

**الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا
في محافظة ذي قار**

م.م. رشا جبار سلمان

م.م. سارة جبار سلمان

المستخلص:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا وكذلك التعرف على الفروق وفق متغير النوع الاجتماعي، وأجري البحث على عينة بلغ عددها (100) منتسب من الذكور والاناث، ولغرض تطبيق الأهداف اقتضى الأمر بناء مقياس الضغوط النفسية، ورُعي في المقياس مؤشرات الصدق والثبات، وأستعمل المنهج الوصفي، واستعملت الوسائل الإحصائية (معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين)، وأظهرت النتائج أنّ عينة البحث لديهم ضغوط نفسية، وكذلك وجود فروق في الضغوط النفسية وفق متغير النوع لصالح الاناث، وقد خرجت الباحثتان ببعض التوصيات والمقترحات.
الكلمات المفتاحية: الضغوط النفسية، فيروس كورونا، الملامسين لمرضى كورونا

**(psychological stress for a sample of the Ministry of Health
employees in direct contact with Corona patients)**

**Sarah Jabbar Salman Jassem
Rasha Jabbar Salman Jassem**

Abstract:

The research aims at identifying psychological stress for a sample of the Ministry of Health employees in direct contact with Corona patients, and to identify the differences according to the social variable. The research was conducted to a sample of 100 male and female employees. For the purpose of research, a Psychological Stress Scale was structured, with validity and reliability being considered. Moreover, the descriptive methodology was utilized in addition to statistical methods (Pearson Correlation Coefficient, the t-test for one group and for two independent samples). The findings revealed that the sample had psychological stress, and that there were differences in psychological stress according to gender in favor of females. Recommendations and suggestions were concluded.

الفصل الاول

مشكله البحث:

يعد فيروس كورونا في الوقت الحاضر من اكثر الامراض انتشاراً في العالم أجمع يصيب الناس جميعاً الصغار والكبار، النساء والرجال، و هو مرض واسع الانتشار بين مختلف الفئات العمرية في كافة المجتمعات.

إن فايروس كورونا سبب مرضاً رئوياً يمكن ان ينتهي بوفاة المصاب، حيث يمكن لفايروس كورونا أن ينتقل بين الأشخاص بالعديد من الطرق خاصة العطس والسعال، وهذا ما ساعد على الانتشار السريع للفايروس (إلهام وآخرون، 2015: 1).

ويعد اصحاب مهنة التمريض من اطباء وممرضين اكثر معناة نسبياً عن غيرهم من الضغوط النفسية لما تنطوي عليه هذه المهنة من متاعب وأعباء ومسؤوليات ومطالب مستمرة من المجتمع حيث تتطلب قدراً معيناً من الطاقة الجسمية والنفسية لإنجازها وإذا زاد العبء الذي يفوق القدرة على التحمل، فيجعل الفرد يعجز على التكيف معها ويسبب له ضغطاً نفسياً (نصر الدين، 2017: 2).
يعد الضغط النفسي أحد المشاعر الأساسية في تكوين النفس الإنسانية فهو يعني التوتر النفسي الذي يحد من سعادة الفرد وراحة باله وتؤدي إلى إصابته بكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية وحتى الجسمية (مخولوف، 2006: 6).

والضغوط النفسية تعد ظاهرة ملموسة وجزء لا يتجزأ من حياة الإنسان، ولا سيما في العصر الحديث الذي يتصف بالتعقيدات والتغيرات السريعة والمتلاحقة في كل جوانب الحياة التي ازدادت متطلباتها، وسببت للإنسان مواقف ضاغطة، ومصادر للتوتر والقلق والانزعاج فأحداث الحياة اليومية تحل معها المواقف الضاغطة التي يدركها الإنسان في دراسته، وعلمه واسرته، وعند تعامله مع الناس، أو عند عدم قدرته على إيجاد حلول مناسبة لما يواجهه من مشكلات (ابو حسونه، 2017: 316).

ويواجه الإنسان في حياته اليومية الكثير من المواقف التي تعترض طريقه وتهدد مستقبله وتؤدي إلى اختلال توازنه النفسي والجسمي، وما ينتج عنها من قلق وتوتر مما يعيقه في أداء مهامه اليومية وشعوره بالإرهاك النفسي وتسمى هذه المواقف بالضغوط النفسية، التي أصبحت تمثل أهم الموضوعات الحديثة التي لها اثر كبير في مجتمعنا الحالي، وذلك راجع إلى التأثيرات السلبية التي يتعرض لها الفرد في حياته (حسن، 2011: 6).

والضغط النفسي شأنه شأن معظم الظواهر الحياتية موجود في كل مجالات الحياة ويعاني منه كل الأفراد، لكنه يتخذ لنفسه عدة اوجه وأقنعة، ولم يترك مجالاً من مجالات الحياة إلا اخترقه، فأينما ذهبنا وجدناه في العمل، الاسرة، وبين الاصدقاء، ففي كل جوانب الحياة وعلى جميع المستويات المختلفة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والتربوية (دايلي، 2013: 7).

الحياة مليئة بالضغوط النفسية التي تعصف بالإنسان، ويعتقد أن الضغوط النفسية قد بدأت مع خلق الإنسان وهي جزء من هذه الحياة، فلا شك أننا بصفة عامة نعيش في عصر يزخر بالصراعات والتناقضات والمشكلات وتزداد مطالب الحياة وتتسارع فيه التغيرات التكنولوجية والثقافية مما ينتج عنه مواقف ضاغطة شديدة ومصادر القلق والتوتر وعوامل الخطر والتهديد، حيث ان الأفراد في جميع مراحل حياتهم قد يتعرضون إلى مواقف ضاغطة ومؤشرات شديدة من مصادر عديدة كالبيت والعمل والمجتمع ويعود ذلك إلى تعقيد اساليب الحياة (نصر الدين، 2017: 12).

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الاتي:
ما مستوى الضغوط النفسية الناجمة عن فيروس كورونا لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة
المتعاملين مع المرضى؟
أهمية البحث:

يعد الضغط النفسي من الظواهر الشائعة في حياتنا اليومية وهو ينتشر في معظم مجالات حياة الفرد، وإذا أستمتر لفترة طويلة يؤدي إلى إعاقة الفرد عن تكيفه واختلال سلوكه وسوء توافقه النفسي والاجتماعي، ويعد الضغط النفسي من المصطلحات القديمة التي تناولت بكثرة في مجال العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية عامة وعلم النفس بصفة خاصة (سليمة، 2018: 9).

يتصف العصر الحالي بأنه عصر الضغوط والأزمات النفسية حيث يتعرض الأفراد في جميع مراحل حياتهم النفسية إلى مواقف ضاغطة من مصادر عديدة منها: بيئة العمل الضاغطة، والضغوط الاجتماعية، وأساليب الحياة، ومؤشرات أخرى، كالضغوط الأسرية، وطبيعة الحياة الاجتماعية بالإضافة إلى ما يشهده وما يتعرض له العالم في الوقت الحالي من اعراض ادت إلى شيوع الضغوطات لدى الأفراد (النواسيه، 2013: 17).

وكذلك يعد الضغط النفسي ونتائجه على الأفراد من الموضوعات الهامة التي شغلت بال العلماء والباحثين في مجالات الصحة وعلم النفس، إذ تشير الإحصائيات العالمية أن (80%) من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية وأن (50%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية وأن (25%) من أفراد المجتمع يعانون شكلاً من أشكال الضغط النفسي (ايبو، 2019: 33).

تعرف فيروسات كورونا الفيروسات التاجية، بأنها عائلة فيروسات كبيرة تتسبب في أمراض للبشر والحيوانات على السواء، ومن المعروف أن كورونا المستجد يصيب الجهاز التنفسي بالإضافة إلى الأمراض الأخرى الأكثر خطورة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية ومتلازمة الالتهاب التنفسي الحاد (سارس).

يشكل فيروس كورونا تحدياً كبيراً وليست سهلاً أمام العالم وقدرات الطب المعاصر للعثور على لقاح أو علاج ضد هذا المرض الذي يهدد العالم كله كما يشكل هذا الوباء العالمي اختباراً لمستوى أداء المناعة النفسية للوحدة الإنسانية في صراعها من أجل البقاء، حيث تكاتف الثقافة النفسية والطبية من أجل الخلاص من هذا الوباء الذي لم نجد له حتى الساعة ملامح الخلاص منه (صالح، 2020).

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على: (الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا، وكذلك التعرف على الفروق في الضغوط النفسية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور __ إناث).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بعينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا في محافظة ذي قار وفق النوع الاجتماعي (ذكور __ إناث) للعام (2020م).

تحديد مصطلحات البحث

اولاً: الضغوط النفسية عرفها كلاً من:

- (قريطح، 2017) بأنها "حالة من الشدة النفسية ناتجة عن مواجهة الفرد لأحداث خارجية أو بواعث داخلية مزعجة تؤدي إلى شعوره بالتهديد وعدم الارتياح (قريطح، 2017: 479).

- (الشاعر، 2011) " هي الشعور بعدم الاستمتاع بالحياة كنتيجة أحداث غير سارة تصاحبها تفاعلات نفسية وفسولوجية وسلوكية واجتماعية (الشاعر، 2011: 8).

-لازاروس وفولكمان(Lazarus& Folkman,1984) بأنه "حالة ناتجة عن القلق وعن أوضاع تتجاوز فيها المسؤوليات والمواقف ومهارات وقدرات الفرد التكيفية، وأيضا علاقة معينة بين الفرد وبيئته المحيطة به والتي يدركها الفرد بوصفها حالة تفوق قدراته ومهاراته ومصادره وتعرضه للخطر"(Lazarus& Folkman,1984).

ثانياً: فيروس كورونا عرفها كلاً من:

-إلهام وآخرون (2015): بأنها عائلة كبيرة من الفيروسات المعروفة بأنها تسبب امراضا للحيوان والإنسان الذي تصيبه بأمراض تتراوح حدتها بين الإصابة بنزلة البرد الشائعة والمتلازمة التنفسية الحادة والفيروس الجديد مختلف عن كل الأوبئة المحدثة من طرف فيروسات كورونا وهو ينتمي الى السلالة (beta corona virus C) والذي اطلقت عليه المنظمة العالمية للصحة مؤخراً بمتلازمة الشرق الأوسط التنفسية- الفيروس التاجي (إلهام وآخرون،2015: 45).

-منظمة اليونيسيف (2020): إن فيروس كورونا هو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس) وبعض أنواع الزكام العادي(منظمة اليونيسيف، 2020).

الفصل الثاني

مفهوم الضغوط النفسية:

اختلفت وجهات النظر في اعطاء معنى لمفهوم الضغوط، فكل منظر او باحث يرى فيه موقفاً معيناً، ومن ثم يفصل مفهومه ومضمونه وانواعه ومصادره وفق الهدف او الدراسة التي هو بصدها، لذا نرى من يجد ان الضغوط تعني الشدة والمحنة والقوة والحزن والبلاء والاجهاد والكرب والضائقة، اما هنكل فيرى ان الضغوط عبارة عن التوترات او الاحمال الثقيلة التي تلقى على كاهل الفرد، كما ان الضغوط النفسية ظاهرة عالمية متعددة المصادر و كثيره الحوادث في حياه الافراد، لذا فإن الفرد يجب ان يتعلم كيف يواجهها و كيف يعيش معها (الضريبي،2010: 677-679).

كما ان الضغط النفسي هو حاله ديناميكية تقوم على ادراك الفرد للفرص والمحددات والمتطلبات التي تقود لأهداف هامة لكنها غير مؤكده اي ان هذه الأهداف ذات قيمة مادية او معنوية هامة بالنسبة للفرد وبالتالي فإن الشروط التي قد تؤدي الى الضغط المحتمل لدى الفرد تتضمن وجود عنصرين مترابطين هما: وجود هدف، وجود مخاطر محيطة بالهدف (العبودي،2008: 21).

ان الضغوط النفسية ظاهرة معقدة ومتداخلة وتعريفاتها كثيرة ومتعددة و لها تفسيرات مختلفة فمن العلماء من تناولها على أنها مثيرات، ومنهم من عرفها بأنها استجابات فسيولوجية للجسم وآخرون تناولوها على أنها ردود افعال عقلية وانفعالية للتوترات البيئية والاجتماعية (الشاعر،2011: 13).

تعريف الضغوط النفسية:

تعرف الضغوط النفسية بأنها: تحدي عوامل غير سارة لطاقة التأقلم والتكيف للفرد وتعتمد كمية الشدة اللازمة لنشأة الأمراض النفسية على تكوين واستعداد الفرد الوراثي (فايد،2001: 336).

يعرف معجم علم النفس الضغوط النفسية على أنه: مصطلح يستخدم للدلالة على نطاق واسع من حالات الإنسان الناشئة كرد فعل لتأثيرات مختلفة بالغه القوة وتحدث الضغوط نتيجة العوامل الخارجية مثل كثرة المعلومات التي تؤدي الى إجهاد انفعالي، وتظهر الضغوط نتيجة التهديد والخطر ويؤدي الضغط الى تغييرات في العمليات العقلية وتحولات انفعالية وبنية دافعية متحولة للنشاط وسلوك لفظي وحركي قاصر (عثمان،2001: 18).

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

ويرى الخواجا ان الضغوط النفسية: عبارة عن مجموعة من الاعراض التي تتزامن في حدوثها مع تعرض الفرد إلى مواقف ضاغطة مهددة لذاته وينتج عنها ايضا استجابات انفعالية حادة ومستمرة، وتشكل الضغوط أساس بقية الضغوط الأخرى وهي العامل المشترك لكافة انواع الضغوط سواء أكانت اجتماعية ام مادية ام مهنية ام أسرية (الخواجا، 2001: 87).

خصائص رئيسيه للضغط النفسي:

هناك عدة خصائص للضغط النفسي منها:

- 1- ان الضغط قد يكون ايجابياً او سلبياً.
- 2- ان الضغط محصلة للتفاعل بين الفرد والبيئة.
- 3- ان الضغط يترافق مع ظروف مادية واجتماعية ونفسية وسلوكية.
- 4- ان الضغط ذو طبيعة تراكمية حيث تؤثر القوى الضاغطة بشكل وحدات إضافية لمستوى الاجهاد الفردي (العبودي، 2008: 21).

مستويات الضغط النفسي:

ان أي إنسان عندما يواجه مواقف ضاغطة قد يمر بواحد أو أكثر من مستويات الضغط النفسي التالية:

- 1-الضغط النفسي السيء: وهذا النوع من الضغط النفسي يزداد على الفرد بزيادة المتطلبات المستمرة.
- 2-الضغط النفسي الجيد: وهذا يحتاج لتكيف جديد من قبل الفرد.
- 3-الضغط النفسي الزائد: وهذا ناتج عن تراكم الأحداث على الأفراد.
- 4-الضغط النفسي المنخفض: حيث يشعر الشخص عندما يصاب به بالملل وانخفاض التحدي (ابوعون، 2014: 19).

مصادر الضغوط النفسية:

ان اهم مصادر الضغوط النفسية تتمثل في:

- 1-المشكلات الصحية المرتبطة بالصحة الجسدية الفسيولوجية كالصداع وارتفاع ضغط الدم وحركة المعدة وارتفاع معدل ضربات القلب والغثيان والدوخة والرغبة.
- 2-المشكلات الشخصية وانخفاض تقدير الذات وانخفاض مستوى الطموح والتصلب وجمود الرأي وصعوبة اتخاذ القرار والتردد.
- 3-المشكلات الدراسية والمتعلقة بظروف الدراسة مثل صعوبة التحصيل الدراسي وعدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية (التوم، 2011: 13).

النماذج النظرية المفسرة للضغط النفسي:

اولاً: النموذج السلوكي: يرى انصار المدرسة التقليدية السلوكية ومنهم سكينر Skinner بأن الضغط هو أحد المكونات الطبيعية لحياة الفرد اليومية وينتج هذا الضغط من خلال تفاعل الفرد مع البيئة، إذ لا يستطيع تجنبه أو الإحجام عنه لأن شدة هذه الضغوط البيئية تفوق قدرته على المواجهة. -أنت لازاروسLazarus: فيؤكد على وجود متغيرات وسيطة تتوسط العلاقة بين الفرد والبيئة، مشددا على دور العمليات المعرفية في إدراك الضغوط.

ثانياً: النموذج المعرفي: يرى أصحابه أن استجابة الفرد للأحداث والمواقف تتحد بشكل كبير من خلال تفسيرات الفرد لها، كما يستند هذا النموذج إلى علماء نفس معرفيين آخرين مثل:

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

البرت إليس A.Ellis: يعتبر رائد طريقة الإرشاد العقلاني- الإنفعالي- السلوكي، إذ يرى أن الظروف الضاغطة ليست كذلك في ذاتها، وإنما هي ضاغطة تبعاً لنسق الاعتقادات اللاعقلانية التي يكونها الفرد عن هذه الظروف.

-أما ترون بين A.Beek: يرى أن الضغط استجابة يقوم بها الكائن الحي نتيجة لموقف يضعف من تقديره بذاته أو مشكلة يصعب حلها تتسبب له إحباط وتخل بالتزانه، أو موقف تثير فيه أفكاراً عن الشعور بالعجز أو اليأس، فالمتغيرات المعرفية هي التي تحدد مدى تأثير الفرد بالموقف الضاغط وقدرته على المواجهة.

ثالثاً: النموذج البيئشخصي: يشير "كارسون وآخرون" (Carson et al,1996) إلى أن الضغوط النفسية التي يعانها الفرد انور إلى أنماط التفاعل المختلفة وظيفياً بين الأفراد ، والفرد كائن اجتماعي لا يعيش بمعزل عن الآخرين، وهو في تفاعل مستمر معهم يتأثر بهم ويؤثر فيهم، والضغوط النفسية كسلوك غير توافقي تنشأ من الاختلالات الحاصلة في هذه العلاقات البيئشخصية، كما هو الحال في توتر العلاقات بين أفراد الأسرة(اسيا،2012: 57-59).

فيروس كورونا

النشأة التاريخية:

ان اول حالة تم التأكد من اصابتها بعدوى فيروس كورونا الجديد، هي رجل في الستين من العمر من المملكة العربية السعودية حيث تم ادخاله للمستشفى المحلي وتوفي جراء التهاب رئوي حاد مصحوب بفشل كلوي وقد تم عزل جينوم كورونا الجديد من هذه الحالة. وتم تسجيل اصابة ثانية عند رجل يبلغ من العمر (49) سنة بقطر كما انه اكتشف تعرض شخصين للوفاء بالأردن عن طريق عمليه استرجاع الاحداث من بين بؤرة مكونة من (11) فرد قد عانوا من اعراض تنفسية، بعدها ظهرت عدة بؤر بعدة بلدان في الشرق الاوسط منها الاردن وقطر والمملكة العربية السعودية والامارات العربية المتحدة، وكذا بثلاث بلدان اوروبية وهي فرنسا والمانيا والمملكة المتحدة وتونس في شمال افريقيا وتربط جميع الحالات المرضية التي وقعت في اوروبا وتونس صلة ما بالشرق الاوسط (بصفه مباشرة او غير مباشرة) ومع ذلك شهدت فرنسا وتونس والمملكة المتحدة انتقالا محدودا للفيروس على الصعيد المحلي بين اشخاص لم يسافروا الى الشرق الاوسط لكنهم خالطوا مسافرا مريضا عاد في الآونة الاخيرة من الشرق الاوسط ، تولي الدكتور المصري علي محمد زكي وهو اختصاص بعلم الفيروسات في المستشفى عزل وتشخيص الفيروس الجديد غير المعروف سابقا من رئة الرجل المذكور اعلاه وهذا باستخدام طريقة (RT-PCR) ثم قام بإرسال النتائج العلمية الاولية في رسالة إلى المجلة الإلكترونية (PROMED-mail) بتاريخ (15 سبتمبر 2012) مبينا ان الاصابات كانت بسبب نوع جديد من الفيروسات المنتمية الى مجموعه كورونا، كما تشير الدراسات العلمية إلى ان الفيروس التاجي كان موجودا في الإبل منذ مطلع الستينات ولكن الحالات المرضية عند الانسان لم تظهر إلا في عام (2012) لذا يظهر السؤال المنطقي، ما الذي حدث ليجعل الفيروس يسبب مرض قاتل للإنسان لأول مره سنة (2012) (إلهام وآخرون،2015: 44).

تصنيف فيروس كورونا:

المملكة: الفيروسات. الرتبة: Nidovirales. العائلة: Coronaviridae. جنس: Coronavirus.
قائمه الانواع امثلة: المجموعة الاولى (فيروس كورونا التي تصيب الانسان، الوباء المسبب لإسهال الخنازير، الفيروسات التي تصيب الأحشاء الداخلية مثل فيروس الأحشاء الداخلية الانتقالي)، المجموعة الثانية (corona virus bovin BCOV، corona virus human OC43، Virus

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

(Respiratoire syndrome corona virus SARS-، des hepatitis murines MHV
Cov، المجموعة الثالثة (فيروس القصبات المعدية، اما بالنسبة لمتلازمة الشرق الأوسط فهي من
جنس (corona virus B) (Luis,2003).
طرق الوقاية:

لتجنب خطر الإصابة بفيروس كورونا يجب اتباع جملة من التوصيات:
اولا: على مستوى المرافق الصحية: يجب على عاملي الصحة ان يقدموا إنذار بخصوص المريض
إلى منظمة الصحة العالمية، اعطاء معلومات مقارنة بين فيروسي الأنفلونزا وكورونا الجديد، وضع
الحالات المشتبه بها تحت الرقابة ليتأكد منها في مكتب المراقبة التابع لوزارة الصحة في اقل وقت
ممكن، إتباع طرق الحماية كغلق الابواب بإحكام واستعمال أجهزة معقمة ومآزر وقفازات و نظارات
واقنعة جراحية، تدريب موظفي المخابر ومكافحة العدوى لمعرفة كيفية التعامل مع الفيروس
والمرضى على حد سواء.

ثانيا: عزل المريض في المنزل: اذا كانت حالة المريض لا تحتاج الى البقاء في المستشفى حينها
يعزل في المنزل مع اتباع النصائح التالية: لا يجب مغادرة المنزل إلا في حالة مراجعة الطبيب في
الأيام الثلاثة الاولى من ظهور الاعراض، قياس درجة حرارة الجسم باستمرار، الاستحمام بماء
ساخن للتخفيف من السعال واحتقان الحلق، شرب كميات وفيرة من السوائل، غسل مستمر لليدين
بالماء والصابون وتعقيمهما، استعمال القناع الطبي في حاله الاحتكاك المباشر (أقل من مترين) بين
المرضى وافراد الأسرة، عدم مشاركته المريض في مختلف ادواته غسل ملابسه وافرشته باستمرار و
لوحدها بالماء الساخن.

ثالثا: التدابير المتبعة بالنسبة للمسافرين: الاتصال بالطبيب في حاله ظهور أعراض سعال و درجة
حرارة اكبر من (38) درجة وصعوبة التنفس، الاتصال بالسفارات والقنصليات لطلب المساعدة،
إجراء تحاليل البول بعد الرجوع من السفر(إلهام واخرون،2015: 61-64).

اعراض الإصابة بفيروس كورونا
تحدث أعراض شبيهة بأعراض الرشح أو الإنفلونزا بعد يومين إلى أربعة أيام من الإصابة بعدوى
فيروس كورونا، وتكون هذه الأعراض معتدلة بشكل عام، ومن هذه الأعراض ما يأتي: (العطاس،
سيلان الأنف، الشعور بالإعياء والإجهاد، السعال، الحمى وهي عرض نادر الحدوث، التهاب الحلق،
تفاقم حالات الربو الموجودة)، اذ أثبتت الدراسات ان الاشخاص ذوي المناعة الضعيفة والاشخاص
الذين يعانون من مشاكل صحية متزامنة الوجود مع الفيروس مثل مرض السكري، والسرطان،
وأمرض القلب المزمنة، وأمراض الرئة المزمنة، وأمراض الكلى المزمنة كانوا أكثر عرضة
للإصابة بفيروس كورونا، وأكثر عرضة لحدوث أعراض شديدة للمرض(لارا،2020).

الدراسات السابقة

دراسة (التوم، 2011):

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والاداء المهني لدى الاطباء
العاملين في مستشفيات وزارة الصحة بمحافظة قطيف، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي
التحليلي، وتكونت العينة الفعلية للدراسة من (500) طبيب وطبيبة ولتحقيق اهداف الدراسة قام
الباحث بإعداد استبانة الضغوط النفسية، واقتباس استبانة الاداء المهني، كما استخدم الباحث الاساليب
الاحصائية منها: التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية، معامل ارتباط بيرسون، الاختبار
التائي، تحليل التباين الاحادي، وتوصلت الدراسة الى النتائج الاتية: بلغ الوزن النسبي للضغوط
النفسية (52.41) وبلغ الوزن النسبي للاداء المهني (50.15) وتوجد علاقة عكسية ذات دلالة

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

احصائية بين درجات الضغوط النفسية والاداء المهني للأطباء، وبينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0.05) في الضغوط النفسية تعزى لمتغير النوع لصالح الاناث (التوم 2011: ز-ح).

دراسة (إلهام، وآخرون 2015):

بعنوان دراسة وصفية تصنيفية تحسيسية لكل من فيروس ايبولا وكورونا تهدف هذه الدراسة الى معرفة مدى وعي افراد المجتمع بوبائي ايبولا و كورونا، تكونت العينة من (47) فردا من مختلف الفئات العمرية والتخصصات، وقد شملت كلا الجنسين ذكور واناث، اما بالنسبة لأداة البحث طبق استبيان يتعلق بمختلف بطرق العدوى والاعراض وطرق الانتقال والاحتياطات والعلاج، اظهرت النتائج بعد تحليل الاستبيان اننا لا نستطيع الجزم تماما بكون المجتمع واع اولاً بكلا الفيروسين لكن بإمكاننا فقط اعطاء احصائيات تقريبية حيث ان المعرفة بفيروس ايبولا اكثر من كورونا، وذلك راجع للتوعية الاعلامية على عكس فيروس كورونا (إلهام، وآخرون 2015: 78-87).

منهجية البحث وإجراءاته: ستستعرض الباحثتان الاجراءات التي قامت بها من أجل تحقيق أهداف البحث، وفيما يأتي وصف لتلك الإجراءات:

-منهج البحث: (The Research Curriculam): وفقاً لطبيعة البحث الحالي الذي يهدف إلى التعرف على الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا، لذا اعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي "الذي يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة ومن ثم وصفها، على ما هي عليه في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا" (ملحم، 2000: 32).

-مجتمع البحث: (Research Population): يُفصّد بمجتمع البحث المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يُعمم عليها نتائج البحث ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (جلال، 2008: 37)، وهو كذلك المجتمع الذي يسعى الباحث إلى إجراء الدراسة عليه، بمعنى أن كل فرد أو عنصر يقع ضمن حدود ذلك المجتمع يعد ضمنا من مكونات ذلك المجتمع (سليمان، 2009: 76)، تألف مجتمع البحث الحالي من عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا في محافظة ذي قار والبالغ عددهم (1200) موزعين بحسب النوع إلى (1125) ذكر وإلى (75) انثى، والجدول رقم (1) يوضح ذلك.

جدول رقم (1) مجتمع البحث موزع بحسب النوع الاجتماعي

الذكور	الاناث	العدد الكلي
1125	75	1200

-عينة البحث: (Research Sample): تعد طريقة اختيار الباحث للعينة من الخطوات المهمة في مراحل البحث التي تكشف مدى الاتساق والارتباط بين مشكلة البحث وأهدافه وأدواته من ناحية، ومدى مهارة الباحث من ناحية أخرى (عمر، 2009: 111)، يقصد بها "جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، يختارها الباحث لإجراء دراسته عليه على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا" (العزاوي، 2008: 161)، اعتمدت الباحثتان على الطريقة العشوائية المتمثلة في مجتمع البحث في اختيار عينة بحثهما وكذلك الطريقة العنقودية العشوائية، وبعد أن حدد مجتمع البحث الحالي، حصلت الباحثتان على كتاب تسهيل مهمة من دائرة صحة ذي قار، معنون لغرض الحصول على إعداد المنتسبين الملامسين للمرضى، وقد لجأت الباحثتان لاختيار العينات وذلك لإتمام إجراءات البحث وهي:

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

- أ- عينة التحليل الإحصائي. ب- العينة الاستطلاعية (عينة وضوح التعليمات وفهم العبارات).
ج- عينة الثبات (هذه العينات الثلاث: التحليل والاستطلاعية والثبات خاصة بإجراءات اداة البحث).
د- عينة التطبيق النهائي. والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

جدول (2) أنواع العينات وعددها

ت	أنواع العينة	عددتها
1	العينة الاستطلاعية	50
2	عينة التحليل	200
3	عينة الثبات بطريقة إلفا وإعادة الاختبار	60
4	عينة التطبيق النهائي	100

أ- عينة التحليل: تألفت عينة البحث الحالي من (100) ذكر وانثى من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا، إذ سُحبت تلك العينة على وفق الطريقة العشوائية، إذ قُسمت إلى (100) بحسب النوع (50) ذكر و(50) انثى، وكما موضحة بالجدول (3).

جدول (3) عينة التحليل موزعة بحسب النوع

الذكور	الاناث	العدد الكلي
50	50	100

ب- العينة الاستطلاعية: للتأكد من فهم عينة البحث تعليمات المقياس ومدى وضوحها وفهمها للفقرات ومدى دقتها، وطريقة صياغتها، والكشف عن الفقرات غير الواضحة من حيث لغتها ومحتواها، وكذلك حساب الوقت المناسب للإجابة على كل مقياس، تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (50) ذكر وانثى اختيروا بطريقة عشوائية من منتسبي وزارة الصحة الملامسين للمرضى حيث بلغ متوسط الإجابة على المقياسين (20-25) دقيقة.

ج- عينة الثبات: استخرج ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار، إذ قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة قوامها (60) موزعة بحسب النوع الاجتماعي (30) ذكر و(30) انثى.

د- عينة البحث الأساسية: من أجل الحصول على عينة ممثلة لمجتمع البحث، قامت الباحثتان باختيار عينة من منتسبي وزارة الصحة في محافظة ذي قار من الملامسين لمرضى كورونا وفق الطريقة العشوائية إذ تم سحب (100) ذكر وانثى من مجتمع (1200) يتوزعون حسب النوع بواقع (50) من الذكور و(50) من الإناث والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول (4) عينة التطبيق النهائي بحسب متغير النوع

الذكور	الاناث	العدد الكلي
50	50	100

أداة البحث: لأجل تحقيق أهداف البحث كان لا بد من استعمال أداة لقياس الضغوط النفسية الناتجة عن فيروس كورونا لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين للمرضى، تتمتع بخصائص المقاييس النفسية من صدق وثبات، لذا قامت الباحثتان ببناء مقياس الضغوط النفسية في ضوء الخطوات الآتية:

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

***تحديد السمة المراد قياسها:** لكي تكون الأداة أكثر دقة، تبنت الباحثان التعريف النظري لـ لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1984) للضغوط النفسية إذ يجب أن يتسق المقياس مع التعريف المعتمد في البحث.

***صياغة فقرات المقياس:** جُمعت فقرات المقياس والتي تتفق مع مفهوم الضغوط النفسية، والتي تم صياغتها بأسلوب التقرير الذاتي بصورة واضحة ومفهومة وشاملة ولا تقبل التأويل، إذ تمكنت الباحثان من إعداد (22) فقرة بصورتها الأولية، وقد روعي في صياغة الفقرات ان تكون بصيغة المتحدث وأن تقيس فكرة واحدة فقط، وعدم استعمال صيغة نفي النفي كي لا تزعج المستجيب (علام، 1989: 134)، واتبعت الباحثان في بناء مقياس الضغوط النفسية طريقة ليكرت في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية؛ وذلك لأنها تتميز بالوضوح وسهولة الاستعمال ولا تتطلب الكثير من الوقت والجهد، وتعطي نتائج مماثلة لمقاييس أخرى (الغامدي، 2003: 42)، وكذلك حُددت خمس بدائل هي (تنطبق عَليّ دائماً، تنطبق عَليّ غالباً، تنطبق عَليّ احياناً، تنطبق عَليّ نادراً، لا تنطبق عَليّ ابداً) أمام كل فقرة، إذ يتطلب من المستجيب أن يسجل درجة موافقته على كل فقرة من خلال اختيار بديل واحد من بين البدائل الخمسة، وهذه البدائل يقابلها سلم درجات يتكون من (1,2,3,4,5) على التوالي للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية.

***إعداد تعليمات المقياس:** تُعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل للمسترشد في الإجابة على فقرات المقياس، والتي تقدم للمستجيب التعليمات الخاصة بالمقياس دون الإشارة إلى عنوانه أو أهدافه (الزوبعي وآخرون، 1981: 70)، ولقد حرصت الباحثان على ان تكون تعليمات المقياس واضحة ودقيقة ومتضمنة مثلاً لكيفية الاجابة، فضلاً عن توجيه المستجيب إلى ضرورة قراءة الفقرات بدقة والاجابة عنها وعدم ترك أي فقرة من غير اجابة، ومن غير ذكر الاسم.

***صلاحية الفقرات:** لتحديد مدى صلاحية فقرات المقياس وتعليماته وبدائله كونها تشكل أداة مناسبة لقياس الضغوط النفسية، عُرضت فقرات المقياس (22) بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس؛ للتعبير عن آرائهم وملاحظاتهم فيما يتعلق بمدى صلاحية الفقرات وملائمة البدائل للهدف الذي وُضعت من أجله، إذ قبلت الفقرات التي حصلت على نسبة (80%) فأكثر من آراء الخبراء على أنها صالحة وعلى وفق ذلك قد عُدت الفقرات جميعها صادقة في قياسها للضغوط النفسية.

***التطبيق الاستطلاعي للمقياس:** طُبّق المقياس على عينة مكونة من (50)منتسب، اختيروا بصورة عشوائية من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا في محافظة ذي قار، وقد تبين من التطبيق أن الفقرات والتعليمات واضحة ومفهومة، وقد احتُسب وقت الإجابة والذي تراوح بين (20 - 25) دقيقة.

***تصحيح المقياس وإيجاد الدرجة الكلية:** ويُقصد به وضع درجة لاستجابة المستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية، إذ تكون المقياس من (22) فقرة.

***تحليل الفقرات Items Analysis:** أن الهدف من تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس بعد التأكد من كفاءتها في تحقيق مبدأ الفروق الفردية الذي يقوم عليه المقياس. هل الفقرة تمتلك قوة تمييزية بين المستجيبين الذين تكون درجاتهم عالية والمستجيبين الذين تكون درجاتهم واطئة في المفهوم الذي تقيسه الفقرة أم لا تمتلك (Ebel 1972:392)، ومن أجل ذلك اتبع أسلوب المجموعتين المتطرفتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس كإجرائيين مناسبين في تحليل الفقرات:

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

أ-أسلوب المجموعتين المتطرفتين: بعد تصحيح استمارات المفحوصين لغرض إجراء التحليل في ضوء هذا الأسلوب اتبعت الباحثتان الخطوات الآتية: (طبق المقياس على عينة مكونة من (100) ذكر وانثى اختيروا وبالطريقة العشوائية، حددت الدرجة الكلية لكل استمارة، رتبت الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة، اختيرت نسبة (27%) العليا التي تتراوح درجاتها بين (90-105) و (27%) الدنيا، التي تتراوح درجاتها بين (58-77)، وبذلك حُددت مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Mehrens & Lehmann, 1984: 192)، وفي ضوء هذه النسبة بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (27) استمارة، أي أن عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل هي (54) استمارة، وبعد أن حُللت فقرات باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t.test) وبمقارنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة مع القيمة الجدولية البالغة (1,98) عند مستوى دلالة (0,05)، ودرجة الحرية (98)، تبين أن أغلب الفقرات مميزة، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول(5) القوة التمييزية لفقرات مقياس الضغوط النفسية باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

مستوى الدلالة عند 05.	القيمة التائية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرات
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دال إحصائياً	4.898	1.235	2.70	1.095	4.26	1
دال إحصائياً	2.693	1.305	4.37	0.396	4.81	2
دال إحصائياً	2.667	1.199	4.15	0.694	4.59	3
دال إحصائياً	6.165	1.325	2.70	0.700	4.48	4
دال إحصائياً	5.540	0.500	1.25	0.688	1.45	5
دال إحصائياً	7.566	1.418	2.73	0.629	4.63	6
دال إحصائياً	7.256	1.251	2.56	0.698	4.56	7
دال إحصائياً	8.125	1.344	2.04	0.751	4.44	8
دال إحصائياً	2.779	1.328	4.07	0.396	4.81	9
دال إحصائياً	5.256	1.494	2.33	1.121	4.22	10
دال إحصائياً	4.553	1.486	2.85	0.971	4.41	11
دال إحصائياً	3.016	0.997	4.07	1.700	2.93	12
دال إحصائياً	5.385	1.301	3.00	0.884	4.63	13
دال إحصائياً	6.088	1.423	2.78	0.688	4.63	14
دال إحصائياً	5.485	1.424	2.52	1.233	4.41	15
دال إحصائياً	3.513	1.331	3.81	0.506	4.78	16
دال إحصائياً	2.245	0.993	4.30	0.506	4.78	17
دال إحصائياً	2.365	1.299	3.93	0.839	4.63	18
دال إحصائياً	4.805	1.311	2.56	1.178	4.19	19
دال إحصائياً	4.533	1.520	2.81	1.086	4.44	20
دال إحصائياً	2.844	1.483	3.74	1.752	2.93	21
دال إحصائياً	2.497	1.403	3.74	1.83	4.59	22

القيمة الجدولية (1.98) عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (98).
ب-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس **Internal Consistency Style**: استعمل معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وذلك باستعمال عينة التحليل نفسها عددها (100) ذكر وانثى من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا ، وقد اختبرت معاملات الارتباط لغرض معرفة دلالتها وذلك بموازنتها بالقيمة الجدولية لدلالة معاملات الارتباط البالغة (0.098)، وقد أظهرت النتائج أن الفقرات جميعها متسقة وذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) ومن المعروف في مجال بناء المقاييس أنه كلما زاد معامل ارتباط الفقرة بالمجموع الكلي كان احتمال الحصول على مقياس أكثر تجانساً (Allen & Yen,1979:125)، والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والمجموع الكلي لمقياس الضغوط النفسية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0.483	7	0.627	13	0.469	19	0.441
2	0.264	8	0.611	14	0.544	20	0.532
3	0.238	9	0.261	15	0.464	21	0.228
4	0.580	10	0.473	16	0.321	22	0.360
5	0.673	11	0.439	17	0.261		
6	0.652	12	0.329	18	0.296		

*القيمة الجدولية = (0,098) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (98).

*الخصائص السيكومترية للمقياس

الصدق Validity: المقصود بالصدق هو إلى أي درجة يقيس الاختبار ما وضع لقياسه (الضامن، ٢٠٠٧: ١١٣) وهناك أكثر من مؤشر وطريقة للكشف عن الصدق، وفي البحث الحالي استُخرجت المؤشرات الآتية:

1- الصدق الظاهري Face Validity: ويشير (Ebel) إلى أن أفضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها، (Ebel,1972:55)، وفي البحث الحالي تحقق هذا النوع من الصدق في قياس الضغوط النفسية، وذلك حين عُرضت فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين في التربية وعلم النفس بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة، الذين وافقوا على صلاحية فقرات المقياس.

2- مؤشرات صدق البناء Construct Validity: يُقصد بصدق البناء تحليل فقرات المقياس، استناداً إلى بناء الخاصية النفسية المراد قياسها، أو في ضوء مفهوم نفسي معين، أي هو المدى الذي يمكن أن تُقرر بموجبه أن للمقياس بناءً نظرياً محدداً أو خاصية معينة (Anastasi,1976:151)، وقد استُخرجت مؤشرات صدق البناء عن طريق إيجاد القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين المتطرفتين، وعن طريق إيجاد العلاقة بدرجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وقد أثبت التحليل أن الفقرات جميعها مميزة.

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

الثبات Reliability: هو الاتساق في نتائج المقياس واستقرارها، ويعرف إحصائياً بأنه نسبة التباين الحقيقي إلى التباين الكلي أي كم من التباين الكلي في العلامات يمكن أن يكون تبايناً حقيقياً (عودة، 2002: 420)، وإن الثبات كذلك يعطي مؤشراً لدقة المقياس في قياس السمة المراد قياسها (أبو حطب وسيد، 1987: 158)، وفي البحث الحالي استخرج الثبات بطريقتين هما:

1- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار (Test - Retest Method): تكشف هذه الطريقة عن مدى استقرار النتائج حين تطبق على مجموعة معينة أكثر من مرة عبر فاصل زمني محدد (داود وعبد الرحمن، 1990: 122)، ولقد طبق المقياس على عينة بلغت (60) موزعة حسب النوع (30) ذكر و(30) أنثى اختبروا بالطريقة العشوائية من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا، وبعد أسبوعين من التطبيق الأول للمقياس، أعيد تطبيقه مرة أخرى على العينة نفسها، وحين استعمال معامل ارتباط بيرسون لتعرف العلاقة بين درجات التطبيقين الأول والثاني، ظهر أن معامل الثبات (0.78)، وقد عُدت هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجابات الأفراد عبر الزمن.

2- معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي: تعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ثورندايك وهيجن، 1986: 89)، ولأجل استخراج الثبات بهذه الطريقة سُحبت (60) استمارة بصورة عشوائية من عينة التحليل، وبعد تطبيق معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0.73) وهو معامل ثبات يمكن الركون إليه.

وصف المقياس بصيغة النهائية: تألف مقياس الضغوط النفسية بصورته النهائية من (22) فقرة وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس (110-22) وبمتوسط فرضي (66).

عينة التطبيق النهائي: اختيرت عينة التطبيق النهائي بطريقة عشوائية إذ سحبت عينة (100) من مجتمع يتألف (1200) يتوزعون حسب النوع الاجتماعي إلى (50) ذكور و(50) إناث.

الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثتان وسائل إحصائية متنوعة إذ أفيد من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss) في تحليل نتائج البحث، باستعمال الوسائل الإحصائية الآتية: (الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون، معادلة ألفا كرونباخ).

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

اولاً: التعرف على الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا:

بعد ان طبق المقياس على عينة البحث البالغة (100) منتسب من الذكور والاناث، اظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة (5.453) درجة، وعند مقايستها مع القيمة الجدولية البالغة (1.98) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (99) تبين انها دالة احصائياً والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية للعينة على مقياس الضغوط النفسية

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
				المحسوبة	الجدولية		
100	83.22	11.029	66	5.453	1.98	0.05	دال احصائياً

يتضح من الجدول اعلاه ان عينة البحث الحالي لديها ضغوط نفسية؛ لان الوسط الحسابي للعينة اعلى من الوسط الفرضي لها وهذا يدل على وجود ضغوط نفسية لدى العينة، وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا في محافظة ذي قار تظهر لديهم

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

ضغوط نفسية نتيجة لما يتعرضون إليه من مسؤولية وضغط العمل المستمر ونتيجة لما يواجهونه من مخاطر مرض كورونا وقلة الإمكانيات الصحية، وطبيعة مواجهة الحالات الصعبة لمرضى كورونا، كل هذه ولدت لديهم ضغوط نفسية.

ثانياً: التعرف على الضغوط النفسية لدى عينة من منتسبي وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكور-إناث):

للتعرف على الفروق في الضغوط النفسية تبعا لمتغير النوع الاجتماعي، قامت الباحثتان باستخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور على مقياس الضغوط النفسية وقد بلغ (81.06) وبانحراف معياري قدره (9.31)، بينما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث على المقياس ذاته (85.38) وبانحراف معياري قدره (12.22)، ولمعرفة الفروق بينهما أستعملت الباحثتان الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين إن القيمة التائية المحسوبة (1.98) هي أقل من القيمة الجدولية (1.98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (98)، مما يدل إلى أنه توجد فروق بين الذكور والإناث في الضغوط النفسية عند عينة البحث الحالي والجدول (8) يوضح ذلك. جدول رقم (8) يوضح الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق في الضغوط النفسية وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكر- انثى)

مستوى الدلالة عند 0.05	القيم التائية		درجة الحرية	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المتغير النوع
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	1.98	2.548	98	66	9.31	81.06	50	الذكور
								12.22

يتضح من الجدول اعلاه انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغوط النفسية وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكور-إناث) وكان لصالح الإناث؛ وذلك لان الوسط الحسابي للإناث اعلى من الوسط الحسابي للذكور، وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بان المنتسبين في وزارة الصحة الملامسين لمرضى كورونا من الإناث تظهر لديهم ضغوط نفسية أكثر من الذكور وذلك نتيجة الخوف من العدوى بمرض كورونا والإجهاد المفرط في العمل، وقلة أعداد الإناث في مواجهة هكذا حالات ولدت لديهم ضغوط.

ملخص النتائج: توجد ضغوط نفسية لدى منتسبي وزارة الصحة في محافظة ذي قار الملامسين لمرضى كورونا، توجد فروق في الضغوط النفسية وفق متغير النوع الاجتماعي وكان لصالح الإناث.
التوصيات:

- 1- الاهتمام ببناء برامج وعمل دورات وندوات تدريبية مستمرة للتخفيف من حدة الضغوط النفسية.
- 2- التأكيد على مبدأ الحوافز المادية والمعنوية للتخفيف من شدة الضغوط النفسية.

المقترحات:

- 1- اجراء دراسة تتناول الضغوط النفسية في المجالات الصحية الأخرى.
- 2- اجراء دراسات لمعرفة اثر الضغوط النفسية لدى الملامسين لمرضى كورونا على عينات مختلفة.

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

المصادر العربية:

1. ابو حسونة، نشات محمود(2017): الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى الطالبات المتزوجات في جامعة اربد الاهلية، المجلة الدولية للبحوث في التربية وعلم النفس، ص ص2210-1780.
2. ابو عون، ضياء يوسف حامد (2014): الضغوط النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز وفاعلية الذات لدى عينة من الصحفيين بعد حرب غزة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
3. اسيا، عقون(2012): الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة، رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب والعلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة فرحات عباس سطيف، الجزائر.
4. التوم إبراهيم محمد علي (2011): الضغوط النفسية وعلاقتها بالأداء المهني لدى الأطباء العاملين في مستشفيات وزارة الصحة بمحافظة غزة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
5. الخواجا، عبد الفتاح محمد (2001): علم النفس العلاج النفسي المعاصر تطبيقات للنظريات، ط1، دار المستقبل للنشر والتوزيع، عمان.
6. الزوبعي، عبد الجليل وآخرون (1981) : الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، الموصل.
7. الشاعر، منار محمود(2011): الضغوط النفسية والمسؤولية الاجتماعية لدى ضباط إسعاف حرب غزة في ضوء بعض المتغيرات، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
8. الضريبي، عبد الله (2010): اساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 26، العدد 4، كلية التربية، جامعة دمشق.
9. العبودي، فاتح (2008): الضغط النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة منتوري قسنطينية، الجزائر.
10. العزاوي، رحيم يونس (2008): مقدمة في منهج البحث العلمي، ط1، دار دجلة، عمان، الأردن.
11. الغامدي، عبد السلام (2003): القياس والتقويم التربوي والنفسى، دار الفكر، جدة.
12. النواسيه، فاطمة عبد الرحيم(2013): الضغوط النفسية والأزمات النفسية وأساليب المساندة، ط1، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان.
13. الهام، عثافة والخامسة، دراحي ووردة، شلالى(2015): دراسة وصفية تصنيفية تحسيسية لكل من فيروس إيبولا وكورونا، مذكرة تخرج لنيل شهادة استاذ التعليم المتوسط، القبة القديمة، الجزائر.
14. ابيو، نائف علي(2019): الضغوط النفسية، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، مصر.
15. أبو حطب، فؤاد وسيد، احمد (1987): التقويم النفسي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
16. ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيث (1986) : القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب الأردني، عمان، 1989.
17. جلال، احمد سعد (2008): مبادئ الإحصاء النفسي تطبيقات وتدريبات عملية علا برنامج SPSS، ط1، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ش.م.م، القاهرة.
18. حسن، صادق عبده(2011): الضغوط النفسية وعلاقتها بالذكاء الوجداني لدى طلبة الجامعة في اليمن والجزائر (دراسة مقارنة)، رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الجزائر، الجزائر.

وقائع المؤتمر العلمي الاول للعلوم الانسانية الافتراضي / كلية التربية الاساسية/ الجامعة
المستنصرية وبالتعاون مع كلية التربية الاساسية/ جامعة ذي قار
20- 21 حزيران 2020
وتحت شعار (نتعلم.....لنتمكن)

19. داود، عزيز حنا، وعبد الرحمن، انور حسن (1990): **مناهج البحث التربوي**، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد
20. دايلي، ناجيه(2013): **الضغوط النفسية لدى المرأة المتزوجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق**، رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية، جامعة فرحات عباس، الجزائر.
21. سليمان، سناء محمد (2009): **مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس ومهاراته الأساسية**، ط1، عالم الكتب، القاهرة.
22. صالح، عامر(2020): **فيروس كورونا بين تداعياته والمناعة النفسية**، شبكة النبا المعلوماتية، 19/3/2020، [/https://annabaa.org/arabic/files_07:05](https://annabaa.org/arabic/files_07:05)
23. عثمان، فاروق السيد (2001): **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
24. علام، صلاح الدين محمود (1989): **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، ط (1)، دار الفكر العربي، القاهرة.
25. عمر، سيف الإسلام سعد(2009): **الموجز في منهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية**، دار الفكر، دمشق.
26. عودة، أحمد (2002): **القياس والتقييم في العملية التدريسية**، دار الأمل
27. فايد، حسين علي (2001): **الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة واعراض الاكتئاب**، دراسات في الصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، ص 330-375.
28. قريطح، فراس(2017): **الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة**، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد 13، عدد4، صص 475_486.
29. لارا، عبيان (2020): **مقال منشور على الرابط الاتي**:
https://mawdoo3.com/%D9%85%D8%A7_%D9%87%D9%88_%D9%85%D8%B1%D8%B6_%D8%A7%D9%84%D9%83%D9%88%D8%B1%D9%88%D9%86%D8%A7
30. مخلوف، سعاد(2006): **الضغط النفسي ومدى تأثيره على سلوك الأطباء العاملين بالمراكز الصحية**، رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الاخوة منتوري، قسنطينة.
31. ملحم، سامي محمد (2000): **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، ط3، دار المسيرة، عمان.
32. منظمة اليونيسيف(2020): **رسائل وأنشطة رئيسية للوقاية من مرض كوفيد - 19 والسيطرة عليه في المدارس**، آذار/مارس2020.
33. نصر الدين، عريس(2017): **استراتيجيات تكيف أطباء مصلحة الاستجالات في وضعيات الضغط النفسي**، دراسة ميدانية على عينة من الأطباء بالمستشفى الجامعي بتلمسان، أطروحة دكتوراه منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بي بكر بلقايد.

المصادر الاجنبية:

34. Allen, M. J & Yen, W.N.(1979).Introduction to measurement theory ,Monterey, Cali Book Cole.
35. Anstasi, A. (1976) : " psychological Testing ". New York: Mcmillan publishing Co. , Inc.
36. Ebel , R . L (1972) : Essential of Education Measurment . New Jersey: Printice – Hill.
37. Lazarus, R & Folkman, S. (1984), Stress, Appraisal and Coping. New York Springer Publishing Company, Inc.
38. Luis Enguanes (2003):CORONAVIRIDAE - LES CORONAVIRUS Department of Molecular and Cell Biology, CNB, Universidad Autonoma Cantoblanco, Madrid, Spain.
39. Mehrens,W. A. & Lehmann, I. (1984): Measurement and evaluation in education and Psychology. New york: Holt Rinehart & Wiston.