



مستوى الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية بجامعة سرت

فاطمة مفتاح صالح عبدالعال

عضو هيئة تدريس - قسم علم النفس

كلية التربية - جامعة سرت

fatimamentalhelalt@gmail.com

ملخص

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين ومعرفة نوع المشكلات النفسية التي يعانيها أفراد العينة .

مشكلة الدراسة: تتحدد في تقييم وضع الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا لدى عينة من الطلبة الجامعيين، وما يصاحب ذلك من حجر صحي منزلي ترتب عليه تغيير جذري في أنماط الحياة بكاملها، ولعل من أبرزها تعليق الدراسة، وبالتالي إحباطهم وتعرضهم للتوتر والقلق المستمر حول مدى إمكانية عودة الدراسة، وخاصةً أن التوقف جاء بشكل مفاجئ أثناء إجرائهم لامتحانات نهاية الفصل الدراسي.

منهج الدراسة وإجراءاتها: المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة: (120) طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة سرت.

أدوات الدراسة: مقياس الصحة النفسية. وتحليل البيانات إحصائياً وصولاً إلى عدد من النتائج والتوصيات.

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية، فيروس كورونا، طلبة كلية التربية.

I- تمهيد :

ظهر فيروس كورونا المستجد كوفيد-19 مع نهاية سنة 2019م، في يوهان الصينية، و سرعان ما انتشر الفيروس وتفشى في مقاطعات أخرى، واستمر بشكل سريع ومباغت في انتشاره إلى دول العالم الأخرى، حتى وصل الفيروس إلى ليبيا في مارس 2020م وسرعان ما تفشى في مختلف المدن الليبية.

إن ظهور هذا الفيروس اعتبر أزمة حقيقية تتحدى العالم بأسره، خاصة مع سرعة تفشيه، وعدم توفر لقاح علاجي له، وما تبعه من إتخاذ إجراءات احترازية من الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي، وتوقف النشاط الحياتية، وتغيير جذري في طبيعة الحياة برمتها، مما دفع العالم بأكمله إلى اعتبار كورونا حدث صدمي، وأزمة حقيقية، حيث فرضت عليه أنماط جديدة غير مألوفة تماماً. ولهذا الأزمة وضعها الخاص في بلادنا، فمع ما يعانيه مجتمعنا من أزمات عديدة ومتنوعة سياسية وأمنية واقتصادية واجتماعية ظهرت هذه الجائحة لتشكّل أزمة جديدة تضاف إلى الأزمات السابقة، ولم تقف مخاطر جائحة فيروس كورونا على الصحة العامة للأفراد والمجتمعات، وليس على مجالات الحياة السياسية الأمنية والاقتصادية فحسب، إنما سببت منذ ظهورها آثاراً بالغة الخطورة على الجانب النفسي للأفراد والمجتمعات فتسببت في معاناة العالم بأسره نفسياً من القلق والخوف والكدر والإحباط والضجر والاكنتاب. ومن بين أكثر فئات المجتمع تأثراً بها هي فئة طلاب الجامعة حيث وجدوا أنفسهم متوقفين عن استكمال دراستهم، وإنجازهم العلمي، الأمر الذي انعكس سلبياً على صحتهم النفسية.

أهمية الدراسة: تظهر أهمية البحث الحالي من ناحيتين الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية:

الأهمية النظرية:

- تناول الدراسة الحالية وصف واقع الصحة النفسية لدى الطلبة الجامعيين في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد .
 - ندرة الدراسات المحلية والعربية التي تتناول الوضع الصحي النفسي عامة وشريحة الشباب خاصة مما يزيد من قيمة البحث.
- النظرية التطبيقية:

- تتمثل فيا تقدمه من توصيات مهمة تفيد في مجال رعاية الشباب باعتبارهم الثروة الحقيقية لأي مجتمع.
- فتح المجال أمام البرامج الإرشادية حول فئة الشباب في المجال الوقائي والعلاجي والنمائي.

أهداف الدراسة:

- التعرف على واقع الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد.
- التعرف على طبيعة الفروق في مستويات الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد تبعاً لمتغيرات (النوع، والتخصص العلمي، و المستوى الاقتصادي، والحالة الاجتماعية).

مشكلة الدراسة:

الصحة النفسية أساس الصحة العامة فلا صحة بدون صحة نفسية، فالصحة النفسية تساعد الفرد على تكوين تقدير إيجابي للذات وثقة عالية بالذات، وتكوين نظرة إيجابية للحياة ، ونمو الطاقات واكتساب المهارات وتطويرها، وعلى العمل والبذل والجهد ، بل إن الصحة النفسية تساعد الفرد على التوازن النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي، الأمر الذي بدوره يساعده على تحقيق حياة مستقرة بعيدة عن جميع أنواع الصراعات، ويخلق لديه القدرة على تجاوز المحن وحل المشكلات .

والصحة النفسية تجعل الفرد قادراً على التعرف على ذاته ومعرفته قدراته وإمكانياته وتنميتها واستغلالها بما يعود بالنفع عليه وعلى مجتمعه بالنفع والفائدة أيضاً.

وللصحة النفسية أهمية قصوى في الصحة الجسمية، فهي تقوي من مناعة الشخص وتمنحه الطاقة ، وتحسن من أداء أجهزة الجسم لوظائفها، وبالتالي فإن الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية تنخفض لديه معدلات الإصابة بالأمراض الجسمية.

وتبرز أهمية الصحة النفسية عند تعرض الفرد للمشاكل والأزمات والصدمات المختلفة في حياته، ومع ظهور فيروس كورونا المستجد في ليبيا منذ مارس، 2020 حيث بدأ الحظر المنزلي، وشلت الحياة في الكثير من المؤسسات، وألغيت جميع الفعاليات الثقافية والعلمية كالندوات والمؤتمرات والمعارض... وغيرها، وتوقف التنقل بين المدن، وعُلقَت الدراسة، وانتشرت المعلومات العديدة والمتنوعة حول هذا الفيروس ومنها ما هو صحيح وعلمي ومنها ما هو مغلو، ومع زيادة أعداد المصابين وحالات الوفيات وتناول الإعلام لهذا الموضوع على مدار الساعة، بل ومع استمرار هذه الجائحة وعدم توفر عقار لعلاجها ، كل ذلك سبب ضغوطا نفسية على أفراد المجتمع، سببت لهم الشعور بالكدر والضيق والانزعاج والقلق والتوتر والإحباط والممل والضجر.

فظهرت كورونا بالتالي كأزمة جديدة مختلفة، وحدث صادم مفاجئ غير متوقع، يضاف إلى ما يعانيه أفراد المجتمع من حروب استمرت منذ سنوات طويلة، وأزمات سياسية واقتصادية وأمنية.

ومما لاشك فيه أن طلاب الجامعة هم من بين شرائح المجتمع الأكثر تأثراً بهذا الحدث (فيروس كورونا المستجد) بسبب تعليق الدراسة بشكل مفاجئ خلال أدائهم لامتحاناتهم في آخر الفصل الدراسي، الأمر الذي أجبرهم على التوقف والانتظار والترقب حول مصير عودة الدراسة ، ولاشك بأن كل ذلك ليس بالأمر الهين عليهم خاصة مع عدم توفير حلول بديلة تتيح لهم استكمال دراستهم. كل ذلك من شأنه أن يصاحبه مشكلات وضغوطات تعيق تمتعهم بالصحة النفسية، مما يعيقهم عن تحقيق نمو نفسي سليم يضمن لهم تكوين شخصية ناضجة متوازنة.

فالطالب الجامعي ينبغي أن يحيا حياة مستقرة بعيدة عن التصدعات والصراعات، يتمتع معها الطالب بصحته النفسية فتساعده على الاجتهاد والمثابرة ، لينال أهدافه ويحقق طموحاته، ويرتقي في سلم النجاح، ومما لا شك فيه أن تمتع الطالب الجامعي بالصحة النفسية يساهم في تنمية المجتمع وتقدمه.

من هنا تبرز مشكلة الدراسة الحالية وتتضح في السؤال الرئيسي التالي:

- ما مستوى الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد؟

ويتفرع منه السؤالان التاليان:

- 1- ما هي أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها الطلاب في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد كوفيد-19؟
- 2- هل يختلف مستوى الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد باختلاف متغير (الجنس ، والتخصص العلمي، والحالة الاجتماعية، والمستوى الاقتصادي)؟

مصطلحات الدراسة:

الصحة النفسية: تعرفها الباحثة إجرائياً " بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصحة النفسية المستخدم في الدراسة.

3- فيروس كورونا المستجد : Covid19-

هو فيروس ينتمي إلى فيروسات الكورونا المعروفة والتي قد تسبب المرض للإنسان أو الحيوان، والذي وصفته منظمة الصحة العالمية بالجائحة، والذي ظهر مؤخراً في مدينة يوهان الصينية في 2019، وتجلت أعراضه المرضية في الحمى والإرهاق والسعال الجاف والآلام ، حيث ينتقل الفيروس إلى الإنسان عن طريق القطرات الصغيرة التي تتناثر من الأنف عندما يسعل الشخص المصاب به أو يعطس، كما يمكن أن ينتقل الفيروس للإنسان مسبباً له تلك الحالة المرضية من خلال القطرات المتناثرة على الأسطح المحيطة بالشخص.(WHO,2020)

- 4- طلبة كلية التربية: ويقصد بهم في الدراسة الحالية، عينة من الطلبة والطالبات الملتحقين بالدراسة بكلية جامعة سرت وتتراوح أعمارهم الزمنية من (19- 25 سنة).

حدود الدراسة: تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية واستخراج نتائجها وتفسيرها ضمن الحدود الآتية:

- 1-حدود زمنية: طبقت أداة البحث الحالي في 2-9-2020م.
- 2-حدود مكانية: كلية التربية جامعة سرت.
- 3-حدود بشرية: تحددت بعينة الدراسة التي تمثلت في طلاب وطالبات كلية التربية جامعة سرت.

1.I- الإطار النظري والدراسات السابقة:

الصحة النفسية:

هي حالة دائمة نسبياً، يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً، وشخصياً، وانفعالياً، واجتماعياً، مع نفسه ومع بيئته، ويشعر بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً، ويكون حسن الخلق يعيش في سلامة وسلام.(حامد زهران،10،2005)

ويعرفها أصحاب نظرية التحليل النفسي بأنها تتمثل في قدرة الأنا على التوفيق بين أجهزة الشخصية المختلفة ومطالب الواقع أو التوصل للصراع الذي ينشأ بين هذه الأجهزة وهي: الهو والأنا والأنا الأعلى حيث يمثل الأنا الواقع وتمثل الهي الغرائز، ويمثل الأنا الأعلى القيم الاجتماعية.(عبدالسلام عبد الغفار، 1976، 36-37).

يعرف عبد المطلب القريظي الصحة النفسية بأنها " حالة عقلية انفعالية إيجابية، مستقرة نسبياً، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع ووقت ما، ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية. (عبد المطلب القريظي، 28، 1998-29).

النظريات المفسرة للصحة النفسية:

1- الصحة النفسية من المنظور التحليلي:

يرى أنصاره بأنها حالة من تحقيق التوازن بين أجزاء شخصية الفرد وهي الهو والأنا الأعلى، حيث يتم الإرضاء لمختلف النزاعات، ويؤدي إلى حالة الوفاق الداخلي ويمثل الشخصية المعافاة نفسياً، أما المحللون الجدد فيعتبرونها التحرر من القيود النفسية العضلية كي تتجسد في الحب والحياة.

2- الصحة النفسية من المنظور السلوكي:

يؤكد السلوكيون على العادة ويعتبرونها المسؤولة عن الصحة النفسية، وأن العادة تتكون لدى الفرد بموجب مواقف الخبرة التي يمر بها، وعرفوا العادة بأنها جملة التغيرات التي تطرأ على سلوك الفرد عند مواجهة مثير معين، ويتم تعلمها من خلال ممارسة السلوكيات التي تلقى تدعيماً اجتماعياً، والشخص الذي يسلك بما يتفق مع نصوص الثقافة الاجتماعية هو الذي يتمتع بالصحة النفسية ويحقق توافقه.

3- الصحة النفسية من المنظور الجشطلتي:

تكون بالقدرة على العيش هنا والآن بشكل حقيقي، بدلاً من تزوير الواقع بشكل ذاتي ووجودي، فهي تتحقق حين يتمكن الشخص من الوقوف على قدميه، وتحمل مسؤولية مصيره، ويتمكن من عيش رغباته ومشاعره في حالة من اللقاء مع الذات، وانطلاق حيويته في اتجاه إنمائي.

4- الصحة النفسية من المنظور المعرفي:

يرى أصحاب هذا الاتجاه بأن الصحة النفسية تعتمد على مدى سلامة النظام المعرفي لدى الفرد، فعندما يتوفر لدى الفرد نظام معرفي سليم غير مشوّه يتمتع بالصحة النفسية، فالشخص المعافى هو الذي يتمتع بنظام معتقدات واقعي في النظرة للذات والآخرين والحياة.

خصائص الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية:

تتميز الشخصية المتمتعة بالصحة النفسية بعدة خصائص تميزها عن الشخصية المريضة، وفيما يلي أهم هذه الخصائص:

1- التوافق: ودلائل ذلك، التوافق الشخصي ويتضمن الرضا عن النفس والتوافق الاجتماعي، ويشمل التوافق الزوجي، والتوافق

الأسري، والتوافق المدرسي، والتوافق المهني.

2- الشعور بالسعادة مع النفس: ودلائل ذلك الشعور بالسعادة، والراحة النفسية، لما للفرد، من ماضٍ نظيف وحاضر سعيد

ومستقبل مشرق، واستغلالاً للاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، ووجود اتجاه متسامح نحو الذات.

3- الشعور بالسعادة مع الآخرين: ودلائل ذلك حب الآخرين والثقة فيهم، واحترامهم وتقبلهم، والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين، "التكامل الاجتماعي" والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة، والانتماء إلى جماعة والقيام بالدور الاجتماعي السليم، والقدرة على التفاعل الاجتماعي.

4- تحقيق الذات واستغلال القدرات: ودلائل ذلك: فهم النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقات وتقبل نواحي القصور وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات موضوعياً وتقبل مبدأ الفروق الفردية، واستغلال القدرات والطاقات والإمكانات إلى أقصى حد ممكن.

5- القدرة على مواجهة مطالب الحياة: ودلائل ذلك: النظرة السليمة الإيجابية الموضوعية للحياة، ومطالبها ومشكلاتها اليومية والعيش في الحاضر والواقع، والمرونة في مواجهة الواقع. (حامد زهران، 2005، 13)

أهمية الصحة النفسية للطلاب الجامعي:

ينال التعليم العالي بمستوياته، وخاصة الجامعة كثيراً من العناية والاهتمام في معظم الدول المتقدمة والنامية على حد سواء، وذلك للدور المهم الذي يؤديه في التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية، وما يوفره من قوة عاملة مؤهلة وقيادية للمجتمع الأمر الذي يتطلب من الجامعات الإعداد والاهتمام بالعنصر البشري إعداداً نفسياً واجتماعياً، بحيث يستطيع أن يستجيب لمعطيات العصر والمجتمع أو يتفاعل وذلك من حيث الاهتمام بالصحة النفسية للخريجين (نادية خليفة، 2018، 40).

ترى الباحثة الحالية أن الصحة النفسية للطلاب الجامعي أمر في غاية الأهمية، ذلك لأن الطالب الجامعي مع التحاقه بها، يكون قد انتقل إلى وسط إجتماعي جديد ومختلف عما اعتاد عليه في مراحل الدراسة السابقة، فيقضي فيها ساعات طويلة، وقد تواجهه صعوبات في التكيف مع محيطه الجامعي بما يحويه، وبطبيعة الحال فإن الطالب يمر بمرحلة عمرية تنسم بالحيوية والنشاط والحماس، والرغبة في تحقيق الذات، وتحقيق تحصيل دراسي أفضل، وتطوير لمهارات سابقة واكتساب مهارات جديدة، والقدرة على التفاعل السليم مع الآخرين.

وخلال ذلك كله لا شك أنه ستواجهه صعوبات ومشكلات، فالطالب في المرحلة الجامعية حسب ما ترى الباحثة يعاني من ثلاث أنواع من المشكلات وهي

الأولى: خاصة بتحقيق ذاته وشخصيته وكيف يتوافق معها، ويتقبلها، ويتوافق مع الآخرين. وقدترته على إشباع حاجاته، والمشكلات.

الثانية: خاصة بالجانب الأكاديمي ودراسته وتحصيله الدراسي وتحقيق النجاح، والتوافق الدراسي مع مجال تخصصه، وأساتذته. والنوع الثالث من المشكلات: يتعلق بظروف البيئة المحيطة وما يوجد بها من عوامل مشجعة أو محبطة لأهدافه وطموحاته، فكل ما يوجد في البيئة المحيطة من مشكلات وأزمات سياسية أو أمنية أو اقتصادية أو اجتماعية دون أدنى شك لها انعكاسات مباشرة وغير مباشرة على الصحة النفسية للطلاب الجامعي.

كل تلك المشكلات لا بد له أن يتجاوزها ويكتسب طرق معالجتها، وكل ذلك لا يتحقق إلا عندما يكون الطالب الجامعي يتمتع بمستوي جيد من الصحة، يتسنى معه تكوين شخصية سليمة تساعد على تحقيق التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي، وتؤهله لخوض مجال العمل فيما بعد بنجاح والتعايش بإيجابية مع الحياة والتمتع بوجودتها، والشعور بالسعادة.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة (Kang et al.2020) إلى معرفة مدى إنعكاسات تفشي فيروس كورونا المستجد على مستوى الصحة النفسية، لدى عينة من الأطباء والممرضين في مدينة يوهان بالعين، وقد بلغت عينة الدراسة على (994) من الطاقم الطبي العاملين في مستشفى مدينة يوهان بالصين، تراوحت أعمارهم ما بين (25-40) سنة، وقد تم استخدام مقياس تقييم المشكلات النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن حوالي (6.0%) من إجمالي العينة يعانون مستويات عالية من القلق والاكتئاب والأرق.

دراسة (Cao et al,2020): هدفت إلى التعرف على مستوى القلق لدى طلاب جامعة في الصين في ظل جائحة كورونا، وقد تكونت عينة الدراسة من (143) طالباً جامعياً، حيث اعتمدت على استخدام مقياس القلق، وتوصلت في نتائجها إلى ارتفاع معدلات القلق بين طلاب المدن الكبرى عن طلاب القرى الريفية.

دراسة عائشة الظاهري وآخرون (2020): دراسة هدفت إلى معرفة مدى تأثير كورونا على الصحة النفسية ونوعية الحياة لدى سكان دول الشرق الأوسط وشمال أفريقيا ودولة الإمارات، وقد تم تطبيق استبيان الكتروني عبر مواقع التواصل الاجتماعي، وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى التوتر حيث بلغ (30.9%).

دراسة آمال الفقي ومحمد أبو الفتوح (2020): وقد هدفت إلى التعرف على طبيعة بعض المشكلات النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا لدى عينة من طلاب الجامعة، حيث بلغت العينة (746) طالبا من الجامعات المصرية، واستخدمت الدراسة مقياس المشكلات النفسية، وتوصلت إلى أن الضجر يعدّ من أكثر المشكلات انتشاراً مع ظهور الوسواس القهري والاكتئاب واضطرابات النوم . دراسة حولة الوهيبية (2020) :هدفت إلى معرفة مدى اثر القلق من فيروس كورونا على الأسر العمالية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، وبلغت العينة (2107) أسرة، وقد استخدمت استمارة إلكترونية، وتوصلت إلى أن الأفراد يعانون من القلق بصفة عامة مع وجود بعض الحالات التي يعاني أصحابها من اضطرابات مختلفة كقلة النوم والعصبية والتوتر.

تعقيب على الدراسات السابقة: من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة يلاحظ أن جميع النتائج التي توصلت إليها تؤكد على أن لانتشار فيروس كورونا تأثير سلبي بالغ على الصحة النفسية على الأفراد والمجتمع بوجه عام ومعاناتهم من اضطرابات نفسية عديدة أبرزها الضجر والتوتر والقلق والخوف والاكتئاب نتيجة لانتشار ذلك الفيروس، فالدراسات المذكورة سلفاً كانت من بلدان مختلفة تماماً إلا إنها توصلت جميعاً لنتيجة واحدة ، وهي أن لانتشار فيروس كورونا المستجد كوفيد -19 آثار سلبية على الوضع النفسي للصحة النفسية وبالتالي تأتي الدراسة الحالية لتدعم ما توصلت إليه نتائج الدراسات السابقة، وبالتالي تفتح المجال أمام المختصين لتقديم خدماتهم في الإرشاد النفسي لمن يحتاجها من الطلاب الجامعيين.

فروض الدراسة:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور -

إناث).

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير التخصص

العلمي (علمي - أدبي).

3-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي (ضعيف - متوسط - ممتاز).

4-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب - متزوج).

II - الطريقة والأدوات :

منهج الدراسة : اتبعت الباحثة في هذه الدراسة "المنهج الوصفي التحليلي" لأنه الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، فمن خلاله تستطيع الباحثة وصف متغيرات البحث، وفهم العلاقة فيما بينها، كما هي عليه في الواقع وجمع بيانات حولها، لغرض تحليلها وصولاً إلى نتائج واقعية دون تدخل.

مجتمع وعينة الدراسة: تألف مجتمع الدراسة من طلاب كلية التربية جامعة سرت، وقد حرصت الباحثة على أن تكون عينة الدراسة ممثلة للمجتمع الأصلي، لذا قامت باختيارها من تخصصات علمية مختلفة، لتصل عينة الدراسة إلى (120) طالباً وطالبة بجامعة سرت، والجدول التالي رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة:

جدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد العينة:

النوع	العدد	النسبة المئوية
ذكر	55	45.8
أنثى	65	54.16
المجموع	120	100.0
التخصص	العدد	النسبة المئوية
علمي	44	36.66%
أدبي	76	63.33%
المجموع	120	100.0
المستوى الاقتصادي	العدد	النسبة المئوية
ضعيف	35	29.2

متوسط	65	54.16
مرتفع	20	16.66
المجموع	120	100.0
الحالة الاجتماعية	العدد	النسبة المئوية
أعزب	85	70.83
متزوج	35	29.16
المجموع	120	100.0

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة في هذا البحث الأداة التالية: مقياس الصحة النفسية أعداد: "الباحثة." و يتكون المقياس من أربعة أبعاد هي: فقدان التوازن الإنفعالي، الأعراض السيكسوماتية، المشاركة الاجتماعية فقدان الكفاءة. وتضمن كل بعد على (30) عبارة.

صدق وثبات المقياس: اعتمدت الباحثة في ذلك على إستخدام طريقة الاتساق الداخلي لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس وإيجاد الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. والجداول التالية تبين ذلك:

جدول رقم (2) يبين الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ككل.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
1	0.340	21	0.202	41	0.256
2	0.299	22	0.405	42	0.256
3	0.209	23	0.350	43	0.262
4	0.401	24	0.355	44	0.232
5	0.296	25	0.455	45	0.231
6	0.378	26	0.255	46	0.421
7	0.314	27	0.312	47	0.344
8	0.284	28	0.260	48	0.978
9	0.255	29	0.288	49	0.213

0.205	50	0.255	30	0.209	10
0.381	51	0.431	31	0.341	11
0.364	52	0.254	32	0.282	12
0.271	53	0.121	33	0.197	13
0.410	54	0.365	34	0.240	14
0.350	55	0.263	35	0.394	15
0.372	56	0.165	36	0.300	16
0.231	57	0.202	37	0.284	17
0.421	58	0.405	38	0.255	18
0.344	59	0.350	39	0.209	19
0.978	60	0.200	40	0.341	20
0.213	67	0.146	64	0.231	61
0.205	68	0.121	65	0.212	62
		0.408	66	0.200	63

جدول رقم(3) يبين معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية.

فقدان الكفاءة	المشاركة الاجتماعية	الأعراض السيكسوماتية	فقدان التوازن الانفعالي	البعد
**0.526	**0.400	**0.539	**0.486	معامل الارتباط

من الجداول السابقة يتضح لنا وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05%) و(0.01) مما يدل على صدق المقياس "الاتساق الداخلي للمقياس".

ثبات المقياس: اعتمدت الباحثة في استخراج ثبات المقياس على طريقة التجزئة النصفية وطريقة تحليل التباين فبلغت قيمته بطريقة التجزئة النصفية (0.83) أما معامل ألفا كرونباخ فقد بلغ (0.957)، وهي معاملات ارتباط مرتفعة تشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر مناسب من الثبات.

الأساليب الإحصائية: اعتمدت الدراسة في تحليل البيانات على أسلوب الحزم الإحصائية "Spss".

III- النتائج ومناقشتها :

نتائج الدراسة وتفسيرها: فيما يلي تقدم الباحثة عرضاً للنتائج التي توصلت إليها من خلال تطبيق مقاييس الدراسة، وتقديم التفسير الإحصائي "Spss" والسيكولوجي لها وذلك في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

أولاً: نتائج الأسئلة:

نتيجة السؤال الأول: والذي ينص على : ما مستوى الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد بين أفراد عينة الدراسة؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب النسبة المئوية، من خلال جداول التكرارات والجدول الآتي يوضح ذلك: جدول رقم (4) يبين النسبة المئوية لمستوى الأفراد الذين يتمتعون بالصحة النفسية.

جدول رقم (4) يوضح النسبة المئوية لمستوى الصحة النفسية:

النسبة المئوية	التكرار	المصدر
%81.66	98	لديهم صحة نفسية
%18.33	22	ليس لديهم صحة نفسية

وهذا معناه أن 18.33% من أفراد العينة لا يتمتعون بالصحة النفسية ، وهذه نسبة تعد خطيرة ولا يستهان بها وتشير إلى أن الطلاب يعانون من تدهور في وضعهم الصحي النفسي، كما أوضحت النتائج معاناتهم من اضطرابات في المزاج من الخوف والقلق والاكتئاب وظهور بعض الأعراض السيكسوماتية لديهم وانخفاض في الكفاءة الاجتماعية والمهارات الشخصية. وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة (Kang et al.2020) ودراسة (Cao et al,2020) ودراسة عائشة الظاهري (2020).

التفسير: تفسر الباحثة هذه النسبة بأنها ما هي إلا انعكاس للظروف البيئية التي يعيشها الطالب في ظل انتشار جائحة كورونا المستجد، خاصة مع عدم توفر لقاح ناجح لعلاجها حتى الآن، وما صاحب هذا الانتشار من تغير في نمط الحياة بالكامل، ولعل أبرزها بالنسبة لهم وأكثرها أهمية توقف الدراسة.

نتيجة السؤال الثاني: ماهي نسبة المشكلات النفسية التي يعاني منها أفراد العينة في ظل انتشار فيروس كورونا المستجد.

تم تحديد المشكلات الأربع كما تضمنها المقياس وهي (فقدان التوازن، الأعراض السيكسوماتية، والمشاركة الاجتماعية، وفقدان الكفاءة) تم تحديد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ودرجات الأرباعيات لكل مشكلة، والجدول رقم (5) يوضح ذلك.

نوع المشكلات	أكبر مشاهدة	أصغر مشاهدة	الوسط	الانحراف المعياري	الوسيط
--------------	-------------	-------------	-------	-------------------	--------

20	4.53659	19.4529	9.00	33.00	فقدان التوازن الانفعالي
15	3.74963	15.6941	8.00	26.00	الأعراض السيكوسوماتية
19	3.94932	18.4412	11.00	27.00	نقص المشاركة الاجتماعية
15	4.72555	16.0235	6.00	31.00	فقدان الكفاءة

الأربعيات	فقدان التوازن	الأعراض السيكوسوماتية	المشاركة الاجتماعية	الكفاءة
الأول	17.0	13.0	15.0	13.0
الثاني	20.0	15.0	19.0	15.0
الثالث	23.0	18.0	21.0	19.0

من خلال الجدول السابق يتضح لنا ارتفاع في مستوى نسبة المشكلات الانفعالية، كما تضمنها المقياس (الخوف والقلق والاكتئاب)، تليها المشكلات الخاصة بنقص المهارات الشخصية وعدم الكفاءة الاجتماعية، ثم مشكلات فقدان الكفاءة فالأعراض السيكوسوماتية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أمال الفقي ومحمد فتوح (2020) ودراسة خولة الوهيبي (2020).

التفسير: وتفسر الباحثة ذلك بأنه رد فعل اتجاه تفشي الوباء، مما جعلهم يعانون من الخوف والقلق من إصابتهم بالفيروس، والشعور بالاكتئاب والكدر، والضجر والغضب عما ترتب نتيجة تفشي الفيروس.

ثانياً: نتائج الفرضيات:

نتيجة الفرض الأول: والذي ينص على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير الجنس .(ذكور- إناث).

وللتحقق من صحة الفرض تم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين لدرجات الذكور والإناث والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول رقم (6) يوضح قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين للذكور والإناث من عينة الدراسة:

النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	الدلالة
ذكور	55	70.30	8.19	1.149	0.13
إناث	65	67.95	7.13		

من الجدول السابق يتضح لنا أن قيمة "ت" هي 1.149، وهذه القيمة أكبر من 0.05 مما يدل على عدم وجود فروق دالة بين درجات الذكور والإناث من عينة البحث على مقياس الصحة النفسية، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن الظروف البيئية المحيطة بهم واحدة، حيث أن تفشي فيروس كورونا المستجد، جعلهم جميعاً "ذكوراً وإناثاً" يتأثرون بهذا الحدث الجديد الصادم وغير المتوقع، والذي يضاف إلى ما يعانيه الطلاب من أزمات ومشكلات أمنية واقتصادية وأكاديمية، ناهيك عن مشكلاتهم الشخصية والاجتماعية المتعلقة بطبيعة المرحلة العمرية التي يمرون بها، مما يؤكد حاجة هؤلاء الطلاب إلى ضرورة المساندة الاجتماعية وتقديم خدمات الإرشاد النفسي لهم حتى يتسنى لهم تخطي هذه الأزمة والتوافق معها، واكتساب مهارات التعامل معها، بما لا يؤثر على صحتهم ومستقبلهم.

نتيجة الفرض الثاني: والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية للمقياس تبعاً لمتغير التخصص العلمي (علمي أدبي).

جدول رقم (7) يوضح قيمة "ت" للدلالة بين متوسطات الطلاب تبعاً للتخصص (علمي - أدبي) من عينة الدراسة:

التخصص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
علمي	44	70.241	8.185	0.13	دالة
أدبي	76	67.93	7.235		

من خلال الجدول السابق يتضح لنا عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب على مقياس الصحة النفسية، حيث أن قيمة (ت) تساوي (0.13) وهي دالة عند مستوى 0.05، وبالتالي نرفض ذلك الفرض ونقبل بالفرض البديل الذي ينص بعدم وجود فروق بين متوسط الطلاب والطالبات تبعاً لمتغير التخصص العلمي (أدبي - علمي).

التفسير: تفسر الباحثة هذه النتيجة إلى أن طلاب وطالبات كلية التربية جامعة سرت يعيشون ظروفاً متشابهة، فهم جميعاً يواجهون خطر حدث صادم واحد وهو تفشي جائحة فيروس كورونا المستجد، وينتمون إلى أوساط بيئية متشابهة إلى حد كبير، فضغوط الحياة و الأزمات الأمنية والاقتصادية والاجتماعية التي يعانون منها تكاد تكون واحدة.

نتيجة الفرض الثالث: والذي ينص على أنه : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي. وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل التباين في اتجاه واحد، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (8) لتوضيح قيمة "ف" لبيان الفروق في مستوى الصحة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الاقتصادي:

ANOVA					
المستوى الاقتصادي					
المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	12.604	2	5.992	.401	.670
داخل المجموعات	2623.308	167	15.708		

			169	2635.912	المجموع
--	--	--	-----	----------	---------

يتضح من الجدول أن قيمة $F = 0.401$ وهذه القيمة غير دالة إحصائياً بمعنى لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المستويات الاقتصادية الثلاثة. بمعنى أن مستويات الصحة النفسية بين الطلاب في ظل جائحة كورونا لا تختلف باختلاف المستويات الاقتصادية لهم.

التفسير: تعزو الباحثة هذه النتيجة إلى خطورة حجم الجائحة ومدى تأثير الطلبة بها وخوفهم من الإصابة، وقلقهم على ذويهم أو الحزن على فقدانهم لأقاربهم أو أحبابهم بسببها، فهي بالنسبة لهم صدمة جديدة وأزمة مستجدة تضاف إلى بقية الأزمات التي يعيشونها "الأمنية والسياسية والاجتماعية والمعيشية" وتختلف عنها.

نتيجة الفرض الرابع: والذي ينص على أنه " يوجد فروق ذات دلالة بين متوسطات الطلاب والطالبات على مقياس الصحة النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية. وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لحساب الفروق بين المتوسطات. والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (9) يوضح عدم وجود فروق في مستوى الصحة النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية .

الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة " ت "	الدلالة
أعزب	85	2.15	27.28	0.46	0.65
متزوج	35	2.14	21.96		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة ت هي (0.46) وهذه القيمة غير دالة إحصائياً مما يدل على عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات الطلاب على مقياس الصحة النفسية، تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية (أعزب - متزوج).

التفسير: تعزو الباحثة هذه النتيجة أيضاً إلى خطورة وفداحة الجائحة، فظهورها بشكل فجائي وعنيف مع سرعة انتشارها، جعلهم يتأثرون بها، فيعانون من جراء ظهورها من القلق والخوف والكدر، بصرف النظر عن وضعهم الاجتماعي (عزاب - متزوجون).

توصيات الدراسة:

- 1- ينبغي أن توجه الجامعات إهتمامها نحو الصحة النفسية للطلاب، وأن تخصص جزءاً من برامجها في رعاية الصحة النفسية لطلابها للحفاظ على الروح المعنوية ومساعدتهم على التوافق النفسي في ظل جائحة فيروس كورونا وغيرها من الأزمات التي يمكن أن تستجد في حياتهم.
- 2- ينبغي على الجامعات ضرورة افتتاح مراكز للإرشاد النفسي للطلاب لمساعدتهم في التغلب على المشكلات النفسية التي يعانون منها، مثل الخوف والقلق والغضب والاكتئاب... وغيرها، بالأساليب العلمية السليمة، ومساعدتهم على اكتساب مهارات حل المشكلات والوقاية منها.
- 3- يجب أن يوجه الإعلام برامج تتضمن الدعم النفسي والمعنوي لأفراد المجتمع حتى تساعدهم على تجاوز هذه الأزمة والتفاؤل بالمستقبل.
- 4- يجب على الجامعات أن تمنح المتخصصين في مجال الصحة النفسية الدعم الكافي ليتسنى لهم تقديم برامج إرشادية نفسية وقائية وعلاجية للطلاب الذين يحتاجون لمثل هذه البرامج.

IV- الخلاصة:

من خلال نتائج الدراسة الحالية ، نستخلص أن ظهور جائحة كورونا المستجد له تأثيرات سلبية على الصحة النفسية للفرد والمجتمع، وتشمل هذه الخطورة في ظهور مشكلات نفسية، أبرزها القلق والاكتئاب والكدر... الخ، وأن هذه الانعكاسات السلبية إذا ما زادت عن المعدل الطبيعي تحتاج إلى ضرورة التدخل وتقديم خدمات الإرشاد والعلاج النفسي، وإلا فإنها ستتفاقم إلى النحو الذي تؤدي فيه إلى إعاقة الفرد عن ممارسة حياته بصورة طبيعية، ومن هنا تبرز أهمية التوعية بالصحة النفسية، وضرورة الاهتمام بتقديم خدمات الإرشاد النفسي وتيسيرها بما يضمن توافرها للفرد والمجتمع.

المراجع :

- 1- آمال الفقي ومحمد ابو الفتوح (2020): المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد Covid-19، المجلة التربوية العدد (74)، يونيو.
- 2- حامد عبدالسلام زهران (2005) : الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، ط4، القاهرة.
- 3- عبد المطلب أمين القريطي (1998) : في الصحة النفسية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
- 4- عبد السلام عبد الغفار (1976): مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية.
- 5- نادية خليفة (2018) : الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مارس العدد(8).
- 6- عائشة الظاهري (2020): تأثير جائحة كورونا على الصحة النفسية ونوعية الحياة على السكان.
<https://www.albayan.ae>
- 7- حولة الوهيبية (2020): تأثير جائحة كورونا على الأسر العمانية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.
<https://www.omandaily.om>.
- 8- Cao, W. ; Fang, Z. ; Hou, G. ; Han, M. ; Xu, X. ; Dong, J. and Zheng, J. (2020):
The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. Psychiatry Res. 2020 Mar 20;287:112934. Doi.
- 9- Kang, L. ; Ma, S. ; Chen, M. ; Yang, J. ; Waing, Y. ; Ruiting, L. et al., (2020)
Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study. Brain, Behavior, and Immunity. Available online 30 March 2020, In Press, Corrected Proof.