

## المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا (كوفيد 19)

- دراسة ميدانية بعيادة أمراض النساء و التوليد باتنة -

**The Psychological Experience of Pregnant Woman in Light of the Corona Pandemic (Covid19)**

**- The Field study is on the Gynecology Obstetrics clinic – Batna**



كوكب الزمان بليردوح \*

مخبر المشكلات الاجتماعية في المجتمع الجزائري - جامعة أم البواقي

Belyardouh@univ-oeb.dz

أحمد جلول

جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي، الجزائر،

ahmed3907@gmail.com

حياة بجة

مخبر تطوير نظم الجودة في مؤسسات التعليم العالي - جامعة أم البواقي

hayet.bedja@univ-oeb.dz

تاريخ الاستلام: 2021/05/24 تاريخ القبول 2021/07/03 تاريخ النشر 2021/07/05



### ملخص:

يهدف هذا البحث لدراسة التدايعيات الخطيرة لتفشي فيروس كورونا (كوفيد 19) على المعاش النفسي للمرأة الحامل، و محاولة معرفة العوامل النفسية المتعلقة بمعاشها النفسي المؤثر على صحتها و صحة جنينها، لوضعها على جادة المسؤولية الصحية و المناعة النفسية بما يتلاءم و طبيعة الظروف الاستثنائية التي فرضتها الجائحة العالمية. وقد

\* المؤلف المراسل

استخدمنا في هذا البحث المنهج العيادي على حالتين عياديتين، وذلك بتطبيق المقابلة العيادية و مقياس تايلور J.Taylor للقلق الصريح، و مقياس آرون بيك A.Beck لاكتئاب ومقياس كوبر سميث S. Cooper لتقدير الذات، و توصلت هذه الدراسة إلى نتائج تؤكد صحة فرضيات البحث.

**الكلمات المفتاحية:** المعاش النفسي؛ المرأة الحامل؛ كورونا (كوفيد 19) .

#### **Abstract:**

This research aims to study the dangerous repercussions of the corona virus outbreak on the psychological experience of the pregnant woman, and Figuring out the psychological factors related to her psychological experience affecting her health and the health of her fetus to put her on the seriousness of health responsibility and mental immunity in line with nature of exceptional circumstances imposed by the universal pandemic.

In this research, a clinical approach was used on two clinical cases by applying the interview and the Taylor scale of anxiety, the back impression scale and the Cooper smith scale of self-esteem, this study reached to results that confirm the validity of the hypotheses

**Key words:** Psychological experience; pregnant woman; Corona virus covid-19.

#### **مقدمة إشكالية:**

في ظل المستجدات التي حدثت و أربكت كل مفاصل الحياة وبشمولية لا نظير لها سابقا، بسبب تفشي فيروس كورونا الذي اجتاح كل أصقاع العالم، لطبيعته الخفية و انتشاره المذهل و السريع، الذي أعجز العلم و العلماء، و طال الفرد و المؤسسات و جميع القطاعات، و بسبب تداعياته الصحية، الجسدية و النفسية ، خصوصا على النساء الحوامل و أجنتهن، كانت فكرة هذا البحث من الأولويات التي يجب منا أو من سوانا كمختصين في علم النفس أن نتناولها بالدراسة و التحليل .

فقبل أن تقرر عين الأم برؤية وليدها، وقبل أن تحمله بين ذراعيها لتغدق عليه العطف و الحب و الحنان، لا بد لها أن تمر بمرحلة " الحمل " و رغم أن هذا الأخير

حدث سعيد و خبرة انفعالية سارة عند معظم السيدات خاصة إن كان الحمل الأول، إلا إنه يعد مرحلة شاقة تستمر طبيعيا تسعة أشهر، قال الله سبحانه وتعالى : ﴿ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ ﴾ (سورة لقمان، الآية 14)

في فترة الحمل تعايش المرأة عدة تغيرات فسيولوجية منذ لحظة اتحاد الخلية الذكرية بالخلية الأنثوية ، كما أنها مع كل نبض ينبض به قلبها تتقلب مشاعرها بين الغبطة و الفرح و السعادة و بين الغموض و القلق و الخوف، إنه فترة مليئة بالإثارة تحمل العديد من التوقعات حول صحة الجنين و نوعه، و آلام المخاض و الولادة، وعن مآل عملية الوضع، طبيعية هي أم ستكون قيصرية؟ كما نجدتها تحدث نفسها عن كيفية التعامل مع رضيع لا يعرف التعبير عن أحاسيسه حتى يتسنى لها أن تعتني به، كل هذا التزاحم النفسي تعايشه المرأة الحامل، ثم عليها تحمل وزر آخر، هو كيف لها أن تحمي نفسها و جنينها من الإصابة بفيروس معدي و خطير بل و مميت، كفيروس كورونا المسبب لمرض كوفيد 19 ؟

إذا في ظل هذه الظروف الاستثنائية يتأثر المعاش النفسي للمرأة الحامل، أيما تأثر فأحاسيسها الباطنية ترتبط بالحالات النفسية التي تعثرها من قلق و توتر، نتيجة لشعور يراودها بوجود خطر محقق يهدد حياتها و حياة جنينها في صورة واقعية أو متخيلة.

كما قد تشعر بالاكئاب والذي يكون في شكل مجموعة من الأعراض المركبة التي يطلق عليه العلماء مفهوم الزملة الاكتئابية *syndrome dépressif* و تكون في شكل أحساس قاسية من اللوم و التأنيب النفسي، أو أن يكون مختلطا مع شكاوي جسمانية و أمراض بدنية و مشاعر من اليأس و التشاؤم و الملل من الحياة و من الناس (إبراهيم، 1971)

أما عن تقييم المرأة الحامل لذاتها و التقدير الذي تحمله لنفسها كمكون سلوكي أو انفعالي، قد يختلف بسبب الحمل و بسبب الجائحة فتعيش بين تهديد الذات و سوء التوافق.

ونظرا للاعتبارات السابقة و لمعرفة طبيعة المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا (كوفيد 19) جاءت هذه الدراسة النظرية الميدانية لتطرح السؤال التالي:

- ما طبيعة المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا (كوفيد19) ؟

### التساؤلات الجزئية:

- ما هو مستوى القلق لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا؟
- ما هو مستوى الاكتئاب لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا؟.
- ما هو مستوى تقدير الذات لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا؟.

### 1- فرضيات الدراسة:

#### ● الفرضية العامة:

- المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا يتسم بالقلق و الاكتئاب ، و تقدير الذات المنخفض.

#### ● الفرضيات الجزئية:

- مستوى القلق مرتفع لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.
- مستوى الاكتئاب مرتفع لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.
- مستوى تقدير الذات منخفض لدى المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.

### 2- أهداف الدراسة:

في فترة الحمل تتعرض المرأة بصورة أو بأخرى، لمجموعة من الانفعالات المختلفة الأنواع و المتفاوتة الحدة، هذا طبعا في الظروف العادية، فما بالك إن حدث هذا الحمل في ظل جائحة كورونا (كوفيد 19)؛ لذا فإن الهدف الذي تسعى لتحقيقه هذه الورقة

البحثية، يمثل أحد العوامل التي أثرت على اختيار مشكلة الدراسة، وذلك قصد الفهم الجيد و الإلمام بجميع الجوانب المتعلقة بالمعاش النفسي للمرأة الحامل في زمن هذه الجائحة العالمية، و ذلك بالتعرف على:

- مستوى القلق الذي تعيشه المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.
  - مستوى الاكتئاب الذي تعيشه المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.
  - مستوى تقدير الذات الذي تعيشه المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا.
- تسعى أيضا هذه الورقة البحثية لمحاولة بناء قاعدة معرفية علمية رصينة، للعوامل النفسية المتعلقة بالمعاش النفسي، المؤثر على مراحل نمو الجنين و صحة الأم النفسية، لوضعها على جادة المسؤولية الصحية و المناعة النفسية في ظل تفشي هذا الوباء - عافنا الله و إياكم-
- ### 3- أهمية الدراسة:

إن أهمية هذه الدراسة تنبع من حيوية و حداثة الموضوع المعالج في ظل الظاهرة الاستثنائية التي نعيشها مع انتشار فيروس كورونا، و الذي لم تستطع منظمة الصحة العالمية اكتشاف الدواء أو اللقاح المناسب له، مما جعل هذا الفيروس المعدي يشكل عبئا صحيا و اجتماعيا و اقتصاديا على سائر الدول، و تنبع الأهمية أيضا من حساسية الشريحة المجتمعية أو حالات الدراسة التي تتمثل في النساء الحوامل اللاتي طبقت عليهن الأدوات البحثية؛ لذا تسعى هذه الدراسة في جانبها إلى:

- الجانب النظري: تكتسي هذه الدراسة أهميتها من ندرة البحوث خاصة الجزائرية في الفترة التي تمت فيها الدراسة (هذا طبعا في حدود اطلاع الباحثان)؛ لذا فهذه الأخيرة تحاول تقديم فهم نظري للمعاش النفسي بكل شحنته الانفعالية عند المرأة الحامل في ظل الجائحة المذكورة.

- الجانب الميداني: إن هذه الدراسة تحاول الخروج بمجموعة من النتائج و التوصيات و الاقتراحات، لتكون بمثابة دراسة استطلاعية تمهد لدراسات لاحقة - إن شاء الله -

تفيد في التعرف على طبيعة المرحلة و كيفية تعايش حالات الدراسة مع هذا الفيروس الخطير و المميت، حتى نقدم نوع من التوعية و المساندة و الدعم النفسي.

#### 4- مصطلحات الدراسة:

### 1.4 المعاش النفسي :

#### - اصطلاحا:

- إنه الحالة الداخلية أو الإحساس الباطني للفرد المرتبط بتجربته أو موقف ما، وهو يختلف باختلاف المواقف و الوضعيات التي يعيشها الفرد في حياته سواء كانت دائمة أو مؤقتة (Sureau, 1966, p. 42)

- المقصود بالمعاش النفسي بالمعنى النفسي، هو كل ما يعيشه الفرد داخل أعماقه الباطنية (مشاعر و أحاسيس و وجدان) وهو الصورة التي يعيشها الفرد عن نفسه مما يترتب عليه أحاسيس و مشاعر مؤلمة و الشعور بالذنب الذي ينعكس سلبا على شخصية الفرد، وهناك من يتصدى لها و يتغلب عليها و هناك من لا يستطيع تجاوزها (الزين ، 1991، صفحة 231)

- كل ما يحس به الفرد داخل أعماقه و يعيشه باطنيا و هو الصورة التي يعيشها الفرد مع نفسه و ما ينجر عنها من أحاسيس و مشاعر تنعكس على سلوكه, (Mayer . 1990, p. 83)

و المعاش النفسي نوعان قد يكون معاشا نفسيا إيجابيا (مشاعر و أحاسيس و انفعالات) سارة نحو الذات و نحو الغير و نحو الحياة، نتيجة للتكيف و التوافق النفسي و الاجتماعي و الطرق السديدة لمعالجة المشكلات، وقد يكون سلبيا (مختلف المشاعر و الأحاسيس و الانفعالات) غير سارة نتيجة لعدم القدرة على التكيف، وللعجز عن حل المشكلات بالأسلوب الصحيح و السليم، و يظهر في العديد من الأشكال مثل القلق و الاكتئاب و الإحباط.

## إجرائيا:

المعاش النفسي هو الشحنات الانفعالية و الحالة الباطنية أو الإحساس الداخلي و كل ما تشعر به المرأة الحامل ( قلق ، اكتئاب، تقدير الذات ) و ما يطرأ عليها من تغيرات مختلفة و التي لها تأثير نفسي في ظل جائحة كورونا و مؤشراتته هي:

\* **القلق:** شعور بعدم الارتياح و التوتر دون سبب واضح و محدد، مع شعور بالتهديد و الغموض و يتجسد في الدرجة الكلية التي تتحصل عليها المرأة الحامل عند تطبيق مقياس تايلور. Taylor

\* **الاكتئاب:** استجابة غير عادية تثيرها خبرات سابقة و مؤلمة، تحدث اضطرابات على مستوى التفكير و الوجدان، و تشمل مجموعة من الأعراض مثل الحزن و التشاؤم و الإرهاق الشعور باللامبالاة... و غيره و يتجسد في الدرجة الكلية التي تتحصل عليها المرأة الحامل عند تطبيق مقياس بيك. Beck

\* **تقدير الذات:** تقييم المرأة الحامل لنفسها بجميع سماتها الصحية، العقلية، النفسية، الاجتماعية و تقييمها لتفكير الآخرين بها ( في صورة سلبية أو إيجابية ) و يتجسد في الدرجة الكلية التي تتحصل عليها عند تطبيق مقياس كوبر سميث Cooper/S.

## 2.4 المرأة الحامل :

### - اصطلاحا:

- هي المرأة التي تنتظر طفلا ابتداء من يوم التلقيح إلي يوم الولادة (قوني محمد، 1999، صفحة 50) ، وهي المرأة التي يكون عندها حمل، و هو عبارة عن تغير و تحول جذري في حياة المرأة حيث يخضع جسمها إلي تغيرات عميقة، تحس في نفسها وجود كائن حي جديد، مما يؤدي إلي حالات نفسية تتسم بحمول و عدوانية وقلق . (يوسف، 1971، صفحة 56)

### 3.4 كورونا (كوفيد 19).

— اصطلاحاً :

هو سلالة جديدة من الفيروسات التاجية (كورونا) الاسم الانجليزي للمرض مشتق كالتالي CO: هما أول حرفين من كلمة كورونا، و VI هما أول حرفين من كلمة فيروس (virus) (بوسرسوب و بن عيشوش، 2020، صفحة 193)

فيروسات كورونا هي سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس). ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخراً مرض "كوفيد-19/ COVID-19"

مرض كوفيد-19 هو مرض معدي يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة "ووهان الصينية" في كانون الأول/ ديسمبر 2019. وقد تحوّل كوفيد-19 الآن إلى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم.

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. و تشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً والتي قد يُصاب بها بعض المرضى مثل الآلام والأوجاع، واحتقان الأنف، والصداع، والتهاب الملتحمة، وألم الحلق، والإسهال، وفقدان حاسة الذوق أو الشم، وظهور طفح جلدي أو تغيير لون أصابع اليدين أو القدمين، و عادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة و تبدأ بشكل تدريجي، كما قد يصاب بعض الناس بالعدوى دون أن يشعروا إلا بأعراض خفيفة جدا (Who, 2020)

2020)

إجرائياً:

هو فيروس معدي سريع الانتشار خطير، و قد يكون مميت، أصدرت منظمة الصحة العالمية إذنا باستخدام لقاح مضاد له في فيفري 2021 بموجب بروتوكول الحالات الطارئة حتى يتجنب الأفراد الإصابة بأعراضه (COVID-19) له آثار صحية جسدية و أخرى صحية نفسية، و نحن نحاول من خلال هذا البحث معرفة الجانب الصحي النفسي بدراسة المعاش النفسي للمرأة الحامل أثناء فترة تفشي هذا الوباء.

## 5- الدراسات السابقة:

من بين أهم الدراسات السابقة ذات الصلة بهذا الموضوع ما يلي:

-دراسة خديجة زردوم : المعاش النفسي للحمل عند الأمهات العازيات ( 2005 / 2006 ) و كانت الدراسة بعيادة التوليد ( مريم بوعتورة ) بولاية باتنة، حيث استخدمت الباحثة المنهج الإكلينيكي على خمس ( 5 حالات ) باعتماد الملاحظة و المقابلة النصف موجهة و سلم هاملتون لقياس القلق، و خلصت النتائج إلى أن جميع الحالات لديهن عامل مشترك هو معاشتهن لحمل غير شرعي و معاناة نفسية كبيرة تجسدت في الشعور بالقلق، الضيق أو التوتر، الاكتئاب، الخوف ، الشعور بالندم و اجتياح للأفكار الذهانية، و هذا ما يدفع بهن للعزلة و الانطواء، بالإضافة إلى العدوانية عند الحالة الخامسة و بعض الأعراض و الاضطرابات الفسيولوجية عند جميع الحالات، مثل تسارع دقات القلب و الارتعاش و ارتفاع و انخفاض ضغط الدم ، و قد تحققت فرضيات دراستها والمتمثل في:

- توجد علاقة بين أب الأم العازية و والد الطفل في حياتها النفسية.
- توجد رغبة لا شعورية في الحمل عند الأم العازية.
- توجد إشكالية جنسية على مستوى شخصية الأم العازية (زردوم ، 2006،

صفحة 8)

- دراسة أمل عبد الفتاح أحمد غانم: مستوى الضغط النفسي و آليات التكيف عند النساء الحوامل و كانت في عيادات وكالة الغوث الدولية بالضفة الغربية. و استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي و طبقت الاستبيان الخاص بالضغط و الاستبيان الخاص بأساليب التكفل، و توصلت النتائج إلي أن معدل مستوى الضغوط النفسية كان بنسبة ( 6 . 59 % ) و هناك اختلاف في مستوى هذه الضغوط النفسية و كانت على التوالي ( السلوكية، المعرفية، الانفعالية، المالية، الاجتماعية و الجسمية ) أما معدل مستوى التكيف فكان ( 8 . 72 % ) و هناك اختلاف في آليات التكيف و كانت على الترتيب ( مستوى التفاعل الايجابي ، مستوى التصرفات السلوكية ، مستوى التفاعل السي (غانم ، 2011، صفحة 104)

- دراسة سليمان تكوك : التكفل النفسي بالمرأة الحامل المهتدة بالإجهاض العفوي دراسة ميدانية لثمان حالات عيادية أجريت بالمؤسسة الاستشفاء المتخصصة في طب النساء و التوليد و طب الأطفال " بن يحي الزهرة " بوهران و استخدم المنهج الإكلينيكي على ثمانية ( 8 حالات ) ، كما استخدم الباحث المقابلة العيادية و الملاحظة و الاستمارة و توصلت النتائج إلي أن البعد النفسي يمثل (75%) ، البعد الاجتماعي (60%) ، البعد الفسيولوجي (50%) ، البعد الثقافي (40%) ، و لها جميعا تأثيرات قوية من شأنها إحداث الإجهاض العفوي أو تقوية احتمال وقوعه على الأقل. (تكوك ، 2014، الصفحات 13-17)

### • التعقيب على الدراسات السابقة:

جميع الدراسات السابقة دراسات نفسية تناولت ظاهرة النساء الحوامل حيث اعتمد اثنان منها على اختيار المنهج العيادي دراسة (خديجة زردوم) و دراسة ( سليمان تكوك)

وذلك لإلقاء نظرة أكثر عمقا على الظاهرة بما يتناسب مع هدف كل دراسة و خلفيتها النظرية، كما أنهما كانتا في البيئة الجزائرية، في حين أن دراسة الباحثة أمل عبد الفتاح أحمد غانم، اعتمدت على المنهج الوصفي ذو الأسلوب التحليلي، وذلك في الضفة الغربية، أما عن أدوات البحث فتنوعت عند جميع الدراسات لتشمل الملاحظة و المقابلة و الاستبيان و بعض المقاييس .

أما فيما يخص النتائج ، فقد كانت نتائج كل الدراسات متقاربة نوعا ما، و إن اختلفت الدراسات بخلفياتها النظرية، و أساليب المعالجة الميدانية، حيث توصلت الباحثة زردوم خديجة إلي أن المعاش النفسي للمرأة الحامل يتسم ب الإحباط و الاكتئاب و القلق أثناء مرحلة الحمل، لتؤكد لنا الباحثة أمل عبد الفتاح أحمد غانم في دراستها على أثر اختلاف الضغوط النفسية و آليات التكيف لدى النساء الحوامل، كما أكدت دراسة سليمان تكوك على أن الأبعاد النفسية ، الاجتماعية ، الثقافية ، الفسيولوجية و المالية، تساعد على حدوث الإجهاض العفوي لدى المرأة الحامل .

إذن تتفق الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة المذكورة، في كونها تتناول المرأة الحامل من الجانب النفسي، أما عن نقاط الاختلاف، فهي تبحث في المعاش النفسي لهذه المرأة في ظل جائحة كورونا / كوفيد 19، و هذا ما لم تبحث فيه إي دراسة سالفه. كما يتجسد الاختلاف في أدوات الدراسة التي سيتم استخدامها، و في الحدود الزمنية والمكانية و البشرية، وفي نوع المقاربة و طبيعة التحليل. و قد استفادت الدراسة الحالية من هذه الدراسات، في بعض الجوانب كتحديد الأهداف، و معرفة المصادر والمراجع ذات العلاقة بالموضوع، و اختيار المنهجية التي يجب اعتمادها، وفي اختيار الأدوات البحثية، و كذا في وضع تفسيرات مناسبة للنتائج

الإجراءات المنهجية للدراسة:

1- منهج الدراسة:

يسعى كل باحث بطبيعة الحال إلى التوصل لنتائج موضوعية من خلال بحثه، فهو ملزم باختيار المنهج المناسب. كما أن اختيار المنهج خطوة ضرورية لتحقيق أهداف الدراسة و عليه فإن توافق أهداف الدراسة و متغيراتها مع المنهج أمر لا بد منه .

في الدراسة الحالية تم الاعتماد على المنهج العيادي؛ لأنه الأنسب لدراسة الأحداث النفسية بشكل معمق و فردي، يتم من خلاله جمع البيانات المتصلة بجميع جوانب حياة الفرد بطريقة تسمح بالكشف عن نقاط القوة و الضعف لديه .

يتم تعريف المنهج العيادي على انه : " منهج يؤمن الرؤية السيكودينامية و الدراسة العميقة للحالة الفردية في بيئتها الطبيعية في ضوء المجتمع الذي تعيش فيه مع وصف تفاعلاتها و صراعاتها ، إنه منهج لدراسة الفرد بكل ما يحتويه " . (الرزاق، 2008، صفحة 16)

يتيح المنهج العيادي استخدام عدة اختبارات و مقاييس بهدف تشخيص المشكلات النفسية بطريقة دقيقة، و يلقي الضوء على السمات النفسية و تفاعلاتها بطريقة موضوعية .

## 2- أدوات الدراسة :

● **المقابلة :** المقابلة عبارة عن حوار يدور بين باحث و مبحوث، يبدأ بخلق علاقة وئام و ود و ثقة بينهما، ليضمن الباحث الحد الأدنى من تعاون المبحوث ثم يشرح الباحث الهدف من المقابلة، و بعد أن يبدي المبحوث للباحث استعداده للتعاون يبدأ هذا الأخير بطرح الأسئلة التي يحددها مسبقا حول موضوع معين " (عليان و غنيم، 2000، صفحة 102)

إذن المقابلة العيادية أداة شائعة تستخدم عادة إلى جانب الاختبارات الموضوعية و المقاييس النفسية بهدف جمع معلومات حول موضوع معين، و لتحقيق هذا الهدف تم تقسيم المقابلة العيادية إلى مرحلتين مرحلة جمع المعلومات المتعلقة بالحالة و مرحلة تطبيق المقاييس النفسية المستخدمة في الدراسة.

● **مقياس تايلور للقلق الصريح :** وضع هذا المقياس من طرف " تايلور / J.A Taylor " سنة 1959 و قام بتعريبه مصطفى فهمي و محمد أحمد غالي سنة 1993، يقيس خاصية القلق، و يتكون من 50 عبارة تهدف إلى التعرف على الأعراض الظاهرة و الصريحة التي يعاني منها شخص ما، لتحديد مستوى القلق، و يتم تصحيح المقياس من خلال البدائل (نعم/لا) حيث تعطى درجة لكل إجابة بنعم، و تكون درجات مستويات القلق كالتالي: 0-16 خالي من القلق/ 17-20 قلق بسيط /21-26 قلق نوعا ما /27-29 قلق شديد/ و أخيرا 30-50 قلق شديد جدا. (بدر الدين ، 2018، صفحة 82)

- الخصائص السيكومترية لمقياس تايلور للقلق الصريح :

أ- الثبات: تم حساب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية و حساب معامل الارتباط بين النصفين ثم حساب ثبات كل المقياس باستخدام معادلة سبيرمان براون، و أشار معامل الثبات إلى (0.96) و هذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة كبيرة من الثبات.

ب- الصدق: تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس ليتضح أن الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للبعد ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى (0.01) حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.346) و (0.771) مما يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي. (البطنيجي، 2015، صفحة 74)

- مقياس بيك للاكتئاب: نشر أول مرة من طرف الإكلينيكي " آرون بيك / A Beck " سنة 1961 و قام بتعريبه حمدي و آخرون سنة 1988، يتكون في صورته الأصلية من 21 مجموعة، تتكون كل مجموعة من أربع إلى خمس خيارات متدرجة حسب الشدة و يطبق فرديا أو جماعيا، من مميزاته انه صمم خصيصا لقياس الاكتئاب، كما أنه سهل التطبيق و يوفر درجات رقمية تعبر عن الاكتئاب مما يزيد من موضوعيته، يتم الاستدلال على درجة الاكتئاب بإتباع المفتاح التالي: (0-10) لا يوجد اكتئاب/ ( 11-30 ) اكتئاب بسيط/ ( 31 فما فوق ) اكتئاب شديد. (الشريف، 2013، صفحة 105)
- الخصائص السكومترية لمقياس بيك للاكتئاب:

أ- الثبات: يتمتع المقياس بدلالات ثبات عالية و مناسبة من خلال طريقة التجزئة النصفية و استخدام معادلة سبيرمان براون و جوتمان و قدرت ب ( 0.72 ) و ( 0.78 ) على التوالي، و كذلك الاتساق الداخلي للفقرات باستخدام معامل ألفا كرونباخ الذي قدر بقيمة (0.849)، و قدر معامل الخطأ المعياري بـ (1.533).

ب- الصدق: حقق المقياس مؤشرات صدق جيدة و كافية بطرق مختلفة منها الصدق الظاهري بنسبة اتفاق تقدر ب ( 90% ) و صدق الاتساق الداخلي حيث تراوحت قيم مجموعات المقياس بالدرجة الكلية ما بين (0.279) و (0.605)، و أخيرا الصدق العملي الذي أظهر أن للمقياس درجات تشبع عالية أكبر من (0.30) باستخدام أسلوب التحليل العملي. (معوش و لبوز، 2016، صفحة 62)

- مقياس كوبر سميث لتقدير الذات: صمم هذا المقياس من طرف الباحث الأمريكي "كوبر سميث / S. Cooper" سنة 1967 يتكون من 25 عبارة يطبق جماعيا أو فرديا، و هو مقياس ذو طبيعة تقييمية للذات في المجالات الاجتماعية العائلية و الشخصية و الأكاديمية. و تفسر الدرجات حسب ما يلي ( 20-40 ) مستوى منخفض من تقدير الذات/ (41-60)، مستوى متوسط من تقدير الذات/ (61-80)، مستوى مرتفع من تقدير الذات. (العطا، 2014، صفحة 72)

#### ● الخصائص السيكومترية لمقياس كوبر سميث لتقدير الذات

أ- الثبات: تم حساب معامل ثبات للمقياس في البيئة العربية بطريقة التجزئة النصفية و كانت نتائج اختبار " T " تشير إلى أن معامل ثبات نصف الاختبار هو (0.89) و معامل ثبات كل الاختبار هو (0.94) و بالتالي فإن الاختبار يتمتع بثبات عالي.

ب- الصدق: تم حساب الصدق التجريبي للمقياس بحساب معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة على هذا الاختبار و درجاتهم على اختبار تقدير الذات لعماد الدين إسماعيل و كانت النتيجة تشير إلى (0.88) . (الدسوقي و موسى، 1991، صفحة 14)

**3.6- حالات الدراسة :** شملت حالات الدراسة سيدتين تبلغان من العمر 38 و 42 سنة حوامل في الشهر السادس و الثامن من المستوى التعليمي المتوسط و الجامعي على التوالي، ممن تواجدن في عيادة أمراض النساء و التوليد بغرض المتابعة الطبية للحمل.

### 3- حدود الدراسة:

- الحدود الزمنية: كانت من 25 أكتوبر 2020 إلى غاية 14 نوفمبر 2020.
- الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة بولاية باتنة : عيادة أمراض النساء و التوليد ( الدكتورة غريب نسرين).

### 4- عرض نتائج الدراسة و مناقشتها.

**4 . 1 - تقديم الحالة الأولى:** (X) سيدة حامل بالطفل الثالث في الشهر السادس، تبلغ من العمر 38 سنة، مأكثة بالبيت مستواها التعليمي التاسعة أساسي و ذات مستوى اقتصادي متوسط.

- **تحليل المقابلة مع الحالة الأولى :** الحالة سيدة لم تكمل تعليمها من أسرة متواضعة اقتصاديا، أجبرها أهلها على الزواج و تحمل مسؤولياته في سن مبكرة، لعبت دور الأم في وقت قصير مباشرة بعد الزواج ، مما أثر سلبا على هويتها الاجتماعية؛ لذا فإن غموض الهوية الاجتماعية لديها رفع مشاعر الاغتراب و الحزن و الاكتئاب، الأمر الذي يظهر على مستوى ردود أفعالها التي تتسم بالحساسية الشديدة و سرعة الهيجان، و هذا ما أعبرت عنه قائلة: " رجعت أي حاجة تقلقني"، الحالة تشعر بالسخط و الغضب و عدم الرضا عن حياتها حيث تعيش نوعا من الصدام بين ما تتمنى أن تكون عليه ( الأنا المثالي ) و ما هي عليه في الواقع ( الأنا الواقعي ) فلطالما كان حلمها مواصلة تعليمها و الحصول على عمل لائق، و لم يكن الزواج ضمن مخططاتها، إلا أنها وجدت نفسها زوجة و أما أيضا ، كل هذه الوقائع في حياة الحالة كانت مصدرا لارتفاع مستوى القلق لديها و انخفاض تقديرها لذاتها كذلك، إن حمل الحالة للمرة الثالثة و في ظل ما نعيشه من ظروف صحية ( فيروس كورونا ) جعلها تشعر بإدانة الذات، و رفع من مشاعر تأنيب

المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا (كوفيد19) — كوكب الزمان بليدوح. حياة بجة - أحمد جلول

الضمير لديها، فتفكيرها المستمر في صحتها و صحة طفلها خلق لديها نوعا من التشاؤم تجاه المستقبل و فقدان الأمل و الشعور بالعجز إلى جانب عدم الكفاءة.

✓ عرض نتائج تطبيق مقياس الحالة الأولى: سوف نعرض النتائج المتحصل عليها من الأدوات الثلاث المطبقة .

- عرض نتائج مقياس تايلور للقلق الصريح:

جدول رقم ( 1 ): نتائج تطبيق مقياس تايلور للقلق الصريح على الحالة الأولى

الدرجة	رقم البنود	المحور الأساسي
12	48-47-44-39-36-32-28-26-25-24-23-21-19-13	الكره
9	45-40-38-37-22-20-18-16-9-5-3-43	الانزعاج
10	27-14-49-46-41-35-31-12-10-8-7-6-1	أعراض فسيولوجية
9	11-4-50-42-34-33-30-29-17-15-4-2	حساسية زائدة
40		الدرجة الكلية

المصدر: إعداد الباحثين

يشير الجدول أعلاه إلى أن الحالة الأولى تظهر مستوى عالي من القلق، تظهر أعراضه بالدرجة أولى في الكره، تليها مباشرة مجموعة الأعراض الفسيولوجية، و في الأخير الانزعاج و الحساسية الزائدة .

- عرض نتائج تطبيق مقياس بيك للاكتئاب على الحالة الأولى :

جدول رقم ( 2 ): نتائج تطبيق مقياس بيك على الحالة الأولى :

الدرجة	المحور	الدرجة	المحور	الدرجة	المحور
1	3- الإحساس بالفشل	3	2- التشاؤم من المستقبل	3	1- الشعور بالخزن
2	6- توقع العقاب	2	5- الإحساس بالندم أو الذنب	2	4- السخط و عدم الرضا

المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا (كوفيد19) — كوكب الزمان بليردوح. حياة بجة - أحمد جلول

1	9- وجود أفكار انتحارية	2	8- إدانة الذات	2	7- كراهية النفس
2	12- الانسحاب الاجتماعي	1	11- الاستثارة و عدم الاستقرار النفسي	1	10- البكاء
2	15- هبوط مستوى الكفاءة و العمل	2	14- تغير صورة الجسم و الشكل	2	13- التردد و عدم الجسم
1	18- فقدان الشهية	2	17- التعب و القابلية للإرهاق	1	16- اضطرابات النوم
2	21- الانشغال على الصحة	1	20- تأثر الطاقة الجنسية	1	19- تناقص الوزن
36	الدرجة الكلية				

المصدر: إعداد الباحثين.

يشير الجدول أعلاه إلى أن الحالة تعاني من مستوى مرتفع من الاكتئاب تظهر أعراضه في الشعور بالحزن، و التشاؤم من المستقبل بشكل كبير، ثم تليها أعراض السخط و عدم الرضا ، التردد، كراهية النفس إدانة الذات، التعب، تغير صورة الجسم، توقع العقاب، هبوط مستوى الكفاءة و الانسحاب الاجتماعي.

- عرض نتائج تطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات على الحالة الأولى:

جدول رقم (3): نتائج تطبيق مقياس كوبر سميث على الحالة الأولى

الدرجة	البند	مجالات تقدير الذات
7	19-3-24-21-7-5	المجال الاجتماعي
7	14-13-25-23-1-17-2	المجال الأكاديمي
6	18-12-15-10-8-4	المجال الشخصي
7	11-22-16-9-20-6	المجال العائلي
27	الدرجة الكلية	

المصدر: إعداد الباحثين.

الجدول أعلاه يوضح أن الحالة تعاني من مستوى منخفض من تقدير الذات، يظهر بشكل كبير في المجال الاجتماعي، الأكاديمي و العائلي، يليه مباشرة المجال الشخصي.

جدول رقم(4): نتائج جميع المقاييس المطبقة على الحالة الأولى

النتيجة	الدرجة المتحصل عليها	المقياس
قلق شديد جدا	40	مقياس تايلور للقلق
اكتئاب شديد	36	مقياس بيك للاكتئاب
مستوى منخفض من تقدير الذات	27	مقياس كوبر سميث لتقدير الذات

#### المصدر: إعداد الباحثان

نلاحظ من الجدول رقم ( 4 ) أن الحالة الأولى تعاني من مستوى قلق شديد جدا، و مستوى اكتئاب شديد، بالإضافة إلى مستوى منخفض من تقدير الذات.

**تحليل الحالة الأولى:** النتائج المحصل عليها تشير إلى مستوى مرتفع من القلق و الاكتئاب إلى جانب انخفاض مستوى تقدير الذات لدى الحالة، و نفس ذلك كما يلي:

حسب نتائج المقياس تعاني الحالة من مستوى مرتفع من القلق، فهي تعایش مشاعر الكرب بشكل واضح، بالإضافة إلى شعورها بالانزعاج من أتمه الأمور، و هذا فعلا ما صرحت به حيث قالت: "خلاص أنا كرهت فوق ما تتصورني " رجعت أي حاجة تقلقني"، كما أن الحالة لا تجبذ تواجدها في التجمعات الكبيرة، بل تفضل العزلة و البقاء وحيدة، تشتكي الحالة أيضا من مجموعة أعراض فسيولوجية و التي تتمثل في: اضطرابات النوم و اضطراب الشهية، الصداع، العرق، و عدم القدرة على التركيز لفترات طويلة، كما أن الحمل في عمر 38 سنة قد يستدعي القلق و الخوف من عدم القدرة على إتمامه مع زيادة احتمال إنجاب طفل معاق، فضلا على أن انخفاض المستوى التعليمي للحالة عامل مهم جدا، يجد من قدرتها على فهم الوضع الصحي الذي تمر به، فعملية إنجاب طفل في ظل ما نعيشه من وباء فيروس كورونا، أمر يستدعي أن تكون المرأة الحامل على قدر جيد من التثقيف الصحي و الوعي الوقائي، و هذا ما يجعلها تعاني القلق النفسي بدرجة كبيرة.

بالنسبة لارتفاع مستوى الاكتئاب يظهر لدى الحالة في شعورها بالحزن و الانسحاب الاجتماعي، مع التشاؤم من المستقبل و الخوف من المجهول، فالحالة تصف في أكثر من موقف خوفها الدائم بأن شيئا سيء سيحصل لها فهي تقول: " دائما نحس بلي حاجة مش مليحة راح تصر معي " إلى جانب كراهية النفس و إدانة الذات مع الإحساس الدائم بالذنب، و نرجع ذلك حسب اعتقادنا إلى التغيرات

الاجتماعية السريعة و بروز دور المرأة في المجتمع كعضو فعال، جعل الحالة تقوم بمجموعة مقارنات نفسية هدامة بينها وبين قريناتها، كما أن ضعف الوازع الديني لديها جعلها تقع فريسة سهلة للاكتئاب؛ لذا هي تعيش ألم نفسي و حزن شديد و تلوم ذاتها لعدم قدرتها على مواصلة دراستها و عدم حصولها على عمل. مستوى تقدير الذات لدى الحالة منخفض جدا في جميع المجالات، ففي المجال الشخصي الحالة لا تقدر نفسها و لا تثق بها، و على مستوى المجال الاجتماعي نجد الحالة لا تستمتع مع الآخرين، و لا تستطيع بناء علاقات دائمة و عميقة معهم، فهي كثيرا ما تتجمل و ترتبك أمامهم، أما المجال العائلي فالحالة لا تشعر بأنها تلي توقعات عائلتها، و لا تستطيع السيطرة على أمور منزلها و يعود سبب ذلك إلى غموض الدور الاجتماعي للحالة، كما أن مكوث الحالة في البيت و عدم حصولها على عمل يجعلها تعيش نوعا من التبعية الاقتصادية لزوجها، إلى جانب التبعية النفسية و الفكرية، هذه العوامل تحد من قدرتها على عملية اتخاذ قرار أو إبداء الرأي أو إنجاز أمر ما. و كل هذا يساهم في خفض مستويات تقدير الذات لديها .

#### 2.4 تقديم الحالة الثانية:

(Y) سيدة حامل في الشهر الثامن بالطفل الخامس تبلغ من العمر 42 سنة موظفة، أنهت تعليمها الجامعي، و ذات مستوى اقتصادي جيد.

**تحليل المقابلة مع الحالة الثانية :** الحالة الثانية سيدة ذات تعليم عالي جامعي تحظى بعلاقة جيدة و مستقرة مع زوجها، موظفة براتب جيد، كل هذا ساعد و لاشك في استقرارها النفسي نسبيا، و لكن هذا لا يعني أنها تعاني أحيانا من أزمات نفسية مرتبطة أساسا بالوضع الصحي الشامل الذي نمر به في ظل انتشار جائحة كورونا، فلاحظ أنها تشعر بالقلق النابع من الخوف من تداعيات و آثار الفيروس عليها و على طفلها الذي تترب و ولادته، خاصة أنها امرأة تشتغل و تعمل بشكل يومي، مما يعني زيادة احتمال تعرضها للفيروس، حيث عبرت عن ذلك قائلة: " دابن نقلق بصح منعرف علاه" ، إن انشغال الحالة بالعمل اليومي بالإضافة إلى تحمل أعباء الأطفال و الزوج و المنزل جعلها تعاني هبوطا في مستوى الكفاءة و العمل، كما قد أشار مقياس الاكتئاب إلى مشاعر الحزن، إن الحجر الصحي و ما فرضه من تباعد اجتماعي ساهم كذلك في الانسحاب الاجتماعي للحالة، و انشغالها بالأمور الصحية مما زاد من قابليتها للتعب و الإرهاق، و رغم كل هذا الحالة على وعي تام بأهمية الدور الاجتماعي الذي تقوم به كعاملة و كزوجة و كأم، و هذا الوعي ساهم في استقرار مستوى تقديرها لذاتها رغم الظروف الصحية العامة.

✓ عرض نتائج مقياس الحالة الثانية : و سوف نعرض النتائج المتحصل عليها من الأدوات الثلاث المطبقة .

- عرض نتائج مقياس تايلور للقلق الصريح المطبق على الحالة الثانية :

جدول رقم 5 : نتائج تطبيق مقياس تايلور للقلق الصريح على الحالة الثانية

الدرجة	رقم البنود	المحور الأساسي
7	13-19-21-23-24-25-26-28-32-36-39-44-48-47	الكرب
7	45-40-38-37-22-20-18-16-9-5-3-43	الانزعاج
4	27-14-49-46-41-35-31-12-10-8-7-6-1	أعراض فسيولوجية
6	11-4-50-42-34-33-30-29-17-15-4-2	حساسية زائدة
24		الدرجة الكلية

المصدر: إعداد الباحثين

على ضوء الجدول رقم ( 5 ) نلاحظ أن الحالة تعاني من مستوى بسيط من القلق، تظهر أعراضه الأساسية في الكرب و الانزعاج، تليهما مباشرة الحساسية الزائدة، ثم الأعراض الفسيولوجية.

- عرض نتائج مقياس بيك للاكتئاب المطبق على الحالة الثانية :

جدول رقم 6: النتائج المفصلة لمقياس بيك للاكتئاب المطبق على الحالة الثانية

الدرجة	المحور	الدرجة	المحور	الدرجة	المحور
1	3- الإحساس بالفشل	1	2- التشاؤم من المستقبل	3	1- الشعور بالحزن
1	6- توقع العقاب	2	5- الإحساس بالندم أو الذنب	2	4- السخط و عدم الرضا
0	9- وجود أفكار انتحارية	1	8- إدانة الذات	2	7- كراهية النفس
3	12- الانسحاب الاجتماعي	1	11- الاستثارة و عدم الاستقرار النفسي	1	10- البكاء
2	15- هبوط مستوى الكفاءة و العمل	1	14- تغير صورة الجسم و الشكل	1	13- التردد و عدم الحسم
1	18- فقدان	2	17- التعب و	1	16- اضطرابات

	النوم	القابلية للإرهاق	الشهية	
19- تناقص الوزن	0	20- تأثر الطاقة الجنسية	21- الانشغال على الصحة	2
<b>29</b>			<b>الدرجة الكلية</b>	

**المصدر: إعداد الباحثين**

يبين لنا الجدول أعلاه أن الحالة تظهر أعراض اكتئاب متوسط الدرجة، تتمثل في الشعور بالحزن و الانسحاب الاجتماعي، تليها أعراض عدم الرضا و كراهية النفس، الانشغال بالصحة، الإحساس بالندم و هبوط مستوى الكفاءة.

**- عرض نتائج تطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات على الحالة الثانية :**

جدول رقم (7): نتائج تطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات

الدرجة	البنود	مجالات تقدير الذات
12	19-3-24-21-7-5	المجال الاجتماعي
10	14-13-25-23-1-17-2	المجال الأكاديمي
10	18-12-15-10-8-4	المجال الشخصي
9	11-22-16-9-20-6	المجال العائلي
<b>41</b>		<b>الدرجة الكلية</b>

**المصدر: إعداد الباحثين**

يشير الجدول رقم (7) إلى أن الحالة الثانية تعاني من مستوى تقدير ذات متوسط يشمل بالدرجة الأولى المجال الاجتماعي و يليه المجال الأكاديمي ثم الشخصي و أخيرا المجال العائلي.

جدول رقم (8) : يبين نتائج المقاييس المطبقة على الحالة الثانية

المقياس	الدرجة	النتيجة
مقياس تايلور للقلق	24	قلق بسيط
مقياس بيك للاكتئاب	29	اكتئاب متوسط
مقياس كوبر سميث لتقدير الذات	41	مستوى متوسط من تقدير الذات

**المصدر: إعداد الباحثين.**

- تحليل الحالة الثانية: في ظل النتائج المحصل عليها من المقاييس المطبقة و التي تشير إلى مستوى بسيط من القلق و الاكتئاب إلى جانب مستوى متوسط من تقدير الذات يمكننا القول : بالنظر إلى الوضع الصحي الذي نعيشه في الوقت الحالي، فإن مستوى القلق الذي تبديه الحالة، يعتبر ردة فعل طبيعية، فمن الطبيعي أن تعاش الحالة نوعا من القلق تظهر أعراضه في مشاعر الكرب، فكثيرا ما تشعر الحالة بالانزعاج دون سبب فعلى حد قولها : " دائما مقلقة بصح منعرف علاه " فهذا الشعور بالقلق دون مبرر واضح ( القلق دون موضوع، أو القلق الهائم ) يجعلها دائمة التذمر و كثيرة الارتباك، بالإضافة إلى الحساسية الزائدة و سرعة التهيج فقد قالت : " تتأثر بزاف بأي حاجة " أما فيما يخص الأعراض الفسيولوجية للقلق، تظهر لديها في شكل اضطرابات النوم و اضطراب الشهية، كما أن الوضع الصحي الراهن بتفشي فيروس كورونا المميت، و وعي الحالة بخطور العدوى به، سببا لديها قلقا على حياتها و حياة أطفالها و زوجها، لكن هذا الخوف من الإصابة و من انتقال العدوى لها و لجنينها و كل عائلتها، اتخذ منحى إيجابي، و ذلك من خلال الالتزام بالإجراءات الوقائية السليمة.

إن الشعور بالحزن و الانسحاب الاجتماعي مع عدم الرضا و السخط و الانشغال بالصحة مع هبوط مستوى كفاءة العمل جعل الحالة تعاني من أعراض الاكتئاب البسيط، لكن الإيمان القوي بقضاء الله و قدره، عزز من قدرتها على السيطرة على مشاعر الاكتئاب و الحزن، كما أن الدعم النفسي و السند الذي تتلقاه الحالة من زوجها و أفراد أسرتها يؤمن لها نوعا من الراحة النفسية، و يقلل من حدة الاكتئاب لديها للحالة مستوى متوسط من تقدير الذات، يظهر بصفة أساسية في المجال الاجتماعي من خلال علاقاتها الاجتماعية المحدودة جدا، و نلمس ذلك في قولها : " معنديش صحابات " و هذا بناء عن قناعاتها الخاصة حول ذات الموضوع، و ليس لعدم قدرتها على الاندماج الاجتماعي ( حسب ما تم فهمه من طرفنا )، أما في المجال الأكاديمي للحالة طموح للارتقاء بقدراتها في العمل و تقديم الأفضل، و على المستوى الشخصي فإن تغير شكل جسم الحالة أثناء الحمل، و إحساسها بعدم قدرتها على الحركة بشكل طبيعي، بالإضافة إلى عجزها على تحمل مسؤولية أسرتها كما في السابق، جعل تقدير لذات لديها متوسط الدرجة.

##### 5- مناقشة النتائج على ضوء الدراسات السابقة و الفرضيات:

أن تشعر المرأة بأن داخل أحشائها كائن حي صغير ينمو و يتطور ليجعل منها بعد (9 أشهر) أم، شعور جميل جدا لا يضاويه شعور آخر، لكن من الطبيعي أن يمتزج هذا الأخير بمشاعر القلق و الاكتئاب و أن ينخفض تقدير الذات لديها، بسبب التغيرات الفسيولوجية و الهرمونية و نقص الكفاءة و قلة الإنجاز في فترة الحمل، مما يجعل المرأة الحامل و ما تعيشه من أعراض نفسية متنوعة موضوع خصبا للدراسة و التحليل، و ما

يتميز هذه الدراسة عن غيرها من الدراسات تناولها موضوع ( المعاش النفسي للمرأة الحامل ) في مرحلة حرجة وحساسية يعيشها المجتمع برمته، و هي مرحلة انتشار وباء كورونا( كوفيد 19 ) .

إن النتائج المتوصل إليها خلال الدراسة الحالية لا تختلف كثيرا عن نتائج دراسة الباحثة "خديجة زردوم" فهما يشتركان في أن المرأة الحامل تعايش حالة من القلق و الاكتئاب، إلا أن سبب ذلك يختلف باختلاف العينة في الدراساتين ، فدراسة الباحثة " خديجة زردوم " شملت الأمهات العازيات، حيث أن القلق و الاكتئاب سببهما الحمل غير الشرعي، كما أن الحالات يعشن مستوى مرتفع من الخوف و الشعور بالذنب و الانطواء و العدوانية كذلك، هذه الأعراض و العلامات الأخيرة لا تكاد تكون ملاحظة لدى حالي الدراسة الحالية، كما أن القلق و الاكتئاب و انخفاض مستوى تقدير الذات لدى حالي دراستنا سببهما يختلف عن أسباب دراسة " خديجة زردوم " حيث يعود بالدرجة الأولى إلى انتشار فيروس كورونا، أما بالنسبة للباحثة " أمل عبد الفتاح غانم " فقد ركزت على مستوى الضغوط النفسية لدى النساء الحوامل، و تعتبر النتائج التي توصلت إليها منسجمة مع نتائج الدراسة الحالية إذ ما نظرنا إلى وجود المشاعر السلبية السيئة خلال فترة الحمل، سواء كانت في صورة ضغوط نفسية، أو قلق و اكتئاب و تقدير ذات متدني.

و بالنسبة للباحث " سليمان تكوت " فقد أكد من خلال نتائج دراسته أن الأسباب النفسية قد تؤدي إلى حدوث الإجهاد خلال الحمل، و نتائج الدراسة الحالية تصف ما تعايشه المرأة الحامل من قلق و اكتئاب و تقدير للذات و التي تعد من أهم الأسباب النفسية المحدثة للإجهاد . نتائج الدراسة تثبت أن المرأة الحامل تعاني من مستوى مرتفع من القلق و الذي تبدو أعراضه بدرجة أولى في مشاعر الكرب إلى جانب مجموعة من الأعراض الفسيولوجية ، التي تتمثل حسب حالات الدراسة في صعوبة النوم ، اضطراب الشهية، الصداع ، تزايد نبضات القلب و العرق، كما نضيف حالة الحساسية الزائدة و سرعة الهيجان و التأثير الذي يبدو لدى الحالتين في شكل ردود أفعال سريعة و غير مدروسة، أيضا تشعر المرأة الحامل بقدر كبير من الانزعاج أثناء تواجدها مع الآخرين لاضطرابها للتعامل مع الغير. و قد بلغ المتوسط الحسابي للقلق عند الحالتين ( 32 ) و هو عند المستوى ( 30-50 )؛ لذا فهو شديد جدا.

تعاني كذلك المرأة الحامل في ظل جائحة كورونا من مستوى مرتفع من الاكتئاب تتمثل أعراضه حسب حالي الدراسة في الشعور بالحزن العام، الذي يترافق مع الانسحاب الاجتماعي، كما تميل لإدانة الذات و توقع العقاب، و يظهر عليها التردد و صعوبة الحسم في قراراتها، و قد تراوح المتوسط الحسابي للاكتئاب لدى الحالتين (32,5) أي ( فوق 31) مما يعني أنه اكتئاب شديد .

أما فيما يتعلق بانخفاض تقدير الذات للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا، فيظهر في عدة مجالات أولها المجال الاجتماعي، فنلاحظ صعوبة في تكوين العلاقات الاجتماعية و المحافظة عليها، و ذلك بسبب نقص الثقة بالنفس، أيضا في المجال العائلي فالمرأة الحامل لا تتلقى الدعم و السند النفسي المناسب من أفراد عائلتها ( الحالة الأولى) و عن المجال الشخصي المرأة الحامل لا تقدر نفسها حق قدرها بالإضافة إلى صعوبة تقبل شكل جسمها ( الحالة الثانية )، و بلغ المتوسط الحسابي لتقدير الذات ( 44 ) و هو يتأرجح بين ( 41- 60 ) ليعتبر ذو نسبة متوسطة .

و هنا نستطيع القول : المعاش النفسي للمرأة الحامل في ظل جائحة كورونا يتسم بالقلق و الاكتئاب و تقدير الذات المنخفض.

#### - الخلاصة :

تحتاج المرأة الحامل خلال فترة حملها عناية خاصة على مستويين صحي و نفسي، خاصة في ظل ما نمر به من ظروف استثنائية حرجة بسبب جائحة كورونا (كوفيد 19)، إن الخوف من الإصابة بالفيروس قد يزيد من مستويات القلق و الاكتئاب لديها و يقلل من تقديرها لذاتها، مما يجعل معاشها النفسي سلبي؛ لذا بات من الضروري أن تقوم الحامل بتثقيف نفسها حول الفيروس و مخاطره لتحمي ذاتها و جنينها، كما أن التثقيف الصحي يدفع الحامل لممارسة سلوكيات صحية وقائية من شأنها تحويل ذلك المعاش النفسي السلبي إلى معاش نفسي إيجابي يتصف بالراحة النفسية و خفض الأعراض السلبية، ليغدو الحمل في نهاية الأمر حدث سعيدا يكمل بتحقيق حلم الأمومة .

و إننا من خلال نتائج هذه الورقة البحثية نقدم جملة من التوصيات و الاقتراحات و المتمثلة في:

- المرافقة النفسية للحامل خلال الحمل ضرورة جدا إلى جانب المرافقة الطبية، للحفاظ على مستويات معقولة من القلق، و الاكتئاب، و تقدير الذات في ظل انتشار وباء كورونا (كوفيد 19)
- تصميم برامج وقاية و علاجية موجهة للحامل على وجه التحديد، للسيطرة على المخاوف الكبيرة لديها المتعلقة بوباء كورونا.
- تعزيز حملات الوقاية لنشر الوعي الوقائي على مستوى عيادات التوليد الخاصة و العامة، و نشر ثقافة السلوكيات الصحية.
- تسخير جميع الوسائل المادية و البشرية لاحتواء هذه الفئة من المجتمع، و حمايتها من الوباء و آثاره النفسية و الجسدية.

- مواصلة القيام بالدراسات و الأبحاث للتعرف على أفضل برامج الدعم النفسي الممكن لمساعدة النساء الحوامل خلال فترة انتشار الوباء.

### قائمة المصادر المراجع

1. القرآن كريم. (الآية 14). سورة لقمان.
2. بدر الدين ربهام محمود حسن. (2018). بعض العوامل النفسية و المعرفة المرتبطة بالمشاركة السياسية . المجلة الدولية للدراسات النفسية و التربوية ، المجلد 3، العدد 1، جامعة الإسكندرية ، مصر.
3. البطيحي عايدة أحمد سليم. (2015). فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض مستوى القلق النفسي لدى طلاب المدارس في المناطق الحدودية. غزة: جامعة الأزهر.
4. بوسوسوب حسان، و عمر بن عيشوش. (2020). دور شبكة الفايبروك في تعزيز التوعية الصحية حول فيروس كورونا. مجلة التمكين، 02 (02)، 288-309.
5. تكوك سليمان. (2014). التكفل النفسي بالمرأة الحامل المهتدة بالإجهاض العنقوي. الجزائر: جامعة وهران.
6. زردوم خديجة. (2006). المعاش النفسي للحمل عند الامهات العازبات. قسنطينة: جامعة منتوري.
7. الزين سميح عاطف. (1991). علم النفس مجتمع البيان الحديث. لبنان: دار الكتاب اللبناني للطباعة و النشر و التوزيع.
8. الشريف بسمة عبد الجليل. (2013). فعالية برنامج توجيه جماعي يستند إلى نظرية إليس في التفكير العقلاني لخفض الاكتئاب و تحسين مستوى التكيف لدى طالبات الصف الثانوي. مجلة بلقاء للبحوث و الدراسات، 105.
9. عبد الحميد معوش ، و غيد الله لبوز. (2016). الدراسة السيكمومترية لمقياس بيك للاكتئاب. ورقة: جامعة قاصدي مرباح.
10. العطا عايدة محمد. (2014). تقدير الذات و علاقته بالمستوى الاجتماعي و الاقتصادي و التحصيل الدراسي . السودان: جامعة السودان للعلوم التكنولوجية.
11. غانم امل عبد الفتاح احمد. (2011). مستوى الضغط النفسي و آليات التكيف لدى النساء في الحمل الأول. فلسطين: جامعة القدس.
12. قوني محمد. (1999). أسس المرأة الطبية و النفسية (الإصدار 2). بدون بلد نشر: دار الآفاق.
13. محمد احمد الدسوقي، و فاروق عبد الفتاح موسى. (1991). كراسة تعليمات تقدير الذات. مصر: مكتبة النهضة المصرية.
14. النجار خالد عبد الرزاق. (2008). دراسة الحالة. السعودية: جامعة الملك فيصل.
15. يحي مصطفى عليان، و عثمان محمد غنيم. (2000). مناهج و أساسيات البحث العلمي. عمان: دار الصفاء للنشر و التوزيع.
16. يوسف إبراهيم. (1971). العناية بالحمل. بيروت: دار القلم.
17. M. sureau. (1966). la maternité collection a usage international (éd. 7). paris, France.
18. Mayer, p. (1990). la psychologie humaine (éd. 2e). paris.
19. WHO. (2020, October 20). Wwww.who.int. Retrieved 2020, from novel-coronavirus.