر .

## التوصيات والمقترحات .

- 1\_ القيام بدراسات نفسية تتعلق بمستوى انتشار الاكتئاب والقلق في عدة مدن ليبية حول جائحة كورونا .
- 2\_ نشر الوعي الصحي لدى الأشخاص .
- 3\_ تجنب الإشاعات التي تنشر عبر مواقع التواصل الاجتماعي ، لأن لها تأثير سلبي على نفسيات الأشخاص ويزيد من حدة الاكتئاب والقلق لديهم .
- 4\_ إجراء دراسة مماثلة عن التداعيات النفسية والاجتماعية في منطقة من مناطق شرق ليبيا ، لمقارنتها بالدراسة الحالية .
- 5\_ إجراء العديد من الندوات والمؤتمرات العلمية للتعرف على أهم التداعيات النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الأفراد بخصوص هذه الجائحة .

## قائمة المراجع.

- 1\_ الظليني ، هاني (2020) دور الدين في مواجهة جائحة فيروس كورونا في مجتمعات دول الشرق الأوسط / إيران أمودجا ، مجلة مدارات إيرانية علمية دولية محكمة تصدر عن المركز الديمقراطي العربي ألمانيا برلين ، العدد التاسع .
- 2- العليوي ، معاوية أنور. (2020). كورونا القادم من الشرق. منارة العلم.
- 3\_ الفقي ، أبو الفتوح (2020) المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد ، المجلة التربوية بكلية التربية ، العدد 74
- 4\_ المصطفى ، السعد (2020) السوريون ووباء كورونا دراسة إستطلاعية لتصورات الحاضر وتوقعات المستقبل ، مركز حرمون للدراسات المعاصرة .
- 5\_ المغير ، محمد محمد (2020) جائحة فيروس كورونا فرصة لتحقيق العدالة الإنسانية ، مجلة الدراسات الاستراتيجية للكوارث وإدارة الفرص ، المجلد الثاني ، العدد الخامس .
- 6\_ أبو علام ، رجاء ( 1998 ) مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية ، القاهرة ، دار النشر للجامعات
- 7\_ جريد ، أريج (2020) معوقات التعليم الإلكتروني في فلسطين في ظل أزمة كورونا ، مؤسسة بال ثنيك للدراسات الإستراتيجية ، فلسطين .
- 8\_ جمعية الصحة النفسية الصينية (2020) دليل وقاية الصحة النفسية من فيروس كورونا ، ترجمة أمينة شكري ، القاهرة ، شارع التحرير
- 9\_ دونغ ، وانغ ، ويان ، سون هاي.(2020). الدليل الشامل لفيروس كورونا المستجد. ت. إيمان سعيد وآخرون. بيت الحكمة للاستشارات الثقافية. القاهرة.
- 10\_ صابر ، بحري ( 2020 ) إدارة أزمة فيروس كورونا COVID-19 من خلال تعزيز الصحة النفسية في ظل الحجر الصحي المنزلي ، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد 13 .
- 11- صندوق الأمم المتحدة للسكان (2020). فيروس كورونا المستجد من منظور النوع الاجتماعي ، الولايات المتحدة الأمريكية ، نيويورك .
- 12\_ عاقل ، فاخر ( 1988 ) أسس البحث العلمي في العلوم السلوكية ، الطبعة 3 ، بيروت دار الفجر للنشر والتوزيع .
- 13\_ عبدالحسين ، فؤاد. (2020). الدليل العلمي الشامل لفايروس كورونا المستجد. جامعة المثنى ، العراق.
- 14\_ عبد العزيز ، مفتاح محمد ( 2010 ) مناهج البحث العلمي في العلوم التربوية والنفسية ، أساليبها وتقنياتها دار النهضة العربية ، مكتبة الزهراء للنشر والتوزيع بنغازي .
- 15\_ عساف ، محمود عبالمجيد (2020) درجة تقدير طلبة الجامعات الفلسطينية لدور الممارسات التدريسية الإلكترونية خلال جائحة كورونا ، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية ، المركز الديمقراطي العربي برلين ، العدد العاشر .
- 16\_ غياث ، بوفلجة (2020) دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة جائحة كورونا ، المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية ، المركز الديمقراطي العربي برلين ، العدد العاشر .
- 17\_ مرسي ، محمد منير ( 1994 ) البحث التربوي وكيفية تفهمه ، القاهرة : عالم الكتاب .

Yeen Hung & Ning Zhao, "Meental Health Burden for The Public Affected by The Covid-19 Outbreak in China .Risk Group? Journal of Psychology, Heaith & Medicine, April 14 ,2020 pp1-12 .