المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم

إعـــــداد

د/ سفيان بن إبراهيم الربدي

أستاذ مشارك – قسم علم النفس

كلية التربية – جامعة القصيم

المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم

د/ سفيان بن إبراهيم الربدي*

مستخلص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى تعرف المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 لدى طلبة جامعة القصيم، ومعرفة الفروق في المشكلات النفسية تبعاً لمتغيرات: النوع، العمر، التخصص العلمي. حيث قام الباحث بإعداد مقياس المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 طبق على عينة بلغت ٤٥٠ طالباً وطالبة (١٧٤ ذكور ٣٨.٧% – ٢٧٦ إناث ٦١.٣%). وتوصلت النتائج إلى أن المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 لدى طلبة جامعة القصيم (الوحدة النفسية، والاكتئاب والكدر النفسي، والوساوس القهرية، والمخاوف الاجتماعية) تقع بدرجة ضعيفة. كما كشفت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للمشكلات النفسية تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث، ومتغير التخصص العلمي لصالح العلوم الطبيعية، وعن عدم وجود فروق في المشكلات النفسية تبعاً لمتغير العمر.

الكلمات الدالة: المشكلات النفسية – جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 – طلبة الجامعة.

* **د/ سفيان بن إبراهيم الربدي:** أستاذ مشارك – قسم علم النفس–كلية التربية – جامعة القصيم.

Psychological problems caused by the coronavirus (Covid-19) pandemic among Qassim University students

Dr. Sufyan Ibrahim Alrabdi
Associate Professor - Department of Psychology
College of Education - Qassim University

Abstract

The study aimed to identify the psychological problems caused by the pandemic of coronavirus (Covid-19) among Qassim university students, and to identify the differences in psychological problems among the study sample in the light of gender, age, and major. A measure of psychological problems caused by the coronavirus (Covid-19) pandemic was developed and used to collect data from the sample of 450 students (n = 174 males 38.7%) (n = 276 females 61.3 %). The findings revealed that the psychological problems caused by the coronavirus (Covid-19) pandemic among students of Qassim university (loneliness, depression, obsessive-compulsive, and social phobia) are weak. The results also revealed that there are statistically significant differences in the psychological problems according to the gender variable in favor of females, and the major variable in favor of sciences.

Keywords: psychological problems, coronavirus (Covid-19) pandemic, university students.

مقدمة:

في نهاية شهر ديسمبر ٢٠١٩ تم الإعلان عن ظهور حالات مصابة بفيروس كورونا المستجد (Covid-19) في مدينة ووهان الصينية، تلى ذلك اتساع دائرة انتشار الفيروس إلى مناطق أخرى في الصين وخارجها (Han & Yang, 2020; Phan et al., 2020). وخلال فترة وجيزة انتشر الفيروس ليصاب به أعداد كبيرة من الأفراد في عدة دول حيث أعلنت منظمة الصحة العالمية في ٣٠ يناير ٢٠٢٠ أن فيروس كورونا أصبح مشكلة صحية عالمية وتحتاج اهتمام دولي (WHO, 2020a)، وما لبث الأمر حتى انتشر هذا الفيروس بسرعة فائقة في جميع دول العالم وأصبح مهدداً للصحة العالمية، الأمر الذي دعا منظمة الصحة العالمية إلى الإعلان في ١١ مارس ٢٠٢٠ باعتباره جائحة على مستوى العالم أجمع (WHO, 2020b). وفيروس كورونا المستجد يعتبر من الأمراض المعدية ويترتب على الإصابة به إعياء وحمى وسعال وجاف وإجهاد وفشل في الجهاز التنفسي وربما فشل في الأعضاء المتعددة ومضاعفات قد تؤدي إلى الوفاة. وقد انتشر فيروس كورونا انتشاراً سريع في دول العالم وذلك لسهولة انتقال العدوى والإصابة به، حيث أوضحت منظمة الصحة العالمية في الاجتماع الخامس للجنة الطوارئ الذي عقد بتاريخ ٢٩ أكتوبر ٢٠٢٠ بشأن مرض فيروس كورونا المستجد (Covid-19) إلى أن جائحة كورونا لاتزال تشكل طارئة صحية عمومية وتثير قلقاً دولياً (WHO, 2020c)، وتشير أخر الإحصاءات الصادرة عن منظمة الصحة العالمية بتاريخ ١١ نوفمبر ٢٠٢٠ وصول عدد الإصابات والوفيات بهذا الفيروس على مستوى العالم إلى (٥١.٢٥١.٧١٥) حالة إصابة وإلى (١.٢٧٠.٩٣٠) حالة وفاة، ولاتزال هذه الأزمة مستمرة (WHO, 2020d).

لقد أصابت جائحة كورونا العالم بالشلل في أغلب مناحي الحياة حيث تعطلت الأعمال وتوقفت المطارات وقامت أغلب الدول بفرض إجراءات صحية واحترازية لمواجهة هذه الأزمة والحد من انتشار الفيروس مع بذل الجهود في محاولة إيجاد لقاح طبي لعلاج المصابين بفيروس كورونا. وصاحب تلك الاحترازات فرض الحجر المنزلي الجزئي أو الكلي على كثير من شعوب العالم ومنعت التجمعات واوقفت الأنشطة الرياضية مما أدى إلى توقف شبه تام في أغلب عواصم دول العالم، وتصدرت أخبار فيروس كورونا نشرات الأخبار من حيث إحصائيات الإصابات العالمية والوفيات وفاقت الحالات المصابة القدرة

الاستيعابية للمرضى في كثير من المستشفيات في دول العالم. وخلال هذه الأحداث أصاب الشعوب الذعر والخوف من هذا الفيروس ومن انتشاره وأخذوا بمتابعة الإحصاءات المتعلقة به ووصل الحال في بعض الدول التزاحم الشديد على تأمين المواد الغذائية خوفاً من فرض إجراءات أشد صرامة من حيث الحجر المنزلي والتسوق (Li et al., 2020). وبطبيعة الحال فإن جائحة فيروس كورونا تسببت في كثير من الأثار الصحية والاقتصادية والنفسية والاجتماعية وانعكست هذه الأثار على المجتمعات والأفراد وترتب على ذلك الهلع والخوف والضجر والتوتر والقلق، ويشير Xiao (2020) أن جائحة كورونا لم يكن تأثيرها فقط على الخوف من خطر العدوى بالفيروس والموت جراء ذلك ولكن هذه الجائحة أوجدت ضغط نفسي رهيب لشعوب العالم.

وطلبة الجامعات شملهم ذلك حيث تعرضت دراستهم للتعطيل ومنعوا من الذهاب إلى مقرات الدراسة وتم تحويل دراستهم إلى التعلم عن بعد والذي قد يكون جديد للبعض منهم، فأصبحت الصورة غير واضحة لهم من حيث تأديتهم لمتطلبات المقررات الدراسية وما يتخللها من واجبات وبحوث واختبارات وتدريبات عملية. وهذه التغيرات في الأحداث حصلت خلال فترة وجيزة مما أصاب الطلبة بالذعر والخوف على وضعهم ومستقبلهم الدراسي، فكثر الحديث فيما بينهم وتناقلوا المعلومات التي قد يكون بعضها غير صحيح بشأن ما سوف يتخذ في موضوع الدراسة والاختبارات مع استمرارهم بمتابعة المتغيرات الحادثة بموضوع فيروس كورونا والمستجدات الحاصلة فيه ومتابعة الإحصائيات وانتشار الفيروس بدول العالم والإجراءات الحاصلة في الحجر المنزلي والاحترازات الصحية المشددة. ومن دون شك فإن ما تعرض له الطلبة من أحداث بدءً من تعليق الدراسة ومنع الذهاب للجامعة وفرض الحجر المنزلي ومنع التجوال الجزئي أو الكلي ومشاهدة ومتابعة الحالات المصابة بفيروس كورونا على القنوات الاخبارية وبرامج التواصل الاجتماعي شكل لهم نوعاً من الضغط والاجهاد النفسي، وهذه الضغوط لها تأثير سلبي على الصحة النفسية لطلبة الجامعات وارتفاع مستوى القلق والاكتئاب والتوتر وقد تتسبب بالمشكلات النفسية (Wang et al., 2020). والانتشار المستمر لفيروس كورونا وتدابير العزل والتأخر في عودة الطلبة لجامعاتهم من المتوقع أن يأثر في الصحة النفسية لطلبة الجامعات (Cao et al., 2020).

وبسبب جائحة كورونا فإن طلبة الجامعة يواجهون ضغوط نفسية ربما يكون لها تأثير على صحتهم النفسية وأدائهم الأكاديمي حيث يشير Hasanah, Immawati, & Livana (2020) إلى أن طلبة الجامعات عرضة لمواجهة المشكلات النفسية والمعاناة منها خلال هذه الأزمة، كما تؤكد نتائج الدراسات السابقة أن الأمراض المعدية التي حدثت في السنوات الأخيرة مثل سارس (SARS) وإيبولا ومتلازمة الشرق الأوسط التنفسية تسببت في آثار نفسية سلبية (Bai et al., 2004; Liu et al., 2012; Rith-Najarian, Boustani, & Chorpita, 2019; Taylor, Agho, Stevens, & Raphael). لذا يمكننا القول أن طلبة الجامعة خلال أزمة كورونا يعيشون ظروفاً استثنائية يختلف التكيف معها ومواجهتها من طالب لأخر فربما يتأثر البعض ولا يتأثر البعض الأخر ويعود ذلك الأمر لاختلاف سمات الشخصية والصلابة النفسية والقدرة على مواجهة الضغوط بأنواعها (kobasa, 1979; Lambert, 2007)، ومن هذا المنطلق فإن من يتأثر بتلك الظروف والضغوط الناجمة عن فيروس كورونا سوف يتعرض لمشكلات نفسية قد تنعكس سلباً على الصحة العامة والصحة النفسية والأداء الأكاديمي لديه. ومن الطبيعي أن يعاني الأفراد من بعض المشكلات النفسية في حياتهم اليومية ولكنها لاتصل إلى المرض النفسي، لذا فإنه يلزم حل هذه المشكلات وعلاجها قبل أن تتطور وتتفاقم وتحول دون تحقيق الصحة النفسية، فترك وإهمال معالجة المشكلات النفسية التي تواجه الأفراد قد يؤدي إلى اضطراب في سلوكهم، حيث أكد علماء النفس على أن الشخصية لا تتحقق لها الصحة النفسية السوية والتي تسعى إلى توافق الفرد مع نفسه وبيئته مالم تحل مشكلاته (زيدان والسمالوطي، ١٩٩٤). ويعرف علي (٢٠١٦، ٤٠) المشكلات النفسية:

> صعوبات أو معوقات أو مواقف غامضة يتعرض لها الفرد ولا يقدر على مواجهتها أو تجاوزها، وتؤثر في علاقة الفرد مع الأخرين وتؤدي إلى عدم القدرة على الأداء الفعال واضطرابات نفسية تؤثر على التوافق النفسي للفرد. وقد تظهر بشكل عوارض نفسية: كالتوتر والقلق والأرق والخوف والضعف والاحباط وعدم التركيز، تحول دون تحقيق حاجاته وبلوغ أهدافه.

والمشكلات النفسية "هي صعوبات يعاني منها الفرد وتشمل أعراض عضوية وأعراض نفسية مثل اضطرابات التفكير والانفعال مما يؤدي إلى عجز

الفرد تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي" (الجولاني، ١٩٩٩ ،٢٦). وتعود المشكلات النفسية إلى سوء توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته المحيطة وذلك لعدم قدرته أو فشله في تحقيق أهدافه وإشباع حاجاته الجسمية والنفسية والاجتماعية (شبير، ١٩٨٩). وتنعكس الآثار الناتجة عن المشكلات النفسية على الفرد وتسبب له اضطرابات انفعالية تختلف شدتها باختلاف حدة المشكلات وطبيعتها، حيث إن المشكلات النفسية تتفاوت في حدتها وخطورتها (زهران، ٢٠٠٥)، وينتج عنها اضطرابات مختلفة ومتنوعة كالشعور بالوحدة النفسية والقلق والتوتر والاكتئاب والضجر والمخاوف والوساوس والاحباط وعدم توفر الأمن.

ويعتبر الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات النفسية الشائعة، وهو شعور قاس وإحساس مؤلم ينتج عن تجربة ذاتية لدى الفرد بسبب شدة حساسيته نحو المحيط الذي يعيش فيه وشعوره باختلافه عن الأخرين، وأنه غير متقبل ومنفصل عنهم، وغالبا ما يكون هذا الشعور مصحوباً بأعراض الضغط النفسي Rokach, (1988). وخبرة الشعور بالوحدة النفسية تعد في حد ذاتها خبرة أليمة وشاقة على الفرد، حيث يقاسي ويعاني بسبب هذا الشعور المرير حزن وتشاؤم وتجنب المشاركة أو التعامل مع الأخرين وانعدام الثقة بهم وفقدان معنى الحياة (Brage & Meredith, 1994). ويعود الشعور بالوحدة النفسية في كثير من الأحيان إلى متغير الحالة الصحية وطبيعة الظروف والمواقف الحياتية التي يعيشها الأفراد بصفة عامة (Lunt, 1991). ويرتبط الشعور بالوحدة النفسية بكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية كالاكتئاب والقلق والعزلة والانطواء، ويشير Neto (2002) إلى أن الأفراد الذين يزيد لديهم الشعور بالوحدة النفسية يسلكون في المواقف الاجتماعية المختلفة بطريقة تعبر عن تدني في مستوى الذات، وضعف في التواصل الاجتماعي، وشعورهم بالنقص والدونية وعدم القدرة على التصرف بشكل سليم. والوحدة النفسية لها أعراض جسمية كالصداع واضطرابات النوم، وأعراض نفسية كفقدان معنى الحياة والشعور بعدم الأهمية وضعف مفهوم الذات والخجل وضعف العلاقات الاجتماعية وعدم القدرة على الاختلاط بالأخرين والشعور بالعجز تجاه المواقف الاجتماعية (Seepersad, 2001). والاضطرابات الانفعالية والاجتماعية المختلفة الناتجة عن الوحدة النفسية تعيق الفرد عن مجرى حياته وتهدد كيانه النفسي، والخلل الذي يحدث في علاقاته مع الأخرين وتواصله

مع المحيطين به قد يؤدي به في بعض الأحيان إلى الانتحار (جلال، ١٩٨٦). والكدر النفسي يؤثر في صحة الأفراد النفسية، فهو حالة من المعاناة العاطفية تتصف عادة بأعراض الاكتئاب والقلق، وهذه الأعراض في كثير من الاحيان تتزامن معها أعراض جسدية كالصداع والأرق واضطرابات الهضم، ويحدث الكدر النفسي عن طريق التعرض لحدث مرهق يهدد صحة الفرد الجسدية والنفسية وعدم قدرته على التعامل معه بشكل فعال، ومع الضغط والاضطراب العاطفي الناتج عن عدم القدرة على التأقلم الفعال (Mirowsky & Ross, 2002). والكدر النفسي يمكن أن يؤدي إلى ظهور آراء سلبية عن البيئة والآخرين والنفس وفقدان الاهتمام والحزن والاحباط واليأس والشعور بالتوتر والانسحاب الاجتماعي (Arvidsdotter, Marklund, Kylen, Taft, & Ekman, 2015).

واضطراب الوساوس القهري عبارة عن افكار وهواجس متكررة غير مرغوبة من قبل الشخص تفرض نفسها عليه رغم إدراكه لغرابتها تفاهتها، وتأتي رغما عنه وتسيطر عليه ولا يستطيع رفضها لأنها تخفف من قلقه وتوتره (الداهري، ٢٠٠٥؛ عبدالقادر، ٢٠١٥). ويعرف زهران (٢٠٠٥، ٥٠٩) اضطراب الوساوس القهرية:

الوسواس فكر متسلط، والقهر سلوك جبري، يظهر بتكرار وقوة لدى المريض ويلازمه ويستحوذ عليه ويفرض نفسه عليه ولا يستطيع مقاومته، على الرغم من وعي المريض وتبصره بغرابته وسخفه ولا معنوية مضمونه وعدم فائدته، ويشعر بالقلق والتوتر إذا قاوم ما توسوس به نفسه، ويشعر بإلحاح داخلي للقيام به.

ويشار إلى أن من أسباب الوساوس القهرية الأمراض المعدية الخطيرة أو المزمنة والحوادث والخبرات الصادمة والخوف وفقدان الأمن، ومن الأعراض القلق والاكتئاب والهم والتشاؤم والانطواء والخوف من الجراثيم والميكروبات والتلوث والعدوى (الداهري، ٢٠٠٥). ويعد الخوف العادي غريزي حيث يشعر به كل فرد حينما يخاف من الأشياء المخيفة فعلاً، بينما الخوف المرضي فهو خوف شاذ ودائم ومتكرر من أشياء لا تخيف في العادة ولا يعرف الفرد له سبباً (زهران، ٢٠٠٥). فالمخاوف المرضية من الحالات النفسية المؤلمة التي تصيب الأفراد وتشعرهم بالعجز في العديد من المواقف المختلفة ولها آثار نفسية وسلوكية سلبية. وتعتبر المخاوف الاجتماعية من المشكلات التي يعاني منها الأفراد وتعمل على إفقادهم الاحساس بالسعادة مع أنفسهم ومع الأخرين وتحول بينهم وبين مزاولة

حياتهم بشكل طبيعي، وهي مخاوف غير مقبولة تجبر الفرد على تجنب المواقف التي يجب عليه أن يتفاعل فيها مع الأخرين وتعوقه عن التفاعل الاجتماعي مع الأخرين وتترك آثار سلبية عليه (Liebowitz & Schneier,1995). وللمخاوف الاجتماعية أعراض تتمثل في أعراض جسدية وصعوبة التواصل مع الأخرين والخوف من المواقف الاجتماعية وتشتت الأفكار (Ashbaugh, Antony, McCabe, Schmidt, & Swinson, 2005).

ومن العرض السابق يتضح أن هناك العديد من المشكلات النفسية الناجمة عن أحداث الحياة وضغوطها، وبطبيعة الحال فإن هذه المشكلات تؤثر على الأفراد في مختلف جوانب حياتهم وبالأخص الصحة النفسية، وجائحة فيروس كورونا المستجد تتمثل ذلك الأمر. وفي هذا الصدد يشير Sundarasen (2020 et al.) إلى أنه من الواضح أن الآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على جائحة فيروس كورونا واقعة ولا مفر منها، ولكن من الأهمية بمكان اتخاذ خطوات لبناء طرق وأساليب للتعامل والتكيف مع هذا الوباء وعواقبه الضارة. كما يؤكد Grubic, Badovinac, and Johri (2020) على أنه حان الوقت المناسب لإجراء دراسات بهدف تعرف تأثيرات جائحة فيروس كورونا على الصحة النفسية للطلبة ومعرفة الحاجات اللازمة للتدخلات الفورية التي تساعد في الحد من تفاقم التأثيرات. لذلك تأتي هذه الدراسة كمشاركة للدراسات التي تناولت المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 لدى طلبة الجامعة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

منذ بداية ظهور فيروس كورونا المستجد (Covid-19) نهاية ٢٠١٩ والأحداث الغير سارة تتوالى تباعاً، فحالات الإصابة بالفيروس عالمياً بارتفاع مستمر والوفيات وصلت إلى أرقام مخيفة وحكومات دول العالم ما زالت تواجه الكثير من الصعوبات والتحديات في الجوانب الصحية والاقتصادية والمجتمعية. لقد نتج عن جائحة فيروس كورونا الكثير من الأثار الصحية والاقتصادية والنفسية والاجتماعية وانعكست هذه الأثار على المجتمعات والأفراد في أغلب دول العالم، حيث تم اجبارهم على البقاء في منازلهم واتباع الإجراءات الصحية الصارمة وتعطلت أعمالهم وفرضت عليهم قيود التنقل والسفر فأصبحت المجتمعات تعيش

في حالة من الخوف والهلع والتوتر والقلق والضجر مما أوجد ضغوط نفسية كبيرة عليهم، حيث ويؤكد Duan and Zhu (2020) على أن جائحة كورونا تسببت بضغط نفسي كبير على شعوب العالم.

والمجتمع السعودي تعرض لما تعرضت له بقية المجتمعات الأخرى من الآثار المختلفة جراء جائحة كورونا المستجد، وطلبة الجامعة وهم يمثلون فئة من فئات المجتمع السعودي تعرضوا كذلك لهذه الآثار والصعوبات بالإضافة إلى الآثار المتعلقة بدراستهم. فقد تم تعليق الدراسة ومنعوا من الحضور لمقر دراستهم في الجامعة وفرض عليهم التعلم عن بعد عن طريق ما يعرف بالتعليم الإلكتروني مما أدى إلى قلقهم حيال معدلاتهم الأكاديمية وخوفهم من مستقبل دراستهم، فالأمر غير واضح لهم، مما جعلهم يتساءلون عن كيفية تقييمهم في المقررات الدراسية، وكيف سيتم تدريب من لهم مقررات تحتاج إلى جانب عملي سواء في المعامل أو في المنشئات الأخرى كالمدارس والمستشفيات والمؤسسات والبنوك وغيرها، وكيفية إجراء الاختبارات النهائية وهل ستكون حضورية أم عن بعد. وتزامن مع تلك المخاوف والقلق بشأن وضعهم الدراسي فرض الحضر المنزلي ومنع التجوال الجزئي والكلي أحياناً، وفرض الإجراءات الصحية الصارمة ومنع الصلاة في المساجد وتقييد التنقلات بين المناطق والمدن وتقييد التجمعات بأعداد قلية، بالإضافة إلى مخاوفهم من الإصابة بفيروس كورونا أو إصابة أحد أفراد أسرهم به عطفاً على ما يشاهدون أو يقرؤون من أخبار حول الإصابات والوفيات المخيفة جراء فيروس كورونا المستجد.

ومن خلال هذه الأحداث المتسارعة والآثار المتعددة لجائحة فيروس كورونا المستجد نجد أن طلبة الجامعة يواجهون صعوبات وتحديات مستمرة مما جعلهم يتعرضون لضغط واجهاد النفسي قد يترتب عليه الكثير من المشكلات النفسية، حيث يشير Cao et al. (2020) إلى أن الانتشار المستمر لفيروس كورونا المستجد وإجراءات العزل والتأخر في عودة الطلبة لجامعاتهم من المتوقع أن يؤثر في صحتهم النفسية، كما يؤكد Hasanah et al. (2020) على أن طلبة الجامعة عرضة للمعاناة من المشكلات النفسية. وتأكد الأبحاث التي تناولت جائحة كورونا وتداعياتها على ضرورة مواصلة البحث والتقصي عن الآثار النفسية المترتبة على هذه الجائحة لدى طلبة الجامعات بهدف الحد منها ووضع الطرق العلاجية المناسبة (Odriozola-González, Planchuelo-Gómez, Irurtia, &

Luis-García, 2020; Son, Hegde, Smith, Wang, & Sasangohar, 2020). وفي هذا الصدد يشير Baberjee (2020) إلى أن الكثير من الباحثين بذلوا وما زالوا يبذلون الجهد للحصول على لقاح لفيروس كورونا المستجد ولكن على الجانب الأخر يكاد يكون البحث المتعلق بالتأثير النفسي لهذا المرض مهمل أو لم يجد البحث الكاف. ومن هذا المنطلق فإن مشكلة الدراسة تكمن في تعرف المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة كورونا المستجد (Covid-19)، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

١) ما المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم؟
٢) هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم تبعاً لمتغيرات: (النوع – العمر – التخصص العلمي)؟

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. تعرف المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19).
٢. معرفة الفروق لدى طلبة جامعة القصيم في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم تبعاً لمتغيرات: (النوع – العمر – التخصص العلمي).

أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة الحالية في الآتي:

١. الكشف عن المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم.
٢. أهمية المرحلة العمرية والدراسية لأفراد العينة التي أجريت عليها الدراسة والتي يتعرض خلالها الطلبة للعديد من المشكلات النفسية.
٣. ندرة الدارسات العربية التي تناولت المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة الجامعة.

٤. نتائج الدراسة قد تساعد المسؤولين في الجامعة لوضع برامج إرشادية وقائية لوقاية طلبة الجامعة من الآثار النفسية الناجمة عن الأزمات المختلفة.
٥. يتوقع أن تمثل الدراسة الحالية إضافة وإثراء لنتائج البحث في موضوع المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19).

مصطلحات الدراسة:

المشكلات النفسية: يعرفها الهاشمي (١٩٨٦، ٨٦) بأنها "التي تسبب للفرد صراعات داخلية مع ذاته أو صراعات خارجية مع من حوله من أفراد جماعاته المتداخلة في أسرته أو مكان عمله أو أصدقائه وأقاربه، وتؤدي هذه الصراعات والأزمات عادة إلى ضعف التوافق الشخصي وبالتالي تحرمه من الهناء بالصحة النفسية السعيدة". ويعرفها الباحث اجرائياً: مجموعة سلوكيات مرتبطة بالجانب النفسي تعيق الفرد عن ممارسة حياته بشكل طبيعي، ومنها الوحدة النفسية، والاكتئاب والكدر النفسي، والوساوس القهرية، والمخاوف الاجتماعية، وتتحدد بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص من أفراد العينة على مقياس المشكلات النفسية الناجمة عن فيروس كورونا المستجد Covid-19 والمعد من قبل الباحث.

وتعرف **الوحدة النفسية** بأنها "حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء كان ذلك في صورة (كمية) لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء أو في صورة (كيفية) افتقاد المحبة والألفة والتواد من الأخرين" (الدسوقي، ١٩٩٨، ٧).

ويعرف **الاكتئاب والكدر النفسي** بأنه "حالة من الحزن الشديد المستمر تنتج عن الظروف المحزنة الأليمة، وتعبر عن شيء مفقود" (زهران، ٢٠٠٥، ٥١٤).

وتعرف **الوساوس القهرية** بأنها "وساوس أو هواجس غير مرغوبة تفرض نفسها على الفرد، وتظل هذه الأفكار والوساوس تراود الفرد رغم إدراكه لتفاهتها وغرابتها، وتأتي رغماً عنه وتسيطر عليه ويعجز عن التخلص منها مهما حاول إبعادها وتجاهلها حتى يدمن اجترارها" (عبدالرؤوف وسليمان، ٢٠٠٦، ٩٢).

وتعرف **المخاوف الاجتماعية** بأنها "خوف غير منطقي ولا معقول من المواقف التي تتطلب من الشخص انخراطاً وتواجداً مع الأخرين، ومحاولة مستمر لتجنب ذلك. وإذا ما دفع الشخص إلى مثل هذه المواقف واضطر أن يتواجد فيها فإنه يعاني من قلقاً حاداً يدفعه للهروب" (عبدالله، ٢٠١٠، ٢٩٤).

فيروس كورونا المستجد Covid-19: فيروس يسبب مرض كوفيد-١٩ هو مرض معد يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في كانون الأول/ ديسمبر ٢٠١٩. وقد تحوّل كوفيد-١٩ الآن إلى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم. وتتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-١٩ في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وتشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً ولكن قد يُصاب بها بعض المرضى: الآلام والأوجاع، واحتقان الأنف، والصداع، والتهاب الملتحمة، وألم الحلق، والإسهال، وفقدان حاسة الذوق أو الشم، وظهور طفح جلدي أو تغير لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ بشكل تدريجي. ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن يشعروا إلا بأعراض خفيفة جداً (WHO, 2020e).

حدود الدراسة:

تتحدد نتائج الدراسة الحالية في إطار المشاركين في الاستجابة على مقاييس الدراسة من طلبة جامعة القصيم خلال الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٢هـ، وبالأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات.

الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الدراسات التي تناولت موضوع الآثار الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19)، تبين اختلاف تناولها من حيث المتغيرات وخصائص أفراد العينة، لذلك تم تسليط الضوء على الدراسات التي ارتبطت متغيراتها بمتغيرات الدراسة الحالية وخصائص أفراد عيناتها مشابه لأفراد عينة الدراسة الحالية وهم طلبة الجامعة، وذلك لخدمة الدراسة الحالية من حيث مقارنة نتائجها بنتائج تلك الدراسات.

دراسات هدفت الى الكشف عن الآثار النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا لدى طلبة الجامعة:

قام (Son et al., 2020) بدراسة نوعية عن طريق المقابلة بهدف إجراء تقييم في الوقت المناسب لتأثيرات جائحة كورونا المستجد على الصحة النفسية لطلبة الجامعة على عينة تكونت من ١٩٥ طالباً وطالبة من طلبة جامعة تكساس بالولايات المتحدة الأمريكية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن ٧١% من أفراد العينة

أكدوا على ارتفاع مستوى القلق والضغوط والتوتر لديهم بسبب جائحة كورونا، وأكد ٩٧% أنهم يفترضون أن الطلبة الأخرين كانوا يعانون من نفس الضغوط والقلق بسبب جائحة كورونا. كما بينت النتائج أن ٩١% أوضحوا بأن الجائحة رفعت مستوى التوتر والخوف لديهم على صحتهم وصحة من يحبون، وأفاد ٨٩% بأنهم يواجهون صعوبة في التركيز على أنشطتهم الأكاديمية بسبب اختلاف المصادر التعليمية، كذلك أكد ٨٦% على أنهم يواجهون اضطراب في النوم، وذكر ٨٦% أن الجائحة رفعت مستوى العزلة الاجتماعية لديهم وأشار ٥٤% منهم بأن تفاعلاتهم مع الاصدقاء انخفضت بشكل كبير. كما أكد ٨٢% على مخاوفهم من تأثر أدائهم الأكاديمي بسبب الجائحة، وأشار ٧٠% على تأثر نظامهم الغذائي خلال الجائحة من حيث الزيادة في الأكل وعدم انتظام الوجبات وكثرة الوجبات السريعة، وعبر ٦٧% عن مخاوفهم بشأن تأثر أوضاعهم المالية. كما ذكر ٥٤% بأن الجائحة تسببت في زيادة التكليفات والأنشطة الأكاديمية المطلوبة منهم، وأشار ٤٤% إلى مواجهتهم لأفكار اكتئابيه خلال الجائحة تمثلت في الشعور بالوحدة والشعور بعدم الأمان والشعور بالعجز أو اليأس ومخاوف بشأن الأداء الأكاديمي والاستغراق في التفكير.

وفي دراسة أجريت من قبل (Cao et al., 2020) بهدف تعرف الآثار النفسية الناتجة عن فيروس كورونا المستجد لدى طلبة الجامعات على عينة بلغت ٧١٤٣ طالباً وطالبة من طلبة كلية الطب في تشانغتشى (Changzhi) في الصين. وبينت النتائج أن أفراد العينة يعانون من قلق شديد بنسبة ٠.٩% وقلق معتدل بنسبة ٧.٢% وقلق خفيف بنسبة ٢١.٣%. وأوضحت النتائج أن إصابة الاقارب والمعارف بفيروس كورونا من أشد العوامل التي تزيد مستوى القلق، ووجود علاقة إيجابية بين الآثار الاقتصادية وتأثر الحياة اليومية وتأخر الأنشطة الأكاديمية وبين مستوى القلق، ووجود علاقة سالبة بين الدعم الاجتماعي ومستوى القلق. وأوصت الدراسة بأن متابعة الصحة النفسية للطلبة يجب أن تستمر خلال جائحة فيروس كورونا.

وقام (Sundarasen et al., 2020) بدراسة مسحية بهدف تعرف الأثار النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا لدى طلبة الجامعات في ماليزيا خلال ذروة الأزمة ومعرفة الخصائص المؤثرة في مستوى القلق لديهم. وتكونت عينة الدراسة من ٩٨٣ طالباً وطالبة من الجامعات في ماليزيا وتوصلت نتائج الدراسة

إلى أن ٢٠.٤% من العينة يعانون من القلق من الحد الأدنى إلى المتوسط، ووجود فروق في مستوى القلق تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث، وفروق في مستوى القلق وفقاً لمتغير العمر لصالح الطلبة ذوي العمر ١٧–١٨ سنة، وفروق في مستوى القلق تبعاً لمتغير التخصص الدراسي لصالح التخصصات الإدارية والمقاربة لها. وكشفت النتائج أن الضغوط الرئيسة التي تواجهها عينة الدراسة تمثلت في الجوانب الاقتصادية والتعلم عن بعد وعدم اليقين بشأن المستقبل الأكاديمي والوظيفي.

وهدفت دراسة (Odriozola-González et al., 2020) إلى تعرف التأثيرات النفسية (القلق، الاكتئاب، الضغوط) لدى الطلبة والعاملين في الجامعات الإسبانية الناتجة عن جائحة فيروس كورونا المستجد، وطبقت الدراسة على عينة بلغ قوامها ٢٥٣٠ فرداً من الطلبة والعاملين في جامعة بلد الوليد (Valladolid University) بإسبانيا. وكشفت النتائج عن وجود درجات متوسطة إلى شديدة للغاية من القلق والاكتئاب والضغوط والتوتر لدى أفراد العينة، حيث بلغت نسبة القلق ٣٤.٢١% ونسبة الاكتئاب ١٩.٣٤% ونسبة الضغوط والتوتر ٤٣.٥٠%. كما توصلت النتائج إلى أن طلبة التخصصات الإنسانية أعلى في القلق والاكتئاب والضغوط والتوتر من طلبة التخصصات العلمية، وأن الطلبة أعلى من العاملين في الجامعة في القلق والاكتئاب والضغوط والتوتر. وأكدت الدراسة على أن الطلبة عانوا ومازالوا يعانون من التأثيرات النفسية الناتجة عن فيروس كورونا المستجد، وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالصحة النفسية للطلبة في حال الأزمات المستقبلية.

وأجرى (Li et al., 2020) دراسة مسحية هدفت إلى تقييم إدراك وتفهم طلبة الجامعات لفيروس كورونا المستجد وتقييم التأثير النفسي لهذا الفيروس على عينة بلغ قوامها ٣٠٤,١٦٧ طالباً وطالبة من ٨٥ كلية في مقاطعة قوانغدونغ الصينية (Guangdong). وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن ٥٠.٩% من أفراد العينة أفادوا بتعرضهم للضغوط النفسية، وأفاد ٥% بوجود ضعف في صحتهم النفسية، في حين أفاد ٢.٣% بتعرضهم لسوء في نوعية النوم. كما بينت النتائج وجود علاقة بين مستوى الضغوط النفسية وبين نوعية إدراك وتفهم الطلبة لفيروس كورونا المستجد، وأن الإناث اسرع بالتأثر من الضغوط النفسية مقارنة بالذكور.

دراسات هدفت الى الكشف عن انتشار القلق والاكتئاب لدى طلبة الجامعة:

أجرى (Wang et al., 2020) دراسة مسحية هدفت إلى الكشف عن مدى انتشار القلق والاكتئاب أثناء جائحة كورونا والعلاقة الارتباطية بين وباء كورونا والقلق وأعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعات في الصين، كما تهدف إلى الفهم الدقيق لاحتياجات طلبة الجامعات على عينة بلغ قوامها ٤٤.٤٤٧ طالباً وطالبة من أربع جامعات في مدينة قوانزو (Guangzhou) جنوب الصين. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن معدل انتشار القلق بين أفراد العينة بلغ ٧.٧% والاكتئاب ١٢.٢%، وبلغت نسبة طلب الطلبة للدعم النفسي خلال أزمة كورونا ٤٢%، وأفاد ٤٠% من الطلبة بحاجتهم إلى معرفة في الجوانب النفسية، وبحاجة إلى تدخل نفسي١٠%، وبحاجة إلى فهم الأعراض الشائعة للقلق والاكتئاب ٨٧.٢%، وبحاجة إلى فهم طرق تخفيف الآثار النفسية السلبية ٧٠% من أفراد العينة.

وهدفت دراسة (Rogowska, Kuśnierz, & Bokszczanin, 2020) إلى تعرف انتشار القلق لدى طلبة الجامعة في بولندا وعلاقته بالصحة العامة والرضا عن الحياة والضغوط والتوتر واستراتيجيات التكيف مع الضغوط خلال جائحة فيروس كورونا. وتكونت عينة الدراسة من ٩٤١ طالباً وطالبة من طلبة جامعة أوبول للتكنولوجيا (Opole) في بولندا، وتوصلت النتائج إلى أن ٦٥% من عينة الدراسة عانوا من القلق، ٥٦% واجهوا ضغوط مرتفعة إلى مرتفعة للغاية، ٣٢% غير راضين عن الحياة من درجة قليلة إلى درجة مرتفعة. وبينت النتائج وجود فروق في القلق والصحة العامة ومواجهة الضغوط والعواطف وأساليب مواجهة الضغوط تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث، ووجود فروق في الصحة العامة والقلق والضغوط وفقاً لمتغير الكلية لصالح كليات الهندسة، وفروق في الرضا عن الحياة والتكيف مع المواقف الضاغطة لصالح كليات التربية البدنية والعلاج الطبيعي.

تعليق على الدراسات السابقة:

من خلال العرض السابق واستعراض الدراسات التي تناولت الآثار الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد، فإنه يمكن الإشارة إلى النقاط التالية:

- جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 بدأت في نهاية عام ٢٠١٩ في الصين وانتشر الفيروس بعد ذلك في أغلب دول العام ولا تزال الجائحة مستمرة، وبالاطلاع على الأدب النظري الخاص بالآثار النفسية والاجتماعية المترتبة على هذه الجائحة نجد أنه تم إجراء عدد من الدراسات لتقصي الآثار النفسية والاجتماعية لهذه الجائحة على المجتمعات والأفراد، ولاتزال البحوث والدراسات

في هذا الموضوع قائمة، ولكن بالرغم من حداثة وضخامة آثار هذه الجائحة إلا أننا نلحظ قلة الدراسات في هذا المجال خصوصاً في الدراسات العربية (حسب حدود علم الباحث).

- الدراسات السابقة هدفت إلى الكشف عن الآثار النفسية الناتجة عن جائحة فيروس كورونا المستجد لدى طلبة الجامعات، حيث ركزت أغلبها على متغير القلق، في حين تناولت بعض الدراسات متغيرات أخرى تمثلت في الاكتئاب والضغوط النفسية والتوتر والشعور بالوحدة النفسية والمخاوف الاجتماعية، وقد بينت نتائجها اتفاقاً في بعض الجوانب واختلافاً في البعض الأخر وذلك بسبب اختلاف العينة وحجمها وخلفيتها الثقافية والاجتماعية التي تنتمي إليها. ولم يجد الباحث (حسب حدود علمه) دراسة تناولت متغير الوساوس القهرية.
- من خلال الدراسات السابقة وما هدفت إليه فإن الدراسة الحالية تتشابه مع تلك الدراسات من حيث تناولها لموضوع الآثار النفسية الناتجة عن جائحة فيروس كورونا المستجد لدى طلبة الجامعات، حيث أجريت في عدد من الدول (الصين، الولايات المتحدة الأمريكية، إسبانيا، ماليزيا، بولندا)، وتختلف الدراسة الحالية عنها من حيث العينة وبيئتها (السعودية)، في حين لا تزال الدارسات العربية نادرة في هذا الموضوع حسب عينة الدراسة (حسب حدود علم الباحث).
- تم الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في إعداد وتهيئة الباحث للدراسة الحالية.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

إجراءات الدراسة:

في هذا الجزء يتم عرض إجراءات الدراسة من حيث المنهج المستخدم الذي تم الاعتماد عليه، ومجتمع وعينة الدراسة والأداة المستخدمة في جمع البيانات وكيفية بناؤها، وما تم من إجراءات للتأكد من كفاءتها من الناحية السيكومترية، وكذلك عرض الأساليب الإحصائية التي تم استخدامها في تحليل نتائج الدراسة.

أولاً- منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي للإجابة عن أسئلة الدراسة.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلاب وطالبات جامعة القصيم المنتظمين في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٢هـ والبالغ عددهم (٣٤٧٢٦) طالباً وطالبة.

ثالثاً: عينة الدراسة:

عينة تقنين الأدوات (العينة الاستطلاعية):

بهدف التأكد من صدق وثبات المقياس المستخدم في الدراسة تم التطبيق على عينة استطلاعية بلغت (٣٨) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، حيث تم إرسال رابط مقياس الدراسة المعد إلكترونياً إلى عدد من الطلبة عن طريق البريد الإلكتروني وطلب منهم الإجابة على المقياس ومن ثم إعادة إرساله، وقد تم تطبيق ذلك في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٢هـ.

عينة الدراسة الأساسية:

بهدف الحصول على إجابات العينة الأساسية للدراسة تم إرسال رابط المقياس المستخدم في الدراسة بعد تصميمه إلكترونياً عن طريق استخدام نماذج Google Drive إلى عمادة التعليم الإلكتروني لتعميمه على جميع طلبة الجامعة والطلب منهم الإجابة على المقياس خلال ١٠ أيام. وقد بلغت ردود الطلبة الذين اكملوا الإجابة على المقياس ٤٥٠ طالباً وطالبة من طلبة جامعة القصيم، طبق عليهم المقياس في الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ١٤٤٢هـ، والجدول التالي (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة في ضوء المتغيرات المختلفة:

جدول (١) توزيع عينة الدراسة الأساسية في ضوء المتغيرات المختلفة

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	١٧٤	%٣٨.٧
إناث	٢٧٦	%٦١.٣
العمر	**العدد**	**النسبة**
أقل من ١٩ سنة	١٣٨	%٣٠.٧
من ١٩ لأقل من ٢١ سنة	١٢٤	%٢٧.٦
من ٢١ سنة فأكثر	١٨٨	%٤١.٨
التخصص	**العدد**	**النسبة**
علوم إنسانية	٣٠٩	%٦٨.٧
علوم طبيعية	١٤١	%٣١.٣

ويتضح من الجدول السابق (١) أن النسبة الأكبر من طلبة عينة الدراسة كن من الإناث بنسبة بلغت ٦١.٣%، بينما بلغت نسبة الذكور ٣٨.٧%، كذلك

يتضح أن النسبة الأكبر من طلبة عينة الدراسة كانت أعمارهم من ٢١ سنة فأكثر بنسبة بلغت ٤١.٨%، يليهم الطلبة الذين اعمارهم أقل من ١٩ سنة بنسبة بلغت ٣٠.٧%، وأخيراً الطلبة الذين أعمارهم من ١٩ سنة لأقل من ٢١ سنة بنسبة بلغت ٢٧.٦%، أما من حيث التخصص فيتضح أن النسبة الأكبر من الطلبة المشاركين في الدراسة كانوا من طلبة التخصصات الإنسانية بنسبة بلغت ٦٨.٧%، بينما بلغت نسبة طلبة التخصصات الطبيعية ٣١.٣%.

رابعا- أدوات الدراسة:

بهدف جمع البيانات اللازمة للإجابة عن أسئلة الدراسة وتحقيقها للأهداف التي ترمي إليها تم الاطلاع على التراث النظري الخاص بموضوع الدراسة والمقاييس التي تم استخدامها في الدراسات السابقة، ولإعداد مقياس الدراسة الحالية تم طرح سؤال إلكتروني استطلاعي مفاده: ما المشكلات النفسية التي تشعر انك تواجهها خلال أزمة جائحة فيروس كورونا المستجد وما تخللها من احترازات صحية وحجر منزلي؟ وتم إرسال السؤال لعينة عشوائية من طلبة كلية التربية في جامعة القصيم عن طريق البريد الإلكتروني. وبناءً على ما ورد من إجابات، قام الباحث بتصميم مقياس المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة الجامعة بصورته الأولية، وبعد خضوعه للخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) تم اعتماد المقياس بصورته النهائية كأداة لجمع البيانات اللازمة من أفراد عينة الدراسة الحالية. ويتكون المقياس من ٣٠ عبارة تشمل الأبعاد التالية: بُعد الوحدة النفسية ٧ عبارات، بُعد الاكتئاب والكدر النفسي ٩ عبارات، بُعد الوساوس القهرية ٦ عبارات، بُعد المخاوف الاجتماعية ٨ عبارات، وتتم الاستجابة للمقياس عن طريق الاختيار من بين خمسة اختيارات تتمثل في (لا تنطبق إطلاقاً، لا تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق إلى حد ما، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق تماماً) لتقابل الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على الترتيب وجميع عبارات المقياس موجبة الاتجاه، والدرجة المرتفعة تعبر عن درجة عالية في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد.

الكفاءة السيكومترية للمقياس:

أولاً- الصدق:

للتحقق من صدق المقياس الحالي تم الاعتماد على صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على عدد من المتخصصين (٧) في مجال علم النفس والصحة النفسية والإرشاد النفسي، وطلب منهم دراسة المقياس وأبعاده وعباراته الفرعية وإبداء آرائهم فيها من حيث: مدى ارتباط كل عبارة بالبعد المنتمية إليه، ومدى وضوح العبارات وسلامة صياغتها اللغوية وملاءمتها لتحقيق الهدف الذي وضعت من أجله، واقتراح طرق تحسينها وذلك بالحذف أو الإضافة أو إعادة الصياغة. وقد قدم المحكمون ملاحظات قيمة أفادت الدراسة، وآثرت المقياس، وساعدت على إخراجه بصورة جيدة، حيث حظيت جميع عبارات المقياس بنسب موافقة عالية من المحكمين تخطت نسبة (٨٠%)، مع بعض التعديلات التي تم مراعاتها في النسخة النهائية للمقياس.

الاتساق الداخلي لعبارات المقياس: Internal Consistency

تم كذلك التحقق من الاتساق الداخلي لعبارات المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون في حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد المنتمية إليه العبارة بعد حذف درجة العبارة من درجة البعد، وذلك للتأكد من مدى تماسك وتجانس عبارات كل بعد فيما بينها، فكانت معاملات الارتباط كما هي موضحة بالجدول التالي (٢):

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات عبارات المقياس ودرجة البعد بعد حذف درجة العبارة منها

العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط
الوحدة النفسية		الاكتئاب والكدر النفسي		الوساوس القهرية		المخاوف الاجتماعية	
١	٠.٤٣٢**	٨	٠.٤٣٤**	١٧	٠.٦٠٣**	٢٣	٠.٥٢٧**
٢	٠.٥١٠**	٩	٠.٦١٨**	١٨	٠.٨١٩**	٢٤	٠.٧٥٠**
٣	٠.٦٤٢**	١٠	٠.٦٥١**	١٩	٠.٦٨٦**	٢٥	٠.٦٦٠**
٤	٠.٥٧٢**	١١	٠.٧٤٤**	٢٠	٠.٦٩١**	٢٦	٠.٥٨٠**
٥	٠.٥٨٦**	١٢	٠.٥١٧**			٢٧	٠.٧٦٦**
٦	٠.٥١٣**	١٣	٠.٥٤٥**	٢١	٠.٥٤٤**	٢٨	٠.٧٧٠**
		١٤	٠.٦٩١**			٢٩	٠.٥١٦**
٧	٠.٥٠٩**	١٥	٠.٤٨٩**	٢٢	٠.٧٠٢**	٣٠	٠.٥٢٠**
		١٦	٠.٧٠٣**				

** دالة عند مستوى ٠.٠١؛ قيمة معامل الارتباط الجدولية عند حجم عينة ٣٨ ومستوى ثقة ٠.٠١ تساوي ٠.٤١٨٢

ويتضح من الجدول السابق (٢) أن معاملات الارتباط بين درجات عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه العبارة بعد حذف درجة العبارة منها جميعها معاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ وهو ما يؤكد اتساق وتجانس عبارات كل بعد فيما بينها وتماسكها مع بعضها البعض.

كذلك تم التحقق من تجانس أبعاد المقياس فيما بينها بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد منها، فكانت معاملات الارتباط كما هي موضحة بالجدول التالي (٣):

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس

الوحدة النفسية	الاكتئاب والكدر النفسي	الوساوس القهرية	المخاوف الاجتماعية
٠.٧٥٥**	٠.٦٥٦**	٠.٦٥٤**	٠.٨٩١**

** دالة عند مستوى ٠.٠١

ويتضح من الجدول السابق (٣) أن معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد منها معاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١ وهو ما يؤكد اتساق وتجانس أبعاد المقياس فيما بينهما وتماسكهما بعضهما البعض.

ثانياً- الثبات:

تم التحقق من ثبات درجات المقياس وأبعاده الفرعية باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ فكانت معاملات الثبات كما هو موضح بالجدول التالي (٤):

جدول (٤) معاملات ثبات ألفا كرونباخ للمقياس وأبعاده الفرعية

الوحدة النفسية	الاكتئاب والكدر النفسي	الوساوس القهرية	المخاوف الاجتماعية	المقياس ككل
٠.٨٥٢	٠.٧٢٧	٠.٧٦٥	٠.٧١٦	٠.٨٣١

ويتضح من الجدول السابق (٤) أن للمقياس وأبعاده الفرعية معاملات ثبات مُرضية ومقبولة إحصائياً؛ ومما سبق يتضح أن للمقياس مؤشرات إحصائية جيدة (الصدق، الثبات)، ويتأكد من ذلك صلاحية استخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً- نتائج السؤال الأول ومناقشتها:

ينص السؤال الأول للدراسة على "**ما المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19)؟**".

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار "ت" للعينة الواحدة One Sample T-Test لمقارنة متوسط درجات العينة مع متوسط فرضي وذلك للتعرف على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19، وتم تقيم درجة المشكلات بناءً على المحكات الموضحة بالجدول التالي (٥):

جدول (٥) محكات الحكم على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19)

الاستجابة	متوسط الاستجابات للعبارة	نسبة المشكلات		درجة المشكلة
لا تنطبق إطلاقاً	أقل من ١.٨	(عدد عبارات البعد × متوسط الاستجابات للعبارة) مقسوماً على النهاية العظمى لدرجة البعد	أقل من ٣٦%	ضعيف جداً
لا تنطبق بدرجة كبيرة	من ١.٨ لأقل من ٢.٦		من ٣٦% لأقل من ٥٢%	ضعيف
تنطبق إلى حد ما	من ٢.٦ لأقل من ٣.٤		من ٥٢% لأقل من ٦٨%	متوسط
تنطبق بدرجة كبيرة	من ٣.٤ لأقل من ٤.٢		من ٦٨% لأقل من ٨٤%	مرتفع
تنطبق تماماً	من ٤.٢ فأكثر		من ٨٤% فأكثر	مرتفع جداً

وتم تحديد المتوسط الفرضي لكل مشكلة من المشكلات النفسية موضوع الدراسة على أنه (٣.٤ × عدد العبارات) حيث أن ٣.٤ يمثل متوسط الاستجابة للعبارة المقابل للمستوي "تنطبق بدرجة كبيرة" فكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول التالي (٦):

جدول (٦) دلالة الفروق بين المتوسطين الفرضي والفعلي للمشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) (درجة الحرية = ٤٤٩)

المشكلات النفسية	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" ودلالتها	نسبة تحقق المشكلة	درجة المشكلة
الوحدة النفسية	٢٣.٨	١٧.٢٦٠	٤.٤٥٧	**٣١.١٢٥	%٤٩.٣١٤	ضعيفة
الاكتئاب والكدر النفسي	٣٠.٦	٢٠.٨٣٣	٦.٢٩١	**٣٢.٩٣١	%٤٦.٢٩٦	ضعيفة
الوساوس القهرية	٢٠.٤	١٥.٢٨٠	٤.٤٣٩	**٢٤.٤٦٩	%٥٠.٩٣٣	ضعيفة

المخاوف الاجتماعية	٢٧.٢	١٨.١٤٤	٥.٢٠٣	٣٦.٩٢٠**	٤٥.٣٦٠%	ضعيفة
المقياس ككل	١٠٢	٧١.٥١٨	١٥.٧٦٦	٤١.٠١٤**	٤٧.٦٧٩%	ضعيفة

ويتضح من الجدول السابق (٦) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ثقة ٠.٠١ بين المتوسطين الفرضي والفعلي للمشكلات النفسية لدى طلبة جامعة القصيم، وكانت الفروق لصالح المتوسط الفرضي. وهذه النتائج تؤكد في مجملها أن المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة جامعة القصيم والناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) درجتها ضعيفة. وهذه النتيجة تخالف نتائج دراسات (Cao et al., 2020; Li et al., 2020; Odriozola-González et al., 2020; Rogowska et al., 2020; Son et al., 2020; Sundarasen et al., 2020; Wang et al., 2020) والتي كشفت عن ارتفاع في مستويات القلق والاكتئاب والضغوط النفسية لدى عينة الدراسات، وتفسير هذه النتيجة قد يكون له علاقة باختلاف بيئة وثقافة المجتمع السعودي الذي تنتمي إليه عينة الدراسة الحالية، فمن تعاليم الدين الإسلامي أن ما يحدث من كوارث وأزمات هي تعود في المقام الأول إلى تقدير الله سبحانه وتعالى ودور البشر يرتكز في فعل الأسباب عن طريق إتباع الجوانب الوقائية والبحث عن الحلول والتقرب إلى الله بكشف هذه الغمة والتوكل على الله في حفظهم من هذا الوباء، ومن دون شك فإن ذلك الأمر يزيد في الطمأنينة لدى الأفراد وبالتالي ينخفض مستوى القلق والتوتر. وقد يكون للاحترازات والاحتياطات المبكرة التي تم عملها من قبل أجهزة الدولة المعنية في مواجهة جائحة كورونا دور في خفض مستوى القلق والتوتر والضغوط لدى المجتمع السعودي، فالسعودية من الدول التي قامت بفرض العديد من الاحتياطات اللازمة في وقت مبكر من بدء تفشي هذه الجائحة.

ثانياً– نتائج إجابة السؤال الثاني:

ينص السؤال الثاني للدراسة على "**هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد** (Covid-19) **لدى طلبة جامعة القصيم تبعاً لمتغيرات (النوع – العمر – التخصص العلمي)؟**"

١.متغير النوع:

تم استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة Independent Samples T-Test في الكشف عن دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة

فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف النوع (ذكور، إناث) فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي (٧):

جدول (٧) دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف النوع (درجات الحرية = ٤٤٨)

المشكلات النفسية	النوع	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	ذكر	١٦.٤٧١	٤.٠٨١	٣.٠٠٧	٠.٠١
	أنثى	١٧.٧٥٧	٤.٦١٧		
الاكتئاب والكدر النفسي	ذكر	١٩.٧٧٦	٥.٤٩٨	٢.٨٥٣	٠.٠١
	أنثى	٢١.٥٠٠	٦.٦٦٧		
الوساوس القهرية	ذكر	١٤.٧٦٤	٤.٦٧٦	١.٩٦٣	٠.٠٥
	أنثى	١٥.٦٠٥	٤.٢٥٩		
المخاوف الاجتماعية	ذكر	١٨.٢٤١	٥.٦٣٩	٠.٣١٣	٠.٧٥٤ غير دالة
	أنثى	١٨.٠٨٣	٤.٩١٨		
الدرجة الكلية	ذكر	٦٩.٢٥٣	١٥.٣٩٣	٢.٤٣٣	٠.٠١
	أنثى	٧٢.٩٤٦	١٥.٨٥٩		

قيمة "ت" الجدولية عن درجة حرية ٤٨٨ ومستوى ثقة ٠.٠٥ و٠.٠١ تساوي على الترتيب ١.٦٦٠ و٢.٣٦٤.

ويتضح من الجدول السابق (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المخاوف الاجتماعية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف النوع. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة ٠.٠٥ في الوساوس القهرية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف النوع، والفروق لصالح الإناث، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة ٠.٠١ في الدرجة الكلية للمشكلات النفسية وفي (الوحدة النفسية والاكتئاب والكدر النفسي) الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف النوع، والفروق لصالح الإناث. وهذه النتيجة تتفق مع دراسات (Li et al., 2020; Rogowska et al., 2020; Sundarasen et al., (2020) والتي بينت نتائجها بأن الإناث أكثر معاناة في المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا. وقد يعزى ذلك إلى أن التعبير عن المشاعر لدى الإناث أكثر

من الذكور وربما ذلك الأمر تفاقم بسبب هذه الجائحة، والإناث عادة أكثر توقع وقبول للمساعدة من الأخرين عند حدوث الأزمات فيبحثن عن الدعم الاجتماعي الذي قد يحقق لهن الراحة وخفض التوتر والضغوط النفسية (Liu, Huang, Dang, Liu, & Li, 2004)، أو قد يعود إلى الاختلاف في أساليب التكيف والتأقلم مع الضغوط والأزمات فالإناث لديهن ميل إلى استخدام أساليب المواجهة الموجهة نحو العاطفة والموجهة نحو التجنب بشكل متكرر (Rogowska et al., 2020)، كما تؤكد أغلب نتائج الدراسات التي أجريت حول الاضطرابات النفسية إلى أن مستويات القلق لدى الإناث أعلى من الذكور (Olatunji, Wolitzky-Taylor, Sawchukc, & Ciesielski, 2010).

٢.متغير العمر:

تم استخدام اختبار "تحليل التباين أحادي الاتجاه" One Way ANOVA في الكشف عن دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف العمر (أقل من ١٩ سنة، من ١٩ لأقل من ٢١ سنة، من ٢١ سنة فأكثر) فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي (٨):

جدول (٨): المتوسطات والانحرافات المعيارية للمشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم وفقا للعمر

المشكلات النفسية	العمر					
	أقل من ١٩		من ١٩ لأقل من ٢١		من ٢١ فأكثر	
	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري
الوحدة النفسية	١٦.٧٧٥	٤.٢١٢	١٧.١٩٤	٥.٠٧٦	١٧.٦٦٠	٤.١٧٤
الاكتئاب والكدر النفسي	٢٠.٠١٤	٥.٨٥٧	٢١.٥٠٠	٥.٩٨٣	٢٠.٩٩٥	٦.٧٤٩
الوساوس القهرية	١٥.٣٤١	٥.٠٧٧	١٥.٢١٨	٤.٠٢١	١٥.٢٧٧	٤.٢١٧
المخاوف الاجتماعية	١٨.٧٥٤	٥.٩٢٦	١٨.٢٩٠	٥.٥٣٢	١٧.٦٠١	٤.٣٠٨

الدرجة الكلية	٧٠.٨٨٤	١٦.٣٠٤	٧٢.٢٠٢	١٥.٧٦٤	٧١.٥٣٢	١٥.٤٢٨

جدول (٩) دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف العمر

المشكلات النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	بين المجموعات	٦٢.٩٧٦	٢	٣١.٤٨٨	١.٥٨٩	٠.٢٠٥ غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨٥٧.٦٠٤	٤٤٧	١٩.٨١٦		
	الكلي	٨٩٢٠.٥٨٠	٤٤٩			
الاكتئاب والكدر النفسي	بين المجموعات	١٥٢.٥٣٤	٢	٧٦.٢٦٧	١.٩٣٥	٠١٤٦ غير دالة
	داخل المجموعات	١٧٦١٩.٩٦٦	٤٤٧	٣٩.٤١٨		
	الكلي	١٧٧٧٢.٥٠٠	٤٤٩			
الوساوس القهرية	بين المجموعات	٠.٩٨٩	٢	٠.٤٩٥	٠.٠٢٥	٠.٩٧٥ غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨٤٥.٧٣١	٤٤٧	١٩.٧٨٩		
	الكلي	٨٨٤٦.٧٢٠	٤٤٩			
المخاوف الاجتماعية	بين المجموعات	١٠٩.٣٦٠	٢	٥٤.٦٨٠	٢.٠٢٩	٠.١٣٣ غير دالة
	داخل المجموعات	١٢٠٤٦.٢٥١	٤٤٧	٢٦.٩٤٩		
	الكلي	١٢١٥٥.٦١١	٤٤٩			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	١١٣.٤٤٥	٢	٥٦.٧٢٢	٠.٢٢٧	٠.٧٩٧ غير دالة
	داخل المجموعات	١١١٤٩٤.٩١٣	٤٤٧	٢٤٩.٤٢٩		
	الكلي	١١١٦٠٨.٣٥٨	٤٤٩			

قيمة "ت" الجدولية عن درجة حرية ٤٨٨ ومستوى ثقة ٠.٠٥ و٠.٠١ تساوي على الترتيب ١.٦٦٠ و٢.٣٦٤

يتضح من الجدول السابق (٩) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف العمر. وتختلف نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Sundarasen et al., 2020) والتي بينت نتائجها وجود فروق في القلق لصالح الطلبة ذوي عمر ١٧–١٨. وقد يعزى ذلك إلى أن الفروق قد لا تتضح بسبب تقارب أعمار الطلبة في المرحلة الجامعية والتي في الغالب تتفاوت ما بين ١٨ إلى ٢٢ سنة، بالإضافة إلى أن التغيرات الحاصلة في جوانب النمو لهذه الفترة الزمنية تكاد تكون متقاربة إلى حد ما.

٣.متغير التخصص العلمي:

تم استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة Independent Samples T-Test في الكشف عن دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف التخصص العلمي (علوم إنسانية، علوم طبيعية) فكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي (١٠):

جدول (١٠) دلالة الفروق في المشكلات النفسية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم والتي ترجع لاختلاف التخصص العلمي (درجات الحرية = ٤٤٨)

المشكلات النفسية	التخصص العلمي	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية	علوم إنسانية	١٦.٨٠٩	٤.٣٧٧	٣.٢١٠	٠.٠١
	علوم طبيعية	١٨.٢٤٨	٤.٤٨٨		
الاكتئاب والكدر النفسي	علوم إنسانية	٢٠.٣٣٣	٦.٥٠٠	٢.٥١٠	٠.٠١
	علوم طبيعية	٢١.٩٢٩	٥.٦٧٨		
الوساوس القهرية	علوم إنسانية	١٤.٩٧٧	٤.٣٩١	٢.١٥٠	٠.٠٥
	علوم طبيعية	١٥.٩٤٣	٤.٤٨٦		
المخاوف الاجتماعية	علوم إنسانية	١٧.٨٩٠	٥.١٣٢	١.٥٣٨	٠.١٢٥ غير دالة
	علوم طبيعية	١٨.٧٠٢	٥.٣٣٢		
الدرجة الكلية	علوم إنسانية	٧٠.٠١٠	١٥.٩٢٥	٣.٠٣١	٠.٠١
	علوم طبيعية	٧٤.٨٢٣	١٤.٩٤٢		

قيمة "ت" الجدولية عن درجة حرية ٤٨٨ ومستوى ثقة ٠.٠٥ و٠.٠١ تساوي على الترتيب ١.٦٦٠ و٢.٣٦٤.

يتضح من الجدول السابق (١٠) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المخاوف الاجتماعية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف التخصص العلمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة ٠.٠٥ في الوساوس القهرية الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف التخصص العلمي، والفروق لصالح العلوم الطبيعية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ثقة ٠.٠١ في الدرجة الكلية للمشكلات النفسية وفي (الوحدة النفسية والاكتئاب والكدر النفسي) الناجمة عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Covid-19) لدى طلبة جامعة القصيم ترجع لاختلاف التخصص العلمي،

والفروق لصالح العلوم الطبيعية. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Sundarasen et al., 2020). وقد يعزى ذلك إلى أن الطلبة في التخصصات الإنسانية لديهم دراية بحكم التخصص بالمشكلات النفسية وآثارها وكيفية التعامل والتكيف معها أكثر من الطلبة الدارسين بالتخصصات الطبيعية، فالتخصصات الطبيعية تركز على الجوانب العلمية البحتة، في حين التخصصات الإنسانية تهتم بالجوانب النفسية والاجتماعية التربوية. وتختلف مع نتائج دراسات Odriozola-González et al., 2020; Rogowska et al., 2020) والتي بينت نتائجها وجود فروق لصالح التخصصات الإنسانية.

توصيات الدراسة:

استناداً إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية فإن الباحث يوصي بما يأتي:

- متابعة تطورات جائحة فيروس كورونا المستجد من قبل الجامعة وتعزيز مستوى الصحة النفسية للطلبة وتقليل الآثار المترتبة على هذه الجائحة.
- توفير برامج إرشادية للطلبة للتعامل مع المشكلات النفسية والتكيف مع الأزمات المختلفة.
- وضع خطط مستقبلية في الجامعة لمواجهة الأزمات المختلفة في الوقت المناسب.
- إجراء مزيد من البحوث والدراسات ذات العلاقة بجائحة فيروس كورونا المستجد Covid-19 لمتغيرات مختلفة.

المراجع

أولاً- المراجع العربية:

الجولاني، فادية عمر (١٩٩٩). *تشخيص وعلاج المشكلات النفسية والاجتماعية*. الإسكندرية: مكتبة الاشعاع الفنية.

الدسوقي، مجدي محمد (١٩٩٨). *مقياس الشعور بالوحدة النفسية*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

الداهري، صالح حسن (٢٠٠٥). *مبادئ الصحة النفسية*. عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

الهاشمي، عبدالحميد محمد (١٩٨٦). *التوجيه والإرشاد النفسي، الصحة النفسية الوقائية*. جدة: دار الشروق.

جلال، سعد (١٩٨٦). *في الصحة العقلية: الأمراض النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥). *الصحة النفسية والعلاج النفسي* (ط٤). القاهرة: عالم الكتب.

زيدان، محمد مصطفى؛ والسمالوطي، نبيل (١٤١٥هـ). *علم النفس التربوي* (ط). جدة: دار الشروق للنشر والتوزيع.

عبدالله، محمد قاسم (٢٠١٠). *مدخل إلى الصحة النفسية (ط ٥)*. عمان: دار الفكر.

عبدالرؤوف، محمد صالح؛ وسليمان، السر أحمد (٢٠٠٦). *المدخل إلى الصحة النفسية*. مكتبة الرشد: الرياض.

عبدالقادر، أبوبكر ساسي (٢٠١٥). الوسواس القهري بين الأسباب والعلاج. *مجلة المعرفة، جامعة الزيتونة، كلية التربية، ٣*، ١٣٧-١٥١.

علي، عبدالرحمن عبدالوهاب (٢٠١٦). المشكلات النفسية لدى الشباب الجامعي في جامعة عدن. *مجلة شؤون اجتماعية، جمعية الاجتماعيين في الشارقة، ٣٣* (١٣٢)، ٣٥-٧٠.

ثانيًا- المراجع الأجنبية:

Arvidsdotter, T., Marklund, B., Kylen, S., Taft, C., & Ekman, I. (2015). Understanding persons with psychological

distress in primary health care. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 30,* 687–694.

Ashbaugh, A., Antony, M., McCabe, R., Schmidt, L., & Swinson, R. (2005). Self-evaluative biases in social anxiety. *Cognitive Therapy and Research, 29* (4), 387-398.

Baberjee, D. (2020). The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play. *Asian Journal of Psychiatry, 50,* 102014. Published online 2020 Mar 20. doi: 10.1016/j.ajp.2020.102014.

Bai, Y., Lin, C., Lin, C., Chen, J., Chue, C., & Chou, P. (2004). Survey of stress reactions among health care workers involved with the SARS outbreak. *Psychiatry. Serv.* 55, 1055–1057. doi: 10.1176/appi.ps.55.9.1055.

Brage, D., & Meredith, W. (1994). A causal model adolescent depression. *Journal of Psychology, 128,* 455-468.

Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research. 287*. doi: 10.1016/j.psychres.2020.112934.

Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry, 7* (4), 300-302. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0.

Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. (2020). Student mental health in the midst of the COVID-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. *International Journal of Social Psychiatry, 66,* 517–518.

Han, Y., & Yang, H. (2020). The transmission and diagnosis of 2019 novel coronavirus infection disease (COVID-

19): a Chinese perspective. *Journal of Medical Virology*. First published: 06 March 2020. https://doi.org/10.1002/jmv.25749.

Hasanah, U., Immawati, L., & Livana, P. (2020). Psychological description of students in the learning process during pandemic covid-19. *Journal of Mental Nursing, 8, (3),* 299-306.

Kobasa, S. (1979). Stressful life events, Personality and Health: An Inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology, 37* (1), 1-11.

Lambert, V. (2007). Predictors of physical and mental health in hospital nurses within the People's Republic of China. *Journal of International Nursing, 54* (1), 85-91.

Liebowitz, R., & Schneier, F. (1995). *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment*. New York: Guilford.

Li, X., Lv, S., Liu, L., Chen, R., Chen, J., Liang, S., & Zhao, J. (2020). COVID-19 in Guangdong: Immediate Perceptions and Psychological Impact on 304,167 College Students. *Frontiers in Psychology, 11*. doi: 10.3389/fpsyg.2020.02024.

Liu, X., Kakade, M., Fuller, C., Fan, B., Fang, Y., Kong, J., & Wu, P. (2012). Depression after exposure to stressful events: lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Comprehensive Psychiatry 53*, 1, 15–23. doi: 10.1016/j.comppsych.2011.02.003.

Liu, Z., Huang, Y., Dang, W., Liu, M., & Li, S. (2004). Study on the psychosocial status and related factors in three universities during severe acute respiratory syndrome epidemic in Beijing. *Chinese Journal of Epidemiology*. *25*, (7), 594–597.

Lunt, P. (1991). The perceived causal structure of loneliness. *Journal of Personality & Social Psychology, 61* (1), 26-34.

Mirowsky, J., & Ross, C. (2002). Selecting outcomes for the sociology of mental health: Issues of measurement and dimensionality. *Journal of Health and Social Behavior, 43,* 152-170.

Neto, F. (2002). Loneliness and acculturation among adolescents from immigrant families in Portugal. *Journal of Applied Social Psychology, 32* (3), 630 — 647.

Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Irurtia, M., & Luis-García, R. (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry Research 290*. doi:10.1016/j.psychres.2020.113108.

Olatunji, B., Wolitzky-Taylor, K., Sawchukc, C., & Ciesielski, B. (2010). Worry and the anxiety disorders: a meta-analytic synthesis of specificity to GAD. *Applied and Preventive Psychology, 14* (1-4), 1–24.

Phan, L., Nguyen, T., Luong, Q., Nguyen, T., Nguyen, H., Le, H., & Pham, Q. (2020). Importation and Human-to-Human Transmission of a Novel Coronavirus in Vietnam.

The New England Journal of Medicine, 382, 872-874. doi: 10.1056/NEJMc2001272.

Rith-Najarian, L., Boustani, M., & Chorpita, B. (2019). A systematic review of prevention programs targeting depression, anxiety, and stress in university students. *Journal of Affective Disorders. 257*, 568–584. doi: 10.1016/j.jad.2019.06.035.

Rogowska, A., Kuśnierz, C., & Bokszczanin, A. (2020). Examining Anxiety, Life Satisfaction, General Health, Stress and Coping Styles During COVID-19 Pandemic

in Polish Sample of University Students. *Psychology Research and Behavior Management, 13,* 797–811. http://doi.org/10.2147/PRBM.S266511.

Rokach Ami,. (1988). The Experience of Loneliness: A Tri-Level Model. *Journal of Psychology Interdisciplinary and Applied, 122,* 6, 531-544.

Seepersad, S. (2001). *Analysis of the Relationship Between Loneliness, Coping Strategies and the Internet*. University of Illinois at Urbana-Champaign.

Son, C,. Hegde, S,. Smith, A,. Wang, X,. & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *Journal of Medical Internet Research, 22* (9), e21279. doi: 10.2196/21279.

Sundarasen, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G., Khoshaim, H., & Sukayt, A. (2020). Psychological Impact of COVID-19 and Lockdown among University Students in Malaysia: Implications and Policy Recommendations. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17,* 6206; doi:10.3390/ijerph17176206.

Taylor, M., Agho, K., Stevens, G., & Raphael, B. (2008). Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health* 8:347. doi: 10.1186/1471-2458-8-347.

Wang, Z., Yang, H., Yang, Y., Liu, D., Li, Z., Zhang, X., & Mao, C. (2020). Prevalence of anxiety and depression symptom, and the demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders, 275,* 188–193.

WHO (2020a). WHO Director-General's statement on IHR Emergency Committee on Novel Coronavirus (2019-nCoV). IHR Emergency Committee on Novel Coronavirus (2019-nCoV) (who.int).

WHO (2020b). WHO Director-General's statement on IHR Emergency Committee on Novel Coronavirus (2019-nCoV). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020.

WHO (2020c). Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV). Statement on the fifth meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the coronavirus disease (COVID-19) pandemic (who.int).

WHO (2020d). Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard | WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard.

WHO (2020e). Coronavirus disease (COVID-19). Coronavirus disease (COVID-19) (who.int).

Xiao, C. (2020). A novel approach of consultation on 2019 novel coronavirus (COVID-19) Related psychological and mental problems: structured letter therapy. *Psychiatry Investing*, *17* (2), 175–176.