



تأثير الأزمات على الشعور بالأمن النفسي للمتعلمين: الوضع مع
جائحة كورونا

**The Influence of Crises on the Feeling of
Psychological Security Among Learners: The
Case with Corona Pandemic**

رسالة ماجستير مقدمة من الطالبة

رزان زياد الحسيني

إشراف الدكتور محمد راجح العوري

والدكتور موسى محمد الخالدي

2022



دائرة المناهج والتعليم

كلية الدراسات العليا

تأثير الأزمات على الشعور بالأمن النفسي للمتعلمين: الوضع مع جائحة كورونا
**The Influence of Crises on the Feeling of Psychological
 Security Among Learners: The Case with Corona Pandemic**

رسالة ماجستير إعداد

رزان زياد الحسيني

نوقشت هذه الرسالة وأجيزت بتاريخ 2022/9/1

لجنة الإشراف:

د. محمد راجح العوري
 د. موسى الخالدي
 د. أحمد فتحة
 د. محمد شاهين

جامعة بيرزيت - فلسطين

الإهداء

إلى من هداني لهذا العلم، وما كنت لوّلاً هداه لأهتدي لأيّ من هذا، إلى الله عز جلاله له الحمد

والشكر على تمام نعمه

إلى روح ملاك الطاهر في السماء، إلى من أفنقت حرارة تصفيقه فرحاً بإنجازي في هذه اللحظة

إلى من شرفني بحمل اسمه..... والذي الغالي رحمه الله تعالى

إلى من أكملت مسيرة والدي ومن مهدت لي طريق العلم والنور، ورافقتني دعواتها الصالحة في

كل حين ومنها تعلمت الصمود مهما كانت الصعوبات نور عيني ومهجة حياتي..... أمي

الغالية حفظها الله

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله، إلى أجنحتي المحلقة، ركائز قوتي وثباتي..... إخوتي

وأخواتي

إلى الشمعتان اللتان تديران حياتي ابنتا أختي لين ولانا

إلى جميع من أحبني وآمن بي ودعمني وشجعني، وكانوا دوماً لي ركن راسخاً آمناً وداعماً

ومحفزاً مستمراً.. صديقاتي وزميلاتي

إلى أساتذة كلية التربية الأفاضل وجامعة بيرزيت العريقة، التي كانت نعم الجامعات

أهديكم هذا العلم وهذا النجاح جميعاً

شكر وتقدير

الحمد لله والشكر له كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه على ما أكرمني به من إتمام هذه
الدراسة

أتقدم بخالص الشكر الجزيل والعرفان بالجميل والاحترام والتقدير لمن غمراني بالفضل والنصح
وتفضلان على بقبول الإشراف على هذه الرسالة الدكتور محمد العوري و الدكتور موسى
الخالدي، اللذان أعطياً الكثير من علمهما ووقتهما لتخرج هذه الرسالة بأبهى صورة، والتي ما
كان لها أن تكون لولا فضلها بعد فضل الله عز وجل، أسأله تعالى أن يحفظهما ويبارك في
علمهما.

والشكر الكبير لأعضاء لجنة المناقشة جزيلي الاحترام والتقدير د. أحمد فتيحة و د. محمد
شاهين، ذوي الفكر الكبير والتوجيه القيم والآراء اللامعة على جهودهما وملاحظتهما القيمة في
بداية الطريق ونهايته.

وكل الشكر والتقدير لكل من كان لكلامه وفعله ودعمه أثر طيب في نفسي، وكل جميل قلب
يتمنى لي الأفضل.

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة
الإهداء.....	ت
شكر وتقدير.....	ث
قائمة المحتويات.....	ج
ملخص الدراسة.....	ذ
Abstract.....	ز
الفصل الأول: مشكلة الدراسة وخلفيتها	1
1.1 مقدمة.....	1
2.1 مشكلة الدراسة.....	7
3.1 أسئلة الدراسة.....	9
4.1 أهداف الدراسة.....	9
5.1 أهمية الدراسة.....	10
6.1 تعريف المصطلحات.....	11
7.1 حدود الدراسة.....	13
8.1 مسلمات الدراسة.....	13
9.1 ملخص الفصل.....	13
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	14
مقدمة.....	14
1.2 الإطار النظري.....	15

15	المحور الأول: أنواع الأزمات، أسبابها وكيفية إدارتها
18	1.1.2 أنواع الأزمات:
19	2.1.2 أسباب نشوء الأزمات:
20	3.1.2 إدارة الأزمات
21	المحور الثاني: الأمن النفسي
23	4.1.2 أبعاد الأمن النفسي
24	5.1.2 خصائص الأمن النفسي:
24	6.1.2 مصادر الشعور بالأمن النفسي:
26	7.1.2 النظريات المفسرة لمفهوم الأمن النفسي
31	2.2 مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة
32	المحول الأول: يُعرض به الدراسات التي تناولت الأزمات بمختلف أنواعها
34	المحور الثاني: الدراسات السابقة التي تناولت الأمن النفسي
36	3.2 ملخص الدراسات السابقة
37	4.2 التعقيب على الدراسات السابقة:
40	الفصل الثالث: وصف الدراسة وإجراءاتها
40	1.3 مقدمة
40	2.3 منهجية الدراسة
41	3.3 سياق الدراسة والمشاركين فيها
43	4.3 خصائص طلبة المرحلة الثانوية والمرشدون التربويون الذين تم إختيارهم من مدارس مدينة القدس
43	5.3 أداة الدراسة
45	6.3 صدق وثبات الدراسة

46.....	6.3 الثبات الخارجي
47.....	7.3 إجراءات تنفيذ الدراسة
48.....	6.3 آليات تحليل البيانات
49.....	7.3 الاعتبارات الأخلاقية
49.....	8.3 ملخص الفصل
50.....	الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات
50.....	1.4 مقدمة
	2.4 نتيجة إجابة السؤال الأول الفرعي: تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها الطلبة أنفسهم
51.....	
52.....	3.4 وجرى تصنيف الآثار وفقاً لإجابات الباحثين في خمسة محاور رئيسة كما يلي:
52.....	1.3.4 الآثار النفسية
54.....	1.1.3.4 الحزن والإحباط
58.....	2.3.4 الآثار الاجتماعية
63.....	3.3.4 الآثار التربوية
65.....	4.3.4 الآثار الاقتصادية
67.....	5.3.4 الوعي الذاتي في التعامل مع الأزمات
	4.4 إجابة السؤال الفرعي الثاني: أثر أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها المرشدون التربويون.
70.....	
71.....	1.4.4 الاضطرابات النفسية
75.....	2.4.4 غياب خدمات الإرشاد والدعم النفسي
79.....	3.4.4 غياب خدمات الإشراف والمتابعة والتقييم والتدريب
85.....	4.4.4 الآثار السلبية النفسية والاجتماعية والاقتصادية والتربوية

90.....	5.4.4 تدني الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس.....
94.....	6.4.4 تدني الوعي الذاتي لدى الطلبة في كيفية التعامل مع الأزمات
99.....	الخلاصة.....
101.....	التوصيات
101.....	أولاً: توصيات عملية.....
101.....	ثانياً: توصيات لدراسات مستقبلية.....
103.....	قائمة المراجع.....
112.....	الملاحق
112.....	ملحق (1).....
113.....	ملحق رقم (2)

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى تحديد الآثار السلبية التي تخلفها الأزمات على طلبة المدارس وخاصة أزمة كورونا نموذج لهذه الأزمات، ومحاولة استكشاف مدى تأثر الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة من الآثار السلبية للأزمات خلال وبعد أزمة كورونا كما يراها المرشدون التربويون العاملين معهم في مدينة القدس والطلبة أنفسهم. سعت الدراسة تحقيق أهدافها من خلال الإجابة على سؤال الدراسة الرئيسي: ما مدى تأثير الأزمات وخاصةً أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون؟

وللإجابة على هذا السؤال تم استخدام المنهج الكيفي بتصميم وصفي تحليلي، وذلك من خلال تطوير نموذجين مختلفين من مقابلات فردية شبه منظمة أجريت مع ستة عشر طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية، وثمانية من المرشدين التربويين في مدارس مدينة القدس؛ بهدف جمع البيانات والتعرف بعمق إلى الآثار السلبية التي تنعكس على الطلبة خلال تعرضهم لأزمات مختلفة، وبالتالي تؤثر على شعورهم بالأمن النفسي. وبالتالي يمكن أن تؤثر على شعورهم بالأمن النفسي. تم التأكد من صدق وثبات أداة الدراسة من خلال عرضها على مجموعة من المحكمين ذوي الإختصاص بالاستشارة التربوية حتى تتفق أسئلة المقابلات مع أسئلة الدراسة التي أُعدت للإجابة عنها، ومن ثم تحليل البيانات من خلال إستعانة الباحثة بباحثة أخرى لتحقيق من مدى تشابه إجابات المشاركين بالدراسة وإختلافهما بنقاط مشتركة وإتضح ذلك من خلال الإجابات التي توصلت لها الباحثة.

أشارت نتائج الدراسة إلى ظهور العديد من الآثار السلبية خلال وبعد أزمة كورونا على الطلبة، وتمثلت في الآثار النفسية، والاجتماعية، والتربوية، والاقتصادية، وبالتالي انتشار العديد من

الاضطرابات النفسية كالاكتئاب، والقلق، والوسواس القهري، ما أدى إلى تأثر الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس كما رأى المرشدون التربويون والطلبة، وبينت النتائج أيضاً عدم وجود وعي ذاتي كافي لدى الطلبة بكيفية التعامل مع الأزمات من أجل التكيف والتعايش معها.

بناءً على هذه النتائج، خرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات العملية التي من شأنها الاهتمام بتقديم الخدمات الإرشادية والدعم النفسي للطلبة وبخاصة في وقت الأزمات، أهمها: الاهتمام بتطوير وعقد برامج إرشادية تهتم بكيفية تحقيق الأمن النفسي للمتعلمين، وإدراج موضوع إدارة الأزمات ضمن المناهج التعليمية لحث الطلبة على التعامل مع الأزمات والقدرة على التكيف معها، وإقامة ندوات ودورات إرشادية موجهة للمرشدين التربويين لزيادة وعيهم في كيفية التعامل مع الطلبة وتقديم الخدمات الإرشادية اللازمة في ظل التعرض للأزمات. كما تم تقديم اقتراحات لدراسات مستقبلية تخدم تطوير هذا الموضوع ومتابعة البحث فيه.

Abstract

The Influence of Crises on the Feeling of Psychological Security Among Learners: The Case with Covid-19

This study aimed at diagnosing the negative effects that emerge as a result of crises on school students, focusing on the Corona Pandemic as a leading example of these crises. It also tried to explore the scope of the feeling of psychological security in students that were negatively affected by crises during, as well as after the corona pandemic, in the way that educational counselors have viewed them upon working with these students in Jerusalem. This study sought to target reaching its goals by answering its main question: What is the scope of the effect of crises, especially the corona pandemic, on the feeling of psychological security on school students as viewed by teachers and educational counselors?

To answer this question, a qualitative approach has been used in a detailed and analytical descriptive design. This was done by developing two different models of near consistent independent interviews of 16 students in the high school level, and 8 educational counselors in Jerusalem schools. They aim to gather data, and deeply define the negative effects that reflect students during their exposure to different crises, which in turn affects their level of psychological security. The validity and reliability of the study has been approved by a group of educational experts and judges upon presentation, in order to reach consistency of the questions asked in interviews with the ones asked in the study. Then, data has been analyzed by the researcher with the help of another researcher to compare the consistency of the results of each researcher, and of the answers of the participants in the study, in addition to how their results contrasted, to reach a final conclusion on the final results of the researcher of this study.

The results of this study conveyed a number of negative effects, during and after the corona pandemic, on students. This was displayed in psychological, social, educational, and economical effects and thus led to an emergence of mental disorders like depression, anxiety, and obsessive-compulsive disorder, which led to the effect on psychological security on school students in the view of educational counselors and students. These results also showed an absence of a degree of self-awareness in students to acknowledge knowing how to deal with these crises in order to adapt and deal with them.

Based on these results, a number of recommendations were offered in order to make the best of guidance services and psychological support for students in times of crises. The most important of them were: the importance of developing and producing guidance programs which focus on the way learners can reach psychological security, inserting the topic of managing crises in the educational curriculum to teach students how to cope with crises and adapt to them, and preparing seminars and guidance courses for educators and counselors to raise their awareness in dealing with students and providing the guidance services necessary to cope with the exposure of these crises. Suggestions for future studies have been provided which assist developing this study and following up with its research.

الفصل الأول: مشكلة الدراسة وخلفيتها

1.1 مقدمة

يمكن الادعاء أن موضوع الأزمات أصبح من المواضيع المهمة التي يجب الاهتمام بها في عالم اليوم بسبب كثرة الأزمات التي أصبح يعاني منها العديد من الأفراد والمجتمعات على مستوى العالم ككل؛ حيث يشهد العالم في الآونة الأخيرة سلسلة من الأزمات المختلفة في العديد من الدول والأنساق الاجتماعية المختلفة، والتي تتمثل بالحروب والكوارث الطبيعية كالزلازل والبراكين ونفسي العديد من الأوبئة والأمراض التي اخترقت حياة الأفراد والمجتمعات بدون سابق إنذار، وأحدثت تأثيراً سلبياً مباشراً على مناحي حياتهم كافة (أحمد، 2021).

أكدت العديد من الدراسات على أهمية دراسة موضوع الأزمات، لأن الأزمات على اختلاف أنواعها لا تؤثر على الأفراد فقط وإنما تؤثر على البناء والنسيج الاجتماعي، وعلى سلوك الأفراد داخل الأنساق الاجتماعية المختلفة، وهذا يعتمد على نوع وطبيعة الأزمة وتوقيت حدوثها ومدى استعداد الأفراد لتقبلها والتعامل معها. ولعل كورونا التي انتشرت مؤخراً من أكثر الأزمات التي أثرت على سلوك الأفراد والمجتمعات على حد سواء، فهي أزمة عالمية لم تقتصر على فئة أو طبقة أو دولة معينة، إنما شملت العديد من الأفراد والمجتمعات والدول على مستوى العالم ككل، حيث ظهرت هذه الأزمة منذ نهايات العام 2019م في مدينة يوهان الصينية، ثم انتشرت في أنحاء العالم كافة، مما دفع العالم بأسره إلى الدخول خلال فترة زمنية قصيرة في أزمة صادمة شكلت نقطة تحول كبيرة في جوانب حياتها المختلفة (رضوان، 2020).

يعتبر مفهوم الأزمات من المفاهيم الواسعة الانتشار في مجتمعاتنا المعاصرة، ويقصد بالأزمات الأحداث الضاغطة التي تحدث بشكل مفاجئ، وتؤدي إلى حدوث العديد من التغيرات الجذرية التي تؤدي إلى تعطيل الفرد عن القيام بدوره بشكل الطبيعي، ما يشعره بالإحساس بالخطر والتوتر (صالح، 2011)، وبأنها عبارة عن ضغوط نفسية داخلية أو تغير الحالة النفسية للفرد، والتي تمثل مشكلة وصعوبات تحد من أساليب الفرد وقدراته بالتعامل مع الوضع الجديد الذي يواجهه وتعيقه من إنجاز أهدافه، وتحدث خللاً في التوازن النفسي والاجتماعي (رضوان، 2020).

تتعدد الازمات التي يمكن أن تتعرض لها المنظومة المجتمعية أو أحد مكوناتها سواء كانت فرداً أو مؤسسة أو حتى المجتمع بأكمله؛ حيث يمكن أن تكون تلك الأزمات اقتصادية أو بيئية أو نفسية واجتماعية، ويجب على الفرد أن يحاول إدارة تلك الأزمات التي من الممكن أن تواجهه وذلك من خلال تحديد طبيعتها ونوعها وشدتها؛ إذ إن فشل الفرد في التعامل مع الأزمات يمكن أن يعيق من أداءه ويجعله عرضة للعديد من المشكلات المختلفة التي تتطلب طرق وأساليب جديدة للتعامل معها (العسيلي وعبده، 2005).

ويرى عالم النفس "والتر كانون" Walter kanoon في نظريته المواجهة والهروب أن الفرد عندما يتعرض لأزمات وضغوطات مختلفة فإن ذلك يؤثر على الوظائف الفسيولوجية والنفسية للفرد؛ حيث إن فشل الفرد في مواجهة الأزمات والهروب منها وعدم قدرته على التعامل معها والعودة إلى حالة التوازن التي كان عليها قبل حدوث الأزمة سيحدث خللاً واضحاً في سلوكه، وسيساهم في ترك آثاراً سلبية على صحته النفسية (عفاشة، 2021).

تجدد الإشارة هنا الى أن أزمة كورونا تركت العديد من الآثار السلبية على مستوى الأفراد والمجتمعات، تراوحت هذه الآثار بين آثار اقتصادية واجتماعية ونفسية، ولعل الآثار النفسية هي من أفسى الآثار التي أثرت بشكل كبير بسبب الإجراءات الطارئة التي رافقت الأزمة والتي لم يكن الأفراد داخل المجتمعات جاهزين للتعامل معها، كالحجر المنزلي، والتشدد في إتباع إجراءات الوقاية، وكثرة الأخبار والشائعات عن أعداد المصابين والوفيات وغيرها، فأصبح الناس يعيشون حالة من الخوف والهلع والقلق والتوتر بل وحالة من الضجر بوجه عام، بالإضافة إلى تعرض العديد من الأفراد لاضطرابات نفسية عديدة كالاكتئاب، والوسواس القهري، وانعدام الشعور بالأمن النفسي (الأسمرى، 2020).

في هذا السياق يُعد الأمن النفسي من الحاجات النفسية الضرورية في حياة الإنسان، فهو شعور يسمح للفرد بالانطلاق والتفاعل وإقامة علاقات متوازنة مع الآخرين كأفراد أسرته وأصدقائه والمحيطين به، ويُعتبر نقيضاً للوحدة النفسية المتمثلة بالتهديد والخوف والانزواء حول الذات، فالأمن النفسي حاجة تسير في صيرورة دائمة مع مراحل نمو الإنسان المختلفة، ويشكل دعامة أساسية للصحة النفسية (الأقرع، 2005). ويشير الخولي (2011) إلى أنه في حالة عدم توافر إحساس بالأمن النفسي تكون هناك مشكلة حقيقية على كل فئات المجتمع، وتسود حالة من الفوضى والتشتت والضياع لدى أفرادها، وما يصاحبها من نظرة سلبية نحو الذات والعالم والمستقبل.

يُعد الأمن النفسي محوراً أساسياً من محاور الصحة النفسية، فالصحة النفسية كحالة لا تعني خلو الفرد من الاضطراب فقط، بل تعني قدرة الفرد على مواجهة الإحباطات والضغوطات التي تواجهه وقدرته على التوافق الشخصي، فالأمن النفسي كما عُرف في دراسة (اليسري،

(2021) هو الحالة النفسية والعقلية التي من خلالها تتحدد علاقة الفرد بالمجتمع، والتي تحقق له القدرة على مواجهة الإحباطات والأزمات التي يتعرض لها بشكل يضمن له التوافق وانعدام الشعور بالألم والخوف أو الشعور بالخطر عندما يمتلك الشعور بالأمن النفسي. أما أحمد (2021)، فقد عرفت الأمن النفسي على أنه تحقيق الاستقرار لدى الفرد من خلال شعوره بالعيش في بيئة يتوفر فيها الأمان والحرية والهدوء والسكينة والحب والود والرضا، بالإضافة إلى قدرة الفرد على الاتزان النفسي والتوازن بين القوى الخارجية ومصالحه الشخصية، وشعوره بالانتماء والسعادة أثناء التعامل مع الآخرين.

وتعرف بسيوني والصبان (2011) الأمن النفسي بأنه حالة نفسية يشعر الفرد من خلالها بالأمان والراحة النفسية والاستقرار، وإشباع معظم حاجاته، وعدم الشعور بالخوف والقدرة على المواجهة دون حدوث أي اضطراب، بينما يذهب ريبين وآخرون (Rubin et al., 2013) إلى أن الأمن النفسي يعني شعور الفرد بالإيجابية والكفاءة في إدارة شؤون حياته، وتحقيق الأهداف الشخصية وفقاً لقدراته وإمكاناته، والإحساس بالمعنى في الحياة، والاتجاه الإيجابي نحو ذاته وتقبلها. أشارت أحمد (2021) إلى خصائص الأمن النفسي، والتي تلخصت في الجوانب النفسية التي تظهر لدى الفرد بالتعبير عن مستويات الكبت والتوتر وتأثير تلك المشاعر على الأمن النفسي لدى الفرد، والخصائص المعرفية التي تتحدد فيها قيمة الموضوعات المهددة للذات، والخصائص الاجتماعية والإنسانية التي تؤثر على العلاقات والتفاعلات الاجتماعية بين أفراد المجتمع.

يرى فروم "From" (2013) أن هدف الحياة أصبح الوصول إلى الأمن النفسي، فقد بين علماء النفس أهمية الأمن النفسي عند دراسة الإنسان؛ حيث أكدوا على أنه لا يوجد عامل أهم

من الناحية النفسية من عامل الشعور بالأمن النفسي لأن كل عنصر من عناصر البيئة تقريباً ينطوي على شيء من حاجة الفرد إلى الأمن، ويُعد أبراهام ماسلو "Maslow" من أوائل علماء النفس الذين تحدثوا عن الأمن النفسي، واعتبره إحدى الدوافع الأساسية للسلوك الإنساني في تنطيمه الهرمي بحيث شكلت الحاجات الفسيولوجية قاعدته الأساسية، تليها مباشرة الحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي كالحصول على الطعام، أو الحاجات الاجتماعية، كالحاجة إلى الحب والانتماء والتقدير لتحقيق الذات. وأشار إريكسون "Erikson" كما ورد عن (جبر، 2015) إلى أن الحاجة إلى الأمن النفسي من أهم الدوافع النفسية الاجتماعية التي تُحرك السوك الإنساني وتوجهه نحو غايته، في حين إن عدم إشباع الحاجة إلى الأمن يجعل الفرد متوتراً وأكثر قلقاً تجاه مواقف الحياة اليومية، وأقل قدرة على المرونة من غيره، وأكثر جموداً وحذراً وتردداً فيستجيب لمواقف الحياة مدفوعاً بما يشعر به من مخاوف، ويكون سلوكه غير منظم وغير فعال وغير منطقي، كما يولد إدراكاً متغيراً قيمياً سلبياً، ما يؤدي إلى ظهور قيم غير مقبولة اجتماعياً. وعليه فإن شعور الفرد بالأمن النفسي يجعله يميل إلى تعميم هذا الشعور على الآخرين والعالم من حوله، فيرى في الناس الخير والحب ويتعاون معهم ويشعر بالارتياح لهم، فيقبله الآخرون وينعكس ذلك بشكل إيجابي على تقبله لذاته، فتظهر لديه حاجات الحب والانتماء، والتي تعد المكون الأساس للسلوك الاجتماعي.

وبحسب (الصريرة، 2009)، فإن الأمن النفسي يعد نتاجاً اجتماعياً ثقافياً تتحكم فيه متغيرات بيئية محددة يعتمد على خصائص البيئة التي يعيش فيها الفرد، فيكون الفرد أقرب إلى الشعور بالأمن النفسي عندما يتواجد في بيئة تخلو من التوتر والقلق، وتتيح للفرد فرصة للتكيف والاندماج معها.

وفي هذا الصدد أيضاً، يرى السامراني (2007) أن الأزمات والأمن النفسي مرتبطان ببعضهما البعض وهما في علاقة تأثر وتأثير، وهما يعتبران من العوامل الرئيسة المؤثرة على الشخصية الإنسانية. فالشخصية السوية هي التي تستطيع أن تتكيف وتتعايش مع الأزمات في علاقات طبيعية تعزز مستوى الصحة النفسية للفرد، أما الشخصية غير السوية، فهي التي تحاول دائماً أن تجعل من الأزمات عائقاً في حياتها وتحاول دائماً تجنب التواصل مع الآخرين؛ حيث يدخل الفرد ذاته في حالة من العزلة والانطواء حول الذات، كما أن فقدان الشعور بالأمن النفسي وعدم وضوح صورة المستقبل أمام الأفراد في المجتمع يمكن أن يؤدي إلى معاناتهم من بعض الاضطرابات والمشكلات النفسية، سواءً على المدى القريب أم البعيد.

تعد فئة طلبة المدارس من أكثر الفئات الاجتماعية التي تحتاج إلى الشعور بالأمن النفسي بسبب خصوصية المرحلة التي يمرون بها وما يرافقها من تغيرات نفسية وفسولوجية؛ حيث إن غياب الأمن النفسي يمكن أن يؤثر عليهم بطريقة سلبية ويعيق من عملية تطورهم بطريقة سوية. ويجب التأكيد هنا على أن أزمة كورونا شكلت علامة فارقة في حياة الطلبة الذين عاشوا هذه الأزمة، وكانوا من أكثر المتضررين منها نتيجة انقطاعهم المفاجئ عن الدراسة وانتقالهم إلى التعلم الإلكتروني، ومتابعتهم الحثيثة والمستمرة للأخبار عبر وسائل التواصل الاجتماعي، ومعايشتهم لحالة الخوف والقلق والتوتر الذي كان يسود تلك المرحلة، وهذا بدوره أدى إلى معاناتهم من العديد من الآثار النفسية، مثل: القلق، والتوتر، والشعور بفقدان الأمن النفسي، الذي يتضح من خلال الخوف من المجهول والشعور بالتهديد وعدم القدرة على الاندماج مع الواقع من جديد، وهذا بدوره يتطلب وقفة جادة ومسؤولة من قبل المرشدين النفسيين؛ إذ إن ترك هذه الفئة دون إرشاد نفسي سيكون له عواقب وخيمة عليهم على المدى

البعيد. لذا فإن جميع تلك الأحداث الصاخبة وندرة الدراسات المحلية التي تناولت الآثار النفسية التي خلفتها جائحة كورونا على الأمن النفسي لطلبة المدارس دفعت الباحثة لإجراء هذه الدراسة كمحاولة للتعرف إلى الآثار النفسية التي خلفتها أزمة كورونا على الأمن النفسي لديهم، باعتبارها واحدة من الأزمات التي واجهتهم بالآونة الأخيرة، بغية رصد الواقع الذي عاشه الطلبة في ظل هذه الأزمة لتقليل أو الحد من آثارها (جوزه، 2021).

2.1 مشكلة الدراسة

يتعرض العالم بشكل عام للكثير من الكوارث والأوضاع الطارئة والأزمات الصحية المفاجئة التي تصيب وتحصد أرواح الناس، وتُخلف وراءها آثاراً نفسية سلبية بالغة الخطورة، ما يؤدي إلى ظهور العديد من الاضطرابات والأعراض النفسية جراء الأحداث الصادمة التي تخلفها تلك الأزمات بمختلف أنواعها (منظمة الصحة العالمية، 2005).

وتعتبر البيئة الفلسطينية بيئة خصبة للأزمات بمختلف أشكالها، كالاقتتالات والحبس المنزلي، وهدم البيوت والاستشهاد وغيرها من الصعوبات التي قد تترك أثراً كبيراً على كافة مناحي حياتهم الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية وعلى وجه الخصوص النفسية، فأصبح أفراد الشعب الفلسطيني تسيطر عليهم مشاعر الخوف والقلق، جراء هذه الأزمات والصعوبات التي يعيشونها، وهذا يؤثر على عدم قدرتهم على التكيف مع تلك الظروف وتؤدي إلى شعورهم بعدم الاستقرار وظهور العديد من علامات الاكتئاب والقلق والتفكير المستمر بالمخاطر المترتبة على تلك الأزمات، ما يؤدي إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي (الأقرع، 2005).

وفي هذا السياق تُعتبر أزمة كورونا العالمية إحدى الأزمات الصحية المفاجئة التي اخترقت حياة الأفراد والمجتمعات بدون سابق انذار مما أدى ذلك لظهور آثار نفسية بالغة الخطورة

على الكبار والصغار، نتيجة لحالة الذعر والخوف التي خلفتها تلك الأزمة (رضوان، 2020)؛ حيث لم تقتصر أضرار أزمة كورونا على الآثار الصحية الجسدية المتمثلة بأعراض الإصابة بهذا الفيروس فقط، بل أيضاً تعدت هذه الآثار لتشمل الأعراض النفسية نتيجة الأحداث الضاغطة والصادمة، وتغيير أنماط الحياة المختلفة التي خلفتها تلك الأزمة على مختلف الفئات والشرائح الاجتماعية المختلفة. وتجدر الإشارة هنا إلى أن الباحثة كانت إحدى المتضررين من تلك الأزمة التي أدت إلى وفاة والدها جراء إصابته بهذا الفيروس، وأدت لظهور العديد من الآثار النفسية الوخيمة على الباحثة وأسرتها، كما أثرت سلباً على أمنهما النفسي، وهذا عزز من رغبة الباحثة كونها متخصصة في مجال الاستشارة النفسية والتربوية بضرورة البحث عن الآثار النفسية السلبية التي خلفتها تلك الأزمة على الأمن النفسي لفئة طلبة المرحلة الثانوية، الذين يعتبرون في مرحلة المراهقة وكونهم الفئة الأكثر تأثراً بمثل تلك الأزمات نتيجة المرحلة الحرجة التي يمرون بها على الصعيد النفسي والسيولوجي، بالإضافة إلى صعوبة الإجراءات التي عاشوها خلال أزمة كورونا كالحجر المنزلي، وعدم الذهاب إلى المدرسة وفقدان الشكل الهيكلي للمدرسة، وعدم الخروج من المنزل واللعب مع الأصدقاء، والابتعاد عن الأهل والأجداد، فأثر ذلك على مدى تكيف الطلبة المراهقين وعلى مدى استقرارهم وشعورهم بالأمن النفسي، والتي من الممكن أن تستمر آثارها بشكل عميق لفترة طويلة ليس على المستوى النفسي فقط، إنما قد تمتد لتشمل الجوانب الاجتماعية والتعليمية وغيرها (الفتوح، 2020). وتكمن مشكلة الدراسة في محاولة الإجابة على السؤال الرئيسي ما مدى تأثير الأزمات وبخاصة أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون؟

3.1 أسئلة الدراسة

في ظل تنوع الأزمات وتعددتها التي تواجه العالم بأسره ونتيجة ما خلفته من آثار سلبية أثرت على الأمن النفسي للأفراد وبخاصة طلبة المدارس، تحاول هذه الدراسة الإجابة على السؤال الرئيس التالي:

ما مدى تأثير الأزمات وخاصةً أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون؟
والذي انبثق عنه السؤالين الفرعيين الآتيين:

السؤال الأول: ما تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها الطلبة أنفسهم؟

السؤال الثاني: ما تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها المرشدون التربويون العاملين معهم؟

4.1 أهداف الدراسة

بشكل أكثر تحديداً، تسعى هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1. تحديد الآثار التي تخلفها الأزمات وكيف تؤثر على شعور طلبة المرحلة الثانوية بالأمن النفسي في ظل تعرضهم لتلك الأزمات بالتركيز على الوضع خلال وما بعد أزمة كورونا كما يراها الطلبة أنفسهم.

2. تحديد الآثار التي تخلفها الأزمات وكيف تؤثر على شعور طلبة المرحلة الثانوية بالأمن النفسي في ظل تعرضهم لتلك الأزمات بالتركيز على الوضع خلال وما بعد جائحة أزمة كما يراها المرشدون التربويون.

5.1 أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة في التعرف إلى آثار الأزمات التي تواجه طلبة المدارس وكيف تؤثر على شعورهم بالأمن النفسي، وسوف تتخذ أزمة كورونا نموذجاً لتلك الأزمات التي قد تكون أثرت على الأمن النفسي لدى المتعلمين، وعلى حسب إطلاع الباحثة على بعض الدراسات ذات العلاقة، وجدت أنها لم تولي أهمية كافية لدراسة الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية أثناء تعرضهم لمثل تلك الأزمات، كما وتكمن أهمية هذه الدراسة بأنها ستشكل إضافة نوعية للأدب التربوي، بما ستقدمه من معلومات حول موضوع الأزمات وأثرها على الأمن النفسي لدى طلبة المراهقين خلال أزمة كورونا؛ حيثُ تركزت أغلب الدراسات السابقة على فئة طلبة الجامعات والمعلمين ولم تتطرق أي من هذه الدراسات لفئة المراهقين -على حسب علم الباحثة-، فهناك ندرة في الدراسات التي تناولت تلك الفئة وهذا الموضوع من قبل، باستخدام منهجية جديدة تعتمد على المنهج الكيفي الوصفي والمقابلات شبه المنظمة مع المرشدين التربويين العاملين معهم والطلبة أنفسهم.

ومن ناحية بحثية في هذا المجال، يبدو أنه لم يكن هناك اهتمام كافٍ بإجراء دراسات تهتم وتعالج الآثار التي خلفتها أزمة كورونا على الأمن النفسي لدى طلبة المدارس من فئة المراهقين، وبخاصة في فلسطين -في حدود علم الباحثة-، ما دفعها للبحث في هذه الدراسة

للتعرف إلى الآثار التي خلفتها أزمة كورونا باعتبارها إحدى الأزمات التي أثرت على الأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، والتعرف إليها عن قرب بمساعدة المرشدين التربويين العاملين معهم.

6.1 تعريف المصطلحات

تناولت الدراسة مصطلحات جرى تعريفها اصطلاحياً وإجراءياً على النحو الآتي:

الأزمات: تُعرف اصطلاحاً بأنها لحظة حرجة ومرحلة حاسمة في سلسلة من الأحداث وغالباً ما كانت تُستخدم في الماضي لوصف المرحلة الحاسمة في مسار المرض، وهي وحالة مؤقتة يصاب بها الفرد وتسبب له قصور وصعوبة بعدم القدرة على التصرف وتتميز الأزمات بحدوثها بشكل مفاجئ وشمولها العديد من الجهات الفاعلة المختلفة، وإلى اتخاذ قرارات في ظل ضغوط زمنية شديدة وظروف ضاغطة مع إثارة انتباه العامة و وسائل الإعلام ونشر الشائعات عنها بولفخاد (2021)، وهي واقع حتمي يصيب أفراد المجتمع وسط مجموعة من التغيرات البيئية المتعددة والمتسارعة والتي تهدد كياناتهم وقيماتهم وسلامتهم (منظمة الصحة العالمية، 2005).

وينطبق تعريف الأزمات اصطلاحاً مع تعريف الأزمات إجراءياً على أنها اللحظات الحرجة التي أدت إلى إحداث تغييرات جذرية وبشكل مفاجئ على حياة طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مدينة القدس، وتمثلت بأزمة كورونا التي أثرت على حياتهم وهددت شعورهم بالأمن.

الأمن النفسي: يُعرف اصطلاحاً بالطمأنينة النفسية أو الانفعالية وهو حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر وهو محرك الفرد لتحقيق أمنه وترتبط الحاجة إلى الأمن ارتباطاً وثيقاً بغريزة المحافظة على البقاء روبين وآخرون (Rubin et al., 2013).

إجرائياً: يُعرف الأمن النفسي على أنه الحالة التي يشعر فيها الفرد بأنه يعيش بحالة من الاستقرار والسلام الداخلي دون الشعور بالخطر والتهديد الذي يُعرضه للإصابة بالاضطرابات النفسية، ويؤثر سلباً على حياته نتيجة الأحداث الصادمة ولأزمات التي تواجهه.

7.1 حدود الدراسة

اقتصرت الدراسة على طلبة المرحلة الثانوية والمرشدين التربويين العاملين معهم في بعض مدارس مدينة القدس خلال الفصل الدراسي الثاني 2023/2022.

8.1 مسلمات الدراسة

تؤثر الأزمات باختلافها وتنوعها بشكل سلبي على الأمن النفسي للمتعلمين وعلى وجه الخصوص أزمة كورونا التي تعتبر مثلاً لتلك الأزمات؛ حيث تركت ورائها العديد من الآثار والاضطرابات النفسية التي أثرت على الأمن النفسي.

9.1 ملخص الفصل

تناول هذا الفصل خلفية الدراسة، وتضمنت: مشكلة الدراسة، وأهميتها، وأهدافها، بالإضافة إلى أسئلة الدراسة ومصطلحاتها.

يتناول الفصل التالي مراجعة لبعض الأدبيات التي تناولت الأزمات وأنواعها وخصائصها، والأمن النفسي ومدى تأثره بتلك الأزمات باختلاف الفئات العمرية التي تتعرض له.

الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة

مقدمة

تعتبر الأزمات بمختلف أنواعها احد الأحداث الضاغطة التي تقترح حياة الأفراد وتحدث تغيرات جذرية فيها، وتختلف ورائها العديد من الخسائر و الآثار الجانبية على مختلف المجالات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية، وتعتبر أزمة كورونا إحدى تلك الأزمات التي اخترقت العالم بشكل مفاجئ، فتولد عنها العديد من الخسائر الاقتصادية والبشرية والاجتماعية وتركت ورائها العديد من الآثار السلبية لدى فئات مختلفة من المجتمع، وتعد فئة المراهقين من الفئات التي كانت الأكثر تضرراً من تلك الأزمة، ولا بد أنها أثرت على صحتهم النفسية وشعورهم بالأمن النفسي، وبالتالي أصبحت هناك ضرورة للتعرف على الآثار السلبية التي تركتها أزمة كورونا وأثرت على الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس، لمحاولة التخفيف من آثارها وحدثها والعمل على إتباع أساليب نفسية أولية لحماية الأفراد خلال تعرضهم للازمات خلال مراحل حياتهم المختلفة.

1.2 الإطار النظري

يقدم هذا الجزء دعم الدراسة بإطار نظري متعلق بالآزمات وأنواعها وأثارها وأسباب حدوثها، كما استعراض بعض النظريات التي فسرت الشعور بالأمن النفسي وأبعاده وخصائصه، وتناول مراجعة لبعض الدراسات السابقة في الأدب التربوي المتعلقة بالآزمات، والتي حاولت أن تُفسر الآثار السلبية التي تظهر نتيجة تعرض الأفراد للآزمات بمختلف أنواعها كالحروب، والزلازل، وتغيرات المناخ، وتفشي الأوبئة والأمراض، وينجم عنها ضغوطات نفسية مفاجئة وأحداث ضاغطة تُحدث تغيرات فجائية على حياتهم، وتعتبر أزمة كورونا إحدى تلك الآزمات التي نتج عنها العديد من تلك الآثار، وبالتالي أثرت على الشعور بالأمن النفسي لديهم وعلى صحتهم النفسية، وجرى عرضها بما يتناسب مع أهداف الدراسة وأسئلتها ضمن محورين رئيسين:

المحور الأول: أنواع الآزمات، أسبابها وكيفية إدارتها.

المحور الثاني: الأمن النفسي.

المحور الأول: أنواع الآزمات، أسبابها وكيفية إدارتها

هناك العديد من الدراسات التي اهتمت بموضوع الآزمات على اختلاف مداخلها، ومجالاتها والجوانب المتضررة فيها، كدراسة الأسمرى (2020)، ودراسة عبد الحكيم (2020)، وقليلة هي الدراسات التي سعت الى تأصيلها وفق مقارنة نفسية إيجابية، دينية روحانية لا سيما ما جاء منها على شاکلة الحدث الطارئ غير المُتوقع، شديد الخطورة ومتلاحق التبعات والتداعيات المهددة لقدرة الفرد والمجتمع والمؤسسات والأنظمة، والذي يعايش كمرحلة انتقالية

لدى الفرد ويمس دورة حياته الطبيعية، ويحيله إلى ضرورة تقديره وحشد مصادر الدعم الداخلية لديه طاقاته المعرفية، وجهوده السلوكية وانفعالاته وروحانياته الخارجية كالدعم الأسري والمجتمعي، لتبني استراتيجيات تكيفية ومهارات تمكنه من التقبل والصمود والتكيف إيجاباً من خلال التفاعل بين مكوناته الجسدية والنفسية والروحية والبيئية، لتحقيق في مجملها التوازن والتكيف السوي (زكراوي، 2020).

إن الظهور المفاجئ والانتشار السريع لوباء كورونا Covid-19 العالمي شكل أزمة نفسية ونقطة تحول حياتية لدى الأفراد أثرت على مضامين وجوانب مختلفة في حياتهم، وتسببت في اختلال التكامل الجسدي والنفسي والاجتماعي لديهم، فأصبحت تتطلب حضور الوعي والفكر والإرادة للتكيف معها وتجنب مخاطرها وما يترتب عليها من تداعيات وخبرات تتفاوت في شدتها ووقعها من فرد لآخر، كما اختلفت استجابات الأفراد وتوقعاتهم اتجاهها بقدر آثارها. كما إنها مست العديد من الثنائيات الوجودية كالجسد والنفس، والحياة والموت، والسعادة والشقاء وغيرها من الثنائيات الوجودية المختلفة التي تجتاح أكثر من ناحية في الكائن البشري، وكونت خطراً من حيث ما تتركه من تبعات، كتغيير نظرته بالكامل إلى منحنيات الحياة في حال عدم القدرة على مواجهتها، وكيفية التعامل والتكيف في ظل وجودها، ومن الممكن أن تكون فرصة تزيد في نضوجه النفسي والاجتماعي والروحي إذا تصدى لها بأسلوب يبنّي على وعي كبير بحقيقتها (زكراوي، 2020).

وفي ظل حالة الطوارئ التي فرضتها هذه المحنة الوبائية والمترافقة بضغوط نفسية، والخوف من الإصابة من نقل العدوى للآخرين، والشعور بالقلق والعجز عن حماية النفس والمقربين، وظهور أعراض الاكتئاب والميل إلى الوحدة والعزلة، فكانت هذه من الآثار السلبية التي نتجت

عن الحجر المنزلي والصحي الذي فرض خلال الأزمة. وعلى الرغم من أنه تم من خلاله الحد من عدد الإصابات والحفاظ على الأرواح، إلا أنها أدت إلى تدهور الجانب الجسدي والنفسي والروحي لدى الأفراد، فسعوا إلى البحث عن سبل لدعمهم والمحافظة على مناعتهم النفسية (زكراوي، 2020).

وهناك العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم الأزمات؛ حيث عرفها الخضيرى (2003) بأنها هي لحظة حرجة وحاسمة يصاب بها الفرد، مشكلةً بذلك صعوبة حادة في التصرف وتجعله في حيرة بالغة وغير قادر على اتخاذ قرار صحيح، بينما يرى جاد الله (2010) "بأن الأزمة هي لحظة حرجة وحاسمة تتعلق بمصير الكيان الإداري الذي يصاب بها، ومشكلة تمثل صعوبة حادة أمام مُتخذ القرار تجعله في حيرة بالغة، فيصبح أي قرار يتخذه داخل دائرة من عدم التأكد، وقصور المعرفة، واختلاط الأسباب بالنتائج، والتداعي المتلاحق الذي يزيد درجة المجهول في تطورات ما قد ينجم عن الأزمة" (ص.20). ويضيف بورتون (Barton, 1993) بأن الأزمة هي تحول مفاجئ عن السلوك المعتاد، وتعني تداعي سلسلة من التفاعلات يترتب عليها نشوء موقف فجائي ينطوي على تهديد مباشر للقيم أو المصالح الجوهرية للدولة، ما يستلزم معه ضرورة اتخاذ قرارات سريعة في وقت ضيق وفي ظروف عدم التأكد وذلك حتى لا تتفجر الأزمة، أما عبد الله (2000)، فأضاف إلى أن الأزمة تعد بمثابة خلل يؤثر تأثيراً مادياً على النظام جميعه، كما يهدد الافتراضات الرئيسة التي يقوم عليها هذا النظام، وتتسم الأزمة غالباً بعناصر المفاجأة وضيق الوقت ونقص المعلومات، بالإضافة إلى عوامل التهديد المادي والبشري. أما فالخمر وهايدي (Falkheimer & Heide, 2006)، فقد عرفاها

على أنها موقف غير اعتيادي يهدد أعمال وسمعة وصورة العلاقات المنظمة ويضر بجمهورها.

1.1.2 أنواع الأزمات:

تعددت الآراء في تقسيم أنواع الأزمات وتصنيفها ومدى تأثيرها، وتكرارها، ويعد تكرار الأزمات من أهم الأسس في تصنيفها. وعلى الرغم من أن حدوثها الدوري يتيح رصد مقدمتها وتجنبها، فإن أي كيان إداري سواء كان فرد، أو مؤسسة، أو دولة، لا يستطيع تلافيها بما يملك من أجهزة وقائية، ويمكن تقسيمها إلى : أزمات دورية متكررة حيث تتكرر بتوقع حدوثها ولا يتيح التنبؤ بمداهم وحجمها وشدتها واتساع مجالها، وهي تتمثل في الأزمات الاقتصادية المرتبطة بالدورة الشرائية والناجمة عن الكساد، أو أزمات غير دورية وهذه الأزمات عشوائية الحدوث، لا ترتبط في حدوثها بأسباب دورية متكررة مثل الأزمات المرتبطة بالدورة الاقتصادية، ومن ثم لا يسهل توقعها، والأزمات غير الدورية تحدث نتيجة عوامل متعددة وإن كانت عادة تكون مفاجئة وبدون مقدمات، مثل الأزمات الناجمة عن سوء الأحوال الجوية أو تغير الظروف المناخية وانتشار الأوبئة والأمراض لوما (Luoma, 2017).

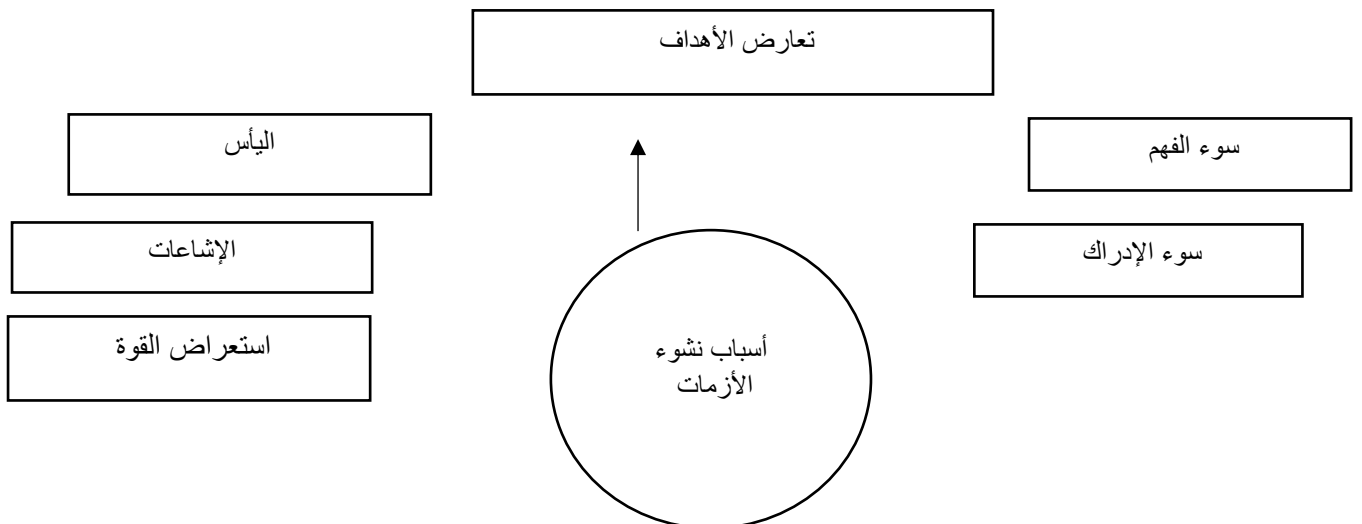
وأضاف رشاد (2011) إلى وجود الأزمات السطحية، والأزمات العميقة والتي بصفتها تُعد أخطر أنواع الأزمات، وتكون شدتها وتأثيرها أقوى وأفسى من الأزمات الخطيرة، إلا أن الصيرفي (2011) يرى بأن هناك تأثير لأنواع الأزمات فإن الأزمات محدودة التأثير التي تكون وليدة لظروف معينة لا تترك ورائها آثار وخيمة على عكس الأزمات الجوهرية التي

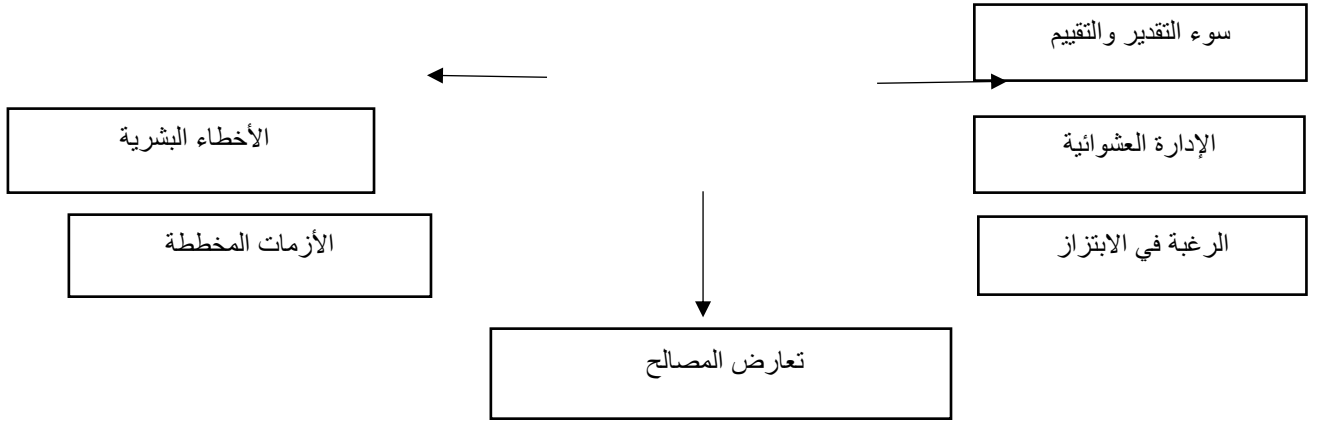
تحدث تأثيراً واضحاً ومؤكداً في الكيان الذي تحدث فيه وتترك آثاراً كبيرة، وان استمرارها قد يسفر عنه نتائج صعبة وقد تولد أزمات أشد خطراً وتدميراً، وتتمثل تلك الأزمات في نقص الوقود أو المياه أو الغذاء أو انتشار الأوبئة والأمراض. إضافة الى أن الأزمات العنيفة التي تكون بالغة الشدة والعنف أيضاً تترك ورائها العديد من الآثار حتى بعد حدوثها، إلا أن الأزمات الخفيفة تكون آثارها أقل ضرر وتنتهي عند انتهائها كالأزمات محدودة التأثير (محمد، 2011). كما ويمكن أن تُعد الأزمات العالمية التي لها تأثير محلي أيضاً من أنواع الأزمات ذات الأبعاد التي لها علاقة بالعالم الخارجي وغالباً ما تنجح الدول الكبرى في نقل أزماتها الى الدول المحيطة بها، أما الأزمات المحلية قد يكون لها تأثيراً خارجياً، أو أزمات محلية فقط التي لا يتعدى تأثيرها حدود الدولة، بل تقتصر على قطاع محدود منها ولا يمكن ترحيلها الى الخارج ولذلك فهي تعالج في إطار محلي داخلي فقط (عثمان، 2010).

2.1.2 أسباب نشوء الأزمات:

تتنوع الأسباب المنشأة للأزمات بتنوع الأزمات نفسها وهناك مسببات داخلية وأخرى خارجية ذاتية وموضوعية شخصية، وعامة وتخطيطية وتنفيذية، وبرغم تنوع هذه الأسباب فإنه من الممكن تسليط الضوء على أهمها، وتوضيحها كما يظهرها الشكل التالي كما يلي (الحفني،

(2017):





شكل (1.1): أسباب نشوء الأزمات (الحفني، 2017)

ومن خلال الشكل التالي (1.1) تم توضيح أهم الأسباب المختلفة التي يُمكن أن تجتمع مع

بعضها البعض

وتؤدي إلى حدوث العديد من الأزمات التي تترك خلفها العديد من الآثار الوخيمة في الكيان

الذي تحدث فيه

وبالتالي فإن نشوء سوء الفهم والإدراك، وسوء التقدير والتقييم للعديد من الظروف والتي

تحيط بنا يمكن أن تتشأمن خلالها أزمات خفيفة وان الإدارة العشوائية للظروف والتخطيط

الخاطئ وتعارض الأهداف والمصالح يُمكن أن تؤدي إلى تطور الأزمات الخفيفة وتصبح

أزمات جوهرية ذات تأثير عالمي (الحفني، 2017).

3.1.2 إدارة الأزمات

وهي العملية الإدارية المستمرة التي تهتم لتنبؤ بالأزمات المختلفة المحتملة عن طريق

الاستشعار ورصد المتغيرات البيئية المولدة للأزمات، وتعبئة الموارد والإمكانات المتاحة

للتعامل مع الأزمات بأكثر قدر ممكن من الفاعلية وأقل ضرر ممكن (عثمان، 2010)،

ويمكن تقسيم مراحل إدارة الأزمات إلى أربعة مراحل المرحلة الأولى التنبؤ بالأزمة ويليهما

مرحلة التخطيط لمواجهة الأزمة ومن ثم مرحلة مواجهة الأزمة وتعد مرحلة تقييم الأزمة من مراحلها النهائية (نصر، 2017).

يجدر الإشارة هنا بأن الأزمات على الرغم من إختلاف أنواعها بين الأزمات الخفيفة والعنيفة، والعالمية والأزمات المحلية، والأزمات الجوهرية، الى أنه من الممكن أن تنشأ لأسباب متشابهة بإختلاف السياقات التي تحدث فيه هذه الأزمات، وأن تكرارها وشدت حدوثها لا تمنع من إحداث تغيرات طفيفة أو جذرية، ولكن تتفاوت نسبة تأثيرها على المكان الذي تحدث فيه، الا انه من الممكن إدارة بعض الأزمات والسيطرة عليها حتى لا تتطور من أزمات خفيفة الى أزمة جوهرية تترك خلفها العديد من التغيرات والنتائج التي من الممكن أن تتجم عنها وتصبح مدمرة.

المحور الثاني: الأمن النفسي

تعد الحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي من أهم دوافع السلوك الإنساني ومن ضروريات النمو النفسي السوي وتحقيق الصحة النفسية للفرد، ويرتبط الأمن النفسي بغريزة رغبة الفرد في المحافظة على بقاءه وشعوره بأن البيئة صديقة ومشبعة لحاجاته، وأنه يشعر بالاستقرار والأمن الأسري والتوافق الاجتماعي والأسري جسماً ونفسياً، مع تجنب الخطر والتزام الحذر (الربايعة، 2017).

ويعد مفهوم الأمن النفسي من المفاهيم المركبة التي يتداخل ضمن مؤشرات عدة مفاهيم أخرى، مثل: الطمأنينة، ومستوى الانفعال، والرضا، ومفهوم الذات الإيجابي، والتوازن الانفعالي. ويشمل الأمن النفسي ستة عناصر أساسية، هي: وجود نظرة إيجابية لدى الفرد

والشعور بقيمة وأهمية الحياة، ووجود علاقات مع الآخرين مبنية على الثقة والاحترام، ودرجة اعتماد الفرد على نفسه لتنظيم سلوكه وفق المعايير التي يحددها بنفسه، بالإضافة إلى قدرة الفرد على إدارة البيئة، ووجود أهداف محددة يسعى الفرد لتحقيقها، وأخيراً إدراك الفرد لقدراته والسعي لتطويرها (الخرزاعلة، 2017).

وهناك العديد من التعريفات التي تناولت مفهوم الأمن النفسي؛ حيثُ عرف خالد (2019) الأمن النفسي بأنه هو سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطراً من الأخطار، كذلك شعور الفرد بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية المحيطة به، وأنها مقدار ما يحتاجه الفرد لحماية نفسه ووقايتها من الظروف التي تشكل خطراً عليه، مثل: التقلبات المناخية والطبيعية، والأوبئة والأمراض والحروب، وعدم الاستقرار السياسي والاقتصادي والاجتماعي، والتقليل من القلق المصاحب للمستقبل المجهول سواءً فيما يتعلق بدراسته، أو عمله، أو مأكله وملبسه. بينما يرى البقري (2009) أن الأمن النفسي من أهم المطالب الأساسية لجميع الأفراد في المجتمع، ويتأثر بالعديد من العوامل والمتغيرات كالحروب وانتشار الأوبئة والخلافات السياسية التي تحدث تغيرات اقتصادية واجتماعية كبيرة، ما يؤدي إلى تفكك العلاقات الاجتماعية، ونتيجة تلك التغيرات ينشأ شعور الخوف والقلق، وعدم القدرة على تلبية الحاجات الأساسية، وفقدان الشعور بالأمن والطمأنينة، التي تُعتبر من أهم مقومات الشعور بالأمن النفسي. ويضيف فينيمان (Fenniman, 2010) (أن الأمن النفسي هو شعور الفرد بالقدرة على مواجهة المخاطر دون الخوف من العواقب والنتائج المترتبة، بينما عرف شقير (2005) الأمن النفسي بأنه هو الشعور بالاستقرار

والطمأنينة وتوفير بيئة خالية من الخطر، ويتهدد هذا الشعور عندما يتعرض الإنسان لضغوطات نفسية أو اجتماعية أو فكرية، ما يؤدي به الى الاصابة بالاضطرابات النفسية. ويعتبر عالم النفس الأمريكي ماسلو (Maslow) من أوائل العلماء الذين اهتموا بمفهوم الأمن النفسي، وعرفه على أنه حاجة أساسية في حياة الفرد، لا بد من إشباعها ليستطيع أن ينمو نمواً سليماً، وأنه في حال عدم إشباعها فسوف يشكل ذلك مصدراً لقلقه وشعوره بالتهديد وظهور المشكلات والاضطرابات النفسية والسلوكية (الشهري، 2009). وأضاف كل من بني مصطفى والشريفين (2013) أن الأمن النفسي يعتبر من الحاجات المهمة لنمو الشخصية الإنسانية، ويبدأ عند الفرد من بداية نشأته الأولى من خلال خبرات الطفولة التي يمر بها وتستمر حتى الشيخوخة عبر المراحل العمرية المختلفة.

4.1.2 أبعاد الأمن النفسي

تُعتبر الطمأنينة النفسية " **Mental Reassurance** " التي تتصف بشعور الفرد بالاطمئنان والأمن والهدوء والاستقرار والسلامة، وعدم الخوف من قبل الجماعات الإنسانية التي ينتمي إليها **البعد الأول** من أبعاد الأمن النفسي الذي تم الإجماع عليه نوفل (2018)، كما ويشير مظلوم (2014) بأن الطمأنينة النفسية هي الإحساس بالراحة والهدوء وراحة البال، وتأتي في صف الأولويات الأولى للفرد وكل فرد يحاول الوصول إليها، كما ويعد **الاستقرار الاجتماعي** " **Social Stability** " الذي يشعر فيه الفرد بأن هناك من يشد أزره ويقف بجانبه ويساعده في اجتياز المحن والصعاب والعقبات، وينمي لديه الإحساس بالأمن والأمان **البعد الثاني** للأمن النفسي، وان تحقيق الذات " **Self-actualization** " الذي يميل يسعى الفرد للوصول

اليه ويحقق من خلاله الحاجة إلى التقدير والمكانة والاستقلالية ، **البعد الثالث والأعلى** من أبعاد الأمن النفسي وبالتالي فإن هذه الحاجات تدفعه الى السعي لتحقيق الذات والمكانة الإجتماعية والشعور بالأمن النفسي والإستقرار (نوفل،2018).

5.1.2 خصائص الأمن النفسي:

يمكن تلخيص خصائص الأمن النفسي باعتبار أن الأمن النفسي يعد تجربة عاطفية ينظر إليها الفرد، وهذه التجربة العاطفية مشتقة من محفزات خارجية ويجري تحديدها من خلال كل من شدة التحفيز والجودة النفسية للفرد، والتعبير عن الأمن النفسي هو أساس اليقين والسيطرة والمخاطر التي يشعر بها الفرد، ويؤثر الأمن النفسي على الصحة البدنية والعقلية، فالأفراد الذين يعانون من انخفاض مستوى الأمن النفسي أكثر عرضة للإصابة بالقلق أو الخوف والاكنتاب، وتحدد الاختلافات في الشخصية والتصور البيئي للأفراد مستوى ثقة الفرد في العالم الخارجي، ويرتكز على الذات ويستند إلى البيئة الموضوعية، ويقوم الأفراد بعد ذلك بإجراء مزيد من التقييم وتحديد ما إذا كان العالم الخارجي آمناً أم لا، والذي يرتبط عادة بدرجة الاعتراف بالعالم الخارجي أو درجة الاستعداد للمساهمة فيه (آل سعد، 2020).

6.1.2 مصادر الشعور بالأمن النفسي:

هناك العديد من المصادر التي تحيط بالفرد وتشعره بالأمن النفسي وتعتبر الأسرة هي أهم المصادر التي تؤثر في شعور الفرد بالأمن النفسي منذ مرحلة الطفولة، ولكي يكون الطفل آمناً وسوياً يجب أن يحظى بإشباع حاجاته من الوالدين وبخاصة من الأم، وإشباع تلك

الحاجات الأساسية بدرجة كافية، وتحت ظروف آمنة طبيعية، ويعتبر وجود الفرد بين مجموعة من الأفراد الذين يعتنون به ويشاركونه الذوق ويتقارب معهم بطريقة التفكير والسلوك، أيضاً من مصادر الشعور بالأمن النفسي ويحقق ذلك قدراً كبيراً من الأمن والشعور بالراحة ويقلل لديه الشعور والإحساس بالقلق والتوتر، كما يعتبر المستوى التعليمي والإجتماعي والثقافة والعمر من المصادر التي تؤثر بشعور الفرد بالأمن النفسي (نوفل، 2018).

7.1.2 النظريات المفسرة لمفهوم الأمن النفسي

هناك عدد من النظريات والاتجاهات والمدارس التي فسرت الأمن النفسي، والتي ينظر فيها غالبية العلماء إلى أن الأمن النفسي هو الطمأنينة والخلو من الصراعات والاضطرابات، والشعور بالطمأنينة مع النفس من جهة ومع الآخرين من جهة أخرى، ولكن مع هذا الإجماع فإن لكل نظرية من النظريات التي حاولت أن تفسر الأمن النفسي اختلاف، وتعد النظرية الإنسانية لماسلو من أهم النظريات المفسرة للأمن النفسي، والتي تلخصت فيما يلي كما ورد في آل سعد (2020):

- نظرية ماسلو (Maslow 1943) : يعد "أبراهام ماسلو" من أصحاب المدرسة الإنسانية في علم النفس، ومن أكثر الباحثين اهتماماً بالبحث عن حاجات الفرد للحياة، وتوصل إلى نموذج متدرج للحاجات الأساسية ووضعها في إطار خمسة مراحل، كما رأى بأنه يمكن تقسيم هذه الاحتياجات إلى احتياجات النقص هي احتياجات المستويات الأربعة الأولى، واحتياجات النمو وهو المستوى الأعلى للحاجات، وتتشأ احتياجات النقص بسبب الحرمان، فالدافع لتلبية الاحتياجات سوف تصبح أقوى كلما طال مدة رفضهم، على سبيل المثال كلما طال الشخص دون طعام ازداد جوع .

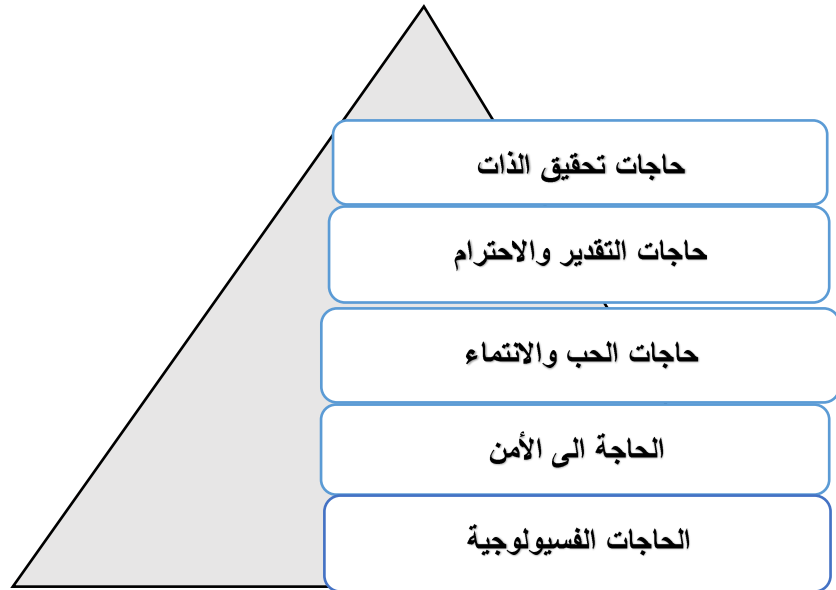
ويرى "ماسلو" كما أشار إليه شربييه (2018) أن الإنسان يولد ومعه الحاجات الخمس (فسيولوجية، والحاجة إلى الأمن والأمان، والحاجة الاجتماعية للحب، ومن ثم التقدير والاحترام وصولاً لتحقيق الذات) وتتوثر في كل ما يقوم به.

وأشار آل سعد (2020) كما ورد عن ماسلو (Maslow, 1943) أنه يجب على الفرد تلبية احتياجات العجز ذات المستوى الأدنى قبل التقدم لتلبية الإحتياجات النمو ذات المستوى

الأعلى، و أوضح بأن تلبية الإحتياجات ليست ظاهرة للفرد وانما تتبع من الدوافع والحاجات الداخلية له، وصرح بأنه ليس بالضرورة تلبية الحاجة بشكل كامل حتى يتسنى للفرد تلبية الحاجة ذات المستوى الأعلى منها، وان كل فرد قادر ولديه الرغبة في رفع التسلسل الهرمي نحو مستوى تحقيق الذات، ولكن يتعرض الفرد لمجموعة الضغوطات والظروف التي يمكن أن تعيق النمو لحاجات ذات المستوى الأعلى في التسلسل الهرمي، بسبب عدم قدرته على تحقيق الحاجة السابقة ، لذلك لا ينتقل الأفراد جميعهم بمستويات متشابهة وأحادية وانما يختلفون في مستوى الإنتقال فيما بينهم لتلبية إحتياجاتهم وفقاً للظروف التي تحيط بهم.

أوضح آل سعد (2020) كما ورد عن ماسلو (Maslow,1943) أن الأفراد لديهم دوافع لتحقيق بعض الاحتياجات وأن بعض الاحتياجات لها الأسبقية على غيرها، الحاجة الأساسية هي للبقاء الجسدي، وهذا أول ما يحفز سلوك الفرد، وبمجرد أن يتحقق هذا المستوى فإن المستوى التالي الأعلى هو ما يحفزه. فإن **الاحتياجات الفسيولوجية** تحتل قاعدة الهرم التسلسلي عند ماسلو "Maslow" وتعد المتطلبات البيولوجية لبقاء الفرد على قيد الحياة، وتتمثل بالمأكل والمشرب والمأوى والدفع والجنس والنوم، وإذا لم يتم تلبية هذه الاحتياجات فلن يتمكن الجسم البشري من العمل بشكل سوي، ويعتبر "ماسلو" الاحتياجات الفسيولوجية الأكثر أهمية لأن جميع الاحتياجات الأخرى تصبح ثانوية حتى يتم تلبية الحاجة الأولى، أما **حاجة الأمن** فهي ذات المستوى الأعلى من الحاجات الفسيولوجية وتشمل الحماية من المخاطر التي تهدد حياة الفرد، وتعرضه للخطر والأمن والنظام والقانون والاستقرار والتحرر من الخوف والشعور بالطمأنينة والراحة، كما ان **حاجة الفرد للحب والانتماء** تعد الحاجة التي تلي حاجة الأمن فإن المستوى الثالث من احتياجات الإنسان كونه كائن إجتماعي

فهو بحاجة لمشاعر الحب والانتماء، وإلى تكوين العلاقات الشخصية مثل الصداقة الحميمة والثقة والقبول وتبادل المودة والحب، وأن يكون جزءاً من المجموعة كالعائلة أو الأصدقاء والمجتمع الذي ينتمي إليه، وإن **حاجة الاحترام والتقدير** تصنف بالمستوى ما قبل الأخير وصنفها "ماسلو" Maslow إلى فئتين؛ الأولى احترام الذات (الكرامة، الإنجاز، والإتقان، والاستقلالية)، والثانية هي الرغبة بالتقدير والاحترام من قبل الآخرين (كالمكانة، والهيبة)، وقد أشار "ماسلو" إلى أن الحاجة إلى الاحترام والتقدير هي الأكثر أهمية لدى الأطفال والمراهقين، وتسبق تقدير الذات الحقيقي لديه، وصولاً إلى **حاجة تحقيق الذات** التي تحتل رأس الهرم التسلسلي للحاجات وتتضمن تحقيق الإمكانيات الشخصية، وتحقيق الذات والسعي لتحقيق النمو الشخصي (آل سعد، 2020).



شكل (2.1): يوضح التسلسل الهرمي للحاجات "ماسلو" Maslow (آل سعد، 2021)

وأشار ماسلو "Maslow1943" "بالتسلسل الهرمي لاحتياجات الفرد إلى أن ترتيب الاحتياجات قد يكون مرناً بناءً على الظروف الخارجية أو الظروف الفردية، وأن معظم

السلوكات متعددة الدوافع، ولاحظ أن أي سلوك يميل إلى أن يجري تحديده من خلال إحدى أو جميع الاحتياجات الأساسية في وقت واحد (آل سعد، 2020).

نظرية آدلر Adler: يرى "آدلر" Adler أن عدم الشعور بالأمن ينشأ عن شعور الفرد بالدونية والتحقير الناتجين عن إحساسه بالقصور العضوي أو المعنوي، ما يدفعه إلى القيام بتعويض ذلك ببذل المزيد من الجهد الذي قد يكون إيجابياً نافعاً للمجتمع، أو سلبياً كالعنف والتطرف، وقد أطلق على هذه الظاهرة "التعويض النفسي الزائد"، لذا ارتبط مفهوم الأمن النفسي لدى آدلر بقدرة الفرد على تحقيق التكيف في مجال العمل والحب (شريبه، 2018).

نظرية التحليل النفسي لفرويد: رأى أن الأمن النفسي يعني القدرة على الحب والعلم المثمر، وأن البحث عن الأمن والحياة السعيدة هو الهدف للسلوك الإنساني، ورأى أيضاً أن الشخصية مطمئنة تستطيع إشباع الحاجات، وتكون محررة من الشعور بالذنب واللوم الاجتماعي (شريبه، 2018).

نظرية هورني "Horney": ترى "هورني" أن شعور الفرد بالأمن النفسي يعود في جذوره إلى أسباب اجتماعية أهمها علاقة الطفل بوالديه، فعطف الوالدين ودفء علاقتهما بطفلهما يشبعان حاجته للأمن، وترى أن أصول السلوك العصابي يكمن في إهمال الوالدين للطفل، ونشأته في جو أسري لا ينعم فيه بالدفء والحب، ما يسبب انعدام الأمن والشعور بالقلق نتيجة عدم توافر الأمن في العلاقات الشخصية المتبادلة (شريبه، 2018).

النظرية المعرفية: يربط أنصار النظرية المعرفية شعور الفرد بالأمن النفسي بالتفكير العقلاني؛ إذ يعتمد كل منهما على الآخر، فالشخص السوي يعيش حياة نفسية طيبة بفضل طريقة تفكيره العقلانية، ويرى كل من "ألبرت إليس" و"بولبي" أن كل موقف نتعرض له في

حياتنا يمكن تفسيره تحت ما يُطلق عليه النماذج التصورية أو المعرفية، وهذه النماذج تشكل صيغة نستقبل بها المعلومات الواردة إلينا من البيئة المحيطة عبر الحواس كما تحدد تصوراتنا عن أنفسنا والعالم والآخرين (الطهراوي، 2017).

نظرية التعلق بولبي " Bowlby " : يفسر صاحب نظرية التعلق بأن الأمن النفسي هو عبارة عن الشعور بالطمأنينة النفسية والمعرفية؛ حيث يشير إلى أن كل موقف نقابله في حياتنا يمكن أن يُفسر من خلال ما يطلق عليه بالنماذج المعرفية، وأن هذه النماذج تُشكل صيغة تستقبل بها المعلومات الواردة إلينا من البيئة المحيطة، وتحدد تصوراتنا عن أنفسنا والعالم والآخرين، فإذا كانت هذه التصورات إيجابية فإنها تتشكل نماذج معرفية إيجابية وبالتالي ينظر الفرد نظرة إيجابية لذاته والآخرين والمستقبل، أما إذا كانت عكس ذلك فإنه يُشكل نظرة سلبية تجاه كل ما يحبطه، وبالتالي يشعر بالتهديد والقلق (آل سعد، 2020).

النظرية الوجودية: قسمت هذه النظرية الشخصية وفقاً لنمطين أساسيين، هما : الشخصية المطمئنة والشخصية غير المطمئنة؛ إذ يتصف أصحاب الشخصية المطمئنة بأنهم قادرون على تلبية حاجاتهم بصورة فاعلة، مما يؤثر على الإشباع الإيجابي في خبراتهم، أما أصحاب نمط الشخصية غير المطمئنة فهؤلاء تسيطر عليهم عملية تلبية الحاجات فيجدون أنفسهم مرغمين على تقديم أدوار اجتماعية مفروضة عليهم مسبقاً، وغالباً ما يتصف سلوكهم بالانمطية والميل إلى استغلال الآخرين، ويفتقدون الشعور بالاستقرار النفسي إضافة إلى الضيق والتوتر والخوف من المستقبل (محمد، 2011).

قدم هذا الجزء من الفصل استعراض أهم التعريفات المفاهيم المتعددة للأزمات بمختلف أنواعها، والتطرق لذكر أسباب نشوئها وأنواعها وأبعادها وكيفية إدارتها لتفادي والحد من الآثار السلبية التي تسببها الأزمات بشكل عام على حياة الأفراد، كما جرى التطرق لعرض بعض النماذج والنظريات التي فسرت الشعور بالأمن النفسي كنظرية ماسلو، والنظرية المعرفية، والنظرية الوجودية، وغيرها من النظريات التي اختلفت في تفسيره، وجرى كذلك ذكر أبعاد وخصائص الأمن النفسي لدى الفرد المتمثلة بالاستقرار والطمأنينة والشعور بتقبل الآخرين وتحقيق الذات، والحديث عن مصادر الأمن النفسي المتمثلة بالعائلة ومقدمي الرعاية والثقافة التي ينتمي إليها الأفراد وتساهم في شعورهم بالطمأنينة والاستقرار، بعيداً عن الشعور بالخطر والتهديد والتكيف مع المؤثرات الخارجية أو الداخلية والأحداث المفاجئة التي تواجههم.

2.2 مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة

يتناول هذا الجزء عرضاً لبعض الدراسات السابقة في الأدب التربوي التي حاولت أن تفسر الآثار السلبية التي تظهر نتيجة تعرض الأفراد للأزمات بمختلف أنواعها بشكل عام وأزمة كورونا التي أحدثت تغيرات جذرية بشكل خاص مدى تأثيرها على الشعور بالأمن النفسي والصحة النفسية لدى الأفراد، وسوف تعرض ضمن محورين رئيسيين، هما:

المحور الأول: الدراسات التي تناولت الأزمات بمختلف أنواعها.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت الشعور بالأمن النفسي.

المحول الأول: يُعرض به الدراسات التي تناولت الأزمات بمختلف أنواعها

أجرى بومدين وزينب (2020) دراستهما التي هدفت التعرف إلى أهم المؤشرات التي تدل على انخفاض الصحة النفسية في ظل انتشار أزمة كورونا والتباعد الاجتماعي في ظل الحجر المنزلي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أهم المؤشرات التي تدل على انخفاض الصحة النفسية هي الشعور بالخوف الشديد من الإصابة بالفيروس، والشعور بالعجز من حماية أفراد العائلة، كما تم الكشف عن أن مستوى الصحة النفسية في انتشار أزمة كورونا منخفضة، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية في ظل انتشار جائحة كورونا تعزى لمتغير الجنس. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الفقي وأبو الفتوح (2020)، التي هدفت للتعرف على المشكلات النفسية التي نتجت بظل أزمة كورونا كالوحدة النفسية، والاكتئاب، والوسواس القهري، والضجر، واضطرابات النوم، والمخاوف الاجتماعية، وتوصلت إلى أن الضجر من أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها طلبة الجامعات في ظل كورونا، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات النفسية تعزى لمتغير: الجنس، والعمر، ولا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير البيئة، وأيضاً نرى بأن تشابهت نتائج دراسة هانج وزاهو (Huang & Zhao, 2020)، التي هدفت إلى تقييم أثر انتشار جائحة كورونا على الصحة النفسية للشعب الصيني وحاولت التعرف على الفئة الأكثر عرضة لتأثر صحتهم النفسية جراء هذا الفيروس، فتوصلت إلى أن الانتشار العام والواسع للأعراض الاكتئاب واضطرابات النوم بعد تطبيق مقياس اضطراب القلق العام بصورة كبيرة بين أفراد المجتمع الصيني، وأن الفئة الأكثر تأثراً وعرضه للإصابة باضطراب النوم هم عمال الرعاية الصحية.

كما اتفقت نتائج دراسة تيان وآخرون (Tian et al., 2020)، التي هدفت للتعرف إلى الآثار النفسية التي ظهرت على المواطنين الصينيين خلال مرحلة الطوارئ من خلال تصميم استبيان إلكتروني إلى أن أكثر من (70%) من الذكور والإناث يعانون من بعض الاضطرابات النفسية المتمثلة بالوسواس القهري والاكتئاب والقلق، واتفقت معها أيضاً نتائج دراسة كل من وانج وآخرون (Wang et al., 2020)، التي توصلت إلى أن وجود أعراض اكتئابيه متوسطة إلى شديدة نتيجة التأثير النفسي بانتشار فيروس كورونا فبلغ (28%) من أعراض القلق، و (8.1%) يعانون من مستويات إجهاد نفسي معتدلة إلى شديدة، ودراسة الوهبية والشهباني (2020)، التي حاولت التعرف إلى أثر مستوى القلق النفسي لجائحة كورونا على الأسر العمانية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية وتوصلوا من خلال تطبيقهما مقياس القلق النفسي الى زيادة مستويات القلق واضطرابات النوم والخوف والعصبية والتوتر وفقدان الشهية لدى العينة دون وجود فروق ذات دلالة إحصائية.

ولكن اختلفت دراسة اليسري (2021)، التي هدفت للتعرف إلى مدى وعي الأسرة تجاه إدارة أزمة كورونا من حيث الكشف عن المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية الأكثر تأثيراً بوعي الأسرة تجاه إدارة الأزمات، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بنسبة وعي الأسرة لإدارة أزمة جائحة كورونا تعود لاختلاف الوضع المستوى الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي والنفسي. كما أجريت دراسة آل مداوي وبدوي (2021)، التي هدفت للتعرف إلى مستوى إدارة الأزمات وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى القيادات الأكاديمية أثناء جائحة كورونا، وتوصلت نتائج دراستهما إلى وجود علاقة عكسية بين إدارة الأزمات

والضغوط النفسية لدى القيادات الأكاديمية أثناء جائحة كورونا تعزى لمتغير: نوع الكلية، والجنس، وسنوات الخبرة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود لمتغير المنصب الإداري.

المحور الثاني: الدراسات السابقة التي تناولت الأمن النفسي

تناولت دراسة موسى وآخرون (Moussa et al., 2016) مظاهر الأمن النفسي، والتي هدفت للتعرف إلى تصورات المراهقين للأمن النفسي في البيئة المدرسية والنمو الانفعالي والأداء الأكاديمي في المدارس الثانوية باختلاف متغير الجنس، وتوصلت نتائج الدراسة بأن المراهقين ينظرون إلى الأمن النفسي بانعدام الأمن النفسي بالمدارس الثانوية، وأوصت بضرورة قيام مديرو المدارس بتوفير الأمن النفسي الكافي لطلبة جميع المدارس وجميع الفئات التحسين أدائهم الأكاديمي. أما دراسة الغامدي (2016)، فقد هدفت للتعرف إلى مستوى الأمن النفسي لطلبة وطالبات المرحلة الثانوية، والتعرف إلى الفروق بينهم، وتوصلت إلى انعدام وجود الوعي الكافي عن الأمن النفسي لكلا الجنسين وأسرهم، وأوصت بضرورة زيادة الوعي لدى الأسر والطلبة وتوفير الأمن النفسي لديه، واتفقت دراسة الخزاغلة (2017) بنتائج دراستها، التي هدفت للتعرف إلى مدى توافر الأمن النفسي لدى العاملين الإداريين بجامعة آل البيت وعلاقة أثر الجنس والمسمى الوظيفي وسنوات الخبرة، فتوصلت إلى أن توافر الأمن النفسي لدى العاملين الإداريين منخفض بشكل عام، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس أو سنوات الخبرة، ولكن توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً

لمتغير المؤهل التعليمي، وأوصت الدراسة بضرورة تعزيز الأمن النفسي لدى العاملين والتعرف إلى احتياجاتهم وإشباعها.

كما نرى بأن دراسة كل من الأقرع (2005) تشابهت دراستها مع تلك الدراسات، التي توصلت إلى انخفاض الوعي والشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة النجاح، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تُعزى لمتغير الجنس، أو الكلية، أو مكان السكن، أو المستوى التعليمي، ودراسة شريبه (2018)، التي هدفت للتعرف إلى مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة تشرين في ضوء الأزمة السورية من خلال تطبيقها لمقياس الأمن النفسي، فتوصلت إلى تمتع طلبة الجامعة بمستوى متوسط من الأمن النفسي خلال الأزمة السورية دون وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين، بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى الشعور بالأمن النفسي باختلاف التخصصات بين الطلبة، ولكن اختلفت نتائج دراسة أحمد (2021)، التي هدفت إلى التعرف إلى فاعلية اتباع برنامج قائم على معايير الأمن النفسي في تنمية الأداءات المهنية لمعلمي علم النفس، وتوصلت لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين في الاختبار التحصيلي ككل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين في الأداءات ككل.

أما دراسة إبراهيم (2020)، التي هدفت إلى الكشف على العلاقة الارتباطية بين الاستقرار الأسري والأمن النفسي والتفاعل الاجتماعي باختلاف بعض المتغيرات الديمغرافية، فقد توصلت إلى أن السمة العامة للاستقرار الأسري والأمن النفسي لطلبة القطاع التربوي متوسطة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات الطلبة باختلاف لمتغير الجنس والإقامة والتخصص، إلا أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة الطلبة تبعاً

لمتغير الكلية، وحاولت دراسة آل سعد (2020)، التي هدفت إلى معرفة تأثير أزمة كورونا على الأمن النفسي والاجتماعي للأفراد من وجهة نظر الممارسين الصحيين بإتباع المنهج الوصفي التحليلي، وتوصلت إلى وجود تأثيرات سلبية كبيرة نفسية واجتماعية لأزمة كورونا أثرت على الأمن النفسي والاجتماعي للأفراد من وجهة نظر الممارسين الصحيين، وأدت إلى تخلخل العلاقات الاجتماعية والتفاعلات بين الأفراد، ما أدى إلى تدني تقدير الأفراد لأنفسهم.

3.2 ملخص الدراسات السابقة

تناولت الدراسات السابقة موضوع الأزمات ومدى تأثيرها على الصحة النفسية والشعور بالأمن النفسي لدى الأفراد من خلال محورين رئيسيين، فقد تناول المحور الأول الأزمات بمختلف أنواعها؛ حيث أشارت الدراسات العربية والأجنبية إلى وجود العديد من الآثار السلبية التي تخلفها الأزمات وتؤثر على الصحة النفسية للأفراد بمختلف فئاتهم، وتلخصت تلك الآثار في ظهور العديد من أعراض الحزن والخوف والشعور بالوحدة والميل إلى العزلة لدى شرائح مختلفة من المجتمع، وأدت هذه الأعراض والآثار إلى إصابتهم بالعديد من الاضطرابات النفسية المتمثلة بالاكتئاب والقلق والوسواس القهري واضطرابات النوم، ما أدى إلى تدهور صحتهم النفسية عند تعرضهم للأزمات بمختلف أنواعها. وتناول المحور الثاني العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي حاولت دراسة الشعور بالأمن النفسي لدى فئات مختلفة من المجتمع، ومظاهر الأمن النفسي، واهتمت العديد من هذه الدراسات بدراسة الوعي لدى الأفراد من طلبة وأسر لمفهوم الأمن النفسي لديهم، وتوصلت بعض الدراسات السابقة إلى تدني الوعي الكافي لدى طلبة المدارس والجامعات والأسر لمفهوم الأمن النفسي، كما

أشارت بعض الدراسات التي هدفت إلى معرفة تأثير أزمة كورونا على الأمن النفسي والاجتماعي لدى الأفراد من وجهة نظر الممارسين الصحيين إلى وجود تأثيرات سلبية كبيرة نفسية واجتماعية نتجت عن هذه الأزمة، ما أثر على تقدير الأفراد لأنفسهم، ويعتبر تقدير الذات من أبعاد الأمن النفسي، لذا حاولت هذه الدراسة بتوضيح العلاقة الارتباطية بين أثر الأزمات على تدني الشعور بالأمن النفسي.

4.2 التعقيب على الدراسات السابقة:

تشابهت دراسة كل من بومدين وزينب (2020)، ودراسة الفقي وأبو الفتوح (2020)، وأيضاً دراسة تيان وآخرون (Tian et al., 2020)، ودراسة هانج وزاهو (Huang & Zaho, 2020)، باستخدام الاستبانة كأداة لدراساتهم من أجل التوصل إلى النتائج وباستخدام المنهج الكمي المسحي، لكنها اختلفت مع دراسة كل من اليسري (2021)، وآل مداوي وبدوي (2021)، ودراسة الوهيبية والشهباني (2020)، ودراسة لوي وآخرون (Lu et al., 2020) في أداة الدراسة؛ إذ قاما بإعداد مقياس إدارة الأزمات، والتي اعتمد على عدة أبعاد مختلفة تناسبت مع عينة دراسة كل منهما، وبتابع تلك الدراسات المنهج الوصفي التحليلي، إلا أن تلك الدراسات اختلفت بالعينات التي أجريت عليها دراستها.

كما تشابهت دراسة إبراهيم (2020)، ودراسة الغامدي (2016)، ودراسة الأقرع (2005)، ودراسة شريبه (2018)، بتابع المنهج الوصفي الارتباطي وبتصميم مقياس الأمن النفسي كأداة لدراستهما، إلا أن دراسة كل من إبراهيم (2020)، والخزاعلة (2017)، ودراسة آل سعد (2020)، اتبعوا الاستبانة كأداة لدراساتهم، واختلفوا في عينة دراستهم التي تكونت من

طلبة الجامعة والممارسين الطبيين، على اختلاف دراسة الغامدي (2016)، التي اختارت طلبة المرحلة الثانوية عينة لدراسته، وتشابهت دراسة موسى وآخرون (Moussa et al. 2016)، معها باختيار عينة المرحلة الثانوية لدراستهم، إلا أنهم استخدموا الاستبانة كأداة لدراستهم، واختلفت دراسة أحمد (2021) عن الدراسات الأخرى بتطبيق اختبار تحصيلي لمعلمي علم النفي للحصول لقياس الجانب المعرفي والجانب الأدائي لتوصل لنتائج دراستها.

تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة الغامدي (2016)، ودراسة موسى وآخرون (Moussa et al. 2016)، باختيار عينة المرحلة الثانوية ودراسة الأمن النفسي، كما تشابهت هذه الدراسة مع دراسة آل سعد (2020)، فيما هدفت الدراسة الحالية التعرف إليه، فهدفت دراسة آل سعد (2020) إلى التعرف إلى تأثير أزمة كورونا على الأمن النفسي والاجتماعي لدى الأفراد، ولكن اختلفت مع الدراسة الحالية من حيث المشاركون فيها، فقد جرى الحصول على نتائجها من وجهة نظر الممارسين الصحيين، وتوصلت إلى وجود تأثيرات سلبية كبيرة نفسية واجتماعية لأزمة كورونا أثرت على الأمن النفسي والاجتماعي للأفراد، وأدت إلى ضعف العلاقات الاجتماعية والتفاعلات بين الأفراد، ما أدى إلى تدني تقدير الأفراد لأنفسهم، ولكن اختلفت تلك الدراسات عن الدراسة الحالية بأنها اتبعت المنهج الوصفي التحليلي باستخدام المقابلات شبه المنظمة كأداة لدراستها، إلا أن معظم الدراسات السابقة اتبعت المنهج الكمي المسحي واستخدام الاستبانة كأداة للدراسة، كما حاولت هذه الدراسة تسليط الضوء والاهتمام بأثر الأزمات بمختلف أنواعها على الأمن النفسي لفئة طلبة المدارس بالتركيز على أزمة كورونا مثلاً لتلك الأزمات، نظراً لأن تلك الأزمة شكلت خطراً خارجياً هدد الشعور بالأمن والاستقرار لدى الأطفال والمراهقين بشكل خاص، ونتج عنها العديد من الضغوطات والآثار

التي أثرت بدورها على الجوانب المختلفة الصحية والنفسية والاجتماعية لهم، ما دفع بهم لمحاولة التكيف والتعايش مع هذه الأزمة دون ترك أثر على صحتهم النفسية بشكل سلبي واضطراب شعورهم بالأمن النفسي.

ويمكن الادعاء بأن هذه الدراسة ستشكل إضافة نوعية للأدب التربوي، بما ستقدمه من معلومات حول موضوع الأزمات وأثرها على الأمن النفسي لدى طلبة المدارس خلال أزمة كورونا؛ حيثُ تركزت أغلب الدراسات السابقة على فئة طلبة الجامعات والمعلمين والأسر ولم تتطرق أي من هذه الدراسات لفئة المراهقين، وعلى حسب علم الباحثة ، لأن هناك ندرة في الدراسات التي تناولت تلك الفئة، وهذا الموضوع من قبل باستخدام منهجية جديدة تعتمد على المنهج الكيفي الوصفي والمقابلات شبه المنظمة مع المرشدين التربويين العاملين معهم والطلبة أنفسهم، وقلة الدراسات التي حاولت دراسة العلاقة بين أثر الأزمات وأزمة كورونا بشكل خاص على الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس.

الفصل الثالث: وصف الدراسة وإجراءاتها

1.3 مقدمة

هدفت الدراسة تحديد الآثار التي تخلفها الأزمات وكيف تؤثر على شعور طلبة المرحلة الثانوية بالأمن النفسي في ظل تعرضهم لتلك الأزمات، بالتركيز على الوضع خلال وما بعد أزمة كورونا كما يراها الطلبة أنفسهم والمرشدون التربويون العاملون معهم، وذلك للتعرف إلى هذه الآثار السلبية ومحاولة التخفيف من أعراضها عليهم، ومن خلال الإجابة عن سؤال الدراسة الرئيس: ما مدى تأثير الأزمات وخاصةً أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون؟

يستعرض هذا الفصل منهجية الدراسة وتصميمها والمشاركين فيها وخصائصهم وطريقة اختيارهم، كما يتضمن توصيفاً لأدوات الدراسة وتبرير استخدامها واعتمادها، وآليات قياس صدقها وثباتها، ومن ثم إجراءات الدراسة، واستراتيجية تحليل البيانات، وأخيراً الاعتبارات الأخلاقية ذات العلاقة.

2.3 منهجية الدراسة

استخدمت الدراسة المنهج الكيفي بتصميم وصفي تحليلي لتحقيق أهداف هذه الدراسة والإجابة عن السؤال الرئيس والأسئلة الفرعية المنبثقة منه، من خلال تطوير مقابلات شبه منظمة جرى تحليلها باستخدام التحليل الموضوعي thematic analysis، وكان الهدف من اختيار المنهج الكيفي بتصميم وصفي لجمع البيانات، يكمن، في تحقيق الهدف الأساس منها،

وهو وصف أثر الأزمات على الأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية في ظل أزمة كورونا وصفاً معمقاً، وباعتبار أن هذا المنهج ملائم لهذه الدراسة لأنه يعطي صورة واضحة وعميقة حول خبرات الطلبة، ويوفر معلومات تفصيلية وشاملة ومتعمقة عن تجربتهم، ويكشف عن معاني وجوانب جديدة تساعد في الحصول على قدر كبير من المعلومات والبيانات حول الموضوع الذي يتم دراسته (Creswell, 2013)، كما يقوم هذا المنهج على بناء علاقة تفاعلية بين الباحث والمشارك، ويساعده من خلالها على التوصل لنتائج بطريق أشمل وأوسع، لأنه يهتم بآراء وتجارب المشاركين، فقررت الباحثة أن تقوم باستخدامه بدراستها كونها تدرس ظاهرة تحتاج الى تعمق ووصف دقيق.

3.3 سياق الدراسة والمشاركون فيها

ينكون سياق الدراسة من مجموعة من طلبة المرحلة الثانوية في مدينة القدس وعددهم (16) طالباً وطالبة، ومن مجموعة من المرشدين التربويين وعددهم (8)، من العاملين في مدارس مدينة القدس خلال الفصل الثاني الدراسي للعام 2023/2022، وتم اختيار المشاركين في الدراسة بطريقة متيسرة، مع مراعاة التنوع بين خصائصهم، ويغني هذا التنوع في الخصائص والتجارب بين المشاركين، كما يقدم توصيفاً لطبيعة الأفراد المشاركين فيها ويظهر بعض التفاصيل التي تعكس خلفيتهم بشكل عام، من حيث: الجنس، والمستوى التعليمي وعدد سنوات الخبرة، والمدرسة التي ينتمي لها كل من الطلبة والمرشدين، من أجل التعرف إلى الآثار النفسية التي تخلفها الأزمات على الأمن النفسي لطلبة المدارس باتخاذ أزمة كورونا نموذجاً لذلك.

تنوعت وتباينت خصائص المشاركين الذين تمت مقابلتهم خلال هذه الدراسة، فكان الطلبة ينتمون لعائلات متباينة من حيث الوضع الاقتصادي والإجتماعي، وظهرت الفروقات بينهم خلال إجاباتهم على أسئلة المقابلات كما وقامت الباحثة بالتنوع بين الطلبة بإختيارهم من مدارس مختلفة في مدينة القدس وأظهر هذا إلى إختلاف طريقة التفكير لديهم أثناء إجاباتهم على بعض أسئلة المقابلات، فهناك مجموعة من الطلبة تطرقوا للحديث عن الأزمات بأنواعها وأشكالها المختلفة، منهم من لا يرى غير الإحتلال أزمة، كما وتباينت بعض إجاباتهم عن طريقة نظرتهم للظروف التي عاشوها خلال أزمة كورونا معظمهم كانت نظرتهم سلبية إتجاه الأزمة ومنهم من كانت نظرته إيجابية، إضافة إلى الفروقات التي كانت بين الطلبة إلا أنه تباينت خصائص المرشدين التربويين أيضاً من حيث المستوى التعليمي الحاصل عليه كل منهم وتخصصاتهم فتنوعوا فيما بينهم بين تخصص علم النفس والخدمة الإجتماعية، وعدد سنوات الخبرة لديهم والمدارس التي يقدمون الإرشاد والدعم النفسي فيها، ومن خلال هذه الفروقات كان لا بد من ملاحظة الإختلافات بطريقة تقديم الخدمات الإرشادية التي تُميز كل مرشد منهم والأساليب العلاجية التي قدموها خلال أزمة كورونا. والجدول التالي يوضح خصائص المشاركين الذين تم إختيارهم:

4.3 خصائص طلبة المرحلة الثانوية والمرشدون التربويون الذين تم إختيارهم

من مدارس مدينة القدس

فئة المشاركون	عدد و جنسهم	خصائص المشاركون
الطلبة	ستة عشر طالباً وطالبة سبعة ذكور وتسع إناث	من صفوف المرحلة الثانوية حيث تمت مقابلة خمسة من الصف العاشر وعشرة طلاب من الصف الثاني عشر وطالب من الصف الحادي عشر من المدارس الرسمية وغير الرسمية والخاصة في مدينة القدس
المرشدون	ثمانية مرشدون سبع مرشدات ومرشد واحد	تنوعت التخصصات فيما بينهم بين علم النفس والخدمة الإجتماعية وحاصل المرشد وإحدى المرشدات على اللقب الثاني في تخصصاتهم أما الآخرين فحاصلين على درجة البكالوريوس وتراوحت عدد سنوات الخبرة لديهم بين 3_ 7 سنوات بإستثناء المرشد فخبرته تزيد عن 10 سنوات، وتنوع المرشدين الذين تم مقابلتهم من المدارس الرسمية وغير الرسمية والخاصة في مدينة القدس .

5.3 أداة الدراسة

تشكلت أداة الدراسة الرئيسية من المقابلات الفردية شبه منظمة semi-structured interview، وطورت المقابلات بناءً على مراجعة الأدبيات السابقة وتوجيهها بأسئلة البحث الرئيسية للتعرف إلى الآثار التي خلفتها أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس، تم تصميم أسئلة المقابلات من العام إلى الخاص ضمن محورين رئيسيين في النموذجين، تمثل المحور الأول في أثر الأزمات على العديد من الجوانب المختلفة، كالنفسية،

والاجتماعية، والصحية، والتجارب الشخصية التي مر بها المشاركون خلال أزمة كورونا. أما المحور الثاني، فتمثل في الشعور بالأمن النفسي وأبعاده، والأسباب التي تؤدي إلى تدني الشعور بالأمن النفسي، والاستراتيجيات التي يمكن أن تحميه، اشتملت على نموذجين عُقدان مع الطلبة والمرشدين التربويين لجمع البيانات منهم، فتمثل النموذج الأول (ملحق رقم 1) بالنموذج الموجه إلى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مدينة القدس، وتكون من (15) سؤالاً، أما النموذج الثاني (ملحق رقم 2)، فهو موجه للمرشدين التربويين العاملين في مدارس مدينة القدس، وتكون من (20) سؤالاً، وتقاطعت بعض أسئلة المقابلات مع بعضها البعض في النموذجين واشتركا في معظم الجوانب إلا أنها تضمنت اختلافاً في بعض الأسئلة تمثل بمراعاة عدد من الأسئلة لخصوصية كل فئة من الفئات السابقة حسب كون المشارك طالب أو مرشد. فتنوعت الأسئلة المنبثقة من المحورين الرئيسيين التي تسعى الدراسة لقياسها المتمثلة بأثر الأزمات، والشعور بالأمن النفسي، بين التجارب الشخصية لكل من الطلبة والمرشدين التربويين العاملين معهم لمحاولة الكشف عن الآثار السلبية التي خلفتها أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس.

وتم إختيار المقابلات شبه المنظمة مع طلبة المرحلة الثانوية ومجموعة من المرشدين التربويين كأداة للدراسة، كونها تُعتبر هي الأداة الأكثر قدرة لدراسة هذه الظاهرة بعمق، وأن هذا النوع من المقابلات يتميز بامتلاك الباحثة فرصة للحديث مع المبحوثين الذين سيجري مقابلتهم، بالإضافة إلى أنها تساعد على الفهم العميق وتوفير الوقت واستخدامه بشكل فعال والإلمام بكافة الجوانب المتعلقة بها، وهذا يساعد في تحقيق هدف الدراسة والإجابة على أسئلتها المتعلقة في أثر الأزمات على الشعور بالأمن النفسي، وقد تكشف عن معلومات قد لا

تظهر عند استخدام أدوات أخرى، وتُعطى صورة واضحة وعميقة حول خبرات الطلبة، وتوفر معلومات تفصيلية وشاملة ومتعمقة عن تجربتهم.

6.3 صدق وثبات الدراسة

لتحقيق الصدق في أدوات الدراسة ونتائجها تم من خلال قياس الصدق الظاهري، وصدق المحتوى، وصدق المُجيبين بهدف التأكد من صدق المقابلات، وضمان أنها تخدم أدوات الدراسة، وبيان أنها تُجيب على أسئلة الدراسة الرئيسية والفرعية، ولقياس ثبات تحليل المقابلات اعتمد الثبات الخارجي وتثليث المعلومات لمقارنة التقاطعات بين إجابات كل المبحوثين، على النحو الآتي:

1. الصدق الظاهري: صممت أداة الدراسة وأسئلة المقابلات بصورة تتلاءم مع عنوان

الدراسة وأهدافها وغاياتها، والتأكد من أنها تخدم أهداف الدراسة.

2. صدق المحتوى: أرسلت أسئلة المقابلات بصورتها الأولية على مُحكمين خبيرين في

عملية التحليل وفي مجال الاستشارة التربوية، بهدف التأكد من قدرتها على قياس ما

صُممت لأجله ولاستطلاع آرائهم حول مدى وضوح وطريقة صياغتها، وعدلت أسئلة

المقابلات واستخراجها بصورتها النهائية، بعد الأخذ بملاحظات المُحكمين وتصويب

الصياغة اللغوية، والحذف والإضافة والتعديل في ضوء ما رآه المحكمون مناسباً،

وأجريت التعديلات الملائمة في ضوء التوصيات والملاحظات والآراء التي تخدم

الدراسة.

3. صدق المُجيبين: أرسلت نصوص إجابات المقابلات للمشاركين في الدراسة، وذلك من أجل التأكد من إجاباتهم والتعديل والإضافة في حال لزم الأمر والموافقة عليها من قبلهم، وجرى تعديل ما هو لازم.

4. تثليث البيانات (Data Triangulation): جرى تثليث البيانات التي تم الحصول عليها من الأسئلة المشتركة للفئات المختلفة ومقارنتها مع بعضها البعض؛ حيث قامت الباحثة بمقارنة إجابات الطلبة والمرشدين التي حصلت عليها خلال المقابلة وتبيان اختلاف إجاباتهم وتوضيح إلى أي درجة تقاطعت النتائج فيما بينهما؛ حيث اعتبر هذا التشابه أو التقاطع أحياناً في إجابات الفئات المختلفة مؤشراً على الصدق، وهذا ما يظهر في ترصيد النتائج وتفسيرها في الفصل التالي. وتعد تثليث البيانات إحدى الأدوات التي تُستخدم للتحقق من صدق أداة الدراسة ونتائج البيانات التي سوف يتم الحصول عليها من هذه الأداة، ويجري ذلك من خلال التنوع في اختيار المشاركين في الدراسة من طلبة ومرشدين، ومن ثم تثليث الإجابات التي تم الحصول عليها من مصادرها المختلفة والتوصل إلى نتائج أكثر مصداقية (الصاعدي، 2018).

6.3 الثبات الخارجي

جرى احتساب الثبات الخارجي لأداة الدراسة من خلال قيام الباحثة بالاتفاق مع باحثة أخرى لتحليل المقابلات واحتساب مدى نسبة توافقها؛ حيث قامت الباحثة بتحديد كل فكرة متعلقة بأسئلة الدراسة بما يتوافق مع السؤال الرئيس للدراسة، ثم احتساب نسبة التوافق في التحليل، وقامت الباحثة الأخرى بالتحليل أيضاً بعد ما جرى الاتفاق على آلية التحليل فيما بينهما، وحساب نسبة التوافق في التحليل وفقاً للمعادلة الآتية:

نسبة التوافق في التحليل = عدد الوحدات التي يتم الاتفاق عليها ÷ عدد وحدات التحليل الكلية
 $\times 100\%$

وقد بلغت نسبة التوافق في تحليل البيانات 0.78 ، محققة بذلك ثبات خارجي مقبول للأداة
 (Creswell, 2013).

7.3 إجراءات تنفيذ الدراسة

أجريت الدراسة وجمع البيانات من خلال القيام بعدة خطوات متسلسلة، وقد تضمنت إجراءات
 الدراسة القيام بالخطوات الآتية:

1. قامت الباحثة بداية بالاطلاع على عدد من الدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة
 التي تناولت أثر الأزمات على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس وخاصة أزمة
 كورونا، والاستفادة قدر الإمكان من تلك الدراسات.
2. صياغة مشكلة الدراسة وأهدافها، وذلك لإعداد أداة الدراسة المعدة للتعرف إلى آراء
 المشاركين وتجاربهم خلال أزمة كورونا.
3. عرض الأداة على محكمين متخصصين في الاستشارة التربوية.
4. إجراء المقابلات مع أفراد البحث المتمثلة في مجموعة من طلبة المرحلة الثانوية
 والمرشدين التربويين في مدارس مدينة القدس، واعتمدت آلية التسجيل الصوتي من خلال
 المقابلة الشخصية بعد أخذ الموافقات من المشاركين، والتأكد من صدقها وثباتها.

5. تفرغ البيانات وتحويلها من مقابلة صوتية إلى نص مكتوب، وجرى ترميزها ضمن عناوين ومحاور رئيسة وفرعية، ومن ثم تحليلها ومناقشتها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري والأدبيات السابقة التي استندت عليها الباحثة.

6.3 آليات تحليل البيانات

جرى ترميز بيانات المقابلات التي تم الحصول وتحليلها باتباع منهج التحليل المواضيعي Analysis Thematic، وذلك من خلال اتباع المراحل التي أشار إليها كل من براون وكلاك (Braun & Clerak, 2006):

1. التعرف إلى البيانات والتعمق بمحتواها ومن ثم تفرغها وتحويلها من مقابلة صوتية إلى مكتوبة.
2. تحليل البيانات وترميزها بشكل منظم، وتنظيمها وفقاً للرموز من خلال وضع مؤشرات لنصوص المقابلات، وترميزها وفق محاور مرتبطة بسؤال البحث والأسئلة الفرعية.
3. تجميع الرموز وتصنيف البيانات من خلال عناوين، ضمن أنماط محددة بهدف المقارنة بينها، وتدعيمها باقتباسات للاستشهاد بها في عرض ومناقشة النتائج.
4. التحقق من الثبات الخارجي، وذلك من خلال احتساب نسبة التوافق في التحليل، بعد أن قامت باحثة أخرى بتحليل البيانات متبعةً نفس طريقة التحليل التي اتفق عليها مع الباحثة الأصلية.
5. تجميع وتطوير الأفكار ووضعها لعرض نتائج المقابلات وتفسيرها، وربطها بالأدبيات السابقة والإطار النظري.

7.3 الاعتبارات الأخلاقية

التزمت الباحثة بمدونة السلوك الصادرة عن جامعة بيرزيت بتوثيق الأبحاث التربوية التي استندت عليها في أثناء تنفيذ دراستها ومراجعتها الأدب التربوي، وقامت بتوثيق كل فكرة أو اقتباس تم الحصول عليه من دراسات ومصادر أخرى، كما التزمت الباحثة بالمصادقية واحترام الرأي الآخر، وعدم مهاجمة بعض الأدبيات التربوية التي تطرقت لمواضيع مشابهة من دراستها.

واتبعت القنوات الرسمية للحصول على الأدونات المطلوبة للإجراء المقابلات، وبالحفاظ على سرية أسماء المشاركين بالدراسة والتحفظ ببعض الجزئيات التي طلبت من قبل المشاركين الاحتفاظ بها، والتزمت بكتابة الإجابات التي صدرت عنهم بدقة ونزاهة وشفافية، وتحري الدقة في إصدار البيانات الناتجة عن إجابات الأسئلة في المقابلات، وعدم تزوير أي من هذه البيانات لمصالح شخصية، أو اعتبارات تتعلق بتسويق الفكرة (جامعة بيرزيت، 2022 على الرابط التالي: <https://ritaj.birzeit.edu/university-laws/index?phrase=>).

8.3 ملخص الفصل

تناول هذا الفصل منهجية الدراسة وتصميمها والسياق الذي سوف تُطبق فيه، وأداة الدراسة التي ستستخدم في هذه الدراسة، والمشاركين فيها، وطرق وأدوات قياس وثبات أدائها، وآليات تحليل البيانات التي سوف يتم الحصول عليها من خلال المقابلات شبه المنظمة، والإشارة إلى أخلاقيات البحث العلمي التي يجب أن يتحلى بها الباحث في الأبحاث العلمية.

الفصل الرابع: نتائج الدراسة ومناقشتها والتوصيات

1.4 مقدمة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى تأثير الأزمات وخاصةً أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون أنفسهم وكما يراها المرشدون التربويون العاملین معهم، بالإضافة للتعرف إلى الآثار التي خلفتها أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية بمساعدة المرشدين التربويين العاملين معهم خلال وبعد أزمة كورونا.

اشتملت الفصول الثلاثة الأولى على الإطار النظري، ومراجعة الأدبيات والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة، والمنهجية المستخدمة في البحث وأدوات قياس الصدق والثبات لأداة الدراسة. يتم في هذا الفصل عرض نتائج الدراسة وتحليل البيانات ومناقشتها، ومقارنتها بالأدب التربوي، كما يتم تفسير هذه النتائج، ومن ثم الخروج بتوصيات عملية ونظرية.

تم إشتقاق الإجابات على الأسئلة الفرعية المنبثقة من السؤال الرئيس حول "تأثير الأزمات وخاصة أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون، من خلال إجراء المقابلات شبه المنظمة كأداة للدراسة مع مجموعة من طلبة المرحلة الثانوية بلغ عددهم (16) طالباً وطالبة، ومجموعة من المرشدين التربويين العاملين معهم وبلغ عددهم (8)، من المدارس في مدينة القدس، ومن ثم قامت الباحثة بعد ذلك بتحليل البيانات من خلال تفريغ المقابلات وترميزها، وقامت بتعيين الرموز التي ظهرت من إجابات المبحوثين، بعد ذلك جمعت الرموز في فئات وأنماط وصنفت ضمن محاور وعناوين متعددة ومشاركة تم الحصول عليها من خلال إجاباتهم، وقامت الباحثة أيضاً بإنشاء وتلخيص السمات والمحاور بناء على التقاطعات المشتركة فيما بينهم، وتحديد الاختلافات في إجاباتهم

وتصنيفها ضمن محاور عرضت بشكل مفصل ودعمت باقتباسات للاستشهاد بها في عرض ومناقشة النتائج لاحقاً.

2.4 نتيجة إجابة السؤال الأول الفرعي: تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن

النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها الطلبة أنفسهم

أشارت نتائج تحليل المقابلات التي أجريت مع الطلبة ومن خلال إجاباتهم عن السؤال الفرعي الأول، إلى أن هناك العديد من الآثار السلبية التي سببتها أزمة كورونا وأثرت على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة، وتمثلت في العديد من الجوانب كالأثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية، التي يعتبر جزءاً منها من ضمن الحاجات الأساسية حسب الهرم التسلسلي للحاجات الإنسانية التي تحدث ماسلو (Maslow, 1943)، كما ورد في دراسة شريبه (2018) والذي يعتبر من أوائل الأشخاص الذين تعرضوا لمفهوم الأمن النفسي عن طريق البحوث الإكلينيكية؛ حيث يرى أن الأمن النفسي هو شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، وأن له مكانة بينهم بعيداً عن التهديد والتوتر والقلق، كما يرى "ماسلو" Maslow " أن الإنسان يولد وهو محفز لتحقيق احتياجات أساسية رتبها في شكل هرمي تمثل قاعدته الحاجات الفسيولوجية الأساسية، مروراً باحتياجات الأمن والسلامة، ثم حاجة الانتماء والتقبل من الجماعة، حيث تتدرج تلك الحاجات ارتفاعاً حتى تصل إلى قمة الهرم وصولاً إلى تحقيق الذات، ولا يمكن الانتقال إلى حاجة أعلى قبل إشباع الحاجة التي هي أدنى منها؛ فهي تتحقق بشكل تدريجي، ليصل الفرد إلى أسمى مراحل الاكتفاء والسلام الداخلي،

3.4 وجرى تصنيف الآثار وفقاً لإجابات المبحوثين في خمسة محاور رئيسة كما

يلي:

1.3.4 الآثار النفسية.

2.3.4 الآثار الاجتماعية.

3.3.4 الآثار التربوية.

4.3.4 الآثار الاقتصادية.

5.3.4 الوعي الذاتي في التعامل مع الأزمات.

وفيما يلي عرض تفصيلي لنتائج التي تم الحصول عليها ضمن هذه المحاور:

1.3.4 الآثار النفسية

يمكن القول أن الأزمات بشكل عام (وأزمة كورونا بشكل خاص) تترك العديد من الآثار والانعكاسات النفسية السلبية على الأشخاص المتضررين من تلك الأزمات. فقد فرضت أزمة كورونا مؤخراً واقعاً جديداً في حياة الأفراد وأثرت على نفسياتهم، وساهمت في تغيير أنماط حياتهم وسلوكياتهم المختلفة التي اعتادوا عليها، فقد فرضت أزمة كورونا العديد من القيود على جميع أفراد المجتمع دون أن يكون لديهم الاستعداد المسبق للتعامل معها، ومن بين تلك القيود منعهم من القيام بالعديد من الأمور والأدوار الحياتية التي تُعتبر من العادات والسلوكيات اليومية، كالخروج من المنزل دون قلق وخوف ودون شعور بالتهديد، وممارسة الأنشطة الحياتية والاجتماعية دون شعور بالخطر، وعندما أصبحت هذه العادات واقعاً يومياً يعيشه العديد من الأفراد في حياتهم اليومية شعر العديد منهم بالضغط النفسي نتيجة عدم قدرتهم على

ممارستها كالمعتاد، ونرى بأن تلك القيود التي فرضت أثناء تلك الأزمة أدت إلى ظهور العديد من الآثار النفسية السلبية التي انعكست على الصحة النفسية للأفراد، وبالتالي أدت إلى تدني الشعور بالأمن النفسي الذي يُعتبر جزءاً لا يتجزأ من الصحة النفسية (الأسمرى، 2020).

وتبين أن أزمة كورونا وإعلان حالة الطوارئ وما رافقها من إجراءات تمثلت في المبالغة في تعزيز سبل الوقاية وإجراءات التباعد الاجتماعي المتبعة في كثير من الدول ومن بينها فلسطين، خلفت آثاراً نفسية بسبب الخوف من انتقال العدوى والضغط النفسي الناجم عن العزل في المنازل، فظهرت العديد من المشاعر كالخوف والقلق والهلع والشعور بالحزن نتيجة الضغوطات النفسية التي سببتها أزمة كورونا على صحة الأفراد، بحيث تعتبر فئة طلبة المدارس الفئة الأكثر تأثراً بتلك الضغوطات التي نجمت عن تلك الأزمة، وهددت الشعور بالأمن النفسي لديهم نتيجة مواجهتهم للعديد من الضغوطات النفسية خلالها، والتي تمثلت بحرمانهم من الذهاب إلى المدرسة والاندماج مع أصدقائهم واستكمال مسيرتهم التعليمية كمجراها المعتاد، وعدم تهيئتهم المسبقة للتعامل مع مثل تلك الأزمات من قبل، وتبين ذلك من خلال ما أشار إليه الطالب (ص6) " أثرت أزمة كورونا علي وعلى أصحابي كثير إضافة لضغوطات التي منعتها من الذهاب إلى المدرسة وحرمتنا من روح على المدرسة ولننقي حتى بأصحابنا، حسيت خلالها بصعوبة اني أتأقلم مع هذا الوضع والإنقطاع عن العالم الخارجي الذي فرض خلالها أثر على شخصيتي وعلاقتي الإجتماعية وعدم قدرتي على المشاركة بالمناسبات".

وفي هذا السياق، أشارت نتائج تحليل البيانات التي أجريت مع الطلبة من خلال إجاباتهم على السؤال الفرعي الأول أن هناك آثار نفسية سلبية ظهرت عليهم خلال أزمة كورونا، فأثرت وهددت شعورهم بالأمن النفسي، واتضح ذلك من خلال إحدى ما جاءت به الطالبة نتيجة

القوانين والقيود التي فرضت عليهم، ما ولد العديد من الضغوطات النفسية عليهم، وبالتالي اختلقت مشاعرهم بين الحزن والخوف والقلق والإحباط نتيجة هذه الأزمة التي أعاقت العديد من ممارستهم اليومية التي اعتادوا ممارستها، واتضح ذلك من خلال ما عبرت عنه الطالبة (ج4) قائلة " كنت أشعر بخوف وتهديد كبير أنا وعائلتي من إصابة واحد فينا بالفيروس، كون والدي يشتغل ممرض وكان لما يضطر على البيت تصيبنا حالة هلع وخوف من إصابته أو نقله للفيروس لنا وكنا نقوم بالتعقيم المستمر لكل البيت وبطريقة مبالغ فيها حتى نحمله ونحمي حالنا من الإصابة بكورونا". وجرى تفصيل الآثار النفسية التي أجمع عليها الطلبة من خلال

إجاباتهم ضمن المحاور الآتية:

1.1.3.4 الحزن والإحباط.

2.1.3.4 القلق والخوف.

1.1.3.4 الحزن والإحباط

وفي هذا الصدد، أجمع من تمت مقابلتهم من الطلبة بأن الحزن والإحباط واليأس كانت من ضمن المشاعر التي سيطرت عليهم في أثناء أزمة كورونا، وخاصةً في بداية انتشارها، نتيجة الضغوطات النفسية التي عاشوها خلال فترة الطوارئ التي فرضت عليهم في أثناء الأزمة، والانتشار السريع للفايروس بين الأفراد، وإصابة أقرب الناس لهم، وبالتالي أدى ذلك إلى فقدانهم بعض الأشخاص المقربين لهم نتيجة إصابتهم بهذا الفيروس، فتولدت لديهم مشاعر الحزن، وعبر الطالب (ص7) قائلاً: " أثرت كورونا علي من الناحية النفسية كثير كنت أضل حزين ومكتئب بغرفتي ومش حابب أشوف حد، وزاد الخوف عندي لما إنصبت بكورونا لأنه أنا عندي مرض بالكبد

فخفت أنها تقضي علي". وأضاف الطالب (م) قائلاً: "الكورونا غيرت حياتنا وختلنا نعيش في حالة حزن كبيرة لدرجة إنو الواحد إنحبط من كل إشي موجود حواليه خصوصاً لما قفدنا ناس غالين علينا".

وبالإضافة إلى مشاعر الحزن والإحباط، فإن القيود وحالة الطوارئ التي فرضت أشعرت العديد من الأفراد باليأس، وفقدان قيمة الحياة نتيجة حرمانهم من ممارسة العديد من الممارسات الحياتية الروتينية، ومن خلال إجابات الطلبة اتضح بأن كورونا أدت إلى التأثير على أحلامهم وطموحاتهم وتوقعاتهم في الحياة؛ حيث شكل ذلك عائقاً أمام تطور مهاراتهم ومواهبهم المختلفة، فأصبحوا مقيدين وكأن أحلامهم وطموحاتهم قد توقفت إلى حد معين، وأشارت إلى ذلك الطالبة (ج 10) قائلة: " كورونا وقفلي كتير من أحلامي كان نفسي أكمل دورة الإسعاف الأولي الي إشركت فيها، واخود كمان دورات تانية بس سكرت الدنيا وتأجلت كتير من أحلامي وحسيت بإحباط من قعدت البيت، لأنها بعدتني عن الأشياء الي بحبها وكانت عبارة عن روتين أسبوعي الي نتيجتها وحسيت انه مستقبلي وقف هون".

كما أكدت على ذلك الطالبة (ج4) قائلة: كانت تجربتي مع كورونا صعبة كتير كتير كتير صعبة، انحرمتنا من صف عاشر والصف الحادي عشر وضاعوا أحلى سنتين من حياتنا، لانه بفترة كورونا كانت عبارة عن سنتين كاملين ضلينا فيهم بالبيت وما كنا نطلع منه، وحسيت فيهم باليأس وانه مستقبلينا ضاع".

يتضح من خلال إجابات الطلبة على هذا المحور، أن مشاعر الحزن والإحباط سيطرت على طلبة المرحلة الثانوية خلال الأزمة، وبالتالي أدى ذلك إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي، إضافة إلى شعورهم بالحزن والخوف رافقتهم أيضاً مشاعر الإحباط والتي تعد من الآثار النفسية التي ظهرت عليهم خلال أزمة كورونا كما عبر عنها المبحوثين ويمكن مقارنة ما تم التصريح به من قبل إجابات الطلبة مع ما أشار إليه ماسلو (Maslow, 1990) عندما تحدث

عن مشاعر الإحباط واعتبر بأن شعور الفرد بالإحباط أحد المصادر التي يمكن أن تُهدد أمنه وسلامه النفسي، كما وفسر ماسلو " Maslow " بأن الإحباط الناشئ عن التهديد والشعور بالخطر داخل المجتمع الذي ينتمي له وعدم إشباع الحاجات الفسيولوجية الأساسية، يؤثر تأثيراً كبيراً على شعور الفرد بالطمأنينة والاستقرار التي تُعد من أهم أبعاد الأمن النفسي . يبدو أن ما تحدث به الطلبة تقاطع بشكل كبير مع ما مررت به شخصياً خلال تجربتي الشخصية مع أزمة كورونا؛ حيث أصيب والدي بالفايروس واستفحل المرض فيه إلى أن فارق الحياة، فأثناء إصابة والدي بالمرض مروراً بتجربة علاجه عانيت من الحزن والإحباط والشعور بالألم الكبير الذي كان ينتابني في معظم الأوقات، وهذا ما يتقاطع ويدعم مع تحدث به الطلبة.

2.1.3.4 القلق والخوف

يرى الطلبة الذين قمت بمقابلتهم أن مشاعر القلق والخوف من أكثر المشاعر التي سيطرت عليهم خلال أزمة كورونا التي عايشوها، نتيجة المبالغة في نشر الأخبار حالة التهويل التي كانت تقوم بها العديد من وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي المختلفة، والتي كانت تنشر بشكل شبه يومي عن وجود ارتفاع في عدد الإصابات بشكل كبير، وموت العديد من الأشخاص جراء هذا الفيروس، فاختلطت مشاعر الخوف لديهم؛ حيث تمثل هذا الخوف من الخوف المتعلق بإصابتهم بالمرض أو إصابة أحد المقربين لهم، ما أدى إلى معاناتهم من الشعور بالذنب ومن العديد من الصراعات والمخاوف الداخلية عند إصابة أحد أفراد عائلتهم بهذا الفيروس خوفاً من أن يكونوا هم من نقلوا العدوى له، ونتيجة عدم التزامهم ببعض القيود والقوانين المفروضة عليهم فيشعرون بالذنب اتجاههم، وهذا ما تم التوصل إليه من خلال

إجماعهم على المعاناة من تلك المشاعر؛ حيث صرحت الطالبة (9) عن مشاعر الخوف من إصابة أحد المقربين لها، قائلةً: " كثير كنت أخاف من أنه أكون أنا عامل بقتل حد، لأنه مرض خطير على الكبار والي عندهم أمراض مزمنة وكنت أحس انه احنا السبب بإصابتهم بعدم التزامنا بالكمامة والحجر الصحي، عشان هيك كنت أضل خائفة وقلقانة وحاولت ألنزم قد ما بقدر بالقيود والحجر المنزلي".

كما وافقها الطالب (م 5)؛ حيث أشار أيضاً بأن مشاعر الخوف والهلع سيطرت عليه خلال الأزمة من فقدان أحد المقربين له، قائلاً: "كانت تجربتي صعبة مع كورونا كنت دائماً خايف كثير على اختي انها تنصاب لانه عندها مشاكل بالقلب وبطلت أطلع مع صحابي عشان ما تنصاب ويصير فيها اشي، هاد أكثر اشي كنت أخاف منه بكورونا".

إضافة إلى ما عبر عنه الطلبة من خلال إجاباتهم بسيطرت مشاعر الخوف من الإصابة أو إصابة أحد المقربين لهم، وأشاروا أيضاً إلى أن نقص المعلومات المتوافرة عن كورونا، والتي كانت تتعلق بعدم معرفة سبب المرض، ومن أين جاء، والعلاج المناسب له، خلق حالة من الارباك لدى العديد من الطلبة وجعلهم يشعرون بالقلق من المستقبل، وأصبحت تراودهم العديد من الأفكار التي سيطرت عليهم خلال الأزمة، وشكلت عائقاً أمامهم وجعلتهم يعانون من ضغوطات وصراعات نفسية نتيجة تلك الأفكار التي عانوا منها، وبالتالي أثرت على شعورهم بالأمن النفسي داخل المجتمع الذي يعيشون فيه، فأصبحوا يعانون من التهديد والخوف الدائم، وعلق على ذلك الطالب (ص7) قائلاً: "لا ما بحس براحة لانه فش بهاي البلد لا استقرار ولا طمأنينة ولا راحة مش بكفي احنا دولة محتلة كمان اجت كورونا وكملت علينا بطلنا نحس بأمان أبداً بالعكس زاد الخوف والتهديد على حياتنا وعلى حياة الناس الي منحبهم حتى على أحلامنا، لانه احنا أحلامنا بهاي البلد زي الخبزة اليابسة بنبوسها ومنحطها على الشباك".

أجمع الطلبة على ظهور العديد من الآثار النفسية التي تمثلت بمشاعر الحزن والإحباط والخوف والقلق التي ظهرت عليهم خلال أزمة كورونا، وبالتالي أدت إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي. و يمكن الإستنتاج أن الشعور بعدم الراحة والطمأنينة لدى الطلبة نتج من الضغوطات النفسية التي خلال تلك الأزمة، والتي تلخصت بانتشار الإشاعات والتهويل الإعلامي بارتفاع عدد الإصابات بشكل سريع، والقيود والقوانين المفروضة عليهم، ما نتج عنها مشاعر الخوف والقلق التي كانت من أكثر المشاعر التي سيطرت عليهم، وتمثلت بشعورهم بالخوف من إصابة أحد المقربين لهم أو فقدانهم جراء إصابتهم بالفيروس، فأدت هذه المشاعر إلى ظهور العديد من أعراض الاضطرابات النفسية كالاكتئاب والقلق، نتيجة الصراعات النفسية التي واجهتهم وأثرت بصورة كبيرة على أبعاد الأمن النفسي لديهم، فشعروا بالتهديد والخطر جراء الأزمات التي يمرون فيها كأزمة المراهقة ووجود الاحتلال، وزادت أزمة كورونا العبء عليهم، ما أدى إلى تدني شعورهم بالأمن والاستقرار وعدم قدرتهم على التكيف مع تلك الأزمات التي هاجمتهم دفعة واحدة، وبالتالي أثرت سلباً عليهم وأدت إلى ظهور العديد من الآثار النفسية السلبية على صحتهم النفسية التي يُعتبر الأمن النفسي جزءاً منها.

2.3.4 الآثار الاجتماعية

بسبب اجراءات وقوانين السلامة والوقاية التي فرضتها الجهات الحكومية على المواطنين والتي كان من أبرزها الحجر المنزلي، والحد من إمكانية تواصل الناس مع بعضهم البعض، سواءً في الأفراح أو الأتراح أو المناسبات الاجتماعية المختلفة، فأصبح التباعد الاجتماعي

سلوك يومي ينتهجه العديد من الأفراد في حياتهم اليومية كوسيلة للحماية من المرض نتيجة الانتشار السريع للفايروس. يعتبر هذا التباعد من أصعب الخطوات وأكثرها تأثيراً على الصحة النفسية، فالإنسان بطبعه كائن اجتماعي لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن الناس المحيطين فيه سواءً من الأهل، أو الأقارب، أو الزملاء، أو الأصدقاء، وغيرهم؛ حيث يُعد التواصل والتفاعل الاجتماعي من الأساسيات في حياة الإنسان التي لا يمكن الاستغناء عنها بأي حال من الأحوال؛ ويعد التفاعل الاجتماعي من أكثر المفاهيم انتشاراً في علم النفس وعلم الاجتماع، وهو يتناول كيفية تفاعل الفرد في البيئة التي يعيش فيها، ويعد التفاعل الاجتماعي أحد أهم المهارات التي لا بد للفرد من اتقانها للتعايش مع أفراد المجتمع الذي ينتمي إليه ولكن تأثرت التفاعلات الاجتماعية نتيجة الحجر المنزلي والقيود التي فرضت على الأفراد، وبخاصة في أوج انتشار المرض في بداياته الأولى (عزوزي، 2011).

ونرى بأن ضرر أزمة كورونا أثر أيضاً على الجوانب الاجتماعية لدى الطلبة، فاتضح من خلال إجاباتهم بأنهم عانوا من العديد من الآثار الاجتماعية التي يمكن تصنيفها ضمن محاور كما يلي:

1.2.3.4 التباعد الاجتماعي .

2.1.3.4 الوحدة والميل للعزلة.

1.2.3.4 التباعد الاجتماعي

إن الحجر المنزلي والقيود التي فرضت على الأفراد خلال أزمة كورونا وحرمان الطلبة من الذهاب الى المدرسة والخروج إلى الشارع والتباعد، وعدم الالتقاء بزملائهم وأصدقائهم، وعدم

التلامس الجسدي بينهم، أدى إلى إعاقة تكوين العديد من العلاقات الاجتماعية لدى الطلبة وشعورهم بالانطواء والابتعاد عن الآخرين، نتيجة عدم مشاركتهم في المناسبات الاجتماعية، وتقييد حركتهم التي اقتصرت على تواجدهم داخل المنزل، وقضاء وقتهم على وسائل التواصل الاجتماعي لفترات طويلة، ما أدى إلى حدوث فجوة بينهم وبين الآخرين، وصعوبة في تكوين علاقات اجتماعية جديدة، وشعورهم بالانسحاب عن المجتمع الذي يعيشون فيه، وتم توصل إلى هذه الآثار من خلال ما أشار إليه أكثر من نصف الطلبة في أثناء إجاباتهم. فقد أكد الطالب (ص6) على ظهور هذه الآثار خلال أزمة كورونا، قائلاً: " قل التواصل بيني وبين صحابي حتى بين الناس، وبطل في لمات وقعدات زي قبل حتى بطلنا نروح مناسبات ولا نشوف بعض، صرت أحس انه بعب أضل قاعد على التلفون ولحالي". كما وأكد الطالب (ص7) على تأثر علاقاته الاجتماعية وعبر عن مشاعر الغضب التي انتابته أثناء أزمة كورونا عند فرض الحجر المنزلي والتباعد الاجتماعي، قائلاً: "صار الواحد يخاف بطلع على الشارع ويشوف الناس وبطلنا نسلم عليهم بلاش ننعدي منهم، بطلت أشوف صحابي ولا عائلتي قعدت تقريباً لمدة سنة كاملة ما شفت أي حد منهم، وهذا أثر كتير على علاقاتي الاجتماعية وصرت احس بالانطواء من قد ما قعدت بالغرفة لحالي".

ومن ناحية أخرى اتضح من خلال عدد إجابات قليلة لبعض الطلبة الذين يحظون بقربهم من عائلاتهم الممتدة بأن علاقاتهم الاجتماعية لم تتأثر، وأن تقاربهم من بعضهم البعض ازداد، نتيجة تواجدهم مع بعضهم البعض داخل المنزل واعتبروا أن الحجر المنزلي كان بمثابة راحة لهم من متاعب ومشاكل الحياة التي تأخذ من وقتهم وتلهيهم من هذه الجمعات والجلوس مع أفراد عائلتهم، فلم يشعروا بالتباعد الاجتماعي الذي تحدث عنه الطلبة الآخرين، ولم تتأثر

تكوين علاقاتهم الاجتماعية، ومن ضمن إجابات تلك الفئة القليلة الطالبة (ح 14): "حسيت انه تقربت من عيلتي أكثر، أخذنا راحة من الحياة، الكل قبل كان ملتهى بالشغل والمدرسة بس بالكورونا فضينا لبعض أكثر وحسيت انه كان الإشي حلو كلنا ملتمين بالبيت مع بعض". كما وأكدت على ذلك الطالبة (ز 11) قائلة: "أنا حببت أزمة كورونا عشان خلتنا نجتمع مع بعض ونسمع مشاكل بعض، قبل ما كنا نقعد مع بعض لأنه امي وأبوي دائماً بالشغل بس بكورونا كانت أول مرة منجتمع كلنا مع بعض".

2.1.3.4 الوحدة والميل للعزلة

أجمع الطلبة على معاناتهم من مشاعر الوحدة والميل إلى العزلة والانفصال عن الواقع التي رافقتهم خلال أزمة كورونا، نتيجة حرمانهم من الذهاب إلى المدرسة والخروج إلى الشارع والالتقاء بأقرانهم ومعلميهم والاجتماع بعائلاتهم، ما أدى إلى انسحابهم من المجتمع الذي يعيشون فيه، وانطوائهم داخل منازلهم على وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بهم، من أجل الهروب من الضغوطات التي عاشوها خلال أزمة كورونا، ما أدى إلى الانغلاق على الذات، وقد أجمع نصف الطلبة من خلال إجاباتهم على معاناتهم من الوحدة وشعورهم بالانطواء والعزلة خلال أزمة كورونا، واتضح ذلك من خلال ما أشارت اليه الطالبة (ر 15)، قائلة: "الكورونا أثرت علي كثير من الناحية الاجتماعية لأنه أنا المكان الوحيد الي بروح عليه المدرسة بس إجت كورونا بطلت أطلع من البيت ولا أشوف صحباتي، فحسيت بالوحدة كثير، وصرت أحب أضل قاعدة بغرفتي لحالي على التلفون".

كما أكد الطالب (م 13) على سيطرت مشاعر الوحدة الانطواء عليه، وشعوره بالانسحاب من المجتمع الذي يعيش فيه نتيجة إصابته بفيروس كورونا، عندما عبر عن ذلك قائلاً: "كورونا

خلتني أشعر بالوحدة وأنا بين أقرب الناس الي، بتزكر لما انصبت بطل حد يقرب علي من أهلي خافوا ينصابوا مني وكانوا يخلوني بالغرفة طول الوقت لحالي، وهذا أثر علي بشكل كبير وصرت حتى لهلاء أحب أضل لحالي وبغرفتي بدون ما أقعد مع حد".

وعلى الرغم من معاناة معظم الطلبة من مشاعر الوحدة والعزلة التي سيطرت عليهم خلال أزمة كورونا ومنهم من استطاع العودة إلى الاندماج مع أصدقائه وعائلته عندما عادت الممارسات اليومية كالمعتاد، إلا أنه ظهر بأن إحدى الطالبات ما زالت متأثرة وبشكل كبير جراء هذه الأزمة، وعانت من شعورها بالوحدة والعزلة بشكل كبير وما زالت تعاني منه، فتبين ذلك خلال حديثها، وعبرت عنه الطالبة (ج 4): "أنا كنت أحس حالي كثير وحيدة، كنت أضل لحالي بالبيت طول الوقت، بحكم ماما وبابا يشتغلوا بالمستشفى وكانوا بيت لحم وما في الي خوات كنت أضل انا وأخوي طول الوقت لحالنا بالبيت فكتير بكره هديك الفترة لانه اكتشفت فيها أديه أنا وحيدة".

تبين من خلال إجابات الطلبة مدى تأثير أزمة كورونا على الجانب الاجتماعي لهم، واتضح ذلك من خلال تعبيرهم أثناء المقابلات عن مشاعر الوحدة والعزلة والانطواء التي أصابتهم نتيجة التباعد الاجتماعي والحجر المنزلي وقلة تفاعلهم مع بعضهم البعض في أثناء الأزمة، كما منعهم من متابعة مشاركتهم في الأنشطة اللامنهجية الملتحق بها بعض الطلبة "كالدبكة والرسم"، وغيرها من الأنشطة التي توقفت خلال السنتين التي فرض فيها الحجر المنزلي، كما تبين بأن معظمهم يعانون حالياً من تكوين علاقات صداقة من جديد نتيجة شعورهم بانفصالهم عن الواقع الخارجي جراء انعزالهم لفترة طويلة داخل المنزل، وانسحابهم من المشاركة بالمناسبات الاجتماعية، فأدت الي انحصارهم بداخل قويعات خاصة بهم، ولجوئهم إلى قضاء

ساعات طويلة على وسائل التواصل الاجتماعي وعلى الألعاب الإلكترونية التي ساهمت بتفاقم شعور العزلة والانفصال عن الواقع لديهم.

3.3.4 الآثار التربوية

إن الانتقال المفاجئ من التعلم الوجيه إلى التعلم عن بُعد أو ما يُسمى (التعلم الإلكتروني)، كان أيضاً من الآثار التي سببتها أزمة كورونا على الطلبة بشكل سلبي، مما أدى إلى شعورهم بالفراغ بسبب الانقطاع المفاجئ والحرمان من الذهاب إلى المدرسة وبالتالي أدى إلى تدني تحصيلهم الأكاديمي والتربوي، وإلى مواجهتهم للعديد من الصعوبات التي أثرت عليهم ، واتضح ذلك خلال إجماع الطلبة على تأثر تحصيلهم الأكاديمي أثناء أزمة كورونا وشعورهم بالتشتت والضياع عند الانتقال المفاجئ للتعلم عن بُعد، وكان طلبة الثانوية العامة الذين تمت مقابلتهم من أكثر الطلبة الذين تأثر تحصيلهم الأكاديمي نتيجة التغيرات المفاجئة التي حدثت على الجانب التربوي أثناء أزمة كورونا، حيث اتضح من خلال ما عبروا عنه أثناء حديثهم بأنهم واجهوا العديد من الصعوبات أثناء انتقالهم إلى التعلم عن بُعد والتي مازال أثرها عليهم حتى وقتهم الحالي كصعوبة الحفظ لبعض المواد التي تحتاج ذلك، وعدم قدرتهم على الدراسة بالطريقة التي إعتادوا عليها من قبل أزمة كورونا، حيث شعروا بأنهم عادوا بعد انقطاع سنتين من التعلم عن بُعد إلى التعلم وجاهياً في أكثر مرحلة مهمة في حياتهم مما زاد العبء عليهم وأدى إلى إرباكهم، واتضح ذلك من خلال ما قالته الطالبة (ر15): "علاماتي نزلت كثير وصار صعب علي كثير كله زووم كنا نكذب على حالنا ونخلي المس تشرح ونحط راسنا وننام وما تأسسنا صح بهدول السننتين للتوجيهي، ولما رجعت على المدرسة لقيت حالي توجيهي نسيت كيف أدرس

أحفظ بالأخص مادة التاريخ كلها حفظ لهلاء ضابيل تقريباً أقل من شهر للامتحانات وأنا مش دارسة كتير مواد لأنه مخي وقف سنتين عن لدراسة وهلاء مستصعبة الاشئ".

كما أكد على ما قالته الطالبة ما قاله الطالب (ب 8): "الدراسة أون لاين بالكورونا أثرت علي كتير وكان أصعب اشئ فيها التعليم، الحجر ما أثر علي أكثر إشي لدراسة أون لاين أنا كنت الثاني على الصف هلاء لما رجعت على التوجيهي صاروا علاماتي بالسنتين، نسيت طبيعة لدراسة الي كنت أدرسها، والننت كان كتير ضعيف ما في إمكانيات كانت للتعليم أون لاين بهاي البلد"

وتطرق بعض الطلبة إلى التعبير عن مشاعر الاشتياق للذهاب إلى المدرسة، والالتقاء بأقرانهم ومعلميهم، وقضاء الوقت معهم داخل أسوار المدرسة كما كانوا في السابق، وشعروا بأن هذه الأزمة قيدت حريتهم وأدت إلى حرمانهم من العودة إلى المدرسة، وأشارت إلى ذلك الطالبة (أ9) ضمن سياق حديثها، وقالت: " كورونا أثرت علي كتير من الناحية الأكاديمية لما رجعت على المدرسة بطلت عارفة كيف أدرس، يعني بعد غياب سنتين عن المدرسة و الدراسة والحفظ رجعنا مرة وحدة على التوجيهي وهذا الانقطاع أثر على علاماتي كثير".

يظهر مما سبق بأن أثر أزمة كورونا لم يقتصر على الآثار النفسية والاجتماعية، إنما أيضاً تعدت ذلك لتشمل الجانب التربوي، فتأثر التحصيل الأكاديمي للطلبة، نتيجة الانتقال من التعلم وجاهياً إلى التعلم عن بُعد، واتباع أساليب تدريس تختلف عن الأساليب التقليدية التي اعتادوا عليها، ما تسبب لهم في العديد من الصعوبات التي ما زالت ترافقهم حتى وقتهم هذا، وبخاصة لدى طلبة الثانوية العامة الذين عبروا عن غضبهم من هذه الطريقة، فقد شعروا بأنهم انتقلوا إلى المرحلة التي تقرر مصيرهم "التوجيهي" بشكل مفاجئ دون تهيئة لهم، ودون سابق إنذار بعد انقطاعهم عن التعليم وجاهياً خلال السنتين اللتين تعلموا فيهما عن بُعد دون الاستفادة أو التعلم، بل عادت عليهم بالضرر كما صرحوا به خلال المقابلات التي أجريت معهم، كما

اتضح أن هذا الضرر لم يلحق طلبة الثانوية العامة، إنما باقي الطلبة واجهوا أيضاً العديد من الصعوبات نتيجة التعلم عن بُعد، ولكن طلبة المرحلة الثانوية العامة كانوا الأكثر تضرراً من هذا الانتقال المفاجئ، وأدى ذلك إلى شعورهم بالخطر وعدم الراحة والاستقرار، وهذه الأعراض تهدد شعورهم بالأمن النفسي.

4.3.4 الآثار الاقتصادية

إن أزمة كورونا وما فرضته من حجر منزلي وتعطيل للعديد من الوظائف والمحال التجارية والمنشآت والشركات، جعلت الأفراد يعيشون في حالة من القلق بشأن مسألة توفير الأساسيات في المنزل، فأصبحوا يفكرون بشكل رئيسي حول كيفية تأمين كل ما قد يحتاجون إليه من عذاء ودواء واحتياجات أخرى خلال فترة الحجر، وأن تعطل الأفراد عن العمل وإغلاق العديد من المؤسسات قلصت أو صعبت الحصول على موارد مالية ليأمنوا فيها احتياجاتهم؛ وهذا أدى إلى ازدياد الفقر وتدني مستوى المعيشة لدى ملايين من الأسر، وقد أدى إلى شعورهم بالتهديد والخطر (بولفخاد، 2021).

ويمكن القول هنا بأن أزمة كورونا هددت حياة العديد من الأسر نتيجة توقف رب البيت عن العمل وعدم قدرته على تأمين الحاجات الأساسية لأفراد أسرته، ما ولد لديهم الشعور بالقلق والتهديد الذي انعكس سلباً على شعورهم بالأمن النفسي خلال تلك الأزمة لعدم تأمين الحاجات الضرورية لديهم، واتفق ثلث الطلبة الذين تمت مقابلتهم بشعورهم بالتهديد والخوف خلال أزمة كورونا نتيجة تدني المستوى الاقتصادي لدى عائلاتهم وعدم قدرتهم على تأمين بعض الحاجات الأساسية خلال هذه الأزمة، وتعتبر توفير الحاجات الأساسية الفسيولوجية من أهم

الحاجات التي يجب إشباعها وفق الهرم التسلسلي للحاجات لماسلو من أجل الانتقال إلى تحقيق الحاجات الأخرى، والتي تليها حاجة الشعور بالأمن والأمان. وأشار آل سعد (2020) كما ورد عن ماسلو (Maslow, 1943) بأنه لا يمكن الانتقال من الحاجات الدنيا إلى الحاجات ذات المستوى الأعلى دون إشباعها، وبالتالي فإن عدم توافر الحاجات الأساسية لدى الطلبة تؤثر وتهدد حاجة الشعور بالأمن والأمان لديهم.

صرح بعض الطلبة بأن هذه الأزمة أدت إلى إيقاف العديد من الأفراد عن عملهم وحتى إغلاق بعض محلاتهم التجارية التي كانت تعتبر مصدر رزق لعائلاتهم، فعانوا من تردي وضعهم الاقتصادي. وقد أجمع ثلثي الطلبة الذين تمت مقابلتهم بتدني المستوى الاقتصادي لدى عائلاتهم خلال تلك الأزمة، ما أدى إلى شعورهم بالتهديد وتعرض حياتهم للخطر، وعبر عن هذا الطالب (ف 16): "الكورونا أثرت علي من الناحية النفسية والاقتصادية بشكل كبير، أبوي بطل يشتغل وأختي مريضة أي احنا قبل الكورونا منيح كنا عابشين كيف لما لجت، عشان هيك كانت تجربتي معها سيئة كثير".

وفي هذا الصدد، أشار الطالب (م 13) إلى إغلاق الكثير من المحلات التجارية أثناء أزمة كورونا، واضطر العديد من الأفراد إلى تغيير مهنتهم نتيجة الضرر الذي ألحقه بهم هذه الأزمة، فقال: "بتزكر بكورونا نص المحلات سكرت ما قدرنا يدفعوا أجارات لمحلاتهم سلموها وسكرت، حتى أنا أبوي كان يشتغل بالسياحة ولما صارت كورونا بطل في شغل بالمرة وكثير الدخل صار قليل بالنسبة لنا وما بكفي كل متطلبات الحياة خصوصاً بكورونا كانت المصاريف أكثر".

من هنا يمكن أن نخلص بأن أزمة كورونا لم يكتفي أثرها على الجوانب النفسية والاجتماعية والتربوية، إنما أيضاً على أثرها على الجانب الاقتصادي الذي تدنى لدى العديد من العائلات

الذين واجهوا صعوبة في تأمين الحاجات الأساسية لأسرهم خلال هذه الأزمة، وتعطلت العديد من الأعمال وأغلقت العديد من المحلات التجارية خلال هذه الأزمة، فترى الباحثة من خلال إجابات الطلبة بأن ضرر أزمة كورونا لم يقتصر على جانب واحد، إنما امتد على جميع الجوانب النفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية، فأدت إلى تدني الشعور بالأمن النفسي الذي يتكون من الاستقرار والطمأنينة لدى الطلبة، وسيطرت عليهم مشاعر الخطر والتهديد والخوف جراء هذه الأزمة، وبالتالي هددت شعورهم بالأمن النفسي.

5.3.4 الوعي الذاتي في التعامل مع الأزمات

على الرغم من الآثار النفسية والاجتماعية والاقتصادية والتربوية التي خلفتها أزمة كورونا على الطلبة، إلا أنه اتضح من خلال إجابات بعض الطلبة أن تلك الأزمة كانت عبارة عن درس لهم ووسعت من مداركهم حول كيفية الاستعداد والتكيف مع الأزمات التي يمكن أن تواجههم كأفراد، وأنه يجب علينا أن نتهيأ لمواجهة العديد من الأحداث المفاجئة التي يمكن أن تقترح حياتنا في أي وقت، وضرورة أن نتكيف معها حتى نخرج منها بأقل الآثار وبأقل الأضرار والخسائر، وصرح عن ذلك احدي الطالب (ص 7)، قائلاً: "أنا حسيت انه هاي الأزمة خلتنني أصحصح لقدام لانه كورونا كانت عبارة عن درس لنا عشان نعرف انه يمكن بيوم وليلة تتغير حياتنا بدون ما نحس ولا نكون حاسبين حساب عشان هيك لازم دائماً نكون مهيين نفسنا انه رح نواجه كتير أزمات وصعوبات ومش لازم نستسلم، خصوصاً انه احنا عايشين ببلاد ما فيها لا استقرار ولا أمان".

كما وظهر بأن أزمة كورونا زادت من وعي الطلبة لكيفية مواجهة بعض الأزمات التي من الممكن أن تواجههم في حياتهم، وأشارت الطالبة (أ 9) قائلة: "أنا بشوف انه من أهم اساليب حماية نفسنا كان بكورونا هو ما نبالغ بالتفكير بالاشي لانه التفكير الزايد بتعب، صح كانت بتخوف كورونا بأولها بس حسيت بعدين انه الناس والاعلام كتير بالغوا فيها فما كان لازم نفكر ونبالغ فيها هيك وكان لازم نقرأ عنها أكثر".

ويمكن الاستنتاج هنا بأنه على الرغم من أن أزمة كورونا تسببت بأضرار كثيرة لجميع أفراد المجتمع بشكل عام والطلبة المراهقين بشكل خاص، إلا أنه اتضح من خلال إجابات الطلبة الذين تمت مقابلتهم بأنها ساعدتهم على توسيع مدركاتهم المعرفية وزادت من وعيهم وإدراكهم في كيفية الاستعداد لمواجهة الأزمات التي يمكن أن تقتم حياة الأفراد بشكل مفاجئ، وكيفية التأقلم معها وعدم الاستسلام لتلك التغيرات والأحداث بمختلف أنواعها، وزيادة الوعي للتعامل مع الأزمات.

وترى الباحثة بأنه يمكن اعتبار الوعي لكيفية التعامل مع الأزمات أحد إيجابيات أزمة كورونا التي جعلت بعض الأفراد أن يفكروا بأن الحياة لا تستمر بشكل مستقيم وعلى نفس الوتيرة، إنما سوف يواجهون العديد من الأزمات التي تُفرض عليهم ويجب أن يتكيفوا ويتعايشون معها، وألا نستسلم لها لأننا خلقنا لنحارب تلك الأزمات ونسيطر عليها لا أن نسيطر علينا.

وتتفق الباحثة مع ما صرح به الطلبة أثناء تعبيرهم عن مشاعر الخوف والقلق أو الآثار التي أدت إلى ظهور العديد من الإضرابات النفسية لهم خلال أزمة كورونا، كونها سيطرت عليها هذه المشاعر أثناء إصابة والدها بهذا الفيروس، حيث أثر عليها ذلك بشكل كبير، ما أدى إلى ظهور العديد من الآثار النفسية عليها كالشعور بالحزن جراء هذا الحدث الضاغط الذي مرت

به خلال الأزمة، وبالتالي استطاعت تفهم مشاعر وتجارب الطلبة أثناء تعبيرهم عن الخوف والحزن الذي سيطر عليهم خوفاً من فقدان أحد المقربين لهم أو إصابته خلال تلك الأزمة.

تجدد الإشارة إلى تفاوت أنماط إجابات الطلبة على محاور السؤال الفرعي الأول المنبثق من السؤال الرئيس في تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة، فقد انفق جميعهم على تأثير أزمة كورونا بشكل كبير بتأثيرها على حياتهم؛ حيث أثرت على العديد من الجوانب المختلفة المتمثلة بالآثار النفسية والاجتماعية والتربوية التي خلفتها تلك الأزمة، فأدت إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي، وجعلت مشاعر الخوف والتهديد تسيطر عليهم، كما أدت إلى انفصالهم عن الواقع الذي يعيشونه وظهور بعض أعراض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والعزلة والانطواء التي ظهرت على الطلبة خلال أزمة كورونا كما صرح به المرشدون التربويون خلال المقابلات التي عقدت معهم، بالإضافة إلى تأكيد ثلث الطلبة على أثر أزمة كورونا الذي امتد ليضم الجانب الاقتصادي الذي تأثر وتدنى نتيجة تلك الأزمة، ما أدى إلى معاناتهم من ضائقة مالية حدت من توفير الحاجات الأساسية لهم وتعطيل العديد من الأعمال وإغلاق بعض المحلات التجارية، ولكن على الرغم من الآثار السلبية التي خلفتها أزمة كورونا على الصحة النفسية والشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة، إلا أنه أشار ربع الطلبة الى زيادة وعيهم لكيفية التعامل مع الأزمات من خلال مواكبتهم لأزمة كورونا ومحاولة التعايش معها، على اختلاف الطلبة الآخرين الذين شكلت لهم عائقاً هدد حياتهم ومنعتهم من التفكير من خلال سيطرت مشاعر الخوف والهلع عليهم، والتي أعاقت من تكيفهم مع الواقع الذي يعيشونه.

وفي الجزء التالي سوف يتم عرض إجابات المرشدين التربويين على السؤال الفرعي الثاني من أجل عرض النتائج التي تم التوصل إليها من خلال المقابلات التي عُقدت معهم، لدمجها ومقاربتها مع إجابات الطلبة التي تم الحصول عليها للخروج بإجابات على السؤال الرئيسي للدراسة.

4.4 إجابة السؤال الفرعي الثاني: أثر أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المرحلة الثانوية كما يصفها المرشدون التربويون.

يعتبر المرشدون التربويون العاملون بالمدارس من أهم الأشخاص الذين يساعدون على توفير البيئة المناسبة للتعلم، كما يقومون بإعداد برامج إرشادية تُلائم الطلبة، فهم يقدمون الإرشاد اللازم على المستوى الأكاديمي، والشخصي، والاجتماعي، والنفسي، ويساعدون الطلبة في إيجاد حلول لمشكلاتهم واضطراباتهم النفسية التي يعانون منها، ولعل تدخلهم وتقديمهم لخدمات الدعم النفسي في أثناء أزمة كورونا لطلبة كانت من المهمة الأصعب، والأهم للتخفيف من آثارها على الصحة النفسية ومحاولة مساعدتهم على الشعور بالأمن والاستقرار والتكيف خلال الأزمة.

تمت مقابلة مجموعة من المرشدين التربويين، وبلغ عددهم ثمانية مرشدين من العاملين في المدارس بمدينة القدس، ومن خلال إجاباتهم تم التوصل لظهور بعض أعراض الإضطرابات النفسية التي قام بذكرها المرشدون التربويون ، كما صرحوا بتفاوت تلك الأعراض بين الطلبة من حيث تكرارها وشدتها خلال تلك الأزمة وعليه إنتشرت بعض الإضطرابات خلال أزمة كورونا، وقد أمكن تصنيف إجاباتهم ضمن عناوين صنفنا ضمن المحاور الثلاثة الآتية:

1.4.4 الاضطرابات النفسية.

2.4.4 غياب خدمات الإرشاد والدعم النفسي للطلبة أثناء أزمة كورونا.

3.4.4 غياب خدمات الإشراف والمتابعة والتقييم والتدريب للمرشدين من قبل الجهات المشرفة عليهم.

وفيما يلي تقديم تفصيل لكل من هذه المحاور:

1.4.4 الاضطرابات النفسية

تركت أزمة كورونا ورائها العديد من الآثار النفسية السلبية على الصحة النفسية لدى العديد من فئات المجتمع، وكان أثرها على فئة المراهقين كبير، واتضح ذلك من خلال مشاعر الخوف والحزن الذي سيطر عليهم خلال تلك الأزمة، ما تسبب بظهور العديد من الأعراض المتمثلة بالإحساس بانعدام الأمل والعصبية الزائدة ورافقتها العديد من الأرق في النوم، وخوف شديد وتوتر والارتباك والتعقيم الزائد، وتجلت تلك الأعراض بإصابتهم بالعديد من الاضطرابات النفسية التي شخّصت من قبل المرشحات التربويات اللواتي جرى مقابلتهنّ، وأجمعنَ على ظهور مجموعة من الاضطرابات النفسية، وكانت أكثر الأكثر انتشاراً خلال

أزمة كورونا، وسيتم تفصيلها ضمن المحاور الآتية:

1.1.4.4 القلق والإكتئاب.

2.1.4.4 الوسواس القهري .

1.1.4.4 القلق والاكتئاب

يعتبر اضطراب القلق والإكتئاب من أكثر الإضطرابات النفسية إنتشاراً بين الطلبة خلال أزمة كورونا، واتضح ذلك من خلال إجماع إجابات المرشدين التربويين على ذلك أثناء إجابتهم على السؤال الفرعي الثاني، فتجلت أعراضهم بالظهور أثناء الأزمة، والتي تمثلت بالشعور بالحزن، وانعدام الأمل، والإحساس بالكآبة، والعصبية، والشعور باليأس والإحباط، نتيجة الضغوطات النفسية التي واجهت الطلبة خلال أزمة كورونا، كالحجر المنزلي، وإصابة أو فقدان أحد المقربين لهم، والتباعد الاجتماعي، ما أدى إلى فقدان رغبتهم في ممارسة الفعاليات الحياتية اليومية، وتفاقم هذه الآثار أدى إلى إصابتهم باضطراب القلق والاكتئاب، واتضح ذلك من خلال ما صرحت به إحدى المرشدات التربويات (ع 4)، قائلة: " أثرت أزمة كورونا على الطلبة بشكل كبير، فالعديد من الطلبة عانوا خلالها من مشاعر الحزن والخوف الشديد والهلع الذي سيطر عليهم وجعلهم عرضاً للإصابة بالاكتئاب نتيجة ظهور أعراضه عليهم، ومنهم من عانى من العديد من أعراض القلق والتوتر الي ظهر خلال بعض الجلسات الفردية التي كنت أقوم بتقديمها خلال وبعد الأزمة".

وأيدتها المرشدة (م 1) في انتشار ظهور أعراض اضطراب الاكتئاب والقلق خلال أزمة كورونا لدى الطلبة، وأكدت على أن ما زال هناك العديد من الطلبة الذين يعانون من هذه الاضطرابات في الوقت الحالي، ونقوم بتقديم الجلسات الإرشادية معهم، فقالت: " تركت أزمة كورونا العديد من الآثار السلبية على الصحة النفسية لدى الطلبة، فلاحظت من خلال الجلسات الفردية التي عققتها مع طالباتي خلال الأزمة بأن مشاعر الحزن والخوف الشديد من الإصابة أو من فقدان أحد المقربين لهم كان تُسيطر على عقولهم ، إضافة الى شعورهم بانعدام الأمل والإحباط من المستقبل، وبالتالي شعرت بأنهم كانوا معرضون للإصابة بالاكتئاب بدرجات متفاوتة".

كما تمت الإشارة أيضاً من قبل المرشدة (إ3) إلى انتشار ظهور أعراض الاكتئاب على الطلبة حتى بعد انتهاء الأزمة، وأنها ما زالت ترافقهم خلال الوقت الحالي، وقالت: " اتضح لي بأن

أثر أزمة كورونا ظهر على الطلبة بعد انتهاءها بشكل أكبر من قبل، فيعاني الكثير من الطلاب من العصبية المفرطة ومن اليأس والإحباط من المستقبل".

واتضح من خلال إجابات المرشدين التربويين بأن أعراض اضطراب القلق والاكتئاب كانت تظهر بنسب متفاوتة لدى الطلبة، خلال وبعد أزمة كورونا فمن خلال الجلسات الفردية التي كانت تُعقد مع الطلبة لا تخلو من ظهور عرض أو عرضين لهذه الاضطرابات، والتي من الممكن أن تتفاقم وتزداد شدتها وتكرارها إذا لم يجري الانتباه لها ومحاولة التخفيف من حدتها، ومن أبرز الأعراض التي ذكرها المرشدون التربويون لهذه الاضطرابات الشعور بالحزن الشديد طوال الوقت والميل للعزلة والوحدة في معظم الأحيان، وحدوث تغيرات في النوم والأكل لدى بعض الطلبة كما ذكروا أثناء حديثهم بداخل الجلسات التي عُقدت معهم.

2.1.4.4 الوسواس القهري

وأشار ثلاثة مرشدين من أصل ثمانية إلى تعرض بعض الطلبة للإصابة بالوسواس القهري نتيجة التعقيم الزائد والقيود التي فُرضت في أثناء انتشار الفيروس، ما أدى إلى تفاقم تلك الأعراض وظهورها عليهم، وأكدت المرشدة (د7) على ما صرح به المرشدين، قائلة: "الأطفال والمراهقين أصبحوا بحالة من الذعر والهلع وخوف من انهم ينصابوا بالفيروس، فازداد التعقيم للإيديين وللأماكن ولأغراضهم بطريقة مبالغ فيها وملفتة حتى بعد ما خف انتشار الفيروس الا انهم بقوا مصابين بهاي الحالة حتى وقتنا الحالي".

وأضافت المرشدة (ن6) من خلال ما أشارت إليه أثناء حديثها عن الاضطرابات النفسية التي انتشرت خلال فترة كورونا وبعدها، أنها لاحظت بأنه نتيجة القيود والمخالفات التي فُرضت

على الأفراد، شعرت بأنه أصبح لديهم وسواس في تعقيم الأيدي والممتلكات، وأصبحت تظهر بشكل مبالغ فيه، وتحدثت عن إحدى المواقف التي لفتت انتباهها للانتشار هذا الاضطراب بين الطلبة حتى بعد انتهاء الأزمة، قائلة: " كنت داخلة أعطي حصة إرشاد في الصف التاسع عند الإناث تفاجأت من إحدى الطالبات بأنها كانت تقوم بتنظيف مقعدها بمعقم اليدين وسألته عن السبب وكان الخوف من الإصابة بفيروس كورونا ".

وأجمع المرشدون التربويون على أن الأمن النفسي لدى الطلبة تأثر بشكل كبير جراء هذه الأزمة نتيجة ظهور أعراض من الاضطرابات النفسية، التي تلخصت في: القلق، والاكتئاب، والوسواس القهري، ما أدى إلى تدني شعورهم بالطمأنينة والاستقرار خلال تلك الأزمة، وسيطر عليهم التهديد والشعور بالخطر، وكان من أهم المشاعر التي عانوا منها، وبالتالي فقدوا من شعورهم بالأمن النفسي بتلك الفترة، ولخص شعورهم بفقدان الأمن النفسي إحدى المرشدين (م 8)، قائلاً: " انعدم الشعور بالأمان والاستقرار خلال كورونا عند كثير من الطلبة ، بسبب سيطرت مشاعر الخوف والهلع المبالغ فيه وبشكل كبير، وأنا بشرع هاد الخوف الي كان سببه التهويل من الاعلام والقيود والقوانين التي فرضت علينا، فمن الطبيعي أن يشعرون بانعدام الأمن والسلام النفسي خلال تلك الفترة ".

ومن خلال إجابات المرشدين التربويين ظهر وجود تدني الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة خلال أزمة كورونا، وتفاقم الاصابة بالعديد من الاضطرابات النفسية المتمثلة بالاكتئاب والقلق

¹ اضطراب الوسواس القهري: هو أحد الإضرابات العُصابية التي تتمثل بوجود أفكار وتخيلات وسواسية أو سلوكيات وأفعال قهرية غير مرغوبة ومستمرة كغسل اليدين، التنظيم والترتيب، العد والفحص، ويقوم الفرد بها لتخفيف من القلق والتوتر الذي ينتابه، ويدرك الفرد بأن السلوكيات والأفكار الوسواسية غير عقلانية وزائدة عن الحد ولكنها إستحواذية وتلزمه على القيام بها لتخفيف التوتر والقلق (صمويل وعبد الظاهر، 2009).

بالدرجة الأولى، ومن ثم الوسواس القهري بالدرجة الثانية نتيجة الآثار النفسية الوخيمة التي سببتها تلك الأزمة وتسببت بتضرر صحتهم النفسية.

2.4.4 غياب خدمات الإرشاد والدعم النفسي

إن تقديم خدمات الإرشاد والدعم النفسي خلال أزمة كورونا كانت من أهم الخدمات التي تتطلب وجودها للتخفيف من حدة الآثار السلبية التي خلفتها هذه الأزمة، وكان الطلبة خلال أزمة كورونا بأمر الحاجة لتلقي الدعم النفسي من قبل المرشدين العاملين في مدارسهم، فإن المرشد داخل المدرسة يتعامل مع العديد من الطلبة الذين يواجهون مشكلات مختلفة سواءً أكانت نفسية، أم اجتماعية، أم تربوية، وجزء من هذه المشكلات كانت بسيطة والجزء الآخر كانت تعد من المشكلات الصعبة، وبالتالي عندما حدثت أزمة كورونا ونتيجة للقيود المفروضة والحجر المنزلي، أدى إلى انقطاع المرشد عن التواصل مع الطلبة الذين يعانون من هذه المشكلات ونتج عنه خوف من قبل المرشدين من تفاقم حالة الطلبة الذين كانت تتم متابعتهم من قبلهم أثناء وجودهم داخل المدرسة، بسبب غياب التواصل بشكل وجاهي وتقديم الدعم النفسي عن بُعد، وهذه الطريقة أدت إلى معاناة المرشدين من الارتباك والشعور بالحيرة والتخوف من إصابة جزء من الطلبة لأي مكروه بسبب عدم المتابعة اليومية، بالإضافة إلى تعرض بعض الطلبة لحالات فقدان خلال هذه الأزمة دون تلقي الدعم النفسي المطلوب، ما أدى إلى ظهور العديد من الآثار السلبية النفسية عليهم، والتي أدت إلى إصابتهم ببعض الاضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق وانتشار المشكلات السلوكية والنفسية، وبالتالي أدى إلى

تدني شعورهم بالأمن النفسي، ويمكن تلخيص الآثار التي خلفها غياب الدعم النفسي خلال

أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة ضمن محورين:

1.2.4.4 إنتشار ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية لدى الطلبة .

2.2.4.4 غياب آساليب التواصل الإجتماعي بين المرشدين والطلبة.

1.2.4.4 انتشار ظهور المشكلات النفسية والاجتماعية والسلوكية لدى الطلبة

واتضح من خلال إجماع المرشدين التربويين أثناء الإجابة عن السؤال الفرعي بأن غياب

آساليب الدعم النفسي والخدمات الإرشادية بالطريقة الوجيهة، أدى إلى ظهور العديد من

المشكلات النفسية والسلوكية التي تفاقمت أعراضها خلال الأزمة، ما أدى إلى تدني الشعور

بالأمن النفسي لدى الطلبة، ونتج عن هذه المشكلات شعور الطلبة بالانطواء والعزلة والخوف

وتدني التحصيل الأكاديمي لديهم، نظراً للاحتياج للعديد من الجلسات الإرشادية التي يتم من

خلالها تفريغ مشاعرهم السلبية والتعبير عنها وجهاً لوجه وليس من خلال الهاتف.

وصرح المرشدون التربويون من خلال إجماعهم أثناء إجراء الجلسات الفردية التي عقدت مع

الطلبة بعد الأزمة، بانتشار المشكلات النفسية والسلوكية أكثر بشكل كبير لدى الطلبة الذين

عانوا من حالات فقدان لأحد المقربين لهم خلالها، ونتيجة غياب تقديم الخدمات الإرشادية لهم

خلالها أدى الى ظهور العديد من الآثار النفسية والاجتماعية عليهم كالانطواء والحزن الشديد

والانسحاب، ما أدى إلى ارتفاع حدتها ونتج عنها إصابتهم بالمشكلات النفسية وبعض

الاضطرابات النفسية التي تمثلت بالاكئاب والقلق، وقد أكدت المرشدة (أ 3) على ذلك

بتصريحها، قائلة: " إن أزمة كورونا تركت أثر كبير لدى الأشخاص الذين فقدوا أعزاء لهم ومن هؤلاء

الأشخاص احدى الطالبات التي فقدت والدتها بسبب إصابتها بفيروس كورونا مما أدى الى دخولها بحالة من الانهيار العصبي وتعرضها لصدمة نفسية أثرت على كافة مناحي حياتها، فلم تعد تهتم لمتابعة الحصص الدراسية الالكترونية ولم تقوم بأداء واجباتها مما أدى الى تدني تحصيلها الأكاديمي بشكل كبير، حتى بعد العودة الى المدرسة ومحاولة مساعدتها للعودة الى الحياة كما كانت الا انها ما زالت تعاني من أثر الصدمة التي تلقتها خلال تلك الأزمة".

كما عبرت المرشدة (ع 4) عن مشاعر الغضب لدى الطلبة اتجاه أزمة كورونا التي أيضاً تسببت بفقدان والده وانعكست على سلوكياته، فظهرت عليه العديد من السلوكيات العدوانية المتمثلة بالضرب والتكسير والشتم، وصرحت بأنه بإحدى الجلسات الإرشادية التي كانت تعقد معه عبر من خلالها عن مشاعر الغضب تجاه الفيروس، واتجاه والدته لعدم التزامها بالقيود والحجر المنزلي، ما تسبب في إصابتها وإصابة والده ومفارقتها للحياة.

2.2.4.4 غياب أساليب التواصل الاجتماعية بين المرشدين والطلبة

يعتبر التواصل الاجتماعية من أهم المهارات التي تبنى عليها العلاقة الإرشادية، فمن خلال التواصل الجسدي والبصر مع الذي يتم خلال الجلسات الفردية بين المرشد والمسترشد تساهم في بناء الثقة وكسر الحواجز فيما بينهم، كما يجري من خلالها ملاحظة العديد من الأعراض التي يمكن أن تظهر على المسترشد أثناء الجلسة، وإن تحول أساليب التواصل بين المرشدين والطلبة خلال أزمة كورونا نتيجة الحجر المنزلي واستكمالها عن بُعد أدى إلى إحداث فجوة بينهما، ما أدى إلى تجنب الطلبة من متابعة الجلسات الإرشادية عبر وسائل التواصل الاجتماعية نتيجة تخوفهم من اختراق السرية وانتهاك الخصوصية فيما بينهم، وبالتالي لاحظ المرشدون التربويون انسحاب الطلبة من متابعة جلساتهم الإرشادية، ما أدى إلى تراجع أداء

تقدمهم النفسي وتدني شعورهم بالأمن النفسي، وبهذا الصدد صرحت المرشدة (ن 6): " كانت تجربة الكورونا من التجارب الصعبة بالأخص على الطلبة الذين كانوا يتلقون دعم نفسي من قبل المرشدين أثرت عليهم بشكل كبير، ولاحظت أثناء تواصل مع الطلبة عبر الهاتف بفقدان شعورهم بالثقة والخوف من نقشي السرية بين المرشد والطالب وعدم تلبية احتياجاتهم من خلاله، ما أدى الى ظهور العديد من الأعراض عليهم كالعزلة والانطواء والانسحاب من استكمال جلساتهم عبر الهاتف".

وأكد نصف المرشدين التربويين خلال سياق حديثهم أن التباعد الجسدي خلال أزمة كورونا والإجراءات الوقائية فرض عليهم التواصل مع الطلبة عبر منصات الإنترنت المتاحة، بدلاً من المقابلة وجهاً لوجه، وذلك للاستمرار تقديم الخدمات الإرشادية إلكترونياً، ما أدى إلى انسحاب العديد من الطلبة وعدم متابعتهم فيها، وبالتالي أدى الى تفاقم المشكلات السلوكية والنفسية لديهم، وأشار المرشد (م 8)، قائلاً: "عدم تواصلنا وجاهياً مع الطلبة الذين كانوا يعانون من مشكلات داخل المدرسة أدى الى خلق تخوفات كبيرة لدينا من إمكانية تعرضهم لأي مكروه أو سوء نتيجة انسحابهم من متابعة جلساتهم إلكترونياً خوفاً من انتهاك خصوصيتهم في ظل وجودهم داخل البيت وبين عائلتهم".

كما وأضافت المرشدة (م)، قائلة: " بأن غياب الدعم والتواصل بين المرشد والطالب خلال أزمة كورونا كان من الممكن أن ي شكل خطراً على حياتهم نتيجة انقطاعهم عن التفريع والتعبير عن مشاعرهم خلال الحصص الإرشادية التي كانت تتم داخل المدرسة والتي كان من خلالها يتم التعرف على المشكلات التي يعانون منها، مما أدى الى انتشارها بينهم بشكل أكبر".

اتضح مما سبق أن غياب الدعم النفسي وعدم قدرة المرشدين على تقديم الخدمات النفسية وجاهياً أدى إلى ظهور العديد من الآثار النفسية والاجتماعية والتربوية عليهم، فتلك الآثار السلبية هددت شعورهم بالأمن النفسي والاستقرار وسيطر عليهم الخوف والخطر والتهديد

خلال تلك الأزمة، على الرغم من أن تلقي الدعم النفسي في مثل تلك الأزمات يُعتبر بمثابة إسعافات أولية للصحة النفسية، والتي كانت من الممكن أن تخفف من حدة الآثار السلبية عليهم.

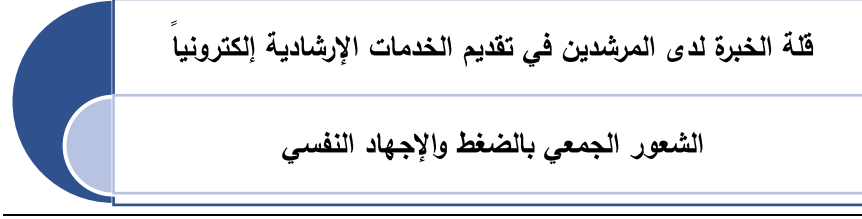
3.4.4 غياب خدمات الإشراف والمتابعة والتقييم والتدريب

من الطبيعي أن يعيش المرشدين في بيئة آمنة توفر لهم خدمات الإشراف والمتابعة والتقييم والتدريب الذي يتم من قبل الجهات المختصة التابعة لوزارة التربية والتعليم التي تقوم بمتابعة أدائهم داخل المدارس، من خلال طبيعة العمل الذي يقومون فيه مع الطلبة وتقييمه، لكن في ظل أزمة كورونا هذه الخدمات توقفت ولم يكن هناك أي نوع من الرقابة، ما أثر على جودة الخدمات والتقييم الذي كان يُقدم من قبل المرشدين لطلبة، فكان من الضروري أن يخضعوا لدورات تدريبية وتأهيلية من أجل تطوير مهاراتهم في التعامل مع الطلبة خلال تقديم الخدمات الإرشادية لهم إلكترونياً بالطريقة التي تتلائم مع الظروف التي عاشوها خلال الأزمة، كما وأدى غياب الدورات والإشراف إلى زيادة الأعباء على كاهل المرشد، وانخفاض دافعيته ومواجهته للعديد من الصعوبات والتحديات التي أثرت بدورها على تقديم الدعم النفسي بطريقة مناسبة لطلبة، وساهمت بانتشار المشكلات النفسية والاجتماعية، وجرى تلخيص التحديات التي

واجهت الطلبة والمرشدين في الشكل (3) كما يلي:

1.3.4.4 قلة الخبرة لدى المرشدين في تقديم الخدمات الإرشادية إلكترونياً.

2.3.4.4 الشعور الجمعي بالضغط والإجهاد النفسي.



شكل(2.4): الصعوبات والتحديات واجهت الطلبة والمرشدون أثناء أزمة كورونا.

وفيما يلي تفصيل التحديات والصعوبات التي واجهت المرشدين والطلبة:

1.3.4.4 قلة الخبرة لدى المرشدين في تقديم الخدمات الإرشادية إلكترونياً

عدم توافر التوجيه الكافي للمرشدين وقلة الخبرة لديهم في تقديم الخدمات الإرشادية والدعم النفسي عن بعد كان من أهم التحديات التي واجهتهم خلال تلك الأزمة، فالانتقال المفاجئ من تقديم الجلسات الفردية وجهاً لوجه داخل الغرفة الإرشادية إلى تلقيها عبر الهاتف ووسائل التواصل الاجتماعي شكل عائقاً أمامهم، بسبب قلة الخبرة لديهم في كيفية تقديم تلك الخدمات الإرشادية إلكترونياً، فأثر على جودة الخدمات التي قدموها للطلبة، وبالتالي لم تكن مناسبة لدى بعضهم، ولم تتناسب طريقة الإرشاد الإلكتروني مع الظروف التي عاشها الطلبة خلال الأزمة بالتالي أدى إلى تدهور صحتهم النفسية وشعورهم بعدم الاستقرار والطمأنينة، وبخاصة الطلبة الذين كانوا بحاجة لمتابعة مستمرة من خلال إجراء الجلسات الفردية معهم داخل غرفة المرشدة مما أدى إلى فقدان التواصل البصري والجسدي بين الطلبة والمرشد وافتقار الأدوات و الوسائل التي من الممكن أن تستخدم مع الطلبة وتساعدهم بالتعبير عن مشاعرهم.

وقد أشارت إحدى المرشدين (إ 2): " أكديد واجهت صعوبة مع الطلبة خلال تقديم الإرشاد إلكترونياً ، لأنه كان يتم إتباع نمط تواصل معين، وكانت الجلسات داخل غرفة المرشدة فانتقلت هاتفياً ، وهذا النمط من التواصل كان عبارة عن تحدي لهم ولنا، وشعرت بأن ما كنت أقوم بتقديمه كان عبارة عن تفرغ ولم يناسب

الطلبة، كوني كمرشدة كنت أقوم باستخدام العديد من البطاقات والألعاب كأح الأساليب العلاجية المتبعة مع الطلبة، وخلال انتقال تقديم الجلسات إلكترونياً لم تكن لدي معرفة عن آلية الأساليب العلاجية التي يمكن أن تتبع مع الطلبة وتتناسب معهم و كان تحدياً وعائقاً أماناً " .

كما أكدت المرشدة (ن 6) عند حديثها عن التحديات التي واجهتها خلال أزمة كورونا، قائلة: " قلة التواصل وتغير نمطه بيني وبين الطلاب والأهالي أثر كثيراً عليهم وعلينا كمرشدين، وشعرت عند عودتهم للمدرسة تفاقمت وازدادت المشكلات السلوكية والانفعالية لدى الطلبة، وسببه غياب تقديم الجلسات الإرشادية وجه لوجه كما كان بالسابق، وعدم ملائمتهم".

كما أضاف المرشد (م8) خلال سياق الحديث عندما عبر عن شعوره بالتشتت أثناء تقديمه الخدمات الإرشادية أثناء أزمة كورونا بسبب قلة الخبرة لديه وعدم تمكنه من إتباع أساليب علاجية ملائمة لطلبة عبر الجلسات الإلكترونية، ما أدى به إلى الدخول بحالة من التخبط والضياع وعدم قدرته على تقديم الدعم النفسي الملائم لطلبته وعبر عن ذلك قائلاً: "أزمة كورونا خلقتنا ندخل بالحيط، لم تكن لدينا المعرفة التامة في كيفية التعامل مع الطلبة الذين يعتبروا من الحالات الصعبة والتي كانت تحتاج للمتابعة بشكل وجاهي داخل المدرسة وبتابع أساليب علاجية تتلاءم مع مشكلاتهم".

2.3.4.4 الشعور الجمعي بالضغط والإجهاد النفسي

إن شعور الخوف والذعر الجمعي الذي سيطر على جميع فئات المجتمع بمختلف أعمارهم وأجناسهم وتخصصاتهم أدى إلى معاناتهم ضغط نفسي وقلق شديد، وبخاصة في الآونة الأولى من انتشار المرض، ومن هنا يمكن الإشارة إلى أن المرشدين التربويين أيضاً تأثروا جراء هذه الأزمة كغيرهم وكانوا بحاجة إلى الدعم النفسي حتى يتمكنوا من استكمال المهمات

والخدمات التي وقعت على عاتقهم بالشكل المناسب والصحيح، مما أثر سلباً على تقديمه للخدمات الإرشادية لطلبة وبالتالي زاد من ظهور الآثار السلبية عليهم خلال أزمة كورونا وانتشرت المشكلات السلوكية بكثرة بين الطلبة واتضح ذلك بعد عودتهم الى المدرسة.

ومن خلال إجابات بعض المرشدين اتضح بأنهم تأثروا بأزمة كورونا وتركت لهم العديد من الآثار النفسية السلبية كمشاعر الخوف والقلق من إصابة أحد أفراد عائلتهم أو فقدانهم، وأجمعوا على ذلك بإشارتهم إلى تعرضهم للعديد من الضغوطات النفسية التي استنفذت من طاقتهم وكانوا بحاجة إلى دعم ورعاية نفسية أيضاً، كما يقومون بتقديمها لطلبة حتى يستطيعوا مواصلة عملهم. إلا أنه اتضح من خلال إجاباتهم بأن هذه الضغوطات والمسؤوليات وغياب الدعم النفسي لهم أثر على جودة الدعم الذي قدموه لطلبتهم، وبالتالي لم تتم متابعتهم وتشخيصهم في تلك الأزمة بالشكل المناسب وبالطريقة الملائمة في ظل وجود هذه الأزمة، وهذا بدوره أدى الى انتشار الاضطرابات النفسية بشكل كبير بين الطلبة. وقد أشارت المرشدة (د 7)، قائلة: " أما بخصوص أزمة كورونا أثرت علينا نفسياً بشكل كبير خصوصاً ببدائية انتشار المرض، صار عندي خوف كثير من انه انعدي وأعدي امي وأبوي هم كبار بالعمر، هاد أكبر خوف كان عندي خلال هاي الأزمة والحمدالله طلعنا منها بأقل الأضرار وبدون فقدان، بس حسيت أنه هاد الضغط أثر على الإرشاد الذي كنت أقوم بتقديمه بشكل كبير وعلى الطلبة أيضاً".

ويتم تلخيص إجابات المرشدين التربويين الذين تمت مقابلتهم، بأنهم أجمعوا باحتياجهم خلال أزمة كورونا لتلقي الدعم النفسي، لكي يتمكنوا من تقديم تدخلهم بالطريقة المناسبة والصحيحة دون تأثير مشاعرهم على الطلبة التي تزيد من معاناة الطلبة عليهم، وبالتالي تفاقم المشكلات لديهم، وأكدت على ذلك المرشدة (ع 4)، قائلة: "أثناء أزمة كورونا سيطرت مشاعر واحدة بشكل جمعي على الجميع والتي تمثلت بالخوف والقلق والخمول والكسل وبالتالي فإن هذه المشاعر تطلبت الى تقديم

دعم نفسي واشرف للمرشدين أيضاً لكي يتمكنوا من تقديمه للطلبة على أكمل وجه دون تقصير وتأثير لمشاعرهم هذه على الطلبة التي تعيق من أدائهم".

ومن هنا يمكن تلخيص تفاوت نسب إجابات المرشدين على محاور السؤال الفرعي الثاني المنبثق من السؤال الرئيسي حول تأثير أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة من خلال تعاملهم معهم خلال تلك الفترة؛ حيثُ اتضح على أنها أدت إلى انتشار العديد من الاضطرابات النفسية المتمثلة بالاكتئاب والقلق والوسواس القهري نتيجة الآثار النفسية والاجتماعية التي خلفتها تلك الأزمة، ما أدى إلى تهديد شعور الطلبة بالأمن النفسي وشعورهم بعدم الراحة والطمأنينة وعدم القدرة على تحقيق ذاتهم، واتفقت إجابات المرشدين على ذلك، كما أجمع المرشدون التربويون على أن غياب الدعم النفسي والتقييم والإشراف أثر على جودة الخدمات الإرشادية التي كانت تُقدم لطلبة خلال أزمة كورونا، نتيجة تغير نمط التواصل بينهم من وجاهي إلى إلكتروني، وبالتالي لم تتلاءم الأساليب الإرشادية مع الخطط التربوية التي صممت لطلبة نتيجة غياب التوجيه والرقابة من قبل الجهات المختصة.

وتتفق الباحثة مع ما عبر عنه المرشدون التربويون حول انتشار المشكلات السلوكية والنفسية وتفاقم الآثار السلبية لدى الطلبة خلال وبعد أزمة كورونا. واتضح ذلك أثناء ملاحظتها عند التدريب الميداني الذي قامت فيه بإحدى المدارس ضمن مساقات ميدانية كمرشدة متدربة داخل المدرسة وإقامة بعض الجلسات الإرشادية والحصص التوجيهية بانتشار المشكلات السلوكية والنفسية بصورة كبيرة بين الطلبة بعد أزمة كورونا، نتيجة الآثار التي تركتها ورائها، وتسببت في تدني الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة، ومواجهة المرشدين التربويين العديد من التحديات

والمعوقات في إعداد الخطط الإرشادية العلاجية لبعض الطلبة بعد انقطاعهم عن الإرشاد خلال أزمة كورونا.

يستعرض الجزء التالي من الفصل نتائج تحليل البيانات بعد أن دمجت البيانات التي تم الحصول عليها من الطلبة والمرشدين بهدف الخروج باستنتاجات عامة حول الآثار التي خلفتها أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس، وتمكنت الباحثة الحصول عليها من خلال إجابات المبحوثين على الأسئلة الفرعية التي انبثقت من السؤال الرئيس إلى تصنيفهم ضمن محاور مشتركة وتقوم بعرضها في هذا الجزء لتحقيق الهدف الذي سعت هذه الدراسة لتحقيقه، وتلخص في تحديد الآثار السلبية التي تخلفها الأزمات وكيف تُؤثر على شعور طلبة المرحلة الثانوية بالأمن النفسي في ظل تعرضهم لتلك الأزمات بالتركيز على الوضع خلال وما بعد أزمة كورونا، وتمثل تحقيق هذا الهدف في محاولة عرض إجابات المبحوثين ومناقشتها لإجابة سؤال الدراسة الرئيس الآتي: تأثير الأزمات وخاصة أزمة كورونا على

الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس كما يراها المتعلمون والمرشدون التربويون؟

وصنفت إجابات المبحوثين التي تم الحصول عليها من الأسئلة الفرعية التي انبثقت من السؤال الرئيس ضمن ثلاثة محاور يمكن من خلالها الخروج باستنتاجات مشتركة للإجابة على

السؤال الرئيس ومناقشة النتائج ضمنها، وهي:

4.4.4 الآثار السلبية النفسية والاجتماعية والاقتصادية والتربوية.

5.4.4 تدني الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس.

6.4.4 قلة الوعي الذاتي لدى الطلبة بكيفية التعامل مع الأزمات.

وجرى في الجزء التالي عرض وتفصيل هذه المحاور ومناقشتها:

4.4.4 الآثار السلبية النفسية والاجتماعية والاقتصادية والتربوية

أشارت نتائج جمع البيانات للطلبة والمرشدين إلى وجود الكثير من الآثار السلبية التي خلفتها أزمة كورونا على الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وقد اتفق كل من المبحوثين بترك العديد من الآثار السلبية التي خلفتها أزمة كورونا وهددت الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس، واتضح بأن الآثار النفسية والاجتماعية من أكثر وأهم الآثار التي تم تحديدها من خلال إجاباتهم، كما أدت هذه الآثار الى تهديد الشعور بالاستقرار والطمأنينة التي تعد من أحد أبعاد الأمن النفسي لدى الطلبة، وظهر من خلالها سيطرت مشاعر الحزن والخوف والهلع الشديد والشعور بالوحدة والعزلة الذي رافقتهم خلال الأزمة، واتفق ما جاء به المبحوثين مع ما تطرقت اليه الزكراوي في دراستها (2020) حين تحدثت عن الآثار النفسية والاجتماعية التي ظهرت على الأفراد بمختلف الشرائح الاجتماعية عند إعلان حالة الطوارئ التي فرضتها أزمة كورونا والحجز المنزلي، والتي تمثلت بمشاعر الخوف الشديد والقلق والشعور بالعجز من حماية النفس والأشخاص المقربين لهم، ما أدى الى ظهور أعراض الاكتئاب والقلق عليهم التي رافقتها مشاعر الحزن خلال تلك الأزمة، واتفق هذا مع ما صرحت به إحدى الطالبات اللواتي تمت مقابلتهم، قائلة: "صرت أخاف كثير على أهلي، وحاولت ألترم بالحجز وبطلت أشوف أو أقرب على حدا حتى ما أنصاب وأنقل العدوى لأمي وأبوي ويصير فيهم اشي لأنهم من كبار السن".

كما اتفقت معها ما عبرت عنه المرشدة (إ 2) في حديثها عن مشاعر الخوف الشديد والقلق التي سيطرت على الطلبة خوفاً من فقدان أحد المقربين لهم.

وبذلك يمكن الادعاء ظهور العديد من الآثار السلبية التي خلفتها أزمة كورونا وأثرت على الأمن النفسي لطلبة المدارس، وشملت العديد من الجوانب التي تركت آثاراً عليها كالأثار النفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية التي ظهرت على الطلبة خلال أزمة كورونا، وعبروا عنها من خلال إجاباتهم التي تطابقت مع إجابات المرشدين التربويين العاملين معهم، وتمثلت الآثار النفسية والاجتماعية، ما أدى إلى ظهور وانتشار العديد من الاضطرابات النفسية والتي تمثلت بالاكتئاب والقلق واضطراب الوسواس القهري، وهذا ما أشار إليه المرشدون التربويون في أثناء مقابلتهم، وأكدوا خلالها على الآثار النفسية والاجتماعية والتربوية التي عبر عنها الطلبة أثناء حديثهم بالمقابلات.

وبمقارنة هذه النتائج مع الإطار النظري التي استندت عليه الدراسة، يمكن ملاحظة تطابق نتائج إجابات المبحوثين عن الآثار النفسية والاجتماعية مع ما توصل إليه بوميدين وزينب (2020) في دراستهما التي قاموا بإجرائها على أفراد المجتمع الجزائري، وأظهرت أن مشاعر الخوف والقلق والعجز من حماية عائلاتهم والشعور بالوحدة والعزلة من أهم المؤشرات والآثار النفسية السلبية التي أدت إلى انخفاض الصحة النفسية لدى المبحوثين، وبالتالي أوصت بالاهتمام في تقديم الخدمات الإرشادية خلال الأزمات للحد من آثارها السلبية على الصحة النفسية، كما اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الفقي وأبو الفتوح (2020)، التي هدفت للتعرف إلى المشكلات النفسية التي نتجت بظل أزمة كورونا كالعزلة والقلق، وبالتالي نتج عنها العديد من الإضرابات النفسية المتمثلة في الاكتئاب، والوسواس القهري، والضجر والعزلة، واضطرابات النوم، والمخاوف الاجتماعية، وتوصلت الدراسة إلى

أن الضجر والعزلة من أكثر المشكلات النفسية التي عانى منها طلبة الجامعات في ظل أزمة كورونا بصورة كبيرة.

وتوصلت نتائج دراسة (Huang & Zhao, 2020) من خلال تطبيقهما مقياس اضطراب القلق العام على الشعب الصيني إلى أن الانتشار الواسع والكبير من الاضطرابات النفسية بين المبحوثين خلال أزمة كورونا، والتي تمثلت بأعراض الاكتئاب والقلق، يليها اضطرابات النوم التي ظهرت خلال الأزمة، وهذه النتائج دعمت ما أجمع عليه المرشدون التربويون بإشارتهم الى انتشار وظهور العديد من الاضطرابات النفسية على طلبة المرحلة الثانوية خلال وبعد أزمة كورونا كالاكتئاب والقلق، وأضاف قليل منهم بأن اضطراب الوسواس القهري ظهر أيضاً نتيجة التعقيم الزائد وصرامة القوانين التي انتشرت خلال الأزمة بين الطلبة.

كما ترى الباحثة تشابه نتائج دراسة (Tian et al., 2020) مع نتائج الدراسة الحالية والتي خلصت إلى أن أكثر من (70%) من الذكور والإناث عانوا من الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية، المتمثلة بالاكتئاب والقلق والوسواس القهري في أثناء أزمة كورونا، وتطابقت معها نتائج دراسة أبو الوهيبية والشهباني (2020) بازدياد مستويات الإصابة باضطراب القلق واضطرابات النوم، وظهور أعراض الخوف والعصبية، وفقدان الشهية لدى الأسر العمانية والبحرينية في أثناء أزمة كورونا.

ومن هنا يمكن تصنيف أزمة كورونا من الأزمات العشوائية كما أشار إليها (Luoma, 2017) في دراسته عن الأزمات الجوهرية التي تركت تأثيراً واضحاً في بنية الكيان والمجتمع، وأدت إلى حرمانه من حاجاته ومطالبه الأساسية التي لا يمكن الاستغناء عنها وخلفت ورائها نتائج وآثار شديدة الخطورة على العديد من الجوانب المختلفة.

وعلى الرغم من إجماع المبحوثين خلال الإجابة على الأسئلة الفرعية أن الآثار النفسية والإجتماعية كانت من أكثر الآثار التي ظهرت خلال أزمة كورونا على الطلبة، وكان هناك العديد من التعبيرات المشتركة بين إجابات الطلبة والمرشدين في وصف مشاعر الحزن والخوف والرغبة بالعزلة عن الآخرين التي عانى منها الطلبة، إلا أن الطلبة تطرقوا إلى ذكر الآثار السلبية والتربوية التي سببتها أزمة كورونا وأدت إلى تدني المستوى الأكاديمي لديهم، بسبب التغيير المفاجئ الذي حدث لأساليب التعلم وانتقالها إلكترونياً، ما أدى إلى حدوث فجوة كبيرة في طريقة التعليم والتعلم، وأدت إلى تدني المستوى الأكاديمي لديهم، وعبر عن ذلك إحدى الطلبة قائلاً: "كثير الكورونا أثرت علي بالأخص على علاماتي نزلت كثير، بطلت عارف كيف أدرس واحفظ". وأجمع الطلبة مع ما جاء به الطالب بتدني المستوى الأكاديمي لهم ومواجهة صعوبة في طريقة الدراسة خلال الأزمة وبعدها، كما وعبروا عن عدم الاستفادة من التعلم عن بُعد الذي فرض في أثناء الأزمة وعدم توافر الموارد والإمكانات والبنية التحتية التي تدعم هذا النوع من التعلم، ولكن هذه الآثار لم يتطرق لذكرها المرشدين التربويين.

تنفق الباحثة مع ما أجمع عليه الطلبة وأشاروا إليه حول الآثار التربوية التي عانوا منها خلال أزمة كورونا عاشت ظروف المبحوثين، وشعرت بأنها عانت من أساليب التعلم عن بُعد في ظل أزمة كورونا كون أن هناك العديد من المواد التي تحتاج إلى التفاعل بين الطالب والمعلم وأن طريقة التواصل الواجهية أفضل وأكثر التزاماً من طريقة التواصل عن بُعد، ناهيك عن عدم توافر الإمكانيات كضعف شبكة الإنترنت وكثرة الأبحاث والواجبات والمسؤوليات التي وقعت على عاتق الطالب خلال الأزمة.

أضاف حوالي ثلث الطلبة على تأثير أزمة كورونا سلباً على وضعهم الاقتصادي وكان سبباً في عدم شعورهم بالطمأنينة والاستقرار؛ حيث تطرقوا للحديث عن الآثار الاقتصادية التي عانت منها عائلاتهم خلال أزمة الكورونا؛ وذلك نتيجة تعطل العديد من الأعمال وإغلاق العديد من المحلات التجارية، ما أدى إلى عدم قدرتهم على توفير الحاجات الأساسية كالغذاء والدواء خلال أزمة كورونا، وبالتالي شعروا بالخطر والتهديد. ومن هنا يمكن أن تفسره الباحثة من خلال ربط إجاباتهم بما أشار إليه عالم النفس ماسلو في هرم الاحتياجات الإنسانية، والذي يُعد من أوائل علماء النفس الذين تطرقوا للحديث عن الأمن النفسي، وكما ورد عن آل سعد (2020) بأن ماسلو (Maslow,1943) ذكر بأن الناس لديهم دوافع لتحقيق بعض الاحتياجات وأن بعض الاحتياجات لها الأسبقية على غيرها، وحاجتنا الأساسية هي للبقاء، أي يجب على الأفراد إشباع الحاجات الفسيولوجية المتمثلة بتوفير المأكل والمشرب والمأوى وغيرها من الاحتياجات التي تدفعهم للبقاء الجسدي لكي يتسنى لهم الانتقال إلى حاجة الأمن والأمان، والتي تتمثل بالسلامة الجسدية بعيداً عن الاعتداءات والعنف والأمن داخل الأسرة والأمن الصحي.

كما أكد ماسلو (Maslow, 1943) على ضرورة تلبية احتياجات العجز ذات المستوى الأدنى قبل التقدم لتلبية احتياجات النمو ذات المستوى الأعلى؛ حيث لا بد من تلبية الحاجة بشكل كامل قبل ظهور الحاجة التالية، وأن الحاجات غير المشبعة تسبب إحباطاً وتوتراً وآلاماً نفسية حادة للفرد، لذلك لا ينتقل الأفراد جميعهم عبر التسلسل الهرمي بطريقة أحادية.

كما تتفق الباحثة مع ما جاء أجمع عليه المبحوثين الطلبة والمرشدين، بظهور العديد من الآثار النفسية والاجتماعية التي رافقت الطلبة خلال أزمة كورونا وتمثلت بمشاعر الخوف والحزن

والميل إلى العزلة، وبالتالي أدت إلى شعورهم بعدم الإستقرار والطمأنينة مما أدى إلى تدهور مستوى شعورهم بالأمن النفسي، وبالتالي أدت إلى إنتشار بعض الإضطرابات النفسية كالإكتئاب والقلق والمشكلات السلوكية التي تمت ملاحظة أعراضها على الطلبة من قبل المرشدون التربويون بعد انتهاء حالة الطوارئ وعودتهم إلى المدرسة نتيجة تفاقم هذه الآثار النفسية السلبية وعدم تلقي الدعم النفسي والخدمات الإرشادية الملائمة خلال أزمة كورونا. ولكن أضاف بعض الطلبة بأن الآثار التربوية والاقتصادية أيضاً كانت من الآثار التي خلفتها أزمة كورونا عليهم، وأدت إلى تدني المستوى الأكاديمي والاقتصادي لديهم، مما جعلهم يشعرون بحالة من الخطر والتهديد الذي هدد شعورهم بالأمن والإستقرار النفسي نتيجة القلق واليأس الذي هاجمهم أثناء أزمة كورونا .

5.4.4 تدني الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس

توصلت الباحثة من خلال الإجابات التي تم الحصول عليها من المبحوثين في التعرف على تأثير الأزمات وأزمة كورونا بشكل خاص على الشعور بالأمن النفسي لطلبة المدارس، بأن أزمة كورونا كان لها تأثيراً كبيراً نتيجة الآثار النفسية والاجتماعية والتربوية والاقتصادية التي خلفتها على الطلبة، ما أدى إلى شعورهم بعدم الطمأنينة، والخطر والشعور بالتهديد، وعدم تقبل الآخرين، والميل إلى العزلة، وبالتالي عدم قدرتهم على تحقيق ذاتهم، بسبب الحجر المنزلي والقيود والقوانين الصارمة التي فرضت في أثناء تلك الأزمة، فأدى إلى تشكل من الأفكار اللاعقلانية لديهم، ما نتج عنها مشاعر الرعب والهلع التي أدت إلى زعزعت أمنهم النفسي.

ويمكن مقارنة ما أشار إليه المبحوثين مع ما تطرقت إليه نظرية التعلق بتفسير الشعور بالأمن النفسي التي أشارت إليها الباحثة في الإطار النظري، وتُعتبر نظرية التعلق من النظريات النفسية التي فسرت الشعور بالأمن النفسي، ويعتبر جون بولبي "Jon Bowlby" المحلل والطبيب النفسي البريطاني (Bowlby 1990) صاحب هذه النظرية كما جاءت به شربيه (2018) ، حيث تطرق أثناء حديثه عن الشعور بالأمن النفسي في نظريته إذ انه ربط الشعور بالأمن النفسي بالطمأنينة النفسية المعرفية، وفسر أن كل موقف يتعرض له الفرد يندرج تحت ما يسمى بالنماذج التصورية أو المعرفية، أي أن هذه النماذج تُشكل صيغة يستقبل بها الأفراد المعلومات الواردة إليه من البيئة المحيطة به عبر أعضاء الحس، ويتم من خلالها تحديد تصوراتهِ عن نفسه والعالم والآخرين، وتتكون هذه النماذج من خلال التفاعل مع الوالدين والآخرين، وتعمل بطريقة لاشعورية تلقائية، ويتم إدماج كل خبرة جديدة فيها، كما تعمل تلك النماذج كقواعد السلوك وتنظيم للذات والعلاقات الاجتماعية، وتحدد وتنظم الاستراتيجيات المختلفة لمواجهة الضغوطات والمواقف المختلفة. وهذه النماذج المعرفية من الممكن أن تكون إيجابية من خلال بناء نظرة تفاؤل وأمل للفرد عن ذاته ومستقبله والآخرين المحيطين به، واما أن تتكون نماذج معرفية سلبية لدىه عند تعرضه لضغوطات ومواقف تفوق قدرته على التكيف معها شربيه (2018). وبناءً على هذه التصورات المعرفية التي تحددها البيئة التي يعيش فيها الفرد يتكون شعوره بالأمن النفسي فإذا كانت البيئة المحيطة به خالية من الضغوطات والمواقف التي لا يستطيع الفرد التكيف والتعايش معها، فإنه يشعر بالإستقرار والطمأنينة النفسية المعرفية وبالتالي تتكون لديه في إدراكه نموذج معرفي ايجابي وتصبح نظرتهِ لنفسه ولـمستقبله إيجابية، أما اذا كانت البيئة المحيطة بالفرد مليئة بالضغوطات

والمواقف التي يصعب على الفرد التعايش معها، فإنه يشعر بالخطر والتهديد والقلق وبالتالي يدنى شعوره بالأمن النفسي ويشكل تصوراً معرفياً سلبياً عن ذاته ومستقبله وعن الأفراد المحيطين به (الطهراوي، 2017). ويمكن مقارنة ما فسره بولبي "Bowlby" ما مع يعيشه أفراد الشعب الفلسطيني الذي يتميز بإستمرارية مواكبته للعديد من الأزمات والحروب التي تقترح حياتهم في جميع كل حين وباعتبار أن المبحوثين "الطلبة" من أبناء الشعب الفلسطيني، إتضح بأن جزء منهم كون بعض التصورات المعرفية السلبية جراء الظروف التي عاشها أثناء الأزمة إتجاه نفسه ومستقبله نتيجة الضغوطات المستمرة التي يمرون بها.

وبالتالي تم الإستنتاج أن مشاعر الحزن والخوف والوحدة والميل إلى العزلة عن الآخرين سيطرة على الطلبة نتيجة الظروف التي أحاطتهم أثناء الأزمة كالحجر المنزلي وفرض العديد من القيود والقوانين الصارمة، وانتشار الشائعات والأخبار وتهويل الإعلام أدى إلى بث الخوف والرعب في نفوسهم مما دفعهم لشعور بالخطر والتهديد وانعدام الطمأنينة نتيجة هذه الظروف، والتي أثرت على مدركاتهم وطريقة تفكيرهم بعقلانية، حول العالم الخارجي والظروف الضاغطة التي أحاطتهم بهم، فشكلت لديهم تشوهات معرفية سلبية نتيجة العوامل التي أثرت بهم، ما أدى إلى تدني شعورهم بالأمن النفسي في أثناء أزمة كورونا.

تشابهت نتائج الدراسة هذه من خلال ما تم الإجماع عليه من قبل المبحوثين مع ما أشارت إليه الباحثة في الإطار النظري عند التطرق للحديث عن أبعاد الأمن النفسي، التي تطرق لذكرها نوفل (2018) في دراسته، وقد تلخص البعد الأول بشعور الفرد بالاطمئنان والأمن والهدوء والاستقرار والسلامة وعدم الخوف، أما الاستقرار الاجتماعي يعد البعد الثاني الذي يشعر فيه الفرد أن هناك من يشد أزره ويقف بجانبه ويساعده في اجتياز المحن والصعاب والعقبات،

وبالتالي ينمو لديه الإحساس بالأمن، مما يساعد الفرد على معرفة وتحقيق ذاته بدافع من الحاجة إلى التقدير والمكانة والاستقلالية والاعتماد على النفس باعتباره البعد الثالث، فظهرت تلك الأبعاد لدى الطلبة بشكل معاكس، وبديل الشعور بالأمن والطمأنينة عاشوا في تهديد وخطر سيطر على حياتهم، وأدى إلى عدم شعورهم بالاستقرار والطمأنينة الذي يُعد من أهم أبعاد الأمن النفسي لديهم، وأصبحوا يميلون إلى العزلة والانطواء عن العالم الخارجي المحيط بهم، نتيجة التباعد الاجتماعي، الذي أدى إلى انفصالهم عن العالم الخارجي، ما أدى إلى عدم قدرتهم على تحقيق ذواتهم خلال أزمة كورونا .

لاحظت الباحثة بوجود نقاط مشتركة بين نتائج هذه الدراسة ونتائج بعض الدراسات السابقة التي استندت إليها، فتوصل موسى وآخرون (2016) من خلال دراستهم التي هدفت للتعرف إلى تصورات المراهقين للأمن النفسي في البيئة المدرسية والنمو الانفعالي والأداء الأكاديمي في المدارس الثانوية، إلى أن المراهقين ينظرون بوجود تدني بالأمن النفسي لهم بالمدارس الثانوية وعدم وجود الوعي الذاتي الكافي لتعامل مع الأزمات للمحافظة على شعورهم بالاستقرار والطمأنينة، وأشار الأقرع (2005) في دراسته إلى انخفاض الوعي والشعور بالأمن النفسي لدى طلبة جامعة النجاح، مع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للمتغيرات الديمغرافية لطلبة الجامعة.

ولكن اختلفت نتائج دراسة شريبه (2018) التي هدفت للتعرف إلى مستوى الأمن النفسي لدى عينة من طلبة جامعة تشرين في ضوء الأزمة السورية من خلال تطبيقها لمقياس الأمن النفسي، مع نتائج الدراسة الحالية من بتدني الوعي الذاتي لدى الطلبة في كيفية التعامل مع الأزمات والشعور بالأمن النفسي الا أن شريبه (2018) توصلت في نتائج دراستها الى زيادة

الوعي بالشعور بالأمن النفسي وبكيفية التعامل مع الأزمات لدى طلبة الجامعة خلال الأزمة السورية بين كلا الجنسين، وأشارت الى عدم تأثير الأزمات على الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة.

توصلت الباحثة من خلال النتائج التي حصلت عليها في هذه الدراسة إلى أن الحاجة الى الشعور بالأمن والأمان من أهم الاحتياجات التي يجب توفيرها لطلبة في ظل الأوضاع والأزمات التي نعيشها بشكل عام، ودعمت الباحثة ضرورة المحافظة على مستوى عالٍ من الشعور بالأمن النفسي ومحاولة حمايته لدى الطلبة من التأثير في ظل الأزمات التي يمرون بها خلال مراحل حياتهم، مع ما أشارت إليه في إطارها النظري بنظرية ماسلو حول الشعور بالأمن والأمان واعتبره إحدى الدوافع الأساسية للسلوك الإنساني في تنظيمه الهرمي، بحيث شكلت الحاجات الفسيولوجية قاعدته الأساسية، تليها مباشرة الحاجة إلى الشعور بالأمن النفسي، ثم تليها الحاجات الاجتماعية كالحاجة إلى الحب والانتماء والتقدير لتحقيق الذات. وفي هذا السياق أن هدف الحياة أصبح الوصول إلى الأمن النفسي؛ حيث أكد جبر (2015) على أنه لا يوجد عامل أهم من الناحية النفسية من عامل الشعور بالأمن النفسي، لأن كل عنصر من عناصر البيئة تقريباً ينطوي على شيء من حاجة الفرد إلى الأمن.

6.4.4 تدني الوعي الذاتي لدى الطلبة في كيفية التعامل مع الأزمات

ظهرت العديد من الإجابات التي تم الحصول عليها من المبحوثين حول كيفية التعامل مع الأزمات ومدى الوعي الكافي لتعامل مع الأحداث والمواقف التي تظهر خلال الأزمات، فمن خلال إجابات المرشدين التربويين ظهرت العديد من الردود التي بينت تدني الوعي الذاتي

لطلبة في كيفية التعامل مع أزمة كورونا في ظل غياب الدعم النفسي لديهم، ما أدى إلى تفاقم العديد من الآثار النفسية، والاجتماعية، والتربوية، والاقتصادية عليهم، وبالتالي ازداد ظهور المشكلات السلوكية والاضطرابات النفسية أدى الى تهديد شعورهم بالأمن النفسي وتأثر صحتهم النفسية، واتضح ذلك من خلال ما صرحت به المرشدة (ن 6)، قائلة: "خلال أزمة كورونا لم يكن هناك وعي لدى الطلبة لكيفية التعامل مع أزمة كورونا، و قلة التواصل وتغير نمطه بيني وبين الطلاب والأهالي أثر كثير عليهم وعلينا كمرشدين وشعرت بعدما عادوا الى المدرسة بتفاقم وانتشار المشكلات السلوكية والانفعالية داخل المدرسة وأفكر بأن سببه هو غياب تقديم الجلسات الإرشادية وجه لوجه كما كان بالسابق وبالتالي انعدم الوعي لديهم".

كما أجمع المرشدون على أن غياب الدعم النفسي خلال أزمة كورونا وتقديمه إلكترونياً كان من أهم التحديات التي واجهتم وساهمت في تفاقم الآثار السلبية النفسية والاجتماعية لدى الطلبة، وحدث من كيفية تعاملهم ومساعدتهم على التخفيف من أعراضها، كما أوضحوا أن الانتقال المفاجئ من تقديم جلسات فردية وجهاً لوجه داخل الغرفة الإرشادية الى تلقيها عبر الهاتف ووسائل التواصل الاجتماعية كزوم وغيرها شكل عائقاً أمامهم؛ بسبب غياب التواصل مع مرشديهم في مثل هذه الضائقة التي كانوا خلالها بأمس الحاجة لتلقي الدعم والمساعدة، وقلة الخبرة من قبل المرشدين في تقديم الأساليب الإرشادية إلكترونياً وتوجيه الطلبة في كيفية التعامل مع هذه الأزمة ومحاولة التأقلم معها، أدى إلى عدم قدرتهم على التوصل إلى طرق وآليات تساعدهم من التخفيف آثار الأزمة عليهم والتعايش معها دون تأثر شعورهم بالأمن النفسي، كونهم في مرحلة حساسة ويحتاجون لرعاية ودعم نتيجة التغيرات الفسيولوجية والنفسية التي تطرأ عليهم خلال مرحلة المراهقة، فأضافت أزمة كورونا عليهم التحديات والصعوبات مع غياب الدعم، وبالتالي تفاقمت التأثيرات التي هددت شعورهم بالأمن النفسي.

ولكن بالرغم من إجماع المرشدون في إجاباتهم، إلا أن الباحثة لاحظت تعارضاً في إجابات ما أجمع عليه المرشدين في قلة الوعي لكيفية التعامل مع الأزمات من خلال ما تم جمعه مع إجابات الطلبة، حيث أشاروا من خلال مقابلتهم باتفاق ربع الطلبة بازدياد الوعي لديهم لكيفية التعامل مع الأزمات خلال أزمة كورونا، فاتضح من حديثهم بأن أزمة كورونا كانت عبارة عن حدث وعبرة لهم، تعلموا من خلالها كيفية الاستعداد والتأقلم مع التغيرات المفاجئة التي يمكن أن تطرأ على حياة الإنسان جراء تعرضه للعديد من الأحداث والتغيرات نتيجة تواجده في ظل الاحتلال الذي يُشكل أكبر مسبب للأزمات والتغيرات المفاجئة التي يمكن أن تواجهه في حياته، واعتبروا بأن أزمة كورونا كانت تجربة ساعدتهم على توسيع معرفتهم وإدراكهم ورفع مستوى الوعي لديهم، واتضح ذلك مع ما جاء به إحدى الطلبة، قائلاً: " أنا حسيت أزمة كورونا خلتنى أصحح لأشياء كثير، شفت كيف لما صارت كورونا وانقلب العالم كله، سكرت حدود ودول كاملة وانهارت منها اقتصادات وخلي كل الناس تقعد ببيوتها وبطل في حد بالشوارع غير الحيوانات".

تطابقت نتائج إجابات المرشدون مع نتائج إحدى الدراسات السابقة التي استندت إليها الباحثة بتدني الوعي لدى الأفراد في إدارة الأزمات وكيفية التعامل معها مع دراسة اليسري (2021)، التي هدفت للتعرف إلى مدى وعي الأسرة تجاه إدارة أزمة كورونا من حيث الكشف عن المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والنفسية الأكثر تأثيراً بوعي الأسرة تجاه إدارة الأزمات، وبالتالي توصلت إلى وجود نسب إختلاف في الوعي الذاتي لكيفية التعامل مع الأزمات بين الأسر خلال أزمة كورونا بدرجات متفاوتة بينهم، ويمكن أن تعود هذه الإختلافات بينهم نتيجة الخلفيات الاجتماعية والثقافية والإقتصادية المختلفة التي تنتمي لها

الأسر التي تمت مقابلتهم بهذه الدراسة، ومن هنا يمكن الإدعاء بوجود تقارب بين نتائج دراسة اليسري(2021) مع النتائج التي تم التوصل إليها في هذه الدراسة كما ورد في حديث المرشدين التربويين بوجود نسب متفاوتة لدى الطلبة بتدني الوعي الذاتي لديهم في كيفية التعامل مع الأزمات، وأن فئة قليلة كان لديهم وعي ذاتي كما صرح به فئة قليلة من الطلبة خلال مقابلاتهم ومن الممكن أن تعود تلك الفروقات نتيجة الخلفيات الثقافية والإقتصادية والإجتماعية التي ينتمي لها الطلبة وعائلاتهم مما يزيد من وعيهم وتثقيفهم وتقديم الدعم والحلول لكيفية التأقلم مع الأزمات من قبل المحيطين بهم.

ويمكن الإستنتاج من خلال النتائج التي حصلت عليها الباحثة في هذا المحور بتفاوت وتعارض إجابات المبحوثين في الإجابة عن الأسئلة الفرعية، فأشار المرشدون تدني الوعي الذاتي كيفية التعامل مع الأزمات من قبل الطلبة خلال أزمة كورونا بسبب غياب الدعم النفسي لهم أثناء حدوثها، إلا أن بعض الطلبة صرحوا بازدياد الوعي لديهم حول كيفية التعامل مع الأزمات والتأقلم مع التغيرات والأحداث المفاجئة التي يمكن أن تحدث معهم خلال مراحل حياتهم المختلفة باتخاذ أزمة كورونا كنموذج لتلك الأزمات، كما وتعارضت ردود بعض الطلبة مع ما جاء به الطلبة الآخرين حول الآثار النفسية والإجتماعية التي أثرت على شعورهم بالأمن النفسي، عبر قليل منهم بأن أزمة كورونا كانت عبارة عن راحة وفرصة لهم ولعائلاتهم من متاعب الحياة وإنشغالاتها، وزدادت تجمعاتهم مع أقاربهم وعائلاتهم، وقوة الروابط والتماسك الأسري بينهم ولم يشعروا بالعزلة أو الانفصال عن الواقع الخارجي، نتيجة عدم إنقطاعهم علاقاتهم الإجتماعية ومشاركتهم بالعديد من المناسبات الإجتماعية مع بعضهم البعض على خلاف الطلبة الأخلايين الذين عانوا من العزلة والوحدة وتأثرت علاقاتهم الإجتماعية، نتيجة

الحجر المنزلي والقيود التي منعتهم من الالتقاء بعائلاتهم والمشاركة بالمناسبات الإجتماعية لفترة طويلة.

من خلال النتائج التي تم التوصل اليها من هذه الدراسة حول تأثير الأزمات بشكل عام وأزمة كورونا بشكل خاص على الصحة النفسية لدى الأفراد، والتي ينتج عنها تدني الشعور بالأمن النفسي لديهم الذي يُعد أحد مؤشرات الصحة النفسية، يتضح من خلال إجابات المبحوثين بترك أزمة كورونا العديد من الآثار النفسية والإجتماعية والإقتصادية والتربوية عليهم نتيجة الضغوطات والمشكلات التي واجهتهم خلالها، وتم الإستدلال على ذلك من خلال التوصل الى تدني مستويات أبعاد الأمن النفسي لدى الطلبة التي أشارت إليها الباحثة في الإطار النظري.

ومن هنا يمكن الإدعاء بأن مشاعر الحزن الشديد والخوف والإحباط التي رافقت بعض الطلبة خلال أزمة كورونا وأدت بهم للشعور بالتهديد والخطر تعتبر معاكسة للطمأنينة النفسية والتي تعد أحد أبعاد الأمن النفسي، والتي تتميز بالهدوء والإطمئنان والإستقرار وعدم الشعور بالخطر أو التهديد داخل البيئة التي يعيش فيها الفرد، الا أنه سيطر على معظم الطلبة عكس ذلك وكانت مشاعر الحزن والخوف والتهديد هي المشاعر التي رافقتهم خلال الأزمة نتيجة الظروف والقيود التي عاشها الطلبة، كما وصرحوا أثناء حديثهم على إنسحاب بعضهم من الوسط الإجتماعي الذي يعيشون فيه، وعبروا عن ميلهم للعزلة والوحدة، وعبر عن توتر علاقاتهم الإجتماعية نتيجة عدم مشاركتهم بالمناسبات الاجتماعية، والالتقاء بأصدقائهم وأقاربهم في ظل الحجر المنزلي الذي فرض خلال الأزمة، وبالتالي أدى الى تدني الإستقرار الإجتماعي لديهم والذي يُعد البعد الثاني للشعور بالأمن النفسي، كما لم يعد لدى بعض الطلبة القدرة على العمل لتحقيق أحلامهم ومواصلة متابعة هواياتهم التي انقطعوا عنها خلال الأزمة

كما عبروا عن ذلك أثناء مقابلاتهم، وأدت إلى انخفاض الدافع لديهم في تحقيق ذاتهم والسعي نحو التركيز على مكانتهم وإهتماماتهم والذي يعتبر من أعلى بُعد من أبعاد الأمن النفسي. ولا بد الإشارة هنا بأن الطلبة من أبناء الشعب الفلسطيني الذين يعيشون صراعات وأزمات بشكل مستمر تحت وجود الإحتلال، وبالتالي فإن مواكبتهم لأزمات أخرى مما يجعل الآثار السلبية الناتجة عنها تتفاقم آثارها عليهم، وبالتالي تؤدي إلى ظهور أعراض بعض الإضطرابات النفسية عليهم كالإكتئاب والقلق وغيرها من الإضطرابات التي أشار إليها المرشدون التربويون أثناء حديثهم، ولا يمكننا أن نغفل عن الأزمة العمرية التي يمرون بها طلبة المرحلة الثانوية " مرحلة المراهقة" والتي تعتبر أيضاً من الأزمات التي تواجههم، وبالتالي تزيد من الضغوطات على كاهلهم، ولهذا السبب أرادت الباحثة إختيار طلبة المرحلة الثانوية لتعبير عن مشاعرهم وتسليط الضوء على الأزمات والضغوطات التي يمر بها طلبة الشعب الفلسطيني بشكل خاص.

الخلاصة

يمكن الادعاء بأن ما تم التوصل إليه من خلال النتائج بظهور آثار سلبية متعددة ومتنوعة نتيجة أزمة كورونا التي أدت إلى تدني الشعور بالأمن النفسي لدى طلبة المدارس في مدينة القدس، أن تظهر أيضاً لدى الطلبة من مناطق أخرى في فلسطين، على الرغم من القناعة التامة بأن البحث الكيفي لا يسعى للتعميم ويدرس سياقات محددة، ولكن من وجهة نظر الباحثة ترى بأن طبيعة الظاهرة المدروسة والتي تحدث من أثر الأزمات وبخاصة أزمة كورونا على الأمن النفسي من الممكن أن تعمم نتائجها على أزمات أخرى مشابهة لها تتعلق في المستقبل

كالتغيرات المناخية والحروب، وباعتبار أن المجتمع الفلسطيني ما زال يعيش تحت الاحتلال ومن المتوقع أن يعيش العديد من الأزمات الأخرى باي لحظة دون سابق إنذار، لذلك يمكن الاستفادة من هذه التجربة وتعميمها على أزمات مشابهة وظروف بالمستقبل، نظراً للتشابه الجغرافي والثقافي والاجتماعي والسياسي بين المناطق الأخرى في فلسطين؛ أي إن الوضع في مدينة القدس لا يختلف عن وضع الضفة الغربية وقطاع غزة وبالتالي يمكن الاستفادة منها بظروف وقطاعات مشابهة أخرى ضمن المجتمع الفلسطيني.

التوصيات

بعد عرض نتائج الدراسة ومناقشتها، خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات العملية وتوصيات لدراسات مستقبلية، يمكن إجمالها بما يأتي:

أولاً: توصيات عملية

تتضمن توصيات خاصة بالمرشدين والطلبة، يمكن إيجازها فيما يلي:

1. عقد ندوات ودورات إرشادية موجهة لطلبة من قبل المرشدين لزيادة وعيهم في كيفية التعامل مع الأزمات بالمدارس في مدينة القدس والضفة الغربية خلال الحصص الإرشادية.
2. بناء وتنظيم برامج إرشادية جماعية ولقاءات توعوية حول كيفية تحقيق التوازن النفسي للمحافظة على الأمن النفسي لدى الطلبة.
3. إدراج موضوع إدارة الأزمات ضمن المناهج التعليمية من قبل وزارة التربية والتعليم لحث الطلبة على كيفية التعامل مع الأزمات والقدرة على التكيف معها.
4. التأكد من توفير المصادر الكافية للمرشدين والدعم الكافي للمساعدة على تكيف الطلبة في ظل الظروف والأحداث الضاغطة المفاجئة من قبل المرشدين المشرفين عليهم.

ثانياً: توصيات لدراسات مستقبلية

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة، توصي الباحثة بالقيام بالدراسات الآتية:

1. إجراء دراسات نوعية تتعلق بتأثير الأزمات على الأمن النفسي والاستفادة من نتائج الدراسات في التعامل مع فئات أخرى من المجتمع.

2. الاستمرار في عمل الدراسات التحليلية الأكثر تخصصاً لتحديد الوسائل الأكثر فاعلية في كيفية التعامل مع الأزمات بمختلف أنواعها.
3. إجراء دراسات نوعية من خلال ربط الأزمات والشعور بالأمن النفسي ببعض المتغيرات الأخرى كآساليب المعاملة الوالدية، والصحة النفسية، والاعتراب النفسي.
4. إجراء دراسات توضح أهمية وجود الخدمات الإرشادية التي تُقدم وقت الأزمات، وتوضح أهميتها بالتخفيف من آثارها على الصحة النفسية.

قائمة المراجع

أحمد، أماني (2021). برنامج قائم على معايير الأمن في تنمية الأداءات المهنية لمعلمي علم النفس بالمرحلة الثانوية. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة أسيوط: مصر.

الأقرع، إياد (2005). الشعور بالأمن النفسي وتأثره ببعض المتغيرات لدى جامعة النجاح الوطنية. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية: نابلس، فلسطين.

آل سعد، خالد بن سعيد (2020). مدى تأثير بعض جوانب الإجراءات الاحترازية لمواجهة أزمة كورونا على الأمن النفسي والاجتماعي للأفراد من وجهة نظر الممارسين الصحيين بمدينة الملك عبد العزيز الطبية. مجلة التربية، 187(4)، 209-255.

الأسمرى، سعيد (2020). مهددات الصحة النفسية المرتبطة بالحجر المنزلي إثر فيروس كورونا المستجد covid19، المجلة العربية للدراسات الأمنية، 36(2)، 262-278.

ابراهيم، عبد الرحمن (2021). الاستقرار النفسي وعلاقته بالأمن النفسي والتفاعل الاجتماعي: دراسة ميدانية على طلاب القطاع التربوي. (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الجزيرة: السودان.

آل مداوي، عيبر وبدوي، ولاء (2021). إدارة الأزمات وعلاقتها بالضغط النفسية لدى القيادات الأكاديمية بجامعة الملك خالد أثناء جائحة كورونا. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة سوهاج: مصر، القاهرة.

بسيوني، سوران والصبان، عبير (2011). العنف وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، (75)، 169-122.

بومدين، سنوسي وجلولي، زينب (2020). الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد 19 والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي. مجلة التمكين الاجتماعي، 2(2)، 80-65.

بني مصطفى، منار والشريفين، أحمد (2013). الشعور بالوحدة النفسية والأمن والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة الوافدين في جامعة اليرموك، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 2، 162-141.

البقري، مي (2009). إساءة المعاملة البدنية والإهمال الوالدي والطمأنينة النفسية والاكنتاب لدى عينة تلميذات المرحلة الابتدائية بمدينة مكة المنورة. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية التربية، جامعة ام القرى: السعودية.

بولفخاد، نور الدين (2021). آثار جائحة فيروس كورونا، مجلة دار المنظومة، 41، 25_22.

جبر، حسن (2015). الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم القلق لدى طلبة كلية الفنون الجميلة. مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية، 23(3).

جوزه، عبدالله (2021). الصحة النفسية في زمن كورونا المستجد وتداعيات الحجر المنزلي. مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، 6(1)، 231-201.

جميل، عبد الكريم (2018). إدارة الأزمات والكوارث. عمان، الأردن، دار الشروق.

جاد الله، محمود (2010). إدارة الأزمات (ط 2). عمان، الأردن، دار أسامة للنشر والتوزيع.

الخولي، هشام (2011، يوليو). قبل الكارثة الأمن النفسي ما بين الوهم والحقيقة. بحث مقدم في المؤتمر العلمي لقسم الصحة النفسية بكلية التربية بجامعة بنها.
الحفني، سامح أحمد زكي (2017). إدارة الأزمات. مجلة دار المنظومة، 2، 123_1.

خالد، سعد حسن البني (2019). الأمن النفسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس في منطقة الفراوانية التعليمية بدولة الكويت. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة: الكويت.

خليل، صمويل تامر بشرى، وعبد الظاهر، عبدالله محمد (2009). اضطراب الوسواس القهري " دراسة حالة". مجلة دار المنظومة، 19(3)، 323_274.

الخصيري، محسن أحمد (2003). إدارة الأزمات. القاهرة، مصر، مكتبة المدبولي.

الخرزاعلة، مقبل محمود (2017). درجة توافق الأمن النفسي لدى العاملين الإداريين في جامعة آل البيت. رسالة ماجستير. كلية العلوم التربوية، جامعة آل البيت: عمان، الأردن.

الدليمي، حامد عبد الحميد (2008). إدارة الأزمات في بيئة العولمة حالة دراسية لإعادة إعمار مدينة الفلوجة في جمهورية العراق. رسالة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، جامعة كليمنتس، بريطانيا.

رشاد، حسن (2011، أيار). إدارة الأزمات في قطاع السياحة. بحث مقدم في المؤتمر السادس عشر السنوي: إدارة الأزمات والكوارث. جامعة عين شمس: القاهرة.
 رضوان، سامر (2020). علم النفس في مواجهة تأثير أزمة كورونا على الصحة النفسية، مجلة دار المنظومة، 5(23)، 37-45.

الربابعة، محمد عبد الرحمن (2017). مستوى الأمن النفسي والحاجة الى المعرفة لدى عينة من طالبات جامعة اليرموك، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة اليرموك، عمان، الأردن.

الزبيدي، جواهر (2020). الاضطرابات النفسية الأكثر شيوعاً في جائحة كورونا لدى الذكور والإناث في المملكة العربية السعودية، المجلة السعودية للعلوم النفسية، (66)، 37-56.

الزكراوي، حسينة (2020، أبريل). تسير الأزمات: دعم المناعة النفسية وإذكاء الجانب الديني الروحي: وباء كورونا covid19 نموذجاً، مجلة الندوة للدراسات القانونية، (32)، 120-136.

سالم، أمينة (2015). إدارة الأزمات والتخطيط الإستراتيجي . القاهرة، مصر، المكتب العربي للمعارف.

السامراني، نبيهة صالح (2007). مقياس قلق المستقبل. مجلة دار النهضة العربية.

شريبه، بشرى (2018). مستوى الأمن لدى عينة من طلبة جامعة تشرين في ضوء الأزمة السورية: دراسة ميدانية في مدينة اللاذقية، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، 40 (5)، 99-112.

الشهري، عبد الله (2009). إساءة المعاملة المدرسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الطائف، (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.

شقيير، زينب (2020). مستوى الشعور بالأمن النفسي في ظل بعض المتغيرات: دراسة ميدانية على طلبة جامعة تلمسان، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 6(3)، 251-239.

الصاعدي، أحمد بن عيد بن براك (2018). دور استراتيجيات التثليث (Triangulation) في تجويد الأبحاث العلمية في مجال تكنولوجيا التعليم. المجلة التربوية الدولية المتخصصة، 9(9)، 78-68.

الصرايرة، خالد أحمد (2009). الإحساس بالأمن النفسي لدى أعضاء الهيئات التدريسية في الجامعات الأردنية الرسمية وعلاقتها بأدائهم الوظيفي من وجهة نظر رؤساء أقسامهم. المجلة العربية لضمان جودة التعليم الجامعي، 2(3).

صالح، علي (2011). سيكولوجيا الأزمة بين الفرد والمجتمع. مجلة الخدمة الاجتماعية، 14(22)، 75-45.

الصيرفي، محمد (2011). إدارة الأزمات . القاهرة، مصر، مؤسسة حورس الدولية.

الطهراوي، جميل (2007). الأمن النفسي لدى الجامعات في محافظات غزة وعلاقته باتجاههم نحو الانسحاب الإسرائيلي، مجلة الجامعة الإسلامية، 3(3)، 1013-979.

عفاشه، أحلام (2021). الآثار النفسية لفيروس كورونا على منسوبات التعليم للمرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية بالمدينة المنورة، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 5(23)، 72-39.

عبد الحكيم، ايهاب حامد (2020). الحالة النفسية للطلاب خلال فترة انتشار وباء كورونا. *مجلة الخدمة الاجتماعية*، 60(1)، 81-128.

العسيلي، رجاء وعبدالله، تيسير (2005). قلق الأزمات التي تعاني منها جامعة القدس المفتوحة أثناء انتفاضة الأقصى، *مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات*.

عبد الله، رجب (2000). *دور القيادة في اتخاذ القرار خلال الأزمة (ط2)*. الاسكندرية، مصر، دار الإيمان للنشر والتوزيع.

عثمان، فاروق السيد (2010). *التفاوض وإدارة الأزمات*. القاهرة، مصر، دار الكتب والوثائق القومية المصرية.

علي، نهلة (2020). دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة من انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفس جسمانية لدى المرأة العاملة، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 30(108)، 358-434.

الغامدي، عبد العزيز بن رشيد (2016). الأمن النفسي لدى طلاب وطالبة المرحلة الثانوية بمدينة الدمام، *مجلة دار المنظومة*، 27(107)، 411-448.

الفتي، آمال وأبو الفتوح، محمد (2020). المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد "بحث وصفي استكشافي لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر". *المجلة التربوية النفسية*، 74(74)، 148-189.

فروم، إيريش (2013). *الصحة النفسية للمجتمع المعاصر* (محمد حبيب، مترجم). سوريا: دار الحوار للنشر والتوزيع.

المؤتمر السنوي لمنظمة الصحة العالمية الفلسطينية المتعلق بالعمل الصحي للأزمات والكوارث (2005). رام الله، فلسطين.

محمد، إيثار عبد الهادي (2011). إستراتيجية إدارة الأزمات وفق المنظور الإسلامي. مجلة العلوم الاقتصادية والإدارية، 17(64)، 60-75.

مظلوم، مصطفى (2014). العلاقة بين الأمن النفسي والولاء للوطن لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في جامعة الزقازيق، 29(84)، 275-326.

نصر، إياد (2017). سيكولوجية إدارات الأزمات (ط 2). عمان، الأردن، دار الخليج للصحافة والنشر.

نوفل، ربيع وآخرون (2018). ادارة الأزمات الاسرية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من ربات الأسر، المجلة المصرية، 101(101)، 227_264.

الوهيبة، خولة والشهباني، إيمان (2022، أبريل). أثر مستوى القلق النفسي لجائحة فايروس كورونا كوفيد 19 لدى الأسر العُمانية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، 15(2)، 219-243.

اليسري، أفنان (2021). قياس مدى وعي الأسرة السعودية وانعكاسه على ادارة الأزمة في ظل جائحة كورونا. مجلة بحوث التربية النوعية، 7(33)، 1511-1564.

Barton, L. (1993). Crisis in Organization Management & Communication in the Heat of Chaos South Western, **Journal Human Systems Management**, (12), 353-357.

Braun, V. & Clarke, V. (2006). **Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology**, 3, 77-101. Retrieved October 25, 2021, from: www.QualResearchPsych.com.

Creswell, J. W. (2013). **Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches** (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

Fenniman, A. (2010). Understanding **Each Other at Work: An Examination of the Effects of Perceived Empathetic Listening on Psychological Safety in the Supervisor-Subordinate Relationship**. Unpublished dissertation. Education and Human Development, George Washington university.

Falk Heimer, Heide & Jesper, Mats (2006). Multicultural Crisis Communication: To Ward a Social Constructionist Perspective. **Journal of Contingencies & Crisis Management**, (14) 4,180-189.

Huang, Y, & Zhao, N. (2020, June). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: a web-based cross-sectional survey. **Psychiatry Research**, (288), 339-347.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>

Loma, V. (2017). Crisis Responders Strategies in Finland Spain. **Journal of Contingencies and Crisis Management**, 25(4), 495-518.

Musa, A. K., Meshack, B., & Sagir, J. I. (2016). Adolescents' perception of the psychological security of school environment, emotional development and academic performance in secondary schools in Gombe Metropolis. **Journal of Education and Training Studies**, 4(9), 144-153.

Rubin, A., Weiss, E. L., & Coll, J.E. (2013). **Handbook of Military Social Work**. New Jersey, USA: John Wiley & Sons, NC.

Tian, et.al. (2020, April). Psychological symptoms of ordinary Chinese citizens based on SCL-90 during the level I emergency response to COVID-19. **Psychiatry Research**, (288),230-245. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112992>

Wang, C., Horby, P., Hayden, F., Gao, G. (2020, Feb). A Novel Coronavirus Outbreak of Global Health Concern. **The Lancet**,**395**(10223),470-475. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30185-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30185-9)

Zinczenko, Y., Busying, I., & Peregrina, E. (2013). Stress- inducing situations and psychological security of the penal system staff. **Social and Behavioral Sciences**. 86, 93-97.

الملاحق

تأثير الأزمات على الشعور بالأمن النفسي للمتعلمين: الوضع مع جائحة كورونا

ملحق (1)

نموذج مقابلة الطلبة:

1. ماذا يعني مفهوم الأزمة لك؟
2. ماذا تعني لك أزمة كورونا؟
3. كيف تصف لنا تجربتك الشخصية مع أزمة كورونا؟
4. من وجهة نظرك ما هي الأسباب التي جعلت الناس يبالغون في خوفهم وقلقهم من أزمة كورونا؟
5. ما هي الأساليب التي لجأت لها للتعامل مع أزمة كورونا لحماية نفسك/ لتقليل من آثارها عليك؟
6. كيف تصف شعورك عندما تسمع أن شخص فارق الحياة بسبب أزمة كورونا؟
7. لو طلب منك أن تتحدث عن إيجابيات وسلبيات أزمة كورونا كيف تصفها؟
8. كيف أثرت أزمة كورونا عليك من الناحية النفسية؟
9. كيف أثرت أزمة كورونا عليك من الناحية الاجتماعية؟
10. كيف أثرت عليك أزمة كورونا من الناحية الصحية؟
11. كيف أثرت عليك أزمة كورونا من الناحية الأكاديمية؟
12. ماذا يعني لك مصطلح الأمن النفسي؟
13. كيف ترى نفسك في الوسط الاجتماعي الذي تعيش فيه من حيث شعورك (بالطمأنينة النفسية، الاستقرار الاجتماعي، تحقيق الذات، مدى تقبل الآخرين لك، قدرتك على التواصل والتكيف مع من حولك)؟
14. برأيك ما هي الأسباب التي تجعل الفرد يشعر بالخوف والتهديد وعدم الامان وعدم القدرة على التكيف مع المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه؟
15. حتى يستطيع الفرد أن يتكيف مع الأزمات والمشكلات التي تحدث في محيطه ويخرج منها بأقل الأضرار والآثار ماذا ينبغي عليه أن يعمل؟

ملحق رقم (2)

نموذج مقابلة المرشدين التربويين

1. ماذا يعني مفهوم الأزمة لك؟
2. ماذا تعني لك أزمة كورونا؟
3. كيف تصف لنا تجربتك الشخصية مع أزمة كورونا؟
4. من وجهة نظرك كمرشد ما هي الأسباب التي جعلت الناس يبالغون في خوفهم وقلقهم من أزمة كورونا؟
5. ما هي الأساليب الوقائية التي يمكن أن يلجأ إليها الأفراد لحماية أنفسهم والتقليل من آثار أزمة كورونا على صحتهم النفسية؟
6. خلال مسيرتك المهنية كمرشد تربوي، كيف تصف لنا شعور الأفراد الذين تعرضوا لفقدان أشخاص أعزاء عليهم نتيجة أزمة كورونا؟
7. برأيك من هم الأفراد المعرضين لخطر التأثير سلباً جراء أزمة كورونا؟
8. لو طلب منك أن تتحدث عن إيجابيات وسلبيات أزمة كورونا كيف تصفها؟
9. كمرشد كيف أثرت أزمة كورونا عليك من الناحية النفسية؟
10. كيف أثرت أزمة كورونا عليك من الناحية الاجتماعية؟
11. كيف أثرت عليك أزمة كورونا من الناحية الصحية؟
12. كيف قمت بتقديم الدعم النفسي للطلبة الذين تأثروا خلال أزمة كورونا وتعرضوا لحالات الفقدان؟
13. ماذا يعني لك مصطلح الأمن النفسي؟
14. أخبرني عن الأسباب التي تؤدي إلى فقدان الشعور بالأمن النفسي بالنسبة لك وللطلبة الذين تتعامل معهم؟
15. صف لي التحديات التي واجهتك كمرشد تربوي خلال أزمة كورونا أثناء تقديم الدعم النفسي للأفراد المتضررين من تلك الأزمة؟
16. كيف يمكن أن تصف لنا تأثير أزمة كورونا على أدائك وعملك الإرشادي؟

17. كيف ترى تأثير أزمة كورونا على الطلبة من ناحية قدرتهم على تقبل الأزمة، مدى شعورهم بالأمان النفسي، مدى شعورهم بالاحتواء والاندماج مع وسطهم الاجتماعي، قدرتهم على تحقيق ذاتهم، وكيف تعاملت مه هذه الجوانب؟
18. ما هي الاستراتيجيات التي استخدمتها لمساعدة الطلبة للتقليل من آثار أزمة كورونا عليهم؟
19. صف لي أهمية وجود خدمات لها علاقة بإرشاد الأزمات داخل المدارس؟