البحث التاسع :

اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ضل جائحة كوفيد-١٩ لدى عينة من طلبة جامعة الباحة

إعداد :

د. محمد بن أحمد حسن الشريف

استاذ الإرشاد النفسي المساعد بقسم التربية وعلم النفس

كلية التربية جامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية

اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ضل جائحة كوفيد-١٩ لدى عينة من طلبة جامعة الباحة

د. محمد بن أحمد حسن الشريفي

استاذ الإرشاد النفسي المساعد بقسم التربية وعلم النفس

كلية التربية جامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية

• **المستخلص**:

هدفت الدراسة إلى معرفة نسبة انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة وباء فايروس كوفيد -١٩ لدى عينة من طلبة جامعة الباحة لمرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا وقد بلغت عينة الدراسة ٣٦١ بواقع ١٦٩ من الذكور و ١٩٢ من الإناث وبمتوسط عمري بلغ ٢٦.٥٦ سنة. وقد استخدم الباحث مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة وباء فايروس كورونا (PTSDC-19) وهو من تطوير الباحث وقد حصل على خصائص سيكومترية عالية. وأظهرت نتائج الدراسة وجود نسبة عالية من أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب وباء فايروس كوفيد -١٩ بحيث بلغت ٤٩٪ من عينة الدراسة، كذلك توصلت النتائج إلى وجود فروق إحصائية عند مستوى $P<0.01$ بين الذكور والإناث في اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب وباء فايروس كوفيد -١٩ لصالح الإناث، كذلك وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى $P<0.001$ بين مرحلتي البكالوريوس والدراسات العليا في اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب وباء فايروس كوفيد -١٩ لصالح طلبة مرحلة البكالوريوس.

الكلمات المفتاحية: اضطراب كرب ما بعد الصدمة، فايروس كوفيد١٩.

Post-Traumatic Stress Disorders During COVID-19 Pandemic Among ALBaha University Students.

Dr.Mohammad Ahmad AL-Sharfi

Abstract:

The study aimed to investigate the prevalence of Posttraumatic Stress Disorder among sample of ALBaha University students during the COVID-19 pandemic. The sample of study was 361 (male 169 and female 192) with average of age 26.56 years old. The researcher developed the questionnaire of Posttraumatic Stress Disorder for COVID-19. The results of study showed high percentage of PTSDC-19 which is 49% among the sample of study. In addition, there were significant differences between male and female in PTSDC-19, as well as there were significant differences between graduate and undergraduate students in PTSDC-19.

Keywords: Posttraumatic stress disorder, Coronavirus19 Pandemic.

• **المقدمة** :

يتعرض الإنسان خلال مسيرة حياته للعديد من الخبرات غير السارة والمؤلمة والتي يكون تأثيرها متفاوتا من شخص إلى آخر بحسب طريقة التفاعل والتعامل مع هذه الخبرات. فلن تكون جميع خبرات الحياة سارة ومفرحة أو مقلقة ومحزنة. وبالتالي فقد ركز علماء النفس كثيرا على طريقة استجابة الأفراد على الخبرات المؤلمة وطريقة تفاعلهم معها والتغيرات التي تحدث لديهم على مستوى الادراك والمشاعر والسلوك.

ومواجهة الإنسان للصدمة النفسية الشديدة تُوجد حالة من الاستنفار البيولوجي والنفسي لمحاولة التغلب على الآثار السلبية المحتملة للصدمة على

مستوى الصحة النفسية للفرد، إلا أن البعض يجد نفسه عاجزاً عن ممارسة الأساليب الفعّالة في مواجهة الكرب والضغط الشديدين لهذه الصدمة وبالتالي تظهر عليه أعراض الاضطراب وانخفاض مستوى فاعلية الذات Wang et al., (2020).

ويرى الاتجاه التحليلي النفسي إلى أن الكثير من المشكلات النفسية التي يعاني منها الأفراد هي في حقيقتها تعبر عن استجابات نفسية وسلوكية للصدمات التي تعرضوا لها في مختلف مراحلهم العمرية بغض النظر عن نوع المشكلة او ارتباطها بالمواقف الصادمة. ولذلك فإن الأثر النفسي الناتج عن التعرض لكرب خبرات الصدمات الجديدة ما هو إلا استمرار في المعاناة من المشكلات النفسية وعدم تحقق التوافق النفسي (عبدالرزاق، ٢٠٢٠). إلا أن الاتجاه السائد في مجال تصنيف وتشخيص الاضطرابات النفسية يرى بأن الاستجابة المرضية لحدثٍ صادم والمتمثلة في مجموعة من الأعراض تعبر عن سوء التكيف والتوافق النفسي وتعتبر نتيجة للحدث الصدمة ويطلق عليها اضطراب كرب ما بعد الصدمة Post-traumatic stress disorder (حمزة؛ ٢٠١٩).

ولذلك فإن النموذج المعرفي يفسر الاستجابة غير السوية والمفرطة في السلبية للحدث الصدمة بأنها عبارة عن تفاعل مرتبط بين المشاعر السلبية والسلوك الناتجة عن مخطوطة معرفية تتسم بالتشوه المعرفي في الحكم والادراك حول حقيقة الحدث وطبيعته وبالتالي يؤثر ذلك على مستوى التفاعل الفعّال مع الحدث والتغلب على آثاره (Laing et al., 2020).

إن من أهم عوامل الخطورة في اضطراب كرب ما بعد الصدمة هو تحول الفرد من حالة الاستقرار والشعور بالأمن النفسي إلى حالة الخوف والاضطراب النفسي وما ينتج عنه من تغيرات سلبيةٍ على مستوى الادراك المعرفي والانفعالات والسلوك والتفاعل الاجتماعي. فغالبا يكون الفرد في حالة من الهدوء والاتزان النفسي والانفعالي النسبي إلا أن التغير المفاجئ الذي يستلزم التفاعل والمواجهة مع مواقف وأحداث مؤلمة قد يؤدي بالفرد إلى المعاناة من اضطراب ما بعد الصدمة خاصة عندما يقوم الفرد بأساليب التكيف السلبية للتعامل مع الخبرة الصادمة .

ويعتبر قلق الموت من الأعراض الواضحة والأساسية لدى الأفراد الذين يعانون من اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة وخاصة الذين عانوا من صدمة الكوارث والحوادث والأمراض الوبائية حيث يبقى الاعتقاد المستمر بأن الحياة مهددة بالموت بسبب هذه الكارثة وأنه يظل تحت سيطرة الشك في النجاة من هذه الكارثة وبالتالي يؤثر ذلك في مستوى الصحة النفسية لديه وكذلك انخفاض مناعة الجسم (بلعيد، ٢٠١٨).

فالكوارث الطبيعية والأوبئة المرضية والخبرات الشخصية المؤلمة لا يستطيع الانسان التحكم في منعها من الحدوث ولكنه يستطيع تطوير أساليب وفنيات ذاتية

في مواجهة الأضرار النفسية التي قد تنتج عنها وينجح في تجاوزها والتمتع بمستوى عالٍ من المرونة والصلابة النفسية.

وما نلاحظه مؤخراً من التأثير السلبي والكبير لجائحة وباء فايروس كوفيد١٩ في مختلف الجوانب وفي جميع المجتمعات حول العالم منذ أن أعلنت منظمة الصحة العالمية بأنه وباء عالمي يهدد حياة البشرية فإنّ العديد من الدراسات النفسية والاجتماعية أظهرت انتشار وتزايد شكاوى الناس من الاضطرابات النفسية المختلفة وتحديدا اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى العديد من الأفراد في مختلف المجتمعات نتيجة التفاعل السلبي مع انتشار جائحة الوباء منذ الأسابيع الأولى (Dubey et al., 2020; Feng et al., 2020).

وأشارت منظمة الصحة العالمية بأن مؤشرات مستويات الصحة النفسية لدى الأفراد في الكثير من المجتمعات قد تأثر نتيجة وباء فايروس كوفيد - ١٩ وكذلك نتيجة للإجراءات الاحترازية التي تحد من انتشار الوباء بين الناس وخاصة الحجر المنزلي وأوضحت بأن نسب الاضطرابات النفسية مثل: القلق والاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة قد ارتفعت لدى الافراد ٢٠٪ عن السابق منذ بداية وباء فايروس كوفيد - ١٩ وأوصت كافة الدول بتقديم الدعم والمساندة النفسية لمن يحتاجها(WHO, January 2020).

وتجدر الاشارة إلى أن ارتفاع حالات اضطراب كرب ما بعد الصدمة خلال تفشي وباء كوفيد -١٩ منذ بدايته في شهر سبتمبر من العام ٢٠١٩ لدى الأفراد في كثيرٍ من المجتمعات شبيه بما حدث اثناء تفشي وباء السارس SARS في العام ٢٠٠٤م. فقد أشارت العديد من الدراسات بأن اضطراب كرب ما بعد الصدمة كان بنسبة ١٣٪ لدى الذكور و ١٨٪ لدى الإناث في مجتمع هونك كونك (Liu et al., 2004). كذلك أشارت دراسة أخرى بأن الأفراد الذين يعيشون في مناطق ينتشر فيها وباء السارس لديهم أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة بنسبة ١٤٪ أكثر من الذين يعيشون في مناطق لا يوجد بها الوباء والتي بلغت نسبتهم ٣٪ (Lee et al., 2006).

ومن خلال الدراسات المسحية الأخيرة على المجتمع السعودي للكشف عن مستوى الصحة النفسية وتأثرها بجائحة كوفيد -١٩فقد أشارت النتائج إلى أن نسب عالية من مستويات القلق والمخاوف والاكتئاب وكذلك اضطراب كرب ما بعدٍ الصدمة ظهرت لدى مواطنين المملكة العربية السعودية وهي نسب مقاربة جداً لتلك التي وجدت في المجتمعات الأخرى (Joseph et al., 2021)، على الرغم من التعامل المثالي من الحكومة السعودية في مواجهة هذا الوباء إلا أن الاستجابات الإنسانية الطبيعية مع الأحداث المؤلمة والكوارث الطبيعية تكون لدى الغالبية بأساليب غير ذات فعالية تؤدي إلى المشاعر السلبية والسلوكيات المضطربة.

ففي دراسة وانق وآخرون (Wang et al., 2020) على المجتمع الصيني بعد انتشار وباء كوفيد -١٩ أظهرت النتائج بأن نسبة ١٦٪ يعانون من القلق و٢٨٪ يعانون من الاكتئاب بينما ٨٪ لديهم اضطراب كرب ما بعد الصدمة. كذلك أوضح الاستفتاء الذي قامت به جامعة مدينة نيويورك بعد إعلان تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩ في الولايات المتحدة بأربعة أشهر بأن ٤٠٪ من المشاركين في الاستفتاء يعانون من أعراض القلق و ٤٥ ٪ لديهم اعراض الاكتئاب وقد ذكر ٣٥٪ من المشاركين في الاستفتاء بأن لديهم اضطراب كرب ما بعد الصدمة (Boyarz & Legros, 2020).

وفي ظل هذه الجائحة فقد أولت حكومة المملكة العربية السعودية حماها الله الاهتمام والرعاية للمواطنين في تقديم الدعم والمساندة النفسية لمن يعانون من تأثر في مستوى الصحة النفسية بشكل عام أو من يعاني من اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ضل جائحة كوفيد -١٩ من خلال التواصل مع المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية ليحصل على الدعم والمساندة النفسية الضرورية.

كما أنه من منطلق اهتمام المؤسسات الأكاديمية في المملكة العربية السعودية بتوجيهات من الحكومة الرشيدة في تعزيز مستوى الصحة النفسية لدى منسوبي وطلبة الجامعات كون ذلك أحد أهم أهداف تحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠م رأى الباحث أهمية دراسة تأثيرات جائحة كورونا على اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة الباحة والعمل على تقديم خدمات ارشادية ونفسية مميزة لمن يحتاج للتدخل والمساندة.

- **مشكلة الدراسة**:

منذ أن بدأ ظهور وباء فايروس كوفيد -١٩ في مدينة يوهان الصينية في شهر سبتمبر من العام ٢٠١٩ وجميع المؤسسات الصحية المجتمعية وعلى رأسها منظمة الصحة العالمية (WHO) تترقب بحذر تطورات هذا الوباء خوفا من انتشاره وتأثيره على المزيد من المجتمعات. إلى أن أعلنت منظمة الصحة العالمية في ١١ مارس ٢٠٢٠م بأن وباء فايروس كوفيد -١٩ قد تفشى وأصبح وباءً عالمياً ويجب على جميع الدول اتخاذ الإجراءات والاحترازات الضرورية لحماية مواطنيها من الإصابة به.

ونتيجة للأضرار المأساوية لانتشار هذا الوباء على العديد من الأصعدة الصحية والاقتصادية والتعليمية والاجتماعية في جميع المجتمعات، كانت نتيجة منطقية وحتمية بأن يتأثر مستوى الصحة النفسية لدى الكثير من الأفراد وتبرز الحاجة أكثر إلى طلب المساعدة والمساندة النفسية لمواجهة الصعوبات والمشكلات النفسية الناتجة عن صدمة انتشار وباء فايروس كوفيد -١٩ Janiri et al., (2021). فقد أشارت العديد من الدراسات في مجتمعات مختلفة إلى ارتفاع ملحوظ في الاضطرابات النفسية لدى الأفراد في ظل جائحة فايروس كوفيد -١٩ واحتلت اضطرابات القلق والاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة

المستويات العليا من بين الاضطرابات النفسية الأخرى (Boyars & Legros, 2020; Cindy et al., 2020).

وتحديداً فقد أثّر انتشار وباء فايروس كوفيد -١٩ على مستوى الصحة النفسية لدى العديد من طلبة الجامعات في مختلف المجتمعات والذي بدوره انعكس سلبيا على مستوى النشاط الذهني والمشاركة الاجتماعية بالإضافة إلى انخفاض مستوى الدافعية للتعلم والانجاز (M.Husky et al., 2020).

وفي دراسة استطلاعية قام بها المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية بالمملكة العربية السعودية لمعرفة الآثار النفسية لجائحة فايروس كوفيد -١٩ لدى المجتمع السعودي شارك فيه ١٣٥٤ مواطنا ومواطنة وأظهرت نتائج الاستطلاع بأن نسبة ٤٧٪ من أفراد العينة لديهم قلق نفسي على صحتهم وصحة أقاربهم كذلك نسبة ٢٧٪ من العينة أظهرت أعراض القلق الشديد واضطراب كرب ما بعد الصدمة. وتشير هذه النتائج إلى أن العديد من المواطنين السعوديين يقومون بأساليب سلبية للتكيف مع صدمة وباء فايروس كوفيد١٩ وبالتالي يعانون من سوء التوافق النفسي.

إنّ أهم عوامل الخطورة لدى من يعانون من اضطراب كرب ما بعد الصدمة هو الخوف والهلع الشديدين بسبب الاعتقاد والتوقع الخاطئ بأن الحدثٍ الصدمة سيؤدي به إلى الموت أو قد يخطف شخص عزيز لديه (أحمد،٢٠٢٠). أيضاً انخفاض مستوى المناعة الجسدية نتيجة المعاناة والصراع المستمر مع أعراض الاضطراب المتمثلة في الخوف والذعر الشديدين وتشوش الادراك وتردد الأفكار والصور الذهنية الكارثية عن الوباء واضطراب النوم وبالتالي قد يكون الفرد عرضة للأمراض النفس جسدية أو أي مشكلة صحية أخرى (Sun et al., 2021).

ولما تولية الحكومة الرشيدة من اهتمام كبير بجودة الحياة للمواطن والمواطنة من خلال تقديم الخدمة والمساندة النفسية الضرورية من قبل المختصين المهنيين لكل من يحتاج هذه الخدمة وجهت رعاها الله الجامعات بتأسيس لجان تعزيز الصحة النفسية والتي تعنى بتقديم الخدمات والاستشارات النفسية المميزة لطلبة الجامعات ومنسوبيها وكذلك أفراد المجتمع ويقوم المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية بمتابعة وتقييم عمل هذه اللجان كأحد معايير الجودة والتطور التي تساهم بها الجامعات السعودية في تحسين جودة الحياة للمواطن والمواطنة ومشاركتها في تحقيق رؤية ٢٠٣٠م. وبالتالي يرى الباحث أهمية إجراء هذه الدراسة للكشف عن تأثير وباء فايروس كوفيد -١٩ على اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة الباحة.

ويمكن صياغة أسئلة الدراسة على النحو التالي:

- ما نسبة انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى طلبة جامعة الباحة اثناء تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩؟

- هل توجد فروق بين الذكور والاناث في اضطراب كرب ما بعد الصدمة من أفراد عينة الدراسة؟
- هل توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة ينسب إلى متغير المرحلة الدراسية (طلبة الدراسات العليا – طلبة مرحلة البكالوريوس) في اضطراب كرب ما بعد الصدمة؟

- **أهداف الدراسة** :

تهدف الدراسة إلى:

- الكشف عن نسبة انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدة عينة من طلبة جامعة الباحة أثناء جائحة فايروس كوفيد -١٩.
- الكشف عن الفروق المحتملة بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة فايروس كوفيد -١٩.
- الكشف عن الفروق المحتملة بين طلبة الدراسات العليا وطلبة مرحلة البكالوريوس في اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة فايروس كوفيد -١٩.

- **أهمية الدراسة**:

- **الأهمية النظرية**:

- تعد ضمن الإسهامات البحثية والأكاديمية التي تسعى إلى معرفة وفهم المشكلات التي قد تواجه طلبة الجامعات وتؤثر في مستوى الصحة النفسية لديهم، ومن ثم العمل على مساعدتهم ومساندتهم في التغلب على هذه المشكلات لتحقيق التوافق النفسي المطلوب.
- تقديم المعرفة حول كيفية تفاعل المواطن والمواطنة السعوديين مع صدمة انتشار وباء فايروس كوفيد -١٩ وطريقة التفاعل السلبي مع هذا الحدث بناءً على نسب اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء الجائحة وتحديداً لدى طلبة الجامعات السعودية.
- تقديم نسب علمية دقيقة من خلال نتائج الدراسة لنسبة انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة قد تكون منبأً لنسب الاضطراب لدى طلبة الجامعات الأخرى وكذلك من هم في المرحلة العمرية ذاتها.
- تساعد الدراسة في فهم عوامل الخطورة التي قد تساهم في ظهور اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة فايروس كوفيد -١٩.

- **الأهمية التطبيقية**:

- تقدم الدراسة أداة لقياس كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة فايروس كوفيد -١٩ للمراهقين والراشدين ستكون إضافة لمجال التقييم النفسي والإرشادي.
- في ضوء ما ستسفر عنه نتائج الدراسة يمكن للباحث أن يوصي بتقديم البرامج الإرشادية والعلاجية النفسية التي تساعد في التغلب على اضطراب كرب ما

بعد الصدمة لدى طلبة الجامعات والتي يمكن أن تقدم من قبل المختصين ولجان تعزيز الصحة النفسية بالجامعات السعودية.

- **تعريف مصطلحات الدراسة**:

- اضطراب كرب ما بعد الصدمة (*Post-traumatic Stress Disorder*):هو أحد الاضطرابات النفسية الشائعة نتيجة تعرض الفرد لخبرات صادمة مثل شيوع وانتشار الأوبئة والأمراض والمعاناة والموت المرتبط بها، ويعاني الأشخاص فيها من احساس قوي بالخطر يجعلهم يشعرون بالتوتر أو الاستثارة الدائمة، حتى في الحالات الآمنة نتيجة تذكر الأحداث المؤلمة أو رؤية أشياء مرتبطة بها أو تجنبها (*Davidson et al., 1995*).
- التعريف الاجرائي لاضطراب كرب ما بعد الصدمة: هو استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة لجائحة كوفيد١٩ وهو من تطوير الباحث.
- فايروس كوفيد -١٩ (*Coronavirus Pandemic-COVID-19*): هو عبارة عن مجموعة كبيرة من الفيروسات تسبب أمراضاً تتراوح بين نزلات البرد إلى أمراض أكثر خطورة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (*MERS*)، ومتلازمة الجهاز التنفسي الحادة (*SARS*). ويتميز بمجموعة من الأعراض هي: الحمى والسعال وضيق أو صعوبة التنفس، وفي الحالات الأكثر شدة يمكن أن تسبب العدوى والالتهاب الرئوي ومتلازمة الجهاز التنفسي الحادة حتى الموت (*WHO, March 2020*).

- **حدود الدراسة**:

- حدود الدراسة المكانية: تحددت الدراسة في طلبة جامعة الباحة الذكور والاناث من مرحلتي الدراسات العليا والبكالوريوس.
- حدود الدراسة الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٤٢هـ.

- **الإطار النظري لمتغيرات الدراسة** :

- **أولاً: اضطراب كرب ما بعد الصدمة** :

تشير الجمعية الأميركية للطب النفسي أن اضطراب كرب ما بعد الصدمة ترتفع نسبته لدى الأفراد عاماً بعد عام نتيجة لكثرة وتعدد الخبرات والصدمات النفسية الشديدة، مثل: الحوادث والكوارث الطبيعية، الأوبئة والأمراض الفتاكة، الأزمات الاقتصادية المفاجئة، والحروب والنزاعات، فقد ارتفع لدى الرجال ما نسبته ٣.٦٪ وبين النساء ٩.٧٪ مقارنة بمعدل الانتشار الطبيعي طوال الحياة والذي كان ٣.٥٪ (APA; 2013).

وقد صُنّف اضطراب كرب ما بعد الصدمة سابقاً على أنه أحد اضطرابات القلق وتحديداً في الاصدار DSM-IV-TR إلا أن معاييره شهدت تغييرات جوهرية في الإصدار الخامس للجمعية الأميركية للطب النفسي DSM-5، حيث شملت التركيز أكثر على ثلاثة معايير رئيسية وهي: درجة التعرض والاستمرار في الحدث الصدمة حيث تشتد حدة الأعراض والمعاناة النفسية لاضطراب كرب ما

بعد الصدمة نتيجة معايشة الحدث والتعرض له وهو ما ينطبق على حدث وباء فايروس كوفيد -١٩ في استمراريته منذ عام ٢٠١٩م وحتى يومنا هذا، الأمر الآخر وهي التأثيرات السلبية التي ينتجها اضطراب كرب ما بعد الصدمة على الجوانب الإدراكية والمعرفية. فالصور الذهنية الكارثية والافكار السوداوية تجاه الذات والآخرين والعالم ككل تستثير المشاعر والأحاسيس السلبية بشكل مستمر وتجعل الفرد في حالة من الذعر والخوف الشديدين تمنعه من التحكم والسيطرة على الذات وتؤدي إلى التغيرات الفيسيولوجية المستمرة التي تؤثر على الجسم وبالتالي تظهر لدى بعض الأفراد الاضطرابات النفس جسدية (Joseph et al., 2021).

والمعيار الأخير يتحدث عن الدور السلبي لوسائل الأعلام والتواصل الاجتماعي في زيادة حدة الاضطراب من خلال نشر المعلومات والأحداث الكارثية وإخراجها بأسلوب تقني متطور يكرس الاعتقادات والأفكار غير الصحية لدى الأفراد الذين يعانون من اضطراب كرب ما بعد الصدمة. وهو ما يحدث في الوقت الراهن في تبادل المعلومات المزيفة والأخبار غير الدقيقة في وسائل التواصل الاجتماعي حول وباء فايروس كوفيد -١٩ جعلت من الأفراد أكثر خوفا وقلقا على حياتهم من هذا الوباء بل أدت بالبعض أن يتردد أو يمتنع من أخذ اللقاحات للحماية من الأعراض الشديدة لهذا الوباء.

ويتشابه بدرجة كبيرة تعريف التصنيف الدولي الحادي عشر للاضطرابات النفسية والسلوكية والتابع للأمم المتحدة WHO (ICD-11) لاضطراب كرب ما بعد الصدمة مع ما تذهب إليه الجمعية الأميركية للطب النفسي، حيث ترى بأنه : اضطراب يحدث بعد التعرض لحدث أو سلسلة من الأحداث شديدة الخطورة وتتميز بعدة خصائص وهي: إعادة تجربة الحدث أو الأحداث الصادمة في الوقت الحالي في شكل ذكريات حية، اجترار ذكريات الماضي، التعرض للكوابيس، تجنب الأفكار والذكريات الخاصة بالحدث أو التجنب للأنشطة أو المواقف أو الأشخاص الذين يذكرون بالحدث الصدمة (الحمادي، ٢٠٢١).

وتشير العديد من الدراسات (Cindy et al., 2020; Dubey et al., 2020; Kar et al., 2021) بأن هناك عوامل خطورة تساهم بشكل كبير في تعرض بعض الأفراد إلى اضطراب كرب ما بعد الصدمة. هذه العوامل مثل: العمر، حيث أن الأطفال أكثر تأثرا منه من خلال ظهور أعراض شديدة مثل: الخوف والقلق الشديدين واضطراب النوم والكوابيس والتبول اللاإرادي والبكاء المستمر وفقدان الشهية للأكل وضعف التفاعل الاجتماعي مع الاقران والسلوك الإنسحابي. بينما تظهر أعراض القلق والاكتئاب واضطرابات الادراك والميول الانتحارية لدى المراهقين والشباب أكثر من المراحل العمرية الأخرى. وكلما تقدم الأفراد في العمر كان هناك قدرة نسبية في التعامل أو تحمل اضطراب ما بعد الصدمة. أيضا الأفراد الذين يعانون من صعوبات اقتصادية يظهر لديهم اضطراب كرب ما بعد الصدمة أكثر من غيرهم من متوسطي أو مرتفعي الدخل. كذلك الأفراد

الذين يكون مستوى التعليم لديهم منخفضاً يشتكون من اضطراب كرب ما بعد الصدمة أكثر مقارنة بأقرانهم من ذوي التعليم المرتفع. كما أن بعض الأفراد الذين يشغلون مهن معينة مثل العاملين في المجال الصحي وكذلك الأمني يكونون أكثر عرضة لظهور أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة نتيجة مواجهتهم لخبرات مؤلمة مع استمرارية التعرض لها (Kang et al., 2020).

وتشير بعض الدراسات أن متغير الجنس قد يكون مؤثراً في التعرض أكثر لأعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة. حيث أن الإناث يكونون أكثر تأثرا بالصدمات والحوادث والكوارث الطبيعية وبالتالي تكون معاناتهن أشد من الذكور (Casagrande et al., 2020; Wang et al., 2020).

وتفسر العديد من الأطر النظريةٍ اضطراب كرب ما بعد الصدمة باتجاهات مختلفة علىٍ الرغم من أنها جميعاً تتفق بأنه من أكثر الاضطرابات النفسيةٍ تأثيراً سلبياً على الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية لدى الأفراد. فمثلا: ترى نظرية التحليل النفسي بأن الصدمة النفسية تبدأ منذ مرحلة الميلاد، فعندما يولد الطفل يواجه عالماً جديد ملئ بالتحديات والصعوبات والخبرات المؤلمة بعكس المرحلة الجنينية والتي كان يعيش فيها بكل هدوء وسلام (Corey, 2009). وبالتالي فإن كل الخبرات والصدمات النفسية المؤلمة التي تحدث للفرد في المراحل العمرية اللاحقة ماهي إلا أحداث وصور متكررة للصدمات النفسية السابقة يتم معايشتها ويبدأ العقل الباطن (اللاشعور) بكبتها كأحد الميكانزمات الدفاعية التي يتبعها الأفراد في محاولة التكيف مع الخبرات المؤلمة التي يتعرضون لها.

بينما تفسر النظرية السلوكية حدوث اضطراب كرب ما بعد الصدمة للأفراد بأنه نتيجة ارتباط شرطي بين الصدمات والاضطرابات النفسية الناتجة عن الصدمات ثم يتم تثبيت ذلك من خلال التدعيمات السلبية التي تنتج من خلال الأعراض السلبية المستمرة المتمثلة في أعراض الخوف والقلق وعدم الشعور بالأمان (خير الزراد، ٢٠٠٥).

أما النموذج المعرفي فيرى بأنّ المشاعر السلبية المصاحبة للتعامل مع الحدث الصدمة مثل الخوف الشديد والحزن والغضب تؤثر بطريقة سلبية في تعامل الفرد مع الحدث الصدمة، وتقود إلى مزيد من الضغوط والاستجابات النفسية المرضية مما يزيد من احتمالية حدوث اضطرابات القلق والاكتئاب والذهان والتي يعززها استمرارية المشاعر السلبية وزيادة حدتها (Branch & Wilson, 2010). ولذلك فإنّ العديد من الناس اثناء مواجهة الاحداث الصادمة يقومون بفنيات أسلوب التكيف السلبي Negative Coping Style (N C S) والذي يقوم فيه الفرد بأساليب معرفية ومشاعر وسلوكيات سلبية تزيد من حدة التأثر والاضطراب بعد الصدمة (Zheng et al., 2012). والتي تتمثل في: الإنكار، واللوم، والانسحاب الاجتماعي وعدم وضع أهداف للخروج من الأزمة.

• **الدراسات السابقة**:

على الرغم من أنه لم تمر فترة طويلة منذ أن أعلن عن تفشي ظهور وباء فايروس كوفيد -١٩ إلا أن الباحثين والدراسين في المجال النفسي قاموا بالعديد من الدراسات العلمية التي تحاول الكشف عن الآثار السلبية المحتملة التي سببها انتشار هذا الوباء على مستوى الصحة النفسية للأفراد. وسوف نستعرض العديد من تلك الدراسات المتعلقة باضطراب كرب ما بعد الصدمة اثناء تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩.

أجرت رشا أحمد (٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الخوف من فايروس كوفيد -١٩ واضطراب كرب ما بعد الصدمة لدة عينة مكونة من الراشدين بلغت ٦٢٠ من الرجال والنساء في المجتمع المصري تراوحت اعمارهم ما بين ٢١ – ٤٥ سنة وقد أظهرت النتائج ارتفاع نسبة الخوف لدى أفراد العينة وخاصة عند من يتقدم به العمر، كذلك وجود علاقة ارتباطية قوية بين الخوف من وباء فايروس كوفيد -١٩ وبين اضطراب كرب ما بعد الصدمة، كذلك لم توجد هناك فروق واضحة بين الجنسين في الخوف من فايروس كوفيد -١٩ وكذلك اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

وفي دراسة محلية، أجرت فاطمة الطيب(٢٠٢٠) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط النفسية المترتبة على فيروس كوفيد -١٩ وفاعلية الذات لدى طالبات جامعة الأمير سلطان بن عبدالعزيز، وتكونت عينة الدراسة من ١٣٦ طالبة ٧٠ طالبة من الكليات العلمية و ٦٦ طالبة من الكليات الادبية وتوصلت الدراسة إلى مستويات مرتفعة على مقياس الضغوط النفسية ومستوى معتدل من الفاعلية الذاتية وعدم وجود فروقات على مستوى التخصص.

كذلك أجرى وانج وآخرون (Wang et al., 2020) دراسة هدفت إلى معرفة تأثير وباء كوفيد -١٩ على ظهور اضطرابات القلق والاكتئاب لدى عينة من الشباب والراشدين بلغت ٦٠٠ من الذكور والاناث بالصين، وقد أظهرت النتائج ارتفاع معدلات القلق والاكتئاب لدى أفراد العينة وخصوصا لدى الافراد من سن ٤٠ عاما فأكثر أيضا أظهرت النتائج فروقا بين الذكور والإناث في ظهور أعراض القلق والاكتئاب حيث كان الإناث أكثر من الذكور.

وبنفس المجتمع الصيني أجرى تانجا وآخرون (Tanga et al., 2020) دراسة هدفت إلى معرفة معدل وانتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعات الصينية اثناء تفشي كوفيد -١٩، وقد بلغ عدد افراد العينة ٢٤٨٥ من ٦ جامعات صينية وأشارت نتائج الدراسة إلى انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى طلبة الجامعات الصينية بنسبة ٢٧٪ وكذلك الاكتئاب بنسبة ٣٩٪.

أيضاً أجرى لينق وآخرون (Laing et al., 2020) دراسة هدفت إلى الكشف عن انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بين الشباب الصيني بعد اعلان تفشي

وباء فايروس كوفيد -١٩ بشهر واحد على ٥٧٠ فرداً من المجتمع الصيني تراوحت اعمارهم ما بين ١٤ – ٣٥ سنة وقد أظهرت نتائج الدراسة بأن نسبة ١٢٪ من أفراد العينة يعانون من أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة وأن الاناث كانوا أكثر شكوى من هذه الأعراض مقارنة بالذكور.

أما دراسة كاساجراندي وآخرون (Casagrande et al., 2020) فقد هدفت إلى معرفة آثار الحجر الصحي بسبب جائحة كوفيد -١٩ على مستويات الصحة النفسية لدى السكان الايطاليين وقد بلغت عينة الدراسة ٢٢٩١ وقد أظهرت نتائج الدراسة بأن ما نسبته ٥٧٪ أفادوا بانهم لا يستطيعون النوم بشكل منتظم كذلك ٤١٪ من أفراد العينة يعانون من أعراض القلق المرتفعة، كذلكً نسبة ٦٪ ذكروا بانهم يعانون من اضطراب كرب ما بعد الصدمة وأغلب من يعاني من ذلك الإناث.

وفي المجتمع الأميركي أجرى سيندي وآخرون (Cindy et al., 2020) دراسة هدفت إلى تحديد العوامل المرتبطة بالقلق والاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة اثناء جائحة كوفيد -١٩ لدى ٨٩٨ مواطناً أميركيا تراوحت اعمارهم ١٨– ٣٠سنة بعد شهرين من إعلان الولايات المتحدة حالة الطوارئ لهذا الوباء وقد أظهر المشاركون في الاستبيان مستويات عالية من أعراض القلق والاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة.

وفي نفس السياق أجرى بوي يارز وليقروز (Boyarz & Legros, 2020) دراسة استطلاعية بدعم من جامعة مدينة نيويورك هدفت إلى معرفة مستويات الصحة النفسية ومدى تأثر سكان مدينة نيويورك بالإجراءات الاحترازية لمواجهة تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩ وقد شارك في الاستفتاء ما يقارب ١٣٠٠٠ مشترك وأظهرت نتائج الاستفتاء بأن ٤٠٪ من المشاركين يعانون من القلق، ٤٨٪ منهم يعانون من الاكتئاب بينما ٣٥٪ يعانون من أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

وفي دراسة إم. هوسكي وآخرون (M.Husky et al., 2020) والتي هدفت إلى معرفة انتشار الضغوط النفسية والقلق بين طلبة الجامعات الفرنسية أثناء فترة العزل في جائحة فايروس كوفيد -١٩، وقد شارك في الدراسة عدد ٢٩١ من طلبة الجامعات الفرنسية وأشارت النتائج إلى معاناة طلبة الجامعات الفرنسية من ارتفاع مستويات أعراض القلق وكذلك الضغط النفسي وخاصة قلق الموت.

دراسة جانيري وآخرون (Janiri et al., 2021) والتي هدفت إلى الكشف عن اضطراب ما بعد الصدمة لدى المرضى الايطاليين الذين اصيبوا بفايروس كوفيد -١٩ وقد بلغ عددهم ٣٨١. وقد قام بتتبع حالتهم بعد التعافي والخروج من المستشفى لمدة ١٢٠ يوم وقد لوحظ أن ٣٠٩ من أفراد العينة قد ظهرت لديهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بواقع ٦٦٪ من أفراد العينة وأن الإناث كانوا أكثر أعراضاً من الذكور.

دراسة سَن وآخرون (Sun et al., 2021) والتي هدفت إلى معرفة نسبة انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بين الصينيين من ٣٠ يناير وحتى ٣ فبراير ٢٠٢٠ وقد بلغت العينة ٢٠٩١ ينتمون إلى ٣١ مدينة تراوحت أعمارهم من ١٨ – ٦٠ سنة، وتمت الاستجابة على استبيان إلكتروني يقيس التقرير الذاتي حول أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة عقب انتشار فايروس كوفيد -١٩ وقد بلغت نسبة انتشار أعراض اضطراب ما بعد الصدمة ٤٦٪ بين أفراد العينة وقد كانت الأعراض لدى الإناث أكثر من الذكور.

وفي المجتمع التركي، أجرى اكزير وآخرون (Ikizer et al., 2021) دراسة هدفت الى الكشف عن اضطراب كرب ما بعد الصدمة ومشكلات القلق والاكتئاب أثناء تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩، بلغت عينة الدراسة ٦٨٥ من الراشدين بمتوسط عمري ٣٤.٦٢ سنة وقد أظهرت النتائج ٤٧٪ من أفراد العينة أظهروا معاناتهم من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة وكذلك اضطراب القلق والاكتئاب. كما أشار إلى أنّ الدعم الاجتماعي المتمثل في الأسرة والأصدقاء يساهم في تخفيف المعاناة من الاضطرابات النفسية والمعاناة المحتملة من اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

دراسة جوزيف وآخرون (Joseph et al., 2021) والتي هدفت إلى معرفة الاستجابات النفسية للمجتمع السعودي لوباء فايروس كوفيد -١٩ بعد أن أعلنت وزارة الصحة السعودية بارتفاع عدد المصابين بالوباء ووجوب اتباع الإجراءات الاحترازية بأسبوعين، حيث عملت على قياس مستوى الصحة النفسية عن طريق استبيان إلكتروني شارك فيه ٥٨٤ مشارك وقد أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع معدلات ثلاثة اضطرابات نفسية كالتالي: أعراض القلق والاكتئاب لدى ١٤٪ من أفراد العينة وكذلك أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة ظهر لدى ٢٥٪ من أفراد عينة الدراسة.

دراسة الشهري وآخرون (Alshehri et al., 2021) التي هدفت إلى الكشف عن انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة اثناء فايروس كوفيد -١٩ في المجتمع السعودي وقد شارك في الاستبيان ١٣٧٤ مشترك للإجابة على مقياس الكتروني يقيس سبعة أعراض لاضطراب كرب ما بعد الصدمة في شهر جون ٢٠٢٠ . وقد أظهرت نتيجة الدراسة بأن ٥١.٦٣ ٪ من أفراد العينة يعانون من الأعراض السبعة لاضطراب كرب ما بعد الصدمة وقد كانت الأعراض لدى الإناث أكثر مقارنة بالذكور.

- **التعليق على الدراسات السابقة**:

من خلال استعراض الدراسات السابقة يظهر الآتي:

- جميع الدراسات السابقة أظهرت نتائجها وجود التأثيرات السلبية على مستوى الصحة النفسية لدى الأفراد بمختلف المجتمعات.
- دراسات أظهرت نتائجها ارتفاع معدل اضطرابات القلق والاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى الأفراد منذ أن تمّ الإعلان عن انتشار فايروس

كوفيد -١٩ وضرورة إتباع الإجراءات الاحترازية لمواجهة هذا الوباء مثل دراسة: (*Wang et al., 2020*) (*Casagrande et al., 2020*)، وكذلك دراسات (*Cindy et al., 2020*) (*Boyarz & Legros, 2020*) (*Ikizer et al., 2021*) (*Joseph et al., 2021*).

- دراسات اقتصرت العينة على طلبة الجامعات، مثل: دراسة فاطمة الطيب (٢٠٢٠) ودراسة (*Tanga et al., 2020*) ودراسة (*M. Husky et al., 2020*).
- دراسات ركزت على معرفة تأثير انتشار كوفيد -١٩ على ظهور أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى الأفراد، وهي: (*Tanga et al., 2020*) (*Liang et al., 2020*) (*Janiri et al., 2021*) (*Sun et al., 2021*) (*Alshehri et al., 2021*).
- دراسات أظهرت نتائجها أن الإناث أكثر معاناة من الذكور في ظهور المشكلات النفسية بشكل عام مثل القلق والاكتئاب وفي ظهور اضطراب كرب ما بعد الصدمة بشكلٍ خاص اثناء تفشي وباء فايروس كوفيد١٩ مثل دراسات: (*Liang et al., 2020*) (*Janiri et al., 2021*) (*Sun et al., 2021*) (*Alshehri et al., 2021*).

ولذلك فإن هذه الدراسة تتميز من خلال مساهمتها وفي حد علم الباحث بأنها الدراسة الأولى المحلية التي تبحث في تأثير انتشار كوفيد -١٩ في ظهور اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى طلبة الجامعات السعودية ممثلة في عينة من طلبة جامعة الباحة.

وبالتالي يمكن صياغة فروض الدراسة كالآتي:

- توجد أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى طلبة جامعة الباحة أثناء تفشي وباء فايروس كوفيد١٩.
- توجد فروق بين الذكور والإناث في اضطراب كرب ما بعد الصدمة من أفراد عينة الدراسة.
- توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة ينسب إلى متغير المرحلة الدراسية (طلبة الدراسات العليا – طلبة مرحلة البكالوريوس) في اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

- **إجراءات الدراسة**:

- **منهج الدراسة**:

استخدم الباحث المنهج الوصفي في الدراسة الحالية كونه المنهج العلمي والبحثي المناسب للتوصل لنتائج الدراسة بكل دقة.

- **مجتمع الدراسة**:

طلبة جامعة الباحة من المرحلتين (الدراسات العليا – البكالوريوس) وكذلك من الجنسين (الذكور والإناث) خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٤٢هـ.

• **عينة الدراسة** :

تمّ اختيار عينة الدراسةٍ بالطريقة العشوائية من خلال الاستجابة على المقاييس الالكترونية نتيجة لصعوبة تطبيق أدوات الدراسة من قبل الباحثان بطريقة مباشرة وذلك بسبب تعليق الدراسة الحضورية وتطبيق الإجراءات الاحترازية المقرة من الحكومة السعودية حفظها الله. وقد بلغت عينة الدراسة النهائية (٣٦١)، تراوحت أعمارهم من (١٨ - ٥٦ سنة) وبمتوسط عمري بلغ (٢٦.٥٦). ويوضح جدول (١) خصائص العينة الرئيسية للدراسة.

جدول١ خصائص العينة الرئيسية للدراسة

المرحلة الدراسية	طلاب	طالبات
البكالوريوس	١١٨	١٥٢
الدراسات العليا	٥١	٤٠
المجموع	٣٦١	

• **الأساليب الاحصائية المستخدمة**:

تم استخدام العمليات الاحصائية التالية للتحقق من فروض الدراسة:

- الاحصاء الوصفي لمعرفة نسبة اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة الدراسة.
- التحليل العاملي الاستكشافي لتحديد العوامل المكونة لعبارات أداة الدراسة.
- معامل ارتباط بيرسون لحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة.
- اختبار ت لمعرفة الفروق بين الذكور والإناث وكذلك طلبة الدراسات العليا والبكالوريوس في اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كوفيد -١٩.

• **أدوات الدراسة**:

قام الباحث بتطوير أداة قياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة فايروس كوفيد -١٩ (Posttraumatic Stress Disorder for COVID-19) (PTSDC19) بعد الرجوع إلى مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدافيدسون وآخرون (Davidson et al., 1995). وتمّ صياغة عبارات المقياس لتكون جميعها تقيس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة فايروس كوفيد - ١٩ بحيث تقيس عبارات المقياس ثلاثة أبعاد أساسية هي:

- بُعد استعادة الخبرة الصادمة لبداية انتشار وباء فايروس كوفيد -١٩، وتشمل البنود التالية:(١، ٢، ٣، ٤، ١٧).
- بُعد تجنب الخبرة الصادمة لبداية وانتشار وباء فايروس كوفيد -١٩، وتشمل البنود التالية: (٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١).
- بُعد الاستثارة وتشتمل على البنود التالية: (١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٨).

وللتحقق من صدق أداة الدراسة تم اتباع الخطوات التالية:

• **الصدق الظاهري**:

وقد تمّ عرض الأداة على عشرة محكمين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي جميعهم برتبة استاذ واستاذ مشارك (أربعة برتبة أستاذ وستة برتبة أستاذ

مشارك) وذلك للأخذ بآرائهم العلمية في مدى مناسبة عبارات المقياس لقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ضل جائحة وباء فايروس كوفيد -١٩ وكذلك مناسبة وسلامة صياغة العبارات لغويا. وقد كانت جميع ملاحظات المحكمين متفقة على مناسبة وملائمة عبارات المقياس لقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كوفيد -١٩ ما عدى العبارتين ٨، ١٨ والتي اقترح بعض المحكمين في إعادة صياغتيهما بالطريقة المناسبة، وقد تمّ ذلك من خلال التالي: العبارة رقم ٨: (هل لديك صعوبة في التمتع بحياتك والنشاطات اليومية التي تعودت عليها) وتم تعديلها إلى (هل لديك صعوبة في التمتع بحياتك والنشاطات اليومية التي تعودت عليها قبل إعلان انتشار وباء فايروس كورونا). والعبارة ١٨: (هل تعتقد بأن المستقبل سوف يكون غامض ومخيف) وتم تعديلها إلى (هل تعتقد بأن المستقبل سوف يشهد أوبئة مثيلة لفايروس كورونا أو أشد منه).

- **التحليل العاملي الاستكشافي**:

قام الباحث بحساب التحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية (Principal Components). وتمّ استخراج النتائج التالية:

- بلغت قيمة محك كايزر *KMO*= ٠.٨٥ دالة عند مستوى ٠.٠٠١ ويشير ذلك إلى أن العوامل الأساسية والجوهرية في المصفوفة الارتباطية بين مفردات مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كوفيد١٩ قد استخلصت بشكلٍ كبير. ويوضح الجدول التالي نتائج اختبار محك كايزر.

جدول ٢ اختبار كايزر

الاختبار	القيمة
اختبار محك كايزر	٠.٨٥
كا٢	٤٣٦٥.٩٥٢
درجات الحرية	١٥٣
الدلالة	٠.٠٠٠

جدول٣ مصفوفة الارتباط بين عبارات المقياس عالية ودالة عند مستوى ٠.٠١

لعبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨
١																		
٢	٠.٤٨١																	
٣	٠.٤٨١	٠.٥٤١																
٤	٠.٤٨١	٠.٤٠١	٠.٥٩١															
٥	٠.٤٣١	٠.٤٢١	٠.٤١١	٠.٦٨١														
٦	٠.٤٢١	٠.٣٥١	٠.٤٠١	٠.٧٠١	٠.٧٤١													
٧	٠.٤٣١	٠.٥٠١	٠.٤٥١	٠.٣٦١	٠.٣٩١	٠.١٣٦												
٨	٠.٤٩١	٠.٤٤١	٠.٦٣١	٠.٥٩١	٠.٣٧١	٠.٤٠١	٠.٣٨١											
٩	٠.٢٨١	٠.٣٣١	٠.٣٦١	٠.٢٥١	٠.٢٦١	٠.٣٠١	٠.٣٢١	٠.٥٦١										
١٠	٠.٢٤١	٠.٢٣١	٠.١٩١	٠.١٩١	٠.٢٠١	٠.٢٥١	٠.٢٣١	٠.٤١١	٠.٦٨١									
١١	٠.٣١١	٠.٣١١	٠.٣٩١	٠.٣٠١	٠.١٤١	٠.٢٧١	٠.٤٠١	٠.٥٧١	٠.٦٤١	٠.٥٨١								
١٢	٠.٢٦١	٠.٢٩١	٠.٤٤١	٠.٢٧١	٠.٢٠١	٠.١٩١	٠.٢٩١	٠.٤٧١	٠.٥٢١	٠.٤٤١	٠.٥٤١							
١٣	٠.١٨١	٠.١٦١	٠.٢٧١	٠.١٦١	٠.٢٣١	٠.١٧١	٠.١٠١	٠.٤١١	٠.٦٦١	٠.٤٧١	٠.٥٠١	٠.٥٣١						
١٤	٠.٥٨١	٠.٢٠١	٠.٢٣١	٠.١٣١	٠.٢٠١	٠.١٠١	٠.١٦١	٠.٣١١	٠.٥٦١	٠.٤٥١	٠.٥١١	٠.٦٤١	٠.٧٤١					
١٥	٠.٢٥١	٠.١٢١	٠.٣٢١	٠.٢٤١	٠.٢٨١	٠.٢٦١	٠.٢٠١	٠.٤٨١	٠.٦٣١	٠.٦٣١	٠.٦٣١	٠.٥٧١	٠.٦٧١	٠.٧٠١				
١٦	٠.٢٤١	٠.٢٣١	٠.٢٤١	٠.١٥١	٠.١٦١	٠.١٨١	٠.١٤١	٠.٤٢١	٠.٥٧١	٠.٤٤١	٠.٥٦١	٠.٥١١	٠.٧٢١	٠.٦٧١	٠.٦٥١			
١٧	٠.٤٧١	٠.٣٨١	٠.٥٢١	٠.٥٩١	٠.٥١١	٠.٥٥١	٠.٢٧١	٠.٥٩١	٠.٤٠١	٠.٢٧١	٠.٤٧١	٠.٢٨١	٠.٣٣١	٠.٢٤١	٠.٣٤١	٠.٢٩١		
١٨	٠.٢٤١	٠.١١١	٠.٢٨١	٠.٢٤١	٠.٣٢١	٠.٣٨١	٠.٢٠١	٠.٣٥١	٠.٢٤١	٠.٢٦١	٠.٣٣٣	٠.١٩١	٠.٢١١	٠.٢٠١	٠.٢٧١	٠.٢١١	٠.٥١١	

جدول ٤ تشبعات المفردات على العوامل بعد التدوير (Varimax).

العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
هل تتخيل صور ذهنية، وأفكار عن وباء فايروس كورونا.	٠.٦٢		
هل تحلم أحلام مزعجة تتعلق بوباء فايروس كورونا.	٠.٨١		
هل تشعر بمشاعر فجائية بأنك ستصاب بفايروس كورونا.	٠.٦٧		
هل تتضايق من الاشياء التي تذكرك ببداية جائحة كورونا.	٠.٦١		
هل تتجنب الافكار أو المشاعر التي تذكرك ببداية وباء فايروس كورونا.		٠.٧٨	
هل تتجنب المواقف والاشياء التي تذكرك ببداية فايروس كورونا.		٠.٧٩	
هل تعاني من فقدان الذاكرة للأحداث المتعلقة ببداية جائحة كورونا.		٠.٧٢	
هل لديك صعوبة في التمتع بحياتك والنشاطات اليومية التي تعودت عليها قبل اعلان انتشار وباء فايروس كورونا.		٠.٥١	
هل تشعر بالعزلة وبأنك بعيد ولا تشعر بالحب تجاه الاخرين أو الانبساط.		٠.٧٦	
هل فقدت الشعور بالحزن والاهتمام بعد ظهور وباء فايروس كورونا.		٠.٦٨	
هل تجد صعوبة في تخيل بقائك على قيد الحياة لفترة طويلة لتحقق أهدافك.		٠.٧٠	
هل لديك صعوبة في النوم أو الاستمرار في النوم منذ بداية وباء فايروس كورونا.			٠.٦٨
هل تنتابك نوبات من التوتر والغضب.			٠.٨٤
هل تعاني من صعوبات في التركيز.			٠.٨٥
هل تشعر بأنك على حافة الانهيار ، ومن السهل تشتيت انتباهك.			٠.٨٤
هل تستثار لأتفه الاسباب وتشعر دائما بأنك متحفز ومستثار دائما.			٠.٨١
هل متابعة الاخبار والاحصائيات المتعلقة بحالات كورونا يشعرك بالتوتر والقلق.	٠.٧٢		
هل تعتقد بأن المستقبل سوف يشهد أوبئة مثيلة لفايروس كورونا أو أشد منه.			٠.٦٩

ويظهر من جدول التحليل العاملي بعد التدوير تشبعات عبارات المقياس على ثلاثة عوامل أساسية هي:

- العامل الأول: وقد تشبعت عليه العبارات التالية: (١، ٢، ٣، ٤، ١٧)، وتقيس هذه العبارات بُعد استعادة الخبرة الصادمة لبداية انتشار وباء فايروس كوفيد - ١٩.
- العامل الثاني: وقد تشبعت عليه العبارات التالية: (٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١)، وتقيس هذه العبارات بُعد تجنب الخبرة الصادمة لبداية وانتشار وباء فايروس كوفيد -١٩.
- العامل الثالث: وقد تشبعت عليه العبارات التالية: (١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٨)، وتقيس هذه العبارات بُعد الاستثارة. وقد تم تحديد قيمة تشبع الفقرة (٠.٣٠) وفقا لمحك جيلفورد.

جدول ٥ قيم الجذر الكامن ونسبة التباين المفسرة للعوامل المكونة لعبارات المقياس

العوامل	الجذر الكامن	نسبة التباين	النسبة التجمعية للتباين
١	٥.٢٤	٢٩.١٣	٢٩.١٣
٢	٣.٤٦	١٩.٢٦	٤٨.٣٩
٣	٣.٠٢	١٦.٧٧	٦٥.١٧

ويوضح الجدول السابق أن العامل الأول جذره الكامن بلغ (٥.٢٤) وقد فسّر (٢٩.١٣) من التباين في درجة المقياس، أما العامل الثاني فقد بلغ جذره الكامن (٣.٤٦) وقد فسّر (١٩.٢٦) من التباين في درجة المقياس، وأخيرا العامل الثالث جذره الكامن (٣.٠٢) ويفسر ما نسبته (١٦.٧٧) من التباين في درجة المقياس.

• **صدق الاتساق الداخلي**:

وقد تمّ حساب معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

جدول ٦ صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس

رقم العبارة	معامل ارتباط بيرسون مع الدرجة الكلية للمقياس
هل تتخيل صور ذهنية، وأفكار عن وباء فايروس كورونا.	٠.٦٠
هل تحلم أحلام مزعجة تتعلق بوباء فايروس كورونا.	٠.٥٤
هل تشعر بمشاعر فجائية بأنك ستصاب بفايروس كورونا.	٠.٦٨
هل تتضايق من الاشياء التي تذكرك ببداية جائحة كورونا.	٠.٦٧
هل تتجنب الافكار أو المشاعر التي تذكرك ببداية وباء فايروس كورونا.	٠.٦٠
هل تتجنب المواقف والاشياء التي تذكرك ببداية فايروس كورونا.	٠.٦٣
هل تعاني من فقدان الذاكرة للأحداث المتعلقة ببداية جائحة كورونا.	٠.٥٣
هل لديك صعوبة في التمتع بحياتك والنشاطات اليومية التي تعودت عليها قبل اعلان انتشار وباء فايروس كورونا.	٠.٧٧
هل تشعر بالعزلة وبأنك بعيد ولا تشعر بالحب تجاه الاخرين أو الانبساط.	٠.٧٣
هل فقدت الشعور بالحزن والاهتمام بعد ظهور وباء فايروس كورونا.	٠.٦١
هل تجد صعوبة في تخيل بقائك على قيد الحياة لفترة طويلة لتحقق أهدافك.	٠.٧٢
هل لديك صعوبة في النوم أو الاستمرار في النوم منذ بداية وباء فايروس كورونا.	٠.٦٦
هل تنتابك نوبات من التوتر والغضب.	٠.٦٤
هل تعاني من صعوبات في التركيز.	٠.٦١
هل تشعر بأنك على حافة الانهيار ، ومن السهل تشتيت انتباهك.	٠.٧١
هل تستثار لأتفه الاسباب وتشعر دائما بأنك متحفز ومستثار دائما.	٠.٦٣
هل متابعة الاخبار والاحصائيات المتعلقة بحالات كورونا يشعرك بالتوتر والقلق.	٠.٧٢
هل تعتقد بأن المستقبل سوف يشهد أوبئة مثيلة لفايروس كورونا أو أشد منه.	٠.٥٣

وتظهر معاملات ارتباط بيرسون بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس معاملات ارتباط جيدة تراوحت ما بين ٠.٥٣ – ٠.٧٧ وعند مستوى دلالة ٠.٠٠١

• **ثبات المقياس** :

تمّ حساب معامل ثبات المقياس من خلال معادلة كرونباخ الفا وقد أظهرت قيمة ثبات عالية بلغت ٠.٩٢ .

جدول ٧ ثبات مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كورونا

عدد عبارات المقياس	كرونباخ الفا
١٨	٠.٩٢

• **أداة الدراسة بصورتها النهائية**:

وقد تكوّن مقياس اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة فايروس كوفيد -١٩ PTSDC-19 بصورته النهائية من ١٨ عبارة وتكون الاستجابة على عبارات المقياس وفقاً لمدرج ليكرت الخماسي كالآتي:

أبداً= ٠، نادراً= ١، أحياناً= ٢، غالباً= ٣، دائماً= ٤

ومجموع الدرجات الكلية على المقياس ١٨٠درجة.

- **نتائج الدراسة ومناقشتها**:

وللإجابة على تساؤل الدراسة الأول ونصه " ما نسبة انتشار اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى طلبة جامعة الباحة أثناء تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩"؟. وقد استخدم الباحث الاحصاء الوصفي لمعرفة نسبة الانتشار، وقد أظهرت النتائج بأن نسبة ٤٩ ٪ من عينة الدراسة لديهم اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩. وبالتالي يُقبل فرض الدراسة الأول وهو " توجد أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة الدراسة من طلبة جامعة الباحة أثناء تفشي فايروس كوفيد -١٩". ويوضح الجدول التالي نتائج الاحصاء الوصفي لنسب اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩.

جدول ٨ نسب اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب كوفيد١٩

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية
ذكور	٢٣.٣٨	١٢.٧١	٢٣٪
اناث	٢٦.٧٢	١٢.٠٨	٢٦٪
المجموع	٤٩٪		

وتكشف النتائج بأنّ نسبة عالية من أفراد العينة الذين أظهروا أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة فايروس كوفيد -١٩. وتتشابه هذه النتيجة مع معظم نتائج الدراسات السابقة حول ارتفاع نسبة اضطراب كرب ما بعد الصدمة بين الأفراد بسبب وباء فايروس كوفيد -١٩، مثل دراسات: (Janiri et al., 2021) (Liang et al., 2020) (Tanga et al., 2020) (Sun et al., 2021)، وتظهر النتيجة أن نسبة وجود اضطراب كرب ما بعد الصدمة بسبب جائحة وباء فايروس كوفيد -١٩ لدى عينة الدراسة الحالية قريب من النسبة التي توصلت إليها دراسة الشهري وآخرون (Alshehri et al., 2021) على المجتمع السعودي والتي بلغت ٥١٪ من عينة الدراسة ذكروا بأن لديهم أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بعد إعلان وزارة الصحة السعودية عن تفشي وباء فايروس كوفيد -١٩.

ويرى الباحث في أن ذلك يعود إلى الطبيعة الإنسانية في عدم تقبل الخبرات والأحداث المؤلمة والتي تتسبب في تحول الفرد من حالة نفسية مستقرة ومتزنة في أغلب الأحيان إلى الشعور بمشاعر الخوف والقلق والاضطراب والتي تجعل الفرد يشعر بعدم الأمان وتسوء حالته النفسية.

كذلك التعرض المستمر لضغوطات وباء فايروس كوفيد -١٩ وضرورة التقيد بالإجراءات الاحترازية للوقاية منه تزيد عند بعض الافراد أعراض الخوف والقلق الشديدين وهو ما شدد عليه الإصدار الخامس من DSM-5 (APA, 2013) حول استمرارية التعرض للحدث الصدمة ودوره الكبير في الزيادة من حدة أعرض اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

أيضاً تكرار الصور الذهنية المرعبة حول خطورة الفايروس والانسحاب الاجتماعي سواءً من قبل الفرد في عدم رغبته الالتقاء بالآخرين أو تطبيقا لفترات الحجر المنزلي تزيد من احتمالية زيادة هذه الأعراض ويشعر من خلالها الفرد بأنه عاجز عن مواجهة هذا الحدث الصدمة وبالتالي يعاني من ضغوط كرب ما بعد الصدمة. وقد أشار زي هانق وآخرون (Zheng etal., 2012) إلى ذلك بما أسموه فنيات التكيف السلبي مع الاحداث الصادمة (Negative Coping Style). حيث أن غالبية الأفراد يتبعون فنيات سلبية في مواجهة الأحداث الصادمة تجعل منهم ضحايا لاضطراب كرب ما بعد الصدمة، هذه الفنيات السلبية مثل: الانكار، واللوم، والانسحاب الاجتماعي وعدم وضع أهداف للخروج من الازمة.

الأمر الآخر وهو ما يتعلق بالدور السلبي لبعض وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي في التعاطي مع أزمة جائحة كوفيد -١٩. فهناك العديد من الأخبار غير الدقيقة والمعلومات غير الصحيحة والتي تثير الخوف والذعر من الفايروس وقد تمّ نشرها وتداولها بين الناس والتصديق بمثل هذه الأخبار والمعلومات غير الموثوقة دون الرجوع إلى مصادر الدولة الصحيحة مثل وزارة الصحة السعودية قد يؤدي ببعض الأفراد إلى المعاناة النفسية الشديدة من اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

ولاختبار صحة فرض الدراسة الثاني والذي ينص على:" توجد فروق بين الذكور والإناث في اضطراب كرب ما بعد الصدمة من أفراد عينة الدراسة". استخدم الباحث اختبار ت للكشف عن الفروق المحتملة وقد أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث في اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة فايروس كوفيد -١٩ لصالح الإناث وقد بلغت قيمة ت = (t=2.17)P<0.01 ويوضح الجدول التالي نتيجة اختبار الفرض الثاني للدراسة.

جدول٩ اختبار ت للفروق بين الجنسين في اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كوفيد١٩

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
الذكور	٢٣.٣٨	١٢.٧١	٢.١٧	٠.٠١
الإناث	٢٦.٧٢	١٦.٠٨		

تظهر نتائج اختبار ت وجود فروق بين الذكور والاناث عند مستوى P=0.01

وتتشابه نتيجة اختبار هذا الفرض مع معظم نتائج الدراسات السابقة والتي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في ظهور أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة وباء فايروس كوفيد -١٩. والدراسات هي:

Liang et al., 2020) (Janiri et al., 2021) (Sun et al., 2021) (Alshehri., 2021).

ويفسر الباحث إلى أن وجود هذه الفروق يعود إلى طبيعة الإناث البيولوجية والنفسية والتي تؤدي إلى التأثر السلبي من الأحداث الصادمة أكثر من الذكور (Casagrande et al., 2020; Wang et al., 2020). ويدعم ذلك ما ورد في

الاصدار الخامس DSM-5 للجمعية الأميركية للطب النفسي بأن الإناث يصابون باضطراب كرب ما بعد الصدمة بنسبة ٩.٧٪ مقارنة بالذكور ٣.٦٪. أيضا يتميز الإناث عن الذكور في القدرة عن الإفصاح والتعبير عن معاناتهن ومشكلاتهن النفسية بشكل عام وبالتالي فهم أكثر مشاركة وتفاعل مع الآخرين سواءً في مشكلاتهم الخاصةً أو بدعم ومساندة الآخرين في التغلب على مشكلاتهم (بلعيد،٢٠١٨).

وفيما يتعلق بفرض الدراسة الثالث والذ ينص على " توجد فروق بين أفراد عينة الدراسة ينسب إلى متغير المرحلة الدراسية (طلبة الدراسات العليا – طلبة مرحلة البكالوريوس) في اضطراب كرب ما بعد الصدمة". ومن خلال استخدام اختبار ت للكشف عن الفروق في متغير المرحلة الدراسية، فقد أظهرت نتائج اختبار ت وجود فروق بين طلبة مرحلة الدراسات العليا وطلبة مرحلة البكالوريوس في اضطراب كرب ما بعد الصدمة لصالح طلبة مرحلة البكالوريوس. وقد بلغت قيمة اختبار ت = (t=5.72)P<0.001. ويوضح الجدول التالي نتيجة اختبار الفرض الثالث للدراسة.

جدول ١٠ اختبار ت للفروق بين المرحلة الدراسية في اضطراب كرب ما بعد الصدمة في ظل جائحة كوفيد١٩

المرحلة الدراسية	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة ت	الدلالة
الدراسات العليا	٢٠.٣١	١١.٦٤	٥.٧٢	٠.٠٠١
البكالوريوس	٢٨.٨٦	١٥.٦٦		

تظهر نتائج اختبار ت وجود فروق بين الذكور والإناث عند مستوى P=0.001

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع ما ذكره بعض الباحثين مثل:

(Cindy et al., 2020; Dubey et al., 2020; Shi et al., 2020; Kar et al., 2021) في أن العمر يعتبر أحد أهم عوامل الخطورة في الإصابة باضطراب كرب ما بعد الصدمة، حيث أن المراهقين والشباب يكونون أكثر معاناة وتأثرا من أعراض هذا الاضطراب وتتمثل في القلق والاكتئاب الشديدين وضعف الادراك والتركيز والميول الانتحارية بينما يكون لدى الأفراد المتقدمين في العمر قدرة نسبية في التعامل والتكيف مع الأحداث والخبرات الصادمة وقد يعود ذلك إلى الخبرات الشخصية التي تكونت لديهم من خلال التعامل مع مختلف الخبرات والأحداث المؤلمة وأصبح لدى العديد منهم سمات المرونة والصلابة النفسية في مواجهة الصعوبات والتغيرات غير الجيدة.

الأمر الآخر والمهم والذي يتمثل في الدعم والمساندة الاجتماعية للفرد في مواجهة المشكلات النفسية بشكل عام أو في اضطراب كرب ما بعد الصدمة على وجه الخصوص. حيث أنّ الأفراد المتقدمين في العمر قد يحضوا بالدعم والمساندة الاجتماعية المتعددة والمختلفة أثناء مواجهتهم للمشكلات النفسية أكثر من المراهقين والشباب بسبب أن الكثير منهم يكون متزوجا وربما أبا أو حتى جدا فيجد الدعم والمساندة من جميع أفراد العائلة والأقارب وذلك قد لا يجده الأصغر سنا

من المراهقين والشباب. وقد شددت دراسة اكزير وآخرون (Ikizer et al., 2021) على أهمية دور الدعم والمساندة الاجتماعية في التخفيف من أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة.

- **توصيات الدراسة**:

يوصي الباحث بإجراء العديد من الدراسات الإضافية حول تأثير جائحة فايروس كوفيد -١٩ على مستوى الصحة النفسية لدى طلبة جامعة الباحة على وجه الخصوص وطلبة الجامعات السعودية بشكلٍ عام، مثل:

- العمل على تحديد عوامل الخطورة المساهمة بشكلٍ مباشر في إصابة الطلبة باضطراب كرب ما بعد الصدمة أثناء جائحة فايروسٍ كوفيد -١٩.
- الكشف عن نسبة انتشار اضطراب الوسواس القهري (*OCD*) بين طلبة الجامعات السعودية أثناء جائحة كوفيد -١٩.
- إجراء دراسة لمعرفة نسبة انتشار اضطراب توهم المرض *Hypochondria* بين طلبة الجامعات السعودية أثناء جائحة كوفيد -١٩.

- **مقترحات الدراسة**:

- تقديم البرامج الإرشادية والعلاجية النفسية للطلبة والذين يعانون من اضطراب كرب ما بعد الصدمة، مثل برامج العلاج السلوكي المعرفي، وكذلك أسلوب ازالة الحساسية عن طريق تحريك العينين وإعادة بناء البنية المعرفية (*EMDR*) لفرانسيس شابيرو وهي طريقة فعالة في التخفيف من أعراض اضطراب كرب ما بعد الصدمة.
- قيام لجان تعزيز الصحة النفسية بالجامعات السعودية بالتوعية المستمرة لطلبة الجامعات فيما من شأنه تحقيق المستوى العالي من الصحة النفسية وتقديم الخدمات الإرشادية الضرورية لمن يحتاجها من طلبة الجامعة.

- **المراجع العربية** :

- الحمادي، أنور (٢٠٢١). *الاضطرابات العقلية والسلوكية في التصنيف الدولي للأمراض -١١*. الدار العربية للعلوم
- بلعيد، الزادمه الرزوق (٢٠١٨). اضطراب ما بعد الصدمة وعلاقته بالاكتئاب لدى طلاب الجامعة. *مجلة البحث العلمي في الآداب*، ١٩: ٤٠ — ٧٥
- حمزة، أحمد (٢٠١٩). *الدليل التشخيصي والاحصائي الخامس للاضطرابات النفسية*. مكتبة الرشد.
- خير الزراد، فيصل محمد (٢٠٠٥) *العلاج النفسي السلوكي*. دار العلم للملايين.
- سيد، رشا أحمد (٢٠٢٠). الخوف من كورونا كوفيد ١٩ وعلاقته باضطراب كرب ما بعد الصدمة لدى عينة من الراشدين في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: دراسة سيكومترية — إكلينيكية. *المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية*، ٥٦: ١٩٧ — ٢٥٢
- عبدالرزاق، محمد مصطفى (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي قائم على العلاج المتمركز على التعاطف في خفض اضطراب ما بعد الصدمة لدى ضحايا التنمر الالكتروني. *المجلة التربوية*، ٧٣: ٨٧٤- ٩٦٨

• **المراجع الأجنبية** :

- Alshehri, F., Alatawi, Y., et al. (2021). Prevalence of posttraumatic stress disorder during the COVID-19 pandemic in Saudi Arabia. *Saudi Pharmaceutical Journal*, 28: 1666-1673.
- American Psychiatric Association [APA] (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. Arlington, VA: Author.
- Boyraz, G., Legros, D. (2020). Coronaviruse disease (Covid19) and traumatic stress: probable risk factors and correlate of posttraumatic stress disorder. *Journal of loss and trauma*, 25: 503-522.
- Branch, R & Wilson, R. (2010*). Cognitive behavioral therapy*.(2ed), Chichester, England, John Wiley & sons , Ltd, Publication.
- Casagrande M, Favieri F, Tambelli R, Forte G, (2020) The enemy who sealed the world , Effects quarantine due to the COVID-19 on sleep quality, anxiety, and psychological distress in the Italian population, *Sleep Medicine*, 10: 5-10.
- Cindy H. L , Zhang E, Wong G.F , Hyun S , Hahm H (2020). Factors associated with depression, anxiety, and PTSD symptomatology during the COVID-19 pandemic: Clinical implications for U.S. young adult mental health**.** *Psychiatry Research*, 290: 113- 172.
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*.(8ed), Belmont, CA, Brooks/Cole.
- Davidson, J., Book, S. & Colket, J. (1995). *Davidson Self-Rating PTSD Scale*. 908 Niagara Falls Boulevard, North Tonawanda, NY.
- Dubey S, Payel B, Ritwik G, Subhankar C,Mahua J, Subham C, Durjoy L,Carl J(2020) Psychosocial impact of COVID-19. Diabetes &Metabolic Syndrome**:** *Clinical Research &Reviews***,** 14: 779-788.
- Ikizer, G., Karanci, A. , N. Gul, E. and Dilekler, I. (2021). Posttraumatic stress, growth, and depreciation during the Covid 19 pandemic: evidence from Turkey. *European Journal of Psych traumatology*, 12: 1-11.
- Janiri, D., Carfi, A., Kotzalidis, G., Bernabie, R., Landi, F., Sani, G. (2021). Posttraumatic stress disorder in patients after sever Covid19 infection. *Journal American Medical Association Psychiatry* ,2:e1-3.
- Jiyuan Shi et al. (2020). Prevalence of delirium, depression, anxiety, and posttraumatic stress disorder among COVID-19 patients:

protocol for a living systematic review. *Southern Medical University*, 9: 1023-1063.

- Joseph, R., Lucca, J., Alshayban, D., Alshehry, Y. (2021). The immediate psychological response of the general population in Saudi Arabia during COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Journal of Infection and Public Health*, 14: 276- 283.
- Kar, N., Karm B., Kar, S.(2021). Stress and coping during COVID-19 pandemic: result of an online survey.*Psychiatry research*, 295: 1-5.
- Lau, J. T. F., Yang, X., Pang, E., Tsui, H. Y., Wong, E., & Wing, Y. K. (2004). SARS-related perceptions in Hong Kong. *Emerging Infectious Diseases*, 4: 587–424.
- Lee, T. M. C., Chi, I., Chung, L. W. M., & Chou, K.-L. (2006). Ageing and psychological response during the post-SARS period. *Aging & Mental Health*, 3: 303–311.
- Liang, L., Gao, T., Ren, H., Cao, R., Qin, Z., Hu, Y, Li, C., Mei, S. (2020). Posttraumatic stress disorder and psychological distress in chinese youths following the Covid19 emergency. *Journal of Health Psychology*, 25: 1164-1175.
- M. Husky M, Kovess-Masfety V, Swendsen J(2020):Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement**,** *Journal of Comprehensive Psychiatry*, 102: 152- 191.
- Sun, L., Sun, Z. et al. (2021). Prevalence and risk factors for acute posttraumatic stress disorder during the Covid-19 outbreak. *Journal of Affective Disorders*, 283: 123-129.
- Tanga W , Hu T, Hu B, Jin C, Wang G, Xie C, Chen S& Jiuping Xu (2020). Prevalence and correlates of PTSD and depressive symptoms one month after the outbreak of the COVID-19 epidemic in a sample of home quarantined Chinese university students. *Journal of Affective Disorders*, 274: 10-16
- Wang Y, Yu Di, Junjie Ye & Wenbin Wei (2020): Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China, *Psychology Health & Medicine*, 108:135-158
- World Health Organization. (2020b, January 12). Novel coronavirus – China. WHO. http://www.who.int/csr/don/12-january-2020-novel-coronavirus-china/en/.

- World Health Organization. (2020c, March 11). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening
- Zheng YH, Fan F, Liu XC, et al. (2012) Life events, coping, and posttraumatic stress symptoms among Chinese adolescents exposed to 2008Wenchuan Earthquake, China. *PLoS One* 7: e29-40.

****