

الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا

م.م رولا ظاهر صالح

وزارة التربية / مرشدة تربوية

المستخلص:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على الآثار النفسية المترتبة على المتعافين من فايروس كورونا، واستخدمت الباحثة منهج البحث الوصفي، وتحدد البحث الحالي بالأشخاص الذين تعافوا من فايروس كورونا في محافظة ديالى / قضاء بعقوبة وللعام 2020 -2022، من خلال اختبار الفرضية التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 5% في الآثار النفسية للمتعافين من كورونا بين الذكور والاناث.

حيث بلغ مجموع مجتمع البحث (400) شخص متعافي، وتم تطبيق مقياس الآثار النفسية على عينة تكونت من (200) شخص متعافي من فايروس كورونا. وقد قامت الباحثة ببناء مقياس (الآثار النفسية) والذي تم بناءه وفقا لنظرية ارون بيك تم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس بعد عرضه على عدد من المتخصصين والمحكمين بعلم النفس والقياس والتقويم والذين أكدوا صلاحية تطبيق المقياس وبذلك تم التأكد من الصدق الظاهري للمقياس وقد استخدمت الباحثة عدد من الوسائل الإحصائية لمعالجة بيانات البحث منها (الاختبار التائي لعينة واحدة، معامل ارتباط بيرسون، معادلة ألفا كرونباخ) وقدمت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات منها:

عمل برنامج ارشادي بأسلوب التحصين ضد الضغوط النفسية لتخفيض الآثار النفسية المترتبة على المتعافين من فايروس كورونا.

استخدام مقياس الآثار النفسية وتطبيقه على المتعافين من كورونا.

عمل دراسة مقارنة تبين مدى عمق الآثار النفسية بين المتعافين من كورونا من الرجال

والنساء.

Psychological effects of those recovering from Corona

Rola Dhahir Salih Mahdi

Abstract:

The current research on people who have recovered from the Corona virus in Diyala Governorate / Baquba District and for the year 2021-2022, where the total of the research community reached (400) recovered people, and the psychological effects scale was applied to a sample consisting of (200) people recovering from the Corona virus. It was based on the (effects) scale on which it was built and apparently based on the scale after it was presented to a number of specialists and arbitrators in psychology, measurement and evaluation, who confirmed the validity of the application of the scale, which was developed from the apparent validity of the scale. Data parameter of the common data equation (common data parameter)

Implementation of an indicative program in the manner of immunization against the anti-effects to reduce the effects of the Corona virus.

Using the measure of psychological effects on those recovering from Corona.

A comparative study showing the extent to which men and women know.

الفصل الاول

التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

يواجه العالم اليوم مشكلة صحية خطيرة نظراً لما تسببه من نتائج في غاية الخطورة على المستوى الصحي للفرد والمجتمع الا وهو فيروس (كورونا)، اذ استطاع فايروس كورونا المستجد ان يحدث تأثيرات سلبية كثيرة الشدة على الصعيد الجسمي والنفسي فقد أحدث خلا في جميع نواحي الحياة واعتبره الناس بانه تهديدا لصحتهم النفسية (السفاسفة، 2020: 200).

ان استمرار تعرض الفرد الى الشدائد والمحن يؤدي تدريجياً الى انهيار مقاومة الفرد ويفقده القدرة على المواجهة ويصبح انساناً ضعيفاً ذو صحة نفسية مهددة ومعنويات منخفضة مما يجعله سلبياً كثير الشكوى والقلق من المستقبل وبالتالي يؤدي الى ضعف المناعة النفسية فيعاني من ضعف القدرة على التكيف وضعف مستوى الاداء والعجز عن ممارسة الحياة اليومية والشعور بالإرهاك النفسي (boyras,2020). فقد أحدث هذا المرض خلا في جميع نواحي الحياة واعتبره الناس بانه تهديدا لصحتهم النفسية وقد اوجد هذا الوباء نوع من الارياك والقلق بأعلى مستوياته على جميع فئات المجتمع وخصوصا كبار السن والأشخاص الذين كانوا يعانون من امراض مزمنة واعتبروا ان الفايروس يشكل خطرا جسيما على حياتهم فقد تصدر القلق قائمة مشاعرهم في ذلك الوقت ونوبات من الاكتئاب مستمرة بسبب ما عانوه من إجراءات مشددة بأيام الحجر الصحي داخل المنزل لعدة أيام واسابيع والذي تم تطبيقه بشكل قسري على المواطنين لاحتواء الفايروس وهذا يعتبر امرا غير اعتيادي بالنسبة لعامة الناس خصوصا عند الأشخاص الذين كانوا يعملون بأجور يومية فقد شعروا باليأس والإحباط وكثرة المشاكل والضغط بسبب عدم قدرتهم على العمل وهو ما تسبب لهم بالكثير من الاثار النفسية منها القلق والرهاب والاكتئاب

والوساوس القهرية بالإضافة الى عدد من الاضطرابات الانفعالية التي أدت بالأغلبية منهم الى ادمان البعض على المخدرات وادمان البعض الاخر على العقاقير الطبية او اقبالهم على صب غضبهم على افراد اسرهم او التوجه الى الانتحار (barker,et al:2020.40) وقد ازداد القلق في ظل جائحة كورونا والخوف من الاصابة بهذا الفيروس لدى الافراد مقارنة بخوفهم من الاصابة بالأمراض الاخرى، لا سيما عند المتعافين من كورونا كونهم علموا التأثيرات الصحية والبدنية لهذا الوباء والذي أثر على صحتهم النفسية حتى بعد تعافهم من الاصابة ، فاصبحوا اكثر قلقاً وتوجساً من الاصابة مرة اخرى أو المرور بتجربة اصابة جديدة ، وهذا ما أدى الى شعورهم باضطراب نفسي آخر تعزز من خلال المبالغة بالنظافة واستخدام المعقمات والتباعد الاجتماعي والحذر الزائد من العدوى مما يؤدي الى شعورهم بالوساوس القهري وبالتالي عدم التوافق النفسي وضعف الصحة النفسية (الحسناوي، 2020: 130).

ويعد البحث الحالي محاولة لمعرفة الاثار النفسية لدى المتعافين من كورونا وتأثير ذلك على توافقهم النفسي وصحتهم النفسية بعد الاصابة بالفيروس ومن خلال حدوث عدد إصابات كبير في عائلة الباحثة واصدقائها واقاربها والمجتمع المحيط بها شعرت الباحثة بوجود اثار نفسية او تغيرات نفسية على المتعافين من فايروس كورونا والتي اكدتها دراسة للدكتور وليد سرحان التي نصت ان فايروس كورونا يؤثر بشكل عام على المجتمع ويطور لديهم حالات من الرهاب والاكتئاب وزيادة الإدمان والانتحار ويؤثر بالمصابين اثناء الإصابة وبعد الإصابة وقد تصل الى 100/50 من المرضى ، وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالسؤال التالي : هل توجد اثار نفسية يعاني منها المتعافين من كورونا.

أهمية البحث:

أصبح فيروس كورونا مؤخراً الشغل الشاغل للعالم أجمع، فأصبحت انظار العالم كله تتجه اليه، وعلى صعيد جميع المجالات سياسياً واقتصادياً واجتماعياً وأهمها نفسياً، أن

الحديث حول كورونا منتشرًا وموضوعاً متداولاً في كل مكان، في شاشات التلفاز ومواقع التواصل الاجتماعي واماكن العمل وحتى في جلسات الاصدقاء، الأمر الذي جعله وباءً مخيفاً يهدد السلام النفسي للفرد ويهدد صحته النفسية، ومن هنا جاءت اهمية دراسة هذا الوباء من الناحية النفسية ومعرفة تأثيراته النفسية على وجه الخصوص لدى المتعافين من هذا الفيروس.

وتتمثل أهمية البحث الحالي بتسليط الضوء على المتعافين من جائحة كورونا وما تعرضوا له في فترة اصابتهم من ضغوط نفسية استمرت آثارها حتى بعد تعافهم وكونهم بحاجة الى الاهتمام وتسليط الضوء عليهم حتى يتم التخفيف عنهم ومساعدتهم على التخلص من الضغوطات النفسية التي سببها لهم الاصابة بالفيروس. وقد اتجه اهتمام التربية وعلم النفس بالاهتمام بجوانب الفرد المختلفة وعلى رأسها الجانب النفسي، فكثر الدراسات وتعددت خصوصاً الدراسات التي تتناول الصحة النفسية والضغوط النفسية للفرد، بالإضافة لدراسة كل ما يمر به الفرد ودراسة آثاره النفسية أولاً، لما هناك من أهمية كبيرة على استهداف الجانب النفسي للفرد الذي يعد الأساس في تفاعله الاجتماعي وتوافقه النفسي وتمتعته بالصحة النفسية (منصوري، 2019: 11).

ويمكن تلخيص أهمية البحث الحالي فيما يأتي:

- يقدم للقائمين بالشأن التربوي والتعليمي في العراق تصوراً عن الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
- يقدم للباحثين أداة (مقياس) تقيس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
- يعد البحث الحالي دراسة حديثة وأول دراسة في العراق (على حد علم الباحثة) تهدف لمعرفة الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي الى التعرف على الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالأشخاص المتعافين من فيروس كورونا لسنة (2022م) في محافظة ديالى.

تحديد المصطلحات:**اولاً: الآثار النفسية**

- موراي (Murray, 1938): حالة يشعر معها الفرد بالتوتر والضييق او الاضطراب نتيجة لوجود ضغوط نابعة من العقبات او الصعوبات او الغموض او النقص او الخلل تحول دون اشباع حاجاته او تحقيق أهدافه وتؤدي الى اضطراب توازنه وتظهر هذه الحالة في انماط مختلفة من استجابات الفرد للمثيرات والمواقف والاحداث (الرشيدي، 1998: 39).
- فيدمان (Feldman, 1994): الاضطراب الذي ينتج عن تعرض الفرد الى صدمة نفسية أو جسدية شديدة الخطورة على حياته (Feldman, 1994: 120).
- عبدالرحمن (2000): الشعور بالرعب والفرع وتطور اعراض خاصة في تطور حادث مؤلم نفسياً يفوق الخبرات المعتادة للبشر (عبدالرحمن، 2000: 262).
- التعريف النظري للآثار النفسية: حالة يشعر معها الفرد بالضييق والتوتر والقلق، نتيجة تعرضه للأصابة بفيروس حديث العهد يجتاح العالم مثل فيروس كورونا، مما يؤثر على سلوكه وعلى حالته النفسية وانجازاته واداء مسؤولياته.
- التعريف الاجرائي للآثار النفسية: هو السلوك الذي يبين مدى تأثر الاشخاص المتعافين من كورونا بالاصابة وآثارها النفسية عليهم والذي يمكن قياسه عن

طريق الدرجة التي يحصل عليها المتعافي من كورونا على مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.

ثانياً: المتعافين من كورونا

- تعريف منظمة الصحة العالمية (2020):

هم الأشخاص الذين اكتسبوا الشفاء التام بعد تعرضهم للإصابة بفيروس كورونا، الأمر الذي تطلب حجرهم لمدة لا تقل عن اسبوعين أو أكثر خشية من انتشار الفيروس لأشخاص آخرين، ويتم تقديم العلاج لهم (المضادات الحيوية) اثناء فترة الحجر الصحي، وبعد تجاوزهم مرحلة الخطر والتأكد من تعافهم عن طريق اخذ (مسحة) منهم يتم اخراجهم من الحجر الصحي ليمارسوا اعمالهم الطبيعية (الدليل الصيني، 2020: 23).

ثالثاً: فيروس كورونا

- تعريف منظمة الصحة العالمية (2019):

هو مرض معدي يسببه آخر فيروس تم اكتشافه من سلالة فيروسات كورونا، ولم يكن هناك علم بوجود هذا الفيروس الجديد ومرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية ثم تحول الى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم. (الموقع الالكتروني الرسمي لمنظمة الصحة العالمية).

الفصل الثاني

أدبيات البحث والاطار النظري

اولاً: الآثار النفسية للإصابة بفيروس كورونا

الاثار النفسية رد فعل لموقف يتعرض له الفرد وتتسم بالقلق والخوف والالم النفسي الحاد نتيجة الاصابة بالفيروس مما ينتج عنه الوسواس القهري والمبالغة باتباع الطرق الصحية التي قد تصل حتى الامتناع عن القيام بالأعمال اليومية خشية التعرض للإصابة مرة اخرى مما يؤدي الى تعرضهم للمشكلات النفسية.

ويؤدي التعرض للإصابة بالفيروس عند بعض الافراد الى مشكلات نفسية وسلوكية واجتماعية، فان تعرض الفرد لخبرات صحية أليمة تصل الى حد القلق من الموت فإن ذلك ينعكس سلباً على حياته وتتضمن تهديداً نفسياً واجتماعياً له. ف رؤية الفرد للأخبار في كل مكان عن هذا الفيروس وخطورته ومتابعته للأحصائيات التي تتعلق بعدد الاصابات كل يوم وعدد الوفيات، الأمر الذي يشعره بالخوف والتوتر والقلق خاصة بعض الافراد الذين تم تعرضهم للإصابة بفيروس كورونا فإن ذلك يترك فيهم آثار نفسية حتى ما بعد التعافي، فيتجهون الى المبالغة بالقيام بالاجراءات الصحية الوقائية. مما يجعله يفقد الاهتمام بأنشطته الحياتية ويتجه للعزلة وتضييق دائرة علاقاته الانسانية، ويتراجع لديه الأمل والتطلع الى المستقبل ويكون في حالة قلق وخوف دائم مما يعود ذلك على توافقه النفسي وصحته النفسية سلباً (غنام، 2001: 245).

ثانياً: النظريات التي فسرت الآثار النفسية

- نظرية التحليل النفسي:

تتظر مدرسة التحليل النفسي للآثار النفسية التي تتركها الخبرات المؤلمة والمواقف الضاغطة على الافراد بأنها تختلف من فرد الى آخر حسب تكوين الشخصية لديه ووجود الاستعداد المسبق لدى بعضهم دون الاخر، وذلك يجعلهم

يتفاعلون مع الإصابة بالمرض متأثرين بخبراتهم السابقة المختزنة منذ سنوات العمر الأولى ويكون الاثر النفسي هو رد الفعل النهائي (الشربيني، 1994: 94) ويرى فرويد ان ما يعانيه الفرد عقب تعرضه لخبرة مؤلمة او موقف ضاغط من قلق وتوتر وخوف ينتج عنها:

1- زيادة التوتر والصراع النفسي وزيادة القلق واللجوء لآليات الدفاع النفسي

2- التوجه الى النكوص والعزلة عن الآخرين

- النظرية السلوكية:

تؤكد هذه النظرية على وجود ارتباط شرطي بين الخبرة التي يتعرض لها الفرد وبين استجابته لهذه الخبرة، اذ ان التعرض للإصابة هو مثير غير مشروط والاثار النفسية هو استجابة لهذا القلق، وبعدها ينشأ الاقتران الشرطي فكلما تكررت الاصابات والاحصائيات عن فيروس كورونا زادت نسبة القلق والخوف والتوتر، كما ان زيادة شعور الفرد بالقلق وعدم الراحة ينتج عنه ان يسلك الفرد سلوكاً تجنبياً سلبياً (عبد الرحمن، 2000: 268).

- النظرية المعرفية:

تفسر هذه النظرية ان الآثار النفسية التي يتعرض لها الفرد بعد المرور بموقف مؤلم تعرض له كالإصابة بفيروس قاتل انما يعود الى البناء المعرفي للفرد وطبيعته الشخصية ومفاهيمه ومعتقداته، هي العوامل التي تحدد مدى وكيفية استجابته للمواقف اثناء وبعد تعرضه لها ومقدرته على التوافق بعدها (الشربيني، 1994: 57).

- النظرية الاجتماعية

تلعب البيئة دوراً هاماً في ظهور الآثار النفسية لدى الفرد بعد تعرضه لموقف صعب نفسياً، فالبيئة الجيدة تتضمن درجات عالية من الاسناد الاجتماعي وتسهيل العودة الى الاداء الاجتماعي النفسي الطبيعي، ومع ما يتم بثه من احصائيات للإصابة بالفيروس ومعدلات الوفيات والاجراءات الصحية الاجبارية

مما يجعل الفرد يعزل نفسه ويبالغ بالاجراءات الصحية الوقائية وتزداد اعراض القلق والكآبة لديه (Wilson & Kraus, 1985: 133).

ثالثاً: فيروس كورونا

هو نوع من انواع الفيروسات الأشد خطراً على البشرية، اذ تسبب هذا الفيروس في حدوث جائحة عالمية تضرب الجهاز التنفسي للمصابين وهو ما يدعى (COVID19).
ان طريقة انتشار هذا الفيروس وانتقاله بالعدوى عبر الرذاذ المتطاير في الهواء عند السعال أو العطاس للأشخاص المصابين، لذا أكد المختصون والأطباء بضرورة التباعد الاجتماعي للوقاية من هذا المرض (الدليل الصيني، 2020)

وتعد الصين أول دولة سجلت حالات اصابة في كانون الاول 2019 وتحديداً في مدينة ووهان، ولا يزال الاطباء حول العالم يتبعون مصدر هذا الفيروس، اذ ان اغلب الفرضيات التي تم تداولها ان مصدره مرتبط بسوق المأكولات البحرية في ووهان، نتيجة إصابة عدد من الاشخاص بالتهابات رئوية ممن قاموا بزيارة السوق ، بالمقابل أكدت دراسة صادرة من الصين في آيار 2020 على ان اول شخص تم تشخيصه بالإصابة بتاريخ 1 كانون الاول 2019 لم يكن لديه أي صلة بسوق المأكولات البحرية .

تبدأ الفترة المعدية لفايروس كورونا لمدة (7-10) ايام لمن يعاني من الاعراض وتخفض نسبة العدوى بعد الاسبوع الاول من الاصابة لذلك يتوجب على المصابين البقاء في الحجر الصحي في المستشفى او الحجر المنزلي حوالي 14 يوم.

وتتمثل الاعراض الاكثر شيوعاً لفايروس كورونا بالحمى والسعال والانهاك الجسدي، اما الاعراض الأقل شيوعاً فهي فقدان الشم وحاسة التذوق واحمرار العينين وألم الحلق والصداع والتقيؤ والغثيان مصحوب بدوخة واسهال، وممكن ان يصاب الاشخاص بالفايروس ولا تظهر عليهم اعراض الاصابة او تكون خفيفة للغاية، اما الاعراض الخطيرة للتشخيص فتتمثل بضيق التنفس وانعدام الشهية والشعور بألم وضغط على منطقة الصدر مع ارتفاع درجة الحرارة الى اكثر من 38 م° . (موقع منظمة الصحة العالمية الالكتروني)

الفصل الثالث

اجراءات البحث

اولاً: منهجية البحث:

بما أن البحث الحالي يرمي إلى التعرف على الآثار النفسية لدى الاشخاص المتعافين من كورونا لذا اعتمدت الباحثة على (المنهج الوصفي)، ويعتبر البحث الوصفي أحد أشكال التحليل، والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً، وذلك عن طريق جمع المعلومات والبيانات المقننة عن المشكلة أو الظاهرة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة، (الجابري و صبري، 2013: 67).

ثانياً: مجتمع البحث:

يقصد بالمجتمع الإحصائي للبحث جميع الأفراد الذين تقوم الباحثة بدراسة الظاهرة لديهم، (ملحم، 2000: 219). ويتحدد مجتمع البحث الحالي بالأشخاص الذين أصيبوا بكورونا وتعافوا منها في محافظة ديالى، والذين بلغ عددهم (400) تم اختيارهم بطريقة عشوائية فيما بلغت عدد الإصابات بكورونا حسب الارقام الصادرة من وزارة الصحة العراقية منذ بدء الاصابات بالفيروس والى يوم (2,3) مليون عراقي تعرض للإصابة بينهم (34,960) تعرضوا للوفاة هذا يعني ان أكثر من مليونين تماثلوا للشفاء في عموم العراق ومنهم محافظة ديالى.

ثالثاً: عينة البحث:

تعرف العينة على أنها جزء من المجتمع، ممن تتم دراسة الظاهرة عليه، حيث يختارها الباحث لغرض إجراء دراسته عليها، وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً، (داود وعبد الرحمن ، 1990: 67). ويرى (Ebel, 1972) أن سعة العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختيار، فكلما زاد حجم العينة قل احتمال الخطأ المعياري، (Ebel, 1972; pp. 289-29).

واعتمدت الباحثة في بحثها على تطبيق المقياس على عينة بلغت (200) من الأشخاص المتعافين من كورونا، عثرت عليهم من خلال زياراتها الميدانية للمستشفيات وللمراكز الصحية في محافظة ديالى ومتابعة حالات الاصابات وحالات الشفاء. والجدول (1) يوضح توزيع العينة على وفق المتغير المذكور وعلى متغيري الجنس.

جدول رقم (1)

العينة	العدد
ذكور	100
اناث	100
المجموع	200

رابعاً: أداة البحث

من اجل قياس متغير البحث الحالي وهو (الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا)، تطلب من الباحثة بناء أداة لقياس المتغير، وفيما يأتي توضيح للخطوات التي اتبعتها الباحثة في بناء أداة بحثها:-

بعد إطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الآثار النفسية، وجدت الباحثة أن المقاييس المذكورة لا تتناسب مع أهداف البحث الحالي ، أما بسبب الاختلافات في خصائص العينة، أو بسبب اختلاف النظرية المتبناة، لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس للآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا وعلى وفق الخطوات العلمية المتبعة في بناء المقياس .

خطوات بناء مقياس (الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا):-

تشير (Allen & yen,1979) إلى إن عملية بناء أي مقياس يجب أن تمر بخطوات أساسية، هي:-

1. التخطيط لصياغة المقياس وذلك بتحديد المجالات التي تغطيها فقراته.

2. التأكد من صلاحية الفقرات والتعليمات
3. التأكد من وضوح الفقرات والتعليمات.
4. تطبيق الفقرات على عينة ممثلة للمجتمع (تجربة التحليل الإحصائي للفقرات).
5. إجراء تحليل للفقرات.
6. استخراج الخصائص السيكمترية (الصدق، والثبات). (Allen & Yen, 1979) (p. 118)

وقد اتبعت الباحثة هذه الخطوات في عملية بناء مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، إذ اطلعت الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث للإفادة منها في تحديد الفقرات وأبعاد مفهوم الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا وتحديد البدائل المناسبة للإجابة عن الفقرات، وتبعاً لذلك اعتمدت الخطوات الآتية:-

أ- تحديد المفهوم ومكوناته وهو الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، وقد قامت الباحثة بتوجيه سؤال استطلاعي مفتوح للعينة ومن خلاله حددت الفقرات وقد اتبعت النظرية المعرفية في بناء فقرات بحثها لارتباط الآثار النفسية بالمفهوم المعرفي للأشخاص عن الفيروس ومعتقداتهم عنه.

ب- صياغة الفقرات: ولغرض صياغة الفقرات وبناء مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، إذ قامت الباحثة بصياغة فقرات أولية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا بلغت (27) فقرة تم عرضها على المحكمين والخبراء في التربية وعلم النفس، وقد تم مراعاة ما يأتي في صياغة الفقرات:-

* أن تكون جميع الفقرات بصيغة المتكلم، والابتعاد عن صيغة النفي لكي لا تسبب بإرباك المستجيب، (سمارة، 1989: 81).

* أن تكون كل فقرة قابلة لتفسير واحد، ومعبرة عن فكرة واحدة، (أبو علام، 1998: 134).

- * أن لا توحى الفقرة بالاستجابة للمستجيب .
- * أن يكون محتوى الفقرة واضحاً ومباشراً وصريحاً، (الزوبعي وآخرون، 1981: 69).

ت- إعداد بدائل وأوزان مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا:-
تم اعتماد طريقة (Likert, 1932) في تصميم مقياس الآثار النفسية، وذلك بوضع خمسة بدائل أمام كل فقرة من فقرات المقياس، وتم توزيع الدرجات لكل بديل، كما موضح في الجدول (2)

الجدول (2)

بدائل وأوزان فقرات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا

بدائل الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي أبداً
أوزان الفقرات الإيجابية	5	4	3	2	1
اوزان الفقرات السلبية	1	2	3	4	5

ث- إعداد تعليمات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا:-
تعد التعليمات التي يضعها الباحث لمقياسه الدليل الذي يساعد المستجيب لاختيار الاستجابة المناسبة له من فقرات المقياس، لذا تم صياغة فقراتها بطريقة بسيطة ومفهومة، وقد أكدت الباحثة على اختيار البديل المناسب من قبل المستجيب، بحيث يجب أن يعبر عن موقفه إزاء مضمون فقرات المقياس، وكما أكدت الباحثة على أن البيانات التي سوف تحصل عليها عن طريق إجابة المستجيب على فقرات المقياس هي لأغراض البحث العلمي ولا يطلع على تلك البيانات أحد سوى الباحثة لذلك لا داعي لذكر الاسم،

(Cronbach&Glerser,1970;p.40). كما وضعت الباحثة مثلاً توضيحياً يساعد المستجيب في التعرف على كيفية الاستجابة الصحيحة وكيفية اختيار البديل الذي يناسب استجابته.

ج- التجربة الاستطلاعية (وضوح التعليمات والفقرات):

"يقوم الباحثون بأجراء تجربة صغيرة تسمى (التجربة الاستطلاعية) التي تمثل عينة للمجتمع الأصلي (المستجيبين)، وتكون بالنسبة للباحثة تدريباً عملياً، (فرج، 1980: 330). ولغرض تعرف مدى وضوح فقرات مقياس الآثار النفسية وتعليماته، إضافة إلى حساب الوقت المستغرق واللازم للإجابة، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (30) شخصاً تعافوا من الإصابة بكورونا، تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية ومن غير عينة التحليل الإحصائي الأساسية، وبواقع (15) ذكراً، (15) انثى، والجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3)

توزيع أفراد العينة الاستطلاعية على وفق (العدد والجنس)

العدد	العينة
15	ذكور
15	اناث
30	المجموع

وبعد مراجعة الاستمارات لغرض التعرف على استجابات أفراد العينة، أتضح أن جميع فقرات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا واضحة، كما وتم حساب الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس إذ تراوح ما بين (10-15) دقيقة .

ح- التأكد من صلاحية الفقرات والتعليمات:

أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمحكمين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها، (Ebel,1972;p.555). واستناداً إلى ذلك فقد تم صياغة فقرات مقياس الآثار النفسية للمصابين من كورونا بصورتها الأولية، والتي بلغ عددها (27) فقرة، وحددت الباحثة خمسة بدائل للإجابة هي: (تنطبق علي دائماً، وتنطبق علي غالباً، وتنطبق علي أحياناً، وتنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي أبداً)، وعرضت على مجموعة من المحكمين و الخبراء في علم النفس التربوي والقياس والتقويم، ملحق (1)، لإصدار حكمهم على مدى صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لقياسه وصلاحية بدائل الإجابة، واعتمدت الباحثة نسبة اتفاق (80 %) وأكثر بين المحكمين والخبراء في إبقاء أو حذف أو تعديل الفقرة ، وقد حصلت جميع الفقرات على اتفاق المحكمين والخبراء، مع إجراء تعديل في صياغة بعض الفقرات، وأصبح المقياس بصيغته الأولية مكوناً من (27) فقرة وإمامها خمسة بدائل ملحق (2)

خ- تصحيح مقياس الآثار النفسية :-

يعد تصحيح أداة القياس بإعطاء الفرد تقديراً أو درجة وتفسيرها خطوة أساسية ومهمة، على الرغم من انه يعد مقدمة لتقديم قرار عملي، أو تفسير علمي عن الفرد أو مجموعة من الأفراد موضوع القياس، (الأنصاري ، 2000: 245). وتكون مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا بصيغته الأولية من (27) فقرة ، ذات بدائل خماسية (تنطبق علي دائماً، وتنطبق علي غالباً، وتنطبق علي أحياناً، وتنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي أبداً)، وتحصل البدائل على القيم (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي للفقرات الايجابية و على القيم (1، 2، 3، 4، 5) على التوالي للفقرات السلبية.

د - التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الاثار النفسية:

- القوة التمييزية لفقرات مقياس الاثار النفسية :

يقصد بالتمييز قدرة الفقرة على أن تميز بين الأفراد الحاصلين على أعلى الدرجات والأفراد الذين يحصلون أدنى الدرجات في السمة التي تقيسها الفقرات، (احمد ، 1981: 258). ويشير (Ghisell& et.al,1981) ضرورة إبقاء الفقرات ذات القوة التمييزية العالية في الصورة النهائية للمقياس واستبعاد الفقرات غير المميزة أو تعديلها وتجريبها من جديد، (et.al; 1981;p. 434 Ghisell&) لان هناك علاقة قوية بين دقة المقياس لما اعد لقياسه والقوة التمييزية للفقرات، (Cronbach& et.al., 1965; p. 64).

وتشير (Anastasi,1988) إلى أن النقطة المثلى لكل من حالتي التوازن هي التي تبلغ في من المجموعتين العليا و الدنيا (27 %) ، (Anastasi,1988;p. 213). وتشير أدبيات القياس النفسي إلى أن حجم العينة المناسب لعملية التحليل الإحصائي للفقرات يفضل أن لا يقل عن (400) فردا يتم اختيارها من المجتمع الأصلي، (liu K ,chen ,2020;39). وذلك عندما يتم اختيار المجموعتين المتطرفتين بالدرجة الكلية منه ونسبة (27 %) لكل مجموعة يحقق حجما مناسباً في كل مجموعة وتباينا جيدا بينهما، (Ghisell&et.al ,1981;p.434). وقد بلغت عينة البناء الإحصائي (400) شخصاً متعافياً من كورونا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، ولغرض استخراج القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين اتبعت الباحثة الخطوات التالية:

1. قامت الباحثة بترتيب استمارات عينة التحليل الإحصائي حسب الدرجة الكلية تتازليا من أعلى درجة إلى أدنى درجة .

2. قامت الباحثة بتعيين (27%) من الاستثمارات الحاصلة على أعلى الدرجات على أنها المجموعة العليا وبلغ عدد الاستثمارات (108) استمارة، إذ تراوحت درجاتها الكلية ما بين (27- 135) درجة، كما تم تعيين (27%) من الاستثمارات الحاصلة على أعلى الدرجات، وبلغ عدد الاستثمارات (108) استمارة، إذ تراوحت درجاتها الكلية ما بين (27- 135) درجة، وبهذا تم فرز المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا.
3. تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات كل من المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، ثم تم حساب القوة التمييزية للفقرة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين أوساط المجموعتين، والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا باستعمال
أسلوب المجموعتين المتطرفتين

الدالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	7,026	1,035	3,046	0,916	3,981	1
دالة	7,195	1,071	3,527	0,777	4,444	2
دالة	6,165	1,154	3,435	0,955	4,324	3
دالة	5,526	1,098	3,166	0,940	3,935	4
دالة	4,747	1,260	3,333	1,020	4,074	5
دالة	4,773	1,117	3,611	0,988	4,296	6
دالة	3,370	1,134	3,148	1,127	3,666	7
دالة	5,847	1,122	2,953	1,112	3,842	8
دالة	8.679	1.122	2.861	0.938	4,083	9
دالة	7,111	1,051	3,250	0,851	4,175	10
دالة	3,059	1,127	2,333	1,185	2,814	11
دالة	5,121	1,229	2,963	1,105	3,777	12
دالة	7,001	1,199	3,037	0,987	4,083	13
دالة	5,614	1,221	2,759	1,226	3,694	14
دالة	7,271	1,221	3,277	0,862	4,324	15
دالة	6,639	1,203	2,972	0,999	3,972	16
دالة	7,814	1,175	2,981	1,012	4,148	17
دالة	9,472	1,089	2,490	1,021	3,851	18
دالة	8.802	1,019	2,629	1,021	3,851	19

الدالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	7,448	1,060	2,916	1,131	4,027	20
دالة	8,935	1,140	2,629	1,097	3,990	21
دالة	9,508	1,215	2,592	1,130	4,111	22
دالة	10,019	1,123	2,833	0,886	4,213	23
دالة	9,254	1,172	2,731	1,074	4,148	24
دالة	9,968	1,176	2,666	0,940	4,111	25
دالة	7,136	1,174	3,175	0,991	4,231	26
دالة	7,389	1,211	2,990	1,007	4,111	27

نلاحظ أن جميع فقرات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا مميزة وذات قوة تمييزية عند مقارنة القيمة التائية المحسوبة بالقيمة التائية الجدولية والبالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214).

- الاتساق الداخلي (صدق البناء):

أن ارتباط الفقرة بمحك خارجي أو داخلي من مؤشرات صدقها، وحينما لا يتوفر محك خارجي فإن الدرجة الكلية للمقياس تعد محكاً داخلياً لحساب الصدق، (Anastasia, 1997;P206). والمقياس الذي تنتخب فقراته في ضوء هذه المؤشرات يمتلك صدقاً بنائياً (عودة، 1985: 388). ولحساب علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لمقياس الآثار النفسية للمتعافين من كورونا تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون، وأظهرت النتائج أن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (398) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط والبالغة (0,098)، والجدول (5) يوضح ذلك

الجدول (5)

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الآثار النفسية:

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط
1	0,347	10	0,319	19	0,445
2	0,361	11	0,160	20	0,398
3	0,325	12	0,314	21	0,439
4	0,296	13	0,337	22	0,479
5	0,248	14	0,314	23	0,472
6	0,225	15	0,387	24	0,472
7	0,174	16	0,330	25	0,450
8	0,311	17	0,370	26	0,345
9	0,386	18	0,439	27	0,393

ذ - ثبات مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا:

تشير أدبيات القياس والتقويم إلى أن الثبات يعد شرطاً من الشروط الواجب توفرها في المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، إذ ينبغي أن يتسم المقياس أو الاختبار بالاتساق والثبات فيما يقيسه، فثبات المقياس يشير إلى تحرره من الخطأ غير المنتظم، (Alken,1988;p.58).

تم حساب الثبات لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا بطريقة الفا كرونباخ.

تقوم هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين العلاقات لمجموعة الثبات على جميع الفقرات الداخلة في الاختبار، وكأنا قسمنا الاختبار ليس على قسمين كما في طريقة التجزئة النصفية، بل يقسم الاختبار على عدد من الأجزاء يساوي

عدد الفقرات، أي أن كل فقرة تشكل اختباراً فرعياً، (ملحم، 2000: 220). وقامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة الفاكرونباخ للاتساق الداخلي لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، إذ بلغ ثبات المقياس (0,83)، وهو مؤشر جيد جداً للمقياس.

ر- مقياس الآثار النفسية النهائية :

تألف مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا بصيغته النهائية من (27) فقرة، وحددت الباحثة خمسة بدائل ولها خمسة أوزان، وهي: (5) درجات للبديل (تتطبق علي دائماً)، و(4) درجات للبديل (تتطبق علي غالباً)، و(3) درجات للبديل (تتطبق علي أحياناً)، و(2) درجة للبديل (تتطبق علي نادراً)، و(1) درجة للبديل (لا تتطبق علي أبداً)، وعلى المستجيب أن يختار البديل الذي ينطبق عليه ويتناسب مع استجابته، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ككل بين (27-135) درجة، ملحق (2) يوضح مقياس الآثار النفسية بصيغته النهائية.

ز- الخصائص الوصفية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا:

قامت الباحثة باستخراج الخصائص الوصفية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، كما موضح في جدول (6) وشكل (1).

جدول (6)

الخصائص الوصفية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا

400	العينة
35,00	الحد الأدنى
132,00	الحد الأعلى
90,19	المتوسط الحسابي
17,72115	الانحراف المعياري
299,917	التباين
0,213	الالتواء
0,45	التفلطح

س- الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية :

1. الوسط الحسابي: لاستخراج متوسط استجابة الطلبة لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
2. الانحراف المعياري: لاستخراج مدى الاستجابة مع الوسط الحسابي.
3. معامل ارتباط بيرسون: لإيجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
4. معادلة ألفا كرونباخ : لإيجاد معامل الثبات لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
5. (T- test) لعينة واحدة: لمعرفة الآثار النفسية لدى عينة البحث الحالي، لاختبار دلالة الفرق بين دلالة العينة والمتوسط النظري للآثار النفسية.
6. (T- test) لعينتين مستقلتين: لإيجاد القوة التمييزية لمقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا، بطريقة المجموعتين المتطرفتين.

الفصل الرابع

• عرض النتائج وتفسيرها

سيتم عرض نتائج البحث الحالي من خلال:-

- يهدف البحث الحالي التعرف على مستوى الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا:

لتحقيق هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي لدرجات افراد عينة البحث على مقياس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا اذ بلغت درجة المتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة (90,1950) وبانحراف معياري قدره (17,72115) ولغرض معرفة دلالة الفروق الاحصائية بين المتوسط الحسابي للدرجات افراد عينة البحث والمتوسط الفرضي للمقياس تم استعمال الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين، وظهرت نتائج الاختبار التائي ان القيمة التائية المحسوبة (-6,551) اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (399) مما يدل على ان المتعافين من كورونا لديهم آثار نفسية بعد التعافي من الفيروس وذلك بسبب ما خبروه خلال الاصابة من قلق وخوف وتوتر، والجدول (7) يوضح ذلك:

الجدول (7)

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
				المحسوبة	الجدولية		
400	90,1950	17,72115	81	-6,551	1,96	0,05	غير دال احصائيا

التوصيات (Recommendation) :-

في ضوء النتائج توصلت الباحثة الى التوصيات الاتية:

- 1- استفادة الجهات المعنية من المقياس الذي أعدته الباحثة والذي يقيس الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
- 2- توجيه هيئات الاعلام ببث الاخبار الايجابية حول امكانية التعافي من الفيروس وتقليل التركيز على الجوانب السلبية التي تبث القلق والتوتر والخوف

المقترحات (suggestions):-

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة ما يأتي:-

- 1- اجراء دراسة تجريبية (ببرنامج ارشادي) في خفض الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا.
- 2- اجراء دراسات أخرى كدراسات مقارنة تتناول الآثار النفسية لدى المتعافين من كورونا من حيث متغير (الجنس، العمر...الخ)

المصادر العربية:

- 1- السفاسفة، محمد ابراهيم (2020): مستوى اعراض الاضطرابات الناتجة عن انتشار فيروس كورونا وعلاقته بمستوى المناعة النفسية لدى عينة من الاردنيين ، جامعة مؤتة ، الاردن
- 2- الحسنوي، علي داخل (2020): القلق النفسي لدى طلبة كلية التربية الاساسية خلال فترة كورونا، بحث منشور، المؤتمر العلمي الاول الافتراضي، كلية التربية الاساسية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- 3- منصوري، وسيلة (2019): المخططات المعرفية غير المتكيفة المبكرة الغالبة على المدمن على المخدرات، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر

- 4- الرشيدى، بشير (1998): ابناء الشهداء والاسرى وحاجاتهم الاجتماعية، مكتب الامناء الاجتماعي، الكويت.
- 5- عبدالرحمن، سعد (2000): القياس النفسي، النظرية والتطبيق، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 6- الدليل الصيني الشامل لفيروس كورونا المستجد (2020)، ترجمة ايمان اسعد، رنا عبده، بسمه طارق، بيت الحكمة للاستثمارات الثقافية، عابدين، مصر.
- 7- الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية
<https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- 8- غنام، مها (2001): العنف وعلاقته بالامن النفسي، مكتب الانماء الاجتماعي، الكويت
- 9- الشربيني، زكريا احمد (2001): الاحصاء اللابارامتري في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، ط2، مكتبة الانجلو المصرية
- 10- الجابري ، كاظم كريم ، وداود عبد السلام صبري ، (2013) : مناهج البحث العلمي ، جامعة بغداد ،كلية التربية ابن رشد.
- 11- ملحم ،سامي (2000) : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان ،ط1.
- 12- داود ،عزيز، وعبد الرحمن، أنور حسين (1990) : مناهج البحث التربوي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.
- 13- سمارة، عزيز (1989) : مبادئ القياس والتقويم في التربية، مطبعة دار الفكر، عمان
- 14- أبو علام، رجاء محمد (1998) : مدخل إلى مناهج البحث ، مكتبة الفلاح، الكويت.

- 15- الزوبعي، عبد الجليل ، وآخرون (1981) : الاختبارات و المقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل.
- 16- فرج، صفوت (1980) : التحليل العاملي في العلوم السلوكية ، دار الفكر العربي ، العدد (2)، عمان.
- 17- الأنصاري، بدر محمد (2000) : قياس الشخصية ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة الكويت ، دار الكتاب الحديث.
- 18- عودة، احمد سلمان (1985) : القياس والتقويم في العملية التدريسية، عمان ،المطبعة الوطنية، ط1.

المصادر الاجنبية:

1. Boyras,legros,DN.coronavirus didease COVID-19 and traumatic stress2020.
2. Feldman, B (1994): Board review series behavioral science, harwal pupishing, 2nd
3. Ebel, R.L .(1972) : **Essential OF Education Measure merit Prentice Hill** ,New York.
4. Allen, M, J & Yen و W, M (1979): **Introduction to Measurement Theory**, California, Book Cole.
5. Cronbach ,L .G, & Cieser ,(1965) : **"Psychological testing and personaldecisions"2th urban universtt of Illinois prees.**
6. Ghiselli, E·E·Campbell, J. P .& Zedeck, S. (1981) : **Measurement theory for behavioral sciences**, San Francisco, W,H, freeman & co.



7. Barker\daviesRM, Sullivan,senaratne KPP,et al.the Stanford hall consensus statement for post.covid-19 rehabilitation.
8. Anastasi, (1988) : **"Psychological testing"** New York Mac-Milan 6th ed.
9. Liu K,Zhang,yang,chen.respiratory rehabilitation in elderly patients with COVID-19randomized controlled study.
- 10.Anastasi , A, Uibina , S, (1997) : **"Psychological testing"** 7th ,printice Hill.
- Alken , l. (1988) : **"Psychological testing and assessment"** , Boston , Ellyn com



ملحق (1)

اسماء المحكمين والخبراء حسب حروف الهجاء والتخصص العلمي ومكان العمل

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د. صالح مهدي صالح	ارشاد نفسي	جامعة ديالى - مركز ابحاث الطفولة والامومة
2	أ. د. عامر مهدي صالح معجون	قياس وتقييم	الجامعة تكريت - كلية التربية
3	أ.د. هيثم احمد علي	علم النفس الشخصية	جامعة ديالى - كلية التربية للعلوم الانسانية
4	أ.د. رحيم هملي معارج	ارشاد نفسي وتوجيه تربوي	جامعة مستنصرية كلية التربية
5	أ.د. عدنان محمود عباس	ارشاد تربوي	جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية
6	أ.د. لطيفة ماجد محمود	علم النفس العام	جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية
7	أ.م.د. محمد إبراهيم حسين	علم النفس التربوي	جامعة ديالى كلية التربية للعلوم الانسانية
8	أ.م.د. حميد سالم خلف	علم النفس الشخصية	الجامعة تكريت - كلية التربية
9	أ.م.د. صباح مرشد العبيدي	علم النفس النمو	الجامعة تكريت - كلية التربية
10	أ.م.د. هاشم فرحان خنجر	ارشاد نفسي	الجامعة المستنصرية - كلية التربية

ملحق رقم (2)

مقياس الاثار النفسية لدى المتعافين من كورونا بصيغته النهائية

اعزائي المتعافين من كورونا

تحية طيبة:

امامكم مجموعة من الفقرات يرجى التفضل بقراءتها بشكل دقيق والاجابة عنها للتعبير
عن موقفكم امام تلك العبارات، علما ان اجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط
ولاداع لذكر الاسم.

تعليمات تطبيق المقياس: -

الإجابة على فقرات المقياس بوضع علامة (✓) بجانب كل فقرة وتحت المستوى
الذي ينطبق عليك وكما موضح في المثال الاتي:

الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق علي ابدا
ينتابني الخوف من الإصابة بكورونا					



ت	الفقرات	تتطبق علي تماما	تتطبق علي غالبا	تتطبق علي احيانا	تتطبق علي نادرا	لا تتطبق علي ابدًا
1	ينتابني الخوف من الاصابة بكورونا مرة ثانية.					
2	الاصابة بكورونا جعلتني اعقم كل الاشياء التي المسها.					
3	اقوم بتعقيم يدي عند مصافحتي للناس					
4	ان صحتي بعد الاصابة في خطر دائم.					
5	ازداد قلقاً عند مروري بالقرب من المستشفى.					
6	احزن عند سماعي بإصابة احد المقربين.					
7	قلة رغبتني بتناول اطعمة المطاعم.					
8	اتابع اعداد الاصابات بصورة يومية					
9	تزداد ضربات قلبي عند دخولي للمولات.					
10	اتجنب الخروج من المنزل خوفا من الاصابة.					
11	انظر لكل من يعاني من السعال على انه مصاب.					
12	تراودني احلام مزعجة بعد اصابتي بكورونا					
13	يزداد قلقي عند زيارتي لأحد المرضى.					
14	قلة رغبتني بالاستمتاع بالحياة.					
15	اسرع بالذهاب الى الطبيب لأبسط الاسباب.					
16	يزداد قلقي من الاماكن المزدحمة.					



ت	الفقرات	تنطبق علي تماما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي احيانا	لا تنطبق علي ابدأ
17	ابتعدت عن ممارسة هواياتي بعد الإصابة بكورونا.				
18	واجه صعوبة بالتركيز والتذكر				
19	كورونا جعلتني حاد المزاج متوتر وعصبي				
20	اتضايق كلما تذكرت ايام المرض				
21	اشعر ان لبس الكمامة والكفوف غير كافي.				
22	اعتقد ان عيادات الاطباء بؤرة لنقل الوباء.				
23	اشعر بالخيبة عندما اشاهد الاخرين غير مهتمين للمرض.				
24	اجد نهاية العالم محتمة لو ظهرت سلالات جديدة للمرض				
25	اعتقد ان تلف ما اصاب جهازي التنفسي بشكل مستمر.				
26	ارى ان كلام الاطباء بعدم الذعر من الوباء هو كلام فارغ.				
27	اجد ان وزارة الصحة تخفي الحقائق المخيفة عن الوباء.				