



متاحة على المنصة الجزائرية للمجلات العلمية

<https://www.asj>ASJP
Algerian Scientific Journal Platform

ionRevue/626



إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد الاجتماعي كطب وقائي من فيروس "كوفيد-19" وانعكاساتهم على سيكولوجية الطفل في منظور الأسرة

The repercussions of home quarantine and social distancing measures as a preventive medicine against the "Covid-19" virus on the psychology of the child

حسين جاب الله^(أ)، نبيل ناجم^(ب)، مختار حاج^(ج)^(أ) (ب) (ج) معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة العربي التبسي -تبسة، الجزائر.

تاريخ القبول: 2022/03/14

تاريخ المراجعة: 2022/03/13

تاريخ الاستقبال: 2022/03/12

الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على انعكاسات إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد الاجتماعي كطب وقائي من فيروس "كوفيد-19" على سيكولوجية الطفل، حيث أن هذا الأخير أصبح يعيش في وضع مخالف لفطرته التي تجعله يحب الانتماء للجماعة والحرية في الحركة واللعب الا أنه مع ظهور جائحة كورونا وجد نفسه مجبرا على التقيد ببعض الاجراءات المفروضة كسبل وقاية من هذا الفيروس ولمعرفة تبعات هذه الاجراءات على الجانب السيكولوجي للطفل من منظور الأسرة اخترنا عينة من الاسر القاطنة بالوسط الحضري لبلدية تبسة معتمدين في ذلك على اداة الاستبيان لجمع البيانات وقد اخترنا المنهج الوصفي كمنهج بحث، وبعد الخوض في مجريات الدراسة توصلنا الى أن إجراءات الحجر والإبعاد الاجتماعي نتج عنها تقييد حرية الطفل من خلال منعه من القيام بأشياء كانت بالأمس القريب تمثل أحد أكبر اهتماماته كالمدرسة وفضاءات التسلية وهذا ما يعني ان هذه الجائحة امتدت لتمس الجاب السيكولوجي زيادة عن الجانب العضوي والبيولوجي وكحلول مقترحة تجنب الحديث المستمر والدائم حول الإصابات والوفيات أمام الأطفال ومشاركهم في الالعاب المنزلية وخلق جو تسوده الطمأنينة وتقديم الدعم النفسي والاهتمام اللازمين.

Abstract

The study aimed to identify the repercussions of home quarantine and social distancing measures as a preventive medicine against the "Covid-19" virus on the psychology of the child, as the latter is living in a situation contrary to his instinct that makes him love to belong to the group and freedom of movement and play, but with the emergence of the Corona pandemic He found himself forced to abide by some of the imposed measures as ways to prevent this virus, and to know the consequences of these measures on the psychological aspect of the child from the family's perspective, we chose a sample of families living in the urban center of the municipality of Tebessa, relying on the questionnaire tool to collect data and we chose the descriptive approach as a research method, and after delving into In the course of the study, we concluded that the procedures of quarantine and social distancing resulted in a restriction of the child's freedom by preventing him from doing things that were recently considered one of his greatest interests, such as school and entertainment spaces, and this means that this pandemic extended to touch the psychological aspect in addition to the organic and biological aspect. Continuous and permanent information about injuries and deaths in front of children and their participation in home games, creating an atmosphere of reassurance and providing psychological support and necessary attention.).

الكلمات المفتاحية

كوفيد-19؛

الحجر الصحي؛

الإبعاد الاجتماعي؛

سيكولوجية الطفل.

Keywords

Covid-19;
home quarantine;
Distancing
measures;
psychology of child.

* المؤلف المرسل

البريد الإلكتروني: h.djabellah@univ-bouira.dz (ح. جاب الله)

1. مقدمة

يعيش العالم مؤخرًا مع رعب وخطر حقيقي حديث النشأة يهدد الأمن القومي للدول والجنس البشري على حد سواء، إلا أن تبعات هذا الوباء الدخيل على حياتنا اليومية تتعدى إلى أمور أخرى كثيرة كالحياة الاجتماعية وعادات الأفراد، وهذا الأثر لا يقف هنا فحسب بل امتد ليمس عدة جوانب أخرى كالجانب الاقتصادي، ونمط المعيشة، وطريقة عمل المؤسسات، حركة الناس والدراسة في المدارس والجامعات.

إن العالم لم يكن ينتظر هذا أبداً مما أربك كل الحسابات وغير كل الاتجاهات ومس كل التنظيمات وألغى المواعيد والترتيبات لم تعد الحياة اليوم كما كانت عليه في السابق، قد أصبح كل بالغ منا يفكر كيف يخرج؟ لماذا؟ أين يذهب؟ مع من سيلتقي؟ إضافة إلى التوتر النفسي الذي ينتج عن الترقب والتداول الهائل لصدى هذا المرض في وسائل الإعلام العامة والخاصة من إصابات ووفيات وغيرها.

تعد الأزمات بيئة خصبة لظهور الازمات والاضطرابات النفسية والتي تولد عدة انعكاسات على الصحة النفسية والجسدية من بينها الخوف والذي تعد أسبابه ومثيراته، ويعتبر الخوف من المرض أحد أنواع الخوف النوعي ويعتبر الخوف من الإصابة بفيروس كورونا أحدث أنواعه والتي ظهرت خلال الجائحة (سعود، 2022، ص 13)،

أشارت محي الدين (2021) الى انه ونظرا لخطورة هذا الفيروس فقد سعت مختلف دول العالم ومن بينها الجزائر عدة تدابير وإجراءات وقائية من بينها الحجر المنزلي والتقييد من حركة الأشخاص والاكتفاء بالحد الأدنى من الخدمات في العديد من القطاعات وذلك في سبيل الحد من نطاق توسع هذا الفيروس، وقد صدر في هذا الشأن مرسوم تنفيذي رقم 20_69 المؤرخ في 21 مارس 2020 والمتعلق بتدابير الوقاية من انتشار فيروس كورونا ومجابهته، والذي يهدف الى تفعيل وتحديد إجراءات الحجر والابعد الاجتماعي كطب وقائي من هذا الوباء والذي يجد في التجمعات البشرية بيئة مساعدة على الانتشار.

والعالم اليوم لم يعد يفكر في الوفيات أو العلاج فحسب، بل دخلت البشرية في صراع مع الوقت لإيجاد حلول عاجلة في اقرب الآجال، ودخل في دوامة تفكير : إلى متى سيستمر هذا الوباء؟، والمقلق أكثر هو سرعة انتشار هذا الوباء التي أدت إلى دق ناقوس الخطر والتعجيل باتخاذ إجراءات احترازية للحد من انتشاره، وقد فكرت أغلبية الدول على غرار دولتنا في سياسة الإبعاد الاجتماعي والحجر الصحي من خلال نشر تعليمات تمنع التجمعات في الأماكن العمومية وغلق المدارس والجامعات التقليل من حرية تنقل الأشخاص وإلغاء الرحلات البرية والجوية، كل هذا من اجل احتواء هذا الوباء.

ويشدد البروفيسور "نييل غرينورغ" على أنه يجب الاستفادة من فرصة الحجر "لتبني أسلوب حياة صحي". وقال: "لقد حان الوقت للنوم بشكل جيد وتناول الطعام الصحي وممارسة الرياضة قدر الإمكان وتجنب العادات غير الصحية مثل الإفراط في شرب الكحول أو التدخين أو القمار" (بوعلام غبشي، 2020).

إن وعي الكبار البالغين بخطورة هذا المرض يجعلهم أكثر حساسية وانتباه وحرص على سلامتهم وسلامة من معهم، ويحولهم إلى أشخاص مسؤولين رغما عنهم ويقبلون أي إجراء وقائي من شأنه حمايتهم ومن أجل ذلك من الطبيعي أن كل منهم سيفكر في الطريقة المثلى لاستغلال وقت الحجر فمنهم من يمضيه في المطالعة ومنهم من يمضيه في متابعة الأخبار والأفلام وغيرها، لكن المشكلة ليست هنا، بل تكمن في الأطفال الذي هم تربوا على فطرة الحركة وحب اللعب والحرية وحب لانتماء للجماعة، وتأتي سياسة الإبعاد الاجتماعي والحجر الصحي كشيء منافي للفطرة التي ولد عليها الطفل فبعدها كان يذهب للمدرسة، والمتنزهات وفضاءات التسلية فهو أصبح مجبر على ان يقضي معظم وقته في شكل مشابه للعزلة وهو ما سيؤثر بالتأكيد على الجانب السيكولوجي له وحرصا منا على معرفة هذا الشأن كون أن فيروس كوفيد_19 تعدى أثره من الحيز البيولوجي الى الحيز النفسي والاجتماعي وبغية منا في تسليط على الضوء على هذا الامر وحرصا منا على الاهتمام ب حياة الانسان عامة وعلى وجه الخصوص الطفل خلصنا الى التساؤل التالي:

التساؤل العام

س1/ هل أثرت إجراءات الحجر المنزلي والإبعاد الاجتماعي كاحتراز وقائي من فيروس COVID-19 على سيكولوجية الطفل من منظور الأسرة الجزائرية؟
التساؤلات الجزئية:

س2/ هل أثرت إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد الاجتماعي كاحتراز وقائي من فيروس COVID-19 على أسلوب حياة الطفل؟

س3/ هل أثرت إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد احتراز وقائي من فيروس COVID-19 على التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة؟

فروض الدراسة

يرى ذوقان، عبد الرحمان، وكايد (1983) أن الفروض هي حلول مبدئية مؤقتة أو تفسيرات مؤقتة يضعها الباحث كحل مبدئي لمشكلة البحث، ويضيف ربحي (2001) أن الفرضية هي عبارة عن تخمين ذكي وتفسير محتمل يتم بواسطته ربط الأسباب بالمسببات كتفسير مؤقت للمشكلة أو الظاهرة محل الدراسة، واستنادا على هذا وبناءً على التساؤلات البحثية تمثلت فرضياتنا في:

الفرضية العامة

أثرت إجراءات الحجر المنزلي والإبعاد الاجتماعي كاحتراز وقائي على سيكولوجية الطفل في منظور الأسرة الجزائرية.

الفرضيات الجزئية

أثرت إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد الاجتماعي كاحتراز وقائي من فيروس COVID-19 على أسلوب حياة الطفل.

أثرت إجراءات الحجر الصحي المنزلي والإبعاد الاجتماعي كاحتراز وقائي من فيروس COVID-19 على التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة.

أهداف الدراسة

هدفت دراستنا إلى:

- معرفة أثر الحجر الصحي المنزلي كإجراء وقائي ضد فيروس كوفيد-19 على سيكولوجية الطفل من منظور الأسرة.

- معرفة منظور الأطفال لهاته الإجراءات " الحجر الحي المنزلي، والإبعاد الاجتماعي".
- معرفة نمط حياة الطفل أثناء هذه الفترة التي تعد بالنسبة له شيئا مخالفا لعادته.
- معرفة ما إن كانت إجراءات الحجر الصحي والإبعاد الاجتماعي قد أثرت في التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة.

أهمية الدراسة

هذه الدراسة نابعة من واقع معاش لدى الأسر في هذه الفترة الصعبة التي نعيشها، والتي قد مست عدة جوانب في حياتنا اليومية وغيّرت عاداتنا وضيقّت علينا حريتنا وحرية أطفالنا، لذا كان من الضروري دراسة أثر هذه الإجراءات على سيكولوجية الطفل باعتباره أكثر المتضررين منها حيث أن هذه الدراسة ستعطينا نظرة عامة عما يشعر به الطفل وكيف يعيش يومياته مما يجعلنا قادرين على أن نجعله يعيشها في أحسن الظروف من خلال اقتراح حلول وإرشادات من شأنها أن تجعل حياة وسيكولوجية الطفل أفضل مما هي عليه الآن.

حدود الدراسة

المجال البشري: الأسر (أباء، أمهات).
المجال الزماني: من 2020/03/19 إلى غاية 2022/02/07
المجال المكاني: بلدية تبسة (الوسط الحضري).

تعديد مصطلحات الدراسة

الحجر الصحي المنزلي: والذي يعرف بأنه ممارسة تهدف إلى الحد من مخالطة الأشخاص المشتبه بإصابتهم بالمرض مع الآخرين، وقد يكون الحجر المنزلي طوعي أو بشكل إجباري يفرض من سلطات الصحة العامة والأمنية للحد من انتشار الأمراض المعدية (الفاعوري، 2020).
سيكولوجية: اصطلاحا: علم السيكولوجي أو ما يسمى بعلم النفس هو علم يهتم بدراسة سلوك البشر وتفكيرهم، كما يُعنى بدراسة عمليات الإدراك الحسي، والتفكير، والتعلم، والانفعالات، والدوافع، كما يدرس تكوين الشخصية، والسلوك غير الطبيعي عند الإنسان، كما يهتم بدراسة التفاعل بين الأشخاص والبيئة

ذلك، لأن ذلك يتأثر بعوامل عديدة منها نوع المجتمع وثقافته، وما يتضمنه من عادات وتقاليده وقيم وتراث حضاري وديني ومدى تقدم هذا المجتمع ونموه، فكلما نجحت الأسرة في تقديم خدمات متنوعة ومتكاملة للأطفال، وأدت دورها في إشباع حاجات الأطفال بدرجة مناسبة، أدى ذلك بدوره إلى نمو شخصية الطفل، نموا طبيعيا ومتوازنا، وذلك كفيل بأن يعمل على تحقيق توافق اجتماعي ونفسي للأطفال ويمكن ذكر أهم حاجات الطفل في النقاط التالية:

الحاجات المادية والجسمية: تتنوع وتتلّف الحاجات الجسمية في مرحلة الطفولة في جميع أطوارها، فهي مرحلة تتميز ببطء النمو يصاحبها تغير شامل في الملامح العامة لجسم الإنسان وتشمل الحاجة إلى التغذية السليمة الرعاية الصحية، الملابس المناسب، والسكن المناسب الذي يستريح فيه حتى يساعده على النمو بشكل كافٍ وإيجابي.

الحاجات المعنوية أو النفسية: وتشمل:

الحاجة إلى المحبة.

الحاجة إلى الانتماء.

الحاجة إلى تعلم المعايير السلوكية.

الحاجة إلى التقدير الاجتماعي.

الحاجة إلى الحرية والاستقلال.

الحاجة إلى تقبل السلطة.

الحاجة إلى إرضاء الكبار والأقران.

الحاجة إلى تقدير وتحقيق الذات.

2 / دراسة: عبد الله ياسين كولر (2020/04/09) "يجب حماية أطفالنا من رعب كورونا"

دعت خبيرتان تركيتان الأسر إلى ضرورة حماية الأطفال من حالة الرعب والقلق الناجمة عن انتشار فيروس كورونا المستجد.

وفي حديث للأناضول، قالت خبيرة علم نفس الطفل السريري سميرة آقصوي باريش: "على الأطفال الذين يجب أن يبقوا في المنزل في إطار التدابير المتخذة لمنع انتشار الفيروس، الاستمرار بممارسة نشاطاتهم بشكل روتيني".

وحذرت باريش من تعريض الأطفال لحالة الرعب والقلق الناتج عن وباء كورونا المستجد، داعية العائلات إلى

المحيطة بهم، ويرتبط علم السيكولوجي ارتباطاً وثيقاً بكل من الأنثروبولوجيا وعلم الاجتماع والذي يعنى بالتأثيرات الاجتماعية والبيئية على السلوك (الخنساء عثمان، 2019).

الطب الوقائي: أن الطب الوقائي يمنع انتقال الأمراض المعدية وتطور الأمراض غير المعدية. ويركّز هذا النوع من الطب بشكل رئيسي على أهمية اتباع أنماط حياة صحية لتجنب الأمراض والمشاكل الصحية إلى جانب حماية وتعزيز، والحفاظ على، الصحة العامة والتمتع بنمط حياة صحي، سواءً على نطاق واسع أو على أساس فردي (آل علي، 2019).

الأسرة: تعرف الأسرة على أنها هي الخلية الأساسية في المجتمع وأهم جماعته الأولية. وهي عبارة عن رابطة اجتماعية تتكون من الأب والأم والأبناء (محمد بشار، 2018).

الطفل: بالكسر يراد بها الصغير من كل شيء، أو المولود، يقال للذكر طفل وللأنثى طفلة وفي لسان العرب قال أوب الهيثم " الصبي يدعى طفلاً حينما يسقط من بطن أمه إلى أن يحتلم " (رحماني وأبختي، 2017، ص 159)، ويعد الطفل نواة المجتمع الشاب، والركن الأساسي في الأسرة، هذه الأخيرة هي نظام اجتماعي متكامل وأساس وجود المجتمع، قوامها الدين والأخلاق والوطنية، وتعد الدعامة الأساسية لضبط السلوك ففيها يتلقى الأساس أولى دروس الحياة الاجتماعية وتمارس فيها عمليات التنشئة (مستاري وقروف، 2010، ص 150)،

الدراسات السابقة والمثابة

1/ دراسة ايكوفان شفيق (2016) " سيكولوجية الترفيه والصحة النفسية للطفل " حيث تطرق الباحث في بحثه حول أهم الحاجات التي تجعل من الطفل يشعر بنوع من الراحة والصحة النفسية والتي سنوجزها في ما يلي:

تختلف حاجات الأطفال وتنوع طبقاً للاختلاف والتباين في القدرات والاهتمامات، لذا يجب الوضع في الاعتبار عند إشباع هذه الحاجات، تلك الاختلافات، حتى يتم العمل على تدعيم مهارات الأطفال وتحقيق السعادة لهم، ومن الصعوبة حصر حاجات الطفل نظراً لاختلافها وتنوعها وليس من السهل تحديد ما هو ضروري وما غير

معرفته، فهذا النوع من المعلومات سيخلق قلقاً وتوتراً لا داع له لدى الأطفال".

وحثت على ضرورة تحويل فترة الحجر الصحي إلى "حالة ممتعة" للأطفال، يستطيعون من خلالها الغناء واللعب مع والديهما وتلقي معلومات حول الجراثيم والفيروسات بطريقة لا تدب الذعر في نفوسهم.

**** تجنب مسببات القلق**

بدورها، قالت الأخصائية النفسية والباحثة في مجال علم نفس الطفل والمراهقين، عائشة نور تكجه، إن قضية حماية الأطفال من حالة الرعب والقلق غير الضرورية الناتجة عن انتشار الفيروس، قضية مهمة وحساسة.

وأشارت تكجه إلى أنه قد تكون هناك أسئلة من قبل الأطفال حول وجود جميع أفراد الأسرة في المنزل، وأن على الوالدين بذل جهودهم للإجابة على تلك الأسئلة دون أن يتسببوا بالذعر لأطفالهم.

ولفتت، في حديث للأناضول، إلى أن الأطفال يمكن أن يشعروا بمشاعر قلق وغضب خلال هذه المرحلة أكثر من أي وقت مضى، لأنهم لم يعتادوا على البقاء داخل المنزل لهذه الفترة الطويلة.

وأردفت: "سيكون من المهم إنشاء برنامج يومي كما هو الحال في المدرسة، حتى لا يتجاوز الأطفال توصيات الأبوين المتعلقة بحماية الصحة والتواصل الأسري".

كما اعتبرت أنه من الضروري فهم الخوف والقلق الذي يعاني منه الأطفال واحترام مشاعرهم والتعامل معها، ما سيستدعي إبعاد الأطفال عن القضايا التي قد تسبب لهم القلق غير الضروري.

ووفق الخبيرة، فإنه من المهم إبعاد الأطفال عن القنوات الإخبارية خاصة تلك التي تبث عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وتتطرق لمخاطر فيروس كورونا المستجد وأثاره السلبية.

كما أكدت تكجه أن هذه الفترة يجب تحويلها من قبل الأسر إلى فترة مفيدة من أجل قضاء المزيد من الوقت معاً وتحويل هذا الوضع إلى فرصة، يستطيع من خلاله الأبناء الجلوس بشكل أكبر إلى آبائهم وأمهاتهم.

التعليق على الدراسات السابقة

كل الدراسات السابقة تلتقي في نقطة وهي أن للطفل حاجات خاصة ومتنوعة تختلف طبقاً للمجتمع

الاضطلاع بمسؤولياتها تجاه تأمين الصحة النفسية للأطفال خلال فترة الحجر الصحي.

ولفتت إلى ضرورة قضاء الأطفال ساعات معينة خلال اليوم في النوم والأكل والدراسة، وأن تتم هذه العملية وفق روتينهم اليومي المعتاد.

وأضافت: "يجب أن تساعد الأنشطة مثل تمارين التمدد والاستماع إلى الموسيقى والرقص وممارسة الرياضة، على تنشيط الأطفال ومنحهم أوقاتاً ممتعة".

وبالنسبة لها، فإن الألعاب تبقى الطريقة الأكثر فعالية للأطفال من أجل إبعادهم عن البيئات السلبية، ومن المهم ممارسة الأطفال للألعاب المختلفة خلال مرحلة الحجر الصحي، ذلك أن هذه الطريقة تساهم في تنظيم العواطف والتغلب على التوتر القائم والحياة السلبية.

وتابعت: "في هذه المرحلة، يمكن لعب الألعاب الرمزية التي تجعل الطفل في موضع المنتصر، ما يجعله يشعر بالأمان والقوة، وهذا الوضع سينعكس بصورة إيجابية على الطفل وستتاح له الفرصة للتعبير عن نفسه".

**** معلومات وفق أعمارهم**

باريش قالت أيضاً إن الوالدين سيواجهان سيلاً من الأسئلة من أطفالهم مثل "لماذا لا نخرج من المنزل؟"، وكيف يؤثر فيروس غير مرئي على العالم كله؟".

أسئلة حثت على الإجابة عليها، وتزويد الأطفال بالمعلومات اللازمة عن الفيروس بطرق مختلفة وبحسب فئاتهم العمرية وبقدر ما يحتاجون إليه.

وشددت باريش على ضرورة أن تكون المعلومات المقدمة للطفل كافية وفق حاجته وموجزة ومحددة ومفهومة، كأن يقول الوالدان للأطفال أن الفيروس هو عبارة عن مرض لا يمكن أن يضر بنا طالما أننا نأكل بشكل صحي ونعتني بالنظافة.

وفي حال كان الطفل أكبر سناً، يمكن زيادة المعلومات التوضيحية، وفق الخبيرة التي لفتت إلى أن "واحدة من النقاط المهمة التي يجب أن نكون حذرين بشأنها في هذا الصدد هي الأخبار التي لا أساس لها والتي تنتشر بشكل خاص على وسائل التواصل الاجتماعي".

وموضحة الجزئية الأخيرة، تابعت: "يجب أن نبقى أطفالنا بعيداً عن بعض المعلومات، مثل عدد الأشخاص الذين لقوا مصرعهم ومعدل الانتشار الذي لا يحتاج الأطفال إلى

جميع الافراد أو الأشخاص أو الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة الدراسة، حيث تعرف على أنها إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو بمقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث، وذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوبة منه، التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات (ناصر، 2003)، وتمثلت عينة الدراسة في مجموعة من الأسر القاطنة على المستوى الحضري لبلدية تبسة وقدرت ب 13% من المجتمع الكلي.

أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية

الاستبيان

أشار الضامن (2007) الى أن الاستبيان يعد وسيلة من وسائل جمع البيانات، وقد يستخدم ليشمل إطار واسع النطاق ويستخدم كذلك في اكار محدود النطاق، حيث قمنا بتقسيم الاستبيان إلى 3 محاور:

المحور الأول: الأسرة والطفل.

المحور الثاني: الأسرة والمدرسة.

المحور الثالث: الطفل والبيئة المحيطة به.

صدق وثبات أداة البحث

الصدق: صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه (ميرفت، 2002).

ولأجل ذلك تم عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المتخصصين في ميدان بحثنا حيث تم الاتفاق على تعديل بعض العبارات رقم (2، 6، 13، 18) وحذف واستبدال العبارات (9، 14، 17).

للتأكد من ثبات أداة البحث والتي تمثلت في الاستبيان، قمنا بتوزيعه على عينة مقدرة ب 15 أسرة ثم سحبه، وبعد أسبوع قمنا بنفس العملية، بعد ذلك تم حساب معامل الارتباط والجدول التالي يوضح ذلك.

والأسرة التي يعيش فيها ومن بين هذه الحاجات الحاجة إلى الحرية واللعب والحركة في الفضاءات المفتوحة والانتماء للجماعة وكل هذا مقيد إن لم نقل غير موجود في هاته الفترة أو ما يعرف بالحجر المنزلي وهذا يعطينا أكثر رغبة في الخوض في البحث لمعرفة سيكولوجية الطفل من منظور الأسرة.

2. الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

بعد إجراء الدراسة الاستطلاعية وتحديد معالم البحث وتوجهاته وتحديد أهدافه، وبعد الاطلاع على عدة دراسات مرتبطة بنوع بحثنا ومشابهة له كدراسة سعود (2022) ودراسة (بوقرة، 2021) توصلنا إلى اختيار تحديد المنهج الملائم والذي تمثل في المنهج الوصفي باعتباره الأنسب لفحص موضوع هذا البحث.

مجتمع الدراسة

يقصد بالمجتمع مجموعة من الأشياء التي نريد دراستها إما لوصفها أو لاستقراء السمات العامة لها، أو لاستقراء العلاقة بينها للوصول للسنن الكونية (سعد ، 2000، ص 221) وتمثل مجتمع بحثنا في " الأسرة " القاطنة على مستوى إقليم بلدية تبسة، حيث تعرف الأسرة على أنها المجموعة التي يرتبط ركنها بالزواج الشرعي، والتزمت بالحقوق والواجبات بين طرفيها، وما ينتج عنها من ذرية، وما يتصل بها من أقارب (أبو حميدي، 2013)، كما يعرفها ماكيفر على أنها وحدة ثنائية تتكون من رجل وامرأة تربطهما علاقة روحية متماسكة مع الأطفال والأقارب ويكون وجودهما قائما على الدوافع الغريزية والمصالح المتبادلة والشعور المشترك الذي يتناسب مع أفرادها (إحسان محمد ، 1983، ص 233).

عينة البحث

أشارت رجاء (2000) الى أن العينة هي فئة تمثل مجتمع البحث (population research) أو جمهور البحث، أي جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث، أو

الجدول رقم (01): يبين معاملات ثبات وصدق محاور الاستبيان

المحاور	معامل الثبات	جذر الثبات	الدلالة
المحور الأول	0.78	0.88	غير دال
المحور الثاني	0.79	0.88	غير دال
المحور الثالث	0.82	0.90	غير دال
الاستبيان بأكمله	0.79	0.88	غير دال

3. النتائج

س3/ هل فكرتم في وضع برنامج خاص لأطفالك أثناء فترة الحجر الصحي المنزلي؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إن فكرت العائلة في وضع برنامج خاص بالأطفال في فترة الحجر الصحي.

من خلال معاملات الصدق والثبات نستنتج أن أداة البحث مقبولة منهجياً وإحصائياً، وزيادة عن هذا قم بحساب الصدق الذاتي الذي يعرف إحصائياً بأنه الجذر التربيعي لمعامل الثبات والذي قدر 0.88 مما يعني أن شرط الدق الذاتي قد تحقق.

الأساليب الإحصائية

النسبة المئوية.

اختبار ك².

الجدول رقم (02): يوضح وجهة نظر العائلة في وضع برنامج خاص للأطفال في فترة الحجر المنزلي						
الخيارات	نعم	لا	للمحسوبة	للمجدولية	د الحرية	م الدلالة
التكرارات	ت ح 40	ت ح 80				
	تم 60	تم 60	13.33	3.84	01	0.05
النسب %	33%	67%				

إن البقاء في المنزل لوقت طويل مع تقليل الاحتكاك بالآخرين خارج المنزل بالنسبة للأطفال يزيد من احتمال شعورهم بالملل وزيادة التوتر لديهم، لذا من الضروري على الأولياء وأرباب الأسر أن يسطروا برنامج خاص ومتنوع مبني على الأسس السيكولوجية للطفل حتى يشعر الطفل بالأمان والراحة النفسية التي تساعد على البقاء في المنزل وتقبل فكرة التباعد الاجتماعي.

س5/ هل الأطفال يتعاملون مع الحجر على أنه من القيود التي تحد من حريتهم؟
الغرض من السؤال: معرفة منظور الأطفال للحجر الصحي إن كان نوع من القيود أو لا.

من خلال قراءتنا للجدول رقم (04) الذي هو عبارة عن بيانات مستقاة من أفراد العينة، حول تساؤل هدفه معرفة ما إن فكرت الأسرة في وضع برنامج خاص للأطفال أثناء الحجر الصحي المنزلي حيث وجدنا أن نسبة 67% لم يفكروا في وضع برنامج خاص بفترة الحجر، في حين أن نسبة 33% يرون أنه من الواجب وضع استراتيجية خاصة للأطفال طيلة هذه الفترة وبتطبيق اختبار ك² وجدنا أن هناك فروق في الإجابات دالة إحصائياً لصالح الإجابة لا.

التحليل والتفسير

الجدول رقم (03): يوضح نتائج منظور الأطفال للحجر الصحي

الخيار	نعم	لا	للمحسوبة	للمجدولية	د الحرية	م الدلالة
التكرار	ت ح 110	ت ح 10				
	تم 60	تم 60	83.33	3.84	01	0.05
النسبة %	92%	8%				

يتعاملون مع الحجر على أنه من القيود التي تحد من حريتهم؟" حيث كانت نسبة 92% من مبحوثي العينة

من خلال قراءتنا للجدول أعلاه والذي كان عبارة عن بيانات تخص التساؤل الذي مفاده "هل الأطفال

بالنسبة له يعد أحد الرغبات الأساسية بعد الحاجات الطبيعية كالأكل والنوم.

انطلاقاً من هذا الطرح نرى أنه من الطبيعي أن يرى الطفل إجراءات الحجر المنزلي والإبعاد الاجتماعي نوع من التقييد والحد من حريته، فهذه الإجراءات تعد بالنسبة إليه شيئاً مخالفاً ومنافياً لما جرت عليه العادة، لذا من الضروري جداً على الأولياء أن يقوموا بتوضيح هذا الشأن للأطفال وتفسيره لهم بالشكل البسيط حسب مستوى فهمهم واستيعابهم للأشياء وأن يحترموا هم كذلك هذه الإجراءات فمن المعروف أن الطفل يتأثر سريعاً بالمحيط الذي يعيش فيه، وأحد اهتماماته الرئيسة هو تقليد الراشدين واكتشاف كل ما يحيط به.

س10/ كيف يقضي أبناءك فترة الحجر المنزلي؟
الغرض من السؤال: معرفة كيفية قضاء الأطفال لفترة الحجر الصحي.

جدول رقم (04): كيفية قضاء الأطفال لفترة الحجر الصحي

الخيارات	مشاهدة التلفاز	تصفح الانترنت	الألعاب الإلكترونية	مراجعة الدروس	الألعاب المنزلية
التكرارات	12	08	28	21	51
النسب %	ت ح 10%	ت ح 06%	ت ح 23%	ت ح 17%	ت ح 43%
	ت م 24	ت م 24	ت م 24	ت م 24	ت م 24
	ل ك المحسوبة	ل ك الجدولية	ل ك الحرية	ل ك الدلالة	ل ك المحسوبة
	48.08	9.49	4	0.05	

التحليل والتفسير

إن البقاء في المنزل أيام العطل ليس أمراً محبذاً عند الطفل، فهو اللعب خارج المنزل، في الساحات والشوارع برفقة أقرانه، إلا أن الضرورة أحياناً تستدعي عكس ذلك من أجل المصلحة العامة، وكاستطلاع رأي الأسرة حول نشاط الطفل داخل المنزل إثناء فترة الحجر، كانت النسبة الأكثر حضوراً هي: قضاء الطفل وقته مع الألعاب المنزلية، التي تشكل نوعاً من المتعة والإحساس بالحرية والحركة نوعاً ما، وهذا لا يجده في باقي الأنشطة المنزلية، لذا وجب على القائمين على الأسرة مراعاة ذلك جيداً من خلال توفير الفضاء المناسب لهذا ومساعدتهم والتقدير ما يقوم به الطفل حتى لو كان شيئاً بسيطاً لأن ذلك يشعره بالاهتمام ومن المهم أيضاً مساعدتهم في ذلك كاقترح ابتكار رسوم جديدة أو تحضير وجبة وإنشاء

اختاروا الإجابة نعم إي ما يعادل 110 من 120 مبحوث، في حين أن نسبة 08% يرون عكس ذلك، ولمعرفة ما إن كانت هذه الفروق بين الإجابات ذات دلالة إحصائية، قمنا بتطبيق اختبار ك²، حيث وجدنا أن قيمة ك المحسوبة قد بلغت (83.33) وك الجدولية بلغت (3.84) مما يعني في التحليل الإحصائي أن هذه الفروق دالة إحصائياً لصالح الإجابة "نعم".

التفسير والتحليل

من المفترض أن يكون الأطفال نشيطين وحيويين؛ لذلك فإن عدم وجود فرصة للتجول واللعب يجعل فرط النشاط أسوأ (www.alalamtv.net، 2019)، وأن الطفل مليء بالطاقة والحركة والنشاط الزائد في الطفل أمر عادي جداً حيث تؤكد الباحثة (اسراء ربحي، 2019) إن حركة الطفل ترتبط ارتباطاً مباشراً بسلامة النمو، ولكن كثرة حركة الطفل لا تعني بالضرورة أن تكون لديه مشكلة مرضية، فهو يتحرك، يلعب، يكتشف، واللعب

من خلال قراءتنا للجدول أعلاه والمتمثل في بيانات للتساؤل رقم (10) الذي كان الهدف منه هو: معرفة كيفية قضاء فترة الحجر الصحي المنزلي من طرف الأطفال من منظور الأسرة، حيث وجدنا أن نسبة 06% منهم يرون أن أطفالهم مهتمين بتصفح الانترنت أكثر من بقية الأشياء الأخرى، في حين أن من يشاهدون التلفاز قد بلغت نسبتهم 10%، أما من يفضلون مراجعة دروسهم قد بلغ نسبتهم 21%، في حين أن من يفضلون قضاء فترة الحجر المنزلي مع الألعاب الإلكترونية والمنزلية قدرت نسبتهم 23% و43% على التوالي ولمعرفة دلالة الفروق بين الإجابات قمنا بتطبيق اختبار ك²، حيث وجدنا أن قيمة ك المحسوبة قدرت ب (48.08) في حين أن ك الجدولية بلغت (9.49) وهو ما يعني بلغة الإحصاء أن هذه الفروق ذات دلالة إحصائية وليس مجرد صدفة.

يحسن تفح الانترنت ولا يجدها شيء يثير إعجابه فيها فهو يفضل الأنشطة الحركية والفضاء الحر بدرجة أولى والألعاب الالكترونية كبديل عن ذلك.

س15/ من وجهة نظرك، هل أثر فيروس Covid-19 على نفسية الأطفال؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إن أثر فيروس كوفيد-19 على نفسية الأطفال.

الجدول رقم (05): يوضح أثر فيروس كوفيد-19 على نفسية الأطفال

الخيار	نعم	لا	ك المحسوبة	ك الجدولية	د الحرية	م الدلالة
التكرار	ت ح 102	ت ح 18	تم 60	58.80	01	0.05
النسبة %	85%	15%				

للمدرسة، متى سأعود للعب كما كنت من قبل، لقد اشتقت إلى جو المدرسة والقسم، لماذا لا تبدوا الأحياء كما كانت من قبل، ما الذي يحدث، ما كل هذه الإعلانات وصافرات الطوارئ، لماذا لم يعد بإمكاننا الذهاب للمسجد (كل هذا وأكثر تجده يدور في ذهن ذلك الصغير ببيتك، ومن المؤكد في علم النفس أن هذا يؤثر سلباً على سيكولوجية الطفل فأى مساس بالعادة يعتبر بالنسبة له نوعاً من التغيير التعسفي لحياته وطفولته، هو يريد أن يلعب في فضاء مفتوح بدون قيود، يريد أن يمارس حياته كما كانت من قبل، لذا على الأولياء والأسر أن يعرفوا جيداً كيف يتعاملون مع الأطفال خصوصاً في هذه الفترة، والتخفيف من حدة القلق والتوتر الكائن بهم من خلال توفير جو مناسب ومحاكي لما جرت عليه العادة.

س18/ حسب رأيك، هل أثر فيروس Covid-19 على التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة؟
الغرض من السؤال: معرفة ما إن أثر فيروس Covid-19 على التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة.

الجدول رقم (06): يوضح أثر فيروس Covid-19 على التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة

الخيار	نعم	لا	ك المحسوبة	ك الجدولية	د الحرية	م الدلالة
التكرار	ت ح 88	ت ح 32	تم 60	26.13	01	0.05
النسبة %	73%	27%				

الاجتماعي داخل وخارج الأسرة وجدنا أن نسبة 88% يرون أن التماسك الاجتماعي داخل وخارج الأسرة قد تأثر بفعل الحجر المنزلي وتقييد حرية التعاملات اليومية سواءً كان ذلك داخل أو خارج البيت، في حين أن نسبة

أشكال بالعجين وغيرها، وبالحديث عن الطفل فهو دائماً يحب عناصر التشويق والإثارة وهذا ما سيجده بالتأكيد في الألعاب الالكترونية وهذا ما يفسر ارتفاع نسبتها في إجابات المبحوثين فهو يجد فيها نوع من المتعة وتجسيد الخيال، لذا لا داعي من القلق بشأن ذلك طبعاً في حدود المعقول، أما النسبة الأقل اختياراً كانت تصفح الانترنت، وهذا طبيعي جداً، حيث أن الطفل عادة في هذا السن لا

الجدول أعلاه كان عبارة عن بيانات مستقاة من مبحوثي العينة في تساؤل هدفه معرفة ما إن كان لفيروس COVID-19 أثر على نفسية الأطفال؟ من منظور الأسرة، حيث وجدنا أن 102 من أصل 120 مبحوث إي ما تعادل نسبته 85% يرون أن هذا الفيروس أثر على نفسية الأطفال، في حين أن 15% منهم لا يرونه كذلك وكانت الفروق ذات دلالة إحصائية هذا اعتماداً على اختبار ك² الذي وجدنا من خلاله أن قيمة ك المحسوبة بلغت (58.80) وك الجدولية (3.84) بلغت مما يعني بلغة الإحصاء أن الفروق دالة.

التحليل والتفسير

إن تقييد الطفل والمساحات بحريته ومنعه من اللعب رفقة أقرانه وكما هو معتاد، والعطلة المسبقة والمطولة التي جاءت في غير وقتها كلها أمور تجعل الطفل يدخل في دوامة تفكير وقلق حيث تكثر التساؤلات مع نفسه ومع أسرته (إلى متى سيستمر الوضع هكذا، متى سنعود

من خلال قراءتنا للجدول رقم (07) والذي كان عبارة عن بيانات مستقاة من تساؤل يهدف إلى معرفة ما إن كان الحجر الصحي المنزلي قد أثر على التماسك

المتعلقة بهذا الفيروس داخل الأسرة تثير القلق والتوتر لديه وتخلق في نفسه ما يعرف بالكآبة والروتين. لذا من الضروري على الأسر التفكير في أشياء قد تجعل الطفل في راحة وطمأنينة داخل المنزل مع ضمان احترام قواعد وتدابير الوقاية، من خلال إتباع جملة من الإرشادات نوجزها لكم فيما يلي:

التوعية الدائمة والمستمرة للأطفال بلغة بسيطة حسب مستوى فهمهم واستيعابهم حول هذه الإجراءات وأسلوب الحياة المعتمد في هذه الفترة، وتحسيسهم أن هذا الإجراء مؤقت وفيه مصلحة للجميع وان الالتزام بتطبيقه يقلل من خطورة هذا المرض ويعجل بسرعة العودة إلى الحياة الطبيعية.

توصيات الدراسة

- تجنب الحديث المستمر والدائم حول الإصابات والوفيات أمام الأطفال.
- تعليمهم إجراءات الوقاية (طريقة الغسل وأن يكون بصفة دورية ومستمرة، احترام مسافة الأمان، عدم استعمال نفس المناشف، البقاء في المنزل لأكبر وقت ممكن).
- مشاركتهم في الألعاب المنزلية وتشجيعهم من أجل إضفاء طابع الفرح والابتهاج مما سيشجعهم أكثر على البقاء في المنزل.
- ترك الحرية لهم داخل المنزل في حدود المعقول.
- على الأسرة أن تتعامل مع صراخ وحركة الأطفال داخل المنزل على أنه أمر طبيعي ويمثل نوع من المتعة لديهم.
- مراقبتهم خارج المنزل ونصحهم بعدم اللعب مع الجماعات والأماكن العمومية.
- أخذ الأطفال في نزهة جبلية أو في الأماكن التي لا تعرف الحركة والإقبال، لأن قد يحسن مزاجهم ويبعدهم عن الشعور بالملل والتوتر.
- تخصيص وقت للمراجعة والمذاكرة وهذا بترغيبهم فيها لا بإجبارهم عليها.
- تشجيع الأطفال على الرسم وتكوين الإشكال والمجسمات وإقامة مسابقات فيما بينهم من

27% لا يرون أن هذا الدخيل قد أثر على نوعية التماسك الاجتماعي وتطبيق اختبار ك² وجدنا أن قيمة ك المحسوبة بلغت (26.13) وك الجدولية بلغت (3.84) مما يعني أن الفروقات دالة إحصائيا لصالح الإجابة الأكثر تكرار (نعم).

التحليل والتفسير

إن إجراءات الحجر الصحي المنزلي تعني التقليل من التواصل والجلسات واجتناب الجموع والحرص الدائم على إبقاء مسافة الأمان وعدم المصافحة والتقليل وإلغاء زيارات الأقارب من المؤكد أن أثر سلبي على التماسك الاجتماعي في الأسرة الواحدة وخارجها، رغم أن هذا الإجراء فيه مصلحة للعامة إلا أن هناك من يراه من جانب آخر، ومن أجل الحد من هذا الأثر وجب أن نعلم الجميع من أفراد الأسرة أن الضرورة العامة والحرص على سلام الجميع تقتضي هذا التباعد الذي لن يستمر سوى أسابيع معدودة وأن أواسط وروابط الأسرة لن يؤثر عليها هذا الحجر المؤقت.

4. خاتمة

إن إجراءات الوقاية من فيروس "كوفيد-19" من الحجر المنزلي الصحي والإبعاد الاجتماعي، كلها أثرت على سيكولوجية الطفل من منظور الأسرة، حيث قد اهتم الباحثون في هذه الآونة مؤخرا بالناحية البيولوجية والكيميائية له فقط، إلا أنهم تناسوا الجانب النفسي والاجتماعي، وبالنظر إلى أسلوب الحياة الجديد الذي تبنته المجتمعات والأسر على حد سواء نجد أنه يختلف تماما عما كنا نعيشه من قبل، كنا نعيش بحرية مطلقة دون أدنى قيود، لكن اليوم قد تغير هذا كثيرا حتى لو كان ها التغير مؤقتا إلا أنه ترك أثر على الطفل الذي لا يعيش في معزل عن هذا العالم ومن الطبيعي أن يتأثر هو الآخر بهذا.

إن إجراءات الحجر والإبعاد الاجتماعي نتج عنها تقييد حرية الطفل ومنعه من القيام بأشياء كانت بالأمس القريب تمثل أحد أكبر اهتماماته كالمدرسة، حداثق التسلية والملاعب الجوارية، فالبقاء في المنزل وإتباع سياسة الإبعاد الاجتماعي ليست أمرا مرغوبا بالنسبة له، وزيادة عن هذا فإن التداول الهائل والمستمر للأخبار

وأثاره. مجلة ضياء للبحوث النفسية والتربوية. جامعة 20 أوت 1955-
سكيكدة_الجزائر. المجلد 02. العدد 02. الصفحات 11-46.
شهد الفاعوري. (2020). ماذا يعني الحجر المنزلي.

<https://www.webteb.com/multimedia/slideshows/البحر-المنزلي>

عادل مستاري، موسى قروف. (2010).

الحماية القانونية لحقوق الطفل في العالم العربي نحو وضع تشريع
نموذجي لحقوق الطفل. مجلة الاجتهاد القضائي. جامعة محمد خيضر
بسكرة_الجزائر. مجلد 05_ العدد 07. الصفحات 149-153.
عبيدات ذوقان، عدس عبد الرحمان، و عبد الحق كايد. (1983). البحث
العلمي، مفهومه، أدواته، أساليبه. الأردن: دار الفكر.
علي بن عبده بن شاكر أبو حميدي. (14 04، 2013). لتربية الأسرية في
ضوء سورة النساء (2).

<https://www.alukah.net/sharia/0/53025/>

محمد بشارت. (19 02، 2018). تعريف الاسرة، مكوناتها وأساسيات بناؤها.

<http://www.drbsharat.com/?ID=9>

مختار بوقرة. (أغسطس، 2021). قلق الموت الناجم عن كوفيد 19 وعلاقته
بعض المتغيرات. دراسات نفسية وتربوية، 14(02).

مصطفى عليان ربحي. (2001). البحث العلمي، أسسه، مناهجه وأساليبه،
اجراءاته. عمان-الأردن: بيت الأفكار الدولية.

منذر الضامن. (2007). أساسيات البحث العلمي. عمان- الاردن: دار المسيرة.
ميرفت على خفاجة. (2002). أسس البحث العلمي. القاهرة- مصر: مكتبة و
مطبعة الاشعاع الفنية.

وحيد دويدري رجا. (2000). البحث العلمي أساسياته النظرية وممارساته
العلمية. بيروت- لبنان- دمشق- سوريا: دار الفكر المعاصر - دار الفكر.
www.alalamtv.net (15 أغسطس، 2019). الطفل كثير الحركة ليس
مذنبا.. إليك الأسباب والنصائح للتعامل معه.

<https://www.alalamtv.net>

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA

جاب الله، ح.، ناجم، ن.، حاج، م. (2022). إجراءات الحجر الصحي المنزلي
والإبعاد الاجتماعي كطب وقائي من فيروس "كوفيد-19" وانعكاساتهم على
سيكولوجية الطفل في منظور الأسرة. مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع،
5 (1)، 43-53.

أجل خلق روح التنافس وإضفاء طابع المتعة
لهم.

- التعقيم الدائم والدوري للبيت وخاصة الأماكن
المعرضة للمس بكثرة كأقفال الباب، والقاطعة،
والثلاثة وغيرها الأدوات المنزلية.
- تجنب أن يعزل الأطفال أنفسهم في غرف
نومهم، فبالنسبة للأطفال سنا تعد الشبكات
الاجتماعية وسيلة جيدة للتقارب مع الأصدقاء،
ولكن إذا لم تتم إدارتها بشكل جيد فسيكونون
معرضين لخطر العزلة والابتعاد عن الواقع
والخطر، لذلك خطط لاستخدامها جيدا وشجعهم
على استخدام الإنترنت للدراسة والبحث وتعميق
الفضول.

تضارب المصالح

يعلن المؤلفون أنه ليس لديهم تضارب في المصالح.

المراجع

- ابراهيم رحمانى، السعيد أبختي. (01 جوان، 2017). حقوق الطفل في
الاسلام من الولادة الى البلوغ. مجلة الدراسات الفقهية والقضائية،
3(العدد 04)، 155-198.
- احسان محمد الحسن. (1983). البناء الاجتماعي والطبقية. بيروت-لبنان. دار
الطبعة.
- اسراء ربحي. (16 05، 2019). كيف أتعامل مع الطفل كثير الحركة.
https://mawdoo3.com/كيف_أتعامل_مع_الطفل_كثير_الحركة
- اسماعيل سعد صيني. (2000). قواعد اساسية في البحث العلمي. بيروت -
لبنان.
- ايكوفان شفيق. (2016). سيكولوجية الترفيه والصحة النفسية للطفل. مجلة
مقاربات. جامعة الجلفة_الجزائر. المجلد 04، العدد 02، 2016.
الصفحات 411-419.
- إيمان عبد الله آل علي. (04 ماي 2019). الطب الوقائي .. خط الدفاع الأول
لتجنب المرض. الامارات العربية المتحدة: الخليج. تم الاسترداد من
<https://www.alkhaleej.ae>
- بوعلام غبشي. (02 04، 2020). فيروس كورونا: ما هي الآثار النفسية
للحجر الصحي وكيف يمكن تجنبها؟
<https://www.france24.com/ar/20200402-هي-الآثار-النفسية-للحجر-الصحي-وكيف-يمكن-تجنبها>
- حسيبة محي الدين. (2021). المسؤولية الجزائية عن نقل فيروس كورونا
(COVID-19) في التشريع الجزائري. مجلة الدراسات القانونية المقارنة،
7(02)، 1056-1074.
- الخنساء وائل عثمان. (20 05، 2019). ماهو علم السيكولوجي .
https://mawdoo3.com/ما_هو_علم_السيكولوجي
- سعود المبارك الباردي. (2022). القلق الناجم عن جائحة كورونا (كوفيد19)
لدى بعض أفراد المجتمع بسلطنة عمان: مستويات القلق ومحفزاته