

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19 والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة^١

د/ نهلة صلاح على^٢

الملخص

هدف البحث الحالي الى دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19 والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، وقد تكونت عينة البحث من (١٠٠) إمراة عاملة ممن تتراوح أعمارهن ما بين (٣٠-٥٠) عام والذين لا يعانون من أمراضاً مزمنة، وقد إشتملت أدوات البحث على مقياس الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد، ومقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة (إعداد الباحثة)، وقد توصلت نتائج البحث الى عدم وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، كما لم تتضح فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغيرى (السن - المستوى التعليمى)، فى حين أشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، كما لم تتضح فروق ذات دلالة إحصائية فى الإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغيرات (السن - الحالة الاجتماعية - المستوى التعليمى).

الكلمات المفتاحية :

الضغوط النفسية، فيروس كورونا المستجد، الإضطرابات النفسجسمية، المرأة العاملة.

^١ تم إستلام البحث ٢٠٢٠/٤/١٥ وتقرر صلاحية النشر فى ٢٠٢٠/٥/٢٠

^٢ مدرس علم النفس بمعهد الدراسات والبحوث البيئية - جامعة عين شمس

===== دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد =====

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد

COVID-19 والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة^٢

د/ نهلة صلاح على^٤

مقدمة للبحث

أصبحت ضغوط الحياة ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات لكن بدرجات متفاوتة، يحدد هذا التفاوت عدة عوامل منها طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها، وما يفرضه ذلك من شدة التفاعل والاعتماد وشدة الصراع وتعاضم سرعة معدل التغيير في تلك المجتمعات، وما تفرضه على نمط الحياة فيها لدرجة دعت الكثيرين لتسمية العصر الحديث بـ "عصر الضغوط".

(عبد الحميد محمد ومحمد السيد صديق، ٢٠٠٢ : ١٠٠)

وعلى الرغم مما تتعم به المرأة في العصر الحالي من رفاهة العيش ورغد الحياة، وعلى الرغم مما تقدمه لها التكنولوجيا الحديثة من وسائل الراحة والمتعة وما أحرزته من علم وتقدم، إلا أنها تتعرض لكثير من الضغوط الثقيلة التي تؤرقها وتسبب لها كثيراً من الإزعاج وعدم الارتياح، بل وتصيبها بكثير من الأمراض الجسمية والنفسية، وتبدد شعورها بالراحة والأمان والإستقرار والسعادة.

فالمرأة في حياتها اليومية تتعرض وتُعرض غيرها لكثير من المواقف الضاغطة، نظراً لما تحمله الحياة العصرية من عراقيل وعوائق تحول دون إشباع حاجاتها.

(عبد الرحمن العيسوي، ١٩٩٢ : ١١٣ - ١١٤)

هذا وتؤثر الضغوط النفسية المتكررة على صحة المرأة وخاصة المرأة العاملة، فقد تعيق أعمالها وحياتها الاجتماعية، حيث إن الضغط النفسى المتكرر المستمر والشديد قد يضعف قوى المرأة ويُدمرها إذا لم تستطع مواجهة العوامل التي تسببت في هذا الضغط أو معالجتها.

وتتوقف الطريقة التي تتبعها كل إمراة في مواجهة الضغوط النفسية على مميزات شخصيتها ونقاط عجزها، والتي تؤثر بالتالى على ردة فعلها ازاء المشاكل والمصاعب التي

^٢ تم إستلام البحث ٢٠٢٠/٤/١٥ وتقرر صلاحية النشر في ٢٠٢٠/٥/٢٠

^٤ مدرس علم النفس بمعهد الدراسات والبحوث البيئية - جامعة عين شمس

Email : nahlasalah2017@gmail.com

ت : ٠١٠٠٥٥٢٢٠٢٧

تواجهها مع محيطها البشرى سواء على مستوى أفراد العائلة فى المنزل أو مع الأصدقاء أو مع زملاء فى العمل. (غريغ ويلكنسون، ٢٠١٣ : ٤)

وعلاوة على ذلك قد تتأثر قدرة المرأة العاملة على مواجهة الضغوط النفسية بالمحيط الخارجى، بما يتضمنه من متغيرات قد تكون طبيعية أو مصنعة، فهناك عديد من المؤثرات فى البيئية المحيطة من حولها قد تلعب دورا هاما فى مضاعفة الضغوط على كاهلها، مما قد يؤدي بها الى الإصابة بالاضطرابات النفسجسمية.

ولعل من اهم تلك المتغيرات الحالية هو إنتشار نوعا جديدا من الفيروسات يسمى "فيروس كورونا المستجد COVID-19" والذى إنتشر على نطاق واسع فى جميع أنحاء العالم، والذى لم يتم التوصل حتى الآن الى لقاح أو علاج له.

فقد بدا انتشار هذا الفيروس مثل السيناريوهات التى تحدث فى أفلام الرعب أكثر مما هو فى الواقع، ففى حقيقة الامر فى السنوات الاخيرة شهد العالم حالات تفش حادة لفيروسات خطيرة على غرار فيروس نقص المناعة البشرى (الإيدز)، حيث كانت المرة الاولى التى تفشى فيها ميكروب سارس عام ٢٠٠٣ ووباء أنفلونزا الخنازير عام ٢٠٠٩ مسببة لقلق شديد الى أن اكتشف العلماء السبب وعكفوا على التوصل لاستراتيجيات للمكافحة. (دوروثى إتش كروفورد، ٢٠١٤ : ٤٧)

ولعل الامر هنا يختلف حيث ينتمى كل من فيروس كورونا المستجد وفيروس السارس SARS والميرس MERS الى عائلة "فيروسات كورونا"، وقد أظهر تحليل الجينات فى الماضى أن خصائص الجين الخاص بـ "COVID-19" تختلف إختلافا كبيرا عن جيني "SARS-COV" و "MERS-COV".

وإطلاقا من تسلسل بعض الحالات العديدة المتجمعة، فإن خصائص إنتقال فيروس كورونا المستجد من شخص الى آخر واضحة جداً، وهناك نطاق معين من إنتقال هذا الفيروس بين جماهير الناس، فيمكن أن يحدث الالتهاب الرئوى الفيروسي الناجم عن الإصابة بفيروس كورونا لدى الأشخاص الذين يعانون من إنخفاض وظيفة المناعة الطبيعية فى أجسامهم وهذا مرتبط بحجم الفيروس. (فينغ هوى، ٢٠١٩ : ١١)

ومن تقييم الوضع الحالى للحالات المرضية يُظهر تشخيص معظم المرضى انهم بحالة جيدة وقابلين للتعافى، وهناك عدد قليل من المرضى فى حالة خطيرة، أما تشخيص كبار السن

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

وذوى الأمراض المزمنة فهو ضعيف، بينما أعراض الإصابة لدى الأطفال خفيفة نسبياً.

وفى ضوء ما سبق فإن انتشار هذا الوباء الذى لم يتم التوصل الى علاج له حتى وقتنا هذا قد أودى بحياة الكثيرين بحسب ما نشرته منظمة الصحة العالمية وما تتداوله وسائل الاعلام يومياً بل لحظة بلحظة.

فالامر أصبح مخيف بل ومرعب للدرجة التى يمكن معها الاصابة بالاضطرابات النفسجسمية، فالمرأة العاملة لديها الكثير من المهام والمسئوليات داخل الاسرة وخارجها فى مجال العمل، والتى قد تتعاطم مع تلك الظروف التى حدثت جراء إنتشار جائحة كورونا، فهى تفكر فى اسرتها وكيفية أخذ الاجراءات الوقائية للمحافظة عليها من انتشار المرض وفى نفس الوقت تفكر فى عملها وكيفية إنجازة فى ظل الظروف الراهنة، ومثل هذا التفكير يمثل عامل ضغط كبير على عاتقها مما قد يدفع بها الى الاصابة بالامراض النفسجسمية والتى ترجع الى العوامل النفسية والانفعالية فى الاساس .

مشكلة البحث

يُعد موضوع الضغوط النفسية من الموضوعات ذات الاهمية الكبيرة فى الحياة المعاصرة خاصة فى العقود الاخيرة لما له من آثار سلبية على حياة الافراد الشخصية والاجتماعية.

وقد اجريت العديد من الدراسات النظرية والتجريبية بهدف تسليط الضوء على الضغوط النفسية التى يعانى منها أفراد المجتمع وخاصة المرأة العاملة وأساليب التعامل والتعايش معها، وقد أشارت تلك الدراسات الى وجود علاقة وثيقة بين الضغوط وما تؤدى اليه من إختلال عضوى قد يودى الى الإضطرابات النفسجسمية، فالعناصر الرئيسية التى تشكل أى موقف ضاغط تنحصر فى مصادر الموقف الضاغط وإستجابة المرأة لهذا الموقف، ومن دون هذين العاملين لا يكون هناك مواقف ضاغطة. (نائف على إيبو، ٢٠١٩ : ٢٧)

فضغوط المرأة العاملة كثيرة كونها أحد شرائح المجتمع التى تتعرض يومياً للعديد من المواقف الضاغطة والاجهاد النفسى سواء على المستوى الداخلى كالضغوط الشخصية والجسمية والنفسية، أو على المستوى الخارجى كالضغوط الإجتماعية والبيئية وضغوط العمل.

وفى عصرنا الحالى إزدادت الضغوط والأعباء على عاتق المرأة العاملة على العديد من الأصعدة الاجتماعية والاقتصادية والأمنية، فقد أصبحت تعيش الآن تهديداً متواصلاً على كافة

المستويات وهذا ما يضعها تحت ضغوط نفسية. (محمد الصغير شرفي، ٢٠١٧ : ٥)

ويزيد من الأمر ما تشهده البلاد بل العالم باكملة من موجات خوف وذعر في ظل المستجدات الحالية والتي ارتبطت بانتشار نوعا جديدا كما يبدو من الفيروسات والذي يطلق عليه فيروس كورونا المستجد COVID-19، الأمر الذي أحدث ثورة في التفسيرات المرتبطة بأسباب هذه المعاناة الجماعية جراء إنتشار هذا الوباء، وتسبب في موجة من التناقضات القيمة.

فالأوبئة بطبيعتها أمراض جديدة لا تتوافر بشأنها معلومات أو توقعات بكيفية انتشارها ومكافحتها، ولا يوجد علاج لها .

وقبل حلول عيد الربيع الصيني للعام 2020 وقعت حالات عديدة من الأصابات جراء تفشى وباء فيروس كورونا المستجد COVID-19 في العديد من الأماكن داخل مقاطعة "هوبي" الصينية، ثم انتشر هذا المرض في جميع أنحاء البلاد، ليصبح أخطر حدث في مجال الصحة العامة بعد فيروس سارس الذي إجتاح الصين عام ٢٠٠٣، وفي مواجهة الوضع الخطير للانتشار المتسارع لهذا الوباء أطلقت حملات في الصين على أعلى المستويات لشنّ حرب قوية على فيروس كورونا المُستجد للوقاية من الأوبئة الناتجة عنه ومكافحتها. (فينغ هوى، ٢٠١٩ : ٣)

فكلما كان الوباء خطيراً بسبب سرعة انتشاره وانتقاله بالعدوى والآثار التي يتركها على المصابين به، زادت المدة الزمنية بلا علاج واضح، وكانت المساحة متروكة لاجتهادات الفردية والاجتماعية، والتمسك بأي أمل في الخلاص حتى وإن كان ذلك يتمثل في ممارسات غير منطقية. ووفقا لمنظمة الصحة العالمية لأحدث إحصائيات فيروس كورونا المستجد على الصعيد العالمي والعربي ليوم ١ يونيو ٢٠٢٠ أنه تم تسجيل 6.309.587 حالة إصابة مؤكدة، ومجموع وفيات بلغ 374.675 حالة وفاة، ومجموع متعافون بلغ 2.870.266 على سبيل المثال لا الحصر: **عالمياً:** احتلت أوروبا المرتبة الأولى من حيث إجمالي الإصابات إذ بلغ 1.264.464 إصابة و120.529 حالة وفاة، بينما جاءت شمال أمريكا في المرتبة الثانية لتسجل 1.039.334 إصابة و58.800 حالة وفاة .

وبالمقابل جاءت آسيا في المرتبة الثالثة عالمياً بإجمالي إصابات بلغ 467.856 ووفيات 17.062، في حين جاءت جنوب أمريكا في المرتبة الرابعة عالمياً لتسجل 131.375 إصابة ووفيات 6.023، ثم تاتي أفريقيا في المرتبة الخامسة لتسجل 31.863 إصابة و1.392 حالة وفاة.

عربياً: احتلت المملكة العربية السعودية المرتبة الأولى من حيث عدد الإصابات الذي بلغ

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

87.142 إصابة و525 حالة وفاة، بينما جاءت قطر في المرتبة الثانية لتسجل 58.433 إصابة و ٤٠ حالة وفاة، في حين جاءت الامارات العربية المتحدة في المرتبة الثالثة عربيا بواقع 34.557 إصابة و ٢٦٤ حالة وفاة، يليها الكويت لتسجل 27.762 إصابة و ٢٢٠ حالة وفاة.

وبالمقابل جاءت مصر لتسجل 24.985 إصابة و ٩٥٩ حالة وفاة، يليها عمان بواقع 12.223 إصابة ووفيات 50، ثم البحرين حيث 11.804 إصابة ووفيات 19، والجزائر لتسجل 9.394 إصابة و653 حالة وفاة.

يتضح مما سبق يتضح أن ضحايا فيروس كورونا المستجد "كوفيد-١٩" في تزايد مستمر، وما زال الفيروس يواصل تفشيه بوتيرة متسارعة في مختلف أنحاء العالم، الامر الذي ساهم بشكل كبير في مضاعفة الضغوط النفسية الواقعة على المرأة العاملة- ليست وحدها فحسب بل جميع فئات المجتمع، ففي ظل الظروف الراهنة يمتلك المرأة حالة من القلق والفرع بشأن نفسها أولا ثم اسرتها، حيث أن فكرة الاصابة بالفيروس تسيطر على تفكيرها، فتضع سيناريو مخيفا من الاصابة ومن ممارسة الحياة بشكل طبيعي فينتقل اليها الفيروس الذي سرعان ما ينتشر بشكل او بآخر لأسرتها وللآخرين.

ولعل الأمر قد يأخذ شكل مختلف فيتحول الى اضطرابات نفسجسمية تعاني منها المرأة العاملة نتيجة الإجهاد الفكرى المرتبط بانتشار الفيروس وإحتمالية الاصابة به، وما يصاحب ذلك من قلق وتوتر وخوف قد لا تستطيع التعبير عنه، فيحدث تغيرات بنائية وخلل في وظيفة الاعضاء الجسمية، وقد يظهر ذلك فى أشكالاً متعددة مثل قرحة المعدة والتهابات القولون، إرتفاع وإنخفاض ضغط الدم، قصور الشرايين التاجية وأمراض الجهاز التنفسى الى جانب الأمراض الجلدية .

وهنا تجدر الإشارة الى انه ليس من الضرورى ان تكون جميع الاثار المحتملة لضغوط المرأة العاملة سلبية، بل يمكن ان تكون إيجابية حيث تدفعها الى محاولة التوافق والتعايش والتواءم معها، ولعل الامر يكمن فى السمات الشخصية التى تتمتع بها والتي يمكن ان تنعكس على سلوكها فى تخطى الازمات والمروور منها بسلام.

وفى ضوء ما سبق عرضه تحاول الباحثة الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19 والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة.

هدف البحث

هدف البحث الحالى الى دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس

كورونا المستجد COVID-19 والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة.

أهمية البحث

الأهمية النظرية: تكمن أهمية البحث من الناحية النظرية في :

- الوصول لفهم أعمق لفيروس كورونا المستجد من حيث إنتشاره وأعراضه وتاريخه.
- التعرف على أنواع الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد .
- التعرف على طبيعة الاضطرابات النفسجسمية التي يمكن ان تتعرض لها المرأة العاملة جراء إنتشار فيروس كورونا المستجد.
- بالإطلاع على الدراسات والبحوث السابقة التي أجريت في مجال الضغوط النفسية إتضح انه لم توجد دراسات سابقة - في حدود علم الباحثة - جمعت بين الضغوط النفسية لدى المرأة العاملة وانتشار الفيروسات والابوئة والإضطرابات النفسجسمية.

الأهمية التطبيقية: تكمن أهمية البحث من الناحية التطبيقية في :

- نشر الوعي الصحي فيما يخص انتشار الامراض والفيروسات والوقاية على مستوى الاسرة والمجتمع.
- دعم الحالة النفسية للمرأة العاملة في ظل الضغوط الواقعة بسبب انتشار فيروس كورونا المستجد.
- توجيه سلوك المرأة العاملة لإتباع الإجراءات الصحية الوقائية مع نفسها ومع أسرتها ومع الآخرين للحد من انتشار الفيروس.
- الاستفادة من نتائج هذا البحث في الوصول الى توجيهات ارشادية علاجية للمرأة العاملة في جميع المراحل العمرية بكيفية التعامل بشكل ايجابي مع اى متغيرات قد تطرأ على الحياة العامة في حالة ظهور أى مستجدات طبيعية كانت او مصطنعة، كما هو الحال بالنسبة لإنتشار جائحة كورونا.

مصطلحات البحث

أولاً: الضغوط النفسية Psychological Stress:

يستخدم مصطلح الضغوط النفسية للدلالة على نطاق واسع من حالات الفرد الناشئة كرد فعل لتأثيرات مختلفة بالغة القوة، والتي قد تؤدي الى إجهاد انفعالي مما يستلزم نوعا من إعادة التوافق لدى الفرد. (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠٨ : ٩٦) أى أنها تتضمن مجموعة مؤثرات خارجية تؤدي الى إحداث تغير سيكولوجى سلوكى بدرجات مختلفة على الافراد تبعا لقدراتهم الجسمية والشخصية على التوافق مع هذه المؤثرات. (سارة صالح الخمشى وآخرون، ٢٠١٦:

ويُعرفها Mahmoud Boudarene (٢٠٠٦ : ١٠٠) بأنها "خلل في إستجابات الفرد لوضعية جديدة تؤدي الى كسر التوازنات البيولوجية والنفسية".

وفى تعريف آخر يُشار الى الضغوط بأنها "حالة يمر بها الفرد حينما لا يكون هناك إنسجام بين مهامه المدركة وقدرته على التوافق" . (تيرى لوكر و اولجا جريسون، ٢٠١٤ : ٣٦)

وفى تعريف الجمعية الامريكية للطب النفسى تُعرف الضغوط بأنها "أعباء زائدة تقع على كاهل الفرد نتيجة مروره بخبرات صادمة تتمثل فى دخوله فى حالة صراع حاد لأدائه لأدواره المختلفة أو الدخول فى مشاكل حادة تتصل بحياته الاسرية، وإن عجز الفرد عن مواجهة مثل هذه الاحداث يدخل فى حالة من الارتباك والاضطرابات". (محمد حسن غانم، ٢٠٠٨ : ٣٤٣)

وفى ضوء ما سبق تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها "مجموعة مؤثرات وأعباء داخلية وخارجية تقع على كاهل المرأة العاملة نتيجة إنتشار فيروس كورونا المستجد مما يؤدي بها الى شعور بالضيق والتوتر والاجهاد وعدم القدرة على التوافق النفسى، وتقاس على أساس الدرجة التى تحصل عليها المفحوصة على المقياس المستخدم فى البحث".

مصادر الضغوط النفسية :

إن إحساس المرأة العاملة بالضغط النفسى ينتج عن شعورها بعدم قدرتها على السيطرة أو التحكم فى ظروفها الحالية سواء كانت داخلية مثل: إمكاناتها وقدراتها ومشاعرها السلبية أو الشعور بالاعتلال الجسمى أو العاطفى وضعف الارادة والشعور بالفوضى وضعف كفاءتها فى إدارة الوقت، أو قد تكون ظروفها خارجية مثل: الظروف المالية وأعباء العمل والانشطة الاجتماعية المطالبة بها والمشكلات المرتبطة بتربية الابناء والظروف الاسرية.

وترتبط درجة الضغوط النفسية التى تشعر بها المرأة العاملة فى بيئتها الداخلية والخارجية بدرجة من "الشدة" و"الدوام" بما يتقل قدرتها التكيفية الى الحد الاقصى، والتى فى ظروف معينة يمكن أن تؤدي الى إختلال السلوك وعدم التوافق الذى قد يؤدي الى المرض، ويقدر إستمرار الضغوط بقدر ما يتبعها من إستجابات جسمية ونفسية وصحية سلبية. (فلافيا محمد عثمان، ٢٠١٨ : ١٣)

وتضيف الباحثة الى ما سبق العوامل البيئية والتى تعتبر من العوامل الخارجية الهامة

المرتبطة بالضغط، والتي تتمثل في التغيرات المناخية والتقلبات الجوية والتغيرات المفاجئة في حالة الطقس فضلا عن حالات التلوث وإنتشار الأوبئة والفيروسات كما هو الحال في بحثنا الحالي.

أنواع الضغوط :

هناك العديد من التصنيفات التي قدمت لأنواع الضغوط وفقا للفئة التي ينتمي اليها الضغط مثل (الضغوط المالية، الأسرية، ضغوط الاصدقاء، ضغوط العلاقة بالجنس الاخر، ضغوط الزلازل والفيضانات وأخيراً ضغوط العمل).

وفي تصنيف آخر تصنف كافة أنواع الضغوط في فئتين فقط وهما: **الضغوط الطبيعية**- أى من صنع الطبيعة ولا دخل للإنسان فيها- و**ضغوط إنسانية إجتماعية**- أى من صنع البشر أو ناتجة عن أخطائهم . (محمد حسن غانم، ٢٠٠٩: ٦٧)

وفي تصنيف آخر للضغوط تنقسم الى نوعان كالآتي :

- **الضغوط الإيجابية:** وهى الضغوط المفيدة التي يكون لها انعكاسات إيجابية على المرأة العاملة، حيث تشعر معها بالقدرة على الإنجاز والانتاج بسرعة وحسم.
- **الضغوط السلبية:** وهى الضغوط ذات الانعكاسات السلبية التي تؤثر على صحة المرأة وحالتها النفسية، ومن ثم تعكس على أدائها وإنتاجيتها فى العمل، مما يولد الشعور بالإحباط وعدم الرضا والنظرة السلبية لقضايا العمل. (نائف على أيبو، ٢٠١٩: ٧٧)

وفي ضوء ما سبق تصنف الباحثة الضغوط النفسية لدى المرأة العاملة الى:

- ❖ **الضغوط الشخصية:** وتُعرف إجرائيا بأنها "الأعباء والضغوط الذاتية الجسمية والعقلية والنفسية التي تواجهها المرأة العاملة نتيجة إنتشار فيروس كورونا المستجد والتي تشعرها بالقلق والتوتر والخوف والاجهاد وصعوبة التكيف مع الواقع حولها".
- ❖ **الضغوط الاجتماعية:** وتعرف إجرائيا بأنها " الأعباء والضغوط التي تعاني منها المرأة العاملة نتيجة إنتشار فيروس كورونا المستجد فى علاقتها بأفراد اسرتها وأصدقائها وجيرانها".
- ❖ **ضغوط العمل:** وتعرف بانها "الأعباء والضغوط الخارجية التي تعاني منها المرأة العاملة تجاه الاحداث الراهنة فى المجتمع فى محيط عملها من حيث علاقتها بزملاء العمل والروساء".

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

أساليب مواجهة الضغوط النفسية:

إن أساليب مواجهة الضغوط النفسية تختلف من امرأة لآخرى، فهناك من تلجأ الى الأساليب الإيجابية لمواجهة الضغوط في حين هناك من تلجأ الى أساليب سلبية لنفس الموقف الضاغط، ولعل الأمر يرجع في الأساس الى كيفية إدراك المرأة للموقف الضاغط وتقييمها له. لذا فإنه نظراً لعدم وجود قاعدة ثابتة في أساليب مواجهة الضغوط فإن الأمر يرتبط بالموقف المُحدث للضغط. (نائف على أيبو، ٢٠١٩ : ٨٦) فالمرأة بوصفها المسئول الأول عن أمور وشئون المنزل، الأمر الذى يجعل على عاتقها الكثير من الضغوط النفسية والعصبية خاصة وإن كانت تعمل لعدد غير محدد من الساعات بعيداً عن منزلها. (كويك نوتس، ٢٠٠٣ : ٦٧) وفى ضوء ذلك تتنوع أساليب مواجهة الضغوط التى تتعرض لها المرأة العاملة ما بين أساليب إيجابية مثل: أسلوب ضبط النفس- البحث عن الدعم الاجتماعى- تحمل المسؤولية- حل المشكلات- تنظيم الوقت- إعادة البناء المعرفى- تجنب الموقف والتحول عنه، أو قد تكون أساليب المواجهة سلبية مثل: أسلوب الانعزال- ممارسة عادات معينة- العدوان- الاسترخاء- وسائل الدفاع- زيادة الممارسات الدينية.

ثانياً: فيروس كورونا المستجد COVID-19 :

فيروس كورونا المستجد هو نوع من الفيروسات جديداً من نوعه يصيب الجهاز التنفسى للمرضى المصابين بالتهاب رئوى، وهو مجهول السبب حتى الآن.

وقد ظهر في مدينة "ووهان" الصينية فى اواخر العام ٢٠١٩، وفى عام ٢٠٢٠ أطلقت لجنة الصحة الوطنية فى جمهورية الصين الشعبية تسمية "فيروس كورونا المستجد" على الالتهاب الرئوى الناجم عن الإصابة بفيروس كورونا، ثم غيرت فى ٢٢ فبراير الاسم الانجليزى الرسمى للمرض الناجم عن فيروس كورونا المستجد الى "COVID-19". (فينغ هوى، ٢٠١٩ : ١٠)

وتشير دوروثى إتش كروفورد (٢٠١٤ : ٤٨) الى أن الفيروسات الجديدة التى تظهر وتنتشر فى مجتمع عائل غافل تُحدث وباء، وتُعرفه بأنه "عدوى تحدث بمعدل تكرار أعلى من المعتاد" وقد تتفاقم متحولة الى "جائحة" إذا إنتشرت فى عدة قارات فى آن واحد، وتتوقف الأنماط المختلفة للأمراض المعدية التى تنتشى حديثاً على عدد من العوامل الفيروسية، من بينها فترة حضانتها وطريقة الانتشار، وعدة عوامل سلوكية مهمة تتعلق بالعائل نفسه من بينها الظروف المعيشية والنزوع للسفر، ونجاح أى إجراءات وقائية.

وفى أحدث تعريف لفيروسات كورونا يشار اليها بأنها فصيلة كبيرة من الفيروسات التى

قد تصيب الحيوان والإنسان، ومن المعروف أن فيروسات كورونا تسبب لدى البشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)، ويسبب فيروس كورونا المُكتشف مؤخراً مرض فيروس كورونا كوفيد- ١٩. (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠ :٢)

طرق الإنتقال:

يوجد خمس طرق لإنتقال الفيروسات المعدية وهي:

١. **التلامس:** حيث قد ينتقل الفيروس المسبب للعدوى مباشرة عن طريق التماس، ويعتبر التلامس

من أهم طرق إنتقال العدوى وأكثرها شيوعاً وينقسم الى نوعين فرعيين:

➤ **الاتصال المباشر:** ويقصد به إنتقال الفيروسات نتيجة تلامس سطح جسم شخص مصاب

بالفيروس مع سطح جسم آخر عرضة للإصابة بذلك المرض.

➤ **الإتصال غير المباشر:** ويقصد به تلامس المعرض للإصابة بالفيروس مع مادة ملوثة مثل

المعدات أو الاجهزة أو الايدي الملوثة.

٢. **الإنتقال عن طريق القطرات (الرذاذ):** ويقصد به إنتقال الفيروسات المسببة للمرض عن طريق

الرذاذ الذي يحتوي على الميكروبات الناتجة عن الشخص مصدر العدوى أثناء قيامه

بالتحدث أو العطس أو السعال، وينتشر ذلك الرذاذ الملوث عبر الهواء لمسافة قصيرة لا

تزيد عن ١-٢ متر، ويتم دخوله الى جسم الفرد عن طريق الفم أو مخاط الانف أو داخل

العين، ويتميز الرذاذ بالكثافة التي لا تسمح له بان يستمر معلقاً في الهواء، مما يعني ان

الميكروبات والفيروسات المنقولة عبر الرذاذ مختلفة عن غيرها من الفيروسات الموجودة

بالهواء، لذلك فلا توجد حاجة لتطبيق أساليب خاصة للتهوية لمنع انتقال الفيروسات عبر

ذلك الطريق.

٣. **الإنتقال عن طريق الهواء:** وهنا قد ينتقل الفيروس عبر قطرات رذاذية صغيرة جداً تحتوي

على كائنات دقيقة تظل معلقة في الهواء الذي يحملها لمسافات بعيدة جداً، ثم يقوم الفرد

المعرض للإصابة بالمرض باستنشاق تلك النوايا الصغيرة، وهنا تفيد الاستعانة بأساليب

التهوية الجيدة لمنع انتقال الفيروس.

٤. **الناقل الوسيط:** وينتقل فيه الفيروس المسبب للعدوى بطريقة غير مباشرة الى الفرد عن طريق

مادة ملوثة بالفيروس مثل الطعام، الدم، الماء والادوات الملوثة.

٥. **العائل الوسيط:** وفيه يمكن ان ينتقل الفيروس للفرد عن طريق الحشرات وغيرها من

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

الحيوانات. (وزارة الصحة والسكان، ٢٠٠٥ : ٧ - ٨)

أعراض الإصابة بمرض كوفيد-١٩:

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد- 19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف، وقد يعاني بعض المرضى من الآلام والأوجاع أو احتقان الأنف، أو الرشح، أو ألم الحلق، أو الإسهال .

وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً، ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن تظهر عليهم أي أعراض ودون أن يشعروا بالمرض، ويتعافى معظم الأشخاص نحو ٨٠% من المرض دون الحاجة إلى علاج خاص.

وتشدد حدة المرض لدى شخص واحد تقريباً من كل 6 أشخاص يصابون بعدوى كوفيد-١٩ حيث يعانون من صعوبة في التنفس، وتزداد احتمالات إصابة المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات طبية أساسية مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب أو داء السكري بأمراض وخيمة .

وقد توفي نحو ٢% من الأشخاص الذين أصيبوا بالمرض، وينبغي للأشخاص الذين يعانون من الحمى والسعال وصعوبة التنفس التماس الرعاية الطبية. (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢٠ : ٢)

وطبقاً لتوصيات إدارة الصحة العامة (٢٠٢٠) والخاصة بـ COVID-19 فإن أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد تظهر عادة في الفترة من يومين الى أربعة عشر يوماً عقب الإصابة بالفيروس، وتأخذ الشكل التالي:



سعال



ارتفاع في
درجة الحرارة



صعوبة في
التنفس

شكل (١) أعراض الإصابة بفيروس كورونا المستجد

الأسباب:

يشير ر. بيغلهور وآخرون (١٩٩٧ : ١١٩) الى أن الوباء epidemic هو ظهور عدد من حالات المرض في مجتمع أو إقليم ما على نطاق واسع أكثر من المعتاد، أو على نحو غير متوقع بالقياس الى المكان والزمان المفترضين.

=(٣٩٦): الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ - المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ =

فعندما يوصف الوباء لايد من التحديد النوعى الواضح للفترة الزمنية والاقليم الجغرافى والجماعات المحلية التى تحدث لديها الحالات.

وبتطبيق ذلك على موضوع البحث الحالى نجد أن وباء كورونا وصل الى حد الجائحة التى تفسيت فى جميع انحاء العالم بلا إستثناء والتى- الى الان- لم يتم التوصل الى تحديد دقيق لاسبابها او كيفية علاجها، ومن غير الواضح بالضبط مدى قدرة عدوى فيروس كورونا المستجد على الانتقال بين الناس، ولكن يبدو أنه ينتشر بين الأشخاص الذين يوجد بينهم احتكاك مباشر، فقد ينتشر عن طريق الرذاذ الصادر من الجهاز التنفسى عندما يسعل المصاب بالفيروس أو يعطس، وقد ينتشر أيضاً إذا لمس الشخص سطحاً عليه الفيروس ثم لمس فمه أو أنفه أو عينيه.

الوقاية :

وفقا للدليل الارشادى لمنظمة الصحة العالمية (٢٠٠٨ : ١١-١٢) فإن هناك العديد من الممارسات الصحية التى يمكن تطبيقها على نطاق واسع للوقاية من انتشار الفيروسات وخاصة تلك المرتبطة بعدوى الجهاز التنفسى والتى تتلخص فيما يلى:

• الوقاية من المرض فى البيت

هناك إجراءان رئيسيان هما نظافة الأيدي واتباع السلوكيات الرفيعة الخاصة بالجهاز التنفسى، وبالإضافة إلى ذلك فإنه أثناء حدوث الجائحة يمكن الحد من انتشار العدوى وذلك بعزل المرضى من أفراد العائلة عن الأصحاء منهم.

١. نظافة الأيدي

تعتبر نظافة الأيدي إجراء هاماً جداً للوقاية من انتشار الأمراض وخاصة تلك التى ترتبط بعدوى الجهاز التنفسى الحاد، فرداذا السعال والعطاس أو لمس المواد التى تحتوي على ملوثات الجهاز التنفسى العدوائية قد تلوث الأيدي والملابس والسطوح (كالمناضد والأقفال وقبضات الأبواب والأطباق والصواني والأكواب)

لذلك يجب تنظيف الأيدي بغسلها بالصابون والماء مدة 20 ثانية قبل شطفها ثم تجفيفها، كما ان استعمال المستحضرات المركزة على الكحول (نسبة الكحول ٦٠- ٨٠%) تكون فعالة فى القضاء على الفيروس على ان تفرك بها اليدين حتى تجف، مع أخذ احتياطات السلامة قبل اقتناء هذه المركبات الكحولية فى المنازل (الحذر من ابتلاعها أو تعريضها للنار).



شكل (٢)

٢. السلوكيات الرفيعة الخاصة بالجهاز التنفسي

تحدث العدوى التنفسية المكتسبة بالشكل الأكثر شيوعاً بسبب استنشاق القطرات التنفسية الناتجة عن الكلام أو السعال أو البصق أو العطاس، كما أن القطرات التنفسية قد تبقى أحياناً حية فترة وجيزة على الأيدي والملابس والسطوح (بحسب درجة الحرارة البيئية) .

وتشمل السلوكيات الرفيعة الخاصة بالجهاز التنفسي أي "السيطرة على المصدر" تغطية الفم والأنف بقطعة قماش أو منديل أو قناع لمنع انتشار القطرات التنفسية في الهواء ووصولها إلى السطوح، ولذلك يجب تغطية الفم والأنف أثناء السعال والعطاس بمنديل أو قطعة قماش ولو بالكلم أو بالقناع.

○ قد تتوضع القطرات التنفسية الناجمة عن العطس أو السعال على الأيدي أو الملابس أو السطوح، ولذلك يجب غسل الأيدي بعد التماس المباشر مع المفرزات التنفسية وبعد التماس مع المرضى (أي بعد التماس بالأيدي أو السطوح الممكنة التلوث).

○ يجب تنظيف السطوح بانتظام بالماء والصابون (أو المواد المطهرة الأخرى كالكلورين لتجنب العدوى الذاتية) أي لمس الفم أو الأنف أو العينين بعد لمس المناطق الملوثة .

وفي إطار ما سبق ترى الباحثة انه بالرغم من عدم توفر لقاح حتى الآن لمنع الإصابة بفيروس كورونا المستجد COVID -19 إلا ان اتباع الاجراءات الوقائية اللازمة قد تؤتي بثمارها في منع نقشى هذا الوباء الذى اصبح يهدد العالم، وهنا ينبغي على كل فرد تجنب التجمعات الكبيرة والمخالطة للصيقة على ان تكون ضمن مسافة ٦ أقدام أو ١,٨ متر، فضلاً عن غسل اليدين كثيراً

بالماء والصابون لمدة ٢٠ ثانية على الأقل مع استخدام المواد المطهرة، وتغطية الفم والأنف بالمرفق أو بمنديل عند السعال أو العطس، مع التخلص من المنديل بعد استخدامه، وتجنب لمس العين والأنف والفم في حالة عدم نظافة اليدين، وضرورة تنظيف وتطهير الأسطح يوميًا التي يتم ملامستها بشكل متكرر وأخيرًا النظافة الشخصية.

ثالثًا: الإضطرابات النفسجسمية Psychosomatic disorders :

تُعرف بإسم الإضطرابات السيكوسوماتية، وترجع نشأتها في الفرد الى الضغوط النفسية والاجتماعية وخبرات القلق والتوتر والإنفعال المستمرة والأزمات والمشاكل التي تمتلىء بها ظروف الحياة العصرية، وترجع أسبابها الى عوامل نفسية بينما تتخذ أعراضها أشكالاً جسمية، وهى أمراض خطيرة ومؤلمة، ولا تجدى فيها المعالجة الجسمية وحدها بل لابد من علاج أسبابها النفسية.

(عبد الرحمن العيسوى، ١٩٩٢: ٢٢١-٢٢٢)

وفى تعريف آخر يُشار إليها بأنها "إضطرابات عضوية يلعب فيها العامل الانفعالى دوراً هاماً وقوياً وأساسياً، وعادة ما يكون ذلك من خلال الجهاز العصبى اللاإرادى، فالأمراض السيكوسوماتية تُفسر من الناحية العلمية على أنها "عدم القدرة على التعبير عن الانفعال بالكلمة، ومن ثم يظهر فى هيئة أمراض جسدية وكأنما الفرد بدلا من البكاء بعينيه فهو يبكى بأحد أعضاء جسمه مثل المعدة أو القولون أو القلب". (أحمد عكاشة وطارق عكاشة، ٢٠١٠: ٦٦٤-٦٦٥)

وفى تعريف محمد حسن غانم (٢٠١١: ١٤٩) يُشار إليها بأنها "مجموعة من الإضطرابات التى تتميز بأعراض فسيولوجية سببتها عوامل إنفعالية، وهى تصيب جهازاً عفوياً واحداً- على الأقل- من أجهزة الجسم وغالباً ما تخضع لتأثير الجهاز العصبى اللاإرادى، وقد تظهر هذه التغيرات الفسيولوجية السيئة لهذا العضو جراء الحالة الإنفعالية السيئة التى سبقت أو رافقت الإصابة الفسيولوجية".

ووفقا للدليل التشخيصى الطبى الخامس DSM.IV تُعرف بأنها مجموعة من الاضطرابات العضوية التى تتميز بأعراض ترجع الى عوامل نفسية إنفعالية تقع تحت إشراف الجهاز العصبى اللاإرادى (السمبثاوى). (فيصل محمد خير الزراد، ٢٠٠٠: ٢٠)

وفى ضوء ما سبق تعرفها الباحثة إجرائياً بأنها "الازمات الانفعالية الناتجة من الضغوط النفسية التى تتركز فى زملة الأمراض الجسمية المصاحبة للإنفعالات التى تتعرض لها المرأة

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

العاملة فى بيئتها من الداخل أو الخارج والتي تؤدي الى خلل فى التوازن الجسمى والنفسى".

أسباب الإضطرابات النفسجسمية :

يشير حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥ : ٤٧٠) الى أهم أسباب الإضطرابات النفسية

الجسمية فيما يلى:

❖ قد تحدث بسبب الأمراض العضوية فى الطفولة والتي تزيد إحتمال تعرض أعضاء معينة من الجسم للمرض.

❖ قلق الفرد الزائد على صحته والذي قد يصل الى حد توهم المرض.

❖ اضطراب الجو الأسرى وسوء التوافق والشعور بالنقص والحرمان وفقدان الحب.

❖ الصراع الانفعالى الطويل والعدوان المكبوت .

❖ الضغط الانفعالى الشديد المستمر والتوتر النفسى.

❖ الخوف وعدم الشعور بالأمن .

❖ الاحباطات المتكررة والصدمات الانفعالية فى نطاق الاسرة وفى العمل.

❖ القلق الشامل المستمر وخاصة عندما يصعب على الفرد التعبير لفظيا.

❖ الضغوط الاجتماعية والبيئية وإضطراب العلاقات الاجتماعية .

❖ الشعور بعدم الرضا والتجارب والخبرات الصادمة.

وتضيف الباحثة الى ما سبق الضغوط النفسية والخوف الشديد والشعور بالتهديد جراء

إنتشار فيروس كورونا المستجد، الامر الذى اثر على طموحات المرأة العاملة وحال دون شعورها بالانجاز.

أنواع الإضطرابات النفسجسمية :

إن الاضطرابات النفسجسمية تعتبر إستجابات لا شعورية جسمية للضغوط النفسية

والتوترات الانفعالية التي تعاني منها المرأة العاملة، ولعل من أكثر الاجهزة العضوية التي تصيبها

مثل تلك الاضطرابات هى الجهاز الهضمى، الجهاز التنفسى، والجهاز الدورى والجلد، وفيما يلى

عرض مختصر للإضطرابات النفسجسمية التي يمكن تعاني منها المرأة العاملة:

• أمراض الجهاز الهضمى: وهى التي تحدث فى المعدة والامعاء وتتمثل فى قرحة المعدة

والتهاب القولون وفقدان الشهية العصبى والامساك أو الإسهال المزمن، وكلها أمراض تنتج

من التوتر الانفعالى والشعور بالقلق الوقتى أو المزمن تبعا للحالة النفسية للمرأة.

• أمراض الجهاز التنفسى: وهى التي تحدث فى الجهاز التنفسى وتتمثل فى التهاب الأنف

والحساسية الانفية المزمنة ونزلات البرد، والربو الشعبي أو ما يطلق عليه "الربو العصبى"، وكلها أمراض تحدث نتيجة الاحداث الانفعالية الحادة التى تتعرض لها المرأة العاملة والتي تؤدى الى الشعور بالضغط على القفص الصدرى وصعوبة مرور الهواء من والى الرئتين فيحدث الاضطراب. (حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٥ : ٤٧٣-٤٧٤)

• **أمراض الجهاز الدورى:** وهى التى تحدث فى القلب والأوعية الدموية، وتتمثل فى الذبحة الصدرية وعُصاب القلب وإرتفاع أو إنخفاض ضغط الدم، وكلها أمراض تنتج من التحكم الزائد فى الإنفعالات وكبت الغضب وعدم القدرة على التعبير اللفظى عن الصراعات الداخلية مما يؤدى الى إفراز بعض الهرمونات التى تؤثر على الجهاز الدورى. (محمد حسن غانم، ٢٠١١ : ١٩٢)

• **الأمراض الجلدية:** وترتبط بعلاقة واضحة بالحالة النفسية للمرأة، حيث أنها فى الغالب تعبر عن إنفعالاتها فى شكل إضطرابات فسيولوجية جلدية مثل عصاب الجلد وفيه تكون المرأة هى المسبب فى المرض الجلدى مثل: نتف الشعر أو قضم الأظافر، او قد تكون الاستجابات النفسية مرتبطة بالاضطرابات الفسيولوجية مثل إحمرار الوجه بسبب الخجل او الحرج، الشحوب من الخوف أو العرق الغزير فى اليدين، الحكمة الجلدية، البهاق، أمراض الحساسية المختلفة، أو قد تكون الامراض الجلدية مصاحبة لبعض الامراض الجسمية مثل الحكمة مع مرضى السكر. (أحمد عكاشة وطارق عكاشة، ٢٠١٠ : ٦٧٠-٦٧١)

العلاقة بين الضغوط النفسية والاضطرابات النفسجسمية:

إن الضغوط النفسية والإحباطات التى تقع المرأة العاملة تحت وطأتها هى حجر الزاوية لكل الاضطرابات النفسجسمية، فالضغوط النفسية تُحدث تأثيرات داخلية عن طريق الجهاز الإدراكى للمرأة، ولعل خبرات المرأة وعلاقتها بالآخرين هى التى تهيئها للاضطرابات النفسجسمية، حيث أن حلقة الوصل بين المجالين النفسى والجسمى هو الإنفعال. (عبد الرحمن العيسوى، ١٩٩٤ : ١٢٠)

وفى هذا يشير محمد حسن غانم (٢٠٠٩ : ٢٤-٢٧) الى أن العلاقة بين النفس والجسم علاقة جدلية لأن ما هو نفسى (سيء) يؤثر سلباً فى كل ما هو جسمى، وأن نفسية المرأة تلعب دوراً أساسياً فى إمكانية إصابة الجسم بالعديد من الاضطرابات، كما ان إستمرار الحالة الانفعالية السيئة يكون بمثابة البيئة الممهدة لإمكانية الاصابة باى إضطرابات.

وفى ضوء ما سبق يتضح أن الضغوط النفسية لا تترك عضواً من اعضاء الجسم إلا وقد تصيبه بالعديد من الاضطرابات مما ينعكس سلباً على الحالة الصحية للمرأة، فالاضطرابات

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

النفسجسمية تكون أساسا وظيفية أكثر منها عضوية، ويطلق على مثل هذه الاضطرابات "أمراض شبة جسدية".

علاج الإضطرابات النفسجسمية :

فى ضوء العرض السابق لطبيعة الاضطرابات النفسجسمية يتضح أنه لا يمكن علاجها من الناحية الطبية فقط، بل ينبغي التوجه الى العلاج النفسى مع العلاج الطبى، وهنا يكون من الضرورى توجيه الاهتمام للمريض والمرضى، وفيما يلى أهم الطرق العلاجية التى يمكن إستخدامها فى علاج الاضطرابات النفسجسمية:

- العلاج النفسى: ويتضمن التركيز على النواحي الانفعالية وحل المشكلات الشخصية وحل الصراعات والتنفيس الانفعالى لإزالة القلق المزمن لدى المرأة العاملة وإعادة ثقته بنفسها، وتنمية الشخصية نحو النضج الانفعالى، ويتمثل فى (العلاج المعرفى السلوكى- الملاحظة الذاتية- التدريب على الاسترخاء- العلاج بالتنويم- الارتجاع البيولوجي).

- العلاج الطبى: ويستخدم لعلاج الاعراض الجسمية حيث تستخدم الأدوية والعقاقير الطبية، ويتضمن (مضادات الاكتئاب- الأدوية المضادة للقلق- الأدوية المضادة للذهان).

- الإرشاد النفسى: ويكون للمرأة العاملة وأسرته.
- العلاج البيئى: ويهدف إلى تخفيف الضغوط على المرأة العاملة فى نطاق الاسرة والعمل، ولتحسين حياة المرأة ومحاولة تعديل ظروفها.

(حامد عبد السلام زهران، ٢٠٠٥ : ٤٧٨ - ٤٧٩)، (Benjamin J Sadock;et all, 2009)

الإطار النظرى للبحث

تعددت مساهمات العلماء فى تفسير الضغوط النفسية وعلاقتها بالاضطرابات النفسجسمية تبعا لاختلاف الاطر النظرية التى تبنتها وانطلقت منها، وفيما يلى بعض من تلك المساهمات:

اولا: نظرية التحليل النفسى: يرى أصحاب نظرية التحليل النفسى أن وجود خبرات سابقة لدى المرأة العاملة ينتج عنها وجود استعداد مسبق للتفاعل مع مواقف التهديد أثناء الازمات. (مفتاح محمد عبد العزيز، ٢٠١٠ : ٢٢٩) ويؤكدون على دور العمليات اللاشعورية وميكانيزمات الدفاع فى تحديد كل من السلوك السوى واللاسوى، فحينما تتعرض المرأة العاملة لمواقف ضاغطة ومؤلمة فانها تسعى الى تفرغ إنفعالاتها السلبية من خلال ميكانيزمات الدفاع اللاشعورية عن طريق الكبت. (ماجدة بهاء الدين، ٢٠٠٨ : ١٣٢)

وهنا يشير الكسندر (Alexander,1943) إلى أن كبت المشاعر والانفعالات يظل نشط فى اللاشعور الى أن تحين الفرصة للظهور والانطلاق، وقد يأخذ أشكالا جسدية تتمثل فى زيادة

=(٤٠٢): السجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ - المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠

خفقان القلب وتوتر العضلات وإنقباضها، وزيادة العرق، وتكون الأعراض الجسدية رمزاً لحاجات نفسية معينة، أى أن إصابة المرأة العاملة بالأمراض النفسجسمية لا تحدث بطريقة عشوائية بل تحدث بصورة محتومة وأحياناً ما تحدث فى مجموعات تفصل بينها فترات من الصحة.

وعلى غرار ما سبق ترى الباحثة أن الضغوط التى تتعرض لها المرأة العاملة تكون بمثابة استجابة للمواقف التى تشعر فيها بعدم الحماية التى يصعب عليها مواجهتها مباشرة، كما هو الحال فى إنتشار فيروس كورونا المستجد، حيث أن انتشار هذا الفيروس أصبح من العوامل الضاغطة على المرأة نظراً لسرعة انتشاره وكونه من الاسباب الهامة فى شعور المرأة العاملة بالعجز وعدم القدرة على الانجاز وإنخفاض مستوى الأداء على مستوى الأسرة.

ثانياً: نظرية هانز سيلى "Selye": وتنطلق هذه النظرية من مسلمة ترى ان الضغط متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل ضاغط يميز الشخص ويضعه على اساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك إستجابة او انماطاً معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على ان الشخص يقع تحت تأثير بيئى مزعج.

ويرى "سيلى" أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية للضغط هدفها المحافظة على الكيان والحياة، ولذلك فقد حدد ثلاث مراحل للدفاع ضد الضغط وهى (الفرع - المقاومة - الإجهاد) ويرى أن هذه المراحل تمثل مراحل التكيف العام أو ما يطلق عليها "زملة أعراض التكيف العام". (فاروق السيد عثمان، ٢٠٠٨ : ٩٨)

ويفسر "سيلى" مراحل التكيف العام فيقصد بكلمة "عام" أن رد الفعل الدفاعى لأى مسبب من مسببات الضغط يكون له تأثيراً على جوانب مختلفة جسمية ونفسية، بينما كلمة "تكيف" تعنى أن المثيرات الدفاعية التى تحدث فى الجسم تهدف الى مساعدة الفرد على التكيف مع مسببات الضغط، أما كلمة "زملة أعراض التكيف العام" فتشير الى ردود الأفعال الدفاعية للجسم التى تحدث فى وقت واحد، ولكل فرد مصادر متاحة ومحددة للتكيف مع الموقف البيئى، وبذلك يعتبر "سيلى" أن الإستجابة الفيزيولوجية للضغط هدفها المحافظة على الحياة. (طه حسين عبد العظيم، ٢٠٠٦ : ٢٥)

وتطبيق ذلك فى موضوع البحث الحالى نجد أن إنتشار فيروس كورونا المستجد يُعد بمثابة خطر خارجى يُهدد المرأة العاملة، الامر الذى يسبب لها عديد من الضغوط التى تؤثر بدورها على الجوانب المختلفة الجسمية والنفسية والعصبية، وهو ما يدفع بها لمحاولة التكيف والتعايش مع هذا الوباء الى ان تمر الازمة بسلام أو قد يؤدي بها الى الاضطرابات النفسجسمية

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

نتيجة عدم قدرتها على المواجهة .

ثالثاً: نظرية والتر كانون "Canon": ويصف "كانون" من خلال هذا النظرية الضغط بأنه "عملية رد الفعل الفيزيولوجي"، ويرى أن مصادر الضغوط الانفعالية كالالم والخوف والغضب تسبب تغيراً في الوظائف الفيزيولوجية للمرأة، حيث ان لدى المرأة ميكانيزم وآلية في جسمها تساعدها على الاحتفاظ بحالة من الاتزان الحيوى، أى القدرة على مواجهة التغيرات والرجوع الى حالة التوازن العضوى والكيميائى الذى كان عليه قبل الضغط بانتهاء الظروف والمواقف المسببة لهذه التغيرات، ومن ثم فان أى مطلب خارجى بإمكانه ان يخل بهذا التوازن إذا فشل الجسم فى التعامل معه .

وهذا ما اعتبره "كانون" ضغطاً يواجهه المرأة وربما يؤدي الى مشكلات عضوية إذا أخذ بدرجة عالية بالتوازن الطبيعى للجسم. (على عسكر، ٢٠٠٩ : ٣٣)

وتتفق الباحثة مع ذلك فى أن ما يطرأ على المرأة العاملة من تغيرات عندما تتعرض لمواقف ضاغطة يجعلها إما تجاهد لمقاومتها أو تهرب بعيداً عنها، ويظهر ذلك فى شكل عديد من التغيرات الفسيولوجية منها زيادة دقات القلب وارتفاع ضغط الدم، وسريان الدم الى منظومة الهضم والدماغ والعضلات والأطراف، إذ تعمل هذه التغيرات على تهيئة الجسم للمواجهة او الهرب منها.

وهنا يجدر الإشارة الى أن انتشار فيروس كورونا المستجد بوصفه موقف ضاغط يدفع المرأة العاملة للاستجابة بسرعة للخطر الذى يهددها ويهدد اسرتها بالكامل، فإما تكون إستجابتها ايجابية للمواجهة فتأخذ حذرهما فى اتباع الاجراءات الوقائية لمنع انتشار المرض ومحاوله تكثيف جهودها لنشر الوعى لدى أسرتها، أو قد تكون إستجابتها سلبية فتهرب من المواجهة وتترك الامور كما هى دون توخى الحذر أملاً فى أن تحل المشكلة بنفسها.

دراسات سابقة

أولاً : دراسات تناولت الضغوط النفسية لدى المرأة العاملة:

١- دراسة زينب حياوى الخفاجى وهناء عبد النبى (٢٠١١)

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة ودافعية الانجاز وفاعلية الذات لدى المرأة العاملة، وذلك من خلال عينة مكونة من (١٢٠) إمراة عاملة بمحافظة البصرة، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن أكثر انواع الضغوط شيوعاً لدى المرأة العاملة هى الضغوط الاجتماعية، كما اتضح أن مستوى فاعلية الذات لدى المرأة بلغ (٦٦,٠٧%) بينما بلغ

= (٤٠٤)؛ الدجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ - المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ =

مستوى دافع الانجاز (٦١،٣%) كما وجدت علاقة عكسية سالبة بين أحداث الحياة الضاغطة وكل من الدافعية للانجاز وفاعلية الذات.

٢- دراسة ناجية دايلي (٢٠١٣)

هدفت الى التعرف على نوعية العلاقة بين الضغط النفسى والقلق لدى المرأة المتزوجة العاملة فى الميدان التعليمى، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) امرأة عاملة فى سلك التعليم بمدينة سطيف، وقد توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الضغط النفسى والقلق لدى المرأة المتزوجة العاملة فى الميدان التعليمى، فكلما ارتفعت درجة الضغط النفسى ارتفع معها درجة القلق والعكس، كما اشارت النتائج الى أن درجات الضغط النفسى ودرجات القلق لدى المرأة العاملة تختلف باختلاف الطور التعليمى (ابتدائى، متوسط، وثانوى)، بينما الخبرة المهنية لا تختلف معها درجات الضغط النفسى فى حين تختلف معها درجات القلق.

٣- دراسة نبيل بحرى وعلى فارس (٢٠١٤)

هدفت الى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط المهني والمساندة الاجتماعية لدى المرأة العاملة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٧) امرأة متزوجة وعازية، وقد توصلت نتائج الدراسة الى وجود فروق فى مستوى الضغط المهني لدى المرأة العاملة تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية، ومتغير طبيعة العمل، فى حين لم يتضح وجود فروق تبعا لمتغير الأقدمية، كما أشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الضغط المهني والمساندة الاجتماعية لدى المرأة العاملة.

٤- دراسة مليكة بلعابد (٢٠١٥)

هدفت الى معرفة مستوى الاجهاد المهني لدى المرأة العاملة، وذلك من خلال عينة مكونة من (٧٦) امرأة من مختلف القطاعات الخدماتية بولاية أم البواقي، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن المرأة العاملة تعاني من مستوى مرتفع من الإجهاد المهني بأعراضه المختلفة (الجسدية والنفسية والسلوكية)، كما اشارت الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة ظهور الاعراض النفسية تعزى لمتغير(المهنة- مكان الإقامة) والاعراض السلوكية تعزى لمتغير(الحالة المدنية- مكان الإقامة)، فى حين لم توجد فروق فى درجة ظهور الاعراض الجسدية تعزى لمتغيرات (الحالة المدنية- المهنة- مكان العمل).

٥- دراسة شويطر خيرة (٢٠١٧)

هدفت الى التعرف على إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الامهات على ضوء

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

متغيرى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية، وذلك من خلال دراسة ميدانية على عينة مكونة من (٣٠٠) أم عاملة بالتعليم بولاية وهران، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى مساهمة كل من أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام- التحكم)، وأبعاد المساندة الإجتماعية (الوجدانية- المعرفية) في التنبؤ بإستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية، كما اتضح وجود أثر تفاعلي دال إحصائيا بين متغير الصلابة النفسية والمساندة الإجتماعية ساهم في التنبؤ بإستراتيجيات التعامل مع الضغوط النفسية لدى الأمهات.

ثانيا : دراسات تناولت إنتشار الأمراض والابونة وعلاقتها ببعض المتغيرات :

١- دراسة شذى إسماعيل الأمين (٢٠٠٣)

هدفت الى الكشف عن أثر العوامل الطبيعية والاجتماعية والاقتصادية على بعض الامراض تحديدا على مرض الملاريا والاسهال والتيفود، وذلك من خلال عينة من (٢٠٠) أسرة من محافظة المناقل، وقد توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة بين البيئة الطبيعية والبشرية وقد تمثلت هذه العلاقة فى المناخ بعناصره المختلفة والتربة والنبات الطبيعى، حيث أن تفاعل هذه العوامل أدى الى إنتشار الطفيليات والحشرات الناقلة للامراض خاصة الذباب والبعوض، أما فيما يخص العوامل الاجتماعية والاقتصادية فان الزيادة السكانية وعدم الوعى الصحى والضغط على المرافق العامة أدى الى تقشى الأمراض، كما أشارت النتائج الى ان إنسان المنطقة على دراية بخطورة هذه الامراض خاصة مرض الملاريا، إلا أنه لا يبدي أى معالجات واضحة تجاه المؤشرات المرضية، الامر الذى إرتبط ببعض العوامل مثل عامل الدخل والتعليم.

٢- دراسة Cheng PK, Lim WW.Lai MY, (٢٠٠٥)

هدفت الى بحث الطرق الرئيسية لانتقال فيروسات متلازمة التهاب الرئوي الحاد(سارس) فيروس كورونا، وقد تم التحقق من بقاء الفيروس على الأسطح البيئية المختلفة بما فى ذلك تحليل الفيروس ودراسة التأثيرات القاتلة لهيبوكلووريد الصوديوم والمنظفات المنزلية ومركب البيروكسيجين على الفيروس، وذلك لصياغة التدابير المناسبة لمكافحة العدوى، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن فيروس "سارس" يمكن أن يظل معديا في عينات الجهاز التنفسي لمدة تزيد عن ٧ أيام في درجة حرارة الغرفة، ويكون خطر العدوى عن طريق ملامسة الاسطح الملوثة بالقطرات الصغيرة، ويمكن تعطيل الفيروس بسهولة بواسطة المطهرات شائعة الاستخدام.

٣- دراسة إتمام محمد وراذ صبيح (٢٠١٣)

هدفت الى تحديد عوامل الخطورة فى إنتشار مرض إلتهاب الكبد الوبائى (ب) بين

المخالطين من أجل الوقاية والمكافحة، وذلك من خلال دراسة الحالة لعينة بلغ حجمها (١٠٠) حالة مريضة و(١٠٠) حالة خالية من المرض، وقد توصلت نتائج الدراسة الى أن عوامل الخطورة الأكثر ارتباطا بانتشار المرض هي (نقل الدم، زيارة عيادة الأسنان للكشف، المبيت في المستشفى، الحجامة، المشاركة في أدوات الحلاقة، الادمان عن طريق الحقن، السفر للخارج لأكثر من سنة)، وقد أكدت النتائج على ان زيارة عيادة الأسنان للكشف يُعد الأكثر ارتباطا بانتشار المرض، مما يستلزم ضرورة تطعيم الفئات المعرضة للمرض بشكل كبير، إضافة الى التنقيف الصحي ورفع الوعي للعاملين في المجال الصحي حول قواعد مكافحة العدوى والالتزام بتطبيقها في العمل.

٤- دراسة Herman; Dirawan وآخرون (٢٠١٥)

هدفت إلى بحث السلوكيات المجتمعية للوقاية من الأمراض المعدية وعلاقتها بكل من (معرفة الأمراض المعدية، الوقاية من الأمراض المعدية، معرفة نمط الحياة النظيف والصحي، منع الدافع للأمراض المعدية)، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) فرداً ممن يعيشون في القرى التي لديها حالات كثيرة من الأمراض المعدية في مقاطعة ماروس بإندونيسيا، وقد أظهرت النتائج أن المعرفة بالوقاية من الأمراض المعدية، واتجاهات الوقاية من الأمراض المعدية تؤثر على سلوك المجتمع للوقاية من الأمراض المعدية، في حين أن دافع الوقاية من الأمراض المعدية لا يؤثر على سلوك الوقاية من الأمراض المعدية، كما أشارت النتائج إلى أن المعرفة بالنظافة والصحة والوقاية من الأمراض المعدية يُعد دافعاً قوياً لعدم زيادة الإصابة بالأمراض المعدية خاصة السلل الرئوي وحُمى الضنك والإسهال.

٥- دراسة G. Kampfa وآخرون (٢٠٢٠)

هدفت الى بحث استمرار فيروسات كورونا على الأسطح غير الحية وتعطيلها بالمبيدات البيولوجية، وبحسب ما جاء بالدراسة فان فيروس كورونا المستجد وسارس ينتقل من إنسان إلى آخر بأوقات حضانة تتراوح بين ٢-١٠ أيام مما يسهل انتشاره عبر الأيدي أو الأسطح الملوثة.

وبمراجعة جميع المعلومات المتاحة حول استمرار فيروسات كورونا البشرية والحيوانية على الأسطح الجامدة، واستراتيجيات التعطيل بالمبيدات البيولوجية المستخدمة في التطهير الكيميائي، تم الكشف عن أن الفيروسات التاجية البشرية مثل متلازمة الالتهاب الرئوي الحاد (سارس) أو فيروس التاجي في الشرق الأوسط (MERS) أو فيروس كورونا البشرى يمكن أن تستمر على الأسطح الجامدة مثل المعدن أو الزجاج أو البلاستيك لمدة تصل إلى ٩ أيام، ويمكن تعطيلها بكفاءة من خلال إجراءات التطهير السطحي باستخدام ٦٢-٧١٪ من الإيثانول، ٥,٠ ٪

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

بيروكسيد الهيدروجين أو ٠,١ ٪ هيبوكلوريد الصوديوم في غضون دقيقة واحدة.

ثالثا : دراسات تناولت الإضطرابات النفسجسمية وعلاقتها ببعض المتغيرات :

١- دراسة ناهد سعود (٢٠١٤)

هدفت الى الكشف عن العلاقة بين احداث الحياة الضاغطة ومستوى الاضطراب النفسى الجسدى (السيكوسوماتى)، وقد تألفت عينة الدراسة من (١٢٠) مريضا بامراض جلدية مختلفة من المترددين على مستشفى الامراض الجلدية والزهرية بجامعة دمشق، وقد توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين مستوى الضغط النفسى الناتج عن احداث الحياة الضاغطة وكل من مستوى الاضطراب السيكوسوماتى، والجوانب الانفعالية والجوانب البدنية وفقا لقائمة كورنل، وحدثت أمراض جلدية عند الافراد، فى حين لم توجد فروق دالة فى مستوى الضغط النفسى وفقا لمتغيرى النوع والعمر.

٢- دراسة ليلي محمد العارف (٢٠١٤)

هدفت الى الكشف عن الاضطرابات السيكوسوماتية وآليات الدفاع النفسى والعصابية وعلاقتها بالصراع النفسى لدى بعض المرضى فى المستشفيات والمصحات الطبية، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤١٠) مريض بواقع (٢٠٠) ذكور و(٢١٠) إناث، وقد أشارت النتائج الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصراع النفسى والعصابية والاضطرابات السيكوسوماتية، فى حين لم توجد علاقة دالة بين الصراع النفسى وممارسة الآليات الدفاعية، كما وجدت علاقة دالة إحصائيا بين الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية وكل من الإصابة بالعصابية، وممارسة الآليات الدفاعية .

٣- دراسة Al-Haramlah وآخرون (٢٠١٥)

هدفت الى الكشف عن الأمراض الشائعة بين النساء وعلاقتها بمستوى النشاط البدنى وبعض الخصائص الديموغرافية، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٣٣) إمراة سعودية من مناطق مختلفة من المملكة، وقد أظهرت النتائج أن أكثر الأمراض شيوعا هى: السمنة وارتفاع ضغط الدم والسكري والكوليسترول والربو، كما أشارت الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الأمراض الشائعة بين النساء السعوديات ومتغيرات المستوى التعليمي وطبيعة المهنة والحالة الاجتماعية.

٤- دراسة علا حسن ادعيس (٢٠١٨)

هدفت الى التعرف على عوامل الخطر الاسرية لدى المصابين بالاضطرابات السيكوسوماتية، وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٢٣) فردا من الذكور والاناث، وقد بلغ عدد المصابون بالاضطرابات السيكوسوماتية منها (٢٩٩) بنسبة ٥٧%، وقد توصلت نتائج الدراسة

الى أن متوسط الاصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى الاناث اعلى منها لدى الذكور، وتزداد نسبة الاصابة بازدياد الفئة العمرية، كما كانت الاصابة أعلى لدى المطلقين والارامل، وازدادت نسبة الاصابة بطول فترة الزواج وبزيادة عدد الابناء، كما تباينت المتوسطات الحسابية حسب نوع الاصابة بالاعراض السيكوسوماتية فكانت اعلاها الاصابة بامراض الجهاز التنفسي يليه الجهاز العصبي، ثم الجهاز الدورى والقلب، ثم الجهاز الهضمي واخرها الاعراض الجلدية، كما اشارت النتائج الى عوامل الخطر الاسرية لدى المصابين بالاضطرابات السيكوسوماتية تكون مرتفعة فى مجال خبرات الإساءة فى الطفولة، يليها التعرض للأحداث الصادمة بدرجة متوسطة، ثم يليها عامل الاهمال العاطفي داخل الاسرة بدرجة منخفضة.

تعقيب على الدراسات السابقة :

فى ضوء العرض السابق للدراسات والبحوث التى تناولت متغيرات البحث الحالى يتضح:

- ❖ أن المرأة العاملة تعاني من مستوى مرتفع من الإجهاد المهني (الجسدى والنفسى والسلوكى) كما أشارت دراسة مليكة بلعابد (٢٠١٥)، وأن مستوى الضغط المهني لديها يختلف تبعاً للحالة الاجتماعية وطبيعة العمل كما أشارت دراسة نبيل بحرى وعلى فارس (٢٠١٤) .
- ❖ أن الضغوط النفسية التى تعاني منها المرأة العاملة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقلق كما فى دراسة ناجية دايلي (٢٠١٣).
- ❖ أن أكثر أنواع الضغوط شيوعاً لدى المرأة العاملة هى الضغوط الاجتماعية كما أشارت دراسة زينب حياوى الخفاجى وهناء عبد النبى (٢٠١١) .
- ❖ مدى العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كإستراتيجيات للتعامل مع الضغوط النفسية لدى المرأة العاملة كما فى دراسة شويطر خيرة (٢٠١٧).
- ❖ تأثير العوامل (الطبيعية) بما تشمله من المناخ وعناصر التربة والغطاء النباتى و(البشرية) حيث ثقافة الافراد وعاداتهم وتقاليدهم و(الاجتماعية) حيث الزيادة السكانية وعدم الوعي الصحى و(المستوى الاقتصادى) حيث مستوى الدخل والتعليم والتغذية فى إنتشار الامراض المختلفة مثل مرض الملاريا، الاسهال، التيفود والتهاب الكبد الوبائى كما اشارت دراسة كل من شذى إسماعيل الأمين (٢٠٠٣) و إنعام محمد وراى صبح (٢٠١٣).
- ❖ مدى أهمية أخذ الاحتياطات اللازمة لمكافحة العدوى ضد الفيروسات والأمراض المعدية باستخدام المطهرات والمنظفات الكيميائية مثل (الكحول، الإيثانول، بيروكسيد الهيدروجين وهيبوكلوريد الصوديوم) كما فى دراسة Cheng PK, Lim WW.Lai MY (٢٠٠٥)، ودراسة G. Kampfa (٢٠٢٠).

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

- ❖ أهمية التنقيف الصحى ونشر الوعى بين الافراد بعوامل الخطورة فى انتشار الأمراض والالتزام بالتدابير الوقائية وتطبيقها فى كافة المجالات لمنع انتشار الامراض المعدية كما فى دراسة إنعام محمد وراد صبح (٢٠١٣)، Herman; Dirawan (٢٠١٥).
- ❖ مدى العلاقة بين الضغوط والصراع النفسى والعصابية وكل من مستوى الاضطرابات السيكوسوماتية والجوانب الانفعالية والبدنية كما فى دراسة ناهد سعود (٢٠١٤) وليلى محمد العارف (٢٠١٤) .
- ❖ أكثر الأمراض العضوية شيوعا لدى النساء هى السمنة وارتفاع ضغط الدم والسكري والكوليسترول والربو كما فى دراسة Al-Haramlah (٢٠١٥) .
- ❖ تعدد العوامل المؤدية الى الاضطرابات السيكوسوماتية والتي تتنوع بين العنف بانواعه والطلاق والتزمل، طول فترة الزواج، زيادة عدد الابناء، خبرات الاساءة فى الطفولة، التعرض للاحداث الصادمة بالاضافة الى الاهمال العاطفى كما أوضحت دراسة علا حسن ادعيس (٢٠١٨) .
- ❖ أكثر أنواع الاضطرابات السيكوسوماتية إنتشارا يكون لدى الاناث وتزداد بازدياد الفئة العمرية، وتتمثل فى أمراض الجهاز التنفسى يلية الجهاز العصبى، ثم الجهاز الدورى والقلب، ثم الجهاز الهضمى وأخيرا الاعراض الجلدية كما فى دراسة علا حسن ادعيس (٢٠١٨) .
- ❖ يتضح مما سبق يتضح أنه لم توجد دراسة- فى حدود علم الباحثة- جمعت بين الضغوط النفسية والاضطرابات النفسجسمية وبين فيروس كورونا المستجد، مما يدل على مدى أهمية البحث الحالى.

فروض البحث

١. توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة.
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن.
٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.
٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمى.

٥. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن.

٦. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

٧. توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمى.

منهج البحث

إعتمد البحث الحالى على المنهج الوصفى الإرتباطى المقارن.

عينة البحث

تكونت عينة البحث الحالى من (١٠٠) امرأة عاملة ممن تتراوح أعمارهن ما بين (٣٠-٥٠) عاماً بشرط ألا يعانون من أمراضاً مزمنة حتى لا تتداخل أعراضها مع أعراض الاضطرابات النفسجسمية المراد قياسها فى البحث الحالى.

الوصف الإحصائى لعينة البحث :

جدول (١) توزيع عينة البحث تبعاً للبيانات الأساسية

| النسبة | العدد | المتغيرات | البيانات الأساسية |
|----------------|-------|-------------------------------------|-------------------|
| ٥٣ | ٥٣ | من ٣٠ عام -٣٥ عام | السن |
| ٤٠ | ٤٠ | من ٣٥ عام -٤٥ عام | |
| ٧ | ٧ | أكبر من ٤٥ عام | |
| ١٠٠% | ١٠٠ | الإجمالى | الحالة الاجتماعية |
| ١٩ | ١٩ | انسه | |
| ٧٣ | ٧٣ | متزوجة | |
| ٧ | ٧ | مطلقة | |
| ١ | ١ | ارملة | |
| ١٠٠% | ١٠٠ | الإجمالى | المستوى التعليمى |
| ٢ | ٢ | مؤهل متوسط أو فوق متوسط | |
| ٧١ | ٧١ | مؤهل عالي | |
| ١ | ١ | دبلوم | |
| ١٢ | ١٢ | ماجستير | |
| ١٤ | ١٤ | دكتوراه | |
| ١٠٠% | ١٠٠ | الإجمالى | متوسط السن |
| ٤,٩ ± ٣٦,٤ | | المتوسط الحسابى ± الإنحراف المعياري | |
| أعلى قيمة = ٤٦ | | أقل قيمة = ٣٠ | |

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

| النسبة | العدد | المتغيرات | البيانات الأساسية |
|---------------|-------|-------------------------------------|-------------------|
| ٠,٨٩ ± ٢,٢ | | المتوسط الحسابي ± الانحراف المعياري | متوسط عدد الأبناء |
| أعلى قيمة = ٦ | | أقل قيمة = ١ | |

أدوات البحث

اعتمد البحث الحالي على مجموعة من الأدوات تضمنت ما يلي:

١- مقياس الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد (إعداد الباحثة)

وقد تكون المقياس من ثلاثة أبعاد أساسية وهي: الضغوط الشخصية- الضغوط الاجتماعية- ضغوط العمل، وقد تضمن كل بُعد (١٥) عبارة.

وللتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، والجدول التالي يوضح ثبات المقياس حيث بلغت قيم معامل ألفا (٠,٨٢٣، ٠,٨٢٥، ٠,٧٢٠)، لكل من (الضغوط الشخصية- الضغوط الاجتماعية- ضغوط العمل- الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية) على التوالي، وهي قيم جميعها تؤكد على ثبات المقياس لكونها أعلى من (٠,٥).

جدول (٢) ثبات وصدق مقياس الضغوط النفسية

| أبعاد المقياس | قيمة ألفا | معامل ارتباط بيرسون | الدالة المعنوية |
|-----------------------------|-----------|---------------------|-----------------|
| الضغوط الشخصية | ٠,٨٢٣ | ٠,٨٨١ | ٠,٠٠١ |
| الضغوط الاجتماعية | ٠,٨٢٥ | ٠,٨٨٣ | ٠,٠٠١ |
| ضغوط العمل | ٠,٧٢ | ٠,٨٤٢ | ٠,٠٠١ |
| إجمالي مقياس الضغوط النفسية | ٠,٩٠٦ | | |

كما يتضح من الجدول السابق صدق الاتساق الداخلي للمقياس، حيث أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لكل من (الضغوط الشخصية- الضغوط الاجتماعية- ضغوط العمل)، فقد بلغت قيم معامل الارتباط (٠,٨٨١، ٠,٨٨٣، ٠,٨٤٢) على التوالي وهي قيم تؤكد على صدق المقياس.

٢- مقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة (إعداد الباحثة)

لإعداد هذا المقياس إستعانت الباحثة بقائمة كورنل الجديدة للنواحي العصائية والسيكوسوماتية والتي أعدها (محمود السيد أبو النيل، ٢٠٠١) حيث إستعانت الباحثة ببعض العبارات المتضمنة في القائمة بما يتفق مع موضوع البحث الحالي، وقد أسفر ذلك عن مقياس الاضطرابات النفسجسمية الحالي حيث تكون المقياس من أربعة أبعاد وهي: أمراض الجهاز

الهضمي- أمراض الجهاز التنفسي- أمراض الجهاز الدوري- الأمراض الجلدية، وقد تضمن كل بُعد (١٥) عبارة.

وللتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، والجدول التالي يوضح ثبات المقياس حيث بلغت قيم معامل ألفا (٠,٨١٨، ٠,٨٥٢، ٠,٨٩٥، ٠,٦٩٣، ٠,٩٣١) لكل من (أمراض الجهاز الهضمي- أمراض الجهاز التنفسي- أمراض الجهاز الدوري- الأمراض الجلدية- الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسجسمية) على التوالي، وهي قيم جميعها تؤكد على ثبات المقياس لكونها أعلى من (٠,٥).

جدول (٣) ثبات وصدق مقياس الاضطرابات النفسجسمية

| أبعاد المقياس | قيمة ألفا | معامل ارتباط بيرسون | الدالة المعنوية |
|--|-----------|---------------------|-----------------|
| أمراض الجهاز الهضمي | ٠,٨١٨ | ٠,٨١٧ | ٠,٠٠١ |
| امراض الجهاز التنفسي | ٠,٨٥٢ | ٠,٨٧٢ | ٠,٠٠١ |
| أمراض الجهاز الدوري | ٠,٨٩٥ | ٠,٨٧١ | ٠,٠٠١ |
| الأمراض الجلدية | ٠,٦٩٣ | ٠,٦٧٠ | ٠,٠٠١ |
| الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسجسمية | ٠,٩٣١ | | |

كما يتضح من الجدول السابق أيضاً صدق الاتساق الداخلي للمقياس، حيث قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لكل من (أمراض الجهاز الهضمي - أمراض الجهاز التنفسي - أمراض الجهاز الدوري - الأمراض الجلدية - الدرجة الكلية لمقياس الاضطرابات النفسجسمية)، فقد بلغت قيم معامل الارتباط (٠,٨١٧، ٠,٨٧٢، ٠,٨٧١، ٠,٦٧٠) على التوالي وهي قيم تؤكد على صدق المقياس.

• صدق البنية

قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي من الدرجة الأولى على عبارات المقياس، وقد استخدمت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي، بطريقة المكونات الرئيسية Principal Component (PC)، وفق محك كايزر Kaiser، مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

Varimax (ودون تحديد العوامل)، مع حذف المفردات تحت تشبع (٠,٣) للكشف عن التكوين
العالمي للمقياس، والشكل التالي يوضح Scree Plot الخاصة بالعوامل:

• أولاً : مقياس الضغوط النفسية

جدول (٤) تشبعات مفردات الضغوط الشخصية والضغوط الاجتماعية

| العبارات | الضغوط الشخصية | | | | | الضغوط الاجتماعية | | | | |
|--|----------------|--------|--------|--------|--------|-------------------|--------|--------|--------|--------|
| | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الشيوع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الشيوع |
| ١ | ٠,٣٣٥ | | ٠,٦٦٧ | | ٠,٦٢٣ | ٠,٤٤٧ | | ٠,٥٢٧ | | ٠,٥٢٥ |
| ٢ | | ٠,٦٨٣ | ٠,٣٠٢ | | ٠,٦٦١ | ٠,٦٠٢ | ٠,٥٢٨ | | | ٠,٦٦٠ |
| ٣ | | ٠,٥٠٥ | | | ٠,٧٣٢ | ٠,٧٣٨ | | | | ٠,٦٩٨ |
| ٤ | ٠,٤٩٩ | | | | ٠,٥٢٠ | ٠,٥٣٩ | | | | ٠,٤٤٦ |
| ٥ | ٠,٧٢ | | | | ٠,٦٥٣ | ٠,٥٣١ | ٠,٤٨٤ | | | ٠,٥٦٨ |
| ٦ | ٠,٣٢١ | | | | ٠,٤٠٢ | ٠,٣١٩ | ٠,٥٤٥ | | | ٠,٤٩٣ |
| ٧ | ٠,٧١٢ | | | | ٠,٧٠٢ | ٠,٤٩ | | | ٠,٤٣٦ | ٠,٥٩٤ |
| ٨ | ٠,٥٦٥ | | | | ٠,٣٩٥ | ٠,٥٣٣ | | | | ٠,٤٤٣ |
| ٩ | ٠,٥٩٤ | | | | ٠,٤٤٦ | ٠,٦١٧ | | | | ٠,٧٧١ |
| ١٠ | ٠,٥٦٤ | | | | ٠,٥٠٨ | ٠,٦٤٦ | | | | ٠,٥٥٨ |
| ١١ | ٠,٦٦٣ | | | | ٠,٦١١ | ٠,٧٣٤ | | | | ٠,٦٨٢ |
| ١٢ | ٠,٤٨ | ٠,٣٤٢ | | | ٠,٥٦١ | ٠,٦٦٥ | ٠,٤٦٤ | | | ٠,٥٧٢ |
| ١٣ | ٠,٦٩٧ | | | | ٠,٥٠٨ | ٠,٦٥٧ | ٠,٤١٥ | | | ٠,٦٦١ |
| ١٤ | ٠,٥٤٩ | | | | ٠,٤٨٤ | | ٠,٦٢٥ | | | ٠,٥٦٦ |
| ١٥ | ٠,٧١٧ | | | | ٠,٦٤٠ | ٠,٤٥ | | | ٠,٤٦٤ | ٠,٥٣٨ |
| الجذر الكامن | ٤,٥٩٤ | ١,٤٢٤ | ١,٣٠٩ | ١,٢٢٥ | | ٤,٥٥٦ | ١,٧٥٥ | ١,٣٦ | ١,١٠٣ | |
| نسبة التباين المفسرة بواسطة كل عامل | ٣٠,٦٢٩ | ٩,٤٩١ | ٨,٧٢٥ | ٨,١٦٥ | | ٣٠,٣٧٢ | ١١,٧٠٣ | ٩,٠٦٨ | ٧,٣٥٣ | |
| نسبة التباين الكلية | ٥٧,٠٠٩ | | | | | ٥٨,٤٩٧ | | | | |

يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات الضغوط الشخصية على العامل الأول عدا العبارتين (٢،٣) اللتان تشبعنا على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على باقي العوامل الأربعة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠،٣٩٥-٠،٧٣٢)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة نتيج استخدامه في البحث الحالي.

كما يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات الضغوط الاجتماعية على العامل الأول عدا العبارة (١٤) التي تشبعت على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على باقي العوامل الأربعة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠،٤٤٣-٠،٧٧١)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة نتيج استخدامه في البحث الحالي.

جدول (٥) تشبعت مفردات ضغوط العمل

| العبارات | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | الشبوع |
|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
| ١ | ٠،٤١٧ | | ٠،٣٦٢ | | | ٠،٥٥١ |
| ٢ | ٠،٥٤١ | | | | | ٠،٤٦٧ |
| ٣ | ٠،٥٥٩ | | | | | ٠،٥٩١ |
| ٤ | ٠،٦١ | | | | | ٠،٧٠٦ |
| ٥ | ٠،٤٩٢ | | | ٠،٣١١ | | ٠،٥٣١ |
| ٦ | | ٠،٥٢٧ | | ٠،٥٤٦ | | ٠،٦٨٩ |
| ٧ | ٠،٤٧٣ | | | | | ٠،٥٨٥ |
| ٨ | ٠،٦٠٣ | | | | | ٠،٥٤٩ |
| ٩ | ٠،٣٢٦ | | ٠،٥٧٤ | ٠،٣٢٩ | | ٠،٦١٤ |
| ١٠ | ٠،٣١٨ | ٠،٥٧٦ | | | | ٠،٧٠٧ |
| ١١ | ٠،٣٩ | | ٠،٣٥٧ | | | ٠،٦٤١ |
| ١٢ | ٠،٦٠٣ | | | | | ٠،٤٤٩ |
| ١٣ | ٠،٤٨٩ | | | | | ٠،٥٥٥ |
| ١٤ | | ٠،٣٧٩ | | ٠،٣٦٦ | ٠،٥٥٨ | ٠،٧١٣ |
| ١٥ | ٠،٤٢٤ | ٠،٤٢٨ | | | | ٠،٤٩٥ |
| الجذر الكامن | ٣،٢٣١ | ١،٨٤ | ١،٤٣٨ | ١،٢٧٥ | ١،٠٦ | |
| نسبة التباين المفسرة بواسطة كل عامل | ٢١،٥٤ | ١٢،٢٧ | ٩،٥٨٧ | ٨،٥ | ٧،٠٦٦ | |
| نسبة التباين الكلي | ٥٨،٩٦٣ | | | | | |

يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات ضغوط العمل عدا العبارتين (٦، ١٤) اللتان تشبعنا على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على باقي العوامل الخمسة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠،٤٤٩-٠،٧١٣)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

مرتفعة تتيح استخدامه في البحث الحالي.

• ثانياً: مقياس الاضطرابات النفسجسمية

جدول (٦) تشبعت مفردات أمراض الجهاز الهضمي وأمراض الجهاز التنفسي

| أمراض الجهاز التنفسي | | | | | أمراض الجهاز الهضمي | | | | | العبارات | |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|---------------------|--------|--------|--------|--------|----------|--|
| الشبوع | الرابع | الثالث | الثاني | الأول | الشبوع | الخامس | الرابع | الثالث | الثاني | | الأول |
| ٠,٦٥٨ | | | | ٠,٧٧٥ | ٠,٧٢٧ | | | | | ٠,٧٩٧ | ١ |
| ٠,٧٢٤ | | | ٠,٣٧٤ | ٠,٥٦٤ | ٠,٦٩٢ | | | | | ٠,٧٧٩ | ٢ |
| ٠,٦٨٠ | ٠,٤٤٠ | ٠,٤٢٧ | ٠,٤٧٠ | | ٠,٦٧٠ | ٠,٥٠٩ | ٠,٤١٦ | | ٠,٤٨٠ | | ٣ |
| ٠,٦٦٥ | ٠,٤٣٠ | | ٠,٦٤٦ | | ٠,٧٤٣ | ٠,٤٩٧ | | | | ٠,٤٤٩ | ٤ |
| ٠,٧٩٣ | | ٠,٣٦٥ | | ٠,٧٦ | ٠,٨٠٦ | | | | ٠,٥١٥ | ٠,٥٠٦ | ٥ |
| ٠,٦٩٢ | | | | ٠,٧٣ | ٠,٣٢٨ | | | | | ٠,٤٧٨ | ٦ |
| ٠,٨٢٠ | | ٠,٦٧٣ | | ٠,٣٥٨ | ٠,٥١٧ | | | | | ٠,٤٨٥ | ٧ |
| ٠,٧٢٩ | | | | ٠,٦٥٤ | ٠,٧٤٧ | | | | | ٠,٨٠٩ | ٨ |
| ٠,٦٧٤ | | | ٠,٧١٤ | | ٠,٨٣١ | | | | ٠,٤٧١ | ٠,٥٠٧ | ٩ |
| ٠,٦١٧ | | | | ٠,٧٤٨ | ٠,٨١٨ | | | | | ٠,٧٦٦ | ١٠ |
| ٠,٧٤٦ | | | | ٠,٧٦٤ | ٠,٦٠١ | | | | | ٠,٥٨٤ | ١١ |
| ٠,٨١٨ | | | | ٠,٧٠٣ | ٠,٦٦٧ | | | | | ٠,٤٤٦ | ١٢ |
| ٠,٧١٠ | | | ٠,٧٧٠ | ٠,٣٠٩ | ٠,٦٨٦ | | | | | ٠,٧٧٧ | ١٣ |
| ٠,٥٣١ | | | ٠,٥٣٠ | ٠,٣٤٦ | ٠,٧١٨ | | | ٠,٥٤٣ | ٠,٤٧٢ | | ١٤ |
| ٠,٧٢٢ | | | | ٠,٨٠٩ | ٠,٦٤٠ | | ٠,٥١٨ | ٠,٣٠٦ | ٠,٤٣٠ | ٠,٣٠٤ | ١٥ |
| | ١,٠٣١ | ١,٤٢١ | ٢,٨٧٢ | ٥,٢٥٥ | | ١,٠٠٨ | ١,١٠٢ | ١,٢٤١ | ١,٩٢٨ | ٤,٩١١ | الجذر الكامن |
| | | | | | | | | | | | نسبة التباين المفسرة بواسطة كل عامل |
| | ٦,٨٧١ | ٩,٤٧٢ | ١٩,١٥ | ٣٥,٠٣٢ | | ٦,٧١٨ | ٧,٣٥ | ٨,٢٧٥ | ١٢,٨٥٥ | ٣٢,٧٣٩ | |
| | | | | | | | | | | | نسبة التباين الكلي |
| | | | | ٧٠,٥٢٥ | | | | | | ٦٧,٩٣٦ | |

يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات أمراض الجهاز الهضمي على العامل الأول عدا العبارتين (٣، ١٤) اللتان تشبعتا على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على باقي العوامل الخمسة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠,٣٢٨-٠,٨٣١)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة تتيح استخدامه في البحث الحالي.

كما يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات أمراض الجهاز التنفسي على العامل الأول عدا العبارات (٣، ٤، ٩) التي تشبعت على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على

بأقي العوامل الخمسة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠,٥٣١-٠,٨٢٠)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة تتيج استخدامه في البحث الحالي.

جدول (٧) تشبعت مفردات أمراض الجهاز الدوري والأمراض الجلدية

| العبارات | أمراض الجهاز الدوري | | | | | الأمراض الجلدية | | | | | |
|-------------------------------------|---------------------|--------|--------|--------|--------|-----------------|--------|--------|--------|--------|--------|
| | الأول | الثاني | الثالث | الشبوع | الأول | الثاني | الثالث | الرابع | الخامس | السادس | الشبوع |
| ١ | ٠,٧٣٦ | | | ٠,٧١٠ | | | | | | | ٠,٧٧٢ |
| ٢ | ٠,٤٠٧ | ٠,٧١٣ | | ٠,٦٨٣ | | | | | | | ٠,٧٠٩ |
| ٣ | ٠,٨١٥ | | | ٠,٧١٦ | | | | | | ٠,٣٤٥ | ٠,٦٥٠ |
| ٤ | ٠,٧٩١ | | | ٠,٧٢٠ | | | | ٠,٦٤٤ | | | ٠,٥٣٣ |
| ٥ | ٠,٦٣٦ | ٠,٣٤١ | | ٠,٥٢٠ | ٠,٦٧٩ | | | | | | ٠,٧٥٨ |
| ٦ | ٠,٧٧٥ | | | ٠,٦٩٥ | | | | | ٠,٥٣١ | | ٠,٦٦١ |
| ٧ | ٠,٦٦٣ | | | ٠,٤٥٤ | | | | ٠,٧٤٣ | | | ٠,٦٥٣ |
| ٨ | | ٠,٤٣٢ | | ٠,٣٤٢ | ٠,٥٤٣ | | | | ٠,٤٦ | | ٠,٦٧٩ |
| ٩ | ٠,٦٨٨ | | | ٠,٥٤٩ | ٠,٥٢٤ | | | ٠,٤٧٤ | | | ٠,٧٤٣ |
| ١٠ | ٠,٧٧٧ | | | ٠,٦٢٨ | ٠,٦١٤ | | | | | | ٠,٦٩٧ |
| ١١ | ٠,٦١٤ | | | ٠,٤٢٧ | ٠,٥٢٥ | | | ٠,٤١٦ | | | ٠,٨٠٩ |
| ١٢ | ٠,٦٠٤ | ٠,٤٢٦ | | ٠,٦١١ | ٠,٤٧٢ | | | | | | ٠,٧٧٣ |
| ١٣ | ٠,٧٤٢ | | | ٠,٦١٢ | | | | ٠,٣٥٤ | | | ٠,٨٧٠ |
| ١٤ | ٠,٦٩٨ | ٠,٤٥٧ | | ٠,٦٩٨ | ٠,٥٨٣ | | | ٠,٣٥٨ | | | ٠,٦٦٥ |
| ١٥ | ٠,٨١١ | | | ٠,٧١٩ | ٠,٥٩٧ | | | ٠,٣٨٤ | ٠,٤٤٥ | | ٠,٧٥٤ |
| الجذر الكامن | ٦,٤١٢ | ١,٥٧٥ | ١,٠٩٧ | | ٣,٤٧٦ | ٢,٣٢٨ | ١,٣٧٦ | ١,٢٦٦ | ١,٢٣٤ | ١,٠٤٥ | |
| نسبة التباين المفسرة بواسطة كل عامل | ٤٢,٧٤٤ | ١٠,٥ | ٧,٣١٧ | | ٢٣,١٧٣ | ١٥,٥١٨ | ٩,١٧٢ | ٨,٤٤ | ٨,٢٣ | ٦,٩٦٦ | |
| نسبة التباين الكلي | ٦٠,٥٦١ | | | | | ٧١,٤٩٨ | | | | | |

يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات أمراض الجهاز الدوري على العامل الأول عدا العبارتين (٨، ١٥) اللتان تشبعتا على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على باقي العوامل الثلاثة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠,٣٤٢-٠,٧٢٠)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة تتيج استخدامه في البحث الحالي.

يتضح من الجدول السابق تشبع جميع عبارات الأمراض الجلدية على العامل الأول عدا العبارات (١، ٢، ٦، ٧، ١٣) التي تشبعت على العامل الثاني، كما تشبعت بعض العبارات على

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

باقي العوامل الخمسة، وقد تراوحت قيم الشبوع للعبارات بين (٠,٥٣٣-٠,٨٧٠)، وتُظهر نتائج التحليل أن البعد يتمتع بدرجة صدق مرتفعة تتيح استخدامه في البحث الحالي.

*وقد تم تطبيق المقاييس الخاصة بالبحث إلكترونياً (اون لاين) نظرا للظروف الحالية التي تتطلب عدم الاختلاط والتي يصعب معها التواصل بطريقة مباشرة مع الأفراد (عينة البحث).

نتائج البحث ومناقشتها

نتائج الفرض الرئيسي الأول:

١- نص الفرض "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة".

جدول (٨) العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية الناتجة

من إنتشار فيروس كورونا المستجد والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة

| مقياس الضغوط النفسية | ضغوط العمل | الضغوط الاجتماعية | الضغوط الشخصية | المتغيرات |
|----------------------|------------|-------------------|----------------|-----------------|
| ٠,٥٦- | ٠,٢١- | ٠,٨٦- | ٠,٣٣- | معامل الارتباط |
| ٠,٦ | ٠,٨ | ٠,٤ | ٠,٧ | الدالة المعنوية |
| ٠,١٢- | ٠,٧٧- | ٠,٢٩ | ٠,٠٨ | معامل الارتباط |
| ٠,٩ | ٠,٤ | ٠,٨ | ٠,٩ | الدالة المعنوية |
| ٠,٣٩ | ٠,٢٢- | ٠,٠٣ | ٠,١١٩ | معامل الارتباط |
| ٠,٧ | ٠,٨ | ٠,٩٨ | ٠,٢ | الدالة المعنوية |
| ٠,١٢٨- | ٠,٢٤- | ٠,١٤٤- | ٠,١٥٥- | معامل الارتباط |
| ٠,٢ | ٠,٨ | ٠,٢ | ٠,١ | الدالة المعنوية |
| ٠,٣٨- | ٠,٤٥- | ٠,٠٥- | ٠,٠٠٣- | معامل الارتباط |
| ٠,٧ | ٠,٧ | ٠,٦ | ٠,٩٨ | الدالة المعنوية |

يتضح من الجدول السابق لنتائج العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والإضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين أبعاد الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والإضطرابات النفسجسمية.

مما سبق لم يثبت صحة الفرض الأول: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد والإضطرابات النفسجسمية.

نتائج الفرض الثاني:

٢- نص الفرض: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية الناتجة من

انتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن".

جدول (٩) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة

لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير السن

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|----------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| الضغوط الشخصية | بين المجموعات | ٢ | ١٨,٥ | ٠,٧٠٩ | ٠,٥ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٢٦,٠ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| الضغوط الاجتماعية | بين المجموعات | ٢ | ١٨,٤ | ٠,٥٨٥ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٣١,٥ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| ضغوط العمل | بين المجموعات | ٢ | ١٢,٥ | ٠,٥٧٢ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٢١,٩ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| مقياس الضغوط النفسية | بين المجموعات | ٢ | ٩٠,٨ | ٠,٥٠٥ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ١٧٩,٩ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة تبعاً لمتغير السن لمقياس الضغوط النفسية الناتجة من انتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تعزى لمتغير السن لأبعاد مقياس الضغوط النفسية وإجمالي المقياس عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

مما سبق لم يثبت صحة الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية الناتجة من انتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن.

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

نتائج الفرض الثالث:

٣- نص الفرض: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية".

جدول (١٠) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|----------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| الضغوط الشخصية | بين المجموعات | ٣ | ٥٨,٦٦٢ | ٢,٣٦ | ٠,٠٨ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٢٤,٨٦٢ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| الضغوط الاجتماعية | بين المجموعات | ٣ | ١٣٨,٢٨ | ٤,٩٥٣ | ٠,٠٠٣ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٢٧,٩٢١ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| ضغوط العمل | بين المجموعات | ٣ | ٤٦,٧١٣ | ٢,٢٣ | ٠,٠٩ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٢٠,٩٤٩ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| مقياس الضغوط النفسية | بين المجموعات | ٣ | ٥٨٥,٨٨ | ٣,٥٤٣ | ٠,٠٢ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ١٦٥,٣٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |

جدول (١١) الوسط الحسابي والإحراف المعياري للفروق بين العينة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية لمقياس الضغوط النفسية

| المتغيرات | الحالة الاجتماعية | العدد | المتوسط الحسابي | الإحراف المعياري |
|----------------------|-------------------|-------|-----------------|------------------|
| الضغوط الشخصية | انسه | ١٩ | ٢٧,٦٨ | ٥,٨٢ |
| | متزوجة | ٧٣ | ٣٢,٠٤ | ٤,٨٣ |
| | مطلقة | ٧ | ٢٦,٠٠ | ٤,٠٤ |
| | ارملة | ١ | ٣٠,٠٧ | . |
| الضغوط الاجتماعية | انسه | ١٩ | ٢٧,٤٢ | ٦,٨١ |
| | متزوجة | ٧٣ | ٣٧,٧٤ | ٤,٨٢ |
| | مطلقة | ٧ | ٢٤,٥٧ | ٥,٣٥ |
| | ارملة | ١ | ٣٠,٠٠ | . |
| ضغوط العمل | انسه | ١٩ | ٢٨,٤٢ | ٤,٩٤ |
| | متزوجة | ٧٣ | ٣٥,٢٣ | ٤,٥٠ |
| | مطلقة | ٧ | ٣١,٢٩ | ٤,٣٩ |
| | ارملة | ١ | ٣١,٠٠ | . |
| مقياس الضغوط النفسية | انسه | ١٩ | ٨٣,٥٣ | ١٦,٠٨ |
| | متزوجة | ٧٣ | ١٠٥,٠١ | ١٢,١٧ |
| | مطلقة | ٧ | ٨١,٨٦ | ٩,٦٩ |
| | ارملة | ١ | ٩٢,٠٠ | . |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة ما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين عينة الدراسة تعزى

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

- لمتغير الحالة الاجتماعية لُعد الضغوط الاجتماعية حيث بلغت قيمة (ف) (٤,٩٥٣) وهي قيمة دالة إحصائياً بمعنوية (٠,٠٠٣) لصالح عينة المتزوجة بمتوسط حسابي (٣٧,٧٤).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لإجمالي مقياس الضغوط النفسية حيث بلغت قيمة (ف) (٣,٥٤٣) وهي قيمة دالة إحصائياً بمعنوية (٠,٠٢) لصالح عينة المتزوجة بمتوسط حسابي (١٠٥,٠١).
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لبعدي الضغوط الشخصية وضغوط العمل.

مما سبق يتضح التحقق من صحة الفرض الثالث: توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

ويرجع ذلك الى أن المرأة أصبحت تشارك أسرتها فى تحمل أعباء ومسئوليات الحياة وإتمام المهام المنزلية وتربية الأبناء، هذا بجانب عملها، ولعل الأمر الذى يزيد الضغوط على عاتقها هو ما تمر به من صراعات وأزمات، وخاصة تلك التى تعيشها فى مجتمعنا الحالى والتى إرتبطت بإنتشار فيروس كورونا المستجد والذى أودى بحياة الكثيرين، وفى ظل عدم وجود علاج حتى الان أصبح الأمر مثيرا للقلق والخوف من الاصابة أو نقل المرض للآخرين وخاصة أفراد الاسرة، ويتفق ذلك مع دراسة كل من ناجية دايلي (٢٠١٣) ومليكة بلعابد (٢٠١٥).

فالمرأة العاملة تسعى للحفاظ على نفسها وعلى اسرتها لمواجهة ضغوط الحياة باشكالها الاجتماعية والاقتصادية والصحية، فهى فى حاجة الى المساندة والدعم النفسى من الاخرين لكى تستطيع التعامل والتعايش مع احداث الحياة الضاغطة، ولكى تواصل جهودها فى الحياة وينمو لديها الدافع للانجاز، ويؤكد ذلك النتائج التى توصلت اليها بعض الدراسات مثل دراسة زينب حياوى الخفاجى وهناء عبد النبى (٢٠١١) ونبيل بحرى وعلى فارس (٢٠١٤) وشويطر خيرة (٢٠١٧).

ولعل الحالة الاجتماعية للمرأة العاملة قد تفرض عليها أشكالاً مختلفة من الضغوط النفسية، فالمرأة العاملة المتزوجة يكون شغلها الشاغل هو الحفاظ على اسرتها، الامر الذى يجعلها فى صراع نفسى شديد قد يؤدى بها الى إضطرابات جسمية وأمراض عضوية مثل إرتفاع أو إنخفاض ضغط الدم أو السكر أو الربو وغير ذلك من الأمراض التى يمكن أن تصيبها نتيجة كثرة التفكير فى كيفية تحقيق التوافق بين متطلبات الاسرة والمنزل والوفاء بمتطلبات العمل، ويتفق ذلك

مع نظرية هانز سيلبي "Selye" والتي اشارت الى أن المرأة العاملة تسعى لمحاولة التكيف مع مسببات الضغط ونظرية والتر كانون "Canon" والتي أكدت أن الضغوط النفسية التي تواجهها المرأة يمكن أن تؤدي الى مشكلات عضوية تخل بالتوازن الطبيعي للجسم، ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كل من ناهد سعود (٢٠١٤) وليلى محمد العارف (٢٠١٤) ودراسة AI-Haramlah (٢٠١٥) وعلا حسن ادعيس (٢٠١٨) .

وفي ضوء ما سبق يمكن تفسير وجود فروق في درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة في ضوء بعض العوامل المحيطة ببيئة المرأة التي تعيش فيها، حيث العوامل الطبيعية والعوامل الاجتماعية وما تتضمنه من ثقافة الافراد وعاداتهم وتقاليدهم وكيفية مواجهتهم لإنتشار المرض وهو ما أكدت عليه دراسة شذى إسماعيل الأمين (٢٠٠٣)، الامر الذي قد يؤثر على سلوك المرأة في التعامل مع ضغوط الحياة اليومية المرتبطة بانتشار فيروس كورونا المستجد، فالمرأة في ظل الظروف الحالية التي تمر بها البلاد تحاول كبت مشاعرها وإنفعالاتها السلبية أملاً في مرور الأزمة بسلام وهو ما أشارت اليه نظرية التحليل النفسي.

وهنا يتعاطم دور المرأة العاملة في نشر الوعي والإقتداء بال نماذج السلوكية الصحيحة في الالتزام بالتدابير الوقائية وأخذ الاحتياطات اللازمة وتطبيقها في كافة المجالات لمنع إنتشار الفيروس باستخدام واقى الوجه (الكمامة) والمطهرات الشائعة (الكحول)، وهو ما أكدت عليه نتائج بعض الدراسات مثل دراسة Cheng PK, Lim WW.Lai MY , (٢٠٠٥)، إنعام محمد وراذ صبح (٢٠١٣)، Herman; Dirawan (٢٠١٥) و G. Kampfa (٢٠٢٠).

نتائج الفرض الرابع:

٤- نص الفرض: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمي"

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

جدول (١٢) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس

الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|----------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| الضغوط الشخصية | بين المجموعات | ٤ | ١٧,٥٤٧ | ٠,٦٦٩ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٢٦,٢٣٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| الضغوط الاجتماعية | بين المجموعات | ٤ | ٣٢,٢٢٧ | ١,٠٤٥ | ٠,٤ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٣١,٢٠٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| ضغوط العمل | بين المجموعات | ٤ | ١٨,١٢٣ | ٠,٨٢٨ | ٠,٥ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٢١,٨٨٢ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| مقياس الضغوط النفسية | بين المجموعات | ٤ | ١٦٦,٤٦٤ | ٠,٩٣٢ | ٠,٤ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ١٧٨,٦١٣ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة تبعاً لمتغير السن لمقياس الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تعزى لمتغير السن لأبعاد مقياس الضغوط النفسية وإجمالي المقياس عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

مما سبق لم يثبت صحة الفرض الرابع: توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة الضغوط النفسية الناتجة من إنتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

نتائج الفرض الخامس:

٥- نص الفرض: توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الاضطرابات النفسجسمية الناتجة من

انتشار فيروس كورونا المستجد لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن".
 جدول (١٣) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس
 الاضطرابات النفسجسمية تبعاً لمتغير السن

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|-----------------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| أمراض الجهاز الهضمي | بين المجموعات | ٢ | ١١,١ | ٠,٤٤٠ | ٠,٦٥ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٢٥,٣ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| أمراض الجهاز التنفسي | بين المجموعات | ٢ | ١٠,٠ | ٠,٣١٧ | ٠,٧ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٣١,٦ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| أمراض الجهاز الدوري | بين المجموعات | ٢ | ٧,٣ | ٠,١٩٥ | ٠,٨ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٣٧,٢ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| الأمراض الجلدية | بين المجموعات | ٢ | ١٦,٢ | ٠,٩٢٥ | ٤ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ١٧,٥ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| مقياس الاضطرابات النفسجسمية | بين المجموعات | ٢ | ٩٠,٥ | ٠,٣٠٨ | ٠,٧ |
| | داخل المجموعات | ٩٧ | ٢٩٤,١ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تبعاً لمتغير السن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تعزى لمتغير السن لأبعاد مقياس الاضطرابات النفسجسمية وإجمالي المقياس عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

مما سبق لم يثبت صحة الفرض الخامس: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير السن.

نتائج الفرض السادس:

٦- نص الفرض: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية".

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

جدول (١٤) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة

لمقياس الضغوط النفسية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|-----------------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| أمراض الجهاز الهضمي | بين المجموعات | ٣ | ٢٦,٣٩١ | ١,٠٥٥ | ٠,٤ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٢٥,٠١٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | ٢٤٨٠,٩١ | | |
| أمراض الجهاز التنفسي | بين المجموعات | ٣ | ٢٦,٦٨٧ | ٠,٨٥٣ | ٠,٥ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٣١,٢٩٤ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | ٣٠٨٤,٢٤ | | |
| أمراض الجهاز الدوري | بين المجموعات | ٣ | ٦,٨٢٨ | ٠,١٨٢ | ٠,٩ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٣٧,٥٢٥ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | ٣٦٢٢,٨٤ | | |
| الأمراض الجلدية | بين المجموعات | ٣ | ٩,٧٧١ | ٠,٥٥١ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ١٧,٧٤٧ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | ١٧٣٣ | | |
| مقياس الاضطرابات النفسجسمية | بين المجموعات | ٣ | ١٧١,١٥٢ | ٠,٥٨٣ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٦ | ٢٩٣,٧٤٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | ٢٨٧١٣,٣١ | | |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لأبعاد مقياس الاضطرابات النفسجسمية وإجمالي المقياس عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

كما سبق لم يثبت صحة الفرض السادس: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

نتائج الفرض السابع

٧- نص الفرض: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمي".

جدول (١٥) اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة لمقياس

الضغوط النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

| المتغيرات | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | قيمة ف | المعنوية |
|--------------------------|----------------|-------------|----------------|--------|----------|
| أمراض الجهاز الهضمي | بين المجموعات | ٤ | ١٢,٦٦٦ | ٠,٤٩٥ | ٠,٧ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٢٥,٥٨٢ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| أمراض الجهاز التنفسي | بين المجموعات | ٤ | ٢٣,٨١١ | ٠,٧٥٧ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٣١,٤٦٣ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| أمراض الجهاز الدوري | بين المجموعات | ٤ | ٦٥,٤٣٢ | ١,٨٤٩ | ٠,١ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٣٥,٣٨ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| الأمراض الجلدية | بين المجموعات | ٤ | ١٣,١٣٣ | ٠,٧٤٢ | ٠,٦ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ١٧,٦٨٩ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |
| مقياس الاضطرابات النفسية | بين المجموعات | ٤ | ٢٨١,٦٧٥ | ٠,٩٧ | ٠,٤ |
| | داخل المجموعات | ٩٥ | ٢٩٠,٣٨٥ | | |
| | الإجمالي | ٩٩ | | | |

يتضح من الجدول السابق لنتائج اختبار التباين الأحادي ANOVA لتوضيح الفروق الإحصائية بين العينة تبعاً لمتغير السن لمقياس الاضطرابات النفسية لدى المرأة العاملة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة الدراسة تعزى لمتغير السن لأبعاد مقياس الاضطرابات النفسية وإجمالي المقياس عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

مما سبق لم يثبت صحة الفرض السابع: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات النفسية الاضطرابات النفسية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

توصيات البحث

١- في ضوء النتائج التي أسفر عنها البحث الحالي ترى الباحثة ضرورة إجراء برامج إرشادية وحملات توعية مكثفة لكافة فئات المجتمع في بيئات متباينة لنشر الوعي الصحي وإتباع الإجراءات الوقائية وعدم الاكتفاء بالنصائح التليفزيونية والتوجهات الاعلامية في كيفية التعامل مع إنتشار الأمراض والأوبئة وكيفية إدارة الأزمات.

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١٠٨ المجلد الثلاثون - يولية ٢٠٢٠ (٤٢٧)؛

===== دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد =====

- ٢- زيادة الاهتمام بالفئات المهمشة فى المجتمع مع ضرورة توفير سُبُل الرعاية والوقاية المختلفة حتى لا يكونوا بمثابة قبيلة موقوتة فى نفسى المرض.
- ٣- ينبغى تركيز الإهتمام على الاطفال فى المراحل العمرية المختلفة وحثهم على إتخاذ التدابير اللازمة للوقاية وإرشادهم بطرق متنوعة تتفق مع قدراتهم وإمكاناتهم فى شكل جذاب ومثير، لكى يتفاعلوا معها ويستجيبوا لما فيها من نصائح ومفاهيم ويستفيدوا منها لاقصى درجة.

المراجع

١. أحمد عكاشة وطارق عكاشة (٢٠١٠): الطب النفسي المعاصر، الطبعة الخامسة عشر، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
٢. إنعام محمد وراذ صبح (٢٠١٣): عوامل إختطار إنتقال العدوى لمرض إلتهاب الكبد الوبائى نوع (ب) دراسة الحالة والشاهد، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
٣. تيرى لوكر واولجا جريسون (٢٠١٤): سيكولوجية إدارة الضغوط "الفنيات-البرامج-التطبيقات"، ترجمة هشام سلامة وحمدي عبد العزيز، القاهرة: دار الفكر العربى.
٤. حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥): الصحة النفسية والعلاج النفسى، الطبعة الرابعة، القاهرة: عالم الكتب.
٥. دوروثى إتش كروفورد (٢٠١٤): الفيروسات "مقدمة قصيرة جدا"، ترجمة اسامة فاروق حسن، القاهرة: مؤسسة هنداوى للتعليم والثقافة.
٦. ر. بيغلهول و ر. يونيتا و ت. كييلستروم (١٩٩٧): الكتاب الطبى الجامعى "أساسيات علم الوبائيات"، المكتب الاقليمى لشرق البحر المتوسط، منظمة الصحة العالمية، جنيف.
٧. زينب حياوى الخفاجى وهناء عبد النبى (٢٠١١): أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بدافعية الانجاز وفاعلية الذات لدى المرأة العاملة فى بعض دوائر الدولة فى مركز محافظة البصرة، مجلة أبحاث البصرة (العلوم الانسانية)، المجلد ٣٦، العدد ١، ص ص ١٥٣-١٧٩.
٨. سارة صالح الخمشى وهيفاء عبد الرحمن بن شلهوب وهند فايع الشهرانى (٢٠١٦): ممارسة الخدمة الاجتماعية فى الدفاع الاجتماعى، القاهرة: دار روابط للنشر وتقنية المعلومات.
٩. شذى إسماعيل الأمين (٢٠٠٣): أثر العوامل الطبيعية والاجتماعية والاقتصادية على مرضة الملاريا والاسهالات والتايفود "دراسة جيوطبية - محافظة المنافل" (٢٠٠١-٢٠٠٣)، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة الخرطوم.
١٠. شويطر خيرة (٢٠١٧): إستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الامهات على

دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد

ضوء متغيرى الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية "دراسة ميدانية على عينة من ولاية وهران"، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة وهران ٢.

١١. طه حسين عبد العظيم وسلامة عبد العظيم حسن (٢٠٠٦): إستراتيجية إدارة الضغوط النفسية والتربوية، الطبعة الاولى، عمان : دار الفكر.
١٢. عبد الحميد محمد على ومحمد السيد صديق (٢٠٠٢): أحداث الحياة الضاغطة ومستويات الإدراك والاستجابة الشخصية نحوها لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة سيكومترية إرشادية"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد ١٢، العدد ٢٧، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ص ص٩٧-١٥٢.
١٣. عبد الرحمن محمد العيسوى (١٩٩٢): علم النفس الاكلينيكي، بيروت : الدار الجامعية.
١٤. عبد الرحمن محمد العيسوى (١٩٩٤): الأمراض السيكوسوماتية، بيروت : الدار الجامعية.
١٥. علا حسن ادعيس (٢٠١٨): عوامل الخطر الاسرية لدى المصابين بالاضطرابات السيكوسوماتية فى محافظة الخليل، رسالة ماجستير، جامعة القدس، فلسطين.
١٦. على عسكر (٢٠٠٩): ضغوط الحياة واساليب مواجهتها، الطبعة الثالثة، الجزائر : دار الكتاب الحديث.
١٧. غريغ ويلكنسون (٢٠١٣): الضغط النفسى، ترجمة زينب منعم، كتب طبيب العائلة، الطبعة الاولى، الرياض : المجلة العربية.
١٨. فاروق السيد عثمان (٢٠٠٨): القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة : دار الفكر العربى.
١٩. فلافيا محمد عثمان (٢٠١٨): سيكولوجية التغيير للسيطرة على الضغوط النفسية، القاهرة : إيتراك للطباعة والنشر.
٢٠. فيصل محمد خير الزراد (٢٠٠٠): الأمراض النفسية - جسدية "أمراض العصر"، الطبعة الاولى، بيروت : دار النفائس للطباعة والنشر.
٢١. فينغ هوى (٢٠١٩): دليل الوقاية من فيروس كورونا المستجد، ترجمة Zhoutian، دار النشر شاندونغ للأدب والفنون.
٢٢. كويك نوتس (٢٠٠٣): كيف تتغلب على الضغوط النفسية في العمل؟ إعداد اللجنة العلمية للتأليف والتحرير والنشر، القاهرة : دار الفاروق للنشر.

٢٣. ليلي محمد العارف (٢٠١٤): الإضطرابات السيكوسوماتية وآليات الدفاع النفسى والعصابية وعلاقتها بالصراع النفسى: دراسة إمبريقية على بعض المرضى المترددين على المستشفيات والمصحات والمختبرات الطبية فى مدينتى الخمس وزليتين، مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية، مركز جيل البحث العلمى، العدد ٣، الجزائر، ص ٩-٤٢.
٢٤. ماجدة بهاء الدين السيد عبيد (٢٠٠٨): الضغط النفسى ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، عمان: دار صفاء للنشر.
٢٥. محمد الصغير شرفى (٢٠١٧): الضغط النفسى وإستراتيجيات المواجهة "بحوث ودراسات"، دار المجدد: الجزائر.
٢٦. محمد حسن غانم (٢٠٠٨): العلاج النفسى، القاهرة: مكتبة مدبولى.
٢٧. محمد حسن غانم (٢٠٠٩): كيف تهزم الضغوط النفسية؟ أحدث الطرق العلمية لعلاج التوتر، السلسلة الطبية، العدد ٢٩٣، دار أخبار اليوم.
٢٨. محمد حسن غانم (٢٠١١): الإضطرابات النفسجسمية، القاهرة: دار غريب للنشر.
٢٩. محمود السيد أبو النيل (٢٠٠١): قائمة كورنل الجديدة للنواحى العصابية والسيكوسوماتية، القاهرة: المؤسسة الإبراهيمية.
٣٠. مفتاح محمد عبد العزيز (٢٠١٠): مقدمة فى علم نفس الصحة "مفاهيم- نظريات- نماذج- دراسات"، الطبعة الاولى، عمان: دار وائل للنشر.
٣١. مليكة بلعابد (٢٠١٥): الإجهاد المهنى لدى المرأة العاملة "دراسة ميدانية لبعض القطاعات الخدمية- لولاية أم البواقي"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة العربى بن مهيدى، ام البواقي، الجزائر.
٣٢. منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٨): إنقاص الزيادة فى معدل وفيات الأمراض الشائعة أثناء حدوث جائحة الانفلونزا، الدلائل الإرشادية لمنظمة الصحة العالمية حول التدخلات أثناء الطوارئ الصحية فى المواقع فى المجتمع، جنيف.
٣٣. منظمة الصحة العالمية (٢٠١٥): الوقاية من العدوى ومكافحتها أثناء الرعاية الصحية لحالات الإصابة المحتملة أو المؤكدة بعدوى فيروس كورونا المسبب لمتلازمة الشرق الاوسط التنفسية: إرشادات مبدئية، جنيف.
٣٤. منظمة الصحة العالمية (٢٠٢٠): فيروس كورونا المستجد (COVID-19) دليل توعوى صحى شامل"، الأونروا.

===== دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد =====

٣٥. ناجية دايلي (٢٠١٣): الضغط النفسى لدى المرأة المتزوجة العاملة فى الميدان التعليمى وعلاقته بالقلق "دراسة ميدانية بولاية سطيف"، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة فرحات عباس، سطيف، الجزائر.
٣٦. ناهد سعود (٢٠١٤): احداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمستوى الاضطراب النفسى الجسدى (السيكوسوماتى) "دراسة ميدانية على عينة من المرضى المراجعين مستشفى الامراض الجلدية والزهرية بجامعة دمشق"، مجلة جامعة دمشق، المجلد ٣٠، العدد ٢ .
٣٧. نائف على ايبو (٢٠١٩): الضغوط النفسية، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
٣٨. نبيل بحرى وعلى فارس (٢٠١٤): علاقة الضغط المهني بالمساندة الاجتماعية لدى المرأة العاملة : دراسة ميدانية، مجلة جيل العلوم الانسانية والاجتماعية، مركز جيل البحث العلمى، العدد ٣، الجزائر، ص ص ٩١-١٠٩.
٣٩. وزارة الصحة والسكان (٢٠٠٥): الدليل القومى لمكافحة العدوى "الجزء الأول- الاحتياطات القياسية لمكافحة العدوى"، جمهورية مصر العربية .

40. Alexander,F. (1943): **Fundamental concepts of psychosomatic research: psychogenesis, conversion, specificity**, Psychosomatic Medicinem, V 5 Issue 3, p 205-210.
41. Al-Haramlah, Ahmed Abdulrahman; Al-Bakr, Fawziah; Merza, Haniah (2015): **Common Diseases and Some Demographic Characteristics among Saudi Women**, International Education Studies, v8 n12 p94-107.
42. Benjamin J Sadock; Virginia A Sadock; Pedro Ruiz; Harold I Kaplan (2009): **Kaplan, Sadock's Comprehensive text book of psychiatry**, . V1.9th ed, Philadelphia : Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins.
43. G. Kampfa, D. Todtb, S. Pfaenderb, E. Steinmann. (2020): **Persistence of coronaviruses on inanimate surfaces andtheir inactivation with biocidal agents**, Journal of Hospital Infection, Volume 104, Issue 3, p.p 246–251.
44. Herman; Dirawan, Gufran Darma; Yahya, Muhammad; Taiyeb, Mushawwir (2015): **The Community Disease Prevention Behaviors in District Maros South Sulawesi Province**, International Education Studies, v8 n11, p104-112.
45. Lai MY , Cheng PK, Lim WW.(2005) : **Survival of severe acute respiratory syndrome coronavirus**, Clinical Infectious

- Diseases, 41(7) p.p 67–71.
46. Mahmoud Boudarene. (2006): **psychologie et clinique sociale, Le champ**, editeur ,2 eme annee, volume2, printemp,Constantine.
47. World Health Organization (2018) : **Surveillance for human infection with Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV)**, Interim guidance, Geneva.

===== دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن إنتشار فيروس كورونا المستجد =====

Study of the relationship between the psychological stress resulting from the Outbreak of the New Coronavirus COVID-19 and psychosomatic disorders of working women

Institute of Environmental -Dr. Nahla Salah ali (Lecturer of psychology Studies& reacearch- Ain Shams University)

ABSTRACT

The aim of the current research is to study the relationship between psychological stress resulting from the Outbreak of the new Coronavirus COVID-19 and psychosomatic disorders for the working women. The research sample consisted of (100) working women who are between the ages of (30-50) years and who do not suffer from chronic diseases, The research tools included a measure of psychological stress resulting from the Outbreak of the new Corona virus, and a measure of psychosomatic disorders for the working women (Prepared by researcher). The results of the research found that there was no statistically significant correlation between the psychological stress resulting from the Outbreak of the new Coronavirus and psychosomatic disorders for the working women. Also, it was not clear statistically significant differences in the degree of psychological stress resulting from the Outbreak of the new Coronavirus for working women due to the two variables (age - educational level), While the results indicated that there are statistically significant differences in the degree of psychological stress resulting from the Outbreak of the new Coronavirus for working woman due to the variable of Social status, Also, it was not clear statistically significant differences in the psychosomatic disorders for working women due to the variables (age - Social status - educational level).

Key words:

Psychological stress, new Coronavirus, psychosomatic disorders working woman.