دور المساندة الاجتماعية في تخفيف الضغط النفسي لدى ممرضات مصلحة كوفيد (19)

The role of social support in alleviating psychological stress among nurses of the Covid-19 department.

تومي طيب *

جامعة محمد بوضياف المسيلة

Tayeb Toumi

Mohamed Boudiaf University of M'sila

toumi_tayeb@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2022/07/07 تاريخ القبول: 2022/09/07 تاريخ النشر: 2022/09/29

الملخص: هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الضغط النفسي لدى ممرضات مصلحة كوفيد (19)، وقد تكونت العينة من 45 ممرضة تعملن في المصلحة السالفة الذكر بمستشفى الزهراوي ومستشفى سليمان عميرات لأمراض النساء والتوليد بالمسيلة، وقد تم اختيار أفراد العينة بطريقة قصدية من المجتمع المتوفر، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي وتطبيق مقياس المساندة الاجتماعية لصاحبته (سميرة عبد الله الكردي) وتطبيق مقياس الضغط النفسي ليفانستاين، وبعد جمع البيانات استعان الباحثان ببرنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية"spss" في معالجة البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية التالية، المتوسطات الحسابية،الانحرافات المعيارية، اختبار t. test لعينتين مستقلتين ومعامل الارتباط بيرسون، و خلصت الدراسة في الأخير إلى النتائج التالية:

- أتى مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات مصلحة كوفيد 19 بدرجة عالية.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسي لدى ممرضات كوفيد19.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من المساندة الاجتماعية والضغط النفسي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من المساندة الاجتماعية والضغط النفسي تعزى لمتغير السن.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية؛ الضغط النفسي؛ الممرضات؛ فيروس كورونا كوفيد (19).

Abstract: The current study aimed to identify the role of social support in alleviating psychological stress among nurses of the Covid-19 department, the sample consisted of 45 nurses working in the aforementioned department at Al-Zahrawi Hospital and

*- المؤلف المرسل

Suleiman Omairat Hospital for Gynecology and Obstetrics in M'Sila, The sample members were selected intentionally from the available population, To achieve the objectives of the study, the research group used the descriptive approach and applied the social support scale for its owner (Samira Abdullah Al-Kurdi) and applied the Levanstein psychological stress scale, After collecting the data, the research group used the statistical package for the social sciences "spss" program to process the data using the following statistical methods, arithmetic averages, standard deviations, t-test for two independent samples and Pearson correlation coefficient, Finally, the study concluded the following results:

- The level of social support for the nurses of the Covid-19 department was high.

-There is no correlation between social support and psychological stress among covid 19 nurses.

- There are no statistically significant differences in both social support and psychological stress due to the variable of social status.

-There are no statistically significant differences in both social support and psychological stress due to the age variable.

Keywords: social support - psychological pressure - nurses -Corona Kovid Virus (19)

1- إشكالية الدراسة:

يواجه الفرد في حياته اليومية العديد من الأحداث الضاغطة التي تضم خبرات غير مرغوب فيها وأحداث قد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر وتعتبر المساندة الاجتماعية مصدر هاما من مصادر الدعم النفسي الاجتماعي الفعال الذي يحتاجه الإنسان حيث يؤثر حجم المساندة ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة وأساليب التعامل معها وانعكاساتها على صحته فالمساندة الاجتماعية ترتبط بشكل عام بتخفيف الاضطرابات النفسية ومما لا يجعل مجالا للشك في أن المساندة الاجتماعية لها دور عظيم في التخفيف لمن يقعون تحت ضغوط الحياة وقد تكون المساندة بكلمة الطيبة أو بالنصح أو بقضاء حاجات أو بتقديم المال والإسلام يدعو إلى الخير والمودة والى التراحم والى الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.

ويؤكد الباحثون أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دورا هاما في التخفيف من الآثار الناتجة عن مختلف الضغوطات التي يعترضها لها الفرد في حياته العامة حيث يزداد احتمال

التعرض لهذه الضغوط كلما نقص ضغوط المساندة الاجتماعية، كما أنها تساهم في التوافق الإيجابي ونمو الشخصي للفرد وتوصل كترونا وآخرون إلى أن المساندة الاجتماعية كانت عاملا جوهريا للحالة الصحية الجسمية وان الصحة النفسية ترتبط بالتفاعل بين الضغوط والمساندة الاجتماعية (الشناوي وعبد الرحمان، 1994، ص. 62).

وفي اتجاه آخر من هاته الدراسة لقي موضوع الضغط النفسي اهتماما كبيرا في دول العالم لما يتسم به من خصائص معينة وخاصة في هاته الظروف الصحية التي تتركها يوميا جائحة كورونا، وإن أردنا أن نعرف الضغط النفسي فهو مصطلح يشير إلى عدم التوافق مع البيئة والذات، ومحاولة التقليل من عدم التوافق لتجنب التوتر الانفعالي المرافق من أجل المحافظة على الإحساس بالذات، و تشير أيضا إلى تغيرات داخلية أو خارجية من شأنها تؤدي إلى استجابة فعالية حادة ومستمرة وتمثل الأحداث الخارجية من ظروف عمل أو تلوث بيئي أو الأحداث الطارئة مثل مشكلات الطلاق أو وفاة أحد أفراد العائلة فهذه الضغوط البيئية من الضغوط المؤثرة التي احتلت في الآونة الأخيرة مكانها البارز وفي أعلى قائمة من مسببات الأمراض بشقيها العضوي والنفسي، وفي الإحصائيات الأمريكية تؤكد أن حوالي **80%** من الأفراد الذين يعانون من الأمراض النفسية سببتها الضغوط التي تؤثر بشكل سلبي على حياتهم، كما تؤثر تلك المواقف الضاغطة على الفرد وتجعله يتخبط فيها، وهذا ما لاحظناه في ميدان الصحة فهو معني بصحة وحياة البشرية، وهذا في حد ذاته يشكل ضغوطا نفسية خاصة على عمال الصحة والذي من بينهم الممرضات المسؤولات عن المريض وإنقاذ حياته؛ فمثلا مصلحة الكوفيد 19 والمفتوحة مؤخرا بظهور هاته الجائحة نرى تعبا وقلقا لازما لدى الممرضات وخاصة أثناء أداء مهامها، حيث تبقى دائما متأهبة لمجيء حالات حرجة أو خطيرة للمصابين بفيروس كورونا المستجد، ومن المتوقع أن تجد الممرضة أيضا نفسها أمام موقف تكون هي المسؤولة في حله بدرجة أولى وهذا في حد ذاته موقف ضاغط، يفسر لنا ضغوط عمل والحياة النفسية لدى تلك الممرضات والتي نجدها؛ كثيرة كونها أحد شرائح المجتمع التي تتعرض يوميا للعديد من الضغوطات والإجهاد النفسي سواء على المستوى الداخلي كالضغوط الشخصية والجسمية والنفسية أو على المستوى الخارجي كضغوط الاجتماعية والبيئية وضغوط العمل وهذا بسبب ما تشهده البلاد بل العالم بأكمله من موجات الخوف والذعر في ظل المستجدات الحالية والتي ارتبطت بانتشار نوعا جديدا كما يبدو من الفيروسات والذي يطلق عليه فيروس كورونا المستجد كوفيد 19، الأمر الذي احدث ثورة في التفسيرات المرتبطة بأسباب هذه المعاناة الجماعية جراء انتشار هذا الوباء ويتضح لنا ضحايا فيروس كورونا المستجد كوفيد 19 في تزايد مستمر، ومازال الفيروس يواصل تفشيه بوتيرة

متسارعة في مختلف أنحاء العالم الأمر الذي ساهم بشكل كبير في مضاعفة الضغوط النفسية الواقعة على السلك الطبي و الممرضات كمثال بدرجة خاصة، وهي ليست وحدها فحسب بل على جميع فئات المجتمع، ففي ظل الظروف الراهنة يتملك الممرضة حالة من القلق والفزع بشأن نفسها أولا ثم أسرتها، حيث أن فكرة الإصابة بالفيروس تسيطر على تفكيرها، فتضع سيناريو مخيفا من الإصابة ومن ممارسة الحياة بشكل طبيعي فينتقل إليها الفيروس الذي سرعان ما ينتشر بشكل أو بأخر لأسرتها وللآخرين. وعلى ضوء ما سبق يمكن صياغة إشكالية الدراسة في التساؤلات التالية:

- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات مصلحة كوفيد 19؟

- هل توجد فروق في مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات كوفيد (19) تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية؟

- هل توجد فروق في المساندة الاجتماعية لدى ممرضات مصلحة كوفيد (19) تعزى لمتغير السن

2- فرضيات الدراسة:

- للمساندة الاجتماعية مستوى عالي في التخفيف من الضغط النفسي لدى ممرضات مصلحة كوفيد (19).

- توجد فروق في مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات مصلحة كوفيد (19) تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

- توجد فروق في مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات كوفيد (19) تعزى لمتغير السن

3- التعاريف الاصطلاحية والإجرائية:

1-3 التعريف الاصطلاحي للمساندة الاجتماعية:

عرفها عزت عبد الحميد (1996) بأنها درجة شعور الفرد بتوافر المشاركة العاطفية، والمساندة الو الدية والعملية من جانب الآخرين مثل (الأسرة والأقارب والأصدقاء وزملاء العمل ورؤساء العمل) وكذلك وجود من يزودونه بالنصيحة والإرشاد من هؤلاء الأفراد ويكون معهم علاقات اجتماعية عميقة ويعرف سيدني كوب المساندة الاجتماعية بأنها: تقوم على الرعاية المتبادلة بين الأفراد (التواصل الاجتماعي) وتتسم بثلاثة مقومات أساسية هي:

أ- المساندة الوجدانية وتتمثل في تسليم الفرد بأنه محاط بالرعاية والحب من قبل الجماعة التي ينتمي إليها.

ب- المساندة المدعمة بالاحترام وهي التي تقود إحساس الفرد بالاحترام والقيمة بين المحيطين به

ج- المساندة المدعمة من شبكة العلاقات الاجتماعية التي تتمثل في شعور الفرد بأنه يمتلك موقع متميز في شبكة العلاقات الاجتماعية التي ينتمي إليها. (علي، 2005)

2-3 تعريف المساندة الاجتماعية إجرائيا:

هي عبارة عن المجموع الكلي للدرجات التي تتحصل عليها الممرضات العاملات في مصلحة كوفيد 19 أثناء تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية والمستخدم في الدراسة.

3-3 التعريف الاصطلاحي الضغط النفسي:

لقد أشار أما سيلي إلى أن الضغط النفسي عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط وهو استجابة غير محددة من الجسم نحو المتطلبات البيئية مثل التغير في الأسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت ضغط نفسي (السيد، 2008، ص. 20).

4-3 تعريف الضغط النفسي إجرائيا:

ويعرف إجرائيا بأنه المجموع الكلي للدرجات التي تتحصل عليها الممرضات العاملات في مصلحة كوفيد19 أثناء تطبيق مقياس الضغط النفسي المستخدم للدراسة.

5-3 تعريف فيروس كورونا:Covid 19

هو مرض يسببه نوع جديد (أو مستجد) من فيروسات كورونا اكتشف لأول مرة عندما حدث تفشي للمرض في ديسمبر 2019، ومن أعراضه الالتهاب الرئوي والحمى والسعال. (الدليل الارشادي، 2020).

4- الدراسات السابقة:

أجرى Uchino وGarve (1997) دراسة هدفت إلى معرفة أثر المساندة الاجتماعية على استجابة القلب للضغط النفسي الحاد، حيث قام (28) رجلا، (21) امرأة بمهام كلامية سواء في وجود المساندة أو عدم وجودها، وقد تم استخدام مقاييس ضغط الدم عند انقباض القلب ونبضاته وانبساطه، وقد توصل الباحثان إلى أن وجود المساندة الاجتماعية يخفف من أثر الضغط الحاد على القلب، كما أن الضغوط المتعلقة بالكلام كانت مرتبطة بارتفاع ضغط الدم ومعدل نبضات القلب، والأفراد في حالة وجود المساندة يكون ضغط الدم عندهم اقل بالمقارنة مع الأفراد الذين لم تتوافر لهم المساندة، وتؤكد هذه النتائج أن الأفراد الذين تتاح لهم مساندة قوية يكون لديهم القدرة على التوافق مع الضغط عن غيابها.

كما أجرى Bunk and Hoorens (1992) دراسة هدفت إلى تقديم توضيح نظري للمساندة الاجتماعية وتحليل نظرية المقارنة الاجتماعية والتبادل الاجتماعي كاتجاهين مفيدين في فهم

المساندة الاجتماعية وتوظيف هاتين النظريتين في تفسير ثلاث ظواهر في نطاق المساندة الاجتماعية وهي حقيقة:

1-أن المساندة لها بعض التأثيرات السلبية أحيانا.

2-حدوث الضغط نفسه يمكنه أن يؤدي إلى نقص في مصادر المساندة المتاحة.

3- بعض الناس يعتقدونه أنهم يقدمون المساندة بصورة أكبر مما يتلقونها وان هناك مساندة متاحة لهم أكثر مما هي متاحة للآخرين؛ وقد توصل الباحثان إلى أن المساندة الاجتماعية المقدمة من أشخاص ذو أهمية بالنسبة للفرد لها دور كبير في التعامل مع أحداث الحياة المهمة، كما أن لها القدرة على التقليل أو القضاء على الآثار العكسية لهذه الأحداث على الصحة، ومع ذلك فان الاكتشافات الخاصة بدور المساندة في التخفيف من الضغط تكون متناقضة في بعض الأحيان وصعبة التفسير، وهذا قد يرجع إلى نقص الاهتمام الموجه إلى دور العمليات التي من خلالها تحقق المساندة الاجتماعية أهدافها المؤثرة.

كما قام Karen 1987بمجموعة من الدراسات بهدف دراسة الفكرة القائلة بان المساندة الاجتماعية والتصاحب لهما آثار مختلفة على الراحة النفسية، وتهدف الدراسة إلى اختبار الفرض القائل بأن التصاحب يعمل على زيادة الراحة النفسية بغض النظر عن مستوى ضغوط الحياة (الأثر الرئيسي) في حين أن المساندة تسهم في الراحة النفسية عن طريق التقليل من أثار ضغوط الحياة المعاكسة (الأثر المخفف) أي مقارنة التصاحب والمساندة على مستوى واسع بدلا من التفريق بينهما، وقد تم اختبار الفرض باستخدام بيانات مسح شامل على (1050) من سكان شمال كاليفورنيا، واستخدام الباحث المقاييس الآتية:

1-مقياس الأعراض النفسية.

2- مقياسين لضغوط الحياة الشديدة والبسيطة.

3- مقياسين لعدد مصادر ومقدمي المساندة المتاحة للمشاركين.

كما توصل الباحث إلى أن المساندة الاجتماعية تعمل على تخفيف اثر الضغوط النفسية الشديدة، وكان لها تأثيرات مختلفة على معدلات الضغوط المرتفعة والمنخفضة، إذ أن الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم تزيد عن المتوسط كان ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية مرتبطا بانخفاض عدد الأعراض النفسية، وعلى العكس مع الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم اقل من المتوسط ارتبط ارتفاع مستوى المساندة الاجتماعية بزيادة الأعراض بينما لم يتأثر الأفراد الذين كانت الضغوط لديهم في المستوى المتوسط، كما تم التوصل إلى أن المساندة الاجتماعية

والتصاحب يسهمان بشكل مختلف في السعادة النفسية إلا أن أثار المساندة كانت أكثر تعقيدا من أثار التصاحب.

دراسة (مخلوف 2006) بعنوان: الضغط النفسي ومدى تأثيره على سلوك الأطباء العاملين بالمراكز الصحية " دراسة ميدانية بولاية المسيلة " هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الضغوط النفسية على سلوك الأطباء وتحديد الاضطرابات السلوكية الأكثر ارتباطا بعمل الطبيب والتي تسبب له ضغطا نفسيا وسلوكيا، على عينة مؤلفة من (10) أطباء وطبيبات تتراوح أعمارهم ما بين (27-37) سنة، حيث اعتمدت الباحثة المنهج العيادي، واستخدمت اختبار هولمز لقياس الضغط النفسي بالإضافة إلى أسلوب الملاحظة والمقابلة الإكلينيكية توصلت الباحثة من خلال تحليل الحالات العشر إلى أن أفراد العينة يعانون بدرجة عالية من بعض الأعراض النفسية والسلوكية وحتى الجسمية، ووجود علاقة بين ضغوط العمل لدى الأطباء وتعرضهم لبعض الأعراض النفسية والسلوكية والجسمية، كما توصلت إلى أهم مصادر ضغوط العمل لدى أفراد عينة البحث حيث كانت على الترتيب وفقا للاتي عدم توافر الإمكانات المساندة، النواحي المالية، صراع الدور، انخفاض عبء الدور العلاقة مع المحيط العملي، والعبء النفسي.

دراسة (مريم، 2008) بعنوان: مصادر الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض "دراسة ميدانية في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في محافظة دمشق"، هدفت الدراسة إلى قياس الضغوط النفسية المهنية لدى العاملات في مهنة التمريض دراسة ميدانية في المستشفيات التابعة لوزارة التعليم العالي في ضوء أربع متغيرات: (الحالة الاجتماعية، العمر، عدد سنوات الخدمة، القسم أو شعبة العمل)، على عينة مؤلفة من (204) ممرضة.

دراسة (أبو الحصين، 2010) والتي جاءت بعنوان: الضغوط النفسية لدى الممرضين والممرضات العاملين في المجال الحكومي وعلاقتها بكفاءة الذات. هدفت الدراسة إلى التعرف إلى الضغوط النفسية للمرضين والممرضات الذين يعملون في أقسام العناية المركزة المختلفة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة وعلاقتها بكفاءة الذات في ضوء بعض المتغيرات. تكونت عينة الدراسة من (247) ممرضا وممرضة، واستخدم الباحث مقياسا للضغوط النفسية من إعداد، واظهر البحث التالي:

- عدم وجود ارتباطا إحصائيا بين الضغوط النفسية وكفاءة الذات، واظهر وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير الجنس في الضغوط النفسية لصالح الإناث وذلك على البعد النفسي من المقياس.

- وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير المؤهل العلمي حيث وجدت فروق بين حملة الدبلوم وحملة الإجازة الجامعية على مقياس الضغوط النفسية في بعد بيئة العمل، وبعد بيئة العمل والخدمات المقدمة لصالح حملة الإجازة الجامعية.

- أيضا خلصت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير نوع القسم لصالح العناية المركزة في بعد بيئة العمل.

5- الإطار النظري:

أ-العلاقة بين المساندة الاجتماعية والضغط النفسي:

عرض الكثير من الباحثين تعريفات للضغط النفسي ومن هؤلاء الباحثين تعريف لازاروس (1984): بأنه نتيجة لعملية تقيميه يقيم بها الفرد مصادره الذاتية ليرى مدى كفاءتها لتلبية متطلبات البيئة، أي مدى الملائمة بين متطلبات الفرد الداخلية والبيئة الخارجية (الغرير، 2010، ص.24)

تعريف عثمان (2002): عملية تعارض تفسد على الفرد سعادته وصحته النفسية والبدنية وتحدث عندما يطالب الفرد بأداء يفوق إمكاناته العادية (عثمان، 2002، ص.14)

تعريف جودة (2005): بانه ظاهرة نفسية وفسيولوجية ناجمة عن المواقف الضاغطة والمؤثرة والتي تهدد حاجات الفرد ووجوده وتتطلب نوعا من إعادة التوافق عبر تغيرات جسمية ونفسية وسلوكية (جودة،2005، ص.58)

تلعب المساندة الاجتماعية دورا هاما في مواقف ردود الفعل تجاه مضاعفات الأمراض والمواقف الضاغطة المختلفة، والوقاية من الاكتئاب في الأحداث المؤلمة والأعراض الجسمية التي تنتج عن التعطل عن العمل، والوقاية من الوقوع في الاضطرابات الانفعالية، والتخفيف من أثار ضغوط العمل في بيئات العمل ذات المشقة والإجهاد. (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، ص.5).

ويرى لطفي عبد الباسط إبراهيم (1994) أن الدعم الاجتماعي: يسعى من خلاله الفرد للحصول على المعلومات بغرض المساعدة والنصيحة والفهم الجيد للموقف، ويعد هذا تحملا موجها نحو المشكلة، وفي المقابل قد يسعى إلى التأييد والدعم الأخلاقي أو التعاطف، ويعد ذلك مظهرا للتحمل الموجه نحو الانفعال؛ كما يرى بعض الباحثين أن الدعم الاجتماعي هو شكل من أشكال المواجهة. تلك المواجهة الهادفة بشكل أساسي إلى تنظيم الاستجابات العاطفية، بل هو الجهد الذي يقوم به الناس للحصول على الدعم الاجتماعي، والمساندة للتخفيف من الوضع الضاغط.

كما أكدت أبحاث أخرى أهمية الدعم الاجتماعي للتخفيف من آثار الضغط النفسي (sch roder & claver)، عبد السلام 1997، نقلا عن (فايد،1998، ص. 156) فالمهارة الاجتماعية تلعب دورا في التخفيف من الضغط النفسي عن طريق التواصل الاجتماعي الجيد والعلاقات الاجتماعية المرنة والحميمة. واعتبر الباحثون الاجتماعيون أن المساندة الاجتماعية تلعب دورا فعالا للتخفيف من الضغط النفسي. حيث يحتاج المريض للمساعدات الاجتماعية التعاطفية وربما الوسيلة المادية. (affleck.1994) (roberts.1994) (klaver.2000) (bamett.2001) (Schoroder.1998) (brunstein.1996) نقلا عن (شريف، 2003، ص. 25)

وتبين أيضا أن المساندة الاجتماعية تخفف من الاكتئاب الذي تسببه ضغوط الحياة المرتفعة (فايد، 1998، ص. 157) فالفرد يكون أثناء أزماته حساسا وسريع الانفعال، وربما لا يستطيع السيطرة على ردة فعله وسلوكياته، الأمر الذي يبرز دور مساعدة الآخرين، كما أن الدعم الاجتماعي مفيد وفعال في مرحلة المرض، إذ يحتاج الفرد إلى التعاطف والمساندة المعنوية العاطفية.

ويرى أدلر Adler أيضا:" أننا كبشر لا نزدهر أو نتطور دون وجود الآخرين، وحتى أكثر الناس حزما يشكلون حزمهم في سياق اجتماعي"، ويعتقد أدلر أيضا:" أن أسلوب الحياة الصحيح يتمثل في السمات والانفعالات الشخصية المقبولة، كالاهتمام الاجتماعي، واحترام قيم المجتمع، والتعاطف، والتواضع الحقيقي" (هيجان: 1998، 218)، كما أن حدة الضغوط النفسية تؤدي إلى انخفاض المساندة الاجتماعية حيث أن الناس قد يبتعدون عن الأفراد الذين يعانون من ضغوط نفسية بصفة عامة والأحداث الصادمة بدرجة قوية بصفة خاصة.

كما ترافق مع انتشار فيروس كورونا نوع من القلق وعدم اليقين وزيادة الضغط النفسي، وقلق الناس، إضافة إلى تخبط سياسة الحكومات في مواجهة هذا الفيروس والذي يعتبر فيروس مستجد وهو سلالة جديدة من الفيروسات التاجية وتكمن خطورة الفيروس في أنه يصيب الجهاز التنفسي للإنسان مع عدم معرفة علاج نهائي له حتى الآن وهو أيضا فيروس يبقى عل الأسطح لفترات طويلة ولقوته فان بقاءه بالهواء قد حدد بمدة لا تتجاوز الثلاث الساعات وهذه فترة كافية للالتقاط الفيروس مالم يُتّبع فيه طرق الوقاية والسلامة (الدليل الإرشادي للوقاية من مرض فيروس كورونا، 2020، ص. 7).

6- الإطار التطبيقي:

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية، وبعد التأكد من صلاحية الأدوات للاستخدام، سعينا إلى متابعة الدراسة الأساسية، والتي بواسطتها يمكننا الوصول إلى الإجابة عن تساؤلات الدراسة الحالية.

1-6 منهج الدراسة:

وقد تم استخدام المنهج الوصفي في الدراسة لملائمته لها، والذي يهتم بوصف الظاهرة كما هي في الواقع، ويقصد بالمنهج الوصفي "أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة".

2-6 المجتمع الإحصائي:

1-2-6- عينة الدراسة:

نورد فيما يلي اختيار وخصائص عينة الدراسة حيث بعد معرفة وتحديد مجتمع الدراسة، تم اختيار عينة ممثلة لهذا المجتمع، وفي هذا الصدد عرّف (الداهري والكبيسي، 1999، ص. 49) العينة بأنها "جزء من مجتمع معيّن يمثّل في خصائصه ذلك المجتمع اختصارا للوقت والجهد والمال"، وقد تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية من المجتمع الذي يتكون من (45) من بعض الممرضات بمستشفيات مدينة المسيلة (الزهراوي، سليمان عميرات) ونظرا لصغر العينة تمت طريقة الاختيار بالمسح الشامل للعينة، أي ظهور كلي لأفراد العينة أثناء التطبيق.

2-2-6- خصائص عينة الدراسة:

تقسم عينة الدراسة حسب متغيرات الجنس والتخصص، نوضحه فيما يلي:

أ/ عينة الدراسة حسب متغير الجنس: يمكن توضيح خصائص عينة الدراسة حسب متغير الجنس كما هو موضح في الجدول التالي: رقم 1

متغير	الفئة	التكرار	النسبة
السن	أقل من 25 سنة	26	57.8
	من 25 إلى 30 سنة	6	13.3
	من 30 إلى 35 سنة	3	6.7
	35 سنة فما فوق	10	22.2
المجموع		45	45
الحالة الاجتماعية	عزباء	24	53.3

	متزوجة	21	46.7
	مطلقة	0	0
	أرملة	0	0
المجموع	////	45	100

7- حدود الدراسة:

تمثلت حدود الدراسة في الحدود الموضوعية والبشرية والمكانية والزمنية التالية:

01-الحدود البشرية: أجريت الدراسة على عينة من ممرضات مصلحة كوفيد 19 والمقدر عددهم 45 ممرضة.

02-الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة في مستشفيات مدينة المسيلة (مستشفى الزهراوي، سليمان عميرات).

03-الحدود الزمنية: تم إجراء الدراسة في الفترة الزمنية لسنة 2021

8- أدوات جمع البيانات:

8-1ثبات أدوات الدراسة:

تم حساب ثبات هذا الاستبيان عن طريق الانسجام الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ حيث بلغ في استبيان المساندة الاجتماعية 0.820 وفي استبيان الضغوط النفسية 0.886 ومنه نستطيع القول بأن هذا الاستبيان ثابت، كما هو مبين بالجدول التالي:

الجدول رقم (2): يوضح ثبات الاستبيان عن طريق ألفا كرونباخ

المتغير	ألفا كونباخ	عدد العبارات
المساندة الاجتماعية	0.820	44
الضغوط النفسية	0.886	30

ثانيا/ الصدق:

أ- مقياس المساندة الاجتماعية:

بمعامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لاستبيان المساندة الاجتماعية تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لاستبيان المساندة الاجتماعية بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المساندة الاجتماعية مع الدرجة الكلية له كلها دالة فمنها ما هو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) وعددها (34) عبارة، وهي (1، 2، 4، 5، 7، 8، 9، 10، 11، 13، 15، 16، 18، 19، 21، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 29، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 40، 41) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.704) كأعلى

ارتباط كان بين العبارة (25) والدرجة الكلية للاستبيان ككل و(0.380) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (9) والدرجة الكلية لاستبيان المساندة الاجتماعية ككل، أما العبارات التي كانت دالة عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05) فعددها (10) عبارات وهي ذات الأرقام (3، 6، 12، 14، 17، 20، 22، 30، 39، 43) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.370) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (17) والدرجة الكلية لاستبيان المساندة الاجتماعية ككل و(0.298) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (14) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن استبيان المساندة الاجتماعية صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (3): مصفوفة الاتساق الداخل لعبارات استبيان المساندة الاجتماعية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 01	,427**	العبارة 16	,523**	العبارة 31	,447**
العبارة 02	,395**	العبارة 17	,370*	العبارة 32	,528**
العبارة 03	,355*	العبارة 18	,480**	العبارة 33	,403**
العبارة 04	,438**	العبارة 19	,421**	العبارة 34	,406**
العبارة 05	,515**	العبارة 20	,329*	العبارة 35	,419**
العبارة 06	,338*	العبارة 21	,682**	العبارة 36	,539**
العبارة 07	,513**	العبارة 22	,357*	العبارة 37	,433**
العبارة 08	,539**	العبارة 23	,574**	العبارة 38	,562**
العبارة 09	,380**	العبارة 24	,540**	العبارة 39	,316*
العبارة 10	,456**	العبارة 25	,704**	العبارة 40	,597**
العبارة 11	,456**	العبارة 26	,589**	العبارة 41	,384**
العبارة 12	,314*	العبارة 27	,448**	العبارة 42	,614**
العبارة 13	,560**	العبارة 28	,505**	العبارة 43	,318*
العبارة 14	,298*	العبارة 29	,430**	العبارة 44	,447**
العبارة 15	,419**	العبارة 30	,351*		
0.01 الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا**					
0.05 الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا*					

ب- صدق مقياس الضغط النفسي

بمعامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية تم حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل عبارة بالدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت الارتباطات بين عبارات المحور الثاني مع الدرجة الكلية له كلها دالة فمنها ما هو دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.01) كلها ما عدا العبارة رقم (30) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها ما بين (0.739) كأعلى ارتباط كان بين العبارة (3) والدرجة الكلية للمحور ككل و(0.47) كأدنى ارتباط كان بين العبارة (17) والدرجة الكلية لاستبيان الضغوط النفسية ككل، أما العبارات التي كانت دالة عند مستوى الدلالة ألفا (α=0.05) فعددها (01) عبارة وهي العبارة (3) حيث تراوحت قيم الارتباط فيها (0.419) والدرجة الكلية للمحور ككل، وعموما يمكن القول بأن استبيان الضغوط النفسية صادق، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (4): يوضح مصفوفة ارتباطات عبارات استبيان الضغوط النفسية مع درجته الكلية

العبارات	الدرجة الكلية للمحور	العبارات	الدرجة الكلية للمحور
العبارة 01	**0.520	العبارة 17	**0.470
العبارة 02	**0.673	العبارة 18	**0.691
العبارة 03	**0.739	العبارة 19	**0.534
العبارة 04	**0.725	العبارة 20	**0.710
العبارة 05	**0.654	العبارة 21	**0.725
العبارة 06	**0.726	العبارة 22	**0.624
العبارة 08	0.627**	العبارة 23	0.707**
العبارة 09	0.621**	العبارة 24	0.634**
العبارة 10	0.655**	العبارة 25	0.680**
العبارة 11	0.624**	العبارة 26	0.640**
العبارة 12	0.605**	العبارة 27	0.700
العبارة 13	0.704**	العبارة 28	0.644**
العبارة 14	0.731**	العبارة 29	0.659**
العبارة 15	0.695**	العبارة 30	0,419*
العبارة 16	**0.534		

** الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)
* الارتباط دال عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)

9- عرض نتائج فرضيات الدراسة:

9-1عرض ومناقشة نتائج الفرضيّة الأولى:

والتي تنصّ على أنّ: "مستوى المساندة الاجتماعية عالية لدى ممرضات مصلحة الكوفيد 19 في مستشفى الزهرواي ومستشفى سليمان عميرات"، وبعد المعالجة الإحصائيّة توصلّنا إلى النّتائج الموضّحة في الجدول التالي:

جدول رقم 5 يوضح مستوى المساندة الاجتماعية

المتغير	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
المساندة الاجتماعية	45	3,0859	0,37187	مرتفع

من خلال جدول (05) يتضح أن: المتوسط الحسابي بعد تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية بلغ 3.08 والانحراف المعياري قدر بـ 0,37 وهذا ما يدل ويعني أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات مصلحة الكوفيد مرتفعة؛ وهذا ما يعني أن المساندة الاجتماعية لدى ممرضات الكوفيد 19 مرتفعة، وان الضغط النفسي لدى ممرضات الكوفيد 19 متوسط؛ ونرى أن سبب ارتفاع المساندة الاجتماعية لدى الممرضات راجع وجود اهتمام عائلي وتقبل اجتماعي دون تبيان شيء من النفور العائلي الذي يخلفه الخوف الرهيب من هذا الفيروس، كما لا ننسى أن نشير أن العلاقة الآمنة المحاطة بالحب والتعاطف تمثل وقاية من الآثار النفسية المهلكة الناتجة عن تعرض الممرضة للضغط النفسي الزائد خلال عملها في مصلحة الكوفيد 19، كما أن إدراك الممرضة بوجود دعم اجتماعي من أسرتها أو المحيطين بها يشعرها بقيمتها وتأكيد دورها المهم في ظل هاته الجائحة، ومن زاوية أخرى رأينا أن المساندة الاجتماعية تعمل على تخفيف أثر الضغط النفسي لدى الممرضة حيث أتى مستوى هذا الأخير بدرجة متوسطة، كما تتفق دراسة كارن (1987) والتي أقيمت على (1050) فرد من سكان شمال كاليفورنيا حيث وجدت بأن مستوى المساندة الاجتماعية مرتفع ومستوى الضغط النفسي متوسط، وهنا قمنا بمقارنة نتائج دراستنا بدراسة السابقة نفسر بان هذه النتيجة تأثرت بظروف عمل الممرضات فان نسبة المساندة الاجتماعية مرتفعة ولذلك لتلقي الممرضات المساندة الاجتماعية لهن أما نسبة الضغط النفسي متوسط أي كلما كانت المساندة الاجتماعية مرتفعة كان الضغط النفسي متوسط لدى الممرضات هذا بالنسبة لممرضات الكوفيد 19. ولا نسى أيضا في تحليلنا لهاته الفرضية أن المساندة

الاجتماعية كلما توفرت شروطها وتم توظيفها بطريقة إجرائية سليمة كان لها المفعول الواضح في الشخص، وأيضا معرفة ما تحتاجه الممرضة من توازن اجتماعي داخل محيطها يعمل على تحفيز المرونة الشخصية لديها مما ينقص عنها الضغط النفسي وحتى المهني.

2-9 عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على توجد فروق في مستوى المساندة الاجتماعية ومستوى الضغط النفسي لدى ممرضات كوفيد 19 يعزى لمتغير الحالة الاجتماعية. وبعد المعالجة تم الحصول على النتائج التالية:

الجدول رقم (6): يوضح الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية ومستوى الضغط النفسي حسب الحالة الاجتماعية

المتغير	الحالة الاجتماعية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t لعينة واحدة	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعي	عزباء	24	3,0455	,29625	-0,776	,442
	متزوجة	21	3,1320	,44621		
الضغط النفسي	عزباء	24	2,8292	,34715	1,061	,295
	متزوجة	21	2,7048	,43872		

نفسر ذلك إلى انخفاض معدل الزواج في مجتمعنا، وتزايد معدلات العنوسة عند النساء بالإضافة إلى ضعف الإقبال على الزواج بسبب التخوف والهواجس المترتبة عن هذا التوجه الاجتماعي، وعزوف الرجال عن النكاح لأسباب متعددة، حيث أصبحن يعانين المزيد من المشاكل والضغوطات والمسؤوليات الإضافية، فمن من المفروض أن الزواج عامل استقرار وليس عامل اضطراب، وهذا ما أشارت إليه دراسة عسكر وأحمد (1988) فقد بينت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى الممرضين تعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية. كما لا نسى أن تأثير البعد الاجتماعي للزواج مهم جدا وذلك راجع الى ظهور حياة جديدة بالنسبة للممرضة المتزوجة قد يساهم في تغيير الكثير من الطبائع الشخصية وهاته الأخيرة قد نلاحظ عليها إما زيادة في التأثر مما يعمل على التغير أو لا وجود للفعالية مباشرة لهذا البعد، إضافة إلى هذا نجد الضغط النفسي عند الممرضة قد تساوى معها عند العازبة سببه راجع إلى الألفة المهنية لمختلف الأحداث الطارئة في المستشفى مما جعلها تألف ذلك.

9_3 عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية الجزئية الثالثة: على توجد فروق في مستوى المساندة الاجتماعية لدى ممرضات كوفيد 19 يعزى لمتغير السن.

جدول رقم (7): يوضح الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية مستوى الضغط النفسي حسب السن

المتغير	السن	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة F	مستوى الدلالة
المساندة الاجتماعية	25-20	26	3.08	0.35	1,409	,254
	30-25	6	2.97	0.18		
	35-30	3	3.48	0.28		
	35 سنة فما فوق	10	3.04	0.47		
الضغط النفسي	25-20	26	2.72	0.41	2,136	,110
	30-25	6	3.01	0.25		
	35-30	3	3.11	0.61		
	35 سنة فما فوق	10	2.65	0.24		

نفسر بأن الأفراد في هذه المرحلة (20-35سنة) اقل نضجا في هذه المرحلة، فهم في بداية حياتهم العملية وتحمل بعض المسؤوليات التي لم يألفوها من قبل خاصة ما فرضته هاته الجائحة التي أتت دون سابق معرفة علمية عنها، مما جعل كل الأطقم الطبية في سباق مع الزمن لتخليص والتقليل من عدد الوفيات، مع قلة الإمكانيات التي زادت من صعوبة المأمورية تجاههم، وهذا يعد عند السيكولوجيين عامل مؤثر من الناحية السلبية على عمل الأطباء وخاصة منهم الممرضات التي يعرفن عنهن ضعيفات من ناحية الشجاعة والإقدام للعمل مع الحالات المعدية في أصلها، لذا فإنهن وجدن صعوبة في التأقلم مع المتطلبات والظروف التي شكلت في كثير من الأحيان ضغوطات نفسية، مما اتضح ذلك عليهن بفشل الكثيرات في إدارة الضغط النفسي لديهن وبالتالي كانت زيادة طلب المساندة الاجتماعية عندهن بشكل دائم وذلك لتضعيف عامل الخوف والهلع التي كن يعشنها دائما في مصلحة الكوفيد 19 بشكل خاص.

10 -الاستنتاج العام:

تعتبر الشريحة التي تعمل في مهنة التمريض من شرائح المجتمع عرضة للضغط النفسي خاصة الممرضات التي عملن في مصلحة الكوفيد (19)، الذي لا يتوقف تأثيرهم على شخصياتهم

فقط بل ويمتد إلى علاقاتهم الأسرية والاجتماعية، ونشير بأن المساندة الاجتماعية باعتبارها الإطار الذي يشمل أولئك الأفراد الذي يلتقون فيه، ويستندون على علاقاتهم به ويسعى الفرد جاهدا إلى مواجهة الضغوط النفسية في سبيل التخفيف من التوتر والقلق ومن أجل تحقيق توافقه النفسي وتكيفه الاجتماعي، كما أن عجز قدرته وإمكانياته عن مواجهة المتطلبات الخارجية والداخلية قد يجعله عرضة للإحساس بالضغط النفسي ولهذا أردنا من خلال موضوع دراستنا التعرف على دور المساندة الاجتماعية في تخفيف من الضغط النفسي لدي ممرضات مصلحة الكوفيد 19، وقد انطلقنا من الفرضية العامة التي مفادها مستوى المساندة الاجتماعية ومستوى الضغط النفسي لدى ممرضات مصلحة الكوفيد 19، وانتهينا بمناقشة بقية الفرضيات التي لمسنا في تحليلنا لنتائجها توافقا أو اختلافا مع الدراسات السابقة المدرجة في هاته الورقة البحثية، كما أرادا أصحاب البحث أن يؤكدا على أنه فعلا يوجد أثر سيكولوجي وحتى اجتماعي متوقع أتى من أثار هاته الجائحة التي وضعتنا في مسار متغير حوّل الكثير من المعاني للحياة، مما خلق أيضا هولا كبيرا بين الأفراد خاصة الذين أصيبوا به، ووضع فئة التمريض في المقدمة لمواجهة هذا الفيروس بشيء من العزيمة وإن كانت قليلة.

- قائمة المراجع:

- الغرير، أحمد نايل، (2010)، برنامج إرشادي نفسي، عمان: دار صفاء للنشر،
- عثمان أكرم (2002)، الخطوات المثيرة لإدارة الضغوط النفسية، بيروت: دار ابن حزم،
- فايد حسين، علي محمد. (1998)، الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة وأعراض الاكتئابية، مجلة دراسات النفسية، المجلد الثامن، العدد2، مصر: المكتب الجامعي الحديث الإسكندرية..
- الدليل الإرشادي، (2020)، للوقاية من فيروس كورونا كوفيد 19.
- السيد عبيد، ماجدة بهاء الدين، (2008)، الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، عمان: دار الصفاء للنشر.
- الشناوي محمد محروس ومحمد عبد الرحمان السيد، (1994)، المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- جودة أمال، (2005)، الصحة النفسية، غزة: مكتبة الطالب الجامعي.
- علي علي، (2005)، المساندة الاجتماعية ومواجهة أحداث الحياة الضاغطة كما تدركها لا العاملات المتزوجات، مجلة الدراسات النفسية، المجلد 7، العدد2، رابطة الأخصائيين المصريين النفسيين المصرية.
- هيجان، عبد الرحمان بن أحمد بن محمد، (1998)، ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، ط1 الرياض، السعودية: مركز البحوث والدراسات الإدارية الرياض.