جامعة واسط
مجلة كلية التربية
العدد الخامس والأربعون / ج٢
تشرين الثاني /٢٠٢١

التعافي النفسي وعلاقته بالدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كارونا

أ.م.د. مالك فضيل عبدالله
جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية
Mfdheal@uowasit.edu.iq

ملخص البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف على التعافي النفسي لدى المتعافين من جائحة كورونا ، ودلالة الفروق الاحصائية في التعافي النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور– اناث) والتعرف على الدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كورونا، ودلالة الفروق الاحصائية في الدعم العاطفي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور– اناث). والكشف عن العلاقة الارتباطية بين التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كورونا ، وتكون مجتمع البحث من (١٧٣١٧) فرد وتم اختيار عينة البحث البالغ عددها (٤٠٠) فرد من المتعافين من جائحة كورونا لكلا الجنسين بمختلف تحصيلهم الدراسي واعمارهم بواقع (٢٨٨) ذكور و (١٢٢) اناث تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية ، وتحدد مجتمع البحث الحالي من المتعافين من جائحة كورونا لدى موظفي الدولة في وزارات (التعليم العالي والبحث العلمي والصحة والتربية) لعام الدراسي (٢٠٢٠– ٢٠٢١) في مركز مدينة الكوت ، وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة لم يجد الباحث اداة مناسبة تخصّ عينة البحث وقام الباحث ببناء مقياسي البحث ، وكان مقياس التعافي النفسي مكون من (٣٠) فقرة ، ومقياس الدعم العاطفي مكون من (٢٧) فقرة، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياسين، اذ قام الباحث باستخراج الصدق الظاهري للمقياسين بعد عرضهم على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية ، وكذلك تم التحقق من مؤشرات صدق البناء، وتم استخراج الثبات بطريقتي (الاختبار واعادة الاختبار، والفاكرونباخ) ، وحُللِ البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأظهرت النتائج ما يأتي:

١– تمتع المتعافون من جائحة كورونا بقدر جيد من التعافي النفسي .
٢– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التعافي النفسي وفق متغير الجنس (ذكور – اناث).
٣– تمتع المتعافون من جائحة كورونا بقدر جيد من الدعم العاطفي .
٤– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المناعة النفسية وفق متغير الجنس (ذكور – اناث).
٥– وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين متغيري البحث التعافي النفسي والدعم العاطفي .

وفي ضوء النتائج توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية : التعافي النفسي ، الدعم العاطفي ، المتعافين من جائحة كارونا

Psychological recovery and its relationship to emotional support among those recovering from the Corona pandemic

Abstract:

The current research aims to identify the psychological recovery of those recovering from the Corona pandemic, and the significance of the statistical differences in psychological recovery according to the gender variable (males - females), and to identify emotional support among those recovering from the Corona pandemic, and the significance of the statistical differences in emotional support according to the sex variable (males, females). And the detection of the correlation between psychological recovery and emotional support for those recovering from the Corona pandemic, and the research community consisted of (17317) individuals, and the research sample of (400) individuals from those recovering from the Corona pandemic was selected for both sexes with different educational attainment and ages, with a rate of (288) males and (122) females were selected by random stratified method, The current research community of those recovering from the Corona pandemic among state employees in the ministries (higher education, scientific research, health and education) for the year (2020-2021) was determined in the center of the city of Kut, and after the researcher reviewed the literature and previous studies, the researcher did not find an appropriate tool for the research sample. By building the two research scales, the psychological recovery scale consisted of (30) items, and the emotional support scale consisted of (27) items, and the psychometric properties of the two scales were extracted, as the researcher extracted the apparent validity of the two scales after they were presented to a group of arbitrators in educational and psychological sciences, as well as Indicators of construction validity have been verified. The stability was extracted by two methods (test and retest, and Facronbach), and the data were analyzed statistically using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) and the results showed the following:

1- Those recovering from the Corona pandemic enjoyed a good amount of psychological recovery.

2- There are no statistically significant differences in psychological recovery according to the gender variable (males - females).

3- Those recovering from the Corona pandemic have enjoyed a good amount of emotional support.
4- There are no statistically significant differences in psychological immunity according to the sex variable (males - females).
5- There is a positive significant correlation between the research variables, psychological recovery and emotional support.
In light of the results, the researcher reached a set of conclusions, recommendations and suggestions.

Keywords for research: psychological recovery, emotional support, people recovering from the Corona pandemic

الفصل الأول

مشكلة البحث:-

تعدّ الصحة مطلباً اساسياً ومهماً تسعى دول العالم ومنظماته وافراده الى بلوغه وتعمل جاهدة على تحقيقه لأجل حياة صحية سليمة يسهم من خلالها الفرد في جهود التنمية المختلفة لأسرته ومجتمعه (الاحمدي، ٢٠٠٣: ١٢). فأن العالم يواجه اليوم مشكلة صحية خطيرة نظراً لما تسببه من نتائج في غاية الخطورة على مستوى الفرد والمجتمع الا وهي ظهور فايروس وبائي حسب تصنيف منظمه اليونيسف الذي سمي بفايروس كورونا الذي يعد وباءاً عالمياً حديث العهد، وقد ظهر بطريقة مفاجئة وبسرعة فائقة على مستوى العالم. (غيات،٢٠٢٠ : ٢٨٦) . ويواجه الأفراد الذين تعرّضوا بشكل مباشر أو غير مباشر لخطر فايروس كورونا بعض الاعراض المرضية التي تنتمي لبعض الاضطرابات ، سواء بشكل مزمن أو طارئ ففي ظل حالة الطوارئ التي تفرضها جائحة كورونا وانتشار المرض في انحاء العالم ، وعدم قدرة دول عظمى على السيطرة على انتشاره ، وما يترافق مع ذلك من ضغوط نفسية متمثلة بالخوف من الاصابة بالمرض، او الخوف من نقل العدوى للأخرين والشعور بالقلق العام والشعور بالعجز من حماية النفس والمقربين والشعور بالاكتئاب والوحدة والاثار السلبية للحجر المنزلي والصحي وغيرها من الاسباب التي تؤدي الى تأثيراً سلبياً على الصحة النفسية وتسبب في ظهور اعراض اضطرابات نفسية مثل اعراض الاكتئاب والقلق (السفاسفة،٢٠٢٠ : ٢٠٠). وان استمرار التعرض الى الشدائد والمحن يؤدي تدريجياً الى انهيار مقاومة الفرد ويفقد القدرة على المواجهة ويصبح انساناً ضعيفاً ذو صحة مهدده ومعنويات منخفضة ويصبح عاجزاً عن التوافق والتواصل مع من يحيط به مما يجعله سلبياً كثير الشكوى والقلق وضعف القدرة على التكيف وضعـف مستـوى الاداء والعجـز عـن ممارسـة الحيـاة اليومية والشعور بالإنهاك النفسي

(Marzieh, 2005 :135) . وان التعافي النفسي من اي تهديد متوقع بعد احداث سلبية تجعل الافراد اكثر مرونة في الحفاظ على استقرارهم النفسي والعودة الى التوازن بعد حدث مزعج او سلبي سواء كان هذا الحدث يسبب اعتلالاً نفسياً كبيرا ام بسيط ، وبهذه الطريقة قد يعاني الافراد من مستويات طبيعية من المشاعر السلبية والضيق الفسيولوجي استجابة للمواقف العصيبة (Tugade& 2004:9 Fredrickson,) وان التعافي النفسي هي عملية مستمرة من النضج والتغيير بالرغم من وجود مشكلة مستمرة بحيث لا يحدث شفاء تام وانما تعافي مستمر ، لذلك ينبغي ان يعيش الفرد حياة من النضج الروحي والنفسي المستمر لكي لا يقع في هذه الازمات مره اخرى ، وهناك فروق فردية بين الافراد الذين يتعرضون لازمة معينة منهم يستسلمون الى الواقع المؤلم الذين يعيشون فيه لافتقارهم القدرة على تحمل الازمة او الصدمة واستعادة حالتهم النفسية الجيدة في حين ان البعض الاخر من المتضررين يستطيعون التغلب على هذه الاوضاع وهذا دليل امتلاكهم قوة داخلية تمكنهم من تحدي الصعاب والتعامل معها بمستوى عالي من القوة والمناعة النفسية المؤدية الى استعادة توازنهم النفسي بعد تعرضهم لخلل قديكون بسيط او كبير وتحقق التعافي النفسي لكونهم لديهم قدرة ايجابية نابعة من قوة داخلية لدى الفرد تدفعه الى استعادة توازنه النفسي بعد ان اصيب بخلل نتيجة تعرضه لصدمة او ازمة معينة (شاكر ،٢٠٢٠ : ٤). ويعد الدعم العاطفي مؤشر للحياة الجيدة ، وان ضعف وغياب الدعم العاطفي لدى الافراد وهم في امس الحاجة الى الاهتمام والرعاية والتعاطف مع الامور المهمة التي توثر على الجانب النفسي والحالة الصحية والاجتماعية ونظرته للحياة بصورة (123: 2005 Roberts,). ووجد الباحث بعض الدراسات التي تعزز مشكلة البحث مثل: دراسة (عبد الرحمن ،٢٠١٩)، ودراسة (شاكر ،٢٠٢٠) ودراسة (التميمي ،٢٠٢٠) وبناء على ما تقدم فأن مشكلة البحث تتضح بإجابة السؤال الآتي : **هل توجد علاقة ارتباطية بين التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كورونا ؟**

أهمية البحث :-

تعد جائحة كورونا هي سلالة جديدة من الفيروسات التاجية والذي سمي بـ (كوفيد – ١٩) من قبل منظمة الصحة العالمية ، وفي الحادي عشر من شهر آذار لسنة (٢٠٢٠) صنّفت منظمة الصحة العالمية فايروس كورونا المستجد (COVID-19) على أنه (جائحة) وهي اعلى درجات انتشار الوباء، وفي يوم (٢٥) من آذار أعلنت الأمم المتحدة أن كورونا المستجد يهدد البشرية جمعاء، وينتشر بسهولة من شخص إلى آخر على مستوى العالم (البركي ، ٢٠٢٠ : ٧) . وينتقل هذا الفيروس إلى الأفراد الآخرين عن طريق الرذاذ المتطاير من الشخص المصاب الى الشخص السليم في أثناء السعال أو عن

طريق المصافحة ، وإن أول شيء يتبادر إلى الأذهان عند التفكير في أي مرض هو سبل علاجه ، وقد ظهرت جائحة كورونا بطريقة مفاجئة ، ولم يكن الأطباء والباحثون يعرفون عنها الكثير لهذا لم يكن بمقدور الأطباء تقديم أي علاج للمصابين بالجائحة ، ولم تكن هناك عقارات وأدوية ، خصيصة لهذا الوباء ، بل كان المرضى يوضعون في حجر صحي سواء في بيوتهم أو في المستشفيات ، خوفا من انتشار العدوى للأخرين، وما كان يقدم لهم فقط مسكنات للآلام وتوفير أجهزة التنفس في الحالات المعقدة منها وهو مايفسر ارتفاع نسب الوفيات في بداية ظهور الجائحة ، أما الحالات التي يتم شفاؤها فكانت نتيجة ما يتمتع به المرضى من مناعة جسدية ونفسية ، ساعدتهم على تحمل المرض والتعافي منه ومع مرور الوقت قام الأطباء والباحثون بتجريب عدة أدوية وعلاجات تستعمل أصلا لمعالجة أمراض أخرى غير فايروس كورونا مثل الملاريا، وقد أثبت البعض منها فعاليتها في رفع نسب المتعافين من المرض، وتكامل عملية ظهور اللقاح وتراجع اعداد المصابين بالجائحة (غيات ،٢٠٢٠ : ٢٨٨) .

ويعد مفهوم التعافي النفسي أحد مفاهيم التوجه الإيجابي في علم النفس، إذ ازداد الاهتمام بهذا المفهوم في الفترة الراهنة ، لأنه يدل على مقاومة الضغوط والشد النفسي والجسمي وتحسين الصحة النفسية للفرد اذ ويعدّ من المفاهيم الحديثة نسبياً التي تحمي الانسان من العديد من الامراض الجسمية المرتبطة بالضغوط النفسية (matheny,1993:319). ويظهر التعافي النفي كأحد المتغيرات العامة في الشخصية من خلال القدرة العالية في التعامل مع المواقف الصعبة كالأمراض، والمشكلات، والضغوطات ، والازمات والصدمات التي يوجهها الفرد بطريقة ناجحة ، والقدرة على التعافي واستعادة الحيوية النفسية والاحتفاظ بالسعادة والاتزان النفسي كل ذلك بهدف تحقيق عملية التكيف الصحي في الحياة المهنية والأسرية والاجتماعية (Werner,1997:72). في حين أن التعافي النفسي هو تبني أفكاراً إيجابية متفائلة واعتماد ممارسات إيجابية ، كالبحث عن العلاج المناسب وعدم التهاون في ذلك يعد احد العوامل التي تؤدي إلى التفاؤل والأمل بمستقبل أفضل ، مما يتطلب الابتعاد عن الأفكار السوداوية الهدآمة والإيمان بقدرته على النجاح والتغلب على الأمراض والأوبئة ، والإيمان القوي بقدرة جسده على التحمل والتعافي على مواجهه جائحة كورونا (غيات ،٢٠٢٠ : ٢٨٦) . واشارت دراسة (شاكر ،٢٠٢٠) الى ان تمتع طلبة الاعدادية النازحين بقدر قيد من التعافي النفسي واستعمال الاساليب الإيجابية المرغوبة في التعامل التي تساعدهم على تخطي الضغوط وممارسة نشاطات جمعية التي من شأنها ان تخلق التحدي والنمو النفسي الداخلي وتساعدهم على اعادة التكيف مع البيئة والتوان الايجابي ، وأشارت دراسة (التميمي ،٢٠٢٠) على ان تمتع المتعافون من جائحة كورونا بقدر جيد من المعتقدات الصحية ضمن بيئتهم الداخلية والخارجية والتكيف مع احداث وظروف الحياة التي تؤدي الى تحقيق نتائج ايجابية بسبب ما

يحملوه من أفكار ايجابية نتيجة التعامل مع الضغوط بطريقة ناجحة تؤدي الى زيادة قدرة الفرد على المناعة النفسية في المواجهة الفعالة للشدائد والمحن. ويعد الدعم العاطفي من الحاجات الاساسية التي يسعا الفرد لإشباعها من خلاب عدة مؤشرات اهمها العلاقات الاجتماعية نتيجة ما تقدمه من نتائج ايجابية وخاصة من الناحية الصحية فأنه تساعد المرضى على التكيف مع المرض ويتعافون بسرعة ، لذلك ان الافراد الذين يتلقون دعماً عاطفياً يتمتعون بصحة افضل من الافراد الذين يفتقرون للدعم العاطفي ، ودراسة الدعم العاطفي يعزز فهمنا لوظائف واحكام العلاقات الاجتماعية وادوارها في الحياة لأنه يركز على العواطف التي تساعد على فهم طبيعة التجارب العاطفية والظروف التي تثير العواطف والعوامل التي تؤدي الى تغير الحالات العاطفية وتكون كصدر من مصادر العون النفسي في مجالات الاجهاد كما لها دور مهم في اشباع الحاجات النفسية والاجتماعية للفرد والحد من الاضطرابات الناجمة من الضغوط النفسية وللدعم العاطفي دور وقائي وعلاجي في مواجهة احداث الحياة الضاغطة (Cohen,2000:95) . واشارت دراسة (عبد الرحمن ،٢٠١٩) الى تمتع كبار السن بقناعة ورضا في تواجدهم في دور الرعاية ويشعرون بالسعادة والارتياح النفسي نتيجة ما تقدمه دور الرعاية من خدمات صحية ونفسية واقتصادية تحفظ كرامتهم من الدعم والرعاية التي تشبع حاجاتهم ، ومن جهة اخرى تكمن اهمية البحث على النحو الآتي :

الأهمية النظرية للبحث :

١- تعد هذه الدراسة الاولى على الصعيد المحلي والعربي (حسب علم الباحث) تناولت متغيرات التعافي النفسي والدعم العاطفي على عينة المتعافين من جائحة كارونا .

٢- اهمية مفهوم التعافي النفسي الذي يساهم بتعزيز قدرة الافراد في تجاوز الاحداث السلبية بدرجة اعلى من غيرهم .

٣- اهمية مفهوم الدعم العاطفي الذي يعد مصدراً مهماً لحماية الافراد من مشاكل الحياة ويساعدهم على تجاوز الخبرات الضاغطة ويعد عاملا مهماً للتنبؤ بالرفاه العاطفي للأفراد .

٤- تأتي اهمية البحث من اهمية العينة المستهدفة وهي عينة المتعافين من جائحة كارونا التي تمثل جميع شرائح المجتمع .

الأهمية التطبيقية للبحث :

١- الاستفادة من المقاييس التي اعدها الباحث في المراكز والشعب الارشادية في الجامعات العراقية والجهات الاخرى ذات العلاقة .

٢- تعد هذه الدراسة اضاءه لاحقة يستفاد منها الباحثون من بعض المقترحات الموجودة في البحث .

٣- تعد اضافة للمكتبات العراقية والعربية وخاصةً ان الباحث لم يعثر على دراسة عربية او محلية جمعت متغيرات البحث للعينة المستهدفة.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. التعافي النفسي لدى المتعافين من جائحة كورونا.
٢. دلالة الفروق الاحصائية في التعافي النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
٣. الدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كورونا .
٤. دلالة الفروق الاحصائية في الدعم العاطفي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث).
٥. التعرف على العلاقة الارتباطية بين التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كورونا .

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالمتعافين من جائحة كورونا لدى موظفي الدولة في وزارة (التعليم العالي والبحث العلمي الصحة ، والتربية) ، لكلا الجنسين (ذكور ـ إناث) في محافظة واسط (مركز مدينة الكوت) للعام الدراسي(٢٠٢٠ ـ ٢٠٢١) .

تحديد المصطلحات:

التعافي النفسي عرفها كلا من:-

١. **(Fredrickson ، 1998)** :

هو القدرة على الشفاء والتجاوز ومقاومة التأثر بالضغوط والتخلص من بعض الصدمات ومنغصات الحياة (Fredrickson ، 1998, 150).

٢. **(ong ، 2006)** :

هو قدرة الفرد على تجاوز الشدائد والمحن المتوالية في الحياة (ong ، 2006,73).

- **التعريف النظري لتعافي النفسي:**

اعتمد الباحث تعريف **(Fredrickson ، 1998)** تعريفاً نظرياً لتعافي النفسي.

- **التعريف الاجرائي لتعافي النفسي:**

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التعافي النفسي المُعد من قبل الباحث .

الدعم العاطفي عرفه كلا من:

١. **(House ، 1988)** :

هو اظهار مشاعر الحب والود والقبول والتعاطف والثقة والاحترام والتقدير (House، 1988 : 302).

٢. **(Burleson ، 2003)**:

هو تقديم المساعدة للأفراد المتعثرين في احداث الحياة من خلال الاستماع اليهم والتعاطف معهم واضفاء البهجة على حالتهم والمواساة في حالات الحزن والاجهاد(Burleson ، 2003:5).

- **التعريف النظري لدعم العاطفي:**

اعتمد الباحث تعريف **(Burleson ، 2003)** تعريفاً نظرياً لدعم العاطفي.

- **التعريف الاجرائي لدعم العاطفي:**

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس التعافي النفسي المُعد من قبل الباحث .

- **المتعافين من جائحة كورونا:**

تعريف منظمة الصحة العالمية(٢٠٢٠):

هم الاشخاص الذين اكتسبوا الشفاء التام بعد تعرضهم للإصابة بفايروس كورونا الأمر الذي تطلب حجرهم لمدة لا تقل عن اسبوعين أو اكثر خشية من انتشار الفايروس لأشخاص أخرين، ويتم تقديم العلاج لهم (المضادات الحيوية) أثناء الحجر الصحي، وبعد تجاوزهم مرحلة الخطر والتأكد من اخذ عينات (مسحات) منهم يتم اخراجهم من الحجر الصحي ليمارسون اعمالهم الطبيعية (الدليل الصيني ،٢٠٢٠: ٢٣) .

الفصل الثاني

اولاً :الاطار النظري:

- **مفهوم التعافي النفسي :**

يُعد مفهوم التعافي النفسي من المفاهيم المهمة في اطار علم النفس الايجابي والصحة النفسية اذ يمثل قدرة الفرد في تجلي الصعوبات ومنغصات الحياة وان الانفعال الايجابي والتعامل الذهني المتفتح يتبادلان التعزيز مما يتضمن نطاقاً اوسع من الاستجابات والحلول الفاعلة من جانب ، وتحسين الصحة وسرعة التعافي والتعامل الناجح مع الشدائد من الجانب الاخر ، وايضاً القدرة على مجابهة التحديات المحيطة بنا وهذا ما يتحقق من خلال تنمية الموارد البشرية والتصدي بوجه المحن التي تتطلب منا البحث عن اوجه الاقتدار الانساني في تجاوز المنغصات وهذا ما يصاب به الفرد من احباط وعدم تجاوز للازمات فيبدأ بالبحث عن طاقات ذاتية وفنية للتعامل معها والتغلب عليها من خلال التحديات التي تعبر عن القدرة على تجاوز الخسارة والخروج من المحنة والاندفاع في مواجهة العقبات (شاكر ،٢٠٢٠: ٢٤).

النظريات التي تناولت التعافي النفسي :

اولاً : نظرية المجال لكيرت ليفين (١٨٩٠-١٩٤٧م) :

اهتم كيرت ليفين في نظريته بدراسة بناء الشخصية وديناميتها وارتقائها وتطورها، ويرى أن الشخص وبيئته هما منطقتان تتوقف كل منهما على الأخرى وتعتمد عليها داخل حيز الحياة واستخدم ليفين هذا المصطلح للتعبير عن المجال السيكولوجي ، حيث اشار لي أن مهمة علم النفس الدينامي أن يستخلص بصورة لا تشويه فيها ، سلوك شخص معين من الوقائع السيكولوجية الموجودة في حيز الحياة في لحظة محددة ، وأيضا أشار في نظريته إلى إعادة تكوين البناء الدينامي النفسية الفرد حيث رأى أنه من الممكن أن تتغير الديناميات النفسية للفرد بطرق مختلفة، فمثلا قد تتغير قيمتها كمية فتتحول من منطقة أقل إيجابية إلى منطقة أكثر إيجابية كما يمكن أن تتغير كيفيا منطقة إيجابية الى منطقة سلبية أو العكس ويمكن أن تظهر تكافؤات جديدة وان تختفي التكافؤات القديمة ، وقد يحدث إعادة تكوين بناء البيئة النفسية نتيجة تغيرات في نظم التوتر عند الشخص وايضا نتيجة لعمليات معرفية، ويحدث إعادة تكوين للبناء المعرفي عندما يكتشف الشخص طريقة جديدة لحل مشكلة ما (الاستبصار) أو يتذكر شيئا كان قد أنساه، أو يدرك شيئا في بيئته لم يكن قد لاحظه من قبل ، وأن فكرة التعافي النفسي (استرداد العافية النفسية للفرد) كما أشار ليفين في نظريته تتطلب تبلور في إعادة نية الفرد من الناحية النفسية وتجديدها وتحويلها من السلبية الى الايجابية، ولابد من ظهور تكافؤ نفسي جديد واختفاء تكافؤ نفسي قديم وأن هذه التكافؤات تكون مساعدة مدعمة في نفس الوقت لتحقيق

تعافي مثل التفاؤل والمناعة والحصانة والارادة وقوة التحمل والمرونة والتخلص من التصلب والجمود. وبما أن التعافي يتمثل في إعادة الفرد التوازنه النفسي وقد أشار له ليفين في نظريته عن العودة الى التوازن على اعتباره أنه مفهوم دينامي الهدف منه إعادة الفرد إلى توازنه" وأيضا قد وضح حالة عدم التوازن أي انعدامه هو حالة من عدم تساوي التوتر داخل النظم المختلفة للشخص (ليندزي، ١٩٨٧: ٢٨٣-٣٠٧).

ثانياً : نظرية يونك (١٨٧٥-١٩٦١م) :

أن نظرية يونك للشخصية تعود ايضا الى التحليل النفسي لتوكيدها لعمليات اللاشعور ألا أن هناك اختلافاً جوهريا بينهما، فقد أكد فرويد على الرابطة الوثيقة بالماضي لكن يونك أكد على الحاضر ولم يكتفي به بل اعتقد بضرورة النظر الى المستقبل ، فمستقبل الفرد ومقاصده يعد في نظر يونك له أهمية كبيرة في توجيه سلوك الانسان كأهمية الماضي تماما (غنيم، ١٩٧٢: ٥٧١). تحدث يونك عن البنية النفسية للإنسان حيث أوضح أن انهيار الفرد ليس بالمسألة الصغيرة بسبب الظروف التي يمر بها في حياته وهذا الانهيار يكسبه شعورا دائما بنهاية العالم كما لو كان قد سقط في هاوية الحياة ويشعر الفرد بأنه غارق ولا مصير له في الحياة انهيار المعنويات" ومن هنا نجد أن كثير من الأفراد تعرضوا إلى الانتكاسة والى لحظات حرجة وظروف قاسية، ولابد بعد ذلك اليأس أن تظهر قوة داخلية بفكرة منقذة أو تسمع صوتا يصاحبه قوة الاقناع لا تقاوم تعطي للحياة أشاره إيجابية وجهة جديدة ويسأل الفرد نفسه هل تطغى عليه المآسي والاحباطات؟ هل يقبلها ويستسلم لها بكل سذاجة ؟ أم ينبذها ؟ فجميع الأشخاص قد عانوا في حياتهم من تدخلات عنيفة ومخربة إما من جانب القدر أو بفعل البيئة المحيطة والتي كان لها دور في تحطيمهم واحداث شلل في فاعليتهم في الحياة إلى الأبد (خياطة، ١٩٩٤: ١٤٧).

تظهر حاجة الانسان الى التعافي النفسي من خلال قدرته الذاتية وتوازنه ويحرز التقدم الايجابي في حياته بعدما عاني الكثير من الصراعات والضغوط فيها سواء أكان لفترة را طويلة أم قصيرة وهذا ما أشار اليه يونك أن المبادئ الأساسية التي قامت عليها النظرية في الشخصية مبدأ التعويض والذي يرى أن الحياة بلا صراع لا تساوي شيئا، ولان الصراع هو الذي يدفع إلى الأمام نحو موقف جديد ويحدث التقدم ، فالتقدم والحركة وتغيير الأوضاع كلها تكون ممكنة تحت ظروف الضغط التي يمر به الأفراد، والرغبة في ازالة الضغط عن طريق القوة المضادة الايجابية فهي التي تجعل الشيء الاصلي الداخلي (شاكر ، ٢٠٢٠ : ٧٦).

ثالثاً : نظرية التوسيع و البناء للانفعالات الإيجابية لفريدريكسون (١٩٩٨ – ٢٠٠٤)

تعتبر الانفعالات الايجابية في حالاتها وديناميتها ومقوماتها وآثارها وطرق تعزيزها ما زالت تتطلب حقها من البحث مما سيتم العمل عليه في هذا الفصل هناك علاقة جدلية متبادلة التأثير ما بين التفكير الايجابي والانفعالات الإيجابية إذ يعززان بعضهما بعضا، ويشكل كل منهما شرطا ضروريا لقيام الآخر. وأن دور الانفعالات الإيجابية في التعافي النفسي يعزز من الشفاء المستمر او التعافي الدائم، تنص هذه النظرية على أن بعض الانفعالات الإيجابية بما في ذلك التعافي، الفخر، الفرح، والرضا، والحب وحسن الحال والاحساس بالتماسك والامتنان على الرغم من اختلافاتها الظاهرية، تشترك جميعها في القدرة على توسيع ذخيرة الأفراد الفكرية وبناء مواردهم الشخصية الدائمة، بدءا من الموارد المادية والفكرية إلى الموارد الاجتماعية والنفسية، وتوسيع مجموعة الأفكار والأفعال التي تتبادر إلى الذهن كما إن لها فوائد تكيفية غير مباشرة وطويلة الأجل، لأن التوسيع يبني موارد شخصية دائمة تعمل كاحتياطات يمكن الاستفادة منها في لحظات لاحقة وفي حالات انفعالية مختلفة (Fredrickson ,2001: 3). ولا تقتصر الانفعالات الايجابية على المقارية والانفتاح والتوسع، وإنما هي تدفع الى متابعة السلوك والمثابرة عليه وهي لذلك تشكل البطانة الوجدانية الدافعة للفعل كما أن لها وظائف مهمة في تيسير ودفع كل من عمليات التفكير والسلوكيات الاجتماعية، عندما وضعت فريدريكسون (Fredrickson1998) هذه النظرية محققة إسهاما كبيرا لأهمية في تبيان وظائفها البنائية النمائية عند الانسان تطرح هذه النظرية في الرأي القائل بأن الانفعالات الايجابية تعزز وتقوم بتوسعة نطاق التفكير عند الافراد التفكير الآني) كما تبني مواردهم الشخصية المستدامة وبينما تؤدي الانفعالات السلبية الى التركيز على أفعال نوعية حيث أن محور نطاق التفكير يتجلى في كيفية تخطي مهددات الحياة للوصول إلى إثبات قدرة الفرد على تخطي الأزمات والتعافي منها وتلافي أثارها، فإن الانفعالات الايجابية غائية وذات طبيعة توسعية عامة، توسع الانفعالات الايجابية مجال الرؤيا والخيارات والقرار وبدائل السلوك الإنساني فالاهتمام والميل بما هو انفعال إيجابي يحرض على الاستكشاف والانفتاح على معطيات جديدة وتجارب متكاثرة مما يوسع من مدى الذات خلال العملية وكلما توسع نطاف التفكير الايجابي لدى الفرد يصل إلى الإيمان بقدرته نحو الشفاء وبناء موارد شخصية أكثر دواما موارد مهارات حياتية مختلفة أو موارد علاقات اجتماعية أو فكرية "توسيع المدارك والمعارف تحسين الوعي والاستبصار النفسي وإدارة الذات وجميعها موارد مستدامة على وجه العموم وهكذا، ومن خلال خبرات الانفعالات الايجابية يحول الناس ذواتهم بحيث يصبحون أكثر إبداعا ومعرفة ومرونة استيعابية وتدامجا اجتماعيا وصحة فردية. وأيضا الانفعالات

الايجابية البدائية نموا لولبيا صاعدا نحو المزيد منها وبالتالي المزيد من النمو وتقدم المنظرة منظورا جديدا حول الدلالة التطورية المتكيفة للانفعالات الايجابية، التوسع والبناء على مستوى الفكر الفعل أدت إلى زيادة الموارد التي أدت بدورها إلى زيادة فرص البقاء مما جعلهم يتكاثرون، كما أدت هذه الزيادة في الموارد إلى تعزيز القدرة على مواجهة التحديات والظفر في التعامل معها مسلحين بنمو مواردهم المعرفية والمهارية والمادية مما سينتقل إلى ذريتهم بحيث يكتب له الغلبة والبقاء وبذلك تصبح الانفعالات الايجابية مقوما كونيا من الطبيعة البشرية (Wilson , 2002 :7).

- **مفهوم الدعم العاطفي :**

اخذت اشكال الدعم تحتل مكانة مهمة جداً لدى علماء الاجتماع وعلماء النفس لما يقدمه الدعم من منفعة كبيرة في مجال الصحة النفسية والصحة البدنية وحظيت العلاقات الاجتماعية بالنصيب الاكبر من الاهتمام بالدراسات النفسية والاجتماعية ، ويعد الدعم النفسي شكل من اشكال المهارات الحياتية الذي يقوم بالتخفيف من التأثير السلبي لأحداث الحياة الضاغطة وايمان الفرد بان لديه من يحبه ويعتني بيه وهناك من يحترمه وينتمي الى العلاقات الاجتماعية التي تقدم له المسؤولية المتبادلة ، كما ان ان الوظيفة الاساسية للدعم تتضمن سلوكيات عاطفية وحميمية بشكل شخصي وتتمثل على شكل الابتسامة ، العناق لمس اليد او الذراع ، التشجيع ن المواساة ، التوجيه ، المشورة (ابو حماد ،٢٠١٧ : ٢٠١-٢٠٥).

النظريات التي تناولت الدعم العاطفي :

أولا: نظرية الذكاء العاطفي جولمان (١٩٦٤ – ١٩٩٥):

فسر جولمان التعاطف هو امكانية الفرد في التعرف على انفعالات الاخرين من خلال نبرة الصوت وتعابير الوجه ، وأضاف جولمان أن الأفراد يكونون أكثر تعاطفا مع الآخرين هم يتميزون من خلال أربعة مميزات وهي : فهم انفعالات الاخرين ، مساعدة الآخرين ، الحساسية للموقف ، الوعي بالقوانين المنظمة للمجتمع ، ووصف التعاطف هو قراءة مشاعر الآخرين والوعي بالانفعالات ممن يعيشون حولهم فيكون التعاطف مثل التقمص الوجداني وكذلك القدرة على أن نجرب مشاعر شخص آخر على إنها مشاعرنا ، وأكد جولمان إن جذور الأخلاق توجد في تقديم التعاطف وذلك من خلال الدعم العاطفي والمشاركة الوجدانية والحب والقبول ، فالتعاطف يخلق افراد مواطنين صالحين في مجتمعهم وحتى الأفراد الغرباء يكونون مهمين بالنسبة للأفراد المتعاطفين عندما يسمعون معاناتهم فيقدمون الدعم والعون بأي طريقة ما حتى وأن كان الاستماع لهم فقط ، وبين جولمان أن الأفراد يمتلكون بمستوى مرتفع من العاطفة هم الذين يتحكمون جدا في مشاعرهم ويقرأون مشاعر الآخرين بكفاءة ويحسنون التعامل معهم (Golman, 2000 : 155).

ثانياً: نظرية التعلم الاجتماعي باندورا (١٩٦١ – ١٩٧٧)

يمكن النظرية الاجتماعية المعرفية أن تساعد على فهم كيفية الانتماء الاجتماعي و وظيفة الدعم الاجتماعي داخل الشبكات الاجتماعية ، وتشير المبادئ الأساسية للنظرية على أن السلوك البشري يتم تعلمه من خلال مراقبة الآخرين ونمذجة سلوكياتهم ، فلاحظ باندورا مدى أهمية النماذج الاجتماعية في تعديل السلوكيات والتأثيرات المعرفية و البيئية و السلوكية كلها تؤدي دورا مهما في التعلم الاجتماعي لكي تكون نمذجة السلوك الفعال ، وأكد منظرو التعلم الاجتماعي على أهمية البيئة الاجتماعية وتأثيراتها على سلوك الفرد من ما تعلمه من مبادى السلوك من صفات الأنموذج ، فالنماذج الاجتماعية التي تتميز بالدفء والاشباع العاطفي والتشابه مع الفرد المتعلم تؤثر بنحو كبير في عملية التعلم من النماذج التي لا تمتلك هذه الصفات ، وأكد باندورا على عملية التعزيز في السلوك الافراد الذين يكافئون على سلوكياتهم المرغوبة والنافعة للأخرين عند الحاجة فأنهم يعملون على تقوية هذه سلوكيات بأنفسهم متى ما قدموا سلوكا مشابها لسلوك الانموذج ، ويرى باندورا أن ملاحظة الأنموذج يؤدي دورا مهما في وضع مستويات توجيه ما يفعله الفرد واختياره وهي تعد بمثابة منطلقات اساسية لعملية التغذية الراجعة و الملاحظة تفعل عملية التصور العقلي اثناء ملاحظة الانموذج ، فأن الأفراد يتعلمون الاستجابات الملاحظة في البيئة الاجتماعية عن طريق انموذج اجتماعي ومحاكاة الأفراد الناجحين وذوي مكانة سامية في المجتمع (Bandura،1994:20).

ثالثاً: النظرية البنائية (Kaplan) :

من منظري النظرية البنائية كابلن (Kaplan) الذي يؤكد على ترصين الشبكة الاجتماعية التي تحيط بالفرد حيث تتنوع مصادرها وخصائصها ووظائفها التي تعمل على دعم ومساندة الفرد في مقاومة الاحداث والضغوطات واجهاد الحياة ، وحمايته من الآثار النفسية السلبية الناتجة من الصدمات و الأزمات ، واقترح كل من ديوك وسلفر في دراستهما حول اشكال الدعم الاجتماعي أن التوجه البنائي يبنى على افتراض أن حجم الدعم ودرجة الرضا عنه تؤثر بنحو واضح في التفاعلات المتبادلة بين الافراد و عملية التوافق مع ضغوطات الحياة ، كما أنها تؤدي دورا مهما وكبيرة في تدعيم قدرة الفرد على مواجهة الأزمات من دون ترك أية آثار سلبية على نفسية الفرد الذي يتلقى الدعم وأكد كابلن (Kaplan) على أهمية تقديم الدعم العاطفي والدعم الملموس وبين من خلال الانموذج الذي وضعه أن العلاقة بين عدد من العوامل الوسيطة مثل الدعم المعنوي والملموس ومفهوم الذات وتحمل الأفراد على مواجهة الاحداث من جانب ، والصحة او المرض من جانب اخر فأحداث الحياة تثير ادراكات الفرد لها ويعمل الدعم المعنوي ومفهوم الذات وقدرة الفرد على المواجهة

بوصفها عوامل وسيطة ويرافق ذلك تنشيط كل من هرمونات الغدة النخامية وايضاً نشاط الجهاز العصبي المستقل وكل ذلك ينعكس على جهاز المناعي الذي يمثل المحدد الاساس لما يتمتع به الفرد من صحة (Kaplan, 2001 : 75-76)

ثانياً : الدراسات السابقة

الدراسات التي تناولت التعافي النفسي :

لم يطلع الباحث على دراسة محلية او عربية او اجنبية تناول هذا المتغير للعينة المستهدفة وهي عينة المتعافين من جائحة كارونا (حسب علم الباحث) ، سوى دراسة محلية واحدة فقط تخص عينة طلبة الاعدادية العائدين من النزوح في محافظة الانبار وهي:

- **دراسة شاكر (٢٠٢٠) : التعافي النفسي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى طلبة الإعدادية العائدين من النزوح في محافظة الانبار .**

يهدف البحث التعرف على التعافي النفسي والتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس (ذكور– اناث) والتخصص (علمي– ادبي) والتعرف على اساليب التعامل مع الضغوط النفسية والتعرف على دلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس (ذكور– اناث) والتخصص (علمي– أدبي) ، و الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التعافي النفسي واساليب التعامل مع الضغوط النفسية ، ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس التعافي النفسي الذي يتكون من (٣٤) فقرة ، وبناء مقياس اساليب التعامل مع الضغوط النفسية المتكون من (٣٦) فقرة ، وجرى التحقق من الخصائص السكومترية للمقياسين اذ تم استخراج موشرات الصدق والثبات وقد بلغ حجم عينة البحث (٤٢٠) طالب وطالبة في محافظة وبعد تطبيق المقياسين اظهرت النتائج الآتي :

١– عينة البحث تتسم بالتعافي النفسي .

٢– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التعافي النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – اناث) .

٣– توجد فروق ذات دلالة احصائية في التعافي النفسي تبعاً لمتغير التخصص (علمي – ادبي) .

٤– عينة البحث تتسم بأساليب (الهروب والتجنب ، الاسناد الاجتماعي ، الاسناد الديني ، مواجهة المشكلة) عدا اسلوب (العدائية)

٥– لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات اسلوب(الهروب والتجنب ، الاسناد الاجتماعي ، الاسناد الديني ، مواجهة المشكلة ، العدائية) تبعاً لمتغير (الجنس والتخصص الصف الدراسي)

وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات

الدراسات التي تناولت الدعم العاطفي :

لم يطلع الباحث على دراسة محلية او عربية او اجنبية تناول هذا المتغير للعينة المستهدفة وهي عينة المتعافين من جائحة كارونا (حسب علم الباحث) ، سوى دراسة محلية واحدة فقط تخص عينة المسنين وهي:

- **دراسة عبد الرحمن (٢٠١٩) : السعادة وعلاقتها بالدعم العاطفي لدى المسنين في محافظة بغداد**

يهدف البحث التعرف على السعادة لدى كبار السن ، الدعم العاطفي لدى كبار السن في دور الرعاية ، دلالة الفروق الإحصائية في مكونات الدعم العاطفي تبعا(الحاجة الى الدعم ،البحث عن الدعم ،الدعم المدرك ،الدعم المستلم) دلالة الفروق الإحصائية في السعادة والدعم العاطفي تبعا لمتغير الجنس الكشف عن العلاقة الارتباطية بين السعادة والدعم العاطفي ، وقد اعتمدت الباحثة مقياس قائمة اكسفورد للسعادة من إعداد (Argail & Lue,2000) الذي تكون من (٢٩) فقرة ، بعد أن تحقق من صدق ترجمته وكذلك من صدقه وثباته ، وكذلك اعتمدت الباحثة على مقياس (Schwarzer & Schulz ,2000) للدعم العاطفي وتحقق من صدق ترجمته وتضمن المقياس (٢٢) فقرة موزعة على اربعة مقاييس فرعية ، وقد بلغ حجم عينة البحث (١٥٠) مسنا ومسنة من المقيمين في دور الرعاية الحكومية والاهلية في محافظة بغداد ، وقد اظهرت النتائج ما يأتي :

١- لدى كبار السن المقيمين في دور الرعاية مستوى أعلى من المتوسط من السعادة .

٢- لدى كبار السن المقيمين في دور الرعاية مستوى أعلى من المتوسط من الدعم العاطفي .

٣- يوجد فرق ذي دلالة احصائية بين مكونات الدعم العاطفي حيث اظهرت الحاجة للدعم أعلى من البحث عن الدعم وأظهر الدعم المدرك أعلى من الدعم المستلم و الحاجة للدعم أعلى من الدعم المستلم.

٤- لا يوجد فرق في السعادة والمكونات الفرعية للدعم العاطفي لدى كبار السن تبعا لمتغير الجنس.

٥- وترتبط السعادة بالبحث عن الدعم والدعم المدرك والدعم المستلم بعلاقة طردية وسجلت اعلى مستوى للعلاقة بين السعادة والدعم المستلم، توجد علاقة عكسية بين السعادة و(الحاجة للدعم).

وفي ضوء نتائج الدراسة الحالية أوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات ، ومنها على وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ضرورة إعداد الاختصاصيين و تدريبهم في مجال الرعاية على تقديم الدعم العاطفي لكبار السن في دور الرعاية .

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته:

منهجية البحث:

استعمل الباحث المنهج الوصفي الارتباطي بوصفه أنسب المناهج لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات من أجل وصف الظاهرة المدروسة وتحليلها (ملحم ،٢٠٠٠: ٣٢).

مجتمع وعينة البحث :

يتحدد مجتمع البحث الحالي بالأفراد المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٠ـ٢٠٢١) من كلا الجنسين والبالغ عددهم (١٧٣١٧) وتم الحصول على هذه البيانات من دائرة صحة محافظة واسط قسم الصحة العامة شعبة الامراض الانتقالية بكتابهم ذي العدد ١٩٦٨٠ في ٢٩/ ٨/ ٢٠٢١ ، ولتحقيق هدف البحث الحالي تم اختيار عينة البحث بطريقة العشوائية والبالغ عددها (٤٠٠) متعافي من وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والتربية والصحة بواقع (٢٨٨) ذكور و(١٢٢) اناث.

اداتا البحث :

١- مقياس التعافي النفسي :

٢- مقياس الدعم العاطفي :

للتحقيق اهداف البحث قام الباحث بناء مقياسين التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كارونا قام الباحث بعد اطلاعهم على الأدبيات والدراسات السابقة التي لها علاقة بالتعافي النفسي والدعم العاطفي واعتمد الباحث تعريف التعافي النفسي وقف النظرية المتبناة الى (Eredickson,1998) الذي عرفه بانه **(القدرة على الشفاء والتجاوز ومقاومة التأثر بالضغط والتخلص من بعض الصدمات ومنغصات الحياة).**

واعتمد الباحث تعريف (Burleson,2003) للدعم العاطفي والذي عرفه بانه **(هو تقديم المساعدة للأفراد المتعثرين في احداث الحياة من الاستماع اليهم والتعاطف معهم واضفاء البهجة على حالتهم والمواساة في حالات الحزن والاجهاد).**

ويشير كل من "ألن و ين" (Allen & yen) إلى إن عملية بناء أي مقياس ينبغي إن تمر بخطوات أساسية هي :

١- التخطيط للمقياس .

٢- جمع وصياغة فقرات المقياس.

٣- عرض فقرات المقياس على المحكمين .

٤- تطبيق الفقرات على عينة ممثلة للمجتمع .

٥- إجراء تحليل الفقرة (Allen & yen, 1979:p. 118).

وقد اتبع الباحث هذه الخطوات في عملية بناء المقياس فضلاً عن استخراج خاصيتي الصدق والثبات وكما يأتي :

اولاً / صياغة فقرات للمقياسين :

١- قام الباحث بصياغة فقرات مقياس التعافي النفسي وفق نظرية (Eredickson,1998) واعتماداً على بعض الدراسات والأدبيات السابقة والمقاييس التي تناولت مفهوم التعافي النفسي بصورة مباشرة أو غير مباشرة ، ونفس الاجراء بالنسبة الى مقياس الدعم العاطفي اضافة الى الاعتماد على تعريف (Burleson,2003) النظري .

ثانياً / التحليل المنطقي للمقياسين :

بعد أن تم وضع فقرات التعافي النفسي بصيغته الأولية والبالغة (٣٠) فقرة ، وفقرات مقياس الدعم العاطفي بصيغته الأولية والبالغة (٢٧) فقرة ، وتحديد بدائل الإجابة وطريقة تصحيحها ، والدرجة الموضوعة لكل بديل ، تم عرض المقياسين على (١٠) محكمين من المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية ، للحكم على مدى صلاحية كل فقرة في قياس ما وضعت من اجل قياسه مع إبداء الرأي في صلاحية التعليمات وبعد ذلك تم تحليل آراء المحكمين في صلاحية التعليمات والفقرات إذ اعتمد الباحث نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر في تحديد صلاحية الفقرة وبذلك تم الإبقاء على جميع الفقرات للمقياسين .

ثالثاً / تجربة وضوح التعليمات والفقرات وحساب الوقت للمقياسين :

قام الباحث بتجربة استطلاعية على عينة صغيرة من مجتمع البحث تتشابه في خصائصها مع عينة البحث الرئيسة وترجع أهمية هذه التجربة إلى تحديد درجة استجابة أفراد العينة والتعرف عما إذا كانت الفقرات وألفاظها في مستوى المفحوصين فضلاً عن الزمن الذي يتطلبه تطبيق المقياس (فرج، ١٩٨٠: ١١١-١١٢).

وبعد الانتهاء من إعداد المقياسين بصيغته الأولية ، ولغرض التعرف على وضوح فقرات المقياس وتعليماته وتشخيص اللبس والغموض فيه وحساب الوقت قام الباحث بتطبيقه على (٢٥) فرد وتبين للباحث ان التعليمات وفقرات المقياسين كانت واضحة ومفهومة من حيث الصياغة والمعنى، وكان الوقت المستغرق للإجابة عن المقياسين تراوح بين(١٥-١٩) دقيقة ، وقد جرت الإشارة إلى أن المقياسين معده لأغراض البحث العلمي فقط لتطمين المستجيبين وحثهم على الإجابة بصدق من دون ذكر الهدف الحقيقي من إجراء القياس .

الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياسين :

وقد تحقّق الباحث من الخصائص السيكومترية على النحو الآتي:

أولاً – صدق المقياسين :

وللتحقق من صدق المقياسين الحاليين اعتمد الباحث المؤشرات الآتية :

أ- الصدق الظاهري :

قام الباحث بعرض المقياسين على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية للأخذ بآرائهم ، وقد حصلت الفقرات جميعها على نسبة اتفاق الخبراء تراوحت بين (٨٠% -١٠٠%) ، واعتمد الباحث موافقة (٨) محكمين معياراً لصلاحية الفقرة وصدقها في قياس ما وضعت لأجله بنسبة اتفاق المحكمين (٨٠%) فأكثر ، وتعد نسبة اتفاق (٨٠%) يعد دليلاً على قبول الفقرة ، وبهذا يكون الحكم الصادر منهم مؤشراً على صدق الفقرة ونتيجة ذلك بقى عدد الفقرات مقياس التعافي النفسي (٣٠) فقرة ، وعدد فقرات مقياس الدعم العاطفي (٢٧) فقرة ، وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياسين .

ب- مؤشرات صدق البناء للمقياسين :

أولاً: القوة التمييزية للفقرات :

بعد تصحيح استمارات عينة التحليل الاحصائي البالغة (٤٠٠) استمارة وتم ترتيب الاستمارات بالطريقة التنازلية من اعلى الى ادنى درجة وتم اختيار(٢٧%) من الاستمارات للمجموعة العليا البالغ عددها(١٠٨) استمارة و(٢٧%) من الاستمارات للمجموعة الدنيا والبالغ عددها(١٠٨) استمارة أيضاً وتم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية والقيم التائية لجميع الفقرات وقد تبين جميع فقرات المقياسين التعافي النفسي والدعم العاطفي كانت مميزة لان القيمة التائية المحسوبة كانت اعلى من القيمية التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) والجدول (١) و(٢) يوضح ذلك.

جدول (١) القوة التمييزية لفقرات مقياس التعافي النفسي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة (القوة التمييزية)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٤.٠٦١	٠.٦٨٧٦	٢.٨٣٧	١.٢٣٠٦	٥.٤٣٢
٢	٣,٧٥٥	١.٠٢٣٣٧	٢.٤٢٩	١.٠٤٠٨	٥.٧٥٣
٣	٤.١٢٢	٠.٩٧١١	٢.٦٧٤	١.١٠٦٦	٦.٨٨٩
٤	٤.٣٦٧	٠.٧٢٧٣	٣.١٢٢	٠.٨٣٢٥	٧.٨٨٣
٥	٤.٣٨٧	٠.٨٦١٦	٢.٧١٤	١.٠٦٠٧	٨.٥٧٢
٦	٤.٢٢٥	٠.٦٨٥١	٢.٨٩٨	١.٢٢٨٩٨	٦.٦٠٠
٧	٤.٤٦٩	٠.٦٤٨٨	٢.٧٥٥	١.١٦٤٢	٩.٠٠٤
٨	٤.٠٢٠	١.٠١٠٦	٣.١٢٢	١.١١١٦	٤.١٨٦
٩	٤.٢٨٦	٠.٥٤٠١	٢.٧٧٥	١.١٥٩٥	٨.٢٦٥
١٠	٤.٥٧١	٠.٧٠٧١	٣.١٦٣	١.١٤٢٩	٧.٣٣٥
١١	٤,٩٠٧٤	٠,٤٠١٣٤	٣,٢٢٢٢	١,١١٠٢٧	١٠,٤٨٩
١٢	٤,٤٠٧٤	٠,٩٦١٨٩	٣,٦٢٩٦	١,١٢٠٩٢	٣,٨٧٠
١٣	٤,٠٩٢٦	١,٢٧٧٨٠	١,٦١١١	٠,٨٥٥٩٨	١١,٨٥٦
١٤	٣,٩٤٤٤	٠,٩٩٨٤٣	١,٥١٨٥	٠,٨٨٤٦٩	١٣,٣٦٤
١٥	٤,٢٩٦٣	٠,٩٨٣٤٤	١,٧٧٧٨	٠,٩٢٤٨٥	١٣,٧٠٩
١٦	٤,٤٦٣٠	٠,٧٧٠٠٣	٢,٧٩٦٣	١,٤٠٥٩١	٧,٦٤٠
١٧	٤,٠٣٧٠	٠,٩٥٠٩٣	٢,٠٠٠٠	١,٠٤٦١١	١٠,٥٨٨
١٨	٤,٢٢٢٢	١,٠٧٥٧٥	٣,٠٠٠٠	١,١٤٩٢٤	٥,٧٠٦
١٩	٣,٦٤٨١	١,٧٦٠٧٦	٢,٥٧٤١	٠,٧٦٧٠٣	٤,١٠٩
٢٠	٤,٠٩٢٦	١,١٠٣٤٩	١,٩٠٧٤	٠,٩٩٥٦٢	١٠,٨٠٤
٢١	٣,٦٩٤	١,٢١٨٥	٢,٦٤٨	١,١٨٦٥	٦,٣٩٣
٢٢	٤,٢١٣	١,٠٤١٧	٣,٢٠٤	١,١٩٧٨	٦,٦٠٧

٢٣	٤,٦٧٥	٠,٦٦٧٤	٣,٣٨٩	١,٢٢١١	٩,٦٠٩
٢٤	٣,٧٥٠	١,٣٧٤٥	٣,٠٨٣	١,٤٢١٦	٣,٥٠٣
٢٥	٤,٤٧٢	٠,٩٧١٢	٣,٨٤٣	١,٢٠٠٩	٤,٢٣٧
٢٦	٣,٧١٣	١,٣٧٤٣	٢,٣٤٤	١,٢١٦٤	٧,٧٥٩
٢٧	٣,٥٨٣	١,٢٥٤٠	٢,٦٩٤	١,٣٠٠٣	٥,١١٤
٢٨	٣,٧٣٢	١,٣٢٩٨	٢,٧٢٢	١,٣٣١٣	٥,٥٧٤
٢٩	٤,١٣٩	١,١٣٩٤	٣,١٣٩	١,٣٣٥٨	٥,٩١٩
٣٠	٣,٦٦٨	١,٣٨٧٥	٣,١٢٠	١,٢٧٣١	٣,٠١٥

جدول (٢) القوة التمييزية لفقرات مقياس الدعم العاطفي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة (القوة التمييزية)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٣,٧٢٢	١,١٨٨٣	٢,١٤٨	١,١٢٢٨	٧,٠٧٥
٢	٣,٨٥١	١,٢٧٩٩	١,٨٥٢	١,١٠٥٩	٨,٦٨٩
٣	٤,٣٥٢	٠,٩٩٣٥	٢,٤٤٤	١,١٢٧١	٩,٣٢٩
٤	٣,٦٨٥	١,٣١٥٠	٢,٠٧٤	١,٤٧٧٥	٥,٩٨٦
٥	٤,٠٣٧	١,٢٢٨٠	٣,٣٨٩	١,١٨٨٣	٢,٧٨٧
٦	٤,٠٥٦	١,٢٠٤٠	٢,٣٨٩	١,١٣٩٦	٧,٣٨٨
٧	٣,٧٧٨	١,٢٦٨٩	٢,٧٠٤	١,٣١٢٢	٤,٣٢٤
٨	٤,٤٢٦	٠,٨٨١٧	٣,٠٧٤	١,٢١٠٨	٦,٦٣٢
٩	٣,٨٨٩	١,٢٥٣٩	٣,٢٩٦	١,٢٢٢٩	٢,٤٨٦
١٠	٣,٩٨٢	١,١٨٩٤	٢,٧٧٨	١,٣٨٢٧٨	٤,٨٥٠
١١	٤,٠١٩	١,٢٦٦٣	٢,٢٩٦	١,٢٥٣٤	٧,١٠٣
١٢	٤,٢٢٢	١,٠٩٣٢	٢,٢٢٢	١,٢٨٣٧	٨,٧١٧
١٣	٤,٣٧٠٤	١,١٨٦٣٤	٢,٣٥١٩	١,٥٦٨٠٥	٧,٥٤٤

١٤	٤,١٦٦٧	١,٠٧٧٢١	٣,٠٧٤١	٠,٩٨٧٧٠	٥,٤٩٤
١٥	٣,٥٣٧٠	١,٢٩٨٩٥	٢,٦١١١	١,١٢٢٩٥	٣,٩٦٣
١٦	٣,٧٤٠٧	١,٢٧٦٥٧	٣,١٨٥٢	١,٠١٠٧٧	٢,٥٠٧
١٧	٤,٤٢٥٩	٠,٨٨١٧٢	٣,٤٦٣٠	١,٠٧٦٥٦	٥,٠٨٥
١٨	٤,٥٧٤١	٠,٩٤٣٤	٢,٤٢٥٩	١,٤٢٥٩	٨,٤٦٣
١٩	٤,٠١٨٥	١,٢٦٦٢٦	٢,٢٩٦٣	١,٢٥٣٣٧	٧,١٠٣
٢٠	٤,٢٢٢٢	١,٠٩٣١٥	٢,٢٢٢٢	١,٢٨٣٦٧	٨,٧١٧
٢١	٣,٦١١١	١,٤٩٧٣٨	٢,٧٢٢٢	١,١٢٢٩٥	٣,٤٩٠
٢٢	٣,٧٧٧٨	١,٢٦٨٨٨	٢,١٦٦٧	١,٢٢٤٧٤	٦,٧١٣
٢٣	٣,٧٧٧٨	١,٣٥٥١٧	٣,١٤٨١	٠,٩٧٩١٧	٢,٧٦٧
٢٤	٤,٠٣٧٠	١,٢٢٨٠٢	٣,٣٨٨٩	١,١٨٨٢٥	٢,٧٨٧
٢٥	٤,٠٥٥٦	١,٢٠٤٠٣	٢,٣٨٨٩	١,١٣٩٦٢	٧,٣٨٨
٢٦	٣,٧٧٧٨	١,٢٦٨٨٨	٢,٧٠٣٧	١,٣١٢٢٠	٤,٣٢٤
٢٧	٤,٤٢٥٩	٠,٨٨١٧٢	٣,٠٧٤١	١,٢١٠٨٣	٦,٦٣٢

ثانياً: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسين:

يعني هذا أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي يقيسه المقياس كلياً إذ يعد هذا احد مؤشرات صدق البناء(الزوبعي ، الحمداني ،١٩٨٣ : ٤٣). وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس التعافي النفسي والدعم العاطفي ، من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لـ(٤٠٠) استمارة ، وقد تبين ان جميع الارتباطات دالة لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٠.٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية(١٩٨) وجدول (٣) و(٤) يوضح ذلك .

الجدول(٣) قيم معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس التعافي النفسي

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠,٦٣١	١١	٠,٣٣٨	٢١	٠,٤٦٤
٢	٠,٣٩٠	١٢	٠,٤٤٤	٢٢	٠,٥١٦
٣	٠,٢٩٨	١٣	٠,٢٤١	٢٣	٠,٣١٨
٤	٠,٣٢٢	١٤	٠,٢٨٩	٢٤	٠,٤٠٧
٥	٠,٥٠١	١٥	٠,٤٣٠	٢٥	٠,٣٢٥
٦	٠,٥٦٠	١٦	٠,٤٧٢	٢٦	٠,٢٧٧
٧	٠,٢٩٣	١٧	٠,٥٢٥	٢٧	٠,٤١٨
٨	٠,٣٠٨	١٨	٠,٤٨٧	٢٨	٠,٢٩٥
٩	٠,٦٢٥	١٩	٠,٤٧٨	٢٩	٠,٤٠٢
١٠	٠,٦٩٦	٢٠	٠,٢٣٣	٣٠	٠,٢٥٢

الجدول (٤) قيم معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الدعم العاطفي

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية
١	٠,٣٩٨	١٠	٠,٤٢٨	١٩	٠,٤٧٠
٢	٠,٣٤٧	١١	٠,٦١٦	٢٠	٠,٣٥٠
٣	٠,٣٤٩	١٢	٠,٣٣٧	٢١	٠,٧٢٣
٤	٠,٦٠٥	١٣	٠,٤٦٣	٢٢	٠,٧٠٣
٥	٠,٦١٣	١٤	٠,٦٣١	٢٣	٠,٦٩٦
٦	٠,٤٦١	١٥	٠,٣٩٠	٢٤	٠,٥٠١
٧	٠,٧٩٦	١٦	٠,٢٩٨	٢٥	٠,٥٦٠
٨	٠,٥٦٤	١٧	٠,٣٢٢	٢٦	٠,٢٩٣
٩	٠,٣٦٩	١٨	٠,٣٠٨	٢٧	٠,٧٥٥

ثانياً : ثبات المقياسين :

وللكشف عن مؤشرات ثبات المقياسين الحالي اعتمد الباحث الطريقة الآتية :

أ- الاتساق الخارجي باستعمال طريقة الاختبار- إعادة الاختبار للمقياسين:

لحساب الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتطبيق مقياسي (التعافي النفسي والدعم العاطفي) على عينة من المتعافين من جائحة كارونا بلغت (٣٠) فرد ثم تم إعادة تطبيق المقياسين بعد مرور اكثر أسبوعين وحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني، قد بلغ معامل الارتباط بالنسبة لمقياس التعافي النفسي (٠,٨١)، أما مقياس الدعم العاطفي فقد بلغ معامل الارتباط بهذه الطريقة (٠,٨٠) وهو ثبات جيد حسب راي انستازي (Anastasi,1988:126).

ب-اتساق الداخلي باستعمال معامل ألفا كرونباخ للمقياسين :

ولأجل استخراج الثبات بهذه الطريقة تم تطبيق مقياسي(التعافي النفسي والدعم العاطفي) على عينة البحث الاساسية وكانت قيمة معامل الثبات لمقياس التعافي النفسي هي (٠,٧٩) ، وكانت قيمة معامل الثبات لمقياس الدعم العاطفي هو (٠,٧٧) .

وصف المقياسين بصيغته النهائية:

١- مقياس التعافي النفسي :

صيغت فقرات مقياس التعافي النفسي البالغ عددها (٣٠) فقرة باتجاهين(إيجابي، سلبي) وبخمس بدائل للإجابة هي **(دائما، غالبا، احيانا، نادرا، ابدا)** ، وقد أعطيت الأوزان(٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) بالنسبة للفقرات الإيجابية، والأوزان (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) بالنسبة للفقرات السلبية ، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (١٥٠) درجة ، وأقل درجة يحصل عليها هي(٣٠) درجة، علماً إن المتوسط النظري للمقياس بلغَ (٩٠) درجة.

٢- مقياس الدعم العاطفي :

صيغت فقرات مقياس الدعم العاطفي البالغ عددها (٢٧) فقرة باتجاهين(إيجابي، سلبي) وبخمس بدائل للإجابة هي **(دائما، غالبا، احيانا، نادرا، ابدا)** ، وقد أعطيت الأوزان(٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) بالنسبة للفقرات الإيجابية، والأوزان (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥) بالنسبة للفقرات السلبية ، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (١٣٥) درجة ، وأقل درجة يحصل عليها هي(٢٧) درجة، علماً إن المتوسط النظري للمقياس بلغَ (٨١) درجة.

الوسائل الاحصائية:

لمعالجة بيانات البحث، استعمل الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة بمساعدة الحقيبة الإحصائية (SPSS) بواسطة الحاسوب.

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث و تفسيرها مناقشتها:

الهدف الاول : التعرف على التعافي النفسي لدى المتعافين من جائحة كارونا .

لتحقيق الهدف الأول أظهرت نتائج البحث مقياس التعافي النفسي على عينة البحث البالغة (٤٠٠) فرد من المتعافين بمتوسط حسابي (١٣٤.٧٣٢٥)، وانحراف معياري (٢٣.٥٩٦٠)، وعند مقارنتها بالمتوسط الفرضي البالغ (٩٠) درجة تبين إن متوسط درجات التعافي النفسي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، وعند اختبار الدرجات إحصائيا باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وجد أنها دالة عند مستوى (٠.٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣٧.٩١٥)، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وكما موضح في جدول ادنى (٥).

جدول (٥)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس التعافي النفسي

عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة ٠.٠٥
٤٠٠	١٣٤,٧٣٢٥	٩٠	٢٣.٥٩٦٠	٣٧.٩١٥	١.٩٦	دالة

وتشير هذه النتيجة بان عينة البحث تتمتع بمستوى جيد من التعافي النفسي بالرغم مما تعرضوا اليه من احداث سلبية بسبب الاصابة بفايروس كارونا ، وهذه النتيجة جاءت منسجمة مع راي (فردريكسون ، Fredrickson) بان ارتفاع مستوى التعافي النفسي لدى الافراد لانهم يمتلكون الدافع الضروري للنجاح المستقبلي وبناء مواردهم النفسية التي تساعدهم على تجاوز الازمات والاحداث السلبية وان هناك مواقف تعيد الفرد تعافيه النفسي لان التجمد والرضوخ في المواجهة تولد صراعات داخل النفس البشرية وهي تعتبر حافز لزيادة قدرة الفرد على مواجهة الازمات والتحديات والتعافي منها وفي المقابل ان نظام الانفعالات الايجابية هو المسؤول الاول على الانفتاح للبيئة ومستجداتها واثارة الرغبة في العيش بأمان والشعور بسلام الداخلي وصولاً الى الارتقاء ، لا توجد دراسة سابقة على حد

علم الباحث تناولت متغير البحث على نفس العينة لذا تم مقارنة نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (شاكر ،٢٠٢٠) التي طبقت على عينة من طلبة المرحلة الاعدادية العائدين من النزوح واتفقت معها .

الهدف الثاني : التعرف على دلالة الفروق الاحصائية في متغير التعافي النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – اناث) لدى المتعافين من جائحة كارونا .

لتحقيق هذا الهدف أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث ، إذ ظهر من خلال تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٠.١٧٥)، وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) كما موضح في جدول (٦).

جدول (٦)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس(الذكور– الإناث)

المتعافين	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجد ولية	مستوى الدلالة
ذكور	٢٨٨	١٣٤.٤٠	٢٤.١٦٨١	٠.١٧٥	١.٩٨	غير دال
إناث	١١٢	١٣٤.٨٦	٢٣.٤١١٢			

وتشير هذه النتيجة عن عدم وجود فروق في التعافي النفسي وفقا لمتغير الجنس (ذكور– إناث) ، ويمكن تفسير هذه النتيجة الى انه كلا الجنسين يعيشون نفس البيئة والظروف التي لها دور فعال في تجاوز المحن والاثار السلبية التي بدورها تقوي الافراد على التعافي والشفاء وتخطي الازمات والصعاب واستعادة توازنهم النفسي نتيجة خلق افكار ومشاعر إيجابية لديهم وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (شاكر ، ٢٠٢٠) .

الهدف الثالث : التعرف على الدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كارونا .

ولتحقيق هدف التعرف على الدعم العاطفي أظهرت نتائج البحث أن درجات مقياس الدعم العاطفي كانت بمتوسط حسابي (٢٠٠.٢٤٢٥) ،وانحراف معياري (١٧.٣٤١٤)، وعند مقارنتها بالمتوسط الفرضي البالغ (٨١) درجة تبين أن متوسط درجات الدعم العاطفي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، وعند اختبار الدرجات إحصائيا باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وجد أنها دالة عند مستوى (٠.٠٥)، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٣٧.٦٣٤) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وكما موضح في جدول (٧).

جدول (٧)

نتائج الاختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الدعم العاطفي

عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٤٠٠	٢٠٠.٢٤٢٥	٨١	١٧.٣٤١٤	١٣٧.٦٣٤	١.٩٦	دال

وتشير هذه النتيجة الى أن عينة البحث تتمتع بمستوى جيد من الدعم العاطفي مما يدل على وجود ترابط عاطفي جيد لدى المتعافين من جائحة كارونا، بالرغم من تعرضهم إلى ظروف نفسية واجتماعية وصحية صعبة في الوقت الراهن وجاءت هذه النتيجة منسجمة مع الاطار النظري الذي يوكد بان الاهتمام والحب وتقبل الاخرين يخفف مشاعر الوحدة النفسية والخوف من المرض وقلق الموت ، والاتصال والتواصل مع افراد اسرهم او الاقرباء والاصدقاء حتى يشعر بالأمان والطمأنينة والراحة النفسية ، لا توجد دراسة سابقة على حد علم الباحث تناولت متغير البحث على نفس العينة لذا تم مقارنة نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (عبد الرحمن ،٢٠١٩) التي طبقت على عينة من المسنين في محافظة بغداد واتفقت معها .

الهدف ارابع : التعرف على دلالة الفروق الاحصائية في متغير الدعم العاطفي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – اناث) لدى المتعافين من جائحة كارونا .

لتحقيق هذا الهدف اظهرت من خلال تطبيق الاختبار التائي أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (١.١٢٦) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) كما موضح في جدول (٨)

جدول (٨)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق تبعاً لمتغير الجنس(الذكور– الإناث)

الموظفين	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
ذكور	٢٨٨	١٩٨.٣٦	٢٢.٧٥٤١	١.١٢٦	١.٩٨	غير دال
إناث	١١٢	٢٠٠.٩٧	١٤.٦٩٤٥			

وتشير هذه النتيجة عن عدم وجود فروق في متغير الدعم العاطفي وفقا لمتغير الجنس (ذكور– إناث) ، ويمكن تفسير هذه النتيجة الى انه كلا الجنسين يمرون بخبرات حياتية مشابهة ومتقاربة اي انهم يمرون بمواقف اجتماعية واقتصادية وصحية ونفسية واحدة وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبد الرحمن ، ٢٠١٩).

الهدف الخامس : التعرف على العلاقـة بين التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كارونا :

لتحقق هذا الهدف يتضمن تعرف العلاقة بين درجات التعافي النفسي والدعم العاطفي لدى المتعافين من جائحة كارونا ، قام الباحث بتطبيق معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لأفراد العينة على المقياسين ، فبلـغ معامل الارتباط بينهما (٠,٣١٨) درجة ، وبعد تطبيق الاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط ظهر أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (٦,٦٩١) درجة هي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) درجة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) مما يشير إلى أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين درجات متغيري البحث والجدول (٩) يوضح ذلك:

الجدول (٩) معامل الارتباط والقيمة التائية بين متغيري التعافي النفسي والدعم العاطفي

العدد	قيمة معامل الارتباط بين متغيري التعافي النفسي والدعم العاطفي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠.٠٥)
			المحسوبة	الجدولية	
٤٠٠	٠,٣١٨	٣٩٨	٦,٦٩١	١,٩٦	دالة

إذ تدل هذه النتيجة ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث علاقة دالة وموجبة أي أن المتغيرين مرتبطـان مع بعضـهما البعض ، و يمكن من خلال معرفة احدهما التنبؤ بمستوى المتغير الأخر ، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج كلاً من دراسة (عبد الرحمن ، ٢٠١٩) ودراسة (شاكر ، ٢٠٢٠).

الاستنتاجات:

من خلال معطيات البحث الحالي استنتج الباحث الآتي :

١- تمتع المتعافون من جائحة كورونا بقدر جيد من التعافي النفسي ضمن بيئتهم الداخلية والخارجية والتكيف مع احداث وظروف الحياة التي تؤدي الى تحقيق نتائج ايجابية بسبب ما يحملوه من أفكار ايجابية .

٢- تمتع المتعافون من جائحة كورونا بقدر جيد من الدعم العاطفي نتيجة التعامل الجيد مع الازمات والمحن التي تواجههم.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغيرات البحث التعافي النفسي والدعم العاطفي وفق متغير الجنس (ذكور – اناث).

٤- وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين متغيرات البحث التعافي النفسي والدعم العاطفي .

التوصيات :

في ضوء النتائج التي تّم التوصل اليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

١-مساهمة المؤسسات التربوية والخدمية والاعلامية في توعية الافراد على الاهتمام بأهمية علم النفس الصحي كونه يساهم في تقليل الاثار السلبية للأحداث الحياة الضاغطة وتعمل على حماية الافراد من الاصابة بالأمراض الصحية والنفسية.

٢-الاستفادة من مقاييس البحث للتعرف على التعافي النفسي والدعم العاطفي لشرائح مختلفة من الافراد من قبل مراكز الارشاد النفسي في الجامعات العراقية والمرشدين التربويين العاملين في وزارة التربية .

٣-ضرورة تقديم ورشات عمل تؤكد على تقوية وتماسك الاواصر الاسرية بين افرادها من خلال الاستماع الى مطالبهم ودعمهم واحترامهم وتقديم المساعدة والدعم في تذليل المشكلات التي تواجههم

المقترحات :

يقترح الباحث في ضوء النتائج والتوصيات مايأتي :

١-اجراء دراسة تجريبية تقدم من خلالها احدث الاساليب الارشادية والتي بدورها تعمل تعزيز التعافي النفسي والدعم العاطفي الى المتعافين من جائحة كارونا .

٢-إجراء دراسة تبحث في العلاقة بين التعافي النفسي ومتغيرات نفسية وتربوية أخرى مثل ، التفكير الايجابي ، الوعي بالذات المرونة النفسية .

٣-إجراء دراسة تبحث في العلاقة بين الدعم العاطفي ومتغيرات نفسية وتربوية أخرى ، مثل، قوة الانا ، التفاؤل ، الامل .

٤-إجراء دراسة مماثلة لعينات اخرى لدى عينات اخرى .

٥- إجراء دراسة مقارنة بين المتعافين وغير المتعافين من جائحة كارونا .

مصادر البحث العربية والاجنبية

- ابو حماد ، نصر الدين ابراهيم (٢٠١٧) **المهارات الحياتية الشخصية – الاجتماعية – المعرفية** ، ط١ ، دار المسيرة للنشر ، عمان ، الاردن .
- الأحمدي، علي بن حسن (٢٠٠٣) : **مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي وعلاقته باتجاهاتهم الصحية في المدينة المنورة** ، كلية التربية ، جامعة ام القرى، الرياض .
- البركي، فؤاد (٢٠٢٠): **الدليل العلمي الشامل لفايروس كورونا المستجد** ، جامعة المثنى، العراق .
- التميمي ، فلاح عجيل يوسف (٢٠٢٠) : **المعتقدات الصحية وعلاقتها بالمناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كارونا في محافظة واسط** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية للعلوم الانسانية ، جامعة واسط .
- جولمان ، دانيال (٢٠٠٠) : **الذكاء العاطفي** ، ترجمة ليلى الجبالي ، سلسلة علم المعرفة ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب ،الكويت.
- خياطة ، نهاد (١٩٩٤) : **البنية النفسية عند الانسان** ، دار الحوار للنشر والتوزيع ، سوريا .
- الدليل الصيني الشامل لفايروس كارونا المستجد (٢٠٢٠) : ترجمة ايمان سعد ، رنا عبده ، بسمة طارق ، بيت الحكمة للاستثمارات الثقافية ، عابدين ، مصر .
- السفاسفة ، محمد ابراهيم(٢٠٢٠) : **مستوى اعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن انتشار فايروس كورونا وعلاقته بمستوى المناعة النفسية لدى عينة من الاردنيين** ، جامعة مؤتة ، الاردن .
- شاكر ، امنة طالب (٢٠٢٠) : **التعافي النفسي وعلاقتها بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد .
- عبد الرحمن ، اسمهان عدنان (٢٠١٩) : **السعادة ولاقتها بالدعم العاطفي لدى المسنين في محافظة بغداد** ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية /ابن رشد للعلوم الانسانية ، جامعة بغداد.
- غنيم، سيد محمد (١٩٧٣) : **سيكولوجية الشخصية محددتها – قياسها – نظرياتها** ، دار النهضة ، القاهرة.
- غيات، بوفلجة(٢٠٢٠) : **دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة وباء (كوفيد – ١٩)** ، جامعة وهران ٢، محمد بن أحمد، الجزائر .
- فرج ، صفوت (١٩٨٠) : **التحليل العاملي في العلوم السلوكية** ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ليندزي ، ك . هول .ج (١٩٧٨) : ترجمة فرج احمد فرج ، قدري حنفي ، لطيف فطين ، مراجعة لويس مليكة ، **نظريات الشخصية** ، دار الشايع ، القاهرة.
- ملحم ، سامي محمد (٢٠٠٠): **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان .

- Allen, M. J. & Yen, W. M., (1979): **Introduction to Measurement Theory**, California: Brooks Cole .
- Anastasi , Ame . (1988): **Psychological testing** , New York .the MacMillan Company
- Bandura, A. (1994). Social Cognitive Theory and Exercise Control Over Hiv Infection, pp.25-59. Stanford university, new york.

- Burleson, B.R (2003). **The experience and effects of emotional support**: what the study of cultural and gender differences can us about close relationships, emotion and interpersonal communication .
- Cohen , S , (2000). Social support measurement and intervention , New York : Oxford University press.
- Fredrickson , B .L.(1998). What good are positive emotions , review of general psychology .
- Fredricson , Barbarac(2001). Bright – Sided : How the relentless promotion of positive thinking has undermined America .
- House (1988).Structures and processes of social support , annual review of social.
- Kaplan , R.M(2001). Psychological testing principles, application & issues , California, books, colepublisging company .
- Marzieh, ,(2005): Identifying stressors and reactions to stressors – in gifted and non-gifted students , International Education
- Matheny , K , et , al, (1993) : The Coping Rfsoyres Inventory For Stressors , A measue Of perceived Resources Fyllness , Journal , Clixical , psycholody , Vol 49 . no 6 .
- Rabeau , Marjorie (2006) : The eternal quest for optimal balance between Maximizing pleasure and minimizing harm: the compensatory Healthy belief Model ,British Journal of Health .
- Roberts,A.(2005).Evaluating mental health services for elder people . international psycho geriatrics.
- Tugade & Fredrickson (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences journal of personality and social psychology ,p.p.320 .
- Tugade , & Fredricksom (2004).Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional expriences , journal of personality and social psychology ,p.p.320.
- Watson, D,Clark,L.A.& Tellegen , A . (2002). Development and validation of brief measures of positive and negative affect.
- Werner, D. F.(1997). Dictionnaire de la Psychologie. France : Librairie Générale Française.
- Wilson, L, (2002) : Risk and resitance factors and adjustment in maternal caregivers pf children with serious mental disorders (Unpublished Doctoral Disserttion), the Fifhving Institute, USA.