

## وضعية الحجر الصحي وتحقيق التنمية الذاتية فى ظل جائحة كورونا فى مصر

أ.م.د. ايمان نصرى داود\*

أستاذ مساعد علم الاجتماع- كلية الآداب - جامعة حلوان

[emanshenouda1@gmail.com](mailto:emanshenouda1@gmail.com)

### المستخلص:

استهدف البحث التعرف على وضعية الحجر الصحي وتحقيق الفرد لأهدافه المستقبلية بما يحقق تنمية ذاتية فى ظل انتشار جائحة كورونا لعدد 107 مفردة ( 82 أنثى، 25 ذكر) منهم 25 متزوج و 81 غير متزوج، 79 حاصلون على مؤهل جامعى و 11 حملة شهادة الدكتوراه و 16 حاصلون على درجة الماجستير ، من الحضر نسبة %83.17 و %16.8 من سكان الريف. تم جمع البيانات الكترونيا باستخدام مقياس ليكرت (1=لا أوافق تمام، 2=لا أوافق، 3=غير موافق الى حد ما، 4=موافق، 5= موافق الى حد ما، 6=موافق، 7=أوافق تماما). إحتوى المقياس على محاور تتعلق بالعلاقة مع أفراد الأسرة واستخدام المكان والقيام بالمسئولية الأسرية أثناء الحجر الصحي والمرونة الاجتماعية ومحاور تقيس خبراتهم الشخصية أثناء وضعية الحجر الصحي المنزلى والتنمية الذاتية وتعزيز الثقة بالنفس. تم استخدام المنهج الوصفى التحليلى فى الاجراءات المنهجية، معظم العينة بنسب %21.3 و %36 و 20.56 على التوالى - وهم الأغلبية- أمكنها الاستقلال والانعزال عن الآخرين دون مشاكل إذ وافقت على عبارة " أعتبر نفسي مستقلا عن الآخرين، لهذا أستطيع، فى وضعية الحجر الصحي الانزواء عن الآخرين دون مشاكل". 36% من العينة لم توافق تماما على عبارة "لم اهتم بمواقف أصدقائي وعائلتي من تصرفاتي إزاء كوفيد. و 20.56% من العينة لم توافق تماما على عبارة " محدودية فضاء الحجر الصحي لم يولد لدي إحساسا بالإحباط".

الكلمات المفتاحية: التنمية الذاتية، الحجر الصحي، الجائحة، كوفيد-19،

العلاقات الأسرية

تاريخ الاستلام: 2022/5/12

تاريخ قبول البحث: 2022/6/1

تاريخ النشر: 2023/6/30

أولاً: المقدمة والإشكالية البحثية

بدأ فيروس SARS-COV-2 والمعروف بفيروس كورونا (كوفيد-19) المستجد ظهوره من مدينة ووهان الصينية أواخر عام 2019 ومنها انتشر وبسرعة كبيرة لمختلف دول العالم المجاور والبعيد. لم توضع أية إجراءات تحذيرية بين الدول على المسافرين لمنع انتشار العدوى فانتقل الى الولايات المتحدة الأمريكية في يناير 2020 ثم آسيا ثم دول أوروبا ثم دول الشرق الأوسط. وتعد مصر ونيجيريا من أوائل الدول التي ظهر بها فيروس كورونا (Abdelhafiz et al., 2020) إذ أن 68% من إجمالي الإصابات بشمال افريقيا كانت بمصر يليها نيجيريا بنسبة 33%. عانت مصر مثل سائر دول العالم من إنتشار وبأ كوفيد- 19 منذ بدأ الإعلان عن ظهوره بالبلاد في مارس 2020 ، لذا صُممت برامج التثقيف الصحي خصيصاً لمختلف الفئات الاجتماعية على مختلف خصائصها الديموجرافية بهدف تحسين الوعي العام والتصورات والمواقف وضرورية لزيادة اعتماد تدابير الوقاية من تفشي المرض (Shahin & Hussien, 2020) إذ أنه إبان ظهور فيروس كورونا في مصر في مارس 2020 لم تكن المطارات مغلقة ولم توضع قيود على التنقل من وإلى البلدان المختلفة حتى أكتشفت أول حالة إصابة بين مجموعة سياح ألمان في مدينة الأقصر، وفي 8 مارس أعلن رسمياً عن وفاة أول شخص في مصر وهو سائح ألماني وتوفي بمدينة الغردقة (Medhat & Kassas, 2020). مما دعا الحكومة المصرية إلى تعليق الدراسة بالمدارس والجامعات لمدة شهر كام مع حظر التجوال بعد الساعة السادسة مساءً، فإذ بالمصريين يعيشون فترة حجر صحي داخل منازلهم دونما سفر أو تنقل داخلي أو خارجي، كما حُددت عدد ساعات العمل بالمحال التجارية وألغيت كافة الأنشطة الرياضية بالأندية. ثم خصصت معظم المستشفيات الحكومية لعزل الحالات المتوسطة والشديدة من المصابين بالفيروس (التي تعاني من انخفاض نسبة الأكسجين بالدم خاصة من كبار السن ذوى الأمراض المزمنة) وفي 19 ابريل 2020 أعلنت مصر عن عدد الاصابات - المُبلغ عنها- الذي بلغ 3144 و239 حالة وفاة وبدأ التعاون بين الوزارات متعددة التخصصات لصياغة استراتيجية تهدف إلى خفض معدلات انتشار الإصابة بالفيروس بين ومن ثم تتخفف معدلات الوفيات بين السكان، ووفقاً لإحصاءات منظمة الصحة العالمية فإن عدد الإصابات المسجلة رسمياً في مصر بلغ 490 969 وبلغ عدد الوفيات 197 24<sup>1</sup> (منظمة الصحة العالمية، 2020).

ومن منطلق أهمية دراسة مجتمع المخاطرة (بيك، 2013) الذي عرفه لاورس بأنه "مجتمع يُشرف على الهلاك" لأنه يهدد أمن المجتمع بكل فئاته حيث انتشر الخوف والقلق لدى الجميع على حاضرهم ومستقبلهم ، وهذا يتوافق مع الوصف الذي قدمه "أولريش بيك" بأن وصفه من خلال الموقف الذي ينتج أقل قرار فيه أخطر كارثة. كما عرف "روبرت كاستال"

مجتمع المخاطرة بأنه مجتمع الكارثة الذى تكون فيه الحالة الاستثنائية تهدد بأن تصبح حالة عادية. من ثم اهتم البحث الراهن بما شهدته مصر من آثار اجتماعية نفسية شملت كل أفراد الأسرة المصرية جراء ظهور وانتشار فيروس كورونا. وفى إطار التصدى لانتشار كورونا فى مصر إتخذت الدولة حزمة من الإجراءات والتدابير الاحترازية، تزايدت الإجراءات الاحترازية من فرض العزل المنزلى والحجر الصحى والتباعد الاجتماعى إلى فرض العقوبات المالية لمن لا يرتدى الكمامة. وبدأت بعض الأمراض الاجتماعية والنفسية فى الظهور منها الرفض الاجتماعى بل والوصمة الاجتماعية للمصاب كما حدث فى بدايات انتشار المرض الأمر الذى وصل إلى حد رفض دفن بعض الموتى - لأن سبب الوفاة هو فيروس كورونا المميت - فى فُراهم مسقط رأسهم بالريف كما أكدت ذلك دراسة، ثم أثرت تلك الجائحة سلبيًا على قدرة الإنسان على تحقيق أهدافه بالتنمية الذاتية، وتحمل مسئولية (Mostafa et al., 2020) الحفاظ على علاقات أسرية مباشرة قوية مع أفراد الأسرة، وقدرته على عدم التأثر بأراء الآخرين المثارة عن انتشار الفيروس وتنامى الثقة بالنفس بدلاً من رفض الذات، ورفض الخوف الاجتماعى مما يسهم فى إعلاء قدرته على التعامل مع الأزمة أثناء فترة الحجر الصحى.

يدور التساؤل الرئيس للدراسة حول: " كيف أدرك الأفراد وضعية الحجر الصحى وما علاقتها بالتنمية الذاتية؟"، وانبثق عن هذا التساؤل مجموعة أسئلة فرعية نوردتها فيما يلى:

أ-كيف أثرت وضعية الحجر الصحى على قدرة الأفراد المحجورين صحيا فى تحقيق تنمية ذاتيا؟

ب- هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات الأفراد فى الاستفادة من وضعية الحجر الصحى مع الخصائص الديموجرافية (العمر-المستوى التعليمى -النوع-الحالة الزوجية-المهنة-نوع السكن-منطقة السكن)؟

ج-ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين العمر ومحاور (التواصل الأسرى-إدراك الذات-المسئولية تجاه الأسرة-التأثر بالمحيطين- تحقيق الأهداف-التواصل الخارجى-الإنعزالية-الاستقلالية-إدارة المخاطر-الخوف من الآخرين-التعبير عن الرأى-الحياة المستقبلية)؟

د-ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين الحالة الزوجية ومحاور (التواصل الأسرى-المسئولية تجاه الأسرة- والتأثر بالآخرين-الحياة المستقبلية)؟

هـ\_ ما العلاقة الارتباطية بين المستوى التعليمى ومحاور (إدراك الذات-تحقيق الأهداف-المسئولية تجاه الأسرة-التعبير عن الرأى-الحياة المستقبلية)؟

**ثانياً: أهداف وفروض البحث:**

تهدف الدراسة إلى التعرف على كيفية تحقيق التنمية الذاتية خلال وضعية الحجر الصحى أثناء جائحة فيروس كورونا مع التركيز على فئة الشباب الجامعى، و تحديد مدى مساهمة وضعية الحجر الصحى فى تحقيق الأفراد للتنمية الذاتية.

من ثم وللإجابة عن التساؤلات السابق الإشارة إليها تم تحديد فروض الدراسة كما هو موضح على النحو التالى:

أ- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأفراد في الاستفادة من وضعية الحجر الصحي طبقاً للعمر والمستوى التعليمي والحالة الزوجية.

ب- توجد علاقة ارتباطية بين العمر ومحاور (التواصل الأسرى- إدراك الذات-المسئولية تجاه الأسرة-التأثر بالمحيطين- تحقيق الأهداف- التواصل الخارجى-الإنعزالية-الاستقلالية-إدارة المخاطر-الخوف من الآخرين-التعبير عن الرأى-الحياة المستقبلية).

ج- توجد علاقة ارتباطية بين الحالة الزوجية ومحاور (التواصل الأسرى-المسئولية تجاه الأسرة- والتأثر بالآخرين-الحياة المستقبلية).

د- توجد علاقة ارتباطية بين المستوى التعليمي ومحاور (إدراك الذات-تحقيق الأهداف-المسئولية تجاه الأسرة-التعبير عن الرأى-الحياة المستقبلية).

### ثالثاً: مفاهيم البحث:

#### أ- التنمية الذاتية

استنتج "ه. إريكسون" من بحوثه حول الذاتية أن علاقة الشخص ببيئته الاجتماعية تلعب دوراً حاسماً في تكوين الذاتية (سركانى، 1992)، وفي ظل إجراءات التباعد الاجتماعى المتبعة للحماية من الانتشار السريع للفيروس ، إتجه الأفراد الى الوسائل التكنولوجية الحديثة واستخدام التطبيقات الاجتماعية بشبكة الانترنت مدخلاً لتحقيق نوع من المعرفة السلوكية و"التعاطف مع الذات" (Eldabee, 2021) الذى يركز على مكونات: اليقظة العقلية واللفظ مع الذات والإنسانية المشتركة. وبالتدريب على التعاطف مع الذات يصبح الإنسان قادراً على تنمية تلك المهارة. ويُعد "بناء القدرات"- وهو المقاربة التى ينتمى إليها "SEN" المنتمى للاتجاه النيوليبرالى المعتدل (الدين، 2021) - الذى قسم تلك القدرات الى ثلاث أنواع: القدرات الكامنة أى المهارات التى يمتلكها الأفراد، والقدرات التجميعية أى قدرات شخصية مرتبطة بالظروف الاجتماعية المحيطة، والقدرات الأساسية أى الحد الأدنى من القدرات التى يجب أن تتوفر لأى فرد. وفي إطار هذا السياق، تُعرف الباحثة التنمية الذاتية بأنها جهد الفرد فى اكتشاف مهارات وقدرات ذهنية وعقلية ومعرفية وجسدية ونفسية، والعمل على تطويرها وتميئتها بالتدريب المستمر خلال مراحل عمره المختلفة، واستغلال الزمان والمكان والفرص المتاحة- كلما توافرت للتعليم -على نحو يخدم أهدافه الفردية ويستخدمها فى خدمة المجتمع المحلى المحيط كلما أمكن ذلك. ويشير البحث الراهن إجرائياً إلى التنمية الذاتية أثناء فترة الحجر الصحي بأنها قدرة الفرد على صياغة أهداف حياتية جديدة وتعلم أشياء جديدة، والتخطيط لعدد من المشاريع، وإحساس الفرد بالتغيير فى بعض العادات والسلوكيات وإمكانية الحفاظ على علاقة وثيقة بين أفراد الأسرة ( النووية أو الممتدة). وتُعرف إجرائياً بأنها تُمكن الفرد من وضع أهداف حياتية جديدة أثناء فترة الحجر الصحي، وأن الحجر الصحي سياقاً مفيداً لتنمية الذات بتعلم أشياء جديدة، وأن

وضعية الحجر الصحي جاءت مناسبة مفردات العينة للتخطيط لعدد من المشاريع وللعمل على تحقيقها، وأن الفرد حاول تطوير مشروع ذاتي في وضعية الحجر الصحي، وأصبح لدى الفرد إحساس بكونه تطور نحو الأحسن خلال الحجر الصحي، وتقوت شخصيته، وتغيرت بعض عاداته، بل وتمكن من تقوية علاقاته بأفراد أسرته، وتغيرت طريقة تفكيره حول ذاته والعالم.

### ب- الحجر الصحي:

يُعد الحجر الصحي من أقدم الوسائل المتبعة بالدول التي ينتشر بها وبأما، ويُقصد به تقييد حركة الأفراد أو المجموعات (السكافي، 2020) سواء خلال الفترة التي تعقب وصول المسافرين أو الوافدين إلى بلد ما بغرض وضعه بمكان مناسب لائق إنسانياً لإجراء الكشف الطبي عليه والتأكد من خلوه من الأمراض الفيروسية (الأوبئة سريعة الانتشار بصفة خاصة) بهدف حماية المواطنين الأصليين بالبلاد، وبعد تفشى جائحة كورونا بالعالم اتخذت مصر إجراءات الحجر الصحي للوافدين من دول أخرى إلى أراضيها بحيث تتم عملية الحجر بشكل سليم وحذر (الكريم، 2020) فالحجر مبنى على احتمال إصابة الشخص بالفيروس، وقد يظهر أنه حامل بالفعل له أو أنه خال منه، أى قد يحدث أن يكون فى الحجر شخص سليم وقد تنتقل إليه العدوى من شخص آخر مصاب بالفعل. إلا أن الشخص السليم له الحق فى التنقل بحرية داخل مكان الحجر ومزاولة نشاطه الطبيعي. يشير المفهوم الإجرائى بالبحث الراهن للحجر الصحى إلى عدم إحساس الفرد بأى إحباط نتيجة محدودية الفضاء المحيط به، ولا شئ يعرقل خطته مشروعاته المستقبلية، والنظر لنفسه بثقة دائمة والرضا، والتصرف بأفعال إيجابية مقارنة بالآخرين، وتتشكل لديه استجابات معرفية وسلوكية تملأ وقت الفراغ بكل ما هو مفيد للفرد مما يساهم فى ابتعاده عن المشكلة الرئيسية والتي هى الحجر الصحى والتباعد الاجتماعى وربما تركه لعمله فترة من الوقت (السكافي، 2020). ويُعرف الحجر الصحى إجرائيا بعدم مغادرة الفرد المنزل أو أسرته إلا للضرورة القصوى، وبقائهم معا طوال الوقت تقريبا على مدار اليوم.

### ج- كوفيد-19

انتشر فيروس كوفيد-19 المستجد SARS-COV-2 وأصبح وباً عالمياً وجائحة عام 2020 إذ أدى إلى ظهور أمراض تنفسية لم تكن تحدث من قبل سواء من حيث الإنتشار كما أدى إلى ارتفاع معدلات الوفاة وخاصة بين كبار السن، هذا لأن الأعراض التنفسية المصاحبة له شديدة الخطورة منها على سبيل المثال لا الحصر انخفاض نسبة الأكسجين فى الدم والالتهاب الرئوى الحاد مع ظهور أعراض أخرى مثل الرشح وارتفاع درجة الحرارة والسعال والإجهاد الشديد ويسبب وفيات بنسبة تصل لحوالى 5% من إجمالى المصابين (القريرى، 2020). كما أدى انتشار هذا الوبأ إلى وجود تداعيات سلبية اجتماعية واقتصادية ونفسية بل وثقافية فى بعض المناطق الريفية أو المنغلقة ثقافيا.

د-العلاقات الأسرية: يُقصد بالعلاقات الأسرية - بالورقة البحثية المطروحة- التفاعلات الاجتماعية بين أفراد الأسرة الواحد النووية أو الممتدة خلال فترة الحجر الصحى حيث تؤثر الانعزالية والاستقلالية والفردية على تلك العلاقات. إذ

مثلت العزلة الاجتماعية خبرة مؤلمة وقاسية وغير سارة للأفراد، لأنهم يحتاجون لإشباع حاجاتهم للتعامل مع الآخرين (أبو عيشة، 2020). ويؤدي اكتساب عادات جديدة للإسهام في تطبيق سلوك معين بالإيجاب من خلال التعاون والمساندة والاهتمام أو بالسلب من خلال الاعتماد على وسائل التواصل الإجتماعى كأحد آليات التواصل الخارجى غير المباشر إلا أنه سهل التطبيق ومتوافر على مدار اليوم ويتلاءم مع خصائص الحجر الصحى المفروضة على المواطنين جراء انتشار جائحة كوفيد-19.

#### رابعاً: الإطار النظرى للدراسة

راهننت نظرية التحديث على قدرة العقل فى اكتشاف المجهول فى الطبيعة، إلا أن العقل لم يستطع تفسير عددا من الظواهر الاجتماعية (بيك، 2013)، كما أن سلبيات التحديث أدت الى الكثير من المخاطر التى تهدد استقرار الأفراد والمجتمعات. لقد عمل وبأ كوفيد-19 (كورونا) على كشف حقائق العديد من السلوكيات والقيم وأنماط التفكير والقناعات التى ظلت إلى حد كبير شبه ثابتة فى أذهان الأفراد والمجتمعات (ابراهيم & ميلود، 2020). وقد نظر تالكوت بارسونز الى النسق الاجتماعى (أى الأسرة) على أنه مجموعة من الأفراد الفاعلين فى أى زمان ومكان (الخليفة، 2020). والنسق الاجتماعى فى فكر بارسونز يتألف من جمع من الأفراد الفاعلين الذين يتفاعلون مع بعضهم البعض فى موقف يتضمن على الأقل جانبا فيزيقيا أو بيئيا، وفاعلين مدفوعين بجانب الميل إلى تحقيق أقصى حد ممكن من الإشباع، والذين تخلل علاقتهم بموقفهم وتعريفهم له رموز مشتركة مبنية ثقافيا (عثمان، 2008) إلا أن نظرية التشكيل البنائى لأنطونى جيدنز ترى النسق الاجتماعى باعتباره مجموع الأفعال التى يُعاد انتاجها بين الفاعلين فى مكان وزمان معين أى لم تتجاهل نظرية التشكيل أثر الزمان والمكان المحيط بفعل الفرد، وهذا ما نؤكد عليه بالدراسة الراهنة، وهو أن زمان ظهور وانتشار فيروس كورونا وانعزال الفرد فى مكان محدد يؤثران بقوة فى قدرة الفرد على تحقيق التكيف الاجتماعى بل وأكثر من ذلك قدرته على تحقيق تنمية وتطور فى أفعاله الاجتماعية. كما يمكننا تطبيق مفهوم "البناء الاجتماعى والفعل" دى جيدنز على مؤسسة "الأسرة" التى تكونت من بناء أسرتين -أى أسرة الزوج وأسرة الزوجة قبل ارتباطهما- وتكونت مؤسسة الزواج من خلال أفعال الزوجين فأصبح الزواج مؤسسة لكل تلك الأفعال (الخليفة، 2020) (جيدنز، 2005).

#### خامساً: دراسات سابقة:

من أوائل الدراسات المسحية التى نُفذت بالصين للتعرف على التأثير النفسى ومدى المرونة النفسية التى يشعر بها الفرد بعدما ظهر وانتشر فيروس كورونا إبان إعلان الإغلاق العام وحظر التجوال فى 23 يناير 2020، من خلال استبيان الكترونى تم تداوله على عينة بطريقة كرة الثلج على 1210 مفردة بـ 194 مدينة (Benke et al., 2020). كما أكدت دراسة كل من محمد أبو حلاوة (حلاوة، 2013)، فاطمة الزهراء محمود (محمود، 2020)، رشدى

قريري(القريري، 2020) أن لأخلاقيات التعامل مع أزمة كورونا علاقة إيجابية بسرعة اجتيازها تحقيق التماسك أمامها، وذلك من خلال تغيير أنماط السلوك والبحث عن معلومات أكثر عن الأزمة، والتوظيف الكامل للموارد المتاحة والقوة الكامنة، والوعي بالتأثير السلبي للأمور الطارئة على الأسرة واستراتيجيات التخفيف المتكيفة مع تلك الظروف(حافظ، 2020).

أشارت دراسة (Omar et al., 2021) والتي أجريت على 479 سيدة و217 رجل من المتزوجين للتعرف على مدى الاحباط والقلق الذي أصابهم جراء انتشار وبأ كورونا والذي أثبت الأثر السلبي على كلا الجنسين، وأوصى بضرورة صياغة استراتيجيات لخفض معدلات معاناة الأفراد وتتفق معها دراسة (Wang et al., 2020). كما أجرى (Shahin & Hussien, 2020) وهي دراسة عن تصورات الجمهور العام لأزمة الجائحة في السعودية ومصر والأردن، وبمقارنة متوسطات درجات إدراك خطورة الفيروس تبين أنها أعلى بين عينة السعوديين والأردنيين مقارنة بمصر، وأيضاً إدراك عال الفعالية والكفاءة الذاتية للتعامل مع الفيروس مع وجود نية أقل في التعامل الإيجابي مع التدابير الاحترازية الموضوعية من قبل الدولة، وهذا يعزو في رأيهم إلى تأخر الإعلام القومي في نشر التوعية بإجراءات خفض معدلات الانتشار بالعدوى. وفي دراسة عن الرأي العام في مصر بعد ظهور الجائحة (Elgendy et al., 2020) وجد أن 27.9% من اجمالى العينة وقوامها 726 يعتبرون الإصابة بفيروس كورونا وصمة اجتماعية، تلك الوصمة التي يواجهها الأطباء وطاقم التمريض بالمقام الأول كما كشفت نتائج دراسة (Mostafa et al., 2020) والتي أجراها على 509 من الطاقم الطبي المصرى عام 2020 عن ارتفاع درجات الشعور بالوصمة مع انخفاض مؤهلات الطبيب/الممرض ومن العاملين بالمستشفى خلال فترة الحجر الصحى. كما درست زاهدة جميل(أبو عيشة، 2020)عوامل البيئة الأسرية كمنبئات للسلوكيات الابتكارية لمواجهة العزلة الاجتماعية أثناء الحجر الصحى المنزلى لكوفيد 19، وطبقت الدراسة المسحية على عينة قوامها 200 مفردة من مدينة الطائف بالمملكة العربية السعودية، وخرجت نتائج الدراسة بارتفاع مجال الاستقلال والابتكار لمواجهة العزلة الاجتماعية أثناء الحجر الصحى المنزلى لكوفيد 19 ، ولم توجد فروق تعزى الى العمر أو النوع على متغيرى البيئة الأسرية أو السلوكيات الابتكارية. وعلى الرغم من وجود عاملا مشتركا بين الدراسات السابق عرضها وبين الدراسة الراهنة ألا وهو الاهتمام بدراسة الاثار السلبية لظهور واجتياح فيروس كورونا دول العالم، إلا أن الدراسة الراهنة تناولت جانبا إيجابياً للحجر الصحى والإنعزالية وهو قدرة الفرد المحجور على تحقيق تنمية ذاتية وتطوراً فى علاقاته بنفسه وبالآخرين وفضاء الحجر الصحى بصفة عامة.

**سادسا: الإجراءات المنهجية:**

اتبع البحث المنهج الوصفي، وممرت مراحل جمع البيانات بمرحلة تصميم أداة جمع البيانات وهى عبارة عن مقياس ليكرت السباعى(1=لا أوافق تماما،2=لا أوافق،3=لا موافق الى حد ما،4=موافق،5= موافق إلى حد ما،6=موافق،7=أوافق تماما) ، وقم تم استخدام مقياس *Carol Ryff's Model of Psychological Well-Being The Six Criteria of Well-Being, n.d.* ثم تم تحكيمة وتعديل وإضافة بعض العبارات بتناسب مع طبيعة المشكلة البحثية بواسطة خبراء أكاديميين<sup>2</sup> بكلية الآداب جامعة سيدى محمد بن عبد الله -المملكة المغربية. ونشرت أداة جمع البيانات بعد صياغتها ( Google Form ) على عينة عشوائية غير منتظمة عبر تطبيق Whatsapp وهذا الإجراء إتبعته عدة دراسات من بينها دراسة وانج (Wang et al., 2020) و ( Abdel Wahed et al., 2020) نظراً لتوصية الحكومات بخفض التواصل وجها لوجه والتوجيه بالعزل المنزلى. وقد تمت عملية جمع البيانات خلال شهر مايو 2021 ثم أعقبها تحليل البيانات باستخدام برنامج SPSS V.21.

شملت العينة الحاصلين على مؤهل جامعى وما بعده وقوامها 161 مفردة (129 إناث، 32 ذكور) بهامش خطأ 7.69 تم حسابه باستخدام برنامج Raosoft. إحتوت أداة جمع البيانات على أسئلة الخصائص الديموجرافية للعينة وعدد 13 محور تم تحديدهم باستخدام برنامج التحليل الاحصائى SPSS V.21 بإجراء التحليل العاملي لمصفوفة العوامل لعدد 42 عبارة بمقياس ليكرت السباعى عن التنمية الذاتية، والتواصل الأسرى، وإدراك الذات أثناء فترة الحجر الصحى، والمسئولية تجاه الأسرة، والتأثر بالمحيطين، وتحقيق الهدف، والتواصل الخارجى، والانعزالية، والاستقلالية، وإدارة المخاطر، والخوف من الآخرين، والتعبير عن الرأى، والتصورات نحو المستقبل(أنظر جدول رقم 2).

**سابعا: نتائج الدراسة:****7-1- الخصائص الديموجرافية للعينة:**

باستخدام برنامج التحليل الاحصائى SPSS والأساليب الاحصائية لكشف العلاقة بين متغيرات الدراسة واختبار الفروض بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية جوتمان لعبارات مقياس ليكرت 0.833 وقيمة معامل ألفا كرونباخ 0.819 كما تم قياس معامل ألفا كرونباخ لمحاور المقياس كل على حدة (أنظر جدول رقم 1). ونظراً لعدم تحقق شرط التوازن والتساوى النسبى بين عدد الذكور والاناث تم استبعاد متغير النوع وفى المقابل تم اعتماد متغير الفئات العمرية للتعرف على الفروق الاحصائية بين مفردات العينة ومحاور المقياس. تم البحث فى العلاقة الارتباطية بين



بعض المتغيرات مثل العمر والحالة الزوجية ونوع المسكن وبعض محاور المقياس. وبإجراء اختبار Shapiro-Wilk لتحديد مدى اعتدالية البيانات كشفت النتائج الى أن البيانات غير موزعة توزيعاً طبيعياً إذ أن أقل قيمة إختبار لمحاور المقياس بلغت 0.000. وأعلى قيمة للاختبار بلغت 0.024. بناءً على الخصائص الديموغرافية ( $P < 0.05$ ) تم استخدام اختبار  $Chi^2$  للكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين محاور المقياس والعلاقة بينها مع العمر والحالة الزوجية والمستوى التعليمي ونوع المسكن. سنعرض فيما يلي لنتائج تقسيم المقياس الى محاور محددة ثم نتعرض للخصائص الديموغرافية للعينة.

جدول (1) قيم معامل ألفا لكل محور وقيم المتوسط والانحراف المعياري المستخلصة بالتحليل العاملي

المحور	المحور	معامل الفا كرونباخ	المتوسط	الانحراف المعياري
المحور الأول	( التنمية الذاتية)	.874	4.5876	.90752
المحور الثاني	(التواصل الأسرى)	.877	4.9420	1.19581
المحور الثالث	(إدراك الذات أثناء الحجر الصحي)	.863	4.9410	1.25767
المحور الرابع	(المسئولية تجاه الأسرة)	.867	5.0497	1.39653
المحور الخامس	(التأثر بالمحيطين)	.869	5.2091	1.22464
المحور السادس	(تحقيق الأهداف)	.869	4.9420	1.23803
المحور السابع	(التواصل الخارجى)	.871	5.4783	1.20331
المحور الثامن	(الإنعزالية)	.861	5.0104	1.40802
المحور التاسع	(الاستقلالية)	.872	4.6460	1.63615
المحور العاشر	(إدارة المخاطر)	.869	5.4565	1.31267
المحور الحادى عشر	(الخوف من الآخرين)	.891	5.8820	1.55475
المحور الثانى عشر	(التعبير عن الراى)	.870	4.8043	1.49914
المحور الثالث عشر	(الحياة المستقبلية)	.866	5.4969	1.33287

يوضح الجدول السابق ارتفاع قيم ألفا لكافة محاور المقياس بقيم تراوحت بين 0.861 - 0.891، كما أن الانحراف المعياري للمحاور بلغت أقل قيمة به 0.90752 وأعلى قيمة بلغت 1.63615 بما يدعم ثبات عبارات المقياس أى يمكن الاعتماد عليه مرة أخرى.

جدول (2) قيم التحليل العاملي بمصفوفة تدوير العوامل للحصول على توزيع عبارات المقياس فى محاور مستقلة

مصفوفة تدوير العوامل												العبرة	
13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
												.798	تمكنت من وضع أهداف حياتية

مصنوفة تدوير العوامل													العبرة
13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
													جديدة أثناء فترة الحجر الصحي
												.758	كان الحجر الصحي سياقاً مفيداً لتنمية الذات بتعلم أشياء جديدة
												.677	شكلت وضعية الحجر الصحي مناسبة لي للتخطيط لعدد من المشاريع والعمل على تحقيقها
												.569	حاولت تطوير مشروع ذاتي في وضعية الحجر الصحي
												.550	لدي إحساس بكوني تطورت نحو الأحسن خلال الحجر الصحي
												.514	شكلت وضعية الحجر الصحي تجربة جديدة مفيدة لي جعلتني أغير طريقة تفكيري حول ذاتي والعالم
												.466	أعتقد أن وضعية الحجر الصحي قوت شخصيتي
												.431	قبلت كون وضعية الحجر الصحي تطلبت مني تغيير عدد من العادات
												.391	كانت لدي رغبة في القيام بتغييرات في شخصيتي أثناء وضعية الحجر الصحي
												.278	تمكنت من الحفاظ على علاقة وثيقة مع أفراد أسرتي (زوجي، زوجتي، والدي، أبنائي، ...) في وضعية الحجر الصحي
												.645	قد أصبحت أكثر اهتماماً بعائلتي في وضعية الحجر الصحي
												.641	قد استمتعت كثيراً بالحوارات والمحادثات مع أفراد عائلتي في وضعية الحجر الصحي
												.542	أعتقد أن أفراد أسرتي أدركوا في وضعية الحجر الصحي أنني إنسان معطاء بسخاء وخدم
												.765	لا أحس بأي خيبة من كوفيد والحجر الصحي فهما لم يعرقلا حياتي ومشاريعي
												.621	كنت أنظر لنفسي بثقة وإيجابية في وضعية الحجر الصحي
												.565	أعتقد أن موافقي تجاه نفسي في وضعية الحجر الصحي كانت إيجابية مقارنة بالآخرين
												.520	محدودية فضاء الحجر الصحي لم يولد لدي إحساساً بالإحباط
												.512	ظلت علاقتي مع ذاتي إيجابية رغم الحجر الصحي
												.372	عندما أقارن نفسي بالأصدقاء

مصفوفة تدوير العوامل													العبارة
13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
													والمعارف وما حدث لهم في وضعية الحجر الصحي، أشعر بالرضا والارتياح حيال نفسي
									.657				كان لدي إحساس بأنني مسؤول عن التزام أفراد أسرتي بحدود مجال الحجر الصحي
									.637				عندما أنظر الى حالتي النفسية في وضعية الحجر الصحي والآن فأني أحمد الله كثيرا على حالتي الراهنة
									.609				الحجر الصحي علمني ان اتق كثيرا في افراد عائلتي وأن ينفقوا بدورهم في
								.787					أتق في وجهة نظري حول كوفيد رغم المشككين
								.667					لم أتأثر كثيرا بأراء الناس في كوفيد
								.549					لم اهتم بمواقف أصدقائي وعائلتي من تصرفاتي إزاء كوفيد
							.623						الإحساس بوجود هدف في حياتي ظل قائما رغم الحجر الصحي
							.615						لست واحدا من الناس الذين عاشوا بدون هدف في وضعية الحجر الصحي
							.535						لم أشعر أن حياتي قد توقفت في وضعية الحجر الصحي وأن لا داعي للتخطيط لأي هدف
						.772							حاولت الخروج من مكان الحجر الصحي اعتمادا على الهاتف/ شبكات التواصل الاجتماعي
						.641							حاولت إيجاد متنفس داخل مكان الحجر الصحي
					.748								لم أحس بالوحدة ولم أعزل عن الآخرين وعن أقاربي (خارج البيت) في وضعية الحجر الصحي
					.539								هتمت بإدارة مجال السكن في وضعية الحجر الصحي
					.426								أنشطتي اليومية في وضعية الحجر الصحي بدت لي غالبا مهمة ومنتجة
				.738									تعامل الآخرين مع الحجر الصحي لم يؤثر على تعاملتي معه
				.633									أعتبر نفسي مستقلا عن الآخرين. لهذا أستطيع، في

مصفوفة تدوير العوامل													العبرة
13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
													وضعية الحجر الصحي، الانزواء عن الآخرين دون مشاكل
			.746										علاقتي بالآخرين لم تصبح مشوبة بالحذر بسبب كوفيد والحجر الصحي
			.503										لم أحاول أن أفرض على المحجورين معي قواعد لاستعمال مكان الحجر الصحي
		.816											لم أنزعج من كيفية استعمال المحجورين معي لفضاء الحجر الصحي
	.797												لم يكن يصعب عليّ التعبير عن موافقي إزاء كوفيد وإزاء الحجر الصحي
	.425												مسئولية تدبير مكان الحجر الصحي لم تكن مرهقة لي
.765													أظن ان الكثير من الناس قد عانوا من الحجر الصحي أكثر مما عانيت
.530													لم أكن أفكر خلال الحجر الصحي فقط في كيف اقضي يومي وإنما أيضا في ما بعد الحجر الصحي

تم استخدام مصفوفة تدوير العوامل والذي بلغت قيمة Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy 0.823 وهي قيمة مرتفعة، وبإجراء اختبار Bartlett's Test of Sphericity بلغت قيمته

2848.038 , P=0.01 ووفقا لمصفوفة العوامل بعد التدوير لعدد 42 عبارة تم إعادة تسميتها كما هي موضحة

بالجدول أعلاه. وبحساب الانحراف المعياري وقيم المتوسطات للعبارات كشفت النتائج عن أن عبارة "كان لدي إحساس بأني مسؤول عن التزام أفراد أسرتي بحدود مجال الحجر الصحي" احتلت المرتبة الأولى، يليها عبارة "قد أصبحت أكثر اهتماما بعائلتي في وضعية الحجر الصحي" في المرتبة الثانية، وعبارة "الحجر الصحي علمني ان اثق كثيرا في افراد عائلتي وأن يتقوا بدورهم في" تقع في المرتبة الثالثة ويليهما عبارة "أعتقد أن موافقي تجاه نفسي في وضعية الحجر الصحي كانت إيجابية مقارنة بالآخرين" بالمرتبة الخامسة.

### جدول (3) الخصائص الديموجرافية للعينة

الخصائص الديموجرافية للعينة	ك	%	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط
النوع					
ذكور	32	19.9			
إناث	129	80.1			

الخصائص الديموجرافية للعينة	ك	%	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط
العمر			24.813	10.827	20.00
18-23	117	72.7			
24-29	13	8.1			
30-35	7	4.3			
36-41	5	3.1			
42-47	15	9.3			
53 فأكثر	4	2.5			
18-23	117	72.7			
24-29	13	8.1			
الحالة الزوجية					
متزوج	27	16.8			
اعزب	134	83.3			
مطلق	1	.6			
المستوى التعليمي			1.58	0.946	1.00
طالب جامعي	104	64.6			
حاصل على مؤهل عالي	36	22.4			
دراسات عليا	7	4.3			
حاصل على الدكتوراه	13	8.1			
مؤهل فوق المتوسط	1	.6			
منطقة السكن					
حضر	137	85.1			
ريف	24	14.9			
طبيعة المسكن					
شقة فى عمارة	101	62.7			
سكن اقتصادى	13	8.1			
فيلا	4	2.5			
منزل مستقل	43	26.7			
اجمالي العينة	161	100%			

بلغ متوسط العمر بالعينة 24.8 سنة بانحراف معيارى 10.8. عدد الإناث المشاركات (132 مقابل 32 من الذكور). متوسط العمر بين عينة الذكور 30 عاما بانحراف معيارى 14.7 وتباين قيمته 214. ومتوسط العمر بين الإناث 19 عاما بانحراف معيارى 7.98 وتباين قيمته 63.7. وباستخدام كا<sup>2</sup> كشفت النتائج عن عدم وجود علاقة بين المهنة وجميع محاور البحث أى أن طبيعة المهنة أو الوظيفة لا صلة لها بقدرة الأفراد على تحقيق التنمي الذاتية أو

التواصل الخارجى أو تحمل المسؤولية تجاه المحيطين ..الخ من المحاور، وهذا يتفق مع نتائج دراسة وفاء عبد الواحد (Abdel Wahed et al., 2020) حينما أشارت نتائج دراستها الى وجود مستوى معقول من المعرفة لدى المشاركين بغض النظر عن وظيفتهم.

## 7-2- نتيجة اختبار الفرض الأول وينص على: "تساهم وضعية الحجر الصحي فى تحقيق الأفراد للتنمية الذاتية":

تم وضع ميزان تقدير لمقياس ليكرت المستخدم لتقدير مستويات درجات المحور الأول "التنمية الذاتية" لعدد 10 عبارات بعد أن تم حساب قيم المتوسط والوسيط والانحراف المعياري . كشفت النتائج عن ارتفاع مستوى تمكن الفرد من تحقيق أهدافه وقدرته على استخدام سياق الحجر الصحي فى تعلم أشياء جديدة والتخطيط لمشروعات مستقبلية وتطوير العلاقة مع افراد الأسرة وتغيير فى الشخصية، بينما اعتقاده بأن وضعية الحجر الصحي أدت الى تقوية شخصيته جاء "متوسطاً".

### جدول (4) ميزان تقديرى لمقياس ليكرت السباعى

المستوى	طول الفترة	اعلى قيمة	أدنى قيمة
منخفض	0.875	1.857	1
	0.847	2.714	1.867
	0.847	3.571	2.724
متوسط	0.848	4.429	3.581
مرتفع	0.847	5.286	4.439
	0.847	6.143	5.296
	0.847	7	6.153

يشير الجدول التالى الى ترتيب العبارات المُشكلة لمحور التنمية الذاتية، إحتلت العبارات قبلت كون وضعية الحجر الصحي تطلبت منى تغيير عدد من العادات" المرتبة الأولى فى ترتيب عبارات المقياس بنسبة 35.5% من العينة موافقة تماما، يليها شكلت وضعية الحجر الصحي تجربة جديد مفيدة جعلتنى أغير تفكيرى حول ذاتى والعالم" بنسبة 35.5% موافق تماما، يليها فى المرتبة الثالثة" تمكنت من الحفاظ على علاقة وثيقة مع أفراد أسرتى فى وضعية الحجر الصحي " بنسبة 19.9% موافق تماما. ومن العوامل التى تسهم فى تعزيز التغيير الايجابى فى تطوير الفرد لنفسه خلال وضعية الحجر الصحي هى "التواصل الخارجى" عبر وسائل التواصل الاجتماعى، فقد أثبتت بعض الدراسات مثل دراسة روجييري بايطاليا (Ruggieri et al., 2021) ودراسة (Ferreira et al., 2021) عن تأثير الحجر الصحي على جودة الحياة فى البرتغال، ودراسة (Mastorci et al., 2021) على عينة من المراهقين طلاب بايطاليا إذ أثبتوا التزامهم بحمية غذائية صحية خلال فترة تعليق الدراسة جراء إنتشار فيروس كورونا.

جدول (5) المتوسط المرجح لعبارات المحور الأول (التنمية الذاتية)

العبارة	المقياس	موافق تماما 7=	موافق الى حد 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد 2=	غير موافق تمام=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة	
تمكنت من وضع أهداف حياتية جديدة أثناء فترة الحجر الصحي	ك %	32	37	35	21	12	12	12	4.81	1.813	مرتفع	25	
كان الحجر الصحي سياقاً مفيداً لتنمية الذات بتعلم أشياء جديدة	ك %	38	39	33	21	12	10	8	5.00	1.735	مرتفع	19	
شكلت وضعيات الحجر الصحي مناسبة لي للتخطيط لعدد من المشاريع وللعمل على تحقيقها	ك %	28	27	38	28	19	15	6	5.409	1.663	مرتفع	22	
حاولت تطوير مشروع ذاتي في وضعيات الحجر الصحي	ك %	27	26	39	22	21	7	19	4.490	2.012	مرتفع	37	
لدي إحساس بكوني تطورت نحو الأحسن خلال الحجر الصحي	ك %	32	34	30	25	15	11	14	4.66	1.883	مرتفع	30	
أعتقد أن وضعيات الحجر الصحي قوت شخصيتي	ك %	36	36	26	27	17	8	11	4.75	1.850	متوسط	28	
قبلت كون وضعيات الحجر الصحي تطلبت مني تغيير عدد من العادات	ك %	41	27	52	17	7	13	4	5.335	1.569	مرتفع	7	
كانت لدي رغبة في القيام بتغييرات في شخصيتي أثناء وضعيات الحجر الصحي	ك %	50	43	33	11	6	9	9	5.31	1.700	مرتفع	15	
تمكنت من الحفاظ على علاقة وثيقة مع أفراد أسرتي (زوجي، زوجتي، والدي، أبنائي، ...) في وضعيات الحجر الصحي	ك %	32	37	35	21	12	12	12	5.42	1.675	مرتفع	13	
شكلت وضعيات الحجر الصحي تجربة جديدة مفيدة لي جعلتني أغير طريقة تفكيري حول ذاتي والعالم	ك %	54	25	40	22	8	6	6	5.40	1.6638	مرتفع	12	
المتوسط العام للمحور الأول										0.90	4.6		

تقع قيمة أعلى متوسط 5.42 للعبارة " تمكنت من الحفاظ على علاقة وثيقة مع أفراد أسرتي (زوجي، زوجتي، والدي، أبنائي، ...) في وضعية الحجر الصحي" ويعبر هذا عن ارتفاع قدرة الفرد في وضعية الحجر الصحي على الحفاظ على العلاقة الوثيقة مع أفراد أسرته لدى غالبية 19.9% من الموافقين بشدة على هذه العبارة و23% من الموافقين عليها إلى حد ما. وبلغ أدنى متوسط وقيمه 4.66 للعبارة " لدي إحساس بكوني تطورت نحو الأحسن خلال الحجر الصحي" وهذا يتفق مع نتيجة دراسة (الضوى، 2021) والتي أجريت بمدينة جدة على 150 أسرة وخرجت بأن تعلم أفراد العينة مهارات جديدة مفيدة في حياته وعمله احتلت المرتبة السادسة بمتوسط وقع بين 4.01-4.48.

7-3- نتيجة اختبار نص الفرض: " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفراد في الاستفادة من وضعية الحجر الصحي طبقا للعمر والمستوى التعليمي والحالة الزوجية":

يشير الجدول (6) الى قيم معامل بيرسون لمحاور (التنمية الذاتية - التأثير بالآخرين - التواصل الأسرى - إدراك الذات - الخوف - تحقيق الهدف - إدارة المخاطر) وعلاقتها الارتباطية بمتغير العمر:

جدول (6) علاقة متغير العمر بمحاور البحث (قيم معامل بيرسون)

المحور	قيمة بيرسون	المحور	قيمة بيرسون
التنمية الذاتية	0.000	التأثر بالآخرين	0.010
التواصل الأسرى	0.048	تحقيق الهدف	0.013
إدراك الذات	0.011	إدارة المخاطر	0.027
الخوف	0.020		

تبين باستخدام اختبار  $\chi^2$  وجود علاقة دالة جوهريّة بين العمر و7 محاور من محاور المقياس ال13، والمحاور السبعة هي: التنمية الذاتية والتنمية الذاتية وإدراك الذات والخوف والتأثر بالآخرين وتحقيق الهدف وإدارة المخاطر بقيم معنوية على التوالي 0.000 و 0.048 و 0.011 و 0.020 و 0.010 و 0.013 و 0.027 و  $0.05 > 0.05$  ، أى توجد فروق دالة بحسب العمر لكل محور من المحاور السبعة السابق الإشارة إليها. وهذه النتيجة تتفق ما توصلت اليه دراسة Odetokun حينما أشارت للعلاقة الايجابية بين تأثير العمر على اتجاهات الأفراد المعرفية عن فيروس كورونا (2020 Abdelhafiz et al., ) (2020 Hager et al.,).

أما من حيث العلاقة بين المستوى التعليمي والتنمية الذاتية فقد بلغت قيمة معامل  $P < 0.05$  دالة معنوية عند 0.002 باستخدام كا<sup>2</sup> أى أنه توجد علاقة ارتباطية بين المستوى التعليمي للمبحوث وتحقيقه للتنمية الذاتية، وتتفق تلك النتيجة مع



ما توصلت اليه دراسة (Shahin & Hussien, 2020) في أن المستويات التعليمية بالدراسة التي أجريت على عينة من المصريين والسعوديين والأردنيين أثرت على مستوى المعرفة وتصورات المخاطر المتعلقة بـ COVID-19 ، وبالتالي تغير الشعور بالكفاءة الذاتية تجاه COVID-19. كما أن هناك علاقة دالة إحصائية وفروق تُعزى الى متغير الحالة الزوجية ومحور التنمية الذاتية بقيمة 0.013، بينما لم توجد علاقة بين الحالة الزوجية ومحاور المقياس الأخرى إذ أن جميع القيم عدا قيمة المحور الأول جاءت أعلى من 0.05.

4-4-نتيجة اختبار نص الفرض: " توجد علاقة ارتباطية بين العمر ومحاور (التواصل الأسرى- إدراك الذات-المسئولية تجاه الأسرة-التأثر بالمحيطين-تحقيق الأهداف- التواصل الخارجى-الإنعزالية-الاستقلالية-إدارة المخاطر-الخوف من الآخرين-التعبير عن الرأى-الحياة المستقبلية):"

جدول (7) قيم كا<sup>2</sup> للعلاقة بين العمر ومحاور البحث

المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>	المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>	المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>
التواصل الأسرى	0.048	التأثر بالمحيطين	0.010	التعبير عن الرأى	0.590
إدراك الذات	0.011	إدارة المخاطر	0.027	الحياة المستقبلية	0.559
المسئولية تجاه الأسرة	0.120	الخوف من الآخرين	0.020	الاستقلالية	0.550
تحقيق الأهداف	0.013			التواصل الخارجى	0.637
				الإنعزالية	0.330

كشفت النتائج عن وجود علاقة بين العمر ومحاور التواصل الأسرى وإدراك الذات والمسئولية تجاه الأسرة وتحقيق الأهداف والتأثر بالمحيطين وإدارة المخاطر والخوف من الآخرين بقيم دالة إحصائية بقيمة معنوية  $> 0.05$  وهى على التوالي 0.048، 0.011، 0.013، 0.010، 0.027، 0.020. بينما لا توجد علاقة بين العمر ومحاور التعبير عن الرأى والنظرة الى الحياة المستقبلية والاستقلالية والتواصل الخارجى والانعزالية بقيمة  $p > 0.05$  هى على التوالي 0.059، 0.559، 0.550، 0.637، 0.330 أى أن نظرة المبحوث المستقبلية للحياة وقدرته على تحقيق التواصل خارج إطار الإنعزالية وقدرته التعبيرية عن نفسه لا تتأثر بعمره.

جدول (8) التكرارات والنسب والمتوسط المرجح لعبارات المحور الثانى(التواصل الأسرى)

العبارة	موافق تماما 7=	موافق الى حد ما 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد ما=2	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
ك % قد أصبحت أكثر اهتماما بعائلتي في	72	18	45	18	-----	3	5	5.9006	1.39734	مرتفع	2
	44.7	11.2	28.0	11.2		1.9	3.1				

وضعية الحجر الصحي	ك %	41	30	41	19	9	10	11	5.0807	1.80269	مرتفع	24
قد استمعت كثيرا بالحوارات والمحادثات مع أفراد عائلتي في وضعية الحجر الصحي	ك %	25.5	18.6	25.5	11.8	5.6	6.2	6.8	5.0807	1.80269	مرتفع	24
أعتقد ان أفراد أسرتي أدركوا في وضعية الحجر الصحي أنني انسان معطاء بسخاء وخدم	ك %	26.1	24.8	21.1	13.0	3.7	7.5	3.7	5.1925	1.61057	مرتفع	10
نتيجة المحور الثاني												
									4.9	1.19		

بتحليل قيم متوسطات عبارات محور التواصل الأسرى تبين ارتفاع اتجاه مفردات العينة نحو الاهتمام بشئون الأسرة وإقامة حوار ايجابي فعال مع الأسرة وإدراكهم لعطاءهم بقيمة 4.9 لمجمل عبارات المحور. ونلاحظ من الجدول السابق أن غالبية العينة بنسبة 44.7% وافقت تماما على العبارة " قد أصبحت أكثر اهتماما بعائلتي في وضعية الحجر الصحي" وشغلت المرتبة الأولى بين عبارات محور التواصل الأسرى بمتوسط حسابي قدره 5.9، وهذا يتفق مع نتائج دراسة الزغبى (El-Zoghby et al., 2020) و (Pietrabissa et al., 2021) والتي أكدت على أن الدعم الأسرى والاهتمام والعطاء يرتفع ويتزايد خلال فترة الإغلاق أعقاب انتشار الجائحة كما أشار أولياء الأمور خاصة الإناث المتزوجات.

#### جدول (9) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور السابع (التواصل الخارجى)

العبرة	المقياس	موافق تماما =7	موافق الى حد ما=6	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد ما=2	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبرة
حاولت الخروج من مكان الحجر الصحي اعتمادا	ك %	46.0	16.1	24.8	5.0	2.5	1.2	4.3	5.84	1.55	مرتفع	5

على الهاتف/ شبكات التواصل الاجتماعي	ك %	41	30	38	21	10	9	12	5.01	1.83	مرتفع	27
حاولت إيجاد متنفس داخل مكان الحجر الصحي		25.5	18.6	23.6	13.0	6.2	5.6	7.5				
نتيجة المحور									5.5	1.20		

تشير قيم متوسطات عبارات محور التواصل الخارجي الى ارتفاع ملحوظ عن قيم متوسطات المحاور الأخرى، فالاعتماد على التواصل الخارجي باستخدام الهاتف المحمول، واستمرار التواصل عبر وسائل التواصل الاجتماعي كمتنفس اجتماعي من وضعية الحجر الصحي جاء مرتفعا بين مفردات العينة خاصة، إذ أن 46% من العينة وافقت تماما على العبارة "حاولت الخروج من مكان الحجر الصحي اعتمادا على شبكات التواصل الاجتماعي" وافقت عليها أيضا 24.8% من العينة ووافقت عليها أيضا "الى حدما" نسبة 16.1%. وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية باستخدام  $\chi^2$  بين نوع المسكن ومحور التواصل الخارجي قيمتها  $0.000 < 0.05$  أى أن هناك علاقة دالة احصائيا وذات دلالة معنوية بين تمكن المبحوث من التواصل الخارجي ونوع مسكن المبحوث (شقة مستقلة-فيلا- شقة بعمارة سكنية- سكن اقتصادي).

#### جدول (10) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الثامن (الإنعزالية)

العبارة	المقياس	موافق تماما =7	موافق الى حد ما =6	موافق =5	محايد =4	غير موافق =3	غير موافق الى حد ما =2	غير موافق تماما =1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
لم أحس بالوحدة ولم أنعزل عن الآخرين وعن أقاربي (خارج البيت) في وضعية الحجر الصحي	ك %	27	23	35	15	22	18	21	4.30	2.07	متوسط	40
		16.8	14.3	21.7	19.3	13.7	11.2	13.0				
إهتمت بإدارة مجال السكن في وضعية	ك %	41	37	37	19	10	6	11	5.08	1.783	مرتفع	23
		25.5	23.0	23.0	11.8	6.2	3.7	6.8				

الحجر الصحي															
أنشطتي اليومية في وضعية الحجر الصحي بدت لي غالبا مهمة ومنتجة	ك %	30	29	37	28	9	18	9	5.6	11.2	5.6	17.4	20.0	28.0	18.6
مرتفع	21	1.751	4.78	9	5.6	11.2	5.6	17.4	20.0	28.0	18.6				

تشير نتائج حساب المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات محور الإنعزالية الى ارتفاع نسبي في مجال اهتمام مفردات العينة بـ إدارة شئون المسكن وممارسة الأنشطة اليومية" إذ اتفقت الى حد ما 28% من العينة على تلك العبارة، كما احتلت تلك العبارة المرتبة الأولى بين عبارات محور "الإنعزالية"، ولم يشعر أفراد العينة بالإنعزالية عن الآخرين أو الوحدة بدرجة متوسطة علماً بأنه قد تم حساب العبارة السلبية بالمحور بطريقة عكسية. وتشير النتائج أيضا الى ارتفاع نسب الموافقين تماما والموافقين الى حد ما مع عبارات لم أحس بالوحدة ولم أعزل عن الآخرين"، وكذا عبارة أنشطتي اليومية في وضعية الحجر الصحي بدت لي مهمة ومنتجة".

#### جدول (11) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور التاسع (الاستقلالية)

العبارة	موافق تماما =7	موافق الى حد ما =6	موافق =5	محايد =4	غير موافق =3	غير موافق الى حد ما =2	غير موافق تماما =1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
تعامل الآخرين مع الحجر الصحي لم يؤثر على تعاملي معه	25	15.5	30	18	15	17	15	4.5901	1.89563	مرتفع	31
أعتبر نفسي مستقلا عن الآخرين. لهذا أستطيع، في وضعية الحجر الصحي، الانزواء عن	25	15.5	39	23	14	20	8	4.6584	1.71430	مرتفع	16

												الأخري دون مشاكل
		1.63	4.6	نتيجة المحور التاسع								

تشير نتائج تحليل متوسطات عبارات محور " استقلالية مفردات العينة والإنزواء عن الآخرين" بارتفاع نسبي إذ لم تؤثر وضعية الآخرين أثناء الحجر الصحي على استقلالية المبحوثين في التعامل بشكل مختلفة دون إثارة مشاكل إذ أن غالبية العينة 25.5% وافقت على عبارة *تعامل الآخرين مع الحجر الصحي لم يؤثر على تعاملهم معه* ويمكننا تفسير ذلك في ضوء أن إدراك المخاطر ظاهرة معقدة للغاية تتشكل بناءً على خبرة الناس ومعتقداتهم (فيديريتشي، 2020) لذلك قد يبدو موقفا اجتماعيا ما بالنسبة لفئة اجتماعية سياقاً محفوفاً بالمخاطر وقد يبدو لفئة أخرى نشاطاً غير خطير بالمرة ذلك لأنها لا تمتلك نفس المعتقدات، نظراً لأن قرار الامتثال أو قبول أو رفض المخاطر يتم إنشاؤه اجتماعياً إلى حد كبير داخل المجموعة التي تنتمي إليها تلك الفئة.

### جدول (12) نتيجة المحور العاشر (إدارة المخاطر)

العبارة	المقياس	موافق تماماً 7=	موافق إلى حد ما 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق إلى حد ما=2	غير موافق تماماً=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
علاقتي بالآخرين لم تصبح مشوبة بالحذر بسبب كوفيد والحجر الصحي	ك %	28	30	33	20	13	23	14	4.55	1.88	مرتفع	29
لم أحاول أن أفرض على المحجورين معي قواعد لاستعمال مكان الحجر الصحي	ك %	30	31	34	20	21	17	8	4.65	1.83	مرتفع	26

تشير نتائج قيم حساب قيم متوسطات محور عبارات إدارة المخاطر إلى ارتفاع نسبي تجاه إدارة وضعية الحجر الصحية بمرونة ويُسر بين أفراد العينة والأفراد المحجورين معهم.

جدول (13) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الحادى عشر (الخوف من الآخرين)

العبارة	المقياس	موافق تماما 7=	موافق الى حد ما 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد ما=2	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
لم أنزعج من كيفية استعمال المحجورين معي لفضاء الحجر الصحي	ك %	28	15	31	29	21	22	15	4.32	1.96	متوسط	34
		17.4	9.3	19.3	18.0	13.0	13.7	9.3				

تم حساب العبارة السلبية بالمحور الحادى عشر بطريقة عكسية، وتشير نتائج حساب متوسطات عبارات محور الخوف من الآخرين الى درجة متوسط اتجاه العينة نحو الانزعاج من الآخرين الموجودين بوضعية الحجر الصحي. 5-7-نتيجة اختبار فرض: توجد علاقة ارتباطية بين الحالة الزوجية ومحاور (التواصل الأسرى-المسئولية تجاه الأسرة- والتأثر بالمحيطين-الحياة المستقبلية):

جدول (14) قيم كا<sup>2</sup> للعلاقة بين الحالة الزوجية والمحاور المختارة

المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>	المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>
التواصل الأسرى	0.275	إدراك الذات	.004
المسئولية تجاه الأسرة	.096	الخوف	0.000
التأثر بالآخرين	.534		
الحياة المستقبلية	0.845		
التنمية الذاتية	.013		

لا توجد علاقة دالة احصائيا بين الحالة الزوجية ومحاور التواصل الأسرى والمسئولية تجاه الأسرة والتأثر بالمحيطين والحياة المستقبلية والتنمية الذاتية إذ أن قيم معامل بيرسون على التوالي 0.275 ، 0.096 ، 0.534 ، 0.845 ، 0.13 ، أى أن جميع القيم < 0.05 وبالتالي يتحقق الفرض الصفري ولا نتبع الفرض البديل. بينما بتحليل العلاقة باستخدام Chi<sup>2</sup> بين الحالة الزوجية مع محورى إدراك الذات والخوف بقيم P<0.05 بلغت على التوالي 0.004 و 0.000.

## جدول (15) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الخامس (التأثر بالمحيطين)

العبارة	المقيا س	مواف ق تماما 7= 6=	مواف ق الى حد 6=	مواف ق الى حد 2=	غير مواف ق الى حد 2=	غير مواف ق الى حد 2=	غير مواف ق الى حد 2=	محايد 4	مواف ق الى حد 6=	مواف ق الى حد 6=	الاتحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
أنق في وجهة نظري حول كوفيد رغم المشككي ن	ك %	48 29.8	22 13.7	16 9.9	6 3.7	18 11.2	18 11.2	33 20.5	22 13.7	48 29.8	2.0860 6	مرتفع	41
لم أتأثر كثيرا بآراء الناس في كوفيد- 19	ك %	23 14.3	26 16.1	19 11.8	19 11.8	19 11.8	19 11.8	30 18.6	26 16.1	23 14.3	2.0459 0	متوس ط	38
لم أهتم بمواقف أصدقائي وعائلي من تصرفاتي إزاء كوفيد	ك %	49 30.4	17 10.6	16 9.9	16 9.9	16 9.9	16 9.9	19 11.8	26 16.1	17 10.6	6.873 6	مرتفع	42

كشفت نتائج تحليل متوسطات عبارات محور التأثر بالمحيطين عن ارتفاع مستوى ثقة مفردات العينة في وجهة

نظرهم حول فيروس كورونا رغم تشكيك الآخرين فيها، واحتلت العبارة "لم أتأثر كثيرا بآراء الناس في كوفيد-19" المرتبة الأولى بين عبارات محور "التأثر بالمحيطين". وتجدر الإشارة الى حساب العبارة السلبية "لم أهتم بمواقف أصدقائي وعائلي من تصرفاتي إزاء كوفيد" بطريقة عكسية وباستخراج المتوسط والانحراف المعياري نجد أن اتجاه العينة جاء مرتفعا.

7-7-نتيجة اختبار الفرض: ينص الفرض على " توجد علاقة بين المستوى التعليمي ومحاور (إدراك الذات-تحقيق

الأهداف-المسئولية تجاه الأسرة-التعبير عن الرأي-الحياة المستقبلية):

تم حساب قيمة معامل  $\chi^2$  لكل محور لإيجاد العلاقة الارتباطية بين كل محور والمستوى التعليمي للعينة، ويشير

الجدول التالي إلى أنه لا توجد علاقة دالة احصائيا بدلالة معنوية قيمتها 0.62، 0.536، 0.0.264، 0.594، 0.212

على التوالي بين المستوى التعليمي ومحاور الحياة المستقبلية وتحقيق الأهداف وإدراك الذات وتحمل المسؤولية والتعبير عن الرأي لأن قيم الدوال  $< 0.05$ .

جدول (16) نتائج اختبار كا<sup>2</sup> العلاقة بين المستوى التعليمي وبعض المحاور المختارة

المحور	قيمة بيرسون كا <sup>2</sup>
الحياة المستقبلية	0.62
تحقيق الأهداف	.536
إدراك الذات	.264
تحمل المسؤولية	.594
التعبير عن الرأي	.212

يوضح الجدول التالي إلى أن العبارة "أعتقد أن موافقي تجاه نفسي في وضعية الحجر الصحي كانت إيجابية مقارنة بالآخرين" احتلت المرتبة الأولى بين عبارات محور إدراك الذات باتجاه مرتفع بقيم تراوحت بين 4.43 إلى 6.15 نحو الموافقة، إذ اتفق 26.7% من العينة عليها بالإضافة إلى 23% موافقون تماما.

جدول (17) نتائج المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الثالث (إدراك الذات أثناء الحجر الصحي)

العبارة	المقيا س	مواف ق تماما 7=	مواف ق الى حد ما=6	موافق= 5	محايد= 4	غير موافق= 3	غير مواف ق الى حد ما=2	غير موافق تماما= 1	المتوس ط	الانحرا ف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
لا أحس بأي خيبة من كوفيد والحجر الصحي فهما لم يعرفلا حياتي ومشاريع ي	ك %	18 11.2	19 11.8	22 13.7	27 16.8	25 15.5	20 12.4	30 18.6	2.297	2.769	منخفض	36
كنت أنظر لنفسي بثقة وإيجابية في وضعية الحجر الصحي	ك %	41 25.5	34 21.1	36 22.4	18 11.2	9 5.6	16 9.9	7 4.3	5.08	1.721	مرتفع	18
أعتقد أن موافقي	ك %	37	43	44	20	4	8	5	5.31	1.467	مرتفع	4



				3.1	5.0	2.5	12.4	27.3	26.7	23.0		تجاه نفسي في وضعية الحجر الصحي كانت إيجابية مقارنة بالآخرين
39	متوسط	2.048	3.80	26 16.1	22 13.7	30 18.6	20 12.4	21 13.0	20 12.4	22 13.7	ك %	محدودية فضاء الحجر الصحي لم يولد لدي إحساسا بالإحباط
8	مرتفع	1.585	5.34	6 3.7	15 9.3	3 1.9	15 9.3	43 26.7	34 21.1	45 28.0	ك %	ظلت علاقتي مع ذاتي إيجابية رغم الحجر الصحي
9	مرتفع	1.586	5.68	5 3.1	6 3.7	6 3.7	15 9.3	45 28.0	19 11.8	65 40.4	ك %	عندما أقارن نفسي بالأصدقاء والمعارف وما حدث لهم في وضعية الحجر الصحي، أشعر بالرضا والارتياح حيال نفسي

تم حساب العبارة العكسية " لا أحس بأي خيبة من كوفيد والحجر الصحي فهما لم يعرفا حياتي ومشاريعي" وباستخراج قيمة المتوسط والانحراف المعياري نلاحظ اتجاه العينة المنخفض بقيم أقل من 3.571 . مقابل ارتفاع الإحساس بالثقة، واتخاذ مواقف إيجابية مقارنة بالآخرين، والشعور بالرضا حيال نفسه بقيم مرتفعة تقع بين 5.28-7، إلا أن محدودية فضاء الحجر الصحي ولدت بدرجة متوسط إحساساً بالإحباط لدى مفردات العينة بقيمة أقل من 4.429. وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسة (الضوى، 2021) حيث أن الأفراد بعينة الدراسة تعاملوا بإيجابية كبيرة في ضوء إجراءات العزل الصحي.

جدول (18) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الرابع (المسئولية تجاه الأسرة)

العبارة	موافق تماما 7=	موافق الى حد ما 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد ما=2	غير موافق تماما=1	الوسيط	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
كان لدي إحساس بأني مسؤول عن التزام أفراد أسرتي بحدود مجال الحجر الصحي	85 52.8	17 10.6	37 23.0	15 9.3	-----	4 2.5	3 1.9	7.0	6.06	1.304	مرتفع	1
.عندما أنظر الى حالتي النفسية في الحجر الصحي والآن فأني أحمد الله كثيرا على حالتي الراهنة	48 29.8	22 13.7	33 20.5	18 11.2	16 9.9	6 3.7	18 11.2	7.0	5.83	1.632	مرتفع	11
الحجر الصحي علمني ان اتق كثيرا في أفراد عائلتي وأن يتقوا بدورهم في	55 34.2	26 16.1	46 28.6	21 13.0	1 0.6	9 5.6	3 1.9	6.0	5.633	1.403	مرتفع	3
نتيجة المحور الرابع												
										1.39	5.04	

كشفت النتائج عن ارتفاع نسبي في اتجاه العينة نحو المسئولية تجاه الأسرة، بحساب المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات محور المسئولة تجاه الأسرة. حيث احتلت العبارة الاحساس بالمسئولية تجاه أفراد الأسرة والالتزام بحدودي" المرتبة الأولى بين عبارات المقياس كله، بما يتفق مع ما أشارت اليه دراسة وفاء عبدالواحد ( Abdel Wahed et al., 2020) بأن انتقال عدوى SARS-COV-2 تنتقل من شخص لآخر عن طريق الاتصال الوثيق (في حدود 6 أقدام تقريباً) عبر إفرازات الجهاز التنفسي، ونظراً لانتشار المعرفة عن وسائل انتقال العدوى بالفيروس فإن أفراد الأسر الأصحاء والمرضى أصبحوا مسئولين مسئولية متبادلة في هذا الشأن. كما تتفق تلك النتيجة أيضا مع دراسة (أ. ز. ا. أ.

ابراهيم، 2020) بشعور المبحوثين بالمسئولية الجماعية تجاه مكافح فيروس كورونا وأن كل فرد بالأسرة مسئول عن ذلك عن طريق اتباع 7 ممارسات داخل المنزل بمتوسط مرتفع نسبيا (3.7 لأقل من 4.2).

تحقق الفرض الصفري للعلاقة بين متغير العمر ومحور المسئولية إذ أن قيمة كاي تربيع بلغت 0.120 ولا توجد علاقة بين هذين المتغيرين. كما لا توجد علاقة بين متغير العمر ومحور التواصل الخارجى مع الآخرين بقيمة معنوية 0.637 ، أيضا لا توجد علاقة بين متغير العمر والعزلة بدلالة قيمتها 0.330 ، أيضا لا توجد علاقة بين متغير العمر ومحور الاستقلالية قيمة كاي تربيع بلغت 0.550 ، ولا توجد علاقة بين متغير العمر ومحور التعبير عن الرأى بدلالة قيمتها 0.590 ومحور التصورات نحو المستقبل بعد انقضاء فترة الحجر الصحى بدلالة قيمتها 0.599 .

**جدول (19) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور السادس (تحقيق الأهداف)**

العبارة	المقياس	موافق تماما 7=	موافق الى حد ما 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد ما=2	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
الإحساس بوجود هدف في حياتي ظل قائما رغم الحجر الصحي	ك %	58	23	45	15	6	6	8	5.52	1.68	مرتفع	14
لست واحدا من الناس الذين عاشوا بدون هدف في وضعية الحجر الصحي	ك %	11	15	16	15	31	31	42	6.240	6.765	مرتفع	32
لم أشعر أن حياتي قد توقفت في وضعية الحجر الصحي وأن لا داعي للتخطيط لأي هدف	ك %	31	28	29	18	21	17	17	5.428	3.835	مرتفع	35
		36.0	14.3	28.0	9.3	3.7	3.7	5.0				
		6.8	9.3	9.9	9.3	19.3	19.3	26.1				
		19.3	17.4	18.0	11.0	13.0	10.6	10.6				

نظرا لوجود عبارتين سلبيتين بهذا المحور تم حسابهما بطريقة عكسية، وهما العبارة 2و3 (لست واحدا من الناس الذين عاشوا بدون هدف في وضعية الحجر الصحي، لم أشعر أن حياتي قد توقفت في وضعية الحجر الصحي وأ لا داعي للتخطيط لأي هدف). وبتحليل المتوسطات والانحراف المعياري تبين وجود اتجاه مرتفع بين 5.42 و 5.52 لدى مفردات

العينة بالتأكيد على وجود هدف في الحياة رغم وضعية الحجر الصحي، كما احتلت عبارة "الإحساس بوجود هدف في حياتي ظل قائما رغم الحجر الصحي" المرتبة الأولى بين عبارات محور تحقيق الأهداف.

جدول (20) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الثاني عشر (التعبير عن الرأي)

العبارة	المقياس	موافق تماما 7=	موافق الى حد 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد 2=	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
لم يكن يصعب عليّ التعبير عن موافقي إزاء كوفيد وإزاء الحجر الصحي	ك %	8	18	6	24	36	29	40	4.32		منخفض	17
مسئولية تدبير مكان الحجر الصحي لم تكن مرهقة لي	ك %	29	29	22	24	24	20	13	4.32	1.92	متوسط	33

24.8% من العينة لم يوافقوا تماما على عبارة أنه "لم يكن صعب عليهم التعبير عن رأيهم واتجاهاتهم أمام الآخرين

عن كوفيد-19 ، وإذا أضفنا عدد من أجابوا "لا أوافق" سيرتفع عدد المعارضين الى 49.2% من إجمالي العينة.

جدول (21) نتيجة المتوسطات والانحراف المعياري لعبارات المحور الثالث عشر (الحياة المستقبلية)

العبارة	المقياس	موافق تماما 7=	موافق الى حد 6=	موافق=5	محايد=4	غير موافق=3	غير موافق الى حد 2=	غير موافق تماما=1	المتوسط	الانحراف المعياري	اتجاه العينة	رتبة العبارة
أظن ان الكثير من الناس قد عانوا من الحجر الصحي أكثر مما عانيت	ك %	81	17	36	12	4	6	5	5.88	1.55	مرتفع	6
لم أكن أفكر خلال الحجر الصحي فقط في	ك %	10	8	6	16	46	27	48	5.88		منخفض	20

كيف أقضي يومي وإنما أيضا في ما بعد الحجر الصحي											
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

العبرة الأولى بالمحور سلبية لذا تم حسابها بطريقة عكسية ، واحتلت العبرة "أظن أن الكثير من الناس قد عانوا من الحجر الصحي أكثر مما عانيت" المرتبة الأولى بين عبارات محور الحياة المستقبلية إذ أن أغلبية العينة بنسبة 50.3% وافقوا تماما عليها، وكان اتجاه العينة مرتفعا في هذا السياق.

### ثامنا: مناقشة النتائج والتوصيات:

اهتمت الدراسة الراهنة بالتعرف على كيفية إدراك الأفراد وضعية الحجر الصحي وعلاقته بالتنمية الذاتية، وطبقت الدراسة الميدانية على 161 فردا معظمهم من الشباب بنسبة 69%، 80.1% من العينة إناث و19.8% ذكور، متوسط العمر بالعينة 24.8 سنة، ويسكن 85.1% منهم بالحضر، كما يسكن الغالبية بنسبة 61.5% في وحدة سكنية بعقار سكني، اغلب العينة بنسبة 64.6% طلابا جامعيين ولا يعملون. غالبية العينة بنسبة 83.2% غير متزوجين و16.77% متزوجين.

1- محور "التنمية الذاتية: كشفت نتائج التحليل العائلي عن أثر وضعية الحجر الصحي على قدرة المحجورين صحيا في تحقيق التنمية الذاتية كما هو موضح بالنقاط الآتية:

أ-احتلت العبرة " تمكنت من وضع أهداف حياتية جديدة أثناء فترة الحجر الصحي" المرتبة الأولى بقيمة معامل 0.798، ويليها في الرتبة الثانية عبارة " كان الحجر الصحي سياقاً مفيداً لتنمية الذات بتعلم أشياء جديدة" بقيمة 0.758، يليها في المرتبة الثالثة العبرة " شكلت وضعية الحجر الصحي مناسبة لي للتخطيط لعدد من المشاريع وللعمل على تحقيقها" بقيمة 0.677 ، ويليها في المرتبة الرابعة العبرة "حاولت تطوير مشروع ذاتي في وضعية الحجر الصحي" بقيمة 0.569، ويليها في المرتبة الخامسة عبارة "أعتقد أن موافقي تجاه نفسي في وضعية الحجر الصحي كانت إيجابية مقارنة بالآخرين" بالمرتبة الخامسة. ثم العبرة " لدي إحساس بكوني تطورت نحو الأحسن خلال الحجر الصحي" بالمرتبة السادسة بقيمة 0.550 ثم العبرة شكلت وضعية الحجر الصحي تجربة جديدة مفيدة لي جعلتني أغير طريقة تفكيري حول ذاتي والعالم " بالمرتبة السادسة بقيمة 0.514. ثم العبرة " أعتقد أن وضعية الحجر الصحي قوت شخصيتي" بقيمة 0.514 بالمرتبة السابعة. وأخيرا بالمرتبة الثامنة العبرة "قبلت كون وضعية الحجر الصحي تطلبت مني تغيير عدد من العادات" بقيمة 0.466.

ب- ارتفاع مستوى تمكن الفرد من تحقيق أهدافه وقدرته على استخدام سياق الحجر الصحي في تعلم أشياء جديدة والتخطيط لمشروعات مستقبلية وتطوير العلاقة مع افراد الأسرة وتغيير في الشخصية بينما اعتقاده بأن وضعية الحجر الصحي أدت الى تقوية شخصيته جاء "متوسطاً".

## 2- العلاقة بين الخصائص الديموجرافية ومحاور التحليل العاملى:

أ- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متغير العمر والمحاور التالية: التنمية الذاتية، وإدراك الذات، والخوف والتأثر بالآخرين، وتحقيق الهدف، وإدارة المخاطر، التواصل الأسرى، المسؤولية تجاه الأسرة عند مستوى معنوية  $0.05$ .

ب- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين نوع المسكن ومحور التواصل الخارجى.

ج- وُجدت علاقة ارتباطية دالة معنوية بين متغير التعليم و التنمية الذاتية عند مستوى معنوية  $>0.05$ . بينما لا توجد علاقة ارتباطية بين متغير المستوى التعليمى ومحاور الحياة المستقبلية وتحقيق الأهداف وإدراك الذات وتحمل المسؤولية والتعبير عن الرأى لأن قيم الدوال  $< 0.05$ .

د- لا توجد علاقة ارتباطية بين متغير العمر ومحاور التعبير عن الرأى والنظرة الى الحياة المستقبلية والاستقلالية والتواصل الخارجى والانعزالية بقيم  $<0.05$ ، أى أن نظرة المبحوث المستقبلية للحياة وقدرته على تحقيق التواصل خارج إطار الإنعزالية وقدرته التعبيرية عن نفسه لا تتأثر بعمره.

3- ارتفاع متوسط قيم عبارات محور "التواصل الخارجى" بالمقارنة بالمحاور الأخرى فالاعتماد على التواصل الخارجى باستخدام الهاتف المحمول، واستمرار التواصل عبر وسائل التواصل الاجتماعى كمتنفس اجتماعى من وضعية الحجر الصحي جاء مرتفعاً بين مفردات العينة خاصة.

4- ارتفاع نسبى لقيم متوسطات عبارات محور التواصل الأسرى أى الاهتمام بشئون الأسرة وإقامة حوار ايجابى فعال مع الأسرة وإدراكهم لعطاءئهم حيث احتلت العبارة "قد أصبحت أكثر اهتماماً بعائلتى فى وضعية الحجر الصحي" المرتبة الأولى بين عبارات محور التواصل الأسرى بمتوسط حسابى قدره  $5.9$ .

5- ارتفاع نسبى لقيم متوسطات عبارات محور "إدارة المخاطر" أى أن المبحوث تمكن من إدارة وضعية الحجر الصحي بمرونة ويُسر مع الأفراد المحجورين معه.

6- لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين الحالة الزوجية ومحاور التواصل الأسرى والمسؤولية تجاه الأسرة والتأثر بالمحيطين والحياة المستقبلية والتنمية الذاتية إذ أن قيم  $Chi^2 < 0.05$ .

7- ارتفاع قيم متوسطات عبارات محور "التأثر بالمحيطين" مما يدل على ارتفاع مستوى ثقة مفردات العينة في وجهة نظرهم حول فيروس كورونا رغم تشكيك الآخرين فيها، واحتلت العبارة "لم أتأثر كثيرا بآراء الناس في كوفيد-19" المرتبة الأولى بين عبارات محور "التأثر بالمحيطين".

8- محدودية فضاء الحجر الصحي ولدت بدرجة متوسطة إحساساً بالإحباط لدى مفردات العينة بقيمة أقل من 4.429.

9- احتلت العبارة *أظن أن الكثير من الناس قد عانوا من الحجر الصحي أكثر مما عانيت* المرتبة الأولى بين عبارات محور الحياة المستقبلية، وكان اتجاه العينة مرتفعاً. بينما جاء اتجاه العينة نحو العبارة "لم أكن أفكر خلال الحجر الصحي فقط في كيف اقضي يومي وإنما أيضا في ما بعد الحجر الصحي" منخفضة.

#### التوصيات:

إن إجراء تدخلات اجتماعية نفسية للمواطنين بشكل عام تحتاج الى اقتراح استراتيجيات أخرى تعمل على أبعاد متشابكة ومتداخلة (Fraenkel & Cho, 2020) ذلك أن استمرار بقاء جائحة كورونا هو تحدٍ لبقاء الإنسان، ولأن التأقلم والمرونة والتعايش مع وجود الجائحة يستلزم استعداد كافة الخبرات المتاحة في العقول من خلال بناء علاقات توفر السلام مُعززة التماسك الأسرى والمجتمعي، كما يوصى البحث بأهمية إيجاد استراتيجيات بديلة للمعالجين ومقدمي المشورة الأسرية الذين أضحت مهمتهم شاقة في محاولة الوصول للأشخاص ومساعدتهم حتى عبر الانترنت. من تلك الاستراتيجيات المقترحة:

- تأسيس منصات رقمية رسمية على شبكة الانترنت تتيح مادة تدريبية علمية فعالة مجانية تتناسب مع كل مرحلة عمرية لكل عضو من أعضاء الأسرة تتناول بالأنشطة التفاعلية سل تحقيق التنمية الذاتية وتنمية المهارات الشخصية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية باتباع منهجيات علمية بمقاييس عالمية.
- تفعيل دور مقدمي الدعم الأسرى بالريف والحضر من الأخصائيين الاجتماعيين والمتخصصين في مجال صحة الأسرة والعائلة، ونشر الخدمات المقدمة من قبلهم إعلامياً.

## Abstract

### The situation of quarantine and achieving self-development in light of the Corona pandemic Egypt

By Iman Nasri Dawood

The research aimed to identify the quarantine situation and individual's achievement of his future goals in order to achieve self-development in light of the spread of the Corona pandemic of 107 individuals (82 females, 25 males), of whom 25 are married and 81 are unmarried. Married, 79 have a university degree, 11 have a doctorate, 16 have a master's degree. 83.17% lives in urban areas and 16.8% of the rural population. Data were collected electronically through the use of the seven-point Likert scale (1 = completely disagree, 2 = disagree, 3 = somewhat disagree, 4 = agree, 5 = somewhat agree, 6=agree,7=totally agree). The scale contained topics related to the relationship with family members, use of the place, family responsibility during quarantine, social flexibility during that period, and also axes that measure their personal experiences during the home quarantine situation, self-development, and enhancing self-confidence. The descriptive-analytical approach was used in the methodological procedures. 21.3%, 36%, and 20.56, respectively could be independent and isolated from others without problems if they agreed with the phrase "I consider myself independent from others, for this, I can, in a quarantine situation Isolation from others without problems. Also, 36% of the sample did not fully agree with the statement "I did not care about the attitudes of my friends and family regarding my behavior towards Covid." And 20.56% of the sample did not fully agree with the phrase "the limited space of the quarantine did not generate a feeling of frustration for me."

---

<sup>1</sup> <https://www.who.int/countries/egy/>, seen 03/08/2022

<sup>2</sup> Prof.Hicham Khabbache, Director of lifelong learning Observatory (UNESCO/ USMBA), Applied Human Sciences Laboratory, Department of Psychology, Faculty of Arts and Human Sciences Fès Sais, Sidi Mohamed Ben Abdellah University, Fez, Morocco & Prof.Khalid Ouazizi, Applied Human Sciences Laboratory, Sidi Mohamed Ben Abdellah University, Fez, Morocco.

## REFERENCES

- Abdel Wahed, W. Y., Hefzy, E. M., Ahmed, M. I., & Hamed, N. S. (2020). Assessment of Knowledge, Attitudes, and Perception of Health Care Workers Regarding COVID-19, A Cross-Sectional Study from Egypt. *Journal of Community Health*, 45(6). <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00882-0>



- Abdelhafiz, A. S., Mohammed, Z., Ibrahim, M. E., Ziady, H. H., Alorabi, M., Ayyad, M., & Sultan, E. A. (2020). Knowledge, Perceptions, and Attitude of Egyptians Towards the Novel Coronavirus Disease (COVID-19). *Journal of Community Health, 45*(5). <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00827-7> .2
- Benke, C., Autenrieth, L. K., Asselmann, E., & Pané-Farré, C. A. (2020). Lockdown, quarantine measures, and social distancing: Associations with depression, anxiety and distress at the beginning of the COVID-19 pandemic among adults from Germany. *Psychiatry Research, 293*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113462> .3
- Carol Ryff's Model of Psychological Well-being The Six Criteria of Well-Being. (n.d.). <https://livingmeanings.com/six-criteria-well-ryffs-multidimensional-model/> .4
- El-Zoghby, S. M., Soltan, E. M., & Salama, H. M. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Social Support among Adult Egyptians. *Journal of Community Health, 45*(4). <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00853-5> .5
- Elgendy, M. O., El-Gendy, A. O., & Abdelrahim, M. E. A. (2020). Public awareness in Egypt about COVID-19 spread in the early phase of the pandemic. *Patient Education and Counseling, 103*(12). <https://doi.org/10.1016/j.pec.2020.09.002> .6
- Ferreira, L. N., Pereira, L. N., da Fé Brás, M., & Ilchuk, K. (2021). Quality of life under the COVID-19 quarantine. *Quality of Life Research, 30*(5). <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02724-x> .7
- Fraenkel, P., & Cho, W. L. (2020). Reaching Up, Down, In, and Around: Couple and Family Coping During the Coronavirus Pandemic. *Family Process, 59*(3). <https://doi.org/10.1111/famp.12570> .8
- Hager, E., Odetokun, I. A., Bolarinwa, O., Zainab, A., Okechukwu, O., & Al-Mustapha, A. I. (2020). Knowledge, attitude, and perceptions towards the 2019 Coronavirus Pandemic: A bi-national survey in Africa. *PLoS ONE, 15*(7 July). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236918> .9
- Mastorci, F., Piaggi, P., Doveri, C., Trivellini, G., Casu, A., Pozzi, M., Vassalle, C., & Pingitore, A. (2021). Health-Related Quality of Life in Italian Adolescents During Covid-19 Outbreak. *Frontiers in Pediatrics, 9*. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.611136> .10
- Medhat, M. A., & Kassas, M. El. (2020). COVID-19 in Egypt: Uncovered figures or a different situation? *Journal of Global Health, 10*(1). <https://doi.org/10.7189/JOGH.10.010368> .11
- Mostafa, A., Sabry, W., & Mostafa, N. S. (2020). COVID-19-related stigmatization among a sample of Egyptian healthcare workers. *PLoS ONE, 15*(12 December). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244172> .12
- Omar, S. S., Dawood, W., Eid, N., Eldeeb, D., Munir, A., & Arafat, W. (2021). Psychological and Sexual Health During the COVID-19 Pandemic in Egypt: Are Women Suffering More? *Sexual Medicine, 9*(1). <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2020.100295> .13
- Pietrabissa, G., Volpi, C., Bottacchi, M., Bertuzzi, V., Guerrini Usubini, A., Löffler-Stastka, H., Prevedar, T., Rapelli, G., Cattivelli, R., Castelnuovo, G., Molinari, E., & Sartorio, A. (2021). The impact of social isolation during the covid-19 pandemic on physical and mental health: The lived experience of adolescents with obesity and their caregivers. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph18063026> .14
- Ruggieri, S., Ingoglia, S., Bonfanti, R. C., & Lo Coco, G. (2021). The role of online social comparison as a protective factor for psychological wellbeing: A longitudinal study during the COVID-19 quarantine. *Personality and Individual Differences, 171*. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110486> .15

16. Shahin, M. A. H., & Hussien, R. M. (2020). Risk perception regarding the COVID-19 outbreak among the general population: a comparative Middle East survey. *Middle East Current Psychiatry*, 27(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-020-00080-7>
17. Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>
18. أبو عيشة، ز. ج. ن. (2020). عوامل البيئة الأسرية كمنبئات للسلوكيات الابتكارية لمواجهة العزلة الاجتماعية أثناء الحجر الصحي المنزلي لكوفيد 19. مجلة كلية التربية جامعة أسيوط، 36(7). <http://search.mandumah.com/Record/1085528>
19. ابراهيم، أ. ز. أ. أ. (2020). المعرفة بكوفيد-19 وتداعياته على الأسرة المصرية: بحث اجتماعي ميداني بمحافظة أسيوط. مجلة البحث العلمي في الآداب (العلوم الاجتماعية والإنسانية) العدد الواحد والعشرون.
20. ابراهيم، ب.، & ميلود، أ. (2020). جائحة كوفيد-19 وإرهاصات تحول ثلاثي المجال والرابط الاجتماعي والسلطة. مجلة الأكاديمية في البحوث للعلوم الاجتماعية، 1(2)
21. الخليفة، ف. ب. ع. ا. ب. ع. ا. (2020). نظرية التشكيل البنائي: ثنائية البناء والفعل: رؤية نظرية نقدية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 73(4)، 73-84.
22. الدين، ه. م. ب. (2021). القضايا الاجتماعية للتنمية المستدامة في مصر تحليل سوسيولوجي في ضوء الأهداف الإنمائية. مجلة وادي النيل للدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية والتربوية، 32، 631-12597632. <https://doi.org/10.1111/fcre.12597632>
23. السكافي، ف. أ. (2020). تكيف الأسرة مع الحجر الصحي المنزلي في زمن فيروس كورونا. مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، 63.
24. الضيع، ف. ع. م. (2020) فعالية برنامج إرشادي إلكتروني قائم على التعاطف مع الذات في خفض مستوى القلق متعدد الأوجه للحجر المنزلي لدى طلاب الجامعة أثناء جائحة كورونا <https://doi.org/10.12816/EDUSOHAG>
25. الضوى، م. ع. ا. (2021). أبعاد التفاعل الأسري في ظل جائحة كورونا المستجد (كوفيد-19) في مدينة جدة (دراسة ميدانية). مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، 67، 107-121. <https://doi.org/10.33193/JALHSS.121-107>
26. العالمية، م. ا. (2020). مفهوم فيروس كورونا- <https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
27. القريري، ر. (2020). استراتيجيات المواجهة وعلاقتها بمرض الموت لدى المشتبه في إصابتهم بفيروس كورونا. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، 2(1)
28. الكريم، م. س. ا. ا. ص. ع. (2020). الآثار القانونية للحجر الصحي: دراسة تحليلية في القانون المدني. مجلة كلية القانون للعلوم القانونية والسياسية، <http://search.mandumah.com/Record/11064019>
29. بيك، أ. (2013). مجتمع المخاطر العالمي " بحثا عن الأمان المفقود".
30. جيدنز، ا. (2005). علم الاجتماع، ترجمة: فايز الصباغ. لمنظمة العربية بيروت، 1، 101-102.
31. حافظ، د. م. (2020). الوعي بالإدارة الخضراء وعلاقته بالتوازن الأسري لدى ربات الأسر أثناء العزل المنزلي لمصابي كورونا. مجلة الحوث في مجالات التربية النوعية، 6(28)، 653-716. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.21608/jedu.2021.50603.1134>
32. حلاوة، م. ا. أ. (2013). المرونة النفسية. ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية. شبكة العلوم النفسية والعربية، 2.
33. سركاني، م. (1992). التحديث والتعددية الثقافية والذاتية: مدخل الأنثروبولوجيا الثقافية. مستقبلات، 22(1)، 23-34. <http://search.mandumah.com/Record/18266>
34. عثمان، ا. (2008). النظرية المعاصرة في علم الاجتماع. دار الشروق للنشر والتوزيع.
35. فيديريتشي، ر. (2020). كوفيد 19 بيئة علمية غير مؤكدة ، التطرف الاجتماعي وعلم الاجتماع. المجلة الطبية الحيوية للبحوث العلمية والتقنية، 26.
36. محمود، ف. ا. س. (2020). التباعد الاجتماعي وأثاره التربوية في زمن كوفيد 19 المستجد. سواهج، المجلة التربوية جامعة، 75.