



التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية
لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا

فنية سالم سالم إعجال

جامعة سبها، كلية الآداب، قسم علم النفس (ليبيا)

fat.aejaaal@sebhou.edu.ly

ملخص:

يهدف البحث إلى التعرف على التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا، ومستوى الالتزام بالحجر الصحي والفروق في التزام الحجر الصحي تبعاً لمتغيرات (النوع، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية)، حيث تم استخدام استمارتي التزام الحجر الصحي والصحة النفسية إعداد الباحثة، على عينة قدرت بحوالي (752) لبي ولبية، ولتحقق من الفروض استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة، والاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، وتحليل التباين، ومعامل الارتباط، وأسفرت النتائج عن: إن مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا دال إحصائياً بدرجة فوق الوسط، ووجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي وُبُعدي (الاكتئاب، الحساسية التفاعلية)، ووجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي وُبُعدي (أعراض النوم، واليقظة) لاستمارة الصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها عند مستوى 0.05، وعدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي وبعدي (الأعراض الجسمية، والعداوة) والدرجة الكلية لاستمارة الصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغيري المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية.

الكلمات المفتاح: حجر، صحي؛ صحة، نفسية؛ كورونا.

المقدمة

شهد العالم على مر التاريخ عدة أمراض وأوبئة فتاكة حصدت الملايين من الأرواح، انحصر بعضها في نطاق جغرافي معين، وبعضها الآخر أصبح وباءً عالمياً أو ما يطلق عليه جائحة.

يعد فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) إحدى الجوائح التي تشهدها البشرية في الوقت الراهن، فمع تفشي الفيروس بشكل متسارع عالمياً حدث كثير من التغيرات الديموغرافية والاجتماعية والاقتصادية غير المسبوقة، أحد أسبابها الانغلاق القسري لتغيير السلوك الفردي والمجتمعي؛ نتيجة للحجر الصحي.

الحجر الصحي أحد الاستراتيجيات المستخدمة لمواجهة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، حيث مارست الدول سلطاتها لإجبار المواطنين على الامتثال للحجر الصحي، ومنع ممارسة العادات والتقاليد والطقوس الدينية المتوارثة، أو السياسية والاجتماعية المتعارف عليها التي بعضها يشكل مكوناً أساسياً من العقل الجمعي التاريخي⁽¹⁾، حيث تنوعت ردود الفعل مع انتشار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) بين من حمل الجسد وعرف خطورته وبين من قابله بالسخرية واللامبالاة، غير أنه مع سرعة انتشاره وتزايد عدد الإصابات يومياً، والإجراءات الصارمة التي اتخذتها الحكومات على مستوى العالم كإغلاق المطارات وفرض حظر التجول، تراجعت موجة السخرية وعدم المبالاة تدريجياً لتحل محلها موجة من الخوف والقلق، مصحوبة بعدد من الضغوط النفسية؛ نتيجة لسرعة انتشار العدوى، والغموض والخوف مما هو قادم حيث لا يعرف أحد متى تعود الحياة إلى طبيعتها، وترجمت الآثار النفسية لهذا الخوف فعلياً على أرض الواقع بتكديس السلع الغذائية والتهافت عليها، وإغلاق المدارس، وتأجيل الأحداث الرياضية، والدينية، والثقافية، والاجتماعية⁽²⁾، فضلاً عن حالات الوصم الاجتماعي المصاحبة لفيروس كورونا سواء على المستوى الدولي، أو المحلي، فدولياً ظهرت العنصرية وجرائم الكراهية التي تعرض لها الآسيويون عامة والصينيون خاصة، ومحلياً أدى تمدد رقعة انتشار الفيروس وارتفاع أعداد المصابين والوفيات إلى زيادة مخاوف الناس، واتساع ظاهرة الوصم المجتمعي والتنمر على المصابين بالفيروس والمتوفين به وذويهم، وظهر ذلك جلياً في ليبيا في عدة مشاهد كان أبرزها حوادث التنمر والمضايقات واتهامات بنشر الفيروس لأهالي المناطق الجنوبية في ليبيا.

يعمد عدد من المواطنين لكسر الحجر الصحي مع زيادة إجراءات فرضه في ليبيا للوقاية من فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) لأسباب عدة متجاهلين خطورة الأمر، في وقت أكدت فيه منظمة الصحة العالمية أن ليبيا لازالت في المراحل الأولى من الوباء ولم تصل بعد إلى ذروة العدوى بعد تسجيلها أول إصابة مؤكدة في نهاية مارس 2020، خصوصاً مع المسارعة إلى إغلاق حدود البلاد إلى جانب وقف عودة رعاياها العالقين في الخارج، غير أن المخاوف ارتفعت بعد تفشي الوباء على نحو مفاجئ في مدينة سبها وفرض الحجر الصحي في المدينة، وقدرت الإحصاءات أعداد المصابين في ليبيا بحوالي 74.936 مصاب و 45.371 متعافٍ، و (1.041) حالة وفاة.⁽³⁾

تشير تقارير الصحة بالأمم المتحدة والمنتدى الاقتصادي العالمي إلى أن أزمة صحة نفسية تلوح في الأفق بفعل فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، إذ يحاصر الموت والمرض الملايين في أنحاء العالم ممن وضعهم في حالة عزلة، وفقر، وقلق، فالانعزال، والخوف والضبابية وعدم الاستقرار الاقتصادي تتسبب جميعها في أزمة نفسية⁽⁴⁾، فمسيبات التداعيات النفسية لهذه الجائحة معقدة ومركبة ولم تواجه سابقاً بسبب خصوصية هذه الظروف القسرية التي هي خارج إرادة الفرد، وما أدت إليه من انقطاع التواصل، وفقدان الأهل والمعارف والأصدقاء، أو التوقف عن العمل بسبب الحظر، أو الخوف من الجهول والشعور باقتراب الموت الذي يقف شاخصاً أمام الجميع تحفزه الأرقام التي تعلن يومياً عدد الوفيات في ليبيا، والعالم، كأحد مؤشرات خطر هذه الجائحة بعضها، أو جميعها يؤدي إلى مؤشر واسع من التبعات النفسية والاجتماعية.

ويرى بنزاكور(2020) أن آلية التعامل مع جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) أفرزت سلوكيات نفسية مختلفة باختلاف البنية النفسية، والخلفيات المعرفية للفرد، حيث إن هناك من تعامل بمنطقٍ وعقلانيةٍ، وتأقلم مع الظروف التي فرضها الطارئ الصحي،

وهناك من تملكته مشاعر الخوف وعدم اليقين من الأحداث والوضعية الوبائية⁽⁵⁾. ويحلل سيرج تيسيرون (2020) تأثيرات الحجر خلال جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) مؤكداً أن البشر اجتماعيون بالأساس وهم في حاجة للتفاعل مع غيرهم وسوف يكتشفون مدى أهمية معاملاتهم غير الرسمية كالتخاطب مع غيرهم أو تناول الطعام مع أصدقائهم في حياتهم عندما يجرمون من ذلك⁽⁶⁾، كما أن الحجر الصحي سيؤثر على حركة الإنسان والجسد عموماً، فالقدرة على التحرك والقدرة على الكلام سيفتقدهما البشر كثيراً وقد يجدون صعوبة بالغة في التأقلم والشعور بالوحدة. ويؤكد غارفين (2020) أن تجربة البقاء في المنزل معاً من خلال جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) يمكن اعتبارها صدمة جماعية، فمن خلال الحجر الصحي تظهر على الأشخاص علامات الارتباك والاكتئاب والغضب⁽⁷⁾. ودشنت هيئات الرعاية الصحية في عدة دول منها ليبيا خطاً استرشادياً ساخناً للشؤون النفسية لمساندة الأفراد لمواجهة جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) فلا يُعرف متى تنتهي هذه الجائحة، مع زيادة عدد الأمراض النفسية وشدتها، كما طالبت الصحة العالمية الحكومات بوضع هذا الأمر في أولويات خططها لمكافحة الجائحة، فالصحة النفسية، ورفاهية المجتمعات تضررت بشدة بفعل الجائحة، وهما من الأولويات التي يتعين معالجتها على نحو عاجل⁽⁸⁾.

مشكلة البحث:

لوحظ من خلال المعيشة اليومية لجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وما ينشر عبر وسائل التواصل وتقارير منظمة الصحة العالمية كثرة شكاوى الأفراد من الحجر الصحي، وما سببه من فقدان الحرية والشعور بالملل، والقلق، والإحباط، والارتباك، والاكتئاب والغضب وانخفاض الروح المعنوية، والنوم المضطرب، والعزلة الاجتماعية، وظهور الوصم الاجتماعي، وتزايد العنف المنزلي، إضافة إلى كثرة المعلومات الخاطئة، والشائعات بشأن الجائحة، والضبابية الشديدة المتعلقة بفترة استمرارها، وقد تتطور تلك التأثيرات لاضطرابات نفسية كاضطرابات القلق، والاكتئاب، واضطراب ما بعد الصدمة، وبناء عليه تبين ضرورة دراسة التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا.

وتتلور مشكلة البحث في السؤال التالي:

ما علاقة التزام الحجر الصحي بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا؟

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث الحالي في التالي:

1- إن الحجر الصحي هو إجراء أكثر فعالية للتحكم في توسع انتشار فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، خاصة مع عدم وجود لقاح ضده، وأدوية محددة لعلاج، فالحجر الصحي هو أفضل وسيلة متاحة لمنع الناس من تعريض أنفسهم للخطر، وما يجعل فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) أكثر خطورة هو أنه فيروس جديد لا توجد معلومات كافية عنه، لذا فالحجر الصحي هو الطريقة المثلى للسيطرة عليه.

2- يأتي هذا البحث استجابة لمنشآت المنظمات الدولية للاهتمام بالصحة النفسية، وضرورة زيادة الوعي بالتأثيرات السلبية النفسية والاجتماعية، والتربوية لجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19).

3- تمد نتائج البحث المختصين بمعلومات مهمة لمبادرات الوقاية التي تستهدف الأفراد المعرضين لخطر الإصابة بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وما يرافقه من مشاكل بالصحة النفسية كالقلق، والاكتئاب، وسوء التوافق الناتج عن الانتشار السريع لجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، والتدخلات الإرشادية التي قد تساعد في التقليل من تفاقم تلك المشكلات.

4- يُعد هذا البحث هو الأول في تناوله التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا. "حسب علم الباحثة".

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على ما يلي:

- 1- مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا.
- 2- التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا.
- 3- دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، أناث).
- 4- دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي (إعدادي، ثانوي، جامعي، فوق الجامعي).
- 5- دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج، مطلق، أرمل).

فروض البحث:

- 1- مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا دالة إحصائياً بدرجة دون المتوسط.
- 2- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي والصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، أناث).
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي (إعدادي، ثانوي، جامعي، فوق الجامعي).
- 5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (عازب، متزوج، مطلق، أرمل).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بدراسة التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) (2020) في ضوء أداتي البحث المستخدمتين (استمارتي التزام الحجر الصحي، والصحة النفسية من إعداد الباحثة) والوسائل الإحصائية المستخدمة.

مصطلحات البحث:

التزام الحجر الصحي: يقصد به اتباع تعليمات الحجر الصحي المفروض من قبل الدول على مواطنيها سواء كان في المنازل أم الفنادق أم المستشفيات؛ لتوفير الحماية في مواجهة خطر انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، ويعبر عنه إجرائياً بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها المجيب أثناء استجابته على استمارة الحجر الصحي المعدة من قبل الباحثة.

الصحة النفسية: يقصد بها وصول الفرد إلى حالة من التوافق النفسي مع ذاته والآخرين، وقدرته على مواجهة الأزمات المختلفة بصورة إيجابية وتوفير الحلول لها مع الاستعمال الأمثل لطاقاته الكامنة، وتوظيفها؛ للوصول إلى حالة أكثر استقراراً وتكاملاً⁽⁹⁾، ويعبر عنه إجرائياً بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها المجيب أثناء استجابته على استمارة الصحة النفسية المعدة من قبل الباحثة.

الليبيون: هم الأفراد الليبيون المقيمون بمدينة سبها والذين أعمارهم من الثامنة عشر فما فوق.

جائحة كورونا المستجد (كوفيد-19): جائحة عالمية منتشرة حالياً؛ سببها فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة سارس-كوف-2.⁽¹⁰⁾

الدراسات السابقة:

دراسة مساد، إسلام وآخرون (2020): أثر الحجر الصحي المنزلي على الصحة النفسية لدى الأردنيين، هدفت إلى التعرف على الفروق في الصحة النفسية أثناء الحجر الصحي المنزلي وفقا لمتغيرات (الجنس، الدخل، المهنة) باستخدام مقياس الصحة النفسية، على عينة قدرت بحوالي (5274) أردني وأردنية، أسفرت النتائج عن أن 75% من العينة يشعرون بعدم الارتياح و50% يشعرون بالعصبية والتوتر، ووجود فروق في الصحة النفسية وفقا لمتغيرات (الجنس، الدخل) حيث كانت الإناث وأصحاب الدخل الأعلى أكثر عرضة للتوتر والقلق والعصبية، وعدم وجود فروق في الصحة النفسية وفقا لمتغير المهنة.⁽¹¹⁾

دراسة المطوع، محمد حسن (2020): العلاقة بين القلق والاكتئاب وتوهم المرض لدى عينة من مصابي كورونا (كوفيد 19) وأصحاب الحجر الصحي والعزل الذاتي في مملكة البحرين، هدفت إلى التعرف على مستويات القلق والاكتئاب وتوهم المرض لدى العينة والعلاقة بينها، باستخدام مقياس القلق والاكتئاب وتوهم المرض على عينة قدرت بحوالي (323) فردا (81) ذكرا و(242) أنثى، أسفرت النتائج عن وجود علاقة طردية بين توهم المرض والاكتئاب لدى المصابين بفيروس كورونا (كوفيد 19) وأصحاب الحجر الصحي، وأن المصابين بفيروس كورونا (كوفيد 19) يعانون بدرجة عالية من القلق، ودرجة أعلى من المتوسط من توهم المرض، ودرجة أقل من المتوسط من الاكتئاب.⁽¹²⁾

دراسة نجم، نغم عادل وآخرون (2020): الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات في ضوء الحجر الصحي (دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات)، هدفت إلى التعرف على الوحدة النفسية خلال الحجر الصحي لدى طالبات كلية التربية للبنات والفروق في الشعور بالوحدة النفسية خلال الحجر الصحي لديهن في ضوء الحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة)، باستخدام مقياس الوحدة النفسية، على عينة قدرت بحوالي (80) طالبة، أسفرت النتائج عن أن مستوى الشعور بالوحدة النفسية دالة إحصائيا لدى الطالبات، ووجود فرق دالة إحصائيا في مستوى الشعور بالوحدة النفسية في ضوء الحالة الاجتماعية (متزوجة، وغير متزوجة) كان المستوى أعلى عند غير المتزوجات من المتزوجات.⁽¹³⁾

دراسة الفقي، أمال إبراهيم، وأبو الفتوح، محمد كمال (2020): المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19) (بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر)، هدفت إلى التعرف على المشكلات النفسية (الوحدة النفسية، الاكتئاب والكدر النفسي، والوسواس القهري، والضحجر، واضطرابات الأكل، والخوف، والمخاوف الاجتماعية) لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد 19)، والفروق في المشكلات النفسية بينهم، باستخدام مقياس المشكلات النفسية على عينة قدرت بحوالي (746) طالب وطالبة في الجامعات المصرية، أسفرت النتائج عن أن الضجر أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها الطلاب في الوقت الحالي، بينما يعاني الطلاب بدرجة متوسطة من المشكلات النفسية (الوحدة النفسية، والاكتئاب والكدر النفسي، والوسواس القهري، واضطرابات الأكل، والخوف، والمخاوف الاجتماعية)، ووجود فروق دالة إحصائيا في المشكلات النفسية تعزى إلى متغيري النوع والعمر الزمني، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في المشكلات النفسية تعزى إلى متغير البيئة.⁽¹⁴⁾

تعقيب على الدراسات السابقة:

الهدف: اختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في الهدف منها باختلاف متغيرات الدراسة في كل منها، وإن اتفقت فيما بينها على دراسة تأثير فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) على الجوانب النفسية، حيث هدفت دراسة الفقي وأبو الفتوح (2020) إلى التعرف على المشكلات النفسية، ودراسة نجم وآخرون (2020) الشعور بالوحدة النفسية، ودراسة المطوع (2020) العلاقة بين القلق والاكتئاب وتوهم المرض، ودراسة مساد وآخرون (2020) والدراسة الحالية الصحة النفسية وإن كان كلاهما تناولها من أبعاد مختلفة.

العينة: اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في العينة، حيث اقتصر بعض الدراسات على طلاب الجامعة كدراسة الفقي وأبو الفتوح (2020) ونجم وآخرون (2020)، بينما دراسة مساد وآخرون (2020) والدراسة الحالية شملت فئات مختلفة من مجتمع الدراسة.

متغيرات الدراسة: اختلفت الدراسة الحالية والدراسات السابقة في متغيرات الدراسة، حيث تناولت دراسات الفقي وأبو الفتوح (2020) المشكلات النفسية، ونجم وآخرون (2020) الشعور بالوحدة النفسية، والمطوع (2020) العلاقة بين القلق والاكتئاب وتوهم المرض، ومساد وآخرون (2020) الصحة النفسية (العصبية والتوتر والقلق)، بينما الدراسة الحالية الصحة النفسية تضمنت (الأعراض الجسمية، الاكتئاب، الحساسية التفاعلية، العداوة، وأعراض النوم واليقظة).

الطريقة: اختلفت منهج البحث لدى الدراسات السابقة والدراسة الحالية، حيث اعتمدت دراسات الفقي وأبو الفتوح (2020) ومساد وآخرون (2020) ونجم وآخرون (2020) على المنهج الوصفي (المسح بالعينة)، ودراسة المطوع (2020) والدراسة الحالية على المنهج الوصفي (الارتباطي).

الأدوات المستخدمة: اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في الأداة المستخدمة في الدراسة وهي الاستبانة.

النتائج: أشارت إلى تأثير فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) على الجوانب النفسية للأفراد، حيث أشارت دراسة مساد وآخرون (2020) أن مستوى الصحة النفسية (التوتر والقلق والعصبية) فوق الوسط، ووجود فروق في الصحة النفسية وفقاً لمتغيرات (الجنس والدخل) وعدم وجود فروق في الصحة النفسية وفقاً لمتغير المهنة، بينما أشارت دراسة نجم وآخرون (2020) إلى أن الشعور بالوحدة النفسية مرتفع لدى الطالبات، ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية في ضوء الحالة الاجتماعية (متزوجة، وغير متزوجة) ودراسة الفقي وأبو الفتوح (2020) أشارت إلى أن الضجر أكثر المشكلات النفسية انتشاراً، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات النفسية تعزى إلى متغيري النوع والعمر الزمني، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في المشكلات النفسية تعزى إلى متغير للبيئة، أما دراسة المطوع (2020) فقد أشارت إلى وجود علاقة طردية بين توهم المرض والاكتئاب لدى المصابين بفيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وأصحاب الحجر الصحي، وأن المصابين بالفيروس يعانون بدرجة عالية من القلق ودرجة أعلى من المتوسط من توهم المرض ودرجة أقل من المتوسط من الاكتئاب.

I. مفهوم الحجر الصحي:

عرفت الموسوعة العربية العالمية (1999) الحجر الصحي بأنه عزل أشخاص بعينهم، أو أماكن، أو حيوانات قد تحمل خطر العدوى تتوقف مدته على الوقت الضروري لتوفير الحماية في مواجهة خطر انتشار أمراض بعينها.⁽¹⁵⁾

كما يعرف الحجر الصحي بأنه مجموعة إجراءات للحد من انتشار أمراض أو أوبئة معدية كما هو الحال مع جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)، من خلال هذه الإجراءات يتم منع أو الحد من اختلاط السكان والطلب منهم اتباع سلوك معين لمنع انتشار الفيروس ومكافحته.⁽¹⁶⁾

ويمكن تعريف الحجر الصحي بأنه إجراء وقائي تستخدمه الدول للحد من مخاطر انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) في المجتمعات متمثلاً في التزام البقاء في البيت أو مكان آخر.

أشكال الحجر الصحي:

صنف الحجر الصحي إلى عدة تصنيفات منها:

1- الحجر الصحي الذاتي الوقائي: والذي يتم اقتراحه على الأشخاص الذين لا يحملون فيروس كورونا أو كانوا في اتصال مباشر مع المرضى بفيروس كورونا، أو الذين دخلوا دولهم وقد كانوا في إحدى البلدان الموبوءة التي انتشر فيها المرض إذ يلازم هؤلاء الأشخاص لمنزلهم لمدة 14 يوماً رغم غياب الأعراض.

2- الحجر الصحي العلاجي: ينطبق على الأشخاص الذين ظهرت لديهم أعراض المرض (السعال والعطاس وارتفاع درجات الحرارة) لكنها أعراض خفيفة تغيب فيها الأعراض الحادة كضيق التنفس، والذين تكون حالتهم مستقرة ولا يحملون أمراضاً مزمنة ولا تشكل أية خطورة وتكون أعمارهم أقل من 60 سنة، في هذه الحالة يمكن أن يلازم المريض منزله ويلتزم بالحجر الصحي العلاجي الحازم وذلك للحد من نسبة الاكتظاظ في المستشفيات وفسح المجال للحالات الأكثر حدة والأكثر خطورة، وترتبط فترة الحجر الصحي العلاجي بزوال أعراض المرض والشفاء التام.⁽¹⁷⁾

تنوعت أشكال الحجر الصحي المستخدم خلال تفشي جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) على النحو التالي:

1- حجر صحي جماعي لمدن بأكملها: فرضت السلطات الصينية حصاراً إلزامياً مطبقاً على مدينة ووهان و15 مدينة أخرى ليصبح الحجر الصحي مطبقاً فعلياً على نحو 56 مليون شخص، إضافة إلى فرضها سلسلة قيود على التنقلات في كامل أنحاء البلاد.⁽¹⁸⁾

2- حجر صحي جماعي دولي: حيث أغلقت الدول مطاراتها ومعايرها البرية أمام الحركة ليصبح الحجر الصحي مطبقاً فعلياً على العالم بأسره.

3- الحجر في أماكن تديرها الحكومات: (فندق مخصص، أو المستشفى) فمثلاً خصصت ليبيا مركز الحياة للحجر الصحي بطبرق وفندق تيبستي والماسة والراحة في بنغازي لاستقبال مواطنين قادمين من مصر.⁽¹⁹⁾

4- الحجر الذاتي الطوعي في المنزل: تقترن إجراءات العزل الذاتي الطوعية بالتثقيف والفحص الواسع والوصول الشامل إلى العلاج. وحصر المختصون المجموعات التي تواجه تحديات نفسية سببها جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) في ثنائي فئات وهي:

1- الأطفال، وصغار السن، والمسنون، والعائلات (إغلاق المدارس، العنف الأسري).

2- من يعانون مشكلات صحية (العزل، الوحدة، الفقد).

3- الذين يعانون مشكلات في الصحة النفسية (التوقف عن العلاج وحدوث انتكاسات).

4- الصفوف الأمامية من الطواقم الطبية (مخاوف من العدوى، والتوتر بسبب العمل).

5- الذي يعانون صعوبات في التعلم (تغير في الروتين والدعم).

6- أصحاب الدخول المتدنية (الوظيفة وعدم الأمان الاقتصادي).

7- السجناء، والمشردون، واللاجئون (النبد الاجتماعي).

8- المجتمع بشكل عام قد يستشعر زيادة في فروق المستويات الصحية وقد يشهد إقبالا على استخدام بنوك الطعام.⁽²⁰⁾

المراحل التطورية للحجر الصحي:

يطور الفرد رؤية إيجابية إلى حد ما للحجر الصحي وفقاً لنموذج المراحل الخمس للحداد والمتمثل في:

المرحلة الأولى "فترة البقاء": وهي مرحلة الصدمة حيث وجد الناس أنفسهم دون مهادت رهيني الحجر الصحي في حين أن معظم

التغيرات تتم بانحناء تدريجي، بينما جاء الحجر الصحي دفعة واحدة دون مقدمات، حيث اضطر الفرد المحجور إلى تغيير نمط حياته المعتاد

من دون استحداث أساليب جديدة، مما خلف في بداية الحجر الصحي شعورا بالذعر، والنوم السيئ، والضغط، ومتابعة الأخبار أولا بأول، وينصح في هذه المرحلة بالحد من الاستماع إلى الأخبار وقبول الوضع.

المرحلة الثانية "الأمان": وفي هذه المرحلة يتكيف الفرد المحجور مع الوضع الجديد مما يشعره بالأمان حيث يخفض دفاعاته، ويبدأ في ترتيب أموره، ويشعر بالفراغ الطويل، وينصح بممارسة بعض الهوايات كالرسم والرياضة.

المرحلة الثالثة "الانتماء": وفي هذه المرحلة يقبل الفرد المحجور الوضع؛ لشعوره بالأمان وأنه مازال على قيد الحياة، فيحاول تجريب إجراءات جديدة مع المحافظة على بقاء النظام التقييدي الجديد الذي فرضته جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) مع ما يجلبه من إرهاق بسبب طول المدة، ويصبح فيها الشخص محترفا يوزع وقته بين العمل والعائلة ويستثمر أوقاته.

المرحلة الرابعة "الأهمية": ينبغي فيها التنبه للأفكار الجديدة التي تولدت خلال فترة الاضطراب، ومن المتوقع أن يكون الشخص قد طور أثناءها علاقات مختلفة مع عائلته وزملائه.

المرحلة الخامسة "التحديث الذاتي": وفيها يستشعر الفرد المحجور التغييرات، والتصالح بين الداخل والخارج، فيتعزز فيها التوازن بين أوقات الفراغ والعمل، والأسرة والعلاقات الودية، حيث يكون أكثر استبصارا، وينصح في هذه المرحلة بالعودة إلى الحياة الطبيعية مع إثارها بالتغييرات التي تمت في زمن الحجر، ودعمها بسرعة التكيف التي أظهرها.⁽²¹⁾

II - الطريقة والأدوات :

منهج البحث: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي (الارتباطي)؛ لكونه المنهج المناسب لطبيعة البحث الحالي، والذي يتطلب جمع البيانات حول المتغيرات التي يتناولها ومن ثم تحديد ما إذا كانت هناك علاقة بينها، وإيجاد قيمة تلك العلاقة والتعبير عنها بشكل كمي من خلال ما يسمى بمعامل الارتباط، ومن خلال التعرف على تلك العلاقة يتم فهم الظاهرة التي يتناولها البحث، وأن ما يميز هذا المنهج هو إنه يوفر بيانات مفصلة عن متغيرات البحث.⁽²²⁾

مجتمع البحث: ينحصر مجتمع البحث في الليبيين المقيمين بمدينة سبها والذين أعمارهم من الثامنة عشر فما فوق.

عينة البحث: اعتمدت الباحثة على العينة المتوفرة والتي قدر عددها بحوالي (752) لبيبي وليبية، والجدول أدناه يوضح ذلك.

والجدول (1) يوضح توزيع عينة البحث وفق متغيرات البحث

الجنس							
ذكر		أنثى		%		%	
286		466		38.3		61.7	
الحالة الاجتماعية							
أعزب		متزوج		مطلق		أرمل	
6		436		296		14	
8.		58.0		39.4		1.9	
المؤهل العلمي							
إعدادي		ثانوي		جامعي		فوق الجامعي	
2		62		494		194	
0.3		8.2		65.7		25.8	
المجموع				النسبة المئوية			
752				%100			

أدوات البحث:

استمارة التزام الحجر الصحي: تتكون من (22) فقرة، وأمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (موافق بشدة، موافق، أحيانا، غير موافق، غير موافق بشدة) أعطيت الفقرات على التوالي الدرجات (1،2،3،4،5)، بحيث تكون أعلى درجة (110) وأقل درجة (22).

صدق وثبات الأداة:

صدق المقياس: للتحقق من صدق الاستمارة تم حسابه بأكثر من طريقة، ويمكن توضيح مؤشرات على النحو التالي:

أ- **الصدق الظاهري:** تم عرض مفردات الاستمارة على مجموعة من المحكمين يمثلون أساتذة قسم علم النفس (كلية الآداب) في جامعة سبها، حيث أبدى (80%) من المحكمين مناسبة بنود الاستمارة لقياس ما وضعت له، وكذلك وضوح صياغاتها اللغوية ومناسبتها للعينة التي وضعت من أجلها.

ب- **صدق المقارنة الطرفية:** طبقت الباحثة استمارة التزام الحجر الصحي على (40) لبي، (20) منهم ذكورا و(20) إناثا، ثم تم تقسيم العينة إلى مجموعتين وفقا لنظام الربيعيات (27%)، فالربيع الأول يمثل الحاصلين على الدرجات المرتفعة، والربيع الثالث يمثل الحاصلين على الدرجات المنخفضة، ثم استخدم الاختبار التائي، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (2) يوضح صدق المقارنة الطرفية لاستمارة التزام الحجر الصحي

مجموعي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
مرتفعو الدرجة	11	4.409	0.188	9.270	38	0.000	توجد فروق دالة
منخفضو الدرجة	11	2.918	0.499				إحصائيا

أظهر الجدول (2) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة في استمارة التزام الحجر الصحي والفروق دالة تجاه المجموعة الأولى وهي مجموعة مرتفعي الدرجة، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز الفعلي بين المجموعات المتضادة.

ثبات الاستمارة: للتحقق من ثبات استمارة التزام الحجر الصحي تم حسابه بأكثر من طريقة، ويمكن توضيح مؤشرات على النحو التالي:

أ- معامل ألفا كرونباخ:

ب- التجزئة النصفية:

جدول (3) يوضح معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لاستمارة التزام الحجر الصحي

معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
0.893	0.845

ت- الاتساق الداخلي: تم إيجاد عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة من الاستمارة والدرجة الكلية للاستمارة.

الجدول (4) يوضح الاتساق الداخلي لاستمارة التزام الحجر الصحي

م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة	م	معامل الارتباط	قيمة الدلالة
1	0.527	0.000	7	0.794	0.000	12	0.619	0.000	18	0.730	0.000
2	0.520	0.000	8	0.778	0.000	13	0.711	0.000	19	0.352	0.026
3	0.607	0.000	9	0.726	0.000	14	0.611	0.000	20	0.336	0.034
4	0.637	0.000	10	0.614	0.000	15	0.725	0.000	21	0.532	0.000
5	0.582	0.000	11	0.822	0.000	16	0.670	0.000	22	0.621	0.000
6	0.744	0.000				17	0.642	0.000			

*ر الجدولية عند درجة حرية (38) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.39 *ر الجدولية عند درجة حرية (38) وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.304

يبين الجدول (4) وجود قيم معاملات ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) لجميع فقرات الاستمارة، تراوحت بين (0.336 و 0.822)، مما يعني دقة الاستمارة واتساقها فيما تزود به من بيانات لقياس التزام الحجر الصحي وكذلك عدم تناقضها مع نفسها.

استمارة الصحة النفسية: اعتمدت الباحثة على مجموعة من مقاييس الصحة النفسية في إعداد استمارة الصحة النفسية وهي:

1- مقياس الصحة النفسية المعدل R SCL - 90 - ترجمة وتقنين ثابت (2013).⁽²³⁾

2- مقياس كولديريغ للصحة النفسية (الصورة اليمينية) تقنين: علي وادي عام (1999).⁽²⁴⁾

3- مقياس الصحة النفسية إعداد أحمد محمد عبدالحالق (2016).⁽²⁵⁾

تكونت الاستمارة في صورتها الأولية من (50) فقرة موزعة على (5) أبعاد (الأعراض الجسمية، الاكتئاب، الحساسية التفاعلية، العداوة، أعراض النوم واليقظة)، كل بعد (10) فقرات، وأمام كل فقرة مقياس تقدير ثلاثي (دائما، أحيانا، نادرا)، أُعطيت الفقرات على التوالي الدرجات (1،2،3)، بحيث تكون أعلى درجة (150) وأقل درجة (50).

الخصائص السيكومترية للاستمارة:

أ- **صدق المحتوى:** تم عرض استمارة الصحة النفسية على مجموعة من المحكمين يمثلون أساتذة قسم علم النفس (كلية الآداب) جامعة سبها، استقرت آراؤهم بنسبة (80%) على صلاحية (33) فقرة لقياس ما وضعت له وانتمائها إلى كل بعد من أبعاد الاستمارة موزعة على (5) أبعاد (الأعراض الجسمية، الاكتئاب، الحساسية التفاعلية، العداوة، أعراض النوم واليقظة)، "ينظر الملحق (ج)".

ب- **صدق المقارنة الطرفية:** طبقت الباحثة استمارة الصحة النفسية على (40) لبي، (20) منهم ذكور و(20) إناث، ثم تم تقسيم العينة إلى مجموعتين وفقا لنظام الربيعيات (27%)، فالربيع الأول يمثل الحاصلين على الدرجات المرتفعة، والربيع الثالث يمثل الحاصلين على الدرجات المنخفضة، ثم استخدام الاختبار التائي، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (5) يوضح صدق المقارنة الطرفية لاستمارة الصحة النفسية

الأبعاد	مجموعتي المقارنة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الأعراض الجسمية	مرتفعو الدرجة	11	2.831	0.262	3.934	38	0.001	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	2.286	0.378				
الاكتئاب	مرتفعو الدرجة	11	2.455	0.262	3.526	38	0.002	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	1.961	0.368				
الحساسية التفاعلية	مرتفعو الدرجة	11	2.740	0.154	8.448	38	0.000	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	1.896	0.293				
العداوة	مرتفعو الدرجة	11	2.836	0.081	3.462	38	0.002	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	2.364	0.446				
أعراض النوم واليقظة	مرتفعو الدرجة	11	2.740	0.210	6.657	38	0.000	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	2.039	0.279				
الدرجة الكلية	مرتفعو الدرجة	11	2.713	0.070	10.896	38	0.000	دالة إحصائيا
	منخفضو الدرجة	11	2.094	0.175				

أظهر الجدول (5) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 بين مرتفعي ومنخفضي الدرجة في جميع أبعاد استمارة الصحة النفسية (الأعراض الجسمية، الاكتئاب، الحساسية التفاعلية، العداوة، أعراض النوم واليقظة) والدرجة الكلية للاستمارة والفروق دالة تجاه المجموعة الأولى وهي مجموعة مرتفعو الدرجة، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز الفعلي بين المجموعات المتضادة.

ثبات استمارة الصحة النفسية: للتحقق من ثبات الاستمارة تم حسابه بطريقتين:

أ- معامل ألفا كرونباخ: (0.843).

ب- الاتساق الداخلي: تم إيجاده عن طريق حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من الفقرات والبعد الذي تنتمي له، وبين كل بعد والدرجة الكلية للاستمارة، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (6) يوضح الاتساق الداخلي لاستمارة الصحة النفسية

م	معاملات ارتباط الفقرة بالبعد	قيمة الدلالة	م	معاملات ارتباط الفقرة بالبعد	قيمة الدلالة	م	معاملات ارتباط الفقرة بالبعد	قيمة الدلالة	م	معاملات ارتباط الفقرة بالبعد	قيمة الدلالة
الأعراض الجسمية											
1	**0.554	0.000	3	**0.554	0.000	5	0.009	**0.647	0.000	1	0.000
2	*0.389	0.013	4	*0.389	0.013	6	**0.545		2	0.000	0.000
		0.000	7	**0.528	0.000						
الاكتئاب											
8	**0.662	0.000	10	**0.661	0.000	12	**0.673	**0.873	0.000	8	0.000
9	**0.734	0.000	11	**0.534	0.000	13	**0.665		9	0.000	0.000
			14	*0.397	0.011						
الحساسية التفاعلية											
15	**0.546	0.000	17	**0.791	0.000	19	**0.638	**0.778	0.000	15	0.000
16	**0.667	0.000	18	**0.651	0.000	20	*0.339		16	0.032	0.000
			21	**0.546	0.000						
العداوة											
22	**0.448	0.004	24	**0.741	0.000	25	**0.606	**0.746	0.000	22	0.000
23	**0.667	0.000				26	**0.754		23	0.000	0.000
أعراض النوم واليقظة											
27	**0.487	0.001	29	**0.463	0.003	31	**0.463	**0.675	0.000	27	0.000
28	**0.461	0.003	30	**0.663	0.000	32	**0.663		28	0.000	0.000
			33	**0.463	0.003						

**ر الجدولية عند درجة حرية (38) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.393 *ر الجدولية عند درجة حرية (38) وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.304

أظهر الجدول (6) وجود قيم معاملات ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) لجميع أبعاد استمارة الصحة النفسية في ارتباطها بالدرجة الكلية للاستمارة، كما أظهر وجود قيم معاملات ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي له، ماعدا الفقرة (2،4) المنتمية إلى بعد الأعراض الجسمية، والفقرة (14) المنتمية إلى بعد الاكتئاب، والفقرة (20) المنتمية إلى بعد الحساسية التفاعلية حيث كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) مما يعني دقة الاستمارة واتساقها واطرادها فيما تزود به من بيانات لقياس الصحة النفسية وكذلك عدم تناقضها مع نفسها. وتكونت استمارة الصحة النفسية في صورتها النهائية من (33) فقرة موزعة على الأبعاد كما يوضحها الجدول أدناه.

الجدول (7) استمارة الصحة النفسية بصورتها النهائية

الأبعاد	الفقرات
الأعراض الجسمية	1 إلى 7
الاكتئاب	8 إلى 14
الحساسية التفاعلية	15 إلى 21

28 إلى 22	العداوة
33 إلى 29	أعراض النوم واليقظة

إحصائيا الوسائل الإحصائية: اعتمدت الباحثة على حزمة العلوم الاجتماعية SPSS في تحليل البيانات لتحقق من فروض الدراسة، ومن الوسائل الإحصائية المستخدمة:

- 1- النسب المئوية؛ لتحديد حجم العينة في ضوء المتغيرات.
- 2- ألفا كرونباخ؛ لإيجاد الثبات لاستمارتي التزام الحجر الصحي والصحة النفسية.
- 3- الاختبار التائي لعينة واحدة؛ لإيجاد مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها.
- 4- معامل الارتباط؛ لإيجاد الثبات بطريقة الاتساق الداخلي لاستمارتي التزام الحجر الصحي والصحة النفسية؛ وإيجاد الثبات بطريقة التجزئة النصفية لاستمارة التزام الحجر الصحي؛ وإيجاد العلاقة بين الالتزام بالحجر الصحي والصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها.
- 5- الاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين؛ لإيجاد صدق المقارنة الطرفية لاستمارتي التزام الحجر الصحي والصحة النفسية؛ وإيجاد الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها في ضوء متغير الجنس.
- 6- تحليل التباين الأحادي؛ لإيجاد الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها في ضوء متغيري المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية.

III- النتائج ومناقشتها :

الفرض الأول: مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا دالة إحصائيا بدرجة دون المتوسط، واختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة الاختبار التائي للمجموعة الواحدة، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

الجدول (8) يوضح الاختبار التائي للمجموعة الواحدة لمعرفة مستوى التزام الحجر الصحي

لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا (ن=752)

عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري	قيمة t	درجة الحرية	مستوى الدلالة α	الاستنتاج
22	83,38	13,78	66	104,79	299	0.000	فوق الوسط بدرجة دالة إحصائيا

يتضح من الجدول (8) أن مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا دالة إحصائيا بدرجة فوق الوسط .

وهذه النتيجة منطقية إلى حد كبير؛ نتيجة لزيادة أعداد الإصابة والوفيات في ليبيا والعالم، ومع ما تتناقله وسائل التواصل الاجتماعي من مخاطر الإصابة وآليات انتقال فيروس كورونا (كوفيد-19) وإلى إدراك هشاشة المنظومة الصحية في البلاد، إضافة إلى الوصم الاجتماعي للمرضى.

الفرض الثاني: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي والصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا، واختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (9) يوضح نتائج معاملات الارتباط لمعرفة دلالة العلاقة بين التزام الحجر الصحي والصحة النفسية

لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا

الأبعاد	التزام الحجر الصحي	القيمة الاحتمالية	الأبعاد	التزام الحجر الصحي	القيمة الاحتمالية

0.413	0.030	العداوة	0.071	0.066	الأعراض الجسمية
0.044	*0.074	أعراض النوم واليقظة	0.049	*0.072-	الاكتئاب
0.976	0.001	الدرجة الكلية	0.016	*0.088-	الحساسية التفاعلية

** الجدولية عند درجة حرية (750) وعند مستوى دلالة (0.01) = 0.081 * الجدولية عند درجة حرية (750) وعند مستوى دلالة (0.05) = 0.062

يتضح من الجدول (9) وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين التزام الحجر الصحي وبعدي استمارة الصحة النفسية (الاكتئاب، الحساسية التفاعلية) لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها، ووجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين التزام الحجر الصحي وبعدي استمارة الصحة النفسية (أعراض النوم واليقظة)، وعدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي وبعدي (الأعراض الجسمية، العداوة) والدرجة الكلية لاستمارة الصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها.

ويعزى وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين التزام الحجر الصحي وبعدي استمارة الصحة النفسية (الاكتئاب، الحساسية التفاعلية) لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها إلى زيادة الوعي بمخاطر الإصابة بجائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد - 19) وقوة الإيمان والثقة بأنها أزمة عابرة، وأن الحجر الصحي هو أسلوب احترازي للوقاية من الإصابة، وأن عليهم التعايش والتكيف مع هذا الأسلوب الاحترازي والشعور بالأمان مع تجريب إجراءات جديدة والمحافظة على النظام التقييدي الجديد الذي فرضته جائحة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19) وهو ما أكده الحداد أثناء عرضه لنموذجه عن المراحل التطورية للحجر الصحي في مرحلتيه الثانية والثالثة، أما بخصوص العلاقة الطردية بين التزام الحجر الصحي وأعراض النوم واليقظة فترى الباحثة أن ذلك أمر طبيعي لسوء التخطيط الجيد والاستثمار الأمثل للوقت حيث يضطر الفرد المحجور إلى تفكيك نمط حياته المعتاد من دون بناء أساليب جديدة وهو ما أكده الحداد في المرحلة الأولى "فترة البقاء" وفق لنموذجه للمراحل التطورية للحجر الصحي.

الفرض الثالث: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، أناث)، ولا اختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة الاختبار التائي لمجموعتين مستقلتين، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (10) يوضح دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين

بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس

الاستنتاج	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس
توجد فروق دالة إحصائية	0.007	750	2.702	0.509	3.695	286	ذكر
				0.505	3.798	466	انثي

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (750) وعند مستوى دلالة (0.05) = 1.98 قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (750) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.58

يتضح من الجدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الالتزام بالحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

وتفسر الباحثة نتيجة الفرض في ضوء تعاضم الدور الاجتماعي للمرأة الليبية خلال جائحة كورونا باعتبارها تلعب دوراً محورياً داخل الأسرة مما ألزمها البقاء في البيت للإيفاء بمطالب أفراد أسرتها واحتياجاتهم.

الفرض الرابع: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي (إعدادي، ثانوي، جامعي، فوق الجامعي)، ولا اختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (11) يوضح دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار (ف)	مستوى الدلالة	الاستنتاج
بين المجموعات	1.682	3	0.561	2.179	0.089	لا توجد فروق دالة إحصائية
داخل المجموعات	192.472	748	0.257			
المجموع الكلي	194.154	751				

ف الجدولية عند درجة حرية (3,748) وعند مستوى دلالة (0.01) = 3.80 ف الجدولية عند درجة حرية (3,748) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.61

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الالتزام بالحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، وترى الباحثة نتيجة الفرض منطقياً باعتبار الالتزام بالحجر الصحي يشمل الجميع وكذلك أضرار اختراقه.

الفرض الخامس: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج، مطلق، أرملة)، ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA، والجدول أدناه يظهر نتيجة الفرض.

جدول (12) يوضح دلالة الفروق في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة اختبار (ف)	مستوى الدلالة	الاستنتاج
بين المجموعات	1.997	3	0.666	2.591	0.052	لا توجد فروق دالة إحصائية
داخل المجموعات	192.157	748	0.257			
المجموع الكلي	194.154	751				

ف الجدولية عند درجة حرية (3,748) وعند مستوى دلالة (0.01) = 3.80 ف الجدولية عند درجة حرية (3,748) وعند مستوى دلالة (0.05) = 2.61

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الالتزام بالحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، وترى الباحثة نتيجة الفرض منطقياً باعتبار الالتزام بالحجر الصحي يشمل الجميع وكذلك أضرار اختراقه.

IV- الخلاصة:

نتائج الدراسة:-

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- 1- أن مستوى التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا دالة إحصائياً بدرجة فوق الوسط.
- 2- وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين التزام الحجر الصحي وبعدي استمارة الصحة النفسية (الاكتئاب، الحساسية التفاعلية) لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها، ووجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05 بين التزام الحجر الصحي وبعدي استمارة الصحة النفسية (أعراض النوم واليقظة)، وعدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التزام الحجر الصحي وبعدي (الأعراض الجسمية، العداوة) والدرجة الكلية لاستمارة الصحة النفسية لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها.

- 3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.
- 4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.
- 5- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التزام الحجر الصحي لدى عينة من الليبيين بمدينة سبها خلال جائحة كورونا تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية.

المقترحات والتوصيات:-

المقترحات:

- 1- ضرورة الاهتمام بخدمات الإرشاد التربوي والنفسي من خلال قيام المختصين عبر الخط الساخن بتقديم الدعم النفسي للأفراد خلال جائحة كورونا.
- 2- نشر التوعية بمهارات إدارة الأزمات لدى الأفراد من خلال وسائل الاتصال المختلفة.
- 3- نشر التوعية بمهارات إدارة الوقت خلال الحجر الصحي لجائحة كورونا لدى الأفراد من خلال وسائل الاتصال المختلفة.
- التوصيات:** توصي الدراسة بإجراء دراسات تتناول:
- 1- التزام الحجر الصحي وعلاقته بالصحة النفسية في ضوء متغيرات لم يتم تناولها في الدراسة الحالية كالعمر، المهنة، المستوى الاقتصادي.
- 2- التزام الحجر الصحي وعلاقته بمتغيرات مثل: (اضطرابات الشخصية، العنف الأسري).
- 3- الصحة النفسية في ظل جائحة كورونا "الموجة الثانية" لدى عينة من الليبيين.

- ملاحق :

الملحق (أ)

استمارة الالتزام الحجر الصحي

البيانات الأولية:

- الجنس: ذكر () أنثى ()
- المؤهل العلمي: إعدادي () ثانوي () جامعي () فوق الجامعي ()
- الحالة الاجتماعية: أعزب () متزوج () مطلق () أرمل ()

أخي / أختي:

تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات تصف كل منها بدقة مدى التزامك بالحجر الصحي وتمتعك بالصحة النفسية، والمطلوب منك قراءة كل فقرة والإجابة عليها بوضع (√) أمام البديل الذي يناسبك، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، كما أن الإجابات لن يطلع عليها أحد سوى الباحثة، وأن المعلومات تستخدم لأغراض البحث العلمي.

م	العبارات	غير موافق تماماً	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة
1	أرى نفسي كشخص محتمل إصابتي بفيروس كورونا (كوفيد-19)					
2	أشعر بالقلق من فيروس كورونا (كوفيد-19)					
3	تراودني كثير من المخاوف بسبب فيروس كورونا (كوفيد-19)					

4	يشغل تفكيري أخبار فيروس كورونا (كوفيد-19)			
5	أبتعد عن الأماكن المزدحمة بسبب فيروس كورونا (كوفيد-19)			
6	أحرص على الالتزام بالإجراءات الوقائية من فيروس كورونا (كوفيد-19)			
7	أحرص على استعمال الكمادات لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
8	أغطي أنفي وفمي بالمناديل الورقية في حالة العطس والسعال لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
9	أحرص على استعمال القفازات لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
10	أحرص على النظافة باستمرار لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
11	أجتنب الذهاب إلى المناطق التي ينتشر فيها فيروس كورونا (كوفيد-19)			
12	أجتاشى الأشخاص المحتمل أصابتهم ب فيروس كورونا (كوفيد-19)			
13	أترجم بالتباعد الشخصي عند خروجي من المنزل لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
14	أسعى للحصول على الاستشارة الطبية عند شعوري بأي عرض من أعراض فيروس كورونا (كوفيد-19)			
15	أحرص على تناول الفيتامينات والوصفات الشعبية التي تزيد من مناعة جسمي لمواجهة فيروس كورونا (كوفيد-19)			
16	أقوم بتخزين ما يلزمي من مؤونة بسبب انتشار فيروس كورونا (كوفيد-19)			
17	أبألع وسائل الاعلام في احصاءاتها حول فيروس كورونا (كوفيد-19)			
18	ألا أخرج من منزلي إلا للضرورة لتجنب الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-19)			
19	أفكر في فيروس كورونا (كوفيد-19) ليس خطيرا كما يتم تصويره.			
20	أعتقد أني حصلت على معلومات كافية عن فيروس كورونا (كوفيد-19)			
21	أأستفيد من المعلومات المقدمة من طرف وزارة الصحة كافية عن فيروس كورونا (كوفيد-19)			
22	أأبجب الانتباه للمعلومات والأخبار التي تنشر حول فيروس كورونا (كوفيد-19)			

الملحق (ج)

استمارة الصحة النفسية في صورتها النهائية

م	الأبعاد	دائما	أحيانا	نادرا
الأعراض الجسمية				
1	أشعر بصداع مستمر			
2	أأبتأني غثيان واضطرابات في المعدة			
3	أأجد صعوبة في التنفس			
4	أأعضلاتي تتشنج			
5	أأشعر بالسخونة والبرودة في جسمي			
6	أأشعر بالخدر والتنممة في الجسم			
7	أأشعر بالألم أسفل الظهر			
الاكتئاب				
8	أأترادني أفكار للتخلص من الحياة			
9	أأشعر بالتعب			
10	أأشعر بالحزن			

11	لا أشعر بأهمية الأشياء		
12	أبكي بسهولة		
13	أخاف أن أخرج من البيت		
14	انزعاج على الأشياء بشكل كبير		
الحساسية التفاعلية			
15	الرغبة في انتقاد الآخرين		
16	أشعر بالخجل أثناء التعامل مع الآخرين		
17	أشعر بأنه يسهل إهزائي		
18	أشعر بأن الآخرين لا يفهموني		
19	أشعر بأن الآخرين غير ودودين		
20	أشعر باني أقل قيمة من الآخرين		
21	أشعر بالضيق عند وجود الآخرين ومراقبتهم لي		
العداوة			
22	غير قادر علي التحكم في غضبي		
23	أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين		
24	أشعر بالرغبة في تكسير وتحطيم الأشياء		
25	كثيرا ما أدخل في الجدل والنقاش الحاد		
26	كثيرا ما اصرخ وأرمي الأشياء		
أعراض النوم واليقظة			
27	أنام متأخرا في الليل		
28	أجد صعوبة في البدء بالنوم		
29	أجد صعوبة في العودة إلى النوم عند استيقاظي لسبب ما		
30	تنتابني أحلام مزعجة (أو كوابيس) كل عدة ليالي		
31	أستيقظ من النوم مبكرا		
32	أنام بكثرة		
33	أعاني من النوم المتقطع		

- الإحالات والمراجع :

- 1- النور، سناء أحمد (2020). الحجر الصحي في القرن الواحد والعشرين، طرابلس: مركز النور،3.
- 2- سالم، على محمد (2020): الصحة، مؤته: السلام،12.
- 3- جريدة إيلاف (2020)، إحصائيات انتشار فيروس كورونا ليبيا، تاريخ النشر 2020/11/18 الرابط [\(https://www.elaph.com/\)](https://www.elaph.com/) الساعة 11:42 18 نوفمبر 2020
- 4- الفيواني، راضية(2020): كورونا يغير خارطة الصحة النفسية في العالم ،تاريخ النشر 13مايو 2020 الرابط [\(http://www.alarab-uk.cdn.ampproject.org/\)](http://www.alarab-uk.cdn.ampproject.org/) الساعة 7:30 22 أغسطس 2020
- 5- بوعلوي، هشام (2020): سلوك التأقلم، TRT عربي، تاريخ النشر 30 يونيو 2020 الرابط [\(https://www.trtarabi.com/\)](https://www.trtarabi.com/) الساعة 7:38 22 أغسطس 2020
- 6- محمد، الاسعد علي (ب ت): اجتماعية الانسان خلال الازمات، سوسه: مطبعة السلام،23.

- 7- CNN بالعربي(2020): التباعد الاجتماعي طويل الأمد قد يكون مؤلماً تاريخ النشر 12 /4/ 2020 الرابط
تم الاقتباس يوم الاحد 4 أكتوبر 2020 الساعة 1:17 (<http://www.arabic-cnn.com>)
- 8- شبكة النبا للمعلوماتية (2020): تسونامي الامراض النفسية تاريخ النشر 2020/5/31 الرابط
تم الاقتباس يوم السبت 22 أغسطس 2020 الساعة 10:23 (<http://amp.annabaa.org.cdn.ampproject.org>)
- 9- محمد، سلام عيسى(2017): الصحة النفسية، القاهرة: مكتبة المعرفة، 23-24.
- 10- جائحة فيروس كورونا (2020): ويكيبيديا تاريخ النشر 22 يناير 2020 الرابط
تم الاقتباس الخميس 27 أغسطس 2020 الساعة 9:41 (<https://ar.m.wikipedia.org>)
- 11- مساد، إسلام وآخرون (2020): أثر الحجر الصحي المنزلي على الصحة النفسية، صحيفة الرأي تاريخ النشر 2020/3/26 الرابط
تم الاقتباس الاحد 20 سبتمبر 2020 الساعة 11:13 (<http://www.alrai.com>)
- 12- المطوع، محمد حسن(2020): العلاقة بين القلق والاكتئاب وتوهم المرض لدى عينة من مصابي كورونا (كوفيد 19) وأصحاب الحجر الصحي والعزل الذاتي في مملكة البحرين،
تاريخ النشر 2020/6/1 الرابط
تم الاقتباس 22 الثلاثاء أغسطس 2020 الساعة 3:45 (<http://www.alwatannews.net>)
- 13- نجم، نغم عادل وآخرون (2020): الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات في ضوء الحجر الصحي (دراسة مقارنة بين المتزوجات وغير المتزوجات)، مجلة
الفنون والآداب وعلوم الانسانيات والاجتماع، العدد 57 أغسطس 2020، تصدر عن كلية الامارات للعلوم التربوية في الامارات العربية المتحدة، 194-207.
- 14- الفقي، أمال إبراهيم وأبو الفتوح، محمد كمال(2020): المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد 19 (بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب
وطالبات الجامعة بمصر)، المجلة التربوية العدد 74 يونيو 2020، كلية التربية جامعة بنها مصر، 1048-1089. تاريخ النشر 2020/8/1 الرابط
تم الاقتباس الخميس 12 نوفمبر 2020 الساعة 9:25 (<http://www.alwatannews.net>)
- 15- الموسوعة العربية العالمية(1999): ط، 2، المملكة العربية السعودية، مؤسسة أعمال الموسوعة للنشر، ج 9، 88.
- 16- قناة DW (2020): الحجر الصحي تاريخ النشر 2020/6/32 الرابط
تم الاقتباس السبت 14 نوفمبر 2020 الساعة 9:25 (<http://m.dw.com>)
- 17- المجلة الطبية، 2020، أنواع الحجر الصحي، تاريخ النشر 2020/3/22 الرابط
السبت 12 سبتمبر 2020 الساعة 9:15 (<http://www.med.tn.cdn.ampproject.org>)
- 18- الحقوي وآخرون (2020): التدابير الصحية في مواجهة جائحة كورونا (كوفيد 19) في المملكة السعودية، المجلة العربية للدراسات الأمنية، جامعة نايف العربية
للعلوم الأمنية، 339.
- 19- بوابة الوسط (2020): بلدية بنغازي: تسكين جميع العائدين في أماكن الحجر الصحي، تاريخ النشر 9 مايو 2020 الرابط
تم الاقتباس السبت 12 سبتمبر 2020 الساعة 9:25 (<http://www.alwasat.ly.org>)
- 20- الأسدي، مروة (2020): تسونامي الامراض النفسية: تاريخ النشر 2020/5/31 الرابط
تم الاقتباس السبت 12 سبتمبر 2020 الساعة 9:15 (<http://amp.annabaa.org.cdn.ampproject.org>)
- 21- شبكة الجزيرة الإعلامية (2020): هكذا يتدرج الحجر الصحي عبر 5 مستويات نفسية فكيف نعرها بأفضل ما يمكن، تاريخ النشر 2020/4/2 الرابط
تم الاقتباس 22 الثلاثاء أغسطس 2020 الساعة 1:30 (<http://www.aljazeera.net>)
- 22- ملحم، سامي محمد (2002): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، إربد: دار المسيرة، 379.
- 23- مقياس الصحة النفسية المعدل -90 - R SCL، ترجمة وتقنين ثابت، عبد العزيز موسى، كلية الصحة العامة - جامعة القدس، تاريخ النشر 2017/9/26 الرابط
تم الاقتباس السبت 12 سبتمبر 2020 الساعة 9:40 (<http://www.Psycho.sudanforums.net>)
- 24- وادي، على (1999): مقياس كولديبرغ للصحة النفسية (الصورة اليمنية). الرابط
تم الاقتباس الخميس 12 نوفمبر 2020 الساعة 9:25 (<https://dr-farhan.ahlamontada.nat>)
- 25- عبد الخالق، أحمد محمد (2016): المقياس العربي للصحة النفسية، القاهرة مكتبة الانجلو المصرية، الرابط
تم الاقتباس السبت 12 سبتمبر 2020 الساعة 9:22 (<http://www.anglo-egyptian.com>)

