جامعة
بنغازي الحديثة

مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم والدراسات الإنسانية

مجلة علمية الكترونية محكمة

Journal of Benghazi Modern University of Sciences and Humanities

العـــدد الحادي عشر

لسنة 2020

حقوق الطبع محفوظة

شروط كتابة البحث العلمي في مجلة جامعة بنغازي الحديثة للعلوم والدراسات الإنسانية

1- الملخص باللغة العربية وباللغة الانجليزية (150 كلمة).
2- المقدمة، وتشمل التالي:
- ❖ نبذة عن موضوع الدراسة (مدخل).
- ❖ مشكلة الدراسة.
- ❖ أهمية الدراسة.
- ❖ أهداف الدراسة.
- ❖ المنهج العلمي المتبع في الدراسة.

3- الخاتمة. (أهم نتائج البحث - التوصيات).
4- قائمة المصادر والمراجع.
5- عدد صفحات البحث لا تزيد عن (25) صفحة متضمنة الملاحق وقائمة المصادر والمراجع.

القواعد العامة لقبول النشر

1. تقبل المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والانجليزية؛ والتي تتوافر فيها الشروط الآتية:

- أن يكون البحث أصيلاً، وتتوافر فيه شروط البحث العلمي المعتمد على الأصول العلمية والمنهجية المتعارف عليها من حيث الإحاطة والاستقصاء والإضافة المعرفية (النتائج) والمنهجية والتوثيق وسلامة اللغة ودقة التعبير.
- ألا يكون البحث قد سبق نشرة أو قُدم للنشر في أي جهة أخرى أو مستل من رسالة أو اطروحة علمية.
- أن يكون البحث مراعياً لقواعد الضبط ودقة الرسوم والأشكال - إن وجدت - ومطبوعاً على ملف وورد، حجم الخط (14) وبخط (Arial 'Body') للغة العربية. وحجم الخط (12) بخط (Times New Roman) للغة الإنجليزية.
- أن تكون الجداول والأشكال مدرجة في أماكنها الصحيحة، وأن تشمل العناوين والبيانات الإيضاحية.
- أن يكون البحث ملتزما بدقة التوثيق حسب دليل جمعية علم النفس الأمريكية (APA) وتثبيت هوامش البحث في نفس الصفحة والمصادر والمراجع في نهاية البحث على النحو الآتي:
- أن تُثبت المراجع بذكر اسم المؤلف، ثم يوضع تاريخ نشرة بين حاصرتين، ويلي ذلك عنوان المصدر، متبوعاً باسم المحقق أو المترجم، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الجزء، ورقم الصفحة.
- عند استخدام الدوريات (المجلات، المؤتمرات العلمية، الندوات) بوصفها مراجع للبحث: يُذكر اسم صاحب المقالة كاملاً، ثم تاريخ النشر بين حاصرتين، ثم عنوان المقالة، ثم ذكر اسم المجلة، ثم رقم المجلد، ثم رقم العدد، ودار النشر، ومكان النشر، ورقم الصفحة.

2. يقدم الباحث ملخص باللغتين العربية والانجليزية في حدود (150 كلمة) بحيث يتضمن مشكلة الدراسة، والهدف الرئيسي للدراسة، ومنهجية الدراسة، ونتائج الدراسة. ووضع الكلمات الرئيسية في نهاية الملخص (خمس كلمات).

3. تحتفظ مجلة جامعة بنغازي الحديثة بحقها في أسلوب إخراج البحث النهائي عند النشر.

إجراءات النشر

ترسل جميع المواد عبر البريد الالكتروني الخاص بالمجلة جامعة بنغازي الحديثة وهو كالتالي:

- ✓ يرسل البحث الكترونياً (Word + Pdf) إلى عنوان المجلة info.jmbush@bmu.edu.ly او نسخة على CD بحيث يظهر في البحث اسم الباحث ولقبة العلمي، ومكان عملة، ومجاله.
- ✓ يرفق مع البحث نموذج تقديم ورقة بحثية للنشر (موجود على موقع المجلة) وكذلك ارفاق موجز للسيرة الذاتية للباحث إلكترونياً.
- ✓ لا يقبل استلام الورقة العلمية الا بشروط وفورمات مجلة جامعة بنغازي الحديثة.
- ✓ في حالة قبول البحث مبدئياً يتم عرضة على مُحكِّمين من ذوي الاختصاص في مجال البحث، ويتم اختيارهم بسرية تامة، ولا يُعرض عليهم اسم الباحث أو بياناته، وذلك لإبداء آرائهم حول مدى أصالة البحث، وقيمته العلمية، ومدى التزام الباحث بالمنهجية المتعارف عليها، ويطلب من المحكم تحديد مدى صلاحية البحث للنشر في المجلة من عدمها.
- ✓ يُخطر الباحث بقرار صلاحية بحثه للنشر من عدمها خلال شهرين من تاريخ الاستلام للبحث، وبموعد النشر، ورقم العدد الذي سينشر فيه البحث.
- ✓ في حالة ورود ملاحظات من المحكِّمين، تُرسل تلك الملاحظات إلى الباحث لإجراء التعديلات اللازمة بموجبها، على أن تعاد للمجلة خلال مدة أقصاها عشرة أيام.
- ✓ الأبحاث التي لم تتم الموافقة على نشرها لا تعاد إلى الباحثين.
- ✓ الأفكار الواردة فيما ينشر من دراسات وبحوث وعروض تعبر عن أراء أصحابها.
- ✓ لا يجوز نشر إي من المواد المنشورة في المجلة مرة أخرى.
- ✓ يدفع الراغب في نشر بحثه مبلغ قدره (400 د.ل) دينار ليبي إذا كان الباحث من داخل ليبيا، و (200 $) دولار أمريكي إذا كان الباحث من خارج ليبيا. علماً بأن حسابنا القابل للتحويل هو: **(بنغازي – ليبيا - مصرف التجارة والتنمية، الفرع الرئيسي - بنغازي، رقم 001-225540-0011. الاسم (صلاح الأمين عبدالله محمد)**.
- ✓ جميع المواد المنشورة في المجلة تخضع لقانون حقوق الملكية الفكرية للمجلة.

info.jmbush@bmu.edu.ly

00218913262838

د. صلاح الأمين عبدالله
رئيس تحرير مجلة جامعة بنغازي الحديثة
Dr.salahshalufi@bmu.edu.ly

المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد covid-19 لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة بنغازي فرع قمينس

*** د. نزيهة حسين الهين، ** د. أحلام محمود الجويفي**

(* محاضر بقسم علم النفس - كلية التربية قمينس - جامعة بنغازي. ** محاضر بقسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة عمر المختار - ليبيا)

الملخص:

استهدفت هذه الدراسة معرفة أهم المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد covid-19 وأكثرها شيوعًا، ومدى تأثير كلٍّ من متغيري النوع والتخصص على المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد covid-19 لدى طلاب جامعة بنغازي، واستخدمت المنهج الوصفي التحليلي، وتكوَّن مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية قمينس بجامعة بنغازي، اختيرت منه عينة قوامها (108) مفردة، وتم استخدام مقياس المشكلات النفسية لجمع البيانات، وتم تحليلها بالبرنامج الإحصائي (SPSS) واستخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي واختبار (T.test) وتوصلت الدراسة إلى أن مشكلات الاكتئاب والكدر النفسي، والمخاوف الاجتماعية، واضطرابات النوم كانت مستوياتها منخفضة، أما الوحدة النفسية، والوساوس القهرية، والضجر فكانت مستوياتها متوسطة، في حين جاءت اضطرابات الأكل مرتفعة، واتضح أن أكثر المشكلات النفسية شيوعًا هي مشكلة اضطرابات الأكل، يليها مشكلة الضجر، أما مشكلة اضطرابات النوم فكانت الأقل شيوعًا، كما بيَّنت أنه لا يوجد أي تأثير لمتغيري النوع، التخصص على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.

الكلمات المفتاحية: فيروس كورونا، جائحة كورونا، المشكلات النفسية.

Abstract:

This study aimed to know the most important and most common psychological problems resulting from the emerging corona pandemic, covid-19, and the extent of the impact of both gender and specialization variables on psychological problems arising from the emerging corona pandemic, covid-19 among students of the University of Benghazi, and used the descriptive analytical approach, The study population may consist of students of the College of Education, Gamines at the University of Benghazi, from which a sample of (108) was selected, and the questionnaire was adopted to collect data, and it was analyzed by the statistical program (SPSS), and the mean, standard deviations, the relative weight and the t-test. The study indicated that the problems of depression, psychological distress, social fears, and sleep disturbances were at low levels, while psychological loneliness, obsessive compulsive, and boredom were at moderate levels, while eating disorders were high, and that the most common psychological problems were the problem of eating disorders, followed by the problem of boredom. The problem of sleep disorders was the least common, and it also showed that there is no effect for the two variables of gender, specialization, on the psychological problems that university students suffer from and the consequences of the Corona pandemic.

Keywords: Corona virus, pandemic Corona, psychological problems.

ـ المقدمة:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ ۖ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ يُصِيبُ بِهِ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ) (107) سورة يونس.

في نهاية (2019) ظهر في مدينة " يوهان "Wuhan عاصمة مقاطعة Hube الصيفية ما يُعرف بفيروس كورونا المُستجد COVID-19، الذي تم إعلانه وباءً من منظمة الصحة العالمية في (11 مارس 2020) ويُعد سلالة جديدة من الفيروسات التاجية.

تسبَّب تفشِّي فيروس كورونا الجديد (كوفيد 19) في تغييرات كثيرة في يوميات الأفراد وسلوكياتهم، وبخاصة بعد إعلان ضرورة الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي بوصفها أفضل وسيلة للحدِّ من تفشِّي المرض.

غير أن البقاء في المنزل له تأثيرات نفسية مختلفة على الأفراد، بسبب تغيُّر النمط المعيشي ما يجعل بعض الناس يشعرون بالضغط وسيطرة المشاعر السلبية مثل الحزن، والقلق، والخوف، والغضب والإحباط.

وتسبَّبت هذه الجائحة في تغيير العادات والروتين اليومي للناس، كما أن الكثير منهم غارقون في متابعة الأخبار والمعلومات حول الوباء، لاسيما عندما تُنشر الإشاعات أو الأخبار الوهمية والعلاجات المشكوك فيها، وذلك بسبب سرعة وسهولة الوصول إلى وسائل الإعلام الرقمي ومنصات التواصل الاجتماعي، إذ يتأثر بعض الناس بالمشاعر السلبية، مثل الحزن والقلق والغضب والإحباط والوسواس الذي قد يؤدي إلى اضطرابات النوم وهذا قد يؤثر في نهاية المطاف بشكل سلبي على المناعة الصحية والنفسية للأفراد، وبخاصةً طلاب الجامعة الذين يمثِّلون شريحة مهمة من شرائح المجتمع التي يجب الاهتمام بها وتقصي أهم المشكلات أو الأزمات النفسية التي يُعانون منها والصحة العقلية جراء انتشار فيروس كورونا.

ـ مشكلة الدراسة:

نتيجة لانتشار فايروس كورونا أصبحت جميع فئات المجتمع تعاني قلقا تجاه هذا المرض وتزايد القلق لدى فئة الطلاب وذلك بعد تعليق الدراسة وعدم معرفتهم بمستقبلهم، فضلاً عن فرض الحضر والذى منعهم من الخروج ولقاء أصدقائهم، وأقفال المقاهي والمطاعم والنوادي وغيرها والتي كانت متنفساً بالنسبة إليهم، كما أن تهويل بعض القنوات التلفزيونية ووسائل التواصل الاجتماعي لما أحدثه هذا الفايروس كان له الأثر على الطلبة وجعل بعضهم عرضةً للمشكلات النفسية .

وبناءً على ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1. ما هي طبيعة المُشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة فيروس كورونا؟
2. ما أهم المُشكلات النفسية وأكثرها شيوعًا لدى طلاب الجامعة والمترتبة على الجائحة؟
3. إلى أي مدى يؤثر متغير (النوع) على المُشكلات النفسية التي يُعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على الجائحة؟
4. إلى أي مدى يؤثر متغير التخصص (علمي، أدبي) على المشكلات النفسية التي يُعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا؟

- أهمية الدراسة:

يمكن توضيح أهمية الدراسة من خلال النقاط الآتية:

1. إن هذه الدراسة تتناول قضية مهمة ومشكلة ملموسة في المجتمع الليبي ألا وهي المشكلات النفسية لدى شريحة مُهمة من شرائح المُجتمع المتمثلة في طلاب الجامعة كنتيجة لتفشي جائحة فيروس كورونا المُستجد.
2. إن هذه الدراسة تسعى للكشف عن أهم المُشكلات النفسية التي يُعاني منها طلاب الجامعة بسبب انتشار فيروس كورونا.
3. ندرة الأبحاث والدراسات العلمية في هذا المجال، حيث إنه لا توجد دراسات كافية عن هذا الموضوع في البيئة الليبية على حسب علم الباحثتين.
4. من المتوقع أن تقدِّم الدراسة فائدة علمية وعملية من خلال الدراسات السابقة والجانب الميداني والنتائج التي ستُسفر عنها لكل المُختصين وكل من له علاقة بمجاله.
5. من المأمول أن تقدِّم الدراسة توصيات ومقترحات قد تُفيد طلاب الجامعة والمختصين في مجالات الصحة النفسية والإرشاد والتوجيه النفسي، وغيرها.

- أهداف الدراسة:

تستهدف الدراسة الحالية ما يأتي:

1. التعرُّف إلى أهم المُشكلات النفسية التي يُعاني منها طلاب الجامعة بسبب انتشار فيروس كورونا وأكثرها شيوعًا.
2. التعرف على طبيعة الفروق في المُشكلات النفسية وكثرة شيوعها لدى طلاب الجامعة بسبب انتشار فيروس كورونا وفقًا لمتغيري النوع، والتخصص الدراسي.

- مصطلحات الدراسة:

1. المشكلة النفسية:

هي مجموعة من السلوكيات المرتبطة بالجوانب النفسية التي تُعيق الإنسان عن الحياة بصورة طبيعية. وتؤدي به إلى الشعور بالحيرة والغموض والحاجة المُلِحَّة للتفسير والتوضيح، ومنها الوسواس القهري والوحدة النفسية والمخاوف الاجتماعية والضجر واضطرابات النوم واضطرابات الأكل (الباحثتان)

وإجرائيًّا: هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في هذه الدراسة على مقياس المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا المستجد لدى طلاب الجامعة والذي أعدَّته الباحثتان لهذا الغرض.

- فيروس كورونا المُستجد COVID-19:

وهو فيروس ينتمي إلى فيروسات الكورونا المعروفة والتي قد تُسبِّب المرض للإنسان والحيوان، ووصفته منظمة الصحة العالمية بالجائحة، وقد ظهر مؤخَّرًا في مدينة يوهان الصينية في نهايات 2019، وتتجلَّى أعراضه المرضيَّة في الحُمَّى والإرهاق والسُّعال الجاف والآلام، وينتقل هذا الفيروس إلى الإنسان عن طريق الرذاذ المتناثر من الفم أو الأنف عندما يسعل الشخص المُصاب به أو يعطس، كما يمكن أن ينتقل الفيروس للإنسان مُسبِّبًا تلك الحالة المرضية من خلال القطيرات المتناثرة على الأسطح المُحيطة بالشخص. (WHO, 2020)

- مُحددات الدراسة:

- متغيراتها: تتمثل في: متغيرات مستقلة وهي المشكلة النفسية الآتية: (الاكتئاب والكدر، الوسواس القهري، الوحدة النفسية، المخاوف الاجتماعية، الضجر، اضطرابات النوم واضطرابات الأكل) ومتغيرات ديموغرافية وتتمثل في: النوع، التخصص (علمي، أدبي).

- **زمنها**: تم خلال الفترة من 5- 25- 11- 2020.

- **مكانها**: جامعة بنغازي - ليبيا.

- **مجتمعها وعينتها**: (108) طالب وطالبة من جامعة بنغازي (كلية التربية - قمينس).

أدواتها: مقياس المُشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا لدى طلاب جامعة بنغازي.

- الإطار النظري:

حظي التعليم الجامعي باهتمام كبير، نظرًا إلى دوره في الاستجابة بمطالب المجتمع وخطط التنمية القومية، ولا سيما بعد أن شهدت السنوات الأولى من الألفية الثالثة الكثير من المتغيرات في مجالات المعرفة، والاهتمام بجودة أداء المؤسسات التعليمية والخريجين.

ولم تعد الجامعات في عصرنا الحاضر مجرد مراكز أكاديمية للبحث العلمي البحث بل أضحت تنظيمات ثقافية للشباب يحدث في رحابها تفاعل حيوي وضروري بين الاتجاهات الفكرية المختلفة، فتعد الحياة الجامعية ضربًا من التفاعل الثقافي والفكر على أعلى مستوى، ومن أجل هذا ينبغي أن يكون جهدًا موجَّهًا نحو إعداد الطلبة لتحمل المسؤولية ومساعدتهم على مواجهة مشكلاتهم، وهذا يمثِّل الدور الإستراتيجي للجامعة والذي يميزها عن باقي المؤسسات التربوية الأخرى.

وتبرز مكانة الأمة ويختلُّ موقعها اللائق بين الأمم بمقدار ما تقدمه للإنسانية من خير وعطاء، يستند إلى الثروة البشرية والمادية التي تمتلكها الأمة، حيث إن استثمار طاقات الشباب استثمارًا علميًّا دقيقًا يجب أن يستند إلى ركيزة قوية، لذا لابد من تنمية جميع الطاقات البشرية وخاصة الشبابية إلى أقصى الحدود من خلال التعليم الجامعي؛ إذ يشكل الطلاب أحد الركائز الأساسية في الجامعات، بل إن الجامعة وُجدت من أجل إعدادهم وتأهليهم للحياة المهنية ودمجهم في المجتمع؛ للدفع بعجلته نحو التقدم والازدهار، غير أن الحياة الجامعية تعتريها الكثير من الأحداث، ويواجه الطالب الجامعي مشكلات كثيرة ومتنوعة وخاصة في ظل جائحة كورونا وما نتج عنها من تعليق للدراسة وتأجيلها، والتعليم عن بُعْد وظروف الحجر المنزلي وحظر التجوال أدَّت جميعها إلى إحداث ضغط نفسي عليهم وحالة من عدم التوازن والاستقرار فظهرت عليهم بوادر المشكلات النفسية، ويدعم ذلك ما أشارت إليه الجمعية الأمريكية للطب النفسي بأن التعرُّض للضغوط النفسية هي الصعوبات التي تواجه الطالب وتعيق تقدمه الدراسي وتحول دون تحقيق الهدف المنشود وتؤثر على درجة تكيُّفه الأكاديمي والاجتماعي والنفسي في البيئة الجامعية وخارجها (الخريشا، 2009) كما يعرفها (العاني، 2012) بأنها المعوقات والصعوبات النفسية التي يواجهها طلاب الجامعة وتحول دون تحقيق الأهداف المرجوة.

فمصطلح المشكلات النفسية يتضمن أنماطًا واسعة ومختلفة من السلوكيات التي تُعد غير متكيفة أو منحرفة أو شاذة عما هو مألوف من الفرد القيام به بالنسبة إلى عمره وما هو متوقع منه في موقف معين، وترجع في المقام الأول إلى سوء توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته. (Pilgrims. 2015)

وتُعرَّف المشكلات النفسية أيضًا بأنها مجموعة متنوعة من السلوكيات المرتبطة بالجوانب النفسية التي تعيق الإنسان عن الحياة بصورة طبيعية وعدم تحقيق أهدافه، وتؤدي به

إلـى الشـعور بعـدم الرضـا والحيـرة والغمـوض والحاجـة الملحـة للتفسـير والتوضـيح. (2002، WHO).

ـ خصائص المشكلات النفسية:

يتضح من التعريفات السابقة أن المشكلات النفسية تتَّسم بعدد من الخصائص منها:

- تسبب للفرد مراعاة داخلية مع ذاته أو خارجية مع من حوله من أفراد جماعته.
- تؤدي إلى ضعف التوافق الشخصي والحرمان من الهناء بالصحة النفسية السعيدة.
- تؤثر على درجة تكيف الأفراد مع البيئة الجامعية وخارجها.

وتعـرف الباحثتـان المشـكلات النفسـية بأنهـا مجموعـة مـن الصـعوبات أو الأزمـات أو المعوقات يواجهها طلبة الجامعة وتحول دون توافقهم مع البيئة المحيطـة بهم، فيترتـب عليـه عدم تحقيق أهدافهم وشعورهم بالرضا ووصولهم إلى مستوى سار من الصحة النفسية.

ـ أسباب المشكلات النفسية خلال جائحة كورونا:

وفيما يتعلق بأسباب المشكلة النفسية خلال جائحة كورونا فيمكن تحديدها فيما يأتي:

- الخوف من المرض والموت – الخوف من فقدان العمل وسبل العيش والذوق.
- الخوف من العزل الاجتماعي – الخوف على المستقبل العلمي والمهني.
- الشعور بالعجز بشكل عام، والملل، والوحدة والاكتئاب بسبب العزلة.
- الخوف على الأقارب والأحباب والأصحاب من الوباء.

ـ أهم المشكلات النفسية:

ومن أهم المشكلات النفسية كما أشار إليها (WHO ،2002) ونحن بصددها: الوحدة النفسية، اضطراب النوم، اضطرب الأكل، الكدر النفسي، الضجر، الوسواس القهري والمخاوف الاجتماعية.

كما أن معدلات انتشار المشكلات النفسية المختلفة بوجه عام تتراوح ما بين 15.3% إلى 34.40% من إجمالي سكان العلم وأن معدل الانتشار المستوي لهذه المشكلات لدى الذكور يبلغ 9.6% في الإناث ما يقرب من 26.30% (Low et al. 2020).

وتُعزى هذه الأرقام إلى ارتفاع معدلات أحداث الحياة المجهدة والمتلاحقة والتي تؤثر بطبيعتها على مختلف جوانب الحياة، ولها تأثير حتمي على الصحة النفسية، وتؤدي دورًا بارزًا في العديد من الاضطرابات النفسية (march et el. 2017) ويعد الشعور بالوحدة النفسية من المشكلات النفسية الأكثر شيوعًا ويمكن تعريفه: "بأنه شعور الفرد بافتقاد التقبل والحب من جانب الآخرين بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مشبعة مع أي شخص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه، ويمارس دوره من خلاله، فهو إحساس بوجود فجوة نفسية عميقة تباعد بينه وبين الأشخاص من المحيطين به، ويتضمن العديد من الأعراض كالإحساس بالملل والإجهاد العام والاستغراق في أحلام اليقظة وفقدان الأمل والشعور باليأس والإحباط والقلق وهي من أشهر الاضطرابات النفسية والعضوية في العصر الحديث وأكثرها انتشارًا، وتشتمل اضطرابات النوم على العديد من الأنماط المختلفة والتي تتمثل في الأرق، وتوقف التنفس أثناء النوم، والمشي أثناء النوم والرعب الليلي (APA, 2019).

واضطرابات الأكل يُقصد بها وجود اتجاهات وسلوكيات مشوَّهة نحو الأكل والوزن والبدانة (قنديل، 2015) والعرضان الأساسيان في اضطرابات الأكل هما فقدان الشهية العصبي (الأنوركسيا العصبية) وفرط الشهية العصبية (البوليميا العصبية) (عبد الموجود، 2001) كما

تُعرَّف بأنها الأكل في فترات متقطعة وبكميات كبيرة بحيث تؤدي لحدوث حالة من الحزن (النوبي، 2010) كما تحتل اضطرابات النوم واضطرابات الشره العصبي للأكل مكانة متقدمة في قائمة أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها المراهقون والشباب (Yazdietal, 2018) ويُعرَّف الكدر النفسي بأنه "حالة من المعاناة النفسية التي تتصف بأعراض الاكتئاب ومن أعراضه: الحزن واليأس والخوف والغضب والشعور بفقدان السيطرة والاكتئاب والهلع والقلق، المخاوف المتعلقة بالأدوار الاجتماعية والانسحاب الاجتماعي، النسيان، الأرق والشعور بالتوتر الصداع".(Ridner, 2004)

هذا ويرتفع الكدر النفسي لدى بعض الفئات حسب الظروف النفسية والبيولوجية والاجتماعية والاقتصادية، وتتراوح نسبة انتشار الكدر النفسي ما بين 5- 27 % أي عموم السكان. (أبو الفتوح والفقي، 2020).

والشعور بالضجر يعد من المشكلات النفسية الأكثر شيوعًا وانتشارًا لدى طلاب الجامعة تؤرق العديد منهم وتفسد عليهم أمزجتهم، فهو تلك الحالة التي أصبح يعيش الشباب على آثارها وإحساسًا عامًّا بالسأم والملل والغضب بصورة تلفت الانتباه، وينشأ الضجر عادةً من حالة الرتابة والتكرارية في حياة المرء، فهو حالة نفسية تنشأ من قيام الفرد بمزاولة نشاط ينقصه الدافع أو الميل، كما أنه ينشأ عندما لا تستطيع المناهج الدراسية أو السياسية التعليمية إشباع حاجات الطلاب، أو عندما يجتاح العالم الأوبئة والفيروسات دون الوصول لمصل مضاد على الرغم من التقدم العلمي والتكنولوجي، وللضجر أبعاد عدة منها: الإدراكي واليقظة، والانتباه والصفات الشخصية للفرد، كما أن للضجر عدة أنواع منها: الضجر الاجتماعي والضجر السلوكي والضجر الديني والاقتصادي والأسري والنفسي والدراسي (Fahlman, 2010).

ويعرف الوسواس القهري بأنه اضطراب يتميز بوجود أفكار أو اندفاعات أو مخاوف أو طقوس حركية مستمرة أو دورية، والشخص المصاب بالوسواس القهري يدرك أن هذه الوساوس غير معقولة لكنه لا يستطيع أن يهرب منها أو حتى يقاومها (يونس، 2003، عبد القادر، 2015).

وتشير الرابطة الأمريكية للطب النفسي إلى أن معدلات انتشار الوسواس القهري تتراوح من 1% - 3% ليحتل بذلك المرتبة الرابعة من حيث الانتشار بين الاضطرابات النفسية (2000 APA.) وتلخص العديد من الدراسات المعنية بالوسواس القهري ستة مخططات معرفية يعاني منها الفرد المصاب وهي تضخيم المسؤولية عن الأذى والمبالغة في أهمية الإقحامات، والمبالغة في ضرورة التحكم في الإقحامات والمبالغة في تقدير التهديد وعدم تحمل الأمور غير المؤكدة، وأخيرًا النزعة إلى الكمال. (عرفة، 2014).

أما فيما يتعلق بالمخاوف فإن الكثير من علماء النفس يعتقدون أنها مكتسبة، وأن ما يتصل بها من حالات القلق يشكل جزءًا كبيرًا من الدوافع البشرية، كما يرون أن ما يحول دون الفرد والحياة السعيدة إنما يعود في كثير من الأحيان إلى ما يعتريه من مخاوف ويقصد بالخوف المرضي ضد الخوف الواضح والمتواصل والمفرط وغير المعقول من مواقف وأشياء وموضوعات معينة تدفع بالفرد إلى تجنبها والابتعاد عنها وهذا يؤثر على مظاهر حياته المختلفة، وبخاصة ما يتعلق بالمظاهر الاجتماعية منها (العديني، 2001) وتصنف الجمعية الأمريكية للطب النفسي والمخاوف المرضية إلى عدة أنماط يأتي من ضمنها ما يُعرف بالمخاوف الاجتماعية (APA, 2000).

الدراسات السابقة:

تناولت دراسة (Kang et al. 2020) معرفة مدى انعكاسات تفشّي فيروس كورونا المستجد على مستوى التمتع بالصحة النفسية لدى عينة من الأطباء والممرضين في مدينة يوهان بالصين، وبلغت عينة الدراسة (994) شخصًا، واستخدم الباحثون مقياسًا لتقييم المشكلات

النفسية، وتوصلت الدراسة إلى أن حوالي (6.2%) من إجمالي العينة يعانون مستويات مرتفعة جدًّا من القلق والاكتئاب والأرق و (56.8%) يعانون بدرجة متوسطة، في حين أظهرت حوالي (37%) من العينة بدرجات متدنية من القلق والاكتئاب والأرق.

واستهدفت دراسة (Cao et al., 2020) فحص مستوى القلق لدى طلاب الجامعة في الصين نتيجة للضغوط النفسية الرهيبة التي فرضها تفشي فيروس كورونا المستجد، وتكونت عينة الدراسة من (143) طالبًا جامعيًا، ومن خلال استخدام مقياس للقلق توصلت الدراسة إلى أن (0.9%) من إجمالي العينة يعانون من مستوى مرتفع بشدة من القلق (2.7%) يعانون من مستوى متوسط من القلق و (21.3%) يعانون من مستوى منخفض من القلق.

وفي الصدد نفسه تناولت دراسة (Qiu, Et. aL. 2020) معرفة طبيعة الكدر الناتج عن فيروس كورونا المستجد في الصين، فهي أول مسح واسع النطاق على الصعيد الوطني للكدر النفسي لعموم السكان في الصين خلال وباء Covid-19 وتم تقييم عينة المسح التي قوامها (52730) فردًا بالاعتماد على مؤشر الكدر حول صدمة كورونا، وأشارت النتائج إلى أنه بمرور الوقت كانت مستويات الكدر بين الجمهور تنخفض بشكل ملحوظ، وذلك يُعزى إلى التدابير الوقائية والسيطرة الفعالة من الحكومة الصينية، بما في ذلك الحجر الصحي على مستوى البلاد والدعم الطبي وغيرها من التدابير للحدِّ من انتشار الفيروس.

كما أجريت العديد من الدراسات على الساحة العربية حيث أجرت (صلاح، 2020) دراسة عن العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، وتكونت عينة الدراسة من (100) امرأة عاملة واستخدمت مقياس الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا ومقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيًا بين الضغوط النفسية لانتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، ومن زاوية أخرى أجرى فريق من كلية الطب في الجامعة الأردنية دراسة علمية عن أثر الحجر الصحي المنزلي على الصحة النفسية، واشتملت عينتها على (5274) شخصًا مثَّلوا شريحة واسعة من مختلف أطياف الشعب الأردني في شتى المحافظات ويرون أنهم قد التزموا بالحجر الصحي بشكل جيد، وأظهرت نتائج الدراسة أن (75%) من المشاركين يشعرون بالقلق و (10%) منهم يشعرون بالقلق الشديد و(50%) منهم أكثر عصبية وتوترًا بسبب الحجر الصحي، وأظهرت الدراسة أن كلًّا من العاطلين عن العمل والطلاب وربات المنازل والمدخنين ومرضى الربو أكثر الفئات تعرُّضًا للقلق أو الإجهاد وعدم الارتياح بسبب الحجر الصحي.

كما قام كلٌّ من (ماجد وحسين، 2020) في مصر بإجراء دراسة استهدفت معرفة تأثير فيروس كورونا المستجد على الصحة النفسية، وتكونت عينة من (2800) مريض من مناطق مختلفة بالقاهرة والجيزة، وأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الطلاب ذوي التعليم العالي سجلوا بشكل ملحوظ النسبة الأعلى في اضطرابات تعاطي المخدرات والوسواس القهري، في حين سجَّل الطلاب ذوو التعليم المتوسط بنسب أعلى قليلًا في اضطرابات الاكتئاب والقلق من ذوي التعليم العالي.

كما أجرى (المصطفى والسعد، 2020) دراسة بعنوان: « السوريون ووباء كورونا » استهدفت هذه الدراسة تبيان التصورات والسلوكيات والتوقعات لدى السوريون في ظل انتشار وباء كورونا، وقد بلغ حجم العينة (940) مفردة توزعت على أماكن وجود السوريون وهي: سوريا (مناطق سيطرة النظام ومناطق سيطرة (PYD) تركيا ولبنان والعراق وفرنسا وألمانيا وغيرها من مناطق وجود السوريين، وقد خلصت الدراسة إلى جملة من النتائج نذكر منها: * كان الشعور الأعلى بين أفراد العينة هو القلق من فقدان الأقارب والأصدقاء. *جاءت مشاعر

(الشعور بالعزلة والقلق، القلق على حياتي، شعور مستمر بالخرف والهلع بنسب متوسطة. * كان سلوك (34%) من أفراد العينة هو «المتابعة الدائمة لأخبار الوباء».

تعقيب:

من خلال العرض السابق يمكن التأكيد أن هناك العديد من المشكلات النفسية المختلفة الناجمة عن ارتفاع معدلات أحداث الحياة المجهدة والمتلاحقة والتي تؤثر بطبيعتها على مختلف جوانب الحياة، ولها تأثير مؤكَّد على الشعور بالصحة النفسية، وتؤدي دورًا بارزًا في العديد من الاضطرابات النفسية، كما أن استقراء الدراسات السابقة يوضح أن المشكلات النفسية التي تم دراستها كنتائج مترتبة على انتشار جائحة كورونا هي القلق بالدرجة الأولى واضطرابات النوم والاكتئاب والكدر النفسي والمخاوف الاجتماعية، كما أن الدراسات السابقة أفادت بالتزام أغلب الأفراد بقوانين الحجر الصحي المنزلي؛ خوفًا على صحتهم وصحة من حولهم وتجدر الإشارة إلى أنه مفردات الأزمات والصعوبات والمعوقات والمشكلات النفسية تكاد تشير إلى معنى واحد وكذلك أشارت معظم الدراسات إلى ترابط الأفراد والأسر والعائلات ووجود علاقات اجتماعية قوية بينها، وذلك من خلال الشعور بالمخاوف الاجتماعية المتمثلة في فقدان الأقارب والأصحاب والأحباب في حالة مخالفة الحجر الصحي المنزلي وحدوث الاختلاط وتهوين قضية التباعد الاجتماعي وهذا يترتب عليه نقل الفيروس عن طريق العدوى والاختلاط.

زيادة على ذلك فإن الدراسات السابقة أُجريت على أكثر من شريحة من شرائح المجتمع (طلاب - أطباء - ممرضين - نساء عاملات) وكذلك على أعداد مختلفة من العينات تراوحت ما بين (100 في دراسة صلاح 2020) وحتى (52730 في دراسة Qiu. Et. at 2020) كما تباينت الحدود المكانية للدراسات السابقة حيث أُجريت الدراسات في دول بل وقارات مختلفة (الصين - بريطانيا - تركيا - مصر - سوريا - الأردن ...) وخلاصة التعقيب أن موضوع تأثير أو علاقة تفشي الوباء بالصحة النفسية أو بحدوث المشكلات أو الأزمات النفسية موضوع مهم جدًّا وحاز على اهتمام أغلب البُحاث والعلماء والدارسين والمختصين في أغلب دول العالم لأهميته.

الإطار الميداني: (إجراءات الدراسة):

1. **منهج الدراسة:** اعتمدت الباحثتان المنهج الوصفي التحْليلي كونه مناسبًا لموضوع الدراسة وأهدافها، حيث ستقوم الباحثتان في هذا المنهج بوصف الظاهرة المُراد بحثها وتفسيرها والتعبير عنها كمًّا وكيفًا وذلك عن طريق توجيه مجموعة من الأسئلة إلى مجموعة من الأفراد باستخدام الاستبانة أو المُقابلة.
2. **مُجتمع الدراسة وعينتها:** تكون مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية قمينس وقامت الباحثتان بأخذ عينة عشوائية قوامها (108) طالب وطالبة، والجدول الآتي يوضح توزيع عينة الدراسة:

جدول 1. توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات الديموغرافية

التخصص / النوع	علمي	أدبي	المجموع
الذكور	25	24	49
الإناث	35	24	59
المجموع	60	48	108

3. أداة الدراسة:

لجمع المعلومات المستهدفة في هذا البحث وللوصول إلى نتائجه استخدمت الباحثتان مقياس بعنوان "مقياس المُشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المُستجد (COVID-19) لدى طُلاب الجامعة، ومن أجل إعداد مقياس البحث وزيادة صدقه قامت الباحثتان بالاطلاع على ما أسفرت عنه البُحوث السابقة من نتائج متعلقة بمُشكلات نفسية نجمت عن تفشي فيروس كورونا المُستجد، والاطلاع على بعض الأطر النظرية والبحوث السابقة التي تناولت المُشكلات النفسية المُصاحبة للأزمات والكوارث كما يُدركها طُلاب وطالبات الجامعة بوجه عام، وكذلك بسؤال بعض الطُلاب سؤالًا مفتوحًا عن أهم المُشكلات أو التغيرات التي طرأت على حياتك بعد التعرض لجائحة كورونا وبدء الحجر المنزلي ومنع التجول.

واستنادًا إلى ذلك تم تصميم المقياس في صورته الأولية، حيث اشتمل على سبعة أبعاد رئيسة، يُمثل كل بُعد مُشكلة من المُشكلات النفسية وهذه الأبعاد السبعة هي:- الوحدة النفسية- اضطراب النوم- اضطراب الأكل- الاكتئاب والكدر النفسي- الضجر- الوسواس القهري- المخاوف الاجتماعية، ويتكون كل بُعد من خمس فقرات ليُصبح إجمالي الفقرات (35 فقرة) ووضعت البدائل موافق (3) مُحايد (2)- غير موافق (1) للإجابة ولبلوغ الصورة النهائية للمقياس قامت الباحثتان بحساب الخصائص السيكولوجية له (الصدق والثبات) من خلال الاستعانة بعينة تقنين بلغت (25) طالبًا وطالبة على النحو المُبين كما يأتي:

ثبات أداة الدراسة وصدقها: وطبقت معادلة (ألفا كرونباخ) لحساب مقياس الدراسة، وقد تراوحت قيم معاملات أبعاد المشكلات النفسية ما بين (0.648-0.869) وبلغت قيمة معامل الثبات لأداة الدراسة ككل (0.952) وهذا يدل على أن استمارة الاستبانة اتسمت بالثبات وبدرجة عالية من التميز، كما تم التحقق من صدق أداة الدراسة باستخدام طريقة الصدق (Statistical Validity) باستخدام دالة الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وقد بلغت قيم معاملات صدق الأبعاد (0.803-0.932) أما معامل صدق الأداة ككل فقد بلغ (0.975) وهذا يبرر صدق الأداة وأن فقرات الاستبانة تعكس قدرتها على قياس ما صممت من لأجلها، وذلك كما هو موضح بالجدول رقم (1):

جدول 2. يبين قيم معامل الثبات والصدق لأداة الدراسة

أبعاد أداة الدراسة	عدد الفقرات	معامل الثبات	معامل الصدق
الوحدة النفسية	5	0.645	0.803
الاكتئاب والكدر النفسي	5	0.761	0.872
المخاوف الاجتماعية	5	0.690	0.831
الضجر	5	0.676	0.822
الوساوس القهرية	5	0.869	0.932
اضطرابات الأكل	5	0.862	0.928
اضطرابات النوم	5	0.773	0.879
المشكلات النفسية	35	0.952	0.975

4. الخطوات الإجرائية للدراسة:

- الاطلاع على الأطر النظرية ذات العلاقة ومن ثم كتابة الإطار النظري للدراسة وإعداد المقياس المُستخدم فيه والتحقق من سلامته السيكومترية.

- تصميم المقياس والبدء في تطبيقه واستخلاص البيانات وتبويبها.
- استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) للوصول إلى نتائج الدراسة ومناقشتها.

الجانب الميداني:

تحليل البيانات الديموغرافية: لقد تم تحليل البيانات الأولية لعينة الدراسة كما وردت في أداة الدراسة، وذلك على النحو الآتي:

جدول 3. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب البيانات الأولية

المتغير	الصفـــــة	العدد	النســـبة
النوع	ذكر	49	45.4
	أنثى	59	54.6
	المجموع	108	100.0
التخصص	علمي	60	55.6
	أدبي	48	44.4
	المجموع	108	100.0

يتبين من الجدول (3) والذي يتضمن تحليل البيانات الأولية لأفراد عينة الدراسة أن النسبة الأعلى كانت للإناث وقد بلغت (54.6%) وهي تشكل أكثر من نصف حجم العينة، في حين بلغت نسبة الذكور (45.4%) وبالنسبة لمتغير التخصص فيتبين من الجدول (3) أن النسبة الأعلى كانت للتخصص العلمي وبلغت (55.6%) وهي تقريبًا أكثر من نصف حجم العينة، وبلغت نسبة التخصص الأدبي (44.4%) من إجمالي عينة الدراسة.

الإجابة عن تساؤلات الدراسة:

التساؤل الأول: ماهي أهم المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة فايروس كورونا؟

لتحديد أهم المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة فايروس كورونا، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات هذه الأبعاد، كما تم إيجاد المتوسط العام لهذا المحور، وذلك على النحو الآتي:

- بُعد الوحدة النفسية:

لتحديد مستوى بُعد الوحدة النفسية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 4. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد الوحدة النفسية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	أبتعد عن الناس وأجلس في المنزل بعد انتشار فيروس كورونا	2.54	0.72	84.6
2	أميل إلى عدم الاشتراك في المناقشات حول فيروس كورونا أو أي موضوع آخر	2.14	0.85	71.3
3	أرى أن السعادة في الابتعاد عن كل ما يقال عن فيروس كورونا	2.64	0.58	88.0

4	أرى أنه لا أحد في العالم يستحق المساعدة وخاصة بعد انتشار فيروس كرونا	1.32	0.66	44.0
5	نسبة الوفيات أو المتعافين من فيروس كورونا لا تهمني	1.69	0.82	56.3
المتوسط العام		**2.06**	**0.39**	

يتضح من خلال الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد الوحدة النفسية تراوحت بين (1.32 -2.64) وانحرافات معيارية (0.58-0.85) حيث جاءت الفقرة " أرى أن السعادة في الابتعاد عن كل ما يقال عن فيروس كورونا " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.64) وانحراف معياري (0.58) ووزنه النسبي (88.0%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة " أرى أنه لا أحد في العالم يستحق المساعدة وخاصة بعد انتشار فيروس كرونا " بمتوسط (1.32) وانحراف معياري (0.66) وبلغ الوزن النسبي (44.0%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد الوحدة النفسية الذي بلغ (2.06) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد الوحدة النفسية في مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان متوسطًا.

- **بُعد الاكتئاب والكدر النفسي:**

لتحديد مستوى بُعد الاكتئاب والكدر النفسي تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 5. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد الاكتئاب والكدر النفسي

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	ليس لدي طاقة للمذاكرة مرة أخرى في ظل معدلات انتشار فيروس كرونا	1.93	0.87	64.3
2	أتعجب من ممارسة الناس حياتهم بشكل طبيعي رغم زيادة معدل الوفيات	1.98	0.86	66.0
3	أرى أن أهدافي في الحياة غير جديرة بالتفعيل	1.61	0.78	53.6
4	مناعتي النفسية لمواجهة فيروس كورونا ضعيفة	1.58	0.78	52.6
5	لم يعد هناك شيء يدخل السرور إلى قلبي	1.70	0.83	56.6
المتوسط العام		**1.76**	**0.51**	

يتضح من خلال الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد الاكتئاب والكدر النفسي تراوحت بين (1.58 -1.98) وانحرافات معيارية (0.78-0.87) حيث جاءت الفقرة " أتعجب من ممارسة الناس حياتهم بشكل طبيعي رغم زيادة معدل الوفيات" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (1.98) وانحراف معياري (0.86) ووزنه النسبي(66.0%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة " مناعتي النفسية لمواجهة فيروس كورونا ضعيفة" بمتوسط (1.58) وانحراف معياري (0.78) وبلغ الوزن النسبي (52.6%) وبمقارنة متوسط فقرات الاكتئاب والكدر النفسي الذي بلغ (1.76) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد الاكتئاب والكدر النفسي أقل من مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان منخفضًا.

- **بُعد المخاوف الاجتماعية:**

لتحديد مستوى بُعد المخاوف الاجتماعية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 6. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد المخاوف الاجتماعية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	أخاف بشدة على صحتي وصحة أسرتي بعد انتشار فيروس كورونا	2.67	0.62	89.0
2	أمتنع عن مصافحة أي شخص خوفًا من التقاط عدوى كورونا	2.20	0.86	73.3
3	أشعر بالصداع عند تلقِّي أخبار جديدة	1.91	0.88	63.6
4	أشعر بالغثيان عندما يفكر صديقي بزيارتي في ظل انتشار فيروس كورونا	1.56	0.80	52.0
5	أمتنع عن الخروج من غرفتي عند سماعي بقرب الفيروس من بلادي	1.55	0.80	51.6
المتوسط العام		**1.97**	**0.51**	

يتضح من خلال الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد المخاوف الاجتماعية تراوحت بين (1.55- 2.67) وانحرافات معيارية (0.62-0.88) حيث جاءت الفقرة "أخاف بشدة على صحتي وصحة أسرتي بعد انتشار فيروس كورونا" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.67) وانحراف معياري (0.62) ووزنه النسبي (89.0%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة "أمتنع عن الخروج من غرفتي عند سماعي بقرب الفيروس من بلادي" بمتوسط (1.55) وانحراف معياري (0.80) وبلغ الوزن النسبي (51.6%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد المخاوف الاجتماعية الذي بلغ (1.97) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد المخاوف الاجتماعية أقل من مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان منخفضًا.

- **بُعد الوساوس القهرية:**

لتحديد مستوى بُعد الوساوس القهرية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 7. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد الوساوس القهرية

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	تسيطر عليَّ فكرة لماذا نتعلم رغم ارتفاع نسبة الوفيات بسبب كورونا	1.82	0.84	60.6
2	أشعر أن الفيروس منتشر في منطقتنا لذلك يجب تعقيمها	2.19	0.82	73.0
3	استخدام التعليم عن بعد لنقل المحاضرات لن يفيد	2.20	0.90	73.3
4	أقوم بالاطمئنان على كمية المنظفات في منزلنا عشرات المرات	2.19	0.83	73.0
5	أغسل يدي سبعين مرة بالكحول للوقاية من فيروس كورونا	1.99	0.84	66.3
المتوسط العام		**2.07**	**0.48**	

يتضح من خلال الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد الوساوس القهرية تراوحت بين (1.82- 2.20) وانحرافات معيارية (0.82-0.90) حيث جاءت الفقرة " استخدام التعليم عن بعد لنقل المحاضرات لن يفيد " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.20) وانحراف معياري (0.90) ووزنه النسبي (73.3%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة " تسيطر على فكرة لماذا نتعلم رغم ارتفاع نسبة الوفيات بسبب كرونا" بمتوسط (1.82) وانحراف

معياري (0.84) وبلغ الوزن النسبي (60.0%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد الوساوس القهرية الذي بلغ (2.07) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد الوساوس القهرية في مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان متوسطًا.

- **بُعد الضجر:**

لتحديد مستوى بُعد الضجر تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 8. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد الضجر

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	جميع الأمور من حولي متشابهة لا جديد فيها	2.30	0.81	76.6
2	عندما يُطلب مني المذاكرة استعدادًا لعودة الدراسة أشعر بالصداع	1.88	0.86	62.6
3	للأسف لا يهتم الأساتذة في كليتنا بتوعيتنا عن كيفية الوقاية من الإصابة	1.94	0.84	64.6
4	أصبح الأشخاص من حولي سيئ الطباع	2.07	0.86	69.0
5	ثقافة المجتمع لا تدربنا على كيفية التعامل مع الأوبئة	2.35	0.71	78.3
	المتوسط العام	**2.10**	**0.45**	

يتضح من خلال الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد الضجر تراوحت بين (1.88 -2.35) وانحرافات معيارية (0.71-0.86) حيث جاءت الفقرة " ثقافة المجتمع لا تدربنا على كيفية التعامل مع الأوبئة " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.35) وانحراف معياري (0.71) ووزنه النسبي (78.3%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة عندما يُطلب مني المذاكرة استعدادًا لعودة الدراسة أشعر بالصداع" بمتوسط (1.88) وانحراف معياري (0.86) وبلغ الوزن النسبي (62.6%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد الضجر الذي بلغ (2.10) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد الضجر في مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان متوسطًا.

- **بُعد اضطرابات الأكل:**

لتحديد مستوى بُعد اضطرابات الأكل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 9. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد اضطرابات الأكل

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	استهلاك المواد الغذائية ازداد ضعف ما كان عليه قبل كورونا	2.26	0.79	75.3
2	أشغل نفسي بصنع العديد من الأكلات هروبًا من سماع أخبار عن الجائحة	2.04	0.87	68.0
3	أؤجل قرار الحمية حتى ينتهي الحظر	1.92	0.84	64.0
4	أتوقع أن الجميع قد زاد وزنه عما كان عليه قبل انتشار فيروس كورونا	2.25	0.81	75.0
5	الأكل متعة علينا الاستمتاع بها قبل نهاية العالم	2.35	0.81	78.3
	المتوسط العام	**2.16**	**0.47**	

يتضح من خلال الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد اضطرابات الأكل تراوحت بين (1.92- 2.35) وانحرافات معيارية (0.87-0.97) حيث جاءت الفقرة "الأكل متعة علينا الاستمتاع بها قبل نهاية العالم" في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.35) وانحراف معياري (0.81) ووزنه النسبي (78.3%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة "أؤجل قرار الحمية حتى ينتهي الحظر" بمتوسط (1.92) وانحراف معياري (0.84) وبلغ الوزن النسبي (62.6%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد اضطرابات الأكل الذي بلغ (2.16) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد اضطرابات الأكل أعلى من مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان مرتفعًا.

- **بُعد اضطرابات النوم:**

لتحديد مستوى بُعد اضطرابات النوم تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لفقرات هذا البُعد، وذلك على النحو الآتي:

جدول 10. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لفقرات بُعد اضطرابات النوم

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	الهلاوس تطاردني ليلًا عن مصير من يموتون بسبب كورونا	1.71	0.83	57.0
2	أجد صعوبة عند النوم بعد مشاهدتي لأخبار الجائحة	1.83	0.87	61.0
3	أعاني من الأرق بسبب خوفي على أسرتي من الإصابة بفيروس كورونا	2.31	3.08	77.0
4	نومي متقطع من كثرة تفكيري في احتمال إصابتي بفيروس كورونا	1.74	0.83	58.0
5	أرغب في النوم المستمر هروبًا من سماع أخبار كورونا	1.68	0.85	56.0
المتوسط العام		**1.85**	**0.92**	

يتضح من خلال الجدول (10) أن المتوسطات الحسابية لفقرات بُعد اضطرابات النوم تراوحت بين (1.68- 2.31) وانحرافات معيارية (0.83-3.08) حيث جاءت الفقرة " أعاني من الأرق بسبب خوفي على أسرتي من الإصابة بفيروس كورونا " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (2.31) وانحراف معياري (3.08) ووزنه النسبي (77.8%) في حين جاءت في المرتبة الأخيرة الفقرة " أرغب في النوم المستمر هروباً من سماع أخبار كورونا" بمتوسط (1.68) وانحراف معياري (0.85) وبلغ الوزن النسبي (56.0%) وبمقارنة متوسط فقرات بُعد اضطرابات النوم الذي بلغ (1.85) مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أن متوسط بُعد اضطرابات النوم أقل من مستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن مستواه كان منخفضا.

التساؤل الثاني: ما أكثر المشكلات النفسية شيوعًا لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا؟

لتحديد أكثر المشكلات النفسية شيوعًا لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لجميع أبعاد المشكلات النفسية، وذلك على النحو الآتي:

جدول 11. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن النسبي لأبعاد المشكلات النفسية

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
1	الوحدة النفسية	2.06	0.39	68.6
2	الاكتئاب والكدر النفسي	1.76	0.51	58.6

3	المخاوف الاجتماعية	1.97	0.51	65.6
4	الوساوس القهرية	2.07	0.48	69.0
5	الضجر	2.10	0.45	70.0
6	اضطرابات الأكل	2.16	0.47	72.0
7	اضطرابات النوم	1.85	0.92	61.6
	المتوسط العام	**2.00**	**0.34**	**66.6**

يتضح من خلال الجدول (11) أن "اضطرابات الأكل" كانت الأكثر شيوعًا لدى طلاب الجامعة حيث بلغ متوسطها الحسابي (2.16) بانحراف معياري قدره (0.47) وبلغ الوزن النسبي له (72.0%)، في حين جاء في المرتبة الثانية "الضجر" بمتوسط حسابي (2.10) وانحراف معياري (0.45) وبلغ وزنه النسبي (70.0%) يليها "الوساوس القهرية" وقد بلغ متوسطها الحسابي (2.07) بانحراف معياري قدره (0.48) وبلغ وزنها النسبي (69.0%) ثم جاءت بعدها في الترتيب مشكلات الوحدة النفسية بمتوسط حسابي (2.06) وبانحراف معياري (0.39) ووزن نسبي بلغ (68.6) وفي المرتبة الخامسة جاءت مشكلات المخاوف الاجتماعية وبلغ متوسطها الحسابي (1.97) بانحراف معياري (0.51) ووزن نسبي (65.6%) وفي المرتبة السادسة جاءت مشكلات الاكتئاب والكدر النفسي بمتوسط حسابي (1.76) وانحراف معياري (0.51) ووزنه النسبي (58.6%) وفي المرتبة الأخيرة من المشكلات الأكثر شيوعًا لدى طلاب الجامعة كانت "اضطرابات النوم" بلغ متوسطها الحسابي (1.85) بانحراف معياري (0.92) ووزن نسبي (61.6%) وبالنسبة للمستوى العام للمشكلات النفسية فقد بلغ متوسطها الحسابي (2.00) وانحرافها المعياري (0.34) ووزنها النسبي (66.6%) وبمقارنة المتوسط العام للمشكلات النفسية مع المتوسط النظري لأداة الدراسة (2.0) يلاحظ أنه كان مساوياً لمستوى المتوسط النظري، وهذا يعني أن المشكلات النفسية لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا كانت متوسطة.

التساؤل الثالث: إلى أي مدى يؤثر متغير النوع (ذكر - أنثى) على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على الجائحة؟

لتحديد مدى تأثير متغير النوع على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على الجائحة تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، واستخدم اختبار (t)، وذلك على النحو الآتي:

جدول 12. نتائج اختبار (t) لتحديد مدى تأثير متغير النوع على المشكلات النفسية

المشكلات النفسية	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
الوحدة النفسية	ذكر	49	2.13	0.35	107	1.260	0.236
	أنثى	59	2.00	0.42			
الاكتئاب والكدر النفسي	ذكر	49	1.82	0.51	107	0.069	0.793
	أنثى	59	1.70	0.50			
المخاوف الاجتماعية	ذكر	49	2.01	0.49	107	0.045	0.833
	أنثى	59	1.94	0.52			
الوساوس القهرية	ذكر	49	2.11	0.47	107	0.227	0.635

	أنثى	59	2.04	0.50			
الضجر	ذكر	49	2.12	0.44	107	0.106	0.745
	أنثى	59	2.09	0.45			
اضطرابات الأكل	ذكر	49	2.14	0.52	107	1.561	0.214
	أنثى	59	2.17	0.43			
اضطرابات النوم	ذكر	49	2.06	1.16	107	0.567	0.453
	أنثى	59	1.67	0.60			

يتبين من الجدول (12) أن قيم (t) المحسوبة لأبعاد المشكلات النفسية لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا قد تراوحت ما بين (0.045-1.561) وأما قيم مستوى الدلالة فقد كانت جميعها أكبر من مستوى الدلالة (α=0.05) وهذا يعني أنه لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لمتغير النوع (ذكر، أنثى) على جميع أبعاد المشكلات الاجتماعية (الوحدة النفسية، الاكتئاب والكدر النفسي، المخاوف الاجتماعية، الوساوس القهرية، الضجر، اضطرابات الأكل، اضطرابات النوم)، التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.

التساؤل الرابع: إلى أي مدى يؤثر متغير التخصص الدراسي (علمي - أدبي)على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا ؟

لتحديد مدى تأثير متغير التخصص على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على الجائحة تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، واستخدم اختبار (t) وذلك على النحو الآتي:

جدول 13. نتائج اختبار (t) لتحديد مدى تأثير متغير التخصص على المشكلات النفسية

المشكلات النفسية	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t)	الدلالة الإحصائية
الوحدة النفسية	علمي	60	2.03	0.39	107	0.014	0.906
	أدبي	48	2.10	0.40			
الاكتئاب والكدر النفسي	علمي	60	1.66	0.50	107	0.000	0.993
	أدبي	48	1.88	0.49			
المخاوف الاجتماعية	علمي	60	1.88	0.52	107	0.389	0.534
	أدبي	48	2.08	0.47			
الوساوس القهرية	علمي	60	2.01	0.50	107	2.759	0.100
	أدبي	48	2.16	0.45			
الضجر	علمي	60	2.06	0.48	107	1.341	0.250
	أدبي	48	2.16	0.41			
اضطرابات الأكل	علمي	60	2.04	0.50	107	3.744	0.056
	أدبي	48	2.31	0.38			
اضطرابات النوم	علمي	60	1.75	0.63	107	0.155	0.695
	أدبي	48	1.97	1.17			

يتبين من الجدول (13) أن قيم (t) المحسوبة لأبعاد المشكلات النفسية لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا قد تراوحت ما بين (0.014-3.744) وأما قيم مستوى الدلالة فقد كانت جميعها أكبر من مستوى الدلالة (α=0.05) وهذا يعني أنه لا يوجد تأثير ذو دلالة إحصائية لمتغير التخصص (علمي، أدبي) على جميع أبعاد المشكلات الاجتماعية (الوحدة النفسية، الاكتئاب والكدر النفسي، المخاوف الاجتماعية، الوساوس القهرية، الضجر، اضطرابات الأكل، اضطرابات النوم) التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.

- نتائج الدراسة:

من خلال التحليل الإحصائي للبيانات التي تم تجميعها توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- أظهرت نتائج الدراسة أن مشكلات الاكتئاب والكدر النفسي، والمخاوف الاجتماعية، واضطرابات النوم كانت مستوياتها منخفضة، أما الوحدة النفسية، والوساوس القهرية، والضجر فقد كانت مستوياتها متوسطة، في حين أن اضطرابات الأكل كانت مرتفعة لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.
- أظهرت النتائج أن أكثر المشكلات النفسية شيوعًا هي: مشكلة اضطرابات الأكل، يليها مشكلة الضجر، أما مشكلة اضطرابات النوم فكانت الأقل شيوعًا لدى طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.
- بيَّنت النتائج أنه لا يوجد أي تأثير لمتغير النوع على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.
- بيَّنت النتائج أنه لا يوجد أي تأثير لمتغير التخصص على المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة والمترتبة على جائحة كورونا.

وتجدر الإشارة إلى أن ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يختلف عن أغلب النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة؛ فأكثر المشكلات النفسية انتشارًا حسب الدراسة الحالية هي اضطرابات الأكل، ثم الضجر، وتشير أغلب نتائج الدراسات السابقة إلى أن القلق والتوتر والاكتئاب هي من أكثر المشكلات النفسية انتشارًا أو تأثيرًا في الصحة النفسية للأفراد .

توصيات الدراسة:

بناءً على النتائج التي توصلت إليها الدراسة من تحليل البيانات، توصي الباحثتان بعدة توصيات منها:

1- ضرورة قيام الجامعات بتعزيز مستوى الصحة النفسية لدى طلابها، وذلك من خلال تقديم الندوات والمحاضرات وورش العمل والبرامج التوعوية من المختصين بالمجال النفسي والتربوي والصحي.

2- إنشاء وحدات إرشاد وعلاج نفسي بالجامعة للحد من مشكلات اضطرابات الأكل والضجر والمخاوف والكدر النفسي وغيرها .

3- على جهات الإعلام القيام بدورها في بثِّ المشاعر الإيجابية لدى جميع أفراد المجتمع، والتركيز على تبصير الجميع بأن جائحة كورونا ستنتهي ويمكن التغلب عليها .

4- يجب على الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية تكثيف جهودهم البحثية للحد من المشكلات النفسية والآثار الناجمة عن جائحة كورونا.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع باللغة العربية:

1. القرآن الكريم
2. الحديني، وفاء مسعود (2001) المخاوف الشائعة لدى طلبة الجامعة ، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب 15 (60) 64-83.
3. الخريشا: ملوح باجي (2009) المشكلات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية التي تواجه طلبة كلية العلوم التربوية بجامعة مؤتة في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، 4 (33) 473- 527.
4. الطائي، إيمان محمد (2014) مشكلات الطلاب العراقيين الدارسين في أوكرانيا، مجلة البحوث التربوية والنفسية، ع (40).
5. طب الأردنية (2020) دراسة علمية عن أثر الحجر الصحي المنزلي على الصحة النفسية 10530294 /alrai. Com/ article/ تاريخ الزيارة: 2020/11/8.
6. العاني. ذر ميز (2012) المشكلات النفسية والاجتماعية التي يُعاني منها طلبة جامعة الأنبار، مجلة العلوم التربوية والنفسية. (94) 387- 416.
7. عبد القادر، أبو بكر ساسي (2015) الوسواس القهري بين الأسباب والعلاج. مجلة المعرفة، جامعة الزيتونة، كلية التربة، 3، 137- 151.
8. عرفة، أمارة يحي (2014) المُخططات المعرفية المختلفة المنبئة باضطراب الوسواس القهري. مجلة دراسات عربية، 13 (4) 635- 699.
9. علي، نهلة صلاح (2020)، دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد Covied-19 والاضطرابات الالنفسجسمية لدى المرأة (العاملة) https:// arab states- "hfpa. Org/ ar/ publicat ions تاريخ الزيارة: 2020/11/10.
10. الفقي، آمال إبراهيم وأبو الفتوح، محمد كمال (2020) المشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا Covid 19 المُستجد لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة المصرية، مجلة كلية التربية ، المجلة التربوية (74) 1054- 1060.
11. قنديل. نهال عادل (2015) اضطرابات الأكل وعلاقتها بالمناخ الأسري لدى المراهقين. مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، 18، 722- 747.
12. النوبي، محمد علي، (2010) مقياس اضطرابات الأكل، عمان، دار الصفاء.
13. يونس، فكري- عبد العزيز (2003) الوسواس القهري. مجلة نادي التجارة 604، 42- 43.

ثانيًا: المراجع باللغة الإنجليزية:

14. APA (2000) Practice Guideline of the treatment of mental disorders (4th text Disorders Third Edition.
15. APA (2019) What are sleep disorders?" Retrieved 25.3.2019.
16. Cao., W,m Fang, Z,m Hoa, G., Han, M, Xu, X., Dong, J. and Zheng, J. (2020) The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in

China. Psychiatry Res, 2020 mar 20, 287: 112934. Doui: 10>1016/j. psychres. 2020. 112934 (EPub ahead of print .(

17. Eric, Klinenberg (2018), " Is Loneliness a Health Epidemic" New Times. Retrieved 29 March 2020 But is Loneliness, as many political officials and pundits are warning a growing " health epidemic؟"
18. Kang, L., Ma, S., chen, m., Yang, J. waing, Y., Ruiting, L. etal, (2020) Impact on mental health and preceptions of psychological car among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 noval Coronavirus disease outbreak: A cross. Sectional study. Brain, Behavior, and Immunity, Available online 30 March 2020, In Press, Corrected Proof.
19. Low, N; Dugas, E.; O' Loughlin, E; Rodriguez, D; Contreras, G. and associated with mental health symptoms and substance us young adolescents. BMC Psychiatry 12, 1-10.
20. March, J.; Marques, L.; Mezquite, L.; Fananas, L, and Moya Higueras, J. (2017) Stressful Life vents during adolescence and risk for externalizing psychopathology: a meta-analysis- Eur. Child Adolesc psychiatry. http: // dx.doi. org/ 10- 1007 500787- 017- 0996-9.
21. Pilgrim, D., (2015) Common Mental Health problems SAGE publications California.
22. Qiu, Shen., Zhao., Wang., Xie., and Xu (2020) (A nationwide surver of psychological distress aming Chinese people in the COVID-19 epidemic implications and policy recommendations .
23. WHO (2002). The world Health Report 2002: Reducing Risks, promoting Healthy Life. Geneva.

ثالثًا: المواقع الإلكترونية:

24.ماجدة وحسين (2020) تأثير فيروس كورونا المُستجد على الصحة النفسية Content: //com hasapp. Provider media/ item تاريخ الزيارة: 2020/11/8.

25.المصطفى السعيد (2020) السوريون ووباء كورونا دراسة استطلاعية لتصورات الحاضر وتوقعات المستقبل. https// www. Academia. Edu. Edu/ 33033607 تاريخ الزيارة: 10/ 11/ 2020