



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية و التعليم العالي

جامعة وهران 2 محمد بن احمد

كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم : علم النفس و الارطوفونيا

اطروحة مقدمة لنيل شهادة ماستر علم النفس

تخصص علم نفس الصحة

تحت عنوان:

استراتيجيات المواجهة عند الممارسين الصحيين

خلال جائحة كورونا (SARS COVID)

كوفيد 19

دراسة ميدانية على عينة من الممارسين الصحيين بالمستشفيات الخاصة

باستقبال مرضى المصابين بكوفيد 19 (SARS COVID)

تحت اشراف الأستاذ:

من اعداد الطالب :

*أ.د فراحي فيصل

- خيتري الياس عبد الحق

السنة الجامعية : 2022/2021

شكر و عرفان

بسم الله الرحمن الرحيم

ربي اشرح لي صدري ويسر لي امري و احل العقدة من لساني يفقه قلبي امين

اللهم لا علم لنا إلا ما علمتنا انك انت العليم الحكيم

بعد الجد و الاجتهاد و الحمد لله على توفيقه و اتمام هذا البحث المتواضع

فأتقدم بجزيل الشكر الى والداي العزيزين الذين صهروا من اجلى و امتنانهم وتشجيعهم على الوصول الى النجاح في طريق العلم و المعرفة واتوجه بالشكر الى زوجتي التى منحتني القوة و الصبر على مواجهة المصاعب و الضغوطات و اكتب كلماتي من ذهب الى استاذي المفضل الذي لم ولن ارى مثل كرمه وفضله في توجيهي بنصائحه و ارشاداته التى بفضلها تم اكتسابي قدرا من المعرفة التى لا تقدر بثمن وشكري للجنة الموقرة.

- كما اتقدم بالشكر الى كل طلاب علم النفس الصحة الذين سايروا معي هذه السيرورة وكل التقدير الى الطاقم الطبي لمديرية الصحة و السكان الذين سهلوا عليا مهمة البحث في ظروف جيدة

ملخص البحث:

تهدف دراستنا الحالية الى التعرف على مختلف استراتيجيات المواجهة لدى الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا و كذا الكشف عن الاستراتيجيات الاكثر استخداما امام المواقف الضاغطة وذلك حسب الفروق الجنسية و المهنية لدى الممارسين الصحيين و للوصول الى اهداف الدراسة قد تم اتباع المنهج الوصفي .

اما في ما يخص جمع البيانات قمنا بتطبيق مقياس كارفر تناولنا فيه الابعاد الاساسية وقد طبق على عينة قدرت ب 64 ممارس منهم اطباء و ممرضين وكذا اخصائيين نفسانيين و قابلات بمؤسسات خاصة فتوصلنا في هذه الدراسة الى ان كل من الممارسين الصحيين قد استخدموا نفس استراتيجية المواجهة في ضل جائحة كورونا وهذا مما يؤكد عدم وجود فروق مهنية و جنسية بينهم اثناء استخدام استراتيجية المواجهة في المواقف الضاغطة .

اما بالنسبة للاستراتيجية الاكثر استخداما التي تحصلنا عليها في هذه الدراسة تمثلت في الانفعال تم تليها استراتيجية المشكل ثم التجنب وكل منها لدها ابعاد فرعية وذلك بنسب متفاوتة .

فهرس المحتويات

الشكر و عرفان

ملخص البحث

فهرس المحتويات

01..... المقدمة :

الجانب النظري

الفصل الاول : مدخل الى الدراسة

03..... الاشكالية :

05..... فرضيات البحث:

05..... اهداف البحث :

05..... اهمية ودواعي البحث:

06..... المفاهيم الاجرائية :

الفصل الثاني : استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحة اثناء المواقف الضاغطة

08..... تعريف المواجهة:

08..... اهداف المواجهة :

09..... استراتيجية التعامل المواجهة :

12..... استراتيجيات الوقاية :

12..... استراتيجيات الوقائية والعلاجية لمقاومة الضغط النفسي:

13..... مفهوم الممارسين الصحيين:

14.....	الممارسين الصحيين لدى مصلحة كوفيد:
14.....	عمل الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا :
17.....	المواقف الضاغطة في جائحة كورونا :
17.....	مفهوم الضغط النفسي:
18.....	مصادر الضغط النفسي:
19.....	انواع الضغط النفسي:
20.....	تعريف الضغط المدرك:
21.....	عناصر الضغط النفسي:
22.....	نظريات الضغط النفسي:

الفصل الثالث: Coronavirus: فيروس كورونا

26.....	تمهيد:
26.....	تعريف فيروس كورونا :
26.....	حقيقة كورونا و متى ظهرت:
27.....	لمحة عن جائحة كورونا :
27.....	أسباب المرض:
28.....	اعراض فيروس كورونا :
29.....	التشخيص:
29.....	كيف ينتشر فيروس كورونا:
30.....	طرق الوقاية من الفيروس:
30.....	العلاج:

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة

34.....	الدراسة الاساسية :
34.....	أدوات القياس:
34.....	1- دراسة الخصائص السيكومترية :
37.....	2- مواصفات العينة :
38.....	3- دراسة فرضيات الدراسة :
48.....	الخاتمة:
50.....	قائمة المصادر والمراجع:

المقدمة:

ان التغيير في ظروف التي تحيط بالفرد في مجاله المهني يشكل ضغوطات و تحديات جديدة ومع ظهور فيروس كورونا تغيير نمط الوتيرة المهنية خاصة في مجال الصحة و الذي يعتبر الدافع الاول في مواجهة الازمات الوبائية بكل مراحلها كما تعد هذه التحديات ظاهرة من الظواهر الانسانية التي يعيشها الفرد في مهنته ويتفاعل معها فتكون تجربته من خلال هذه الاحداث اما سلبيا او ايجابيا على صحته النفسية و العقلية وكذا مردوده المهني فيواجه معاشه النفسي كما هائلا من الضغط المهني وهذا مما يشكل خطرا فان القدرة على التكيف و التوافق على صحته ليصبح امرا صعبا فيسعى في البحث عن استراتيجيات تسهل عليه طبيعة التكيف مع المواقف الصعبة ومن خلال هذا ينطلق موضوع بحثنا المتواضع .

الفصل الاول : مدخل الى الدراسة

➤ الاشكالية

➤ فرضيات البحث

➤ اهداف البحث

➤ اهمية ودواعي البحث

➤ المفاهيم الاجرائية

الإشكالية :

تعد سنة 2019 بداية انتشار اكثر الاوبئة الفتاكة والذي يطلق عليه بكورونا المستجد و المعروف (بكوفيد 19- SARS COVID) حيث خلف مشاكل كثير ومنها المشاكل الصحية فبالرغم من الإجراءات التي تم التأكيد عليها من طرف منظمة الصحة العالمية الا ان مازال انتشاره يشكل رعبا على المجتمعات.

فدراسة هذا الموضوع تستدعي البحث في كل الجوانب وبحكم انتشاره الهائل بين الدول يعد من اخطر الفيروسات في تاريخ البشرية نظرا لعجز التحكم فيه وصعوبة ايجاد علاج مناسب للحد منه .

وفي ضل هذا الانتشار اصبح تأثيره على البشر بشكل مرعب لما خلفه من اثار صحية ونفسية مع العلم انه يوجد اجتهادات من طرف منظمة الصحة العالمية وكذا العلماء المهتمين بدراسة الظواهر التي تأثر على نفسية البشر في ضل جائحة كورونا حيث احتار الباحثين عند ظهور اعراض وطرق انتقاله وكيفية الوقاية منه كما ظهرت تحديات جديدة في مواجهة هذه الجائحة والتي شملت المجال المهني الصحي وكذا الممارسين الصحيين فان الانتشار الهائل لفيروس كورونا اظهر في كل المستويات ضغوطات و خاصة في مجال العملي ومع ظهور اول حالة مؤكدة على مستوى ولاية وهران قد تم اتخاذ العديد من الإجراءات في المجال الصحي من اجل احتواء انتشار الوباء و الحفاظ على نمط الحياة والذي ادى الى زيادة من وتيرت العمل لدى الطواقم الصحية وهذا ما دفعهم الى استعمال استراتيجيات المواجهة للتكيف مع التحديات الجديدة.

و تحت اطار البحث في الظروف التي تأثر على الصحة النفسية و العقلية للممارسين الصحيين وكذا طبيعة تكيفهم في جائحة كورونا خاصة لما تعرضوا له من قلق وضغط في مجال العمل والتي شكلت لهم نوع من السلوكيات التي من الممكن ان تصل بهم الى الاجهاد النفسي وتشكيل خطورة على نمط حياتهم

الشخصية و المهنية باعتبار جائحة كورونا من اصعب الامراض المعدية في هذا العصر لما خلفته من مشاكل صحية وخرطها وصولا الى الموت وتأثيرها السلبي على الاستقرار الامني في المجال المهني وذلك راجع الى سهولة العدوى وصعوبة التكيف مع هذه الجائحة فاصبح الجيش الابيض هو الاكثر عرضة .

ففي المرحلة الاولى من المرض و بالرغم من صعوبة الامر اصبح تواجد الممارسين الصحيين شيء ضروري من اجل المعالجة و التكفل الشامل بالمرضى المصابين بهذا الوباء فأصبحت مهامهم من المهام النبيلة الانسانية و التي بدورها تقوم بإنقاذ المرضى من خطورة الاصابة وذلك بمصاحبة المريض طيلة فترة الاصابة .

فتجند ممارسي الصحة في هذه الجائحة كان ضروريا اكثر من قرار يجب اتخاذه وهذا لما تطلبه الامر من توفير طاقم طبي واداري و شبه طبي وتقني يعمل ليلا نهارا وفي ساعات متأخرة ليجد نفسه وجها لوجه امام المرض وبناء على هذا اردنا ان نتناول موضوع المتمثل في استراتيجيات المواجهة عند

الممارسين الصحيين خلال جائحة كورونا والذي يعتبر من المواضيع المهمة في فهم مرفولوجية تأثير هذه الازمة على استقرار المعاش النفسي للممارسين الصحيين وكذا التعرف ان كان هناك استعمال

استراتيجيات مختلفة للمواجهة وهل يوجد اختلاف من حيث الجنس و الفئات المهنية لدى كل ممارس مهني إسنادا لاستخدام الاستراتيجية الموجهة ومن خلال هذه المعطيات تتمثل تساؤلات اشكالية البحث كما يلي:

ماهي أكثر استراتيجيات المواجهة استخداما لدى ممارسي الصحة أثناء جائحة كورونا (كوفيد_19) ؟ -

هل تختلف استراتيجيات المواجهة حسب جنس ممارسي الصحة في ضل جائحة كورونا ؟

هل تختلف استراتيجيات المواجهة من مختلف الفئات المهنية لدى ممارسي الصحة اطباء ممرضين
اخصائيين نفسانيين الى اخره

فرضيات البحث:

1- نتوقع استخدام استراتيجيات مواجهة مختلفة لدى ممارسي الصحة أثناء جائحة كورونا (كوفيد_19)؟

4- تختلف استراتيجيات المواجهة حسب جنس ممارسي الصحة في جائحة كورونا ؟

5- تختلف استراتيجيات المواجهة من مختلف الفئات المهنية لدى ممارسي الصحة ؟

اهداف البحث:

التعرف على مختلف الاستراتيجيات المواجهة التي اعتمد عليها الممارسين الصحيين في جائحة كورونا

التعرف على مدى تأثير تحديات جائحة كورونا لدى الممارسين الصحيين

القيام بدراسة ميدانية للبحث عن الضغوطات الجديدة التي ظهرت في جائحة كورونا في ضل الاطار
المهني .

دراسة وبحث مدى اهمية الجانب النفسي لدى الممارسين الصحيين في جائحة كورونا

اهمية ودواعي البحث:

- التكوين الاكاديمي .

- دراسة التحديات الجديدة التي ظهرت في جائحة كورونا لدى الممارسين الصحيين .

- دراسة استراتيجية المواجهة التي تم الاعتماد عليها الممارسين الصحيين لتخفيف من الضغط و التكيف
- البحث في السلوكيات التي تأثر على مردودية عمل الممارسين الصحيين في جائحة كورونا.
- دراسة الجانب النفسي ومدى اهميته في تعزيز سلوكيات واستراتيجيات المواجهة لدى ممارسين الصحيين في جائحة كورونا.
- البحث عن نوع العلاقة بين استراتيجيات المواجهة و الاختلاف في الفئات المهنية و الجنسية لدى الممارسين الصحيين اثناء جائحة كورونا .

الفصل الثاني

استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين

اثناء المواقف الضاغطة

- تعريف المواجهة .
- اهداف المواجهة .
- استراتيجية التعامل المواجهة .
- استراتيجيات الوقاية .
- مفهوم الممارسين الصحيين .
- استراتيجيات الوقائية والعلاجية لمقاومة الضغط النفسي .
- الممارسين الصحيين لدى مصلحة كوفيد SARS COVID .
- عمل الممارسين الصحيين في ظل جائحة كورونا .
- المواقف الضاغطة في جائحة كورونا.
- مفهوم الضغط النفسي .
- مصادر الضغط النفسي .
- انواع الضغط النفسي .
- تعريف الضغط المدرك .
- عناصر الضغط النفسي .
- نظريات الضغط النفسي .

-تعريف المواجهة:

يعرفها توتس 1995 مجموعة من المعلومات والسلوكيات والوجدانية والمعرفية والاجتماعية المكتسبة والتي يستخدمها الافراد عند التعرض للضغوط وهذه مهارات يمكن أن تكون فعالة أو غير فعالة وهي تتضمن قدرة الفرد على إدراك احدث وتقييمه وإعادة تقييم الفرد ما لديه من إمكانيات وقدرات احدث للتوافق مع الحدث.

1-يعرف ستون ونيل (Neal and Ston (1984) المواجهة على أنها مصطلح يتضمن كل الجهود السلوكية والمعرفية التي يستخدمها الأفراد شعوريا لتحقيق أو خفض تأثيرات المواقف الضاغطة وهو ما أشار اليه "الطفي عبد الباسط" (1994)

2-يعرف "فريد نبرج" و"لويس " (1993) المواجهة بأنها مجموعة الأفعال المعرفية والوجدانية التي يقوم بها الفرد في الاستجابة للمواقف الضاغطة وذلك بهدف استعادة الاتزان للفرد أو محور الاضطراب والتوتر لديه بمعنى محو المثير أو الموقف الضاغط أو التكيف معه .

(عز الدين غطاس ، 2012، ص60)

3-تعريف "سكينر و ولبورن" (1994)"Skinner & Welborn": المواجهة هي ما يقوم به الفرد من أجل تنظم سلوكه وانفعالاته واتجاهاته خلال الظروف الضاغطة ويتضمن ذلك البحث عن المعلومات وايجاد الحلول" . BruceE p89,2001

تهدف المواجهة :

حسب" (Monat and Lazarus 1993) الى تغيير الانفعال ومن ثم التأثير فيه بطريقتين :

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

1- تغيير عملية مواجهة العلاقة بين الفرد وبيئته ، فهي تحدث حينما يحصل الفرد على معلومات حول موارده الداخلية ، ومن ثم يقوم بالتعبئة بهدف تغيير تلك العلاقة المضطربة بالمحيط ويسمى هذا النوع من المواجهة بالمواجهة المركزة على المشكل.

2- تستخدم المواجهة لتغيير نظرة الفرد لعلاقته بالبيئة ، ويهدف هذا النوع من المواجهة الى ادارة الكرب الانفعالي المرتبط بالموقف ، وتسمى في هذه الحالة بالمواجهة المركزة على الانفعال أو استراتيجيات المواجهة المعرفية . (مريامة حنصالي، 2014، ص112)

استراتيجية التعامل (المواجهة):

*مما سبق فان الفرد عند مواجهته للضغط النفسي فانه يستخدم أحد الأساليب اما الأساليب الانفعالية واما الأساليب المعرفية

أساليب مواجهة الضغوط النفسية: بدأ الاهتمام بدراسة موضوع أساليب المواجهة منذ ستينات القرن الماضي وقد استخدمت الدراسات مجموعة من المصطلحات للتعبير عن أساليب المواجهة مثل: ميكانيزمات المواجهة أو مهارات المواجهة أو استراتيجيات المواجهة أو جهود المواجهة .

(علي أحمد زعاري، 2009، ص60)

لذلك فقد تطرق الباحثين والعلماء الى تعريف أساليب مواجهة الضغوط النفسية من منظور مختلف تعريف استراتيجية المواجهة: يعرفها خليشومات باهن استجابة معرفية خفض اوتقضي على الضيق النفسي والضغوطات.

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

- يشير "فولكمان ولازاروس" الى أن "أساليب المواجهة هي الجهود التي يبذلها الفرد للسيطرة أو الخفض أو لتحمل المطالب الداخلية والخارجية التي تتسبب بها المواقف الضاغطة".

(أمال عبد القادر جودة ،2004، ص673)

-وتعرف أساليب المواجهة حسب وجهة العالم " تشارلز كارفر " على أنها توجهات التعامل مع المشكلات المعاشة التي يستخدمها الفرد في مواقف ما (مواجهة الضغوط كحالة) أو يستخدمها بشكل مستمر في مواقف الحياة الضاغطة (مواجهة الضغوط كسمة).

أن أساليب المواجهة مجموعة من النشاطات أو الاستراتيجيات السلوكية والمعرفية التي يسعى الفرد من خلالها لتطوير الموقف الضاغط. (دعو سميرة ،2013، ص48)

هي مجموع الأساليب المعرفية و الانفعالية و السلوكية التي تستجيب بها إزاء الضغط المدرك والتي تنقسم إلى استراتيجيات المقاومة المركزة من خلال مقياس الكوبين للوضعيات الضاغطة المعد من طرف (أندلر و باكر Parker& Endler)

استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي هي مجموعة من الاساليب أو الطرق أو النشاطات الحيوية والسلوكية والمعرفية التي يتخذها الفرد في مواجهة مواقف الضاغط لحل مشكلة وتخفيف التوتر الانفعالي مترتب عليها. (p163 1999 ;seaward)

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

ان استخدام هذه الاستراتيجيات التي يعني أنها تقضي على الضغط نهائيا، بل تعمل على التخفيف منه الى حد أدنى، لأنه لا يوجد معنى لحياة دون وجود مستوي معين من الضغط النفسي، فالضغوطات قد لا تكون دائما أمرا سيئا في بعض الفترات، فهي تساعد أحيانا على تحفيز الفرد من خلال توفير جوانب الازمة للترقية والتطور الى مستوى أعلى في جوانب عدة قد تكون: فكرية، سلوكية، أخلاقية، علمية، عملية... الخ،

والضغوط التي تحتاج الى استراتيجيات هو ذلك النوع الذي يرتفع عن مستواه الطبيعي ويجعلنا نشعر بعدم السيطرة ويضر حيث ينعكس سلبا على آدائنا وعلى علاقتنا بغيرنا .ومن هذه الاستراتيجيات نجد العديد من التصنيفات من بينها:

تصنيف موس 1986 ،حيث يري موس أن هناك استراتيجيات إجمامي.

(عبد هلا الضريبي، ع، 2010 ، ص 680)

-**استراتيجية القدام** :هي اساليب التي يوضحها الفرد في اقتحام مواقف الضاغطة من خلال (التحليل منطقي للموقف الضاغط، إعادة التقييم الايجابي، البحث عن معلومات، أسلوب حل مشكلة)

-**استراتيجية الحجام** :أي الحجام عن التفكير في مواقف الضاغطة من خلال (الحجام معرفي، النقبل الاستسلامي، البحث عن مكافآت البديلة، التنفيس الانفعالي).

وهناك ما يميز بين استراتيجيتين مواجهة الضغط النفسي هما :استراتيجية بيولوجية واستراتيجية نفسية.

- **الاستراتيجية بيولوجية** : يسعى الفرد الى اتخاذ استجابة معينة تعيد اليه حالة الاتزان السابقة، حيث لا تتوقف حالة الاتزان البيولوجي على جزء معين من جسم الانسان، ولكن تكاد جميع الخلايا تعمل على أن تحقق لنفسها قدرا من الثبات الداخلي، يساعدها بالقيام بوظائفها (علي وائلا افاضل 1996:173)

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

-الاستراتيجية النفسية :تتقسم الى استراتيجية شعورية و الاستراتيجية اللا شعورية. كطلب النصيحة، والمشورة من الاخرين، جمع معلومات أكثر عن موقف وطلب مساعدة من شخص ما .أما الاستراتيجية لا شعورية هي استراتيجيات تؤدي التشويه بالحقيقة ومسحها حتى يتخلص الفرد من حالة التوتر والقلق الناتج عن مواقف الضاغطة ومنها . (دافيوف ل 1992 ص 29)

الاساليب :الكبت، التعويض، التبرير، الإنكار، التسامي، النكوص، التحويل، الإسقاط، الخيال
(.دافيوف، ل، 1992 ،ص 29)

في حين يرى أحد الباحثين أنه يوجد استراتيجيتين مواجهة الضغط النفسي هما :استراتيجيات الانفعالية في مواجهة واستراتيجيات المعرفية في المواجهة (لكفوري، ص، 2000، 105)

-استراتيجيات الانفعالية في مواجهة هي :التوتر، الشك، الغضب والانزعاج.

-استراتيجيات المعرفية في مواجهة هي :إعادة التفكير الايجابي، التحليل المنطقي، النشاط التخيلي.

ومن الاستراتيجيات الوقائية و العلاجية مقاومة الضغط النفسي نجد:

-استراتيجيات الوقاية الصحية وتتضمن:

:تغذية سليمة، تنظيم الوقت ،فترات راحة بعد القيام بمجهودات معينة، ممارسة النشاطات الرياضية،

التقليل من استهلاك المنبهات الاسترخاء السند الاجتماعي للتعبير عن الآراء و الانفعالات في جو

اجتماعي متفهم . (هاشمي لوكيا، 2002 ،ص 21)

ويضيف لنا الباحثين استراتيجيتين للتعامل مع الضغط هما استراتيجيات فردية، واستراتيجيات تنظيمية،

الاولى منها تتمثل في الكشف الطبي، التمارين الرياضية، الراحة والاسترخاء، التأمل، الوعي الذاتي،

فرص عمل بديل، والثانية تتمثل في تعديل وتنقيح أساليب الاختيار والتوظيف، برامج تدريبية حديثة،

إعادة تصميم الوظائف، برامج مساعدة العاملين . (أندروديسيزالجي، مارك جيوالس، 1991، ص 191)

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

ومع ذلك ، فإن المعرفة المتعلقة بأنواع استراتيجيات المواجهة التي تنفيذ الممارسات القائمة على الأدلة للتخفيف من المخاطر النفسية والاجتماعية اثناء الأزمات. يمكن وصف استراتيجيات المواجهة على نطاق واسع على أنها تكيفية ، مثل الدعم الاجتماعي في عدم القدرة على التكيف مثل الإفراط في تعاطي الكحول :مع أنواع من استراتيجيات المواجهة المستخدمة باعتبارها معدلاً هاماً لنتائج الصحة العقلية .

تمت دعوة العاملين في مجال الرعاية الصحية من جميع المهن والعاملين في الرعاية الصحية الذين تم تحديدهم على أنهم عاملون صحيون في الخطوط الأمامية في المرحلة الابتدائية للمشاركة ، على الرغم من الأعباء الكبيرة لقضايا الصحة العقلية . قامت مجموعة من الدراسات بفحص أنواع استراتيجيات المواجهة عند مواجهة ظروف عمل قاسية ، وظروف تفشي الأمراض الطبيعية وغيرها من حالات تفشي الأمراض المعدية ، أو استكشفوا المتنبئين الشخصيين ومكان العمل المرتبطة باستراتيجيات المواجهة المستخدمة ، والتنبؤات المرتبطة بهذه السلوكيات ، والعلاقة بين استراتيجيات المواجهة المستخدمة والمساعدة في البحث عن الأمراض العقلية اثناء جائحة COVID-19. 23

(مؤلف Camesponding في قسم طب الجهاز التنفسي ، مستشفى ألفريد ، 55 طريق كوميرشال)

مفهوم الممارسين الصحيين:

هو كل من يرخص له بمزاولة المهن الصحية التي تشمل الفئات الاتية الاطباء البشريين واطباء الاسنان و الصيادلة و الممرضين الاخصائيين و الفنيين الصحيين في الاشعة والتمريض و التخدير وكذا الاخصائيين النفسانيين واخصائي التغذية و الصحة العامة وغير ذلك من المهن الصحية كما هم من ذوي مهارات عالية في مهن تتطلب عادة معرفة واسعة كما يقدم بعضهم خدمات الرعاية والعلاج للمرضى اذ يعملون في المستشفيات ومراكز المحافظة على الصحة كما يعرفون بمهني الصحة او بعامل الصحة

الممارسين الصحيين لدى مصلحة كوفيد (SARS COVID):

مع زيادة نسبة الاصابات بفيروس كورونا تم فتح مصالح اخرى تستقبل كل المصابين من اجل الاستشفاء يتكونون من طاقم طبيي من ممرضي مؤهلين وأطباء ذوي خبرة في كل التخصصات لكل المصالح الاستعجال والتي تتكفل باستقبال حالات كوفيد 19 على مدار الساعة دون استثناء، وقد وصل عدد المرضى الذين تم استشفائهم الى عدد هائل في مدة زمنية قصيرة وهذا مما ادى المؤسسات الصحية تزيد من وتيرة الشغل في ضل هذه الجائحة مقارنة بعدد توفر الممارسين الصحيين و الذي ادى بهم ببذل مجهودات اكبر في مواجهة المرض اذ شكلت لهم مواقف ضاغطة مسببة ازمات نفسية حادة ومرضية تأثر على مردودية العمل و النظام الصحي وهذا راجع الى تراكم عوامل ومنها مظاهر الصراع الذي يتعرضون اليه وساعات العمل المكثفة التي شكلت بما يسمى الضغط النفسي فتعرض ممارسي الصحة اثناء ممارستهم لمهامهم الى تحديات جديدة و التي تصنف من المواقف الضاغطة كمثل القلق و الضغط المدرك والخوف من العدوى و قلق الموت يكون تأثيرها سلبا على استقرارهم النفسي و الصحي وعلى ادائهم المهني ومن هنا يتم دراسة هذه المفاهيم كالتالي:

عمل الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا:

ان تحقيق الرفاهية لدى الممارسين الصحيين في الإطار المهني من الاولويات التي يجب على المؤسسات الصحية توفيرها و العمل عليها وهذا راجع الى طبيعة مهنتهم في الاستعجال و كذا المواقف الضاغطة التي يتعرضون لها و تكثف ظروف عملهم وخاصة في جائحة كورونا ففعالية الممارسين الصحيين في هذه الظروف مهمة جدا في التكفل بالمرضى و توفير رعاية شاملة وهو الدور الذي اعطى مفهوما واسعا لدى الممارسين الصحيين فظروف العمل الغير الامنة هي من بين الاسباب الرئيسة للاضطراب في صفوف الممارسين الصحيين والارهاق المهني ليأثر سلبا على سلامة المرضى

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

كحدوث الاخطاء الطبية فتعتبر هذه الظروف الغير الامنة مثل القلق و الضغط تؤدي الى امراض واصابات مهنية ومع ظهور جائحة كورونا لقد فرض وباء COVID-19 SARS COVID تحديات غير مسبوقة على أنظمة الرعاية الصحية بشكل شامل ، مع تأثيرات كبيرة على الصحة العقلية والرفاهية الاجتماعية للعاملين في مجال الرعاية الصحية في الخطوط الأمامية ، في حين ثبت أن العاملين في مجال الرعاية الصحية او الممارسين الصحيين لديهم درجات أعلى في المرونة من عامة السكان . فهم يواجهون مطالب فريدة في مكان العمل ويتعرضون لمخاطر غير متوقعة منها الاكتئاب والإرهاق والانتحار أثناء.

الحياة اليومية ومع ظهور ازمة جائحة كورونا أبلغت اللجنة في الخطوط الأمامية عن مستويات أعلى من القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة حيث تكلمت مقالة عن "ضرورة مراقبة أداء

المؤسسات الصحية فيما يتعلق بوضع أنظمة وبرامج لمكافحة العدوى وأمن سلامة الأطقم الطبية، والتأكد من مدى توافر الإمكانيات، وتشجيع العاملين على الإبلاغ، ومراقبة التعقيم والتطهير، وتوعية والتعامل مع كل مريض على أنه إيجابي ومصدر للعدوى.

فكيف يستجيبون لهذه الأضرار النفسية الاجتماعية خلال الظروف الفريدة لـ جائحة COVID-19 و التي هي غير مفهومة جيداً .

وثُعدّ العدوى التي قد يتعرض لها الأطباء والعاملون في القطاع الصحي من القضايا الصحية المهمة والتي تفوق في تأثيرها قطاعات أخرى، والأسباب لا تنتهي، منها أنهم ينتقلون بين المرضى، وبذلك قد يتسببون في نقل المرض إلى غير المصابين به، وأنهم يعودون إلى أسرهم، وقد يتسببون في نقل المرض إليهم، فمسببات العدوى بالمستشفيات قد تتصف أحياناً بشراستها ومقاومتها للمضادات الحيوية، إضافة إلى أنهم قد يسقطون ضحايا للمرض يحاولون البحث عن علاجه، ما يجعل من حماية العاملين في

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

القطاع الصحي من العدوى ضرورةً قصوى (.نجوى طنطاوي كاتبة صحفية مصرية متحصلة على درجة الماجستير في العلوم البيئية بجامعة عين شمس.

يقول أمجد الخولي، استشاري الوبائيات بمنظمة الصحة العالمية: إن كورونا المستجد جدد الحديث عن العدوى بين العاملين في القطاع الصحي، وتوجد العديد من حالات العدوى والإصابة به بين الأطقم الطبية، ولكن لا تتوافر إحصاءات دقيقة، موضحاً أنه في البداية كانت السلطات الصحية تبلغ المنظمة عن الإصابات بين العاملين بالقطاع، ولكن مع انتشار الوباء لم يتم تحديث البيانات.

وحول ما إذا كان العاملون في مستشفيات العزل يحتاجون إلى إجراءات إضافية لحمايتهم من العدوى، يقول "الخولي" "للعلم: تنفيذ الاحتياطات المعيارية الأساسية مع المخالطين ومع المرضى يحمي العاملين في القطاع الصحي وأسره من العدوى .ويقصد بالاحتياطات المعيارية الاحتياطات الواجب اتباعها عند العناية بالمرضى في المنشآت الصحية للحد من انتقال العدوى، على أن تكون هذه الاحتياطات جزءاً من الممارسات المتبعة مع كل المرضى في كل المستويات، بصرف النظر عما إذا كانوا مصابين بأمراض معدية أم لا.

وعن ارتداء البدلة الصفراء في مستشفيات العزل ومدى جدواها يوضح "الخولي" "أن" الرداء الأصفر ظهر به أطباء العزل مع نقشي فيروس " الإيبولا "بسبب حظر التماس بالدم، أما" كورونا المستجد "فبعد أن ثبت انتقاله بشكل رئيسي عن طريق إفرازات الجهاز التنفسي لم يعد يُنصح بارتدائه في مستشفيات العزل الخاصة بفيروس كورونا، والأفضل ارتداء الواقيات التي تُستخدم لمرة واحدة.

وهناك نصائح نشرتها منظمة الصحة العالمية للعاملين في القطاع الصحي بغية الاعتناء بصحتهم، منها الحصول على قسطٍ كافٍ من الراحة بين المناوبات وبعد ساعات العمل، والاهتمام بالتغذية الصحية، وممارسة الرياضة، والتواصل مع الأسرة والأصدقاء، إن لم يكن تواملاً مباشراً بسبب ظروف العمل فليكن عبر التليفون ومنصات السوشيال ميديا.

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

تاج الدين : "يحدد قطاع الطب الوقائي بوزارة الصحة المصرية برامج لمكافحة العدوى، من المفترض أن تلتزم بها المستشفيات، وسبق للإدارة المركزية للشؤون الوقائية بإدارة مكافحة العدوى أن أصدرت دليلاً إرشادياً لمكافحة عدوى المنشآت الصحية، يتضمن الاحتياطات الواجب اتباعها عند العناية بالمرضى في المنشآت الصحية للحد من انتقال العدوى، وهي احتياطات تتم مع كل المرضى، بصرف النظر عما إذا كانوا مصابين بأمراض معدية أم لا، وتشمل الاحتياطات القياسية نظافة اليدين وأدوات الوقاية الشخصية ونظافة البيئة والتخلص الآمن من الأدوات الحادة والمخلفات، ويؤدي الالتزام بالاحتياطات القياسية (نجوى طنطاوي كاتبة صحفية مصرية متحصلة على درجة الماجستير في العلوم البيئية من جامعة عين شمس).

- مجلة العلوم القانونية و الاجتماعية (استراتيجيات المواجهة لدى أطباء مصلحة كوفيد 19)

شطة عبد الحميد المركز الجامعي أفلو - الأغواط .

المواقف الضاغطة في جائحة كورونا:

مفهوم الضغط النفسي:

ونقصد به هو شعور الفرد بالقلق و التوتر بسبب العديد من المؤثرات داخل بيئة العمل خاصة في ظروف جائحة كوفيد 19 (SARS COVID) و التي تنجم عنه اثار سلبية تلحق بصحة الفرد سواء على الناحية الجسمية او النفسية او المعرفية .

يعرف على أنه مجموعة انفعالات تؤثر على الفرد نفسيا وجسميا وهذا التأثير له عوامل خارجية وداخلية

(عبد الستار، 1998 115)

ويعرف أيضا على أنه رد فعل بدني وانفعالي اتجاه مواقف التهديدية في البيئة.

(. طه . ع وحسين. 21 ، 2006،)

الفصل الثاني: استراتيجيات المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

يتبين لنا من خلال التعاريف التي تناولت مفهوم الضغط النفسي أن الضغط ينشأ من تراكم مشكلات

مصدرها داخلي أو خارجي، ويتمظهر في استجابة انفعالية حادة ومستمرة تؤدي به الى

فقدان توازنه النفسي

مصادر الضغط:

لقد حظيت مسألة تحديد مصادر الضغوط باهتمام العديد من الباحثين، نظرا لاختلاف هذه المصادر

والأسباب من فرد لآخر ومن مرحلة لأخرى من المراحل النمائية التي يمر بها.

دراسات نفسية و تربوية (مجلد 12، عدد 1، فيفري 2019 / ص 243)

توجد حولنا في جميع البيئات النفسية (مدرجات الفرد)، الاجتماعية (الحالة العائلية)... مما يستدعي

التعامل معها لمواجهةها. فحسب أبحاث (Sely دون سنة).

تتلخص مصادر الضغط في الضغوط النفسية الجسدية، كالإصابات والجروح والآلام الجسمية والأصوات

المزعجة والحوادث.

عوامل الضغط الاجتماعي: مثل الصراعات المهنية والظروف الحياتية المعيشية الصعبة والخلافات

الأسرية وصعوبات العلاقات الاجتماعية و الشخصية والعزلة الاجتماعية...

(عن النابلسي احمد، 199)

ويرى سمير شيخاني أنه يمكن تصنيف مصادر الضغوط إلى فئتين :

مصادر خارجية يمكن إجمالها في النقاط التالية : البيئة الخارجية، الضجيج، الكوارث الطبيعية،

الزلازل... إلخ -التفاعل الاجتماعي، العدوانية من طرف الآخرين، التسلط... إلخ -التنظيمية، القواعد،

الأنظمة والقوانين، الروتين، المواعيد المتأخرة أحداث الحياة الرئيسية، موت قريب، فقدان وظيفة عمل،

الترقية... إلخ -المشاحنات اليومية .

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

- المصادر الداخلية ويمكن إجمالها في : خيارات نمط الحياة، نوم غير كافي، جداول عمل مثقلة...إلخ
الحديث الذاتي السلبي، التفكير المتشائم، النقد الذاتي... إلخ - .التوقعات غير العقلانية، أخذ الأمور بطريقة شخصية، المبالغة، التصلب، التفكير في أخذ كل شيء...إلخ.
-بعض سمات الشخصية والشخصية الكمالية (السعي وراء الكمال)، مدمن العمل...إلخ (سمير شيخاني
-عوامل الضغط النفسي:

كالقلق والتعب النفسي والمخاوف على أنواعها والأخطار المهددة للحياة

-أنواع الضغط النفسي:

ميز الباحثين أنواع عديدة من الضغط النفسي، حيث يرون أنه يختلف باختلاف العوامل المؤثرة فيه ومن هاته الانواع نجد:

1 - **الضغط الايجابي**:وهو ساسي في البحث على التحريض والادراك، موفرا للاثارة التي يمس اليها الاضطرار إلى الكفاح... فالتوتر والتنبيه ضروريان للتمتع بكثير من مظاهر الحياة يوفر حس الالاحاحية والتيقظ الذي نحتاج اليه للحياة عندما نواجه حالات مهددة

(محمد، ح، 2008 / ص 18)

2- **أما الضغط السلبي**: هو الضغط الذي له تأثير مؤذي على الصحة العقلية والجسمية والروحية فيشعر الفرد بالغضب، والاحباط والخوف والاكنتاب فهو مسؤول عن الاضطرابات الهضمية والجلدية والارق والقروح، فهو مسبب الاول والاكبر ضرر في صحة الانسان

في حين يرى بعض الباحثين أن هناك ثالث أنواع من الضغط النفسي حسب مستوى الشدة وهي:

-**ضغوط بسيطة**: تستمر من ثواني إلى ساعات طويلة، نتيجة مضايقات الصادرة من أشخاص

تافهين أو أحداث قليلة الاهمية في الحياة.

-ضغوط متوسطة: تستمر عادة من ساعات إلى أيام مثال مقابلة شخص غير مرغوب فيه، ألم معدة.

-ضغوط شديدة: تستمر أسابيع إلى أشهر وسنوات

إضافة إلى أنواع أخرى نجدها في أدبيات الدراسة سيما منها: ضغوط أثناء الصدمة، ضغوط مابعد الصدمة، ضغوط مفاجئة وغيرها . (سمير، ش، دت، 13)

تعريف الضغط المدرك :

لقد تباينت وجهات نظر الباحثين فيما يخص تعريف الضغوط لا سيما في ظل استخدام البعض لمصطلح الضغط بصورة ملتبسة مع مصطلحات أخرى بديلة، وهذا ما يؤكد هميكانيك (د، س) في إشارته إلى أن بعض الباحثين يستخدمونه بصورة متداخلة في معناه مع متغيرات أخرى كالشعور بالضيق والقلق، لذا كان من الصعب تحديد تعريف شائع متفق عليه لهذا المصطلح (عن شلوف معطي، 2005) نجد سيلي يستخدم مفهوم الضغط للدلالة على كل رد فعل أو استجابة غير محدّدة يصدرها الجسم إزاء أي مطلب. (Bloch in 1994)

ويتفق معه تعريف دائرة علم النفس 1996 التي ترى أن الضغوط ما هي إلا استجابات فسيولوجية ونفسية للمواقف والأحداث التي تفسد وتترك توازن الكائن الحي، وهي تتولد من مصادر متعددة وتسبب استجابات متنوعة بدرجة كبيرة، بعضها سلبي والآخر إيجابي، وبالرغم من دلالتها السلبية إلا أن الكثير يعتقد أن بعض مستويات الضغوط تعتبر ضرورية للحصول على السعادة والصحة النفسية.

(عن بهنسيي أبو الفتوح، 2005)

من خلال ما سبق يبدو أن هذه التعاريف تنظر للضغط على أنه استجابة داخلية وسلوكية لمثير مهدّد أو مزعج. فالضغط عبارة عن علاقة خاصة بين الفرد والبيئة، يعكسها انخفاض التلاؤم بينهما، مما يسبب

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

للفرد التهديد وعدم التوازن. أي أن الفرد يقدر حدود تلك العلاقة على أنها حدود تتجاوز إمكاناته ومؤهلاته وتزعج راحته النفسية.

هو استجابة نفسية تترافق باضطراب التوازن الفسيولوجي الذي يظهر على شكل مجموعة من الأحاسيس الذاتية كالتعب، الإحباط، الإنهاك الفكري... والذي يبدو من خلال سلوكه الخارجي الذي يترجم في مدى التوافق الاجتماعي .

وتتغير هذه الأحاسيس حسب الإدراك المعرفي لمصدر الضغط، وقد تم تحديد درجته عند مجموعة الدراسة من خلال مقياس الضغط المدرك .

عرفه فونتان 1995 على انه عبارة عن مجموعة من الاستجابات المعرفية الوضائفية و العضوية والحركية الصادرة عن الفرد اما مثيرات تتجاوز قدراته في تسيرها بعنى اصدار سلوكيات ملائمة

-عناصر الضغط النفسي:

يري سيزالجيوالس أن خبرة الضغوط النفسية لدى الفرد تنشأ عن حالة عدم اتزان نفسي أو فيزيولوجي أو اجتماعي وتحدد هذه الحالة من خلال ثلاثة عناصر هي (مثير-الاستجابة-التفاعل) فعنصر مثير يتمثل في القوى المسببة للضغط والتي تقضي الى الشعور بالضغط النفسي وقد يأتي من البيئة أو منظمة العمل أو الفرد ذاته مثال ذلك تعطل الة الرئيسية في وقت حرج يمثل عامل مثيرا أو موقف ضاغط مراقب الانتاج .

أما عنصر التفاعل يعد من العوامل المثيرة للضغط والاستجابة له، وهذا التفاعل مركب من تفاعل العوامل البيئية والعوامل التنظيمية بالمؤسسة الشخصية وما يترتب عليها من استجابات وانفعالات.

-نظريات الضغط النفسي:

لقد تعددت الاتجاهات النظرية التي فسرت الضغط النفسي بتعدد الاسس التي اعتمدت عليها ومن هاته النظريات نجد:

-نظرية التحليل النفسي: حسب فرويد أن دينامية الشخصية تقوم على التفاعلات المتبادلة وعلى الصراع بين هذه المكونات، فهو يمثل الجانب البيولوجي للشخص والذي يسعى الي تحقيق الاشباع والرغبات الغريزية، في حين مكون الانا لا يسمح لهذه الرغبات الغريزية بالاشباع لكونه لا يتناسب مع قيم ومعايير المجتمع، ويتم ذلك عندما يكون الانا قوية، لكن عندما تكون الانا ضعيفة لا يستطيع موازنة بين مطالب الهو ومتطلبات الواقع، فيقع الفرد فريسة للصراعات والتوترات والضغط النفسي

(شارفخوجة، 2010،، 44ص)

-النظرية الادراكية : لشارلزسبي ليلجر :تعتبر هذه النظرية مقدمة ضرورية لفهم نظريته في الضغوط ويعتبر الضغط الناتج عن ضاغط معين مسببا لحالة القلق ويهتم كذلك فانه يسمي بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد، فتشير الى التقدم والتفسير الذي خاص على أنه خطيرا ومخيف.

(الراشدي، ت 10 / 1999)

-النظرية الفيزيولوجية :لهانز سيلبي :تعتبر سيلبي أن الضغط يحدث حينما تفشل الجسم العادية في أحداث العادية في إحداث توازن وتوافق معدات الطرف أن أي موقف يكون ضاغط اذ لم يستطع الكائن أن يتكيف معه بسهولة، وبهذا التحليل يقوده سيلبي يشبه نظرية كانون للطوارئ ولكنه يزيد عنه من ناحية أنها تظهر الدور الذي يقوم به الجهاز الغددي بالإضافة الى للجهاز العصبي .

(ألتو BUCK، 1988، 53)

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

-نظرية هنري أموري :حسب موراي أن الحاجة والضغط مفهومان أساسيان، حيث يمثل الحاجة محددات مؤثرة والجوهرية للسلوك أما مفهوم الضغط بأنه صفة موضوع بيئي أو لشخصي تسيير أو تعرقل جهود الفرد لبلوغ هدف معين ،كما ميزموراي بين نوعين من الضغوط كما يدركها الفرد كما يلي:

-ضغط بيئا :تشير الى دالة موضوعات البيئة والاشخاص كما يدركها الفرد.

-ضغط ألفا :تشير الى خصائص موضوعات ودلتها.

كما يشير موراي أسلوب الفرد يرتبط بالنوع الاول ويؤكد على هذا مفهوم تكامل الحاجة ولكن عندما يحدث التفاعل بين موقف الحاضر والضغط والحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا .

(الخفاجي، عبد النبي، 2011 ،ص160)

-نظريات التقدير معرفي لريتشارد الزاروس :ترى هذه النظرية أن ما يعتبر ضاغطا بالنسبة لفرد ما لا يعتبر بالضرورة لفرد آخر، ويتوقف هذا على سمات شخصية الفرد وخبرته الذاتية ومهاراته في تحمل الضغوط وحالته الصحية كما تركز على عوامل ذات صلة بموقف نفسه قبل ظهور التهديد وكم هو الحاجة التي تهدد الفرد وأيضا عوامل البيئة الاجتماعية كالتغير الاجتماعي ومتطلبات الوظيفة.

(السيد، 2001 ،ص 101)

ما يمكن استنتاجه من خلال قراءة النظريات المفسرة للضغط النفسي رغم اختلاف وجهة نظرهم الا أنهم أجمعوا على أن الضغط النفسي هو حالة نفسية تهدد الصحة النفسية للفرد، وتشعره بالتوتر والقلق ما يؤدي به الى فقدان توازنه النفسي والاجتماعي والمهني، حيث أن النظرية البيولوجية تعتبر الضغط النفسي ناتج عن التغيرات الفيزيولوجية التي تحدثها مواقف الضاغطة وبين الاستجابة الفسيولوجية التكيفية وفق ثلاث مراحل(مرحلة الانذار، مرحلة المقاومة، مرحلة الاجهاد)أما أنصار النظرية المعرفية فهم يفسرون

الفصل الثاني: استراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين اثناء المواقف الضاغطة

الضغط النفسي على أنه ينتج أساساً من خلال التفاعل الدينامي بين الفرد ومحيطه (بيئته)، في حين تفسر نظرية التحليل النفسي الضغط النفسي على أنه عبارة عن صراعات لا شعورية على مستوى الجهاز النفسي للفرد وهو عبارة عن صراع بين النزاعات الغريزية والمجتمع الذي يعيش فيه الفرد والصراع يكون بين مكونات الجهاز النفسي هو والانا والانا الاعلى، وبذلك يلجأ الفرد الي استخدام اليات الدفاعية، بينما النظرية السلوكية فهي ترى أن الضغط النفسي ينشأ من خلال عملية التعلم، حيث يتم معالجة المواقف الضاغطة التي يواجهها الفرد من حين إلى اخر هذا حسب الخبرة السابقة له، والتي من خلالها يصنفها مخيفة أو مقلقة .

ان أساس عملية التعلم يتجلى في الربط بين منبه الشرطي واستجابة الفرد، و الضغط النفسي حسب السلوكيين يقيد الفرد في أن يتعلم أسلوب حل مشاكلات، أما هنري موراي فهو يفسر الضغط النفسي انطلاقاً من الحاجات ومدى اشباعها، ويعتبر كل من الضغط والحاجة مفهومان أساسيان فالحاجة بالنسبة له هي محدد جوهري للسلوك والضغط هو محدد ومؤثر للسلوك في البيئة، حيث أنه ينشأ في حالة عدم تلبية واشباع حاجات الفرد، فيما ترى النظرية الادراكية أن هناك فرق واختلاف بين مصطلح التهديد والضغط. وبالتالي فمن منطوق أن الفرد عند مواجهته للضغط النفسي لا يبقى ساكناً، فهو يحاول بقدر استطاعته على مواجهته واستخدام مختلف الاساليب والانشطة التي تحد أو تقلل منه أي ما يسمى باستراتيجيات مواجهة الضغط النفسي .

(مجلة دراسات انسانية واجتماعية journal of social and Human science studies

ج/وهران 02) المجلد 11 ع 16/01 (2022//

الفصل الثالث :

فيروس كورونا Coronavirus

➤ تمهيد

➤ تعريف فيروس كورونا

➤ حقيقة كورونا و متى ظهرت

➤ لمحة عن جائحة

➤ أسباب المرض

➤ اعراض فيروس كورونا

➤ التشخيص

➤ كيف ينتشر فيروس كورونا

➤ طرق الوقاية من الفيروس

➤ العلاج

تمهيد :

تعد فيروسات كورونا فصيلة كبيرة من الفيروسات المعروفة أنها تسبب اعتلالات تتنوع بين الزكام و أمراض أكثر وخامة ,مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية ,و متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد الوخيم .و تم تحديد فيروس كورونا جديد عام 2019 , في مدينة اوهان ,الصين .و يمثل هذا الفيروس سلالة جديدة لم يسبق تحديده لدى البشر من قبل

تعريف فيروس كورونا SARS COVID

تعريف كلمة الفيروس : كائن دقيق سريع الانتشار لا يرى بالمجهر العادي و قد يكون

وسطا بين الحي و غير الحي منه أنواع عديدة تحدث الكثير من الامراض المعدية ...

- **ماهي كورونا SARS COVID :** هي سلالة واسعة من الفيروسات التي تسبب المرض للحيوان أو الإنسان عند الإنسان هي تسبب له أمراض تنفسية تتجه حدها من نزلات برد شائعة إلى أمراض اشد حدة مثل متلازمة سارس و قد سبب هذا الفيروس المكتشف مؤخرا مرض كوفيد19 (د.دزايهريو, 2021,ص255)

ما هو كوفيد SARS COVID 19 :

مرض كوفيد هو مرض معد سببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا بدا في مدينة وهان الصينية في ديسمبر 2019 و تحول لكوفيد 19 و صنفته منظمة الصحة العالمية في مارس 2020 بالجائحة نظرا لتفشيته في معظم بلدان العالم في مدة زمنية وجيزة .

فيروس كورونا : ينتمي إلى فصيلة الكوروناويات المستقيمة ضمن فصيلة الفيروسات

التاجية ضمن رتبة الفيروسات العشية ' و تعد فيروسات كورونا فيروسات مغلقة مع جينوم

حمض نووي ريبوزي مفرد السلسلة موجب الاتجاه كما تمتلك قفيصة منواة حلزونية متماثلة

يبلغ حجم جينوم فيروسات كورونا حوالي 26 إلى 32 كيلو قاعدة و هو الأكبر بين فيروسات النوي الريبوزي.

و يعرف فيروس كورونا أيضا: هو وباء يستهدف أساسا الجهاز التنفسي ويهاجم خلاياه.

لمحة عن جائحة كورونا :

ظهرت في الصين أواخر 2019 وانتقل الى غالبية الدول، التي لم تعد قادرة على السيطرة عليه، وقد تسبب في اصابات متسارعة ووفيات يومية، مما جعل العالم بأسره يعيش حالة من الذعر والقلق في مارس 2020 " . مرض فيروس كورونا 2019 كجائحة" .

(2020 وتتمثل خطورة المرض أساسا في سرعة انتقاله حيث تحدث العدوى إما مباشرة من شخص لآخر بواسطة الملامسة، الرداد الصادر من المصاب وينتقل بطريقة غير مباشرة عن طريق المفرزات التنفسية التي تبقى على الأسطح.

أما أعراض المرض فهي تتمثل في الحمى، السعال، الصداع، التعب وضيق التنفس. ومنه فإن كل الأفراد الذين هم في اتصال مع المرضى المؤكدة اصابهم يحملون خطر الاصابة ونقل المرض. ولعل أكثر المعرضين لهذا الخطر هم الأطباء وأعاون الصحة، لأنهم ملزمون بالتعامل مع هؤلاء المصابين.

ورغم وجود العديد من الاجراءات لتفادي انتقال العدوى الا أنها لم تكن كافية لمنع اصابة الأطباء وأعاون الصحة.(مزوزي ,مسعود ليلي , 2020,ص57)

- ماهي أسباب المرض:

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

- تنفس قطرات من السعال أو العطاس لشخص مصاب.

- لمس الأسطح الملوثة بالفيروس، مثل طاولة أو مقبض الباب، ومن ثم لمس الأيدي الملوثة للفم أو الأنف أو العينين.

- التواجد حول الحيوانات التي تحمل الفيروس، أو تناول اللحوم غير المطبوخة أو غير المطبوخة بشكل جيد أو المنتجات الحيوانية التي تحتوي على الفيروس. (وزارة الصحة ووقاية المجتمع, 2020, ص3)

اعراض فيروس كورونا:

تظهر الاعراض من يومين إلى 14 يوم وهي فترة الحضانة ارتفاع درجة الحرارة اكثر من 37 :

عادة ما يصاب مريض فيروس كورونا المستجد بارتفاع متزايد في درجة الحرارة الجسم.

- صعوبة في التنفس:

ايضا يتسبب فيروس كورونا في الشعور بالضيق وصعوبة في التنفس وتزداد المشكله بمرور الوقت.

- سعال جاف والمستمر:

عادة ما يكون سعال فيروس كورونا بدون بلغم ويستمر دون انقطاع مع الشعور بالألم في الحلق

ولكن بمرور الوقت يمكن ان يصاحب السعال بالغم.

-التهاب الحلق:

يعاني مريض فيروس كورونا بالتهاب الحلق نتيجة الإصابة بدل الفيروس مع شعور بالألم

وصعوبة البلع وعليه فان فيروس كورونا يصيب الرئتين.

- فقدان حاسة الشم و الدوق .

- الام في العضلات .

- الصداع.

-الاسهال .(د.بوعموشة,د.بشنة, 2021,ص61)

- التشخيص :

يتم تشخيص فيروس كورونا عن طريق ثلاث وسائل :

- PSR اختبار المسحة البلعومية .

- اختبار تحليل الدم .SEROLOGIE COVID.

- الفحص الإشعاعي . SCANAIR .

العلامات والأعراض تظهر خاصة إذا كان الشخص:

- يعيش في منطقة تفشي الفيروس التاجي الجديد.

- سافر مؤخرًا من أو إلى منطقة تفشى فيها الفيروس

- يوفر الرعاية أو يعيش مع شخص تم تشخيصه بالفيروس التاجي الجديد.

(د.بوعموشة,د.بشنة, 2021,ص57)

كيف ينتشر فيروس كورونا :

- ينتقل عن طريق المصافحة و التقرب من الاشخاص المصابين بهذا الفيروس لذا يجب

تجنب التجمعات وضرورة .

-البقاء في البيت للحد من انتشار العدوى .

الحالات الأكثر تضررا من الفيروس :

- مرضى السرطان ,السكري, المدخنين, مرضى الكلى المزمن ,الربو ,وكل من لديه نقص

في المناعة

مضاعفاته :

يمكن ان يسبب مضاعفات تؤدي للوفاة مثل :

- التهاب الرئوي .
- فشل عدة اعضاء في الجسم .
- الاصابات الحادة.

طرق الوقاية من الفيروس:

- وضع المرفق أو المنديل أثناء العطس و التخلص منه بعدها.
- احمي نفسك بالكمامات أثناء مخالطة الأشخاص .
- احترام مسافة الأمان .
- تجنب التواصل مع المصابين .
- غسل اليدين جيدا واستعمل معقم اليدين.(انطوان بيليسو,2020,ص20)

العلاج:

- لا يوجد علاج محدد للمرض الذي يسببه فيروس كورونا...
- غير أن العديد من أعراضه يمكن معالجتها ,و بالتالي يعتمد العلاج على الحالة السريرية للمريض.
- و قد تكون الرعاية الدائمة للأشخاص المصابين بالعدوى ناجحة للغاية..
- يمكن ايجاد لقاح يقي منه .
- لقاح فايزر من صنع امريكي .
- لقاح سيوتنيك لقاح روسي .
- لقاح استرازينيكا لقاح انجليترا .
- لقاح سينوفاك لقاح صيني .(ادارة الصحة العامة,2020,ص09)

اهم المواقف الضاغطة التي خلفها فيروس كورونا عند الممارسين الصحيين:

تمكن فيروس كورونا من تغيير نمط الحياة عند البشرية وبما ان الجانب المهني هو جزء لا يتجزأ من الحياة اليومية عند الفرد فاصبح هذا التغيير يشكل مواقف الضاغطة لإحداثية الموقف كما حصل عند الممارسين الصحيين اثناء تأدية مهامهم و التي تركزت حول ذاتهم في مختلف الضغوطات لما واجهوه من مواقف جديدة ومرعبة شكلت لهم سلوكيات تسبب من خلالها إرهاق وضعف نفسي وبدني فمن خلال الخبرة التي تم التعايش معها قد تم تحديد بعض المواقف الجديدة التي شكلت ضغوطات كمثل ظهور اول حالة و نقلها الى المستشفى وتغيير في وتيرة الوقت التي لا تناسب الحياة الطبيعية لدى الممارسين بما فيها انتقال الطاقم الطبي الى الفنادق لمدة معينة تزامنا مع فترة الحجر خوفا من نقل العدوى الى عائلاتهم كما تمثلت مواقف اخرى ففهم من فقد زميله في العمل جراء هذا الفيروس ومنهم من حرم نفسه من عائلته وكل اصدقائه خوفا عليهم واصبح كل وقته مشغولا بالعمل كما اصبح النظام الداخلي للمؤسسات الصحية تحت ضغط على الممارسين الصحيين وكذا نقص الامكانيات التي جعلت منهم في دائرة الحيرة.

فهم جدا فهم استراتيجيات المواجهة التي كان يعتمد عليها الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا رغم هذه المواقف الضاغطة التي من الممكن ان تؤثر على الصحة النفسية و العقلية وحتى في ارادة و مردودية عملهم واستقرارهم في المحيط المهني ومن هنا سنتم دراستنا من خلال تطبيق ميداني تم اجرائه مع عينة من الممارسين الصحيين في مختلف المصالح الخاصة باستقبال حالات كوفيد 19 SARS COVID .

اهم المصالح الطبية لفيروس كورونا :

مع بداية جائحة كورونا تم تجهيز خمسة مؤسسات استشفائية و تسعة مؤسسات عمومية جوارية يتم فيها التكفل ما بين التشخيص و الاستشفاء حيث تم تجنيد فيها الممارسين الصحيين لاستقبال المرضى المصابين بفيروس كورونا و استشفائهم ومن بين هذه المؤسسات :

- المؤسسة الاستشفائية الجامعية 1 نوفمبر .

- المركز الاستشفائي الجامعي بن زرجب (بلاطو).

- المؤسسة العمومية الاستشفائية مجبر التامي (عين الترك).

- المؤسسة العمومية الاستشفائية لطب الاطفال (كنستال).

- المؤسسة العمومية الاستشفائية المحقن .

*كما تم توفير المؤسسات العمومية للصحة الجوارية و التي يتم فيها استقبال وتشخيص الحالات الجديدة من اجل توجيههم الى الاستشفاء و القيام بالاتصال بالمحيط العائلي للشخص المصاب بالفيروس من اجل التكفل بهم و تفادي انتشار العدوى .

*كما خصصة فرق طبية خاصة بالاستشفاء المنزلي من اجل تخفيف الضغط على المؤسسات و

خاصة بدوي الاحتياجات الخاصة

وعلى مستوى مديرية الصحة و السكان تم تشكيل خلية دائمة لمراقبة انتشار وباء كورونا مكونة من طاقم طبي يقوم بتسيير الازمات و التنسيق بين المؤسسات التي تستقبل المرضى في ضل هذه الجائحة يعمل بشكل يومي على مدى الاسبوع.

(د بوخاري يوسف رئيس مصلحة الوقاية لمديرية الصحة و السكان لولاية وهران)

الجانب التطبيقي الفصل الرابع
الاجراءات المنهجية للدراسة

الدراسة الاساسية

أدوات القياس

1- دراسة الخصائص السيكومترية .

2- مواصفات العينة .

3- دراسة فرضيات الدراسة

الدراسة الاساسية :

أدوات القياس:

تم استخدام مقياس the Brief Copé Scale لقياس المتغير المستقل المتمثل في الكوبينغ

أو استراتيجيات المواجهة. وهي الأداة المختصرة من مقياس The full COPE والذي يتكون من 60 فقرة، وتم اختصاره الى 28 فقرة نظرا لطول الاختبار الأصلي وأيضا الملاحظات التي سجلت بخصوص تكرار الفقرات وقلة صبر المفحوصين في انهاء فقرات الاختبار. وتتكون النسخة المختصرة من 3 ابعاد اساسية المتمثلة في المشكل الانفعال والتجنب و 14 بعدا فرعي تضم فقرتين في كل بعد وتشمل الكوبينغ النشط، التخطيط، الامتناع الإيجابي، التقبل، الفكاهاة، الدين، الدعم الانفعالي، الدعم المادي، التسلية أو الالهاء، الانكار، التنفيس، التعاطي، عدم الالتزام السلوكي، ولوم الذات. (Carver, 1997).

1- دراسة الخصائص السيكومترية

1-1 حساب ثبات أداة الكوبين

جدول رقم 01 بين ثبات معامل ألفا كرو نباخ

	قيمة الفا	
الفا كرو نباخ	0,718	اداة كارفر

يبين جدول رقم 01 ثبات الفا كرو نباخ على انه ثبات جيد .

2- حساب صدق اداة الكوبينغ

1-2 حساب صدق الارتباطات المتعددة ما بين ابعاد الكوبينغ و الكوبينغ الكلي.

جدول رقم 01:

الارتباطات			
التجنب	الانفعال	المشكل	
0,419	0,862	0,787	الكلي
دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	الدلالة المعنوية

بما ان جدول رقم 02 بين لنا ان الابعاد الثلاث دالة مع اختبار الكوبينغ فان الاداة صادقة

2-2 جدول رقم 02: يبين حساب صدق الارتباطات المتعددة ما بين الابعاد الفرعية للمشكل و بعد

المشكل

الارتباطات			
التخطيط	الامتتاع الايجابي	الدعم المادي	الكوبينغ النشط
0,775	0,768	0,564	0,762
دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	دالة عند 0,01

ملاحظة :

نلاحظ من خلال الجدول رقم 03 بان القيم الارتباطية للأبعاد الفرعية و المتمثلة في (الكوبينغ النشط , الدعم المادي , الامتناع الايجابي , التخطيط) دلة عند 0,01 وهذا مما ياكّد على انتماء الابعاد الاربعة الى بعد المشكل و بالتالي نتأكد من الصدق الجيد للأداة .

3-2 جدول رقم 03: يبين حساب صدق الارتباطات المتعددة ما بين الابعاد الفرعية للانفعال و بعد الانفعال .

الارتباطات						
الانفعال	الدعم	التنقيس	الفكاهة	التقبل	الدين	لوم الذات
الانفعالي	0,649	0,600	0,357	0,569	0,531	0,437
الدلالة	دالة عند	دالة عند	دالة عند	دالة عند	دالة عند	دالة عند
المعنوية	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01

ملاحظة:

نلاحظ من خلال الجدول رقم 03 بان القيم الارتباطية للأبعاد الفرعية الستة و المتمثلة في (الدعم الانفعالي , التنقيس , الفكاهة , التقبل , الدين , لوم الذات) دلة عند 0,01 وهذا مما ياكّد على انتماء هذه الابعاد الى بعد الانفعال و بالتالي نتأكد من الصدق الجيد للأداة.

4-2 جدول رقم 04: يوضح حساب صدق الارتباطات المتعددة ما بين الابعاد الفرعية للتجنب و بعد التجنب .

الارتباطات				التجنب
عدم الالتزام السلوكي	التعاطي	الانكار	التسلية	
0,551	0,550	0,503	0,469	التجنب
دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	دالة عند 0,01	الدلالة المعنوية

ملاحظة

من خلال الجدول رقم 04 تبين بان القيم الارتباطية للأبعاد الفرعية الاربعة و المتمثلة في (التسلية , الانكار , التعاطي , عدم الالتزام السلوكي) دلة عند 0,01 وهذا مما ياكّد على انتماء هذه الابعاد الى بعد التجنب و بالتالي نتأكد من الصدق الجيد للأداة

ما تبينه الجداول اعلاه الذي يوضح ان الاداة كارفر كوبنغ تتمتع بخصائص سيكو مترية جيدة .

2- مواصفات العينة :

1-2 جدول رقم 05 : يبين مواصفات العينة حسب متغير الجنس .

الجنس		الرجال	
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار
71,6%	48	23,9%	16

هذا الجدول يوضح خصائص مواصفات العينة من حيث متغير الجنس اذ يبين فئة النساء و المقدرة ب

71,6 % اكثر من فئة الرجال و المتمثلة بنسبة 23,9%.

2-2 جدول رقم 06 : يبين مواصفات العينة حسب متغير الفئة المهنية .

الفئة المهنية الوظيفية									
اخر		قابلة		ممرض في الصحة العمومية		طبيب		اخصائي نفسي	
النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية	التكرار
4,5	3	6,0	04	32,8	22	41,8	28	10,4	07

ما يوضحه هذا الجدول المتمثل في مواصفات العينة حسب متغير الفئة المهنية ان نسبة الاطباء كانت الاكبر مقارنة بالفئات المهنية الأخرى وقد تمثلت بنسبة 41,8%.

3- دراسة فرضيات الدراسة

3-1 عرض و تفسير نتائج الفرضية الاولى و التي تقول :

نتوقع استخدام استراتيجيات مواجهة مختلفة لدى ممارسي الصحة اثناء جائحة كورونا كوفيد -19

SARS COVID

3-1-جدول رقم 07: يعرض نتائج الفرضية الاولى

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
4,128	22,94	المشكل
4,704	30,53	الانفعال
2,588	14,47	التجنب

من خلال ما تبين في جدول عرض نتائج الفرضية الاولى ان الاستراتيجية الاكثر استخداما اثناء جائحة كورونا لدى الممارسين الصحيين هو بعد الانفعال بمتوسط حسابي 30,53 وانحراف معياري يقدر ب

4,707 يليه بعدها بعد المشكل بمتوسط حسابي يقدر ب22,94 و انحراف معياري ب 4,128 ثم يليه في الاخير بعد التجنب بمتوسط حسابي 14,47 وانحراف معياري 2,588.

- جدول رقم 08: بياني لبعء الانفعال .

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1,479	4,55	الدعم الانفعالي
1,435	4,31	التفيس
1,708	4,45	الفكاهة
1,485	6,05	التقبل
1,546	6,73	الدين
1,390	4,44	لوم الذات

- جدول رقم 09 : بياني لبعء المشكل

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1,431	5,88	الكويينغ النشط
1,482	5,16	الدعم المادي المعلوماتي
1,379	5,86	الامتتاع الايجابي
1,474	6,05	التخطيط

- جدول بياني رقم 10: بياني لبعء التجنب

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1,306	4,91	التسلية
1,158	3,73	الانكار
1,272	2,50	التعاطي
1,261	3,33	عدم الالتزام السلوكي

تفسير نتائج الفرضية الاولى :

ما نلاحظه على بيانات الجداول السابقة تم استخدام استراتيجية المواجهة المتمثلة في الانفعال لدى ممارسي الصحة في جائحة كورونا كوفيد -19 وقد جاء بمتوسط حسابي المقدر ب 30,53 و انحراف معياري ب 4,704 و الذي يتفرع منه ستة ابعاد فرعية متمثلة في الدعم الانفعالي ثم يليه التنفيس و بعدها الفكاهة و التقبل ثم الدين ليكون في الاخير لوم الذات .

وهذا ما نشير اليه مقارنة ببعء المشكل الذي يأتي بعده بمتوسط حسابي 22,94 وانحراف معياري ب 4,128 و الذي يتفرع منه 4 ابعاد فرعية متمثلة في الكوبينغ النشط و بعدها الدعم المادي المعلوماتي ثم الامتناع الايجابي و التنفيس .

وفي المرتبة الاخيرة نرى بعد التجنب بمتوسط حسابي 14,47 وانحراف معياري 2,588 و الذي ايضا لديه ابعاد فرعية متمثلة في التسلية ثم الانكار وبعدها التعاطي و في الاخير عدم الالتزام السلوكي.

تستخدم المصادر المعرفية والسلوكية لدى الفرد بغرض ضبط والتحكم في الحاجات الداخلية والخارجية والصراعات الناجمة عن المواقف الضاغطة او التغاضي عنها والحد منها.

وتعتبر استراتيجيات المواجهة الشكل الذي يقوم الفرد من خلاله الى انتهاج او تبني نمط سلوكي لمواجهة تلك المواقف الضاغطة (Wang and al.,2022).

وقامت العديد من الدراسات بتصنيف استراتيجيات المواجهة حسب طرق المواجهة المختلفة، ونجد ان التصنيف الأكثر شيوعا حاليا هو الذي يعتمد على بعدين:

- استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو حل المشكل.
- استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو الانفعال.

وعادة ما ينظر الى استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو حل المشكل على انه سلوك تكيفي ينتج عنه نتائج أكثر إيجابية من استراتيجيات المواجهة الموجهة نحو الانفعال التي أتت في المرتبة الأولى في هذه الدراسة والتي خصت ممارسي قطاع الصحة. ويعتبر احيانا اتجاها سلوكيا لا تكيفيا فلهذا يمكن اعتبار هذين الاتجاهين (التكيفي واللاتكيفي) على اساس انهما كوبينج ايجابي وكوبينج سلبي). وتتمثل اهم السلوكيات ضمن الكوبينج الإيجابي في الاستجابات النشطة والتخطيط والفكاهة والتقبل والدين وايضا كيفية استخدام الدعم العاطفي والمادي، في حين يشمل الكوبينج السلبي مجموعة من السلوكيات كالإنكار وتأنيب الضمير وتناول المخدرات (Wang and al. 2022) .

وتتماشى استراتيجيات التعامل التي يستخدمها ممارسو القطاع الصحي، سواء الانفعال أو حل المشكل مع الإطار الذي يقدمه Lazarus et Folkman (1984).

ان استخدام أسلوب الانفعال من خلال التقبل واستعمال الجانب الديني والتنفيس، قدم نتائج جيدة لدى العديد من ممارسي القطاع الصحي، حيث تعمل على التخفيف من حدة الاجهاد والضغط من خلال التحكم الداخلي والدعم الخارجي، وتجنب أو إنكار أو استخدام أنماط تفكير محددة للمساعدة في تقليل آثار الضغوط الناجمة أثناء جائحة كوفيد 19 SARS COVID.

كما تقدم الاستراتيجيات التي تركز على حل المشكل مجموعة من الحلول المتباينة ما بين ممارسي الصحة وفق التحديات والحالات.

2-3 عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية التي تقول :

تختلف استراتيجيات المواجهة حسب جنس ممارسي الصحة في ضل جائحة كورونا

2-3 جدول رقم 11 : يعرض نتائج الفرضية الثانية .

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ن	الجنس	
4,899	23	16	ذكور	المشكل
3,897	22,92	48	اينات	
5,209	30,06	16	ذكور	الانفعال
4,572	30,69	48	اينات	
2,955	14,06	16	ذكور	التجنب
2,473	14,60	48	اينات	

جدول بياني رقم 12: يدرس قيمة t-test

الانفعال	t.tst قيمة	درجة الحرية	الدلالة المعنوية	غير دالة
الانفعال	0,457	62	0,649	غير دالة
المشكل	0,069	62	0,445	غير دالة
التجنب	0,722	62	0,473	غير دالة

تفسير نتائج الفرضية الثانية :

يعرض الجدول رقم 11 الاستراتيجيات الأكثر استخداما حسب الجنسين لدى ممارسي لصحة في جائحة كورونا حيث اذا تمت مقارنة هذه الاستراتيجية في مدى الانتفاع مقارنة بالجنسين فان ممارسي الصحة الاينات لديهم انتفاع اكثر من ممارسي الصحة ذكور ضمن الكوينغ الايجابي من حيث الاحصائيات المحصلة لدينا لاستراتيجية المواجهة الموجهة للانتفاع ما بين 16 ذكر و 48 اينات بمتوسط حسابي للذكور قدر ب 30,06 و انحراف معياري ب 5,209 اما بالنسبة للاناث بمتوسط حسابي 30,69 وانحراف معياري ب 4,572 .

اما في ما يخص باستراتيجية المواجهة الموجهة بالمشكل ما بين 16 ذكر و 48 اناث كان بمتوسط حسابي للذكور قدرة ب 23 وانحراف معياري ب 4,899 .

اما بالنسبة للاينات بمتوسط حسابي 22,92 و انحراف معياري ب 3,897 .

كما لدينا استراتيجية المواجهة الموجهة للتجنب ما بين 16 ذكر و 48 اناث بمتوسط حسابي للذكور 14,06 و انحراف معياري ب 2,955 وفي ما يخص بالاناث يقدر المتوسط الحسابي ب 14,60 و الانحراف المعياري ب 2,473.

حيث تشير الدراسة ان الممارسين الصحيين ذكور هم الاكثر تبني لسلوكيات لا تكييفية مقارنة بالاناث.

و من خلال عرض نتائج t-test للأبعاد الثلاث في الجدول رقم 12 حيث تبين انه لا يوجد فروق ما بين الجنسين فيما يخص استعمال استراتيجيات المواجهة لدى الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا اذ تحصلنا على 0,457 قيمة t-test في استراتيجية المواجهة الموجهة الانفعال ودرجة حرية 62 اما الدلالة المعنوية فهي غير دالة عند 0,649 .

اما بالنسبة لاستراتيجية المواجهة الموجهة للمشكل فتحصلنا على قيمة t-test ب 0,457 ودرجة حرية ب 62 اما الدلالة المعنوية فهي ايضا غير دالة بدرجة 0,645.

اما في ما يخص باستراتيجية المواجهة الموجهة بالتجنب فكانت قيمة t-test ب 0,722 و درجة الحرية ب 62 اما الدلالة المعنوية فهي غير دالة ب درجة 0,473 .

فهذا مقارنة بالدلالة المعنوية و التي قيمتها 0,05 يوضح لنا ان النتائج المحصلة عليها التي تخص الدلالة المعنوية لدى الاستراتيجيات الثلاث هي غير دالة فياكد انه لا يوجد فروق ما بين الذكور و الاينات في استعمال نفس استراتيجيات المواجهة لدى الممارسين الصحيين في جائحة كورونا .

3-3 عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة التي تقول:

تختلف استراتيجيات المواجهة لدى ممارسي في ضل لاجائحة كورونا وفق الفئات المهنية (اخصائي نفساني , طبيب, قابلة, ممرض في الصحة العمومية , اخر).

جدول بياني رقم 13 :

انحراف معياري	متوسط حسابي	ن	ن	
4,392	21,57	7	اخصائي نفساني	المشكل
4,112	23,64	28	طبيب	
4,136	22,82	22	ممرض في الصحة العمومية	
2,630	20,25	4	قابلة	
5,568	24,00	3	اخر	
4,962	32,43	7	اخصائي نفساني	
5,281	30,50	28	طبيب	
4,163	30,77	22	ممرض في الصحة العمومية	
2,500	26,75	4	قابلة	
3,512	29,67	3	اخر	
4 ;018	15,14	7	اخصائي نفساني	التجنب
2,407	13,64	28	طبيب	
2,295	15,14	22	ممرض في الصحة العمومية	
1,414	14,00	4	قابلة	
2,082	16,33	3	اخر	

جدول بياني رقم 14:

الدالة المعنوية		قيمة ف	مربع المتوسط	درجة الحرية	متوسط المربعات		
غير دالة	0,431	0,969	21,486	4	85,943	بين المجموعات	الانفعال
			22,169	59	1307,995	داخل المجموعات	
غير دالة	0,489	0,867	14,896	4	59,584	بين المجموعات	المشكل
			17,189	59	1014,166	داخل المجموعات	
غير دالة	0,164	1,691	10,849	4	43,394	بين المجموعات	التجنب
			6,416	59	378,543	داخل المجموعات	

تفسير نتائج الفرضية الثالثة

حسب الجداول البيانية توضح لنا ان القيم المتحصل عليها لدى الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا وفق الفئات المهنية ان استراتيجية المواجهة المركزة على المشكل تمثلت كل من فئة الأخصائيين النفسانيين بمتوسط حسابي قدر ب 21,57 و انحراف معياري ب 4,392 اما الاطباء بمتوسط حسابي 23,64 و انحراف معياري 4,112 كما لدينا ممرضي الصحة العمومية بمتوسط حسابي 22,82 وانحراف معياري ب 4,136 و قابلة بمتوسط حسابي 20,25 وانحراف معياري 2,630 ولدينا مهن اخرى بمتوسط حسابي 24,00 وانحراف معياري 5,568 اذ تتجلى الدلالة المعنوية لهذه الاستراتيجية

بين المجموعات وداخل المجموعات بقيمة تقدر ب 0,431 وتعد غير دالة مقارنة بالدلالة الاحصائية 0,05 .

وفي ما يخص باستراتيجية المواجهة بالانفعال لدينا كل من فئة الأخصائيين النفسانيين بمتوسط حسابي قدر ب 32,43 و انحراف معياري ب 4,962 اما الاطباء بمتوسط حسابي 30,50 و انحراف معياري 5,281 و ممرضي الصحة العمومية بمتوسط حسابي 30,77 وانحراف معياري ب 4,163 و قابلة بمتوسط حسابي 26,75 وانحراف معياري 2,500 كما يوجد مهن اخرى بمتوسط حسابي 29,67 وانحراف معياري ب 3,512 حيث الدلالة المعنوية لهذه الاستراتيجية غير دالة بقيمة 0,489 . ANOVA

لتتحصل استراتيجية المواجهة الموجهة للتجنب كل من فئة الأخصائيين النفسانيين بمتوسط حسابي قدر ب 15,14 و انحراف معياري ب 4,018 اما الاطباء بمتوسط حسابي 13,64 و انحراف معياري 2,407 وممرضي الصحة العمومية بمتوسط حسابي 15,14 وانحراف معياري ب 2,295 و قابلة بمتوسط حسابي 14,00 وانحراف معياري 1,414 و مهن اخرى بمتوسط حسابي 16,33 وانحراف معياري 2,082 اذ تدل نتيجة الدلالة المعنوية بين المجموعات وداخل المجموعات لهذه الاستراتيجية بقيمة تقدر ب 0,164 يعني الدلالة المعنوية غير دالة .

فيتضح لنا من خلال البيانات المقدمة لا يوجد فروق حسب الفئات المهنية لدى ممارسي الصحة و المتمثلة في (اخصائي نفسي , طبيب , قابلة, ممرض في الصحة العمومية , اخر) اثناء استخدامهم استراتيجية المواجهة في ضل جائحة كورونا وهذا ما تأكده الدلالة المعنوية لاستراتيجيات المواجهة الموجهة (الانفعال ,المشكّل , التجنب) غير دالة ما يشير ان كل الفئات المهنية التي تم ذكرها قد استعملوا نفس استراتيجية المواجهة اثناء جائحة كوفيد 19 COVID SARS COVID .

الاستنتاج العام :

تنص نتائج الفرضيات على ان الاستراتيجية الاكثر استخداما هي استراتيجية المواجهة المركزة نحو الانفعال التي اظهرت نتائج تطبيق المقياس على تحصيلها على متوسط حسابي بقيمة 30,53 وانحراف معياري ب 4,704 و يأتي بعدها الاستراتيجية المركزة بالمشكل بتحصيلها على متوسط حسابي ب 22,94 وانحراف معياري ب 4,128 وهذا مما يدل على ان الاستراتيجية الاكثر استخداما هي لدى الممارسين الصحيين في ضل جائحة كورونا هي الاستراتيجية المركزة بالانفعال اذ يوجد ايضا استراتيجية التجنب بمتوسط حسابي 14,47 وانحراف معياري 2,588 حيث تعمل هذه الاستراتيجيات الى تقادي المشكل و الهروب وعدم المواجهة، وهي استراتيجيات تمثل الموقف السلبي الذي يتخذه الشخص عند مواجهته للموقف الضاغط.

و بالرغم من تعرض الممارسين الصحيين الى ضغوطات المهنية اثناء تفاعلاتهم مع انفسهم و ظروف المحيطة بهم في جائحة كورونا و كذا اختلافهم في الخصائص الجنسية و المهنية الا ان من خلال الدراسة الحالية تبين لنا طبيعة تفاعل كل ممارس صحي اثناء مواجهته لضغوطات العمل في ضل هذه الجائحة و تمثلت في الاستخدام الموحد لإستراتيجية المواجهة لدى الممارسين الصحيين وهذا مما يدل على انعدام الفروق بينهم من اجل التكيف امام المواقف الضاغطة .

و بناء على ما سبق فانه يمكن القول أن استراتيجيات التعامل ضرورية في ظل جائحة كورونا، خاصة ان القطاع الصحي والواجهة الاولى في هذه الازمة بكل مراحلها ، و كون الممارسين الصحيين هم اكثر عرضة بشكل متزايد ومستمر لمواقف صعبة سواء من العدوى او اهالي المرضى فاستخدام استراتيجيات التعامل في ضل الازمة كان من الاستراتيجيات التي من الممكن تقلل من خواطر الاصابة بأمراض نفسية وخيمة في ضل جائحة كورونا و اهتمامنا بهذا الموضوع فتح لنا نقاشا هاما في اهم الاستراتيجيات

خاتمة

التي تم استخدامها من طرف الممارسين الصحيين ومن خلال التحليل أسفرت لنا النتائج على وجود استراتيجية اكثر استخداما و بدرجات متفاوتة و المتمثلة في استراتيجية المواجهة المركزة نحو الانفعال ليأتي بعدها المركزة نحو المشكل لتحتل التجنب المرتبة الثالثة ومن خلال ذلك ان اختيار استراتيجية الانفعال وبأبعادها الفرعية كان استخدامها لدى ممارسي الصحة مناسبة باعتبارها كوينغ ايجابي في مواجهة المواقف الضاغطة امام جائحة كورونا لتسهيل عملية التكيف مع المواقف جديدة .

المراجع باللغة العربية:

- comesponding "55 طريق كورميرشال ، برهران ، فيرفوريا 3004 ، أستراليا" ، مؤلف في قسم طب الجهاز التنفسي مستشفى ألفريد .
- بلخير رشيد ، علاقة إدراك الضغط النفسي بالقلق(حالة سمة)لدى أعوان الحماية المدنية ، جامعة مولود معمري" تيزي وزو .
- بسام أبو الذهب ، تحسين العمل في قطاع الخدمات الصحية HealthWISE دليل العمل ، لصالح المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية ، دمشق ، منظمة العمل العربية 2017 ، نشرت الطبعة الأصلية من قبل مكتب العمل الدولي ، جونيف.
- بوعموشة النعيم ، بثثة حنان، (2021) تجربه الجزائر في التعامل مع جائحه فيروس كورونا" ، ، جامعة جيجل(الجزائر) .
- دراسات إنسانية واجتماعية ، (2022)، وهران ، المجلد 11 ع .
- دزايرهريو ، استراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي لدى المرضى في ظل جائحة كوفيد 19 (دراسة ميدانية بمستشفى ابن رشد ولاية عنابة) ، علم النفس عمل وتنظيم ، جامعة باجي مختار -البوني- عنابة/الجزائر، تاريخ النشر (2022/01/16)
- رفيق الشرماني ، (2020) ، الدعم النفسي و الاجتماعي في مواجهة جائحة كورونا.
- سليمان مسعود ليلي ، جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم ، مزوزي فتيحة ، المؤسسة الاستشفائية 01 نوفمبر، استراتيجيات المواجهة لدى الأطباء وعمال الصحة اللذين المصابين بفيروس كورونا،(دراسة ميدانية لأربع حالات)، تاريخ النشر (2020/12/31).
- سليمان مسعود ليلي ، مزوزي فتيحة، (2020) "السلوك".

قائمة المصادر والمراجع

- مجلة سيدتي ، (2020)، دراسات انسانية واجتماعية.

المراجع باللغة الاجنبية:

- Coping strategies of doctors and health workers infected with coronavirus (covid19), a Field study of four cases.
- Ruodan Wang, Qing Liu, Wenjuan Zhang, Coping, social support, and family quality of life for caregivers of individuals with autism: Meta-analytic structural equation modeling, Personality and Individual Differences, 10.1016/j.paid.2021.111351, 186, (111351), (2022).
- HealthWISE: Trainers' Guide/Action Manual, Work Improvement in Health Services