

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية - قسم العلوم الاجتماعية -

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

مستوى الصحة النفسية لدى أعوان

الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا

دراسة عيادية لثلاث حالات بالوحدة الثانوية

- بسكرة -

مذكرة تخرج مكتملة لنيل شهادة الماستر في تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الأستاذة(ة):

خليدة مليوح

إعداد الطالب (ة):

أميمة بن دايدة

السنة الجامعية: 2021/2020

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية - قسم العلوم الاجتماعية -

شعبة علم النفس



عنوان المذكرة:

**مستوى الصحة النفسية لدى أعوان
الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا
دراسة عيادية لثلاث حالات بالوحدة الثانوية
- بسكرة -**

مذكرة تخرج مكتملة لنيل شهادة الماستر في تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الأستاذة(ة):

خليدة مليوح

إعداد الطالب (ة):

أميمة بن دايدة

السنة الجامعية: 2021/2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر و عرفان

الحمد لله على توفيقه و جميل احسانه و له الحمد على مننه و جزيل عطائه
فالشكر لله أولاً.

ثم جزيل الشكر و العرفان لأستاذتي الفاضلة "خليدة مليوح" على النصائح القيمة و التوجيهات السديدة التي قدمتها لي من أجل اعداد هذه الدراسة ،فانتي أهل للشكر و التقدير فلكي منا كل الثناء و التقدير الذي يساوي حجم العطاء اللامحدود ، فلكي منا ألف تحية .

وأتقدم بجزيل الشكر أيضا للاخصائية النفسانية المتواجدة على مستوى الوحدة لحسن تعاملها معي و مساعداتها ، وكذلك أشكر حالات الدراسة على تعاونهم معي لاتمام هذا العمل .

شكرا لأعضاء اللجنة ...أساتذتنا الأفاضل على قبولهم لمناقشة هذا العمل.

و أشكر جميع اساتذة قسم علم النفس العيادي و كل الزميلات القسم .

أميمة بن داخة.

الأهداء

بعد بسم الله الرحمن الرحيم ،احمد الله عز و جل لتوفيقه و اعنائه لي لانجاز هذا البحث و سهل لي ما كان عسيراً.

الى من ساندتني في صلاتها و دعائها ،الى من سهرت الليالي تنير دروبي ،الى من تشاركتني أفراحى و أحزاني ،الى نبع العطف و الحنان ،الى أجمل ابتسامة في حياتي الى

أمي الغالية

الى من علمني أن الدنيا كفاح و سلاحها العلم و المعرفة ،الى الذي لم يبخل علي بأي شيء ، الى الذي سعى لأجل راحتي و نجاحي الى

أبي العزيز

الى قدوتي في هذه الحياة ... الى

خالتي الوحيدة

الى من قاسمتهم أجمل لحظاتي ، الى اخوتي سدي كل باسمه كبيرهم و صغيرهم ،الى ايمان و شعيب و سليم و هيثم و حيدر ،أريج و رونق ، فارس و الياس و محمد عبد الرؤوف . و الى رفيقة دربي والتي كانت و ستظل بفضل الله اختالي ، الى

منال بن يونس

أميمة بن دايدة

ملخص الدراسة بالعربية :

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا، نتيجة لعملهم المباشر مع حالات و مرضى كورونا ، حيث انطلقت الدراسة من التساؤل: ما مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا ؟ و للتوصل الى اجابة هذا التساؤل تم استخدام المنهج العيادي بتطبيق تقنية دراسة حالة ، وتمثلت أدوات الدراسة في الملاحظة العيادية ،المقابلة النصف موجهة و مقياس الصحة النفسية لسيدني كراون و كريسب ،حيث طبقت الدراسة على ثلاث حالات وهم أعوان تدخل في الحماية المدنية بالوحدة الثانوية سلاطنية ابراهيم بسكرة تتراوح أعمارهم بين 26 الى 35 سنة . وكانت نتائج الدراسة تتمثل في أن مستوى الصحة النفسية منخفض لدى الحالة الثانية و الثالثة تجلى من خلال الأعراض الجسمية كالتعب و الارهاق و الام الظهر و الأرق ، الخوف ، القلق و بعض التظاهرات الاكتئابية و الانسحاب . اضافة الى سيطرة بعض الوسوس القهرية . أما الحالة الاولى فله مستوى صحة نفسية جيد ، أي خالي من جميع الاضطرابات النفسية .

الكلمات المفتاحية: الصحة النفسية ، أعوان الحماية المدنية ، جائحة كورونا .

Abstract :

The current study aimed to identify the level of mental health among civil protection officers in the light of the corona pandemic, as a result of their direct work with cases and patients of Corona, where the study started from the question: what level of mental health among civil protection officers in the light of the corona pandemic?

The tools of the study were the clinical observation, the semi-guided interview and the mental health scale of Sydney crown and crisp, where the study was applied to three cases of Civil Protection agents in the secondary unit salat at Ibrahim baskra between the ages of 26 to 35 years.

The results of the study were that the level of mental health is low in the second and third case manifested through physical symptoms such as fatigue, fatigue, back pain, insomnia, fear, anxiety, some depressive manifestations and withdrawal . In addition to controlling some compulsive obsessions . The first case has a good level of mental health, any free from all mental disorders ..

Keywords: mental health, Civil Protection officers, Corona pandemic

فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	اهداء
	شكر وتقدير
	ملخص الدراسة باللغة العربية
	ملخص الدراسة باللغة بالانجليزية
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
الجانب النظري	
الفصل الاول: الاطار العام للدراسة	
16	1. مقدمة اشكالية .
17	2. دوافع الدراسة
17	3. أهمية الدراسة
17	4. أهداف الدراسة
18	5. الدراسات السابقة
18	1-5 عرض الدراسات السابقة
20	2-5 تعليق على الدراسات السابقة
22	6. تحديد متغيرات الدراسة اصطلاحيا و اجرائيا
الفصل الثاني: الصحة النفسية	
25	تمهيد
25	1. تعريف الصحة النفسية
26	2. مفاهيم مرتبطة الصحة النفسية
27	3. الصحة النفسية من منظور النظريات النفسية
31	4. أهمية الصحة النفسية
32	5. نسبية الصحة النفسية
32	6. معايير الصحة النفسية

33	7. مؤشرات الصحة النفسية
34	8. العوامل المؤثرة على الصحة النفسية
36	خلاصة
الفصل الثالث: الحماية المدنية وفيروس كورونا	
اولا: الحماية المدنية	
39	تمهيد
39	1. نشأة الحماية المدنية الجزائرية .
40	2. تعريف الحماية المدنية .
40	3. خصائص أعوان تدخل الحماية المدنية .
41	4. مهام الحماية المدنية و أعوان التدخل .
43	5. وحدات الحماية المدنية لولاية بسكرة.
45	6. الحياة الاجتماعية ، الصحية والمهنية لاعوان الحماية المدنية داخل الوحدة.
48	7. برنامج العمل اليومي .
50	خلاصة
ثانيا: فيروس كورونا	
52	تمهيد
52	1. تعريف فيروس كورونا
52	2. الاعراض والتظاهرات السريرية لفيروس كورونا
53	3. كيفية انتشار فيروس كورونا.
54	4. تشخيص فيروس كورونا .
56	5. الفئة الاكثر عرضة للاصابة بفيروس كورونا .
56	6. طرق الوقاية من فيروس كورونا .
58	خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الاجراءات المنهجية للدراسة	
61	تمهيد
61	1. الدراسة الاستطلاعية للدراسة
62	2. منهج الدراسة
62	3. حدود الدراسة

63	4. ادوات الدراسة
65	خلاصة
الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج الدراسة	
67	تمهيد
67	1. عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى (1)
67	1.1 تقديم الحالة الأولى.
67	1.2 ملخص المقابلة مع الحالة الأولى.
68	1.3 تحليل المقابلة مع الحالة الأولى.
70	1.4 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الأولى.
71	• التحليل العام للحالة الأولى.
71	2. عرض و تحليل نتائج الحالة الثانية(2)
71	1.2 تقديم الحالة الثانية.
72	2.2 ملخص المقابلة مع الحالة الثانية .
72	3.2 تحليل المقابلة مع الحالة الثانية.
73	4.2 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الثانية.
74	• التحليل العام للحالة الثانية.
75	3. عرض و تحليل نتائج الحالة الثالثة (3)
75	1.3 تقديم الحالة الثالثة .
75	2.3 ملخص المقابلة مع الحالة الثالثة.
76	3.3 تحليل المقابلة مع الحالة الثالثة.
77	4.3 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الثالثة.
78	• التحليل العام للحالة الثالثة .
79	4. مناقشة النتائج على ضوء تساؤل الدراسة .
80	خلاصة
81	خاتمة
82	قائمة المراجع
88	الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	الجدول	الرقم
55	الفحص المختبري للكشف عن فيروس كورونا حسب منظمة الصحة	1
63	حالات الدراسة	2
70	عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 1	3
74	عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 2	4
77	عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 3	5

الجامعة الوطنية
البحرينية

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- مقدمة اشكالية .
- 2- دوافع الدراسة .
- 3- أهمية الدراسة.
- 4- أهداف الدراسة .
- 5- الدراسات السابقة .
- 6- تحديد متغيرات الدراسة .

1- مقدمة اشكالية :

تعيش الجزائر اليوم كغيرها من دول العالم حالة من انتشار وباء جديد نتيجة دخول فيروس معدي يسمى كورونا (كوفيد -19) ، و ذلك بعد ظهور أول حالة مصابة بالفيروس التاجي الجديد في ووهان الصينية ، وقد تم استيراده الى أكثر من 200 منطقة في مختلف أنحاء العالم حيث بلغ العدد التراكمي للحالات المؤكدة عالميا 177 مليون و عدد الوفيات 3.82 مليون و ذلك يوم 14 جوان 2021 ، أما في الجزائر فقد بلغت عدد الحالات المؤكدة 134 ألف و عدد الوفيات قدر بـ 3588

<https://news.google.com/covid19/map?hl=ar&mid=%2Fm%2F0h3y&gl=EG&ceid=EG%3Aar>

، و لقد تم بث هذه الأرقام على نحو متكرر الى عامة الناس ، الأمر الذي غرس الخوف و اثاره الذعر ما جعل أفراد المجتمع تحت ضغوط كبيرة و حالة نفسية مضطربة و خوف شديد نتيجة الانتشار السريع لهذا الفيروس ، ونتيجة الحجر المنزلي الذي يعد من بين الاجراءات التي قامت بها كل الدول كاجراء وقائي للحفاظ على حياة و أمن الأفراد .

كما أن هناك اتفاق على أن وباء كورونا لا يؤثر فقط على الصحة الجسدية بل له تأثير أيضا على الصحة النفسية للفرد ، فالصحة النفسية من أهم متغيرات علم النفس الايجابي التي من الواجب استحضارها عند الحديث عن مقاومة الضغوط التي يتعرض لها الفرد .

فهي تسعى جاهدة الى الوصول بالفرد للرضا ، الانسجام النفسي ، الاجتماعي و الروحاني لتحقيق مستويات عالية من العلم والمعرفة و التوافق في مختلف مجالات حياته و تجعله اكثر قدرة على الثبات و الصمود حيال الشدائد والازمات و مواجهتها ومحاولة التغلب عليها اضافة الى ان الفرد المتمتع بالصحة النفسية يكون اكثر حيوية و اقبالا على الحياة و أقدر على المثابرة و الانتاج . فقد عرف عبد الفتاح (2010) الصحة النفسية على انها التوافق التام أو تكامل الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الازمات النفسية العادية التي تطرأ على الانسان عادة مع الاحساس الايجابي بالسعادة و الكفاية ، كما أكد نمير (2011) على ان الصحة النفسية للانسان تتأثر سلبا و ايجابا بالمؤثرات البيئية و من أكثر هذه المؤثرات الضغوط الحياتية و خاصة في مجال العمل .

وهناك الكثير من المهن الانسانية التي تسعى لخدمة المجتمع المدني و التي تتعرض لمعوقات تحول دون قيام الموظف بدوره المطلوب بشكل فاعل الأمر ، الذي يشعره بعدم القدرة على أداء العمل بالمستوى الذي يتوقعه هو أو يتوقعه الآخرون ، فللعمل مجموعة من السلوكيات كتحمل المسؤولية و الالتزام بالنواحي الادارية و غيرها من السلوكيات الأخرى .

و نخص بالذكر مهنة الحماية المدنية بشكل عام و أعوان التدخل بشكل خاص التي تتضمن قدر غير قليل من المشقة و الضغوط الجسدية كانت او النفسية ، اذ انهم يواجهون و بشكل مباشر في كل مكان و زمان مختلف المواقف الدامية و أشكال الموت او الامراض المزمنة و الخطيرة ، هاته المواقف و التدخلات التي قد تكمل بالتدعيم و الشكر في حالة التوفيق أو مقابلته بالرفض و السخط في حالة

الاحفاق، كونها ترتكز على مد يد المساعدة لافراد المجتمع، وتحمل مسؤولية انقاذ الارواح و الممتلكات العامة و الخاصة اضافة الى التخفيف من حجم الاضرار الناتجة عن الحوادث و الكوارث المختلفة .

الا أن الظروف الحالية تجعل هذه الفئة يتصفون بتحدي كبير لهذه الضغوط ، بالاضافة لعملهم الشاق في هذه المهنة الا انهم يسعون لاتمام عملهم على اكمل وجه في ظل جائحة كورونا، فخطر الاصابة بالعدوى مرتفع بشكل متزايد لدى أفراد الحماية المدنية بصفة عامة و أعوان التدخل بصفة خاصة كونهم من يحملون الافراد المصابين بمختلف الاصابات و الامراض سواء كانت مزمنة ،خطيرة او معدية كالمصابين بفيروس كورونا ، فبالرغم من أخذ الحيطة و الانتباه المستمر قبل و أثناء و بعد تدخلاتهم الميدانية ، الا انهم يتعرضون لنوع من التمييز و عدم الاتصال المباشر بسبب ظروف العمل .

وهذا ما جعلنا نحس بمشكلة ما مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا ؟ .

2-دوافع الدراسة:

- الرغبة في التعرف على مهنة الحماية المدنية عن قرب.
- الرغبة في العمل مع فئة أعوان الحماية المدنية باعتبارهم أكثر المتضررين بعد السلك الطبي من جائحة كورونا.
- ابراز المخاطر التي يتعرض لها أعوان الحماية المدنية من أخطار و حوادث لانقاذ حياة الافراد.
- موضوع مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا من الدراسات التي نحتاجها في الوقت الراهن.

3-أهمية الدراسة :

- تستهدف هذه الدراسة شريحة مهنية هامة يقع على عاتقها عبء كبير لتقديم الخدمات للافراد خاصة في ظل الظروف التي يعيشها المجتمع من انتشار فيروس كورونا.
- لقاء الضوء على شريحة هامة من شرائح المجتمع لم تلاقي الاهتمام الكافي من قبل الباحثين في العالم العربي بشكل عام .
- العمل مع اعوان الحماية المدنية اللذين قاموا بتدخلات لمرضى فيروس كورونا .
- توفير الدعم اللازم من الاخصائيين و مختلف المرافق للتكفل بالحالات الحرجة .

4-أهداف الدراسة:

- معرفة مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا.
- التعرف على مختلف المخاطر النفسية و الجسمية التي يواجهونها هذه الفئة.

5- الدراسات السابقة:

1-5 عرض الدراسات السابقة :

- دراسة سنوسي بومدين و جلولي زينب (2020) ، جامعة الجزائر و جامعة وهران (الجزائر) :

تحت عنوان الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا و التباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي لمجلة التمكين الاجتماعي، المجلد 2 العدد 2 ، جامعة الجزائر و جامعة وهران، الجزائر. حيث هدفت الدراسة الى التعرف على أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كوفيد -19 و التباعد الاجتماعي و استمرار الحجر الصحي .استخدم الباحثان المنهج الوصفي و تكونت العينة من 446 شخص و لتحقيق اهداف الدراسة قام الباحثان بتصميم استبيان و التأكد من الخصائص السيكومترية .

ولخصت نتائج الدراسة في : مستوى الصحة النفسية في ظل ازمة كورونا منخفض ، أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية هي اشعر بخوف كبير من ان اصيب بهذا الوباء و اشعر بالعجز من حماية أفراد عائلتي ، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية في ظل ازمة كورونا تعزى لمتغير الجنس .

- دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة (2018) .جامعة ورقلة (الجزائر):

تحت عنوان أساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية ، دراسة تحليلية على أعوان الحماية المدنية بولاية ورقلة -الجزائر - .

حيث هدفت الدراسة الى معرفة الاساليب التي يستخدمها أعوان الحماية المدنية لمجابهة الضغوط المهنية و مدى اختلافها حسب الحالة الاجتماعية و رتبة العون ، و لتحقيق هدف الدراسة اتبعت الباحثان المنهج الوصفي و عينة دراسة تكونت من 100 عون تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من الوحدة الرئيسية لولاية ورقلة ، تم بناء مقياس لقياس أساليب مواجهة الضغوط و لتحليل البيانات اسخدمت الباحثان المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و تحليل التباين المتعدد .

أظهرت نتائج الدراسة أن الاساليب التي يستخدمها الأعوان حسب ترتيبها هي أسلوب اللجوء الى الدين وجاء أسلوب العزلة و الانسحاب في المرتبة الثانية و أسلوب اعادة التقويم الايجابي في المرتبة الثالثة و يليه أسلوب التعبير عن ، و جاء أسلوب الاستسلام و أسلوب الاسترخاء في المرتبة الخامسة يليه أسلوب حل المشكلات و أسلوب الانشغال الذاتي و بعده أسلوب لوم الذات و الاخرين ، اضافة الى ان الدراسة توصلت كذلك الى انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في استخدام اساليب المواجهة لدى أعوان الحماية المدنية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية و متغير الرتبة الوظيفية .

- دراسة بوحارة هناء (2012) ، جامعة فرحات عباس سطيف (الجزائر):

تحت عنوان مستويات الاحتراق النفسي و علاقته بالاداء الوظيفي لدى اعوان الحماية المدنية ،

دراسة ميدانية بمديرية الحماية المدنية و بعض الوحدات بولايتي عنابة و الطارف.

حيث تهدف هذه الدراسة الى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي و علاقتها بالاداء الوظيفي لدى اعوان الحماية المدنية ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي بعينة عشوائية طبقية قدرت بـ 210 من افراد الحماية المدنية و اعتمدت على اداتين في هذه الدراسة وهما المقابلة و الاستبيان و بعد جمع البيانات اجريت المعالجات الاحصائية .

ولخصت نتائج الدراسة في : مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة متدني ، مع عدم وجود علاقة بين مستوى الاحتراق النفسي و الاداء الوظيفي ، كما أشارت ايضا الى وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الاحتراق النفسي ترجع لمتغير السن ، الحالة المدنية (متزوجين ، عازبين) و الاقدمية.

• دراسة ابتسام أحمد أبو العمرين (2008)، الجامعة الاسلامية (غزة):

تحت عنوان مستوى الصحة النفسية للعاملين بمهنة التمريض في المستشفيات الحكومية بمحافظة غزة و علاقتها بمستوى أدائهم ، مذكرة مكملة لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس بكلية التربية في الجامعة الاسلامية بغزة .

حيث هدفت الدراسة الى معرفة المستوى العام للصحة النفسية لدى الممرضات و الممرضين العاملين بالمستشفيات الحكومية في محافظات غزة اضافة الى التعرف على التباين و الاختلاف في مستوى الصحة النفسية لدى الممرضين و الممرضات تبعا لمتغير (الجنس، المؤهل العلمي ،القسم الذي يعمل به، عدد سنوات الخبرة ، المستوى الاقتصادي)، و الكشف عن العلاقة بين مستوى الصحة النفسية و الاداء المهني لدى الممرضين العاملين في المستشفيات الحكومية بمحافظة غزة .

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي و اختارت عينة الدراسة بصورة عشوائية حيث مثلت 20 % من مجتمع الدراسة ، تكونت من (220) ممرض و ممرضة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية النسبية ، عدد الذين اجابوا على الاستبانة (201) ممرض و ممرضة (109 ذكور و 98 اناث) .

استخدمت الباحثة في الدراسة مقياس الصحة النفسية للممرضين من اعدادها و نموذج تقييم الاداء المعتمد في وزارة الصحة الفلسطينية . حيث اظهرت نتائج الدراسة :

- وجود تباينات في مستويات الصحة النفسية لدى الممرضين و الممرضات .
- عدم وجود تباينات في مستوى الاداء لدى الممرضين و الممرضات في الدرجة الكلية لمقياس الاداء و أبعاده الفرعية .
- عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية و مقياس الاداء المهني .
- توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى 0.05 بين متوسط درجات الممرضين و متوسط درجات الممرضات في الدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية لصالح الممرضين .

- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (>0.05) في مستوى الصحة النفسية لدى الممرضين و الممرضات العاملين في المستشفيات الحكومية تعزى الى القسم الذي يعمل فيه ، لعدد سنوات الخبرة في جميع ابعاد مقياس الصحة النفسية ، المستوى الاقتصادي و المؤهل العلمي .

5-2 تعليق على الدراسات السابقة :

بعد عرض الدراسات السابقة المتعلقة بمتغيرات الدراسة، قامت الطالبة بالتعليق عليها من حيث الهدف، العينة ، الادوات المستخدمة وكذلك النتائج وذلك فيما يلي :

- من حيث الهدف:

اختلف هدف الدراسة تبعا لاختلاف متغير الدراسة ، فدراسة "ابتسام أحمد أبو العمرين (2008) " هدفت الى التعرف على المستوى العام للصحة النفسية لدى الممرضين و الممرضات العاملين بالمستشفيات الحكومية في محافظة غزة و معرفة التباين و اختلاف مستوى الصحة النفسية تبعا لعدد من المتغيرات (الجنس ، المؤهل العلمي ،القسم الذي يعمل فيه ،سنوات الخبرة و المستوى الاقتصادي) و الكشف عن العلاقة بين مستوى الصحة النفسية و الاداء المهني ، أما دراسة بوحارة هناء (2012) فهذهت الى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي و علاقتها بالاداء الوظيفي لدى اعوان الحماية المدنية ، او فيما يخص دراسة "سنوني بومدين و جلولي زينب(2020) " فهذهت الى معرفة أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا و التباعد الاجتماعي و استمرار الحجر الصحي ، أما دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة (2018) فهذهت الى معرفة الاساليب التي يستخدمها أعوان الحماية المدنية لمجابهة الضغوط المهنية و مدى اختلافها حسب الحالة الاجتماعية و رتبة العون.

أما الدراسة الحالية فهذهت الى معرفة مستوى الصحة النفسية لدى اعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا .

- من حيث المنهج و العينة :

اختلفت العينات الواردة في الدراسات السابقة من حيث الحجم و النوع :

- المنهج المتبع : استخدمت دراسة ابتسام ابو العمرين و دراسة بوحارة هناء المنهج الوصفي التحليلي اما دراسة الباحثان سنوني بومدين و جلولي زينب و الباحثتان قاجة رقية و غربي صبرينة (2018) فاستخدموا المنهج الوصفي .
- من حيث الحجم : امتد حجم العينة من 100 الى 446 فردا حيث كانت عينة الدراسة في دراسة ابتسام ابو العمرين مقدرة ب 220 أما في دراسة بوحارة هناء (2012) فقدرت ب 210 فردا، دراسة سنوني بومدين و جلولي زينب (2020) تقدر ب 446 فردا ، اما دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة (2018) فقدرت ب 100 فرد .

- من حيث النوع : استخدمت دراسة ابتسام ابو العمرين و الباحثان سنوسي بومدين و جلولي زينب عينة من الممرضين قدرت بـ 109 ذكور و 98 اناث للدراسة الاولى و 139 ممرض ذكر و 307 اناث للدراسة الثانية ، اما دراسة بوحارة هناء و دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة فاستخدموا عينة من الذكور فقط لاعوان الحماية المدنية .
- أما في الدراسة الحالية فالطالبة استخدمت المنهج العيادي بطريقة دراسة الحالة و ثلاث حالات أعوان تدخل في حماية مدنية .
- من حيث الادوات:
- دراسة ابتسام احمد ابو العمرين: استخدم مقياس الصحة النفسية من اعدادها و نموذج تقييم الاداء المعتمد في وزارة الصحة الفلسطينية .
- دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة : استخدم مقياس لقياس اساليب مواجهة الضغوط المهنية لدى الاعوان من اعدادهما .
- دراسة بوحارة هناء: استخدمت المقابلة و استبيان مصمم من طرفها معتمدة على مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش وجاكسون .
- دراسة سنوني بومدين و جلولي زينب : استخدم استبيان من اعدادهما .
- اما الدراسة الحالية فاعتمدت الطالبة على المقابلة النصف موجهة و الملاحظة العيادية اضافة الى مقياس الصحة النفسية لسيدني كراون و كريسب.
- من حيث النتائج:
- أكدت دراسة ابتسام احمد ابو العمرين و دراسة الباحثان سنوني بومدين و جلولي زينب على وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الصحة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الممرضين .
- اضافة الى تأكيد دراسة ابتسام احمد ابو العمرين على عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية و مقياس الاداء المهني و عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى ($0.05 >$) في مستوى الصحة النفسية لدى الممرضين و الممرضات العاملين في المستشفيات الحكومية تعزى للمؤهل العلمي و القسم الذي يعمل به ، سنوات الخبرة ، المستوى الاقتصادي. اما دراسة سنوني بومدين و جلولي زينب فتؤكد على مستوى الصحة النفسية في ظل ازمة كورونا منخفض.
- وفيما يخص نتائج دراسة بوحارة هناء فبينت ان مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة متدني ، مع عدم وجود علاقة بين مستوى الاحتراق النفسي و الاداء الوظيفي ، كما أشارت ايضا الى وجود فروق دالة احصائيا في مستوى الاحتراق النفسي ترجع لمتغير السن ، الحالة المدنية (متزوجين ، عازبين)

و الاقدمية.

أما نتائج دراسة قاجة رقية و غربي صبرينة أظهرت أن الاساليب التي يستخدمها الأعوان حسب ترتيبها هي أسلوب اللجوء الى الدين وجاء أسلوب العزلة و الانسحاب في المرتبة الثانية و أسلوب اعادة التقويم الايجابي في المرتبة الثالثة و يليه أسلوب التعبير عن ، و جاء أسلوب الاستسلام و أسلوب الاسترخاء في المرتبة الخامسة يليه أسلوب حل المشكلات و أسلوب الانشغال الذاتي و بعده أسلوب لوم الذات و الاخرين ، اضافة الى ان الدراسة توصلت كذلك الى انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في استخدام اساليب المواجهة لدى أعوان الحماية المدنية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية و متغير الرتبة الوظيفية .

6-تحديد متغيرات الدراسة اصطلاحيا و اجرائيا:

1-6 الصحة النفسية :

• التعريف الاصطلاحي :

يعرفها كامل علوان الزبيدي : بأنها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا مع نفسه و مع بيئته ، ويشعر بالسعادة مع نفسه و الاخرين (الزبيدي، 2007، ص4).

• التعريف الاجرائي :

يستدل عليها ميدانيا بمقياس الصحة النفسية لسيدني كراون وكريسب الذي عرفها أنها الخلو النسبي من الاضطرابات العصابية والانفعالية كالقلق، الفوبيا، الوسواس، القلق الجسمي، الاكتئاب و الهستيريا، و ذلك بحصول عون الحماية المدنية على درجة اقل من 0.34 على هذا المقياس.

2-6 اعوان الحماية المدنية :

• التعريف الاصطلاحي :

تعرفهم عصماء كوثر غرسة بأنهم عمال ذوي خبرة ، يعملون بالوحدة المركزية للحماية المدنية ببسكرة او مختلف المراكز الاخرى تتمثل مهامهم الأساسية في الاطفاء - الانقاذ - الاسعاف ، يعملون بمواقيت عمل تتمثل في عمل 24 ساعة مقابل 48 ساعة راحة عن طريق التناوب لفرق العمل ،وينتمون للسلك الشبه العسكري.(غرسة، 2015، ص13).

• التعريف الاجرائي :

هم عمال برتبة عون حماية المدنية ذوي خبرة تتراوح بين 5 الى 10 سنوات ،يعملون بالوحدة الثانوية للحماية المدنية ببسكرة ، تتمثل مهامه الاساسية في (الاطفاء - الانقاذ - الاسعاف) اضافة الى قيامهم بتدخلات لاسعاف مرضى الكورونا ، تتراوح اعمارهم بين 26 و 35 سنة ويعملون بمواقيت عمل تتمثل في 24 ساعة مقابل 48 ساعة راحة عن طريق التناوب لفرق العمل .

3-6 فيروس كورونا :

• التعريف الاصطلاحي:

أعلنت منظمة الصحة العالمية في عام 2019 أن هناك وباءا عالميا يرجع للفيروسات التاجية أبلغ عنه في 31 ديسمبر 2019 في الصين ،و الذي يستهدف هذا الفيروس الجهاز التنفسي و يصاحبه نزلات البرد الشائعة الى الامراض الاشد وخامة مثل متلازمة الشرق الاوسط التنفسية (ميرس) و المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس) .ويسبب فيروس كورونا المكتشف مؤخرا مرض كوفيد-19 (محمدي،2020، ص37).

• التعريف الاجرائي:

هو فيروس تتجلى أعراضه المرضية في الحمى و الارهاق و السعال الجاف و الالام ، حيث ينتقل هذا الفيروس الى الانسان عن طريق القطيرات الصغيرة التي تتناثر من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المصاب به أو يعطس ، كما يمكن ان ينتقل الفيروس للانسان مسببا له تلك الحالة المرضية من خلال القطرات المتناثرة على الاسطح المحيطة بالشخص .

الفصل التالي : الصحة النفسية

تمهيد

- 1- تعريف الصحة النفسية
- 2- مفاهيم مرتبطة بالصحة النفسية
- 3- الصحة النفسية من منظور النظريات النفسية
- 4- أهمية الصحة النفسية
- 5- نسبية الصحة النفسية
- 6- معايير الصحة النفسية
- 7- مؤشرات الصحة النفسية
- 8- العوامل المؤثرة على الصحة النفسية

خلاصة

تمهيد :

تعتبر الصحة النفسية بمعناها الواسع توجيه الافراد الى فهم حياتهم و التغلب على مشكلاتهم ، حتى يستطيعوا ان يحيوا و ان يحققوا رسالتهم كأفراد متوافقين مع المجتمع .فهي غاية و ضرورة لضمان استقرار الفرد وراحته و تكيفه مع نفسه وغيره فبعد ان كانت الصحة النفسية ترتبط ارتباطا وثيقا بالمرض النفسي أصبحت تعنى ايضا بالفرد السليم . فقد برزت اتجاهات مختلفة لوضع معايير لتحديد السواء و اللاسواء و مختلف مؤشرات الصحة النفسية ، ونظرا لاهميتها البالغة فقد تعدد الاتجاهات و النظريات النفسية في تفسيرها وتحديد مفهومها الادق .

1-تعريف الصحة النفسية:

تجدر الإشارة الى ان التعاريف التي قدمت لمفهوم الصحة النفسية تنبث منظورين أساسيين : منظور سلبي بمعنى ان التعريف ركز على غياب ظواهر معينة و المقصود هنا اعراض الاضطراب ، و منظور ايجابي يركز على توفر خصائص معينة لدى الفرد (قدرات و امكانات و تفعيل لها) (عقاقبة ،2021، ص2).

تضم الفئة السلبية جميع التعاريف التي تحدد الصحة النفسية بضعها، أي عن طريق استبعاد كل ما لا يتفق معها، و يعرف مصطفى فهمي (1976)الصحة النفسية " بالخلو أو البرء من أعراض المرض العقلي" فهذه الفئة تنظر الى الصحة النفسية بانتفاء حالة المرض ، فاذا كانت حالة المرض موجودة كانت الصحة النفسية مصابة (ابو العميرين ،2008، ص11).

و طبقا لهذه الفئة فالصحة النفسية تأخذ معنى اجرائيا يساعد المختص في عملية التشخيص ليحدد مدى خلو الفرد من الامراض ، الا ان التعريفات التي تفسر السواء بالاسواء تعريفات محدودة ،ذلك ان عدم ظهور الاعراض على الفرد لا يعني حتما انه يتمتع بالتكيف و التوافق المطلوبين ، و يشعر بالسعادة مع نفسه و مع الاخرين و قادر على مواجهة ضغوط و مطالب الحياة (عقاقبة ،2021، ص2).

أما فئة التعاريف الايجابية فتركز على فكرة ان غياب المرض أو الاعراض النفسية ليس كافيا لكي يتصف الفرد بانه يتمتع بصحة نفسية ، و من ثم فان أصحاب هذه الفئة يذهبون الى ضرورة توافر عناصر و شروط ايجابية بالاضافة الى غياب العناصر السلبية لدى الفرد حتى يتصف بالصحة النفسية (ابو العميرين، 2008، ص12-13).

ومن هذه التعاريف :

- يعرف حامد الزهران (2005) الصحة النفسية :انها حالة دائمة نسبيا ،يكون فيها الفرد متوافق نفسيا (شخصيا ،انفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه و مع بيئته)،و يشعر بالسعادة مع نفسه ،ومع الاخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته و استغلال قدراته و امكاناته الى اقصى حد ممكن ، ويكون قادرا على

مواجهة مطالب الحياة ، وتكون شخصيته متكاملة سوية ، و يكون سلوكه عاديا، ويكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة وسلام .(زهران ،2005،ص9).

• تعرفها منظمة الصحة العالمية على انها حالة من الراحة الجسمية و النفسية و الاجتماعية و ليس الخلو من المرض .

• فالصحة النفسية هي الكفاءة العقلية و الانسجام النفسي الداخلي الذي لا يعرقل الانتاج الفردي ،او حركة الجهاز الاجتماعي و الثقافي العام و يكون مصحوبا بشعور من الارتياح و السعادة .(زغير و صالح ، 2010 ،ص105-106).

• يعرفها عبد العزيز القوسي(1948) : الصحة النفسية هي الشرط او مجموع الشروط اللازم توافرها حتى يتم التكيف بين المرء و بين نفسه و كذلك بينه و بين العالم الخارجي ، تكيفا يؤدي الى اقصى ما يمكن من الكفاية و السعادة لكل من الفرد و المجتمع الذي ينتمي اليه هذا الفرد (القوسي،1948 ، ص7).

• الصحة النفسية هي حالة عقلية انفعالية مركبة دائمة نسبا من الشعور بالسعادة مع الذات و مع الاخرين و الشعور بالرضا و الطمأنينة و الامن و السلامة العقلية و الاقبال على الحياة ، و يحقق ذلك اعلى درجة من التكيف النفسي و الاجتماعي (بن حفيظ و مناع ، 2015 ،ص171).

← و مما سبق يمكننا تعريف الصحة النفسية على انها قدرة الفرد على التوافق مع نفسه (على المستوى البيولوجي ، الاجتماعي و السيكلوجي) و مع الاخرين من حوله بصدور سلوكات مناسبة أثناء تعامله بما يحيط به من أشخاص ، و الشعور الرضا و العيش بسلام مع المجتمع الذي يعيش فيه و ليس فقط الخلو من الاضطرابات .

2- مفاهيم مرتبطة بالصحة النفسية:

2-1 التوافق :

يعرفه الين (Allin 1990) : على انه قدرة الفرد على فهم سلوكه و أفكاره و مشاعره بدرجة تسمح له بالقدرة على مواجهة ضغوط و مطالب الحياة اليومية .

يعرفه بطرس (2008) : على انه قدرة الفرد على التعامل مع المتغيرات الداخلية و الخارجية دون اضطراب . (أبو اسعد ، 2015 ،ص63).

2-2 السواء :

هناك من يرى بان الصحة النفسية مصطلح مرادف لمفهوم السواء .وهو يشير الى قدرة الفرد على التوافق مع نفسه و بيئته و الشعور بالسعادة و تحقيق اهدافه و فلسفة سليمة للحياة يسعى لتحقيقها ، وتكون

الشخصية سوية اذا كانت متمعة بالصحة النفسية خالية من الامراض و العقد متوافقة مع المجتمع ، كما تتميز الشخصية السوية بتالف مكوناتها و انسجام عواملها الحيوية و النفسية و الاجتماعية . (عقاقة ، 2021، ص 9).

2-3 الاضطراب النفسي :

هو عكس الصحة ، وهو مجموعة من الاعراض و العلامات كضغط الدم وارتفاع درجة الحرارة ، و القيئ و الدوخة تجتمع معا لتكون ما يسمى متلازمة او زملة ، هذه المتلازمة او الزملة لاجتماع الاعراض معا نطلق عليها اسم مرض او اضطراب بعد فحصها و تشخيصها . (عبد الله ، 2012 ، ص22).

2-4 اليات الدفاع و المواجهة :

تعرف بانها احدى الوسائل التي تستخدمها الانا عند وجود خطر عليها ، وقد يتعامل الانا مع هذا الخطر اما من خلال الطرق الواقعية لحل المشكلات ، او من خلال الطرق الغير واقعية و اللاشعورية لتحريف و انكار الواقع . (ابو اسعد ، 2015، ص113).

2-5 الاحباط :

وهو مواجهة الفرد لما يمنعه او يعيقه في تحقيق أهدافه و اشباع دوافعه ، وهو أيضا انفعالية و دافعية يشعر بها الفرد عندما يجد ما يحول دون امكانيته لتحقيق ذاته ، او غاياته . (بن شيخ و بالزين، 2014، ص20).

3-الصحة النفسية من منظور النظريات النفسية :

نظريات العلاج النفسي الحديثة عديدة وكل منها تقدم منظورا لما تعتبر انه يشكل الصحة النفسية استنادا الى توجهها العلاجي و مفهومها للشخصية الانسانية و سلوكها .

3-1 نظرية التحليل النفسي :

يرى فرويد أن العناصر الاساسية التي يتكون منها البناء النظري للتحليل النفسي هي نظريات المقاومة و الكبت واللاشعور . وتقوم هذه النظرية على بعض الاسس التي تعد بمثابة مسلمات في تفسير السلوك منها الحتمية النفسية و الطاقة الجنسية و الثبات و الاتزان و مبدأ اللذة . و يتحقق هذا التوازن بين الهو و الانا و الانا الاعلى و يضطرب عندما لا تتمكن الانا من الموازنة بين الهو الغريزية و الانا العليا المثالية . (ابو اسعد ، 2015، ص35).

و يرى فرويد ان عودة الخبرات المكبوتة يؤثر تأثيرا رئيسيا في تكوين الامراض العصابية وان الفرد الذي يتمتع بصحة نفسية هو من يستطيع اشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا (ابو اسعد ، 2015، ص36).

أجاب فرويد عن سؤال حول معيار الصحة النفسية بقوله انها " القدرة على الحب والحياة ، فالانسان السليم نفسيا هو الذي يمتلك انا لديها قدرتها الكاملة على التنظيم و الانجاز ، و يمتلك هدف مدخلا لجميع أجزاء الهو ، و يستطيع ممارسة تأثيره عليه ، و لا يوجد هناك عداء طبيعي بين الانا و الهو ، انهما ينتميان لبعضهما البعض ، ولا يمكن فصلهما عمليا عن بعضهما البعض في حالة الصحة " . ويشكل الانا الاجزاء

الولعية العقلانية في الشخص في حين تتجمع الدوافع و الغرائز اللاشعورية في الهو ، حيث تتمرد وتنشق في حالة العصاب ، وتكون في حالة الصحة النفسية مندمجة بصورة مناسبة (يوسفي ، 2017 ، ص 23).

كما يضم هذا الانموذج الانا الاعلى ، الذي يمكن تشبيهه بالضمير من حيث الجوهر ، وهنا يفترض فرويد انه في حالة الصحة النفسية تكون القيم الاخلاقية العليا للفرد انسانية و مبهجة ، في حين تكون في العصاب مثارة و متهيجة من خلال تصورات اخلاقية جامدة و مرهقة (يوسفي ، 2017 ، ص 24).

3-2 نظرية علم النفس الفردي لأدلر:

يطرح علم النفس الفردي السؤال عن الصحة النفسية بشكل مختلف عن التحليل النفسي التقليدي. فقد اعتبر ادلر العصاب على انه شكل خاطئ من أسلوب الحياة و الشذوذ الاجتماعي. و انطلاقا من الاستنتاج الذي توصل اليه ادلر ان المجتمع او المحيط يشكل بنية اساسية للمخلوق الانساني لا يمكن الغاؤها او ابطالها ، فقد حدد علم النفس الفردي مصطلح الشعور الجماعي معيارا للصحة النفسية. (أبو اسعد ، 2015، ص 36).

وتوجد ثلاثة مجالات حياتية تعبر الصحة النفسية عن نفسها من خلالها . فالشرطان الاول و الثاني يمثلان معيار فرويد في الصحة النفسية المتمثل في ان الانسان السليم هو القادر على الحب و الشراكة ، العمل و المهنة و الدراسة ، حيث تلعب القدرة على الانجاز في كلا التجاهين. و يذكرنا في الشرط الثالث بالمسلمة القائلة : ان الانسان كائن اجتماعي بالدرجة الاولى. (أبو اسعد ، 2015، ص 37).

3-3 النظرية السلوكية :

استمدت هذه النظرية اسمها من تركيزها على السلوك الانساني الظاهر القابل للملاحظة سواء كان شاذا او سويا . ومن الممكن القول ان الذين يتمتعون بالصحة النفسية تعلموا سلوكيات و طوروا عادات سوية تكيفية و مقبولة اجتماعيا تمكنهم من التعامل الفعال مع الحياة و مطالبها و كذلك تعلموا كيفية مواجهة المشكلات وحلها بدلا من تجاهلها او الهرب منها (مروانة، 2017، ص 18).

و منه يتبين ان مفهوم الصحة النفسية لدى السلوكيين يتحدد بناء على استجابات الطفل للمثيرات المختلفة المعروضة عليه، فاذا كانت الاستجابات مناسبة للمثيرات كان السلوك سويا واذا كانت الاستجابات غير مناسبة مع المثيرات كان السلوك غير سوي (مروانة، 2017، ص 18).

3-4 النظرية المعرفية :

تتضمن الصحة النفسية من وجهة نظر اصحاب هذا الاتجاه ، القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الامل و استخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الازمات وحل المشاكل و عليه فان الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية (حشاني ، 2016، ص 15).

3-5 النظرية الانسانية :

يقوم علم النفس على بعض المعتقدات الاساسية منها :

- ان الانسان خير بطبيعته او على الاقل محايد وان المظاهر السلوكية السيئة او العدوانية تنشأ بفعل ظروف البيئة .
- ان الانسان حر و لكن في حدود معينة فهو حر في اتخاذ ما يراه من قرارات وقد يكون هناك مواقف وظروف تحد من حريته .
- التاكيد على السلامة او الصحة النفسية و الدراسة النفسية يجب ان تتوجه الى الكائن الانساني السليم و ليس الافراد العصائيين او الذهانيين . (أبو اسعد ، 2015 ، ص37).

ان الصحة النفسية عندهم تتمثل في تحقيق الفرد لانسانيته تحقيقا كاملا سواء لتحقيق حاجاته النسبية كما عند ماسلو او المحافظة على الذات كما عند روجرز ، و ان اختلاف الافراد في مستويات صحتهم النفسية يرجع تبعا لاختلاف ما يصلون اليه من مستويات في تحقيق انسانيته .

و يرى ماسلو ان الانسان يتمتع بالصحة النفسية عندما يكون قادرا على اشباع حاجاته المختلفة و الوصول الى ما يسمى بتحقيق الذات ، وعلى ذلك فان ماسلو يرى بان الانسان قد يحتاج أشياء معينة ، و في حالة عدم اشباعها فانه يشعر بالكد و الضيق و هذا يترتب عليه صحة نفسية متدنية . (ابو اسعد ، 2015 ، ص38).

3-6 النظرية الوجودية :

لم تهتم هذه النظرية بتحديد السمات الاساسية للصحة النفسية ، فمنطلقها قائم على الانسان السليم ، ويعتبر المرض فيها "شكلا قاصرا من الصحة " . يتجنب التحليل الوجودي الحديث عن العصابات و تصورات الانسان ، فعندما نقود المريض على اساس الاجزاء السليمة الباقية من نفسيته نحو الاعتراف بنفسه و بالعالم ، او توكيد ذاته و العالم ، بدلا من البحث في اعماقه عن دوافع شاذة او عن صدمات لا يمكن اصلاحها (يوسفي ، 2017 ، ص 25).

وبناء على ذلك يرى بوس ان الصحة النفسية هي التمكين الغير محدود من امتلاك السمات الجوهرية الثمانية للوجود الانسانية وهي : امتلاك الانسان تصور عن وجوده في المكان الذي يعيش فيه ، امتلاك الانسان تصور عن الزمن ، التكامل بين الجسد و النفس ، الاهتمام بالآخرين ، الاهتمام بالحالة النفسية ، دور الذاكرة و الادراك للاحداث ، اللاهروب من الموت ، تساوي المؤشرات السابقة بنفس الدرجة و الشدة . (يوسفي ، 2017 ، ص26).

3-7 النظرية البيوطبية :

يعتقدون أن المرض هو نتيجة العوامل الباثولوجية الخارجية (الرضوض و الفيروسات، عوامل التسمم)، أو نتيجة العوامل الداخلية الكيماوية .

و قد تأثر هذا النموذج بأساسيات باستور (الذي يعتمد أساسا على تطورات البيولوجيا و الذي يهتم بالعوامل الحسية للمرض، و سرعان ما تدعمت نظرية باستور بنظرية الضغط لهانز سيلبي H.Selly

و الذي يفسر الضغط على أنه استجابة لرد فعل غير محدد لعامل ضاغط و يظهر المرض النفسي حسب "سيلي" إذا كان هنالك استعداد داخلي للإصابة بالمرض.

و حسب هذا التفسير للمرض النفسي فإن الصحة النفسية للفرد هي حالة مؤقتة عند من يملكون بنية هشة تتفاعل سلبا مع عوامل الضغط المختلفة, بينما نجد أصحاب البنية النفسية السليمة يتفاعلون بالإيجاب مع مصادر الضغط. (حشاني، 2016، ص11).

• تعليق على نظريات الصحة النفسية:

تعددت النظريات المفسرة للصحة النفسية كل حسب توجهها العلاجي و مفهومها للشخصية الانسانية و سلوكها.

نظرية التحليل النفسي ترى أن القدرة على الحب و الحياة هي معيار للصحة النفسية فالانسان السليم نفسيا هو الذي يمتلك أنا لديها قدرة كاملة على التنظيم و الانجاز و يمتلك هدفا مدخلا لجميع أجزاء الهو فلا يوجد بينهما عدا و انما يكونان مندمجان بصورة مناسبة .

أما نظرية علم النفس الفردي فقد حدد مصطلح الشعور الجماعي معيارا للصحة النفسية ، و العصاب ما هو الا شكل خاطئ من أسلوب الحياة و الشذوذ الاجتماعي . اضافة الى أنه أضاف المجال الذي يعبر عن أن الانسان كائن اجتماعي بالدرجة الأولى الى المعياران اللذان حددهما فرويد للصحة النفسية .

النظرية السلوكية تركز على السلوك المتعلم سواء شاذ أو سوي فاذا اكتسب الفرد سلوكيات و عادات سوية و مقبولة اجتماعيا اضافة الى تعلمهم كيفية مواجهة المشكلات و حلها و الاستجابة المناسبة للمثيرات المختلفة كان هذا الفرد يتمتع بصحة نفسية و العكس صحيح .

النظرية المعرفية تعتبر أن الفرد القادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية و الفرد الذي يفسر الخبرات بطريقة منطقية هو الفرد الذي يتمتع بصحة نفسية .

أما الصحة النفسية عند النظرية الانسانية فتتمثل في تحقيق الفرد لانسانيته تحقيقا كاملا ، فمأسلوا يرى أن الانسان يتمتع بالصحة النفسية عندما يصل الى تحقيق الذات و اشباع حاجاته المختلفة .

"بوس" منظر من منظري النظرية الوجودية يرى بأن الصحة النفسية هي عبارة عن امتلاك 8 سمات جوهرية للوجود الانساني بنسب متساوية في الشدة و الدرجة وهي : : امتلاك الانسان تصور عن وجوده في المكان الذي يعيش فيه، امتلاك الانسان تصور عن الزمن ،التكامل بين الجسد و النفس ،الاهتمام بالآخرين، الاهتمام بالحالة النفسية ، دور الذاكرة و الادراك للاحداث ،اللاهروب من الموت.

يعتبروا أصحاب النظرية البيوطبية أن الصحة النفسية للفرد هي حالة مؤقتة عند من يمتلكون بنية هشة تتفاعل سلبا مع عوامل الضغط عكس أصحاب البنيات السليمة .

4- أهمية الصحة النفسية:

ان أهمية الصحة النفسية تكمن في كونها تقدم خدمات لكل من الفرد و المجتمع و سنعرضها فيما يأتي :

4-1 أهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد:

تعتبر الصحة النفسية مهمة جدا للفرد و ذلك لعدة أمور نجملها فيما يلي :

- فهم الذات : فالفرد الذي يتمتع بالصحة النفسية هو الفرد المتوافق مع ذاته فهو يعرف ذاته و يعرف حاجاته و أهدافها .
- التوافق : ويعني ذلك التوافق الشخصي بالرضا عن النفس وفهم نفسه و فهم الاخرين من حوله .
- الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر و الاضطراب و الصراعات المستمرة مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه .(الحياني، 2011، ص34-35).
- الصحة النفسية تجعل الفرد قويا اتجاه الشدائد و الأزمات و تجعل شخصيته متكاملة تؤدي وظائفها بشكل متكامل و متناسق .
- الصحة النفسية تجعل الافراد قادرين على التحكم بعواطفهم و انفعالاتهم وبالتالي تجعلهم يسلكون السلوك السوي و يبتعدون عن السلوك الخاطئ .
- ان الهدف النهائي للصحة النفسية هو ايجاد اكبر عدد من الافراد الاسوياء.(أبو اسعد، 2015، ص45).

4-2 أهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع :

يمكننا اختصار اهمية الصحة النفسية بالنسبة للمجتمع في نقاط اساسية :

- الصحة النفسية تجعل الفرد اكثر قدرة على التكيف الاجتماعي مما يجعله يملك السلوك الذي ينال رضى الذين يتعاملون معه.
- الصحة النفسية تجعل الفرد متمتعاً بالاتزان و النضج الانفعالي بعيداً عن التدهور و الاندفاع و هذا عامل مهم من العوامل التي تجعل الفرد لا يجري وراء الشائعات و الغرائز المدمرة للمجتمع .
- الصحة النفسية تجعل الفرد قادراً على معاملة الناس معاملة واقعية لا تتأثر بما تصوره له افكاره و اوهامه عنهم ، كما يحدث عند المريض نفسياً .
- تحقق الصحة النفسية للمجتمع التطور و التنمية و زيادة الانتاج ، مما يعود على المجتمع بالغنى و الرفاهية .

- تلعب الصحة النفسية دورا مهما ففي كل مجال من مجالات المجتمع و الابتعاد عن الحروب فكما كان الناس في هذا المجال متمعين بالصحة النفسية نهضوا بمهامهم بجدارة و العكس صحيح .
(زغير و صالح ، 2010 ، ص 118-119).

5-نسبية الصحة النفسية :

اذا اخذنا الصحة النفسية و اختلالها وجدنا ان الامر فيها نسبي كما هو في الشذوذ فكما انه لا يوجد حد فاصل بين الشاذ و العادي ، كذلك لا يوجد حد فاصل بين الصحة النفسية و المرض النفسي . والصحة النفسية شبيهة في ذلك بالصحة الجسمية ، فالتوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة يكاد لا يكون له وجود . و لكن درجة اختلال هذا التوافق هي التي تبرز حالة المرض عن حالة الصحة . كذلك التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة عند فرد ما امر يكاد لا يكون له وجود . ودرجة اختلال التوافق هي التي تميز حالة الصحة عن غيرها .

و من اركان الصحة النفسية التي اثبتناها الى جانب انعدام النزاع الداخلي نجاح التكيف مع البيئة ، ونجاح التكيف هذا امر نسبي كذلك . فليس هناك حد فاصل ندرك عنده الفرق بين حالتنا تحقق التكيف مع البيئة ، و انعدام تحققه . (القوصي ، 1948 ، ص 10-11) .

6-معايير الصحة النفسية:

برزت اتجاهات مختلفة لوضع معايير لتحديد السواء و اللاسواء في الصحة النفسية نتيجة تعدد الاتجاهات و النظريات النفسية و من هذه المعايير :

1-6 المعيار الاحصائي :

يحصل فيه توزيع السوي و اللاسوي من خلال الانحراف عن المتوسط اذ تتركز معظم التشابهات بين الافراد في منتصف هذا التوزيع ، فالشخص السوي لا ينحرف كثيرا عن المتوسط او الشائع . (منسي ، 1998 ، ص 22) .

فسلوك العباقرة و المبدعين و المجانين و المتخلفين عقليا من الشواذ لانهم جميعا يبتعدون عن المتوسط (منسي ، 1998 ، ص 22).

2-6 المعيار الذاتي :

يحدد السواء في هذا المعيار من خلال ادراك الفرد لها ، فهو كما يشعر الفرد به و يراه من خلال نفسه ، فالسواء هنا هو احساس داخلي و خبرة ذاتية . (ابو العمرين ، 2008 ، ص 19-20) .
فالفرد يتخذ من ذاته مرجعا يرجع اليه في الحكم على السلوك السوي او الغير السوي .

3-6 المعيار الاجتماعي :

يتحدد السواء في هذا المعيار في ضوء العادات و التقاليد الاجتماعية حيث يكون السواء مسايرة للسلوك المعترف به اجتماعيا ، ويعني ذلك ان الحكم على السواء او اللاسواء لا يمكن التوصل اليه الا بعد

دراسة ثقافة الفرد ، أي اعتبار الأشخاص المساييرين للجماعة هم الاسوياء في حين يعتبر غير المساييرين هم الابعد عن السواء ، فهناك خصائص لا سوية كالانتهازية تكتسب مشروعيتها في اطار من الرغبة الاجتماعية ، فالمسايير الزائدة في حد ذاتها سلوك غير سوي (غريب ، 1999، ص138).

6-4 المعيار المثالي :

و هذا المعيار يرى ان الفرد السوي هو الكامل و حينما نقول قوة الابصار ليس قوة الابصار المتوسطة و انما ان تكون مكتملة و بذلك عندما يستخدم المحللون النفسيون هذا المعيار يقولون لا توجد شخصية سوية و لكن هذا المعيار يواجه صعوبة و قد لا يكون له وجود من الناحية الاحصائية في نواحي الذكاء او الجمال او الصحة من الصفات التي لا يوجد حدود واضحة محددة لها. (الحياني ، 2011، ص38).

6-5 المعيار المهني :

بالنسبة لهذا المعيار فالأخصائي النفسي او الطبيب العقلي هو الذي يحدد اذا كان الشخص سويا ام غير سوي .(عقابة ، 2021، ص9).

6-6 المعيار الحضاري :

هذا المعيار يرى بان الشخص السوي هو الذي يتوافق مع المجتمع و يستطيع ان يساير قيم المجتمع و قوانينه و معاييرهم و اهدافه و هذا المعيار يختلف من حضارة الى اخرى ، فما هو مقبول في حضارة معينة او مجتمع معين قد يكون مرفوض في مجتمع اخر .(الحياني ، 2011، ص38-39).

7- مؤشرات الصحة النفسية:

- هناك العديد من المؤشرات والمظاهر التي تشير في مجموعها إلى الصحة النفسية ونذكرها كالتالي:
- الإيجابية : الفرد المتمتع بالصحة النفسية دائم الكفاح و السعي في الحياة ولا يقف عاجزا أمام العقبات .
 - التفؤل : إذ يعتبر مظهر من مظاهر التمتع بالصحة النفسية و لكن دون مغالاة, بالمقابل يعتبر التشاؤم مظهرا من مظاهر انخفاض الصحة النفسية لاستنزافه لطاقة الفرد
 - تقبل الفرد الواقعي لحدود إمكانياته: فعلى الفرد أن يدرك وجود الفروق الفردية و يعرف مميزاته الخاصة و حدود قدرته ما يجنبه الفشل و التعرض للإحباط و بهذا يحافظ على صحته النفسية .
 - اتخاذ أهداف واقعية : أن يضع الفرد أهدافا واقعية يستطيع تحقيقها مع بذل جهد إضافي مستطاع على أن تكون هذه الأهداف محققة لنفع له و لمجتمعه. (منسي, 1998، ص 31)
 - القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة: إذ تعتبر العلاقات الاجتماعية سندا وجدانيا و مقوما أساسيا للصحة النفسية, و القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مشبعة هي من أهم المعايير التي يحكم بها على مدى تمتع الفرد بالصحة النفسية.

- القدرة على ضبط الذات: فالشخص السوي هو الذي يستطيع أن يتحكم في رغباته و ضبط ذاته و تحديد أولويات حاجاته (العمرى، 2012، ص45).
- احترام الفرد لثقافة المجتمع مع تحقيق قدر من الاستقلال عن هذا المجتمع: فالصحة النفسية تتجلى في أن يسلك الفرد سلوكا مناسباً يتقبله المجتمع و يتمشى مع العرف و القيم و المعايير السائدة في المجتمع.
- إشباع الفرد لدوافعه و حاجاته: إن إشباع الفرد لحاجاته الأساسية (السيولوجية و النفسية) و طريقة مواجهته لتلك الحاجات يحدد مدى تمتعه بالصحة النفسية. (منسي، 1998، ص 31 - 33)
- نجاح الفرد في عمله و رضاه عنه: فإذا كان العمل مشعباً لحاجات الفرد المادية و النفسية فهذا يحقق له السعادة و يساعد على تمتعه بالصحة النفسية.
- القدرة على تحمل المسؤولية: إذ لا شك أن قدرة الفرد على تحمل مسؤولية أفعاله و ما يتخذ من قرارات هو إحدى علامات الصحة النفسية، كما أن الهروب من المسؤولية هو دلالة واضحة أكيدة على الافتقار إلى السواء.
- ارتفاع مستوى الاحتمال النفسي: الفرد المتمتع بالصحة النفسية تكون لديه القدرة على الصمود أمام المشاكل و الشدائد . (منسي، 1998، ص 34-35) .
- النضج الانفعالي: يقصد به قدرة الفرد على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعال و البعد عن التهور و الاندفاع. (بن شيخ و بالزين، 2014، ص 23).
- ثبات اتجاهات الفرد: و هو عملية تدريجية تتأثر بما نكونه من قيم خلال الحياة و خلال خبراتنا المتنوعة في الأسرة و في المجموعات و الثبات لا يعني أنها غير قابلة للتعديل بل هي مرنة، لكن يقصد ألا تتصف اتجاهات الفرد بالتناقض و التذبذب على المدى القصير (منسي، 1998، ص 35 - 36) .

8-العوامل المؤثرة على الصحة النفسية:

- ان حياة الانسان تحكمها قوانين مختلفة تحافظ على استمرار توازنها و استقرارها الشامل ، و أي خلل يطرأ على هذه القوانين ينبئ بعدم قدرة الانسان على الحفاظ على توازنه و تحقيق معياره الخاص و الذي يعني اختلال صحته عموماً و صحته النفسية خصوصاً ، و من بين العوامل التي يمكن ان تؤثر في ذلك التوازن ما يلي :
- سمات الحدث: تتسم الاحداث والمواقف الحرجة المسببة للارهاق بأنها تتصف بعدم قابليتها للضبط و عدم قابليتها للتنبؤ ، و عدم اليقين بالكيفية التي ستنتهي بها هذه الاحداث ، و يقصد بها ما يلي :

- عدم القابلية للضبط : يسهم الشعور بفقدان الضبط و السيطرة في جعلنا نعيش موقف ما على انه مرهق .
 - عدم القابلية للتنبؤ : أ لا يمكن التنبؤ بما ستؤول اليه .
 - عدم اليقين : ان معرفة ان حدث مرهق سيقع ولكن عدم معرفة ما الذي سيحدث في هذا الموقف مصدر من مصادر الازهاق ، فعندما يكون الانسان متهيئا لحدث ما فانه يملك الفرصة لتحسين نفسه داخليا ، أما اذا كان المصدر داخلي لمثير الازهاق نفسه مرهقا فمن المحتمل ان تتم استنزاف ميزة التمکن من التهيء للحدث . (ساعو ، 2010 ، ص66-67).
 - سمات الشخصية : تعد السمات أسلوب الثقة في النفس و الضبط الداخلي و الانسجام الاجتماعي وغيرها من سمات الشخصية التي تقلل او تزيد من التأثيرات السلبية الضارة للاحداث الحرجة على صحة الفرد . كما ان بعض الاشخاص يمتلكون مقاومة عالية للمواقف السيئة للاحداث الحرجة في حين ان الاخرين يمتلكون مقاومة منخفضة و تعزى هذه المقاومة العالية الى سمات تعد من اشكال المواجهة التي تساعد في تحديد مصادر الصحة النفسية .
 - سمات المحيط الاجتماعي : تساعد معرفة خصائص المحيط الاجتماعي المسببة للارهاق و المعيقة لنمو الصحة النفسية والجسمية و شدة تأثيرها في الصحة النفسية و الوقاية و تجنب العوامل المؤذية . كما ان هناك علاقة بين الصحة و النظم الاجتماعية فهذا المنظور يعني بتحليل الاساليب والكيفية التي تستخدم فيها الصحة لمعالجة مشكلات موجودة في الحالات الاخرى للنشاط الاجتماعي (ساعو ، 2010 ، ص67-68).
- كما اضاف "العمرى مرزوق بن احمد عبد المحسن " مجموعة من العوامل التي تؤثر على الصحة النفسية وهي :-
- الاحباط: فهو يؤدي الى اختلال الصحة النفسية للفرد و ذلك نتيجة شعوره بحالة من عدم الاشباع لحاجاته او حل مشكلة من مشكلاته ، و التأكيد على ان استمرارية هذا الشعور يؤثر على الاداء الفعلي و يؤدي الى نشوء مشكلات و صراعات داخل الفرد .
 - الصراع : و هو حالة نفسية يشعر بها الفرد حين لا يستطيع ارضاء دافعين مع في وقت واحد لتساويهما في القوة ، و مصادر الصراع اما داخلية ذاتية ترجع لدوافع الفرد التي يريد اشباعها و اما خارجية مادية او اجتماعية او جسمية تعوق ارضاء الفرد لدوافعه (العمرى ، 2012، ص48).
 - القلق : وهو حالة من التوتر الانفعالي تشير الى وجود مظهر خارجي او داخلي يهدد الذات (العمرى ، 2012، ص49).

- الضغوط النفسية: هي حالة من التوتر النفسي الشديد ، تحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد و تخلق عنده من اختلال التوازن و اضطراب في السلوك (العمرى ، 2012 ، ص50).

اضافة الى ظروف العمل حيث ان لكل عمل ظروفه الخاصة فاذا كانت ظروف العمل صعبة وغير مناسبة للفرد فان هذا سيؤدي الى عدم الارتباط بهذا العمل و عدم حبه له وكذا عدم الرغبة في بذل الجهد فيه مما يؤثر تأثيرا سيئا على سلوك العامل و على صحته النفسية و العكس صحيح (بن شيخ و بالزين ، 2014 ، ص 21).

خلاصة:

نستخلص أن الصحة النفسية هي قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع الآخرين من حوله من خلال شعوره بالرضا، السعادة و الامن و ليس فقط الخلو من المرض ، ومن خلال تنوع الاتجاهات النظرية في علم النفس أدى ذلك الى اختلاف في تفسيرات الصحة النفسية كل حسب توجهه العلاجي ومفهومه للشخصية الانسانية و سلوكه وذلك لكون الصحة النفسية لها أهمية كبيرة كونها تقدم خدمات لكل من الفرد و المجتمع كفهم الذات و التوافق ، الاتزان و النضج الانفعالي وغيرها، اضافة الى الايجابية والتفاؤل و القدرة على ضبط الذات وغيرها من المؤشرات و المظاهر الدالة على الصحة النفسية ، الا أن هناك عوامل تؤثر في توازن الصحة النفسية كسمات الحدث و سمات الشخصية ، الاحباط ، الضغوط النفسية و ظروف العمل الصعبة .

الفصل الثالث:

الحماية المدنية وفيروس كورونا

أولاً : الحماية المدنية

تمهيد

- 1 نشأة الحماية المدنية الجزائرية
- 2 تعريف الحماية المدنية .
- 3 خصائص أعوان تدخل الحماية المدنية
- 4 مهام الحماية المدنية و أعوان التدخل .
- 5 وحدات الحماية المدنية لولاية بسكرة.
- 6 الحياة الاجتماعية ، الصحية والمهنية لاعوان الحماية المدنية .
- 7 برنامج العمل اليومي .

خلاصة

تمهيد :

تعتبر الحماية المدنية من أهم المرافق العمومية التي تتكفل بالمهام الانسانية ، فحماية الأرواح و الممتلكات من أسمى و أنبل المهام وذلك تحت شعار (اسعاف ، انقاذ ، اطفاء). وهي الخاصية التي تجعل منها هدفا ساميا يسعى لتحقيقه على أكمل وجه ، حيث أن طبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة التطورات العصرية و التدخل في الوقت المناسب و الوقاية من مختلف المخاطر و الحد من اثارها.

1-نشأة الحماية المدنية الجزائرية:

1-1 الحماية المدنية خلال الفترة الاستعمارية:

خضعت الجزائر كباقي دول المغرب العربي للاستعمار الذي غزى الجزائر سنة 1830 فكانت هناك عدة مقاومات شعبية و انتفاضات متواصلة للوقوف و التصدي للاحتلال الذي سلب ودمر و خرب ممتلكات الشعب وحرمه من جميع الاعمال الانسانية النبيلة بما في ذلك حماية نفسه و ممتلكاته من مختلف الاخطار سواء كانت ذات مصدر صناعي او انساني و من جهة اخرى عمد المستعمر الى خدمة مصالحه وحماية ممتلكات المعمرين بانشاء ثكنات لرجال المطافئ حيث ركزوا على توزيع مراكزها في المدن الشمالية الجزائرية ذات الكثافة السكانية العالية و الاخطار المعتبرة (عطابي، 2014، ص108-109).

2-1 الاصلاحات الطارئة على قطاع الحماية المدنية بعد استقلال الجزائر :

بعد استقلال الجزائر 1962 م كانت هناك مصلحة للحماية المدنية تتكون من جهاز مركزي تابع لوزارة الداخلية المصلحة المركزية للحماية المدنية ، و مصالح الاسعاف ومكافحة الحرائق على مستوى الدوائر وهذا الجهاز سواء على مستوى المركزي او المحلي لم يكن يمتلك المعدات الكافية و الاموال للقيام بالمهام الموكلة اليهم من اطفاء، انقاذ و اسعاف فقد كانت في أغلب الحالات من الادارة . أما من ناحية التدخلات فكانت محدودة بسبب قلة العتاد و التقنيات حيث كانت تتم من طرف عناصر اطفائية دائمة او متطوعة موزعة على مستوى المناطق الحضرية و المدن الاخرى (بن موسى ، 2019، ص31).

لكن محدودية المواد المادية وقلة الامكانيات جعلت البلديات تلجأ الى الاستغناء عن جهاز الحماية المدنية لكونها عبئا على ميزانيتها في حين ان الاحتياجات الملحة و التغيرات الطارئة حتمت التكفل بهذا الجهاز ومن ثم بدأت عملية الاصلاحات .

- اصلاحات 1964 :جاءت هذه الاصلاحات في المرسوم 129.64 المؤرخ في 15 أفريل 1964 الذي تضمن تنظيم ادارة الحماية المدنية والذي نص على تحويل المصلحة المركزية الى مصلحة وطنية للحماية المدنية على المستوى المركزي كما ساهمت في اصلاح شامل للفرق . (بن موسى، 2019 ، ص32).

- اصلاحات 1970: تطبيقا لنظام الاشتراكي في البلاد و نظرا لاهمية قطاع الحماية المدنية قررت الحكومة تأمين وسائل القطاع في أبريل 1970 وقد تم انشاء وحدات لتدخل في اطار تنظيمي حسب المرسوم 167.0 المؤرخ في 10/11/1970 المتعلق بتصنيف وحدات الحماية المدنية و تنظيمها حسب المهام المستندة اليها و هي :
 - الوحدة الرئيسية : وتتمركز في الولاية .
 - الوحدات الثانوية :الموجودة في مركز الدائرة .
 - وحدات القطاع :موجودة في مركز البلدية .
 - المراكز المتقدمة :موجودة بقرب الاخطار (بن موسى ، 2019 ،ص32).
- وهذه الخطوة مكنت من تطوير دعم المصالح بالعتاد و كذلك من وضع منظمة وطنية مسايرة للنظام الاقتصادي و الاجتماعي للبلاد ،اذ تم ادماج القطاع تحت قانون الوظيف العمومي وخص أعوانها بالقانون الخاص بهم وفي اطار هذا التطوير تم انشاء منظمة شبه عسكرية ذات زي موحد و كذلك رتب عسكرية و مراكز للتكوين (عطابي ، 2014 ،ص110-111).

2-تعريف الحماية المدنية :

الحماية المدنية مرفق عمومي مكلف بحماية الاشخاص و الممتلكات موضوع تحت وصاية وزارة الداخلية و الجماعات المحلية ، حيث طبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة التطورات التكنولوجية والنمو الديمغرافي في الوطن ، تتميز بتنظيم الاداري (تقني وعلمي) لضمان التكفل الخاص بالمهمة الانسانية المنوطة بها. (بن عليا و شلاوة ، 2012 ،ص56).

3-خصائص أعوان تدخل الحماية المدنية:

- طاعة الرئيس و احترام المرؤوسين .
- الأمانة بحث يحافظ على ممتلكات الغير لاطلاعه على عورتهم .
- الضمير المهني (الكفاءة) (بن موسى ، 2019 ،ص35).
- احترام القانون داخل المنظمة .
- الكتمان (السر المهني) .
- اللياقة البدنية .
- التحلي بالصبر و الشجاعة .
- اللباس النظامي و الشارة .
- حمل الطابع الانساني الخير .

- حماية الارواح و الممتلكات (بن موسى ، 2019، ص35).

4- مهام الحماية المدنية و أعوان التدخل :

1-4 مهام الحماية المدنية :

لقد كانت الحماية المدنية تسهر على حماية الاشخاص و ممتلكاتهم ، والحفاظ على كل ما يخص المجتمع المدني ، وبذلك أصبحت في الأونة الأخيرة شريكا أساسيا في الحياة اليومية للمواطن ، وهذا من خلال طبيعة المهام التي يقومون بها أثناء التدخل على مدار السنة ، لتكون التغطية و السهر على راحة المواطنين غير منقطعة ، بل في تواصل دائم تحت شعار انقاذ-اسعاف - اطفاء(العايب ، 2014،ص76).

وتحت هذا الاطار سنتطرق الى أبرز المهام و التدخلات و سنذكر منها ما يلي:

- الوقاية و التدخل أثناء الكوارث الطبيعية و التكنولوجية .
- حراسة الشواطئ و المصطافين .
- نقل الجرحى و المرضى .
- تقديم الاسعافات في الحوادث المنزلية .
- البحث عن التائهين في الصحراء .
- اخماد الحرائق بمختلف أنواعها .
- اعداد الدراسات الوقائية للوقاية من مختلف الاخطار .
- التغطية الامنية في المقابلات الرياضية وفي نقل المواد الخطيرة .(عثمان ، 2010،ص97).

4-2 مهام أعوان تدخل الحماية المدنية :

في بداية الامر كان تدخل عون الحماية المدنية جد محدود ، اذ كان يقتصر على اطفاء الحرائق البسيطة و ذلك لقلة العتاد و ضعف الامكانيات و كان يطلق عليهم اسم الاطفائيين حيث كانوا تابعين للبلدية و مع حدوث التطورات و الاصلاحات السالفة تطورت مهام عون الحماية المدنية و توسع نطاقها الى حماية الاشخاص و الممتلكات وفق المرسوم التنفيذي رقم 64-129 المؤرخ في 15/04/1964 م .

(عطابي، 2014، ص122-123).

أما حاليا فقد أضيفت لعون الحماية المدنية مهام جديدة يمكن ادراجها في النقاط التالية :

فمنها ما يتعلق بالجانب الاجتماعي و منها ما يتعلق بالجانب الاقتصادي و منها ما يتعلق بالجانب الامني.

4-2-1 المهام المتعلقة بالجانب الاجتماعي :

- اسعاف المرضى و المصابين ونقلهم نحو المؤسسات الاستشفائية بصفة مجانية و بدون تمييز عنصري.
- اسعاف ضحايا حوادث الطرقات، السكك الحديدية ،الطيران و الملاحة البحرية.

- التدخل في مختلف الحوادث الناجمة عن الكوارث الطبيعية و الانفجارات.
- الغطس في أعماق البحار و السدود و انقاذ الاشخاص الغرقى.
- حراسة الشواطئ خلال موسم الاصطياف ضمنا لراحة المصطافين .
- توزيع المؤونة على المنكوبين من خيم و افرشة الى غير ذلك عند وقوع النكبات مثل : الفيضانات والزلازل و الانهيارات .
- تموين المواطنين و الهيئات الحساسة بالماء الصالح للشرب عند الضرورة القصوى و تنعكس هذه الخدمات على نفسية المواطنين و ذلك لشعورهم بالامان و السلام كلما وجدوا من يسهر على حمايتهم من أي خطر محتمل ،يؤهلهم لتأدية أعمالهم بصفة عادية و ممارسة حياتهم بصفة طبيعية (بن موسى، 2019، ص34).

2-2-4 المهام المتعلقة بالجانب الاقتصادي :

- تقدم وحدات الحماية المدنية خدمات للمؤسسات الاقتصادية على كل أنواعها من خلال التدخلات في كل خطر طبيعي او صناعي كالحريق عند اندلاعه بالاضافة الى التدخل عند كل حادث تتعرض له ممتلكات المواطنين وكذا عند تسرب أي مواد كيميائية لها أضرار على صحة الانسان و البيئة بصفة عامة.
- ضمان تكوين أعوان الامن لفائدة الوحدات الانتاجية في مجال الامن الصناعي و الداخلي .
- توفير الامن للسائحين الاجانب كمساهمة غير مباشرة في العملة الصعبة للبلاد فهي تعد كعامل محفز لتنمية السياحة .
- وضع جهاز موسمي متخصص في اطفاء حرائق الغابات حفاظا على التوازن البيئي و على الثروة الغابية خاصة حماية الاشجار المثمرة و المنتجة لمختلف الفواكه (عطابي ، 2014 ، ص123-124) .

3-2-4 المهام المتعلقة بالجانب الامني :

- تزداد مهام الحماية المدنية في اوقات السلم من خلال المراقبة الامنية في المؤسسات الصناعية والمستقبل للجمهور كقاعات السينما و المستشفيات، الملاعب .
- مواكبة عملية نقل المواد الخطرة مثل المواد المشعة .
- التغطية الامنية خلال تنظيم مختلف التظاهرات الرياضية .
- المساهمة في تغطية عملية الانتخابات الوطنية .

- تدعيم الجهاز الفني في الامتحانات المدرسية (البكالوريا ، امتحان شهادة التعليم الاساسي).
- المعايير الميدانية في اطار اللجان التقنية للمنازل المهدة بالانهيار (بن موسى، 2019، ص34 - 35).

5- وحدات الحماية المدنية لولاية بسكرة :

تعددت مديريات الحماية المدنية كما تتوزع عبر كامل تراب الجزائر بمختلف وحداتها ، كما تختلف مهامها في ما أسلفنا ذكره حسب موقعها الجغرافي و كذا حسب سلمها التصنيفي الاداري . فسنعرض مديرية الحماية المدنية لولاية بسكرة كنموذج أول على المستوى الولائي و الوحدة الثانوية لبلدية بسكرة كنموذج ثاني على مستوى البلدي (صوالح و ليدي ، 2011 ، ص48).

5-1 : النموذج الأول : مديرية الحماية المدنية لولاية بسكرة :

تقع هذه المديرية في حي 700 مسكن وسط مدينة بسكرة تدير وفق نظام شبه عسكري كما هو حال كل القطاعات ، هناك ثمانية وحدات تدخل تابعة لها اداريا تتوزع على معظم تراب الولاية و هي كالتالي:

- الوحدة الرئيسية : 184 فرد.
- الوحدة الثانوية : 71 فرد.
- وحدة طولقة : 39 فرد.
- وحدة اورلال : 28 فرد.
- وحدة زريبة الواد : 37 فرد.
- وحدة سيدي عقبة : 39 فرد.
- وحدة القنطرة : 40 فرد.
- وحدة أولاد جلال : 45 فرد. (صوالح و ليدي ، 2011 ، ص48).

و أضافوا مؤخرا وحدة سيدي خالد و المركز المتقدم الواقع في شتمة . حيث ان كل من الوحدات الرئيسية و الثانوية يقعن في بلدية بسكرة وسط المدينة ، أما بقية الوحدات فتتوزع في البلديات المذكورة اسمائها في كل وحدة من الوحدات الباقية .

5-2 : النموذج الثاني : الوحدة الثانوية بسكرة :

و هي تعد وحدة تدخل لكل أنواع الحوادث (حوادث مرور ، فيضانات ، انهيارات، حرائق...) وتقع وسط مدينة بسكرة ، كما أنها تتكون من أشخاص و عتاد . (صوالح و ليدي ، 2011 ، ص49)

5-2-1 : الأشخاص :

- قائد الوحدة .
- قائد الحراسة .

- أعوان تدخل بنظام 48/24 ساعة.
- أعوان يعملون في الإدارة (إدارة الوحدة) بنظام 8 ساعة من 24 ساعة.
- طبية .
- أخصائية نفسانية .

2-2-5: العتاد :

تتوفر الوحدة على أهم العتاد في مهمة التدخل و ليس كل العتاد و هي : سيارة الاسعاف ،شاحنة الاطفاء، السلاالم ، النقالة (الحمالة) .

3-2-5 المهام و الرتب :

يتواجد فيها كل من :

- قائد الوحدة :برتبة ملازم .
- قائد الفصائل :برتبة ملازم.
- رؤساء العتاد: برتبة رقيب أو عريف.
- أعوان تدخل :برتبة عون .
- الرتب و عدد الأفراد : يتواجد في هذه الوحدة 71 فرد يتوزعون ما بين :
 - ملازم : 3 ملازم و 2 ملازم أول.
 - مساعد : لا يوجد.
 - رقيب : 2 افراد.
 - عريف :14 فرد .
 - عون : 52 فرد.
 - طبية : 1 فرد.
 - أخصائية نفسانية : 3 افراد.

4-2-5 المرافق الاجتماعية:

يوجد في هذه الوحدة أربعة مرافق و هي : مطعم ، مكان مخصص للمبيت ، عيادة ، نادي ، و أضيف مؤخرا حلاق (صوالح و ليدي ، 2011، ص51).

6- الحياة الاجتماعية ، الصحية والمهنية لاعوان الحماية المدنية :

6-1 الحياة الاجتماعية :

ليس العامل عضوا في المؤسسة ، العمل فحسب، بل عضو في جماعات كثيرة متعددة الاهداف و وجهات النظر وتختلف مسؤولياته واتجاهاته في كل منها .

في البداية نتكلم عن الاسرة باعتبارها المكون الاساسي لكل فرد وعامل بصفة خاصة حيث تقوم الحياة على تلك العلاقات القائمة بين أفراد الاسرة و شعور هؤلاء الافراد بأهمية هذه العلاقات و الرغبة في استمرارها يعني الاستقرار و الاطمئنان في الجو الاسري . كما تعتبر الاسرة المجال الذي يستطيع من خلاله الانسان تحقيق دوافعه الرئيسية ،حيث تهدأ عواطفه المختلطة .(بوحارة ، 2012، ص 155).

ومن هذا المنطلق نستطيع لمس الحياة الاجتماعية لاعوان الحماية المدنية فنجد الفرد منهم عضوا من أسرته الصغيرة المتكونة من زوجته و أولاده .ويجب ان يكون مسؤولا عن باقي أفراد عائلته ، وتختلف عضويته في اسرته الكبيرة التي تتكون من الوالدين و الأشقاء و شخصيته هنا تتراوح بين السيطرة و الخضوع و المسؤولية ، وكذلك هو فرد في جماعة الشارع التي تختلف نوعا ما بصفاتها قائمة على عدة علاقات تختلف من فرد لآخر و يجب التوفيق فيها.(العايب ، 2014، ص78-79).

ومنه يتضح لنا جليا أن أفراد الحماية المدنية في حاجة الى التفاعل مع كل المجتمعات لدرجة كافية من التوافق النفسي، حيث يصادف العامل في سبيل الحصول على هذا التوافق صعوبات شخصية متنوعة فليس من شك ان العلاقات الاسرية الغير سعيدة و التي تتسم بالصراع بين الزوجين وظروف انفعالية ثقيلة كالمرض المزمن لاحد افراد الاسرة او أعباء عاشلية غير محتملة ، كوجود الاهل بمقر بعيد عن العمل التي تكلفه خسائر يكبدها أموالا في أمس الحاجة اليها ،او عدم القدرة على تلبية متطلبات أفراد الأسرة ، والتي تؤدي الى سخط العامل و سوء تواقفه في العمل و يقدر نجاحه في التغلب على الصعوبات يشعر العامل براحة نفسية تنعكس على المظاهر المختلفة لحياته و هذا ما يحصل عند أعوان الحماية المدنية ، بحكم نظام عملهم الذي يدخل في اطار العمل بالمناوبة و تغيير أوقات العمل وهذا قد يكون عائقا في التوفيق مع القيم التي يتلقاها العمال خلال عضويتهم في الجماعات المختلفة السالفة الذكر، اذ لا يتيح لهم فرصة الكافية للاندماج فيها ، مما يؤدي الى اعادة النظر في مواقفهم و اعادة تشكيل أنماطهم السلوكية في التخلي عن عادات و اتجاهات معينة و اكتساب اتجاهات اخرى أكثر ملائمة لمقتضيات الموقف الاجتماعي الجديد.(بوحارة ، 2012، ص155).

وانطلاقا من ذلك يمكن تصور الاثار النفسية و الاجتماعية لما يفرضه الواقع الاجتماعي من جهة و الواقع المهني من جهة اخرى .

ونظرا للحياة الاجتماعية بصفة عامة التي زادت متطلباتها و زادت مشاغلها فعدم القدرة على مواكبة التغيرات تحصيل حاصل ، قد يؤدي الى نتائج سلبية تمس الحياة العملية التي تتطلب أكثر راحة و توازن لتأدية المهام على أحسن وجه و زيادة الدافعية نحو ذلك لتحقيق الاستقرار النفسي و الاداء المهني الناجح.

(العايب ، 2014 ، ص 80).

6-2 الحياة الصحية:

تشكل الصحة النفسية و الجسدية الجيدة بالنسبة للعامل مؤشرا هاما يشير الى حالة من التوافق المهني و النفسي مع عمله ، على عكس الاعراض الجسمية و المرضية التي تعتبر الدليل المباشر على سوء التوافق المهني ، فالطب السيكوسوماتي بين ان الكثير من الاضطرابات الفيزيولوجية تنجم أساسا عن وجود اضطرابات الوظائف النفسية . فالامراض السيكوسوماتية هي أمراض جسمية تعود في الأصل الى عوامل و اسباب نفسية تسببها مواقف انفعالية ، ذلك أن حالات الانفعال تترتب عنها حالات جسمية فتظهر أعراض لأمراض جسمية و عضوية مختلفة ذات منشأ نفسي و هذا سمة الامراض النفس جسدية تصاحب هذه الحالة اضطرابات فيزيولوجية حشوية عديدة منها :اضطرابات التنفس ، واخرى في الهضم واختلالات على مستوى الافرازات الهرمونية و بالتالي اضطراب عمل الغدد الصماء.(بوحرارة ، 2012 ، ص 157).

وانطلاقا من هذا يندرج عمل أعوان الحماية المدنية ضمن نظام العمل بالمناوبة كما قلنا سابقا الذي من الممكن أن ينعكس بالسلب على صحة الاعوان ،فأما يبدو عليهم في شكل اضطرابات نفسية و بالتالي فهذا يعبر بشكل واضح على اختلال توازنهم الانفعالي هذا ما يؤدي الى سوء توافقهم ، نتيجة لظهور أعراض المعاش النفسي السيئ لديهم. (العايب ، 2014 ، ص 80).

كما أن لهذا النظام من العمل تأثير اخر على العامل يتمثل في قلة النوم الذي يجذب وراءه خطر تناول المنبهات بصورة مستمرة ، فكثيرا ما يلجأ اليها العمال خاصة في المناوبات الليلية للقضاء على النعاس الذي يعيقهم من مواصلة عملهم. فالدراسات تؤكد على ضرورة النوم الليلي و أهميته ، فنوم النهار لا يعوض نوم الليل حتى ولو تمكن العامل من نوم الفترة المخصصة للراحة الكاملة (7 ساعات) فمناوب الليل لا يستفيد في راحته وتجديد نشاطه بنوم صحي وفعال ، وقد سجلت اضطرابات النوم عند أعوان الحماية المدنية (39%) و يرجع ذلك أساسا لعدم الاتساق الدائم بين الساعة البيولوجية ، كما أن من بين العوامل المسببة لاضطرابات النوم يمكن أن تظهر أيضا في انتظار العون للتدخل (فهو يبقى في انتظار دائم و مستمر لسماع رنين التدخل) حيث أن واحد من أربعة ينام أقل من (6 ساعات) في اليوم . (بوحرارة ، 2012 ، ص 157-158).

فاضافة الى اضطرابات النوم الذي يسببها نظام عمل الاعوان فانه قد يسبب أيضا بعض الاعراض العضوية فافرازات الجهاز الهضمي تتبع نظام الايقاع اليومي فعندما يأكل الموظف في ساعات الليل المتأخرة فانه يأكل و يملأ معدته بالأكل في الوقت الذي يكون جهازه الهضمي غير مستعد لذلك ، ويتركها خالية في النهار وهي في قمة نشاطها وافرازاتها الحمضية هذا ما يفسر كثرة العاملين بالليل من الحموضة، كما انه يؤدي أيضا الى الانهك البدني وحدوث آلاما في الاطراف السفلى و صداع و حالات من الملل ، زيادة على هذا قد يصاب العون ببعض الإصابات و الأضرار جراء تأديته لعمله أثناء التدخل تقديم الخدمة و المساعدة مثل الكسور ، والتمزقات العضلية وكذا آلام الحوض و الظهر .(بوحرارة ، 2012 ، ص 158).

6-3 الحياة المهنية :

يعتبر العمل في التنظيمات الادارية مصدرا للضغوط و التوترات التي يشعر بها العاملون على مختلف المستويات الادارية ، اذ يشعر كثير من العمال بالارهاق النفسي وحالات من عدم التوازن النفسي و الجسمي ، مما يؤثر عليهم و على مستوى الاداء الذي يقومون به بشكل سلبي ،وهو أمر يستدعي من التنظيمات أن تهتم بهذا الموضوع .(بوحارة ،2012، ص158).

فمن الواضح أن العامل يعمل ضمن ظروف خاصة تؤلف في مجموعها البيئة الخاصة للعمل، فنجده يتعامل أيضا مع فئة من الزملاء و في بيئة طبيعية تتصف بظروف مادية معينة من حيث الرطوبة، الحرارة ، التهوية و الضوضاء وغيرها، و التي تؤثر في عملية التوافق و سوء التوافق للعامل في عمله، كذلك يمكن أن يكون هناك ارتباط واضح بين العوامل العقلية و ظهور التعب و الوقوع في حوادث العمل و التغيب ، فقد أثبتت الدراسات التي قام بها مجموعة من العلماء و الباحثين على أن هناك علاقة واضحة بين مستوى الذكاء و حوادث العمل ، و في مهنة أعوان الحماية المدنية هناك علاقة واضحة بين مستوى الانتباه و الادراك و الاستجابة للرنين الذي ينذر أن هناك تدخل مستعجل .(بوحارة ،2012، ص158).

كما أن للتعب نصيبا في التأثير على التوافق المهني للعون في عمله ، فقد يظهر التعب على شكل شعور داخلي يدعوه الى التوقف التلقائي عن العمل ، لياخذ قسطا من الراحة ، ثم يعود لمزاولة العمل بصورة عادية ، وربما يبدو التعب أيضا في صورة فقدان الانتباه وعدم التركيز وادراك الخطأ في العمل، وكلها من دلائل التعب. و قد يتطور الشعور الى التطرف بحيث يصبح شعورا بالانهك مما يدفع العامل لاتخاذ عدد من الأساليب كالاتيات الدفاعية لمواجهة ضغط هذا الشعور و تختلف نوعيتها الدفاعية باختلاف الشخص ، طبيعة العمل و نوعيته .(بوحارة ،2012، ص158-159).

و بما ان اعوان الحماية المدنية يعملون في فرق فان الروح المعنوية بين أفراد هذه الفرق تعتبر من الظواهر النفسية التي لا تخضع للملاحظة المباشرة ، فهي بذلك تكون فردي لا يمكن ملاحظته الا عن طريق آثاره التي يتركها على الفرد ، فالروح المعنوية شرط أساسي للجماعة التي يتطلب عملها التكامل و بالتالي تبقى سلوكيات الفرد سوية ومعتدلة اتجاه نفسه و اتجاه الجماعة التي يعيش معها و يعمل معها . (بوحارة ،2012، ص159).

وعليه يعتبر نظام عمل أعوان الحماية المدنية، من الانظمة ذات الظروف الاستثنائية ، فالأعوان قد يتعرضون الى ضغوط عدة تتجلى في مظاهر التعب النفسي و الفيزيولوجي و ارتباك في علاقاتهم الاجتماعية ، خاصة بسبب سرعة دوران ساعات العمل (بوحارة ،2012، ص159).

فيجد العون أن أغلبية يومه و أسبوعه يذهب الى العمل دون ان يقوم بواجباته الاجتماعية ، كما أن فترات النوم لديه تقل ، و ليتجاوز ذلك يلجأ العامل الى تناول مجموعة من المنبهات تجنبه النوم و النعاس أثناء ممارسة العمل ،اضافة الى ذلك فعدم وجود استقرار في تناول وجبات الغذاء اليومية يولد مشاكل هضمية و معوية ،وعدم وجود استقرار في أوقات الراحة و قضاء أوقات الفراغ و اختلاف الجو العملي بين الليل و النهار يؤدي بالعامل الى بذل جهد للتوافق بين تلك الأوضاع (بوحارة ،2012، ص159).

و في اطار هذا النظام فان الاعوان فرض عليهم أن يتابعوا بشكل دائم و مستمر و كذا بشكل مكثف

التدريب و التكوين، لامكانية مواكبة التطور التكنولوجي من أجل محاولة التكيف مع المخاطر المختلفة، التي قد تصادفهم في مختلف تدخلاتهم. (العايب، 2014، ص81).

وعليه فان نظام عمل أعوان الحماية المدنية يعتبر من بين حالات العمل الاستثنائية مقابل أوقات العمل العادية لذا وجب أخذ العامل فيه بعين الاعتبار سواء في سن القوانين الخاصة بهذا النظام من العمل، او في تعامل الرئيس مع العون أو غير ذلك (العايب، 2014، ص81).

• تعليق على الحياة الاجتماعية و الصحية والمهنية لأعوان الحماية المدنية :

يمكننا تصور الاثار النفسية و الاجتماعية لما يفرضه الواقع الاجتماعي من جهة و الواقع المهني من جهة اخرى . فالعلاقات الأسرية الغير السعيدة لأعوان الحماية المدنية و التي تتسم بالصراع بين الزوجين و ظروف انفعالية ثقيلة كالمرض المزمن لاحد افراد الاسرة أو تكاليف أو خسائر المادية بسبب التنقل من المنزل الى العمل خاصة و ان كان مقر الأهل بعيد أو عدم القدرة على تلبية متطلبات الأسرة مما ينعكس سلبا على سوء توافقه في العمل .

تشكل الحياة الصحية و الجسدية الجيدة للعامل مؤشرا هاما يشير الى حالة من التوافق و العكس صحيح . فعمل الحماية المدنية يتدرج ضمن العمل بالمناوبة و الذي من الممكن أن ينعكس بالسلب على صحة الأعوان .اضافة الى اضطرابات النوم الناتجة عن قلته بسبب هذا النظام .وكذلك بعض الأعراض العضوية بسبب عدم تناول الغذاء في وقته المحدد مما يؤدي الى الانهك البدني و الصداع ،اضافة الى الاصابات و الأضرار الناتجة جراء قيامه بتأدية مهامه أثناء التدخلات المختلفة مثل اصابته بالتمزقات العضلية أو الكسور أو الام الظهر .

يؤثر التعب على التوافق المهني للعون فهو قد يظهر على شكل شعور داخلي مما يدعوه الى التوقف عن العمل و قد يبدوا التعب أيضا في صورة نقص انتباه و عدم تركيز و كلها من دلائل التعب و الارهاق . إضافة الى ظروف البيئة المادية الخاصة بالعمل كالحرارة ، التهوية، الضوضاء وغيرها .

7-برنامج العمل اليومي :

يومية و على الساعة الثامنة صباحا يقرع جرس التجمع الصباحي ، ليرفع العلم الوطني، بعدها يعطي قائد الفوج المنتهية مداومته الأمر بانصراف الفوج المنتهية مداومته و يسلم المهام و التوصيات لقائد الفوج الذي سيبدأ المداومة ، بعدها مباشرة يقوم هذا الأخير بعملية المناداة تليها قراءة الورقة اليومية لتعيين الأعوان في مهامهم ثم اعطاء الأمر بالانطلاق نحو المهام و فيما يلي توزيع البرنامج اليومي:(بن عليا و شلاوة،2012، ص68)

- مراقبة و تفتيش عتاد التدخلات.
- المناوبة التدريبية.
- نظافة الثكنة .
- تناول وجبة الغذاء (بعدها فترة راحة) .

- تجمع لقراءة اللوائح ان وجدت .
- القاء الدروس النظرية حسب البرنامج .
- الرياضة .
- تجمع لانزال العلم الوطني .
- تناول وجبة العشاء .(بن عليا و شلاوة ،2012، ص68) .

7-1 السجلات الخاصة بالعتاد:

- الدفتر اليومي للجرد
- بطاقات تخزين العتاد
- الدفتر السنوي للجرد
- بطاقات تخزين الوقود و الزيوت
- بطاقات طلبات التصليح و الصيانة.
- سندات استلام .
- وثائق الأمن بالحركة.(عثمان ،2010، ص117-118).

7-2 التسيير العملي :

مضمون من طرف رئيس الوحدة بصفته المسؤول المباشر على الأفواج الثلاثة للتدخل حيث يقود كل فوج ضابط قائد للحراسة يساعده في مهامه صف ضابط للحراسة بالاضافة للتعريف اليومي المكلف بمركز الحراسة وكذلك رؤساء العدد المكلفون بسيارات الاسعاف وشاحنات التدخل والأعوان الموضوعين تحت تصرفهم أثناء التدخلات المختلفة خلال مدة المداومة .(عثمان ،2010، ص118).

7-3 الورقة اليومية :

تحضر من طرف الضابط أو مساعده صف ضابط الحراسة و توقع من طرف رئيس الوحدة مسبقا حيث يراعي في ذلك توزيع رؤساء العدد وأعوان التدخل في وسائل التدخل(عثمان ،2010، ص118).

7-4 التكوين المستمر :

طبقا للبرقية رقم 2944/م.ع.ح.م/م.م.ت بتاريخ 1996/09/21 المتعلقة بالتكوين المستمر لأعوان الحماية المدنية و طبقا للبرقية 559 م.ع.ح.م/م.ف.ت بتاريخ 1997/03/09 المتعلقة بالتكوين المستمر لأعوان الحماية المدنية حيث بداية كل شهر تتم برمجة برنامج خاص بالتكوين المستمر من طرف مسؤول مكتب التكوين بالمديرية حيث يشمل هذا الأخير على مختلف المناورات في مجال الاسعاف و الاطفاء و الانقاذ (عثمان ،2010، ص118).

بالاضافة الى الدروس النظرية في مختلف الاختصاصات و هذا لضمان تحسين مستوى عون الحماية

ثانيا : فيروس كورونا

تمهيد

- 1- تعريف فيروس كورونا.
- 2- الأعراض و التظاهرات السريرية لفيروس كورونا.
- 3- كيفية انتشار فيروس كورونا.
- 4- تشخيص فيروس كورونا.
- 5- الفئة الاكثر عرضة للاصابة بفيروس كورونا.
- 6- طرق الوقاية من فيروس كورونا.

خلاصة .

تمهيد:

لقد عرف تاريخ البشرية العديد من الأوبئة و الأمراض الفتاكة و التي أشاعت الخوف في العالم و لعل فيروس كورونا أكثر هذه الأوبئة نشرا للربح في العالم ، فبالرغم من حداثة الا أنه انتشر بشكل كبير و خطير في جميع دول العالم . اذ يعد هذا الفيروس اخر ما تم اكتشافه من سلالات كورونا والتي لم يسبق تحديدها ،فهو يستهدف أساسا الجهاز التنفسي للانسان ويهاجم خلاياه و يدمرها ، تبدأ أعراضه غالبا بالحمى و السعال الجاف وينتشر من انسان الى انسان عن طريق المفرزات التنفسية المزفورة كالسعال ، او ملامسة الاسطح و الاشياء التي لامسها فرد مصاب ، لذلك يجب احترام مسافة الوقاية المقدره ب 1.5 متر على الأقل و غسل اليدين جيدا واستعمال المطهر الكحولي و ارتداء الكمامة الطبية و الالتزام بغيرها من وسائل الوقاية ضد هذا الفيروس.

1- تعريف فيروس كورونا:

- أطلقت منظمة الصحة العالمية اسم SARS-CoV-2 على فيروس كورونا و اسم COVID-19 على المرض الذي يسببه هذا الفيروس ، ومعناه الحرفي هو : كو/CO و هي اختصار لكلمة كورونا، و حرفي في VI/ اختصار لكلمة فيروس ، و حرف د/D اختصار لكلمة مرض Disease باللغة الانجليزية . وقد اختير هذا الاسم لتجنب الاشارة الى مجموعات معينة من الأشخاص او المواقع و اعطاء انطباعات سلبية عنها.(السيد و سليمان ،2020، ص331).
- مرض كوفيد- 19 هو مرض معد يسببه اخر فيروس تم اكتشافه من سلالة كورونا. ولم يكن هناك أي علم بوجود هذا الفيروس الجديد و مرضه قبل بدء تفشيه في مدينة ووهان الصينية في ديسمبر 2019 . وقد تحول كوفيد -19 الان الى جائحة تؤثر على العديد من بلدان العالم (العبسي و تجانية ،2020، ص92).
- تعرفه منظمة الصحة العالمية بأنه مرض معد يسببه فيروس كورونا سارس-2 ، وهو أحد العوامل الممرضة التي تصيب الجهاز التنفسي، وقد اكتشفت المنظمة هذا الفيروس الجديد لأول مرة من خلال الحالات التي حدثت في مدينة يوهان الصينية في 31 ديسمبر 2019 (خرخاش، 2021، ص540).

2- الأعراض و التظاهرات السريرية لفيروس كورونا:

يؤكد العلماء أن فيروس كورونا يحتاج الى خمسة أيام في المتوسط لتظهر أعراضه التي تبدأ بحمى، متبوعة بسعال جاف ، وبعد نحو أسبوع ، يشعر المصاب بضيق في التنفس، ما يستدعي العلاج في المستشفى . ونادرا ما تأتي الأعراض في صورة عطس أو سيلان مخاط من الأنف .كما أن ظهور هذه الاعراض لا تعني بالضرورة أنك مصاب بالمرض، لأنها تشبه أعراض أنواع اخرى من الفيروسات مثل نزلات

البرد و الأنفلونزا. و يمكن أن يسبب فيروس كوفيد -19 في حالات الاصابة الشديدة ، الالتهاب الرئوي و قصور وظائف عدد من أعضاء الجسم وحتى الوفاة (بوعموشة، 2020، ص127).

و قد أشارت مراجعة منظمة الصحة العالمية لـ 55,924 حالة مؤكدة مخبريا في الصين الى الأعراض و العلامات النموذجية التالية :

- الحمى 87.9 %
- السعال الجاف 67.7%
- التعب 38.1%
- ضيق التنفس 18.6 %
- التهاب الحلق 13.9%
- الصداع 13.6 %
- الألم العضلي أو المفصلي 14.8 %
- القشعريرة 11.4 %
- الغثيان و الاقياء 5.0%
- احتقان الأنف 4.8 %
- الاسهال 3.7% (بوعموشة، 2020، ص127).
- نفث الدم 0.9 %
- احتقان الملتحمة 0.8%

وتجدر الاشارة هنا الى أنه قد يكون بعض المصابين غير عرضيين ،أي أن نتائج الفحص تؤكد الاصابة لكنهم لا يظهرون أعراضا ، لذلك ينصح المختصون بمراقبة الأفراد الذين هم على اتصال مع المرضى المؤكدة اصابتهم و استبعاد الاصابة . أما عن فترة الحضانة (الفترة بين الاصابة و ظهور الأعراض) فتتراوح من يوم الى 14 يوم ، الا أن أغلب الحالات كانت فترة حضانتها خمس حالات (بوعموشة، 2020، ص127).

3- كيفية انتشار فيروس كورونا :

غالبا تنتشر الأمراض المعدية بطريقتين الطريقة المباشرة و الطريقة الغير مباشرة :

1-2 الطريقة المباشرة :

وهي تنتقل من شخص الى اخر مباشرة بوساطة أحد الأمور التالية :

- الملامسة الشخصية للمريض و أكثر الامراض انتقالا الامراض الجلدية المعدية مثل الجرب و القمل و الفطريات .
- الرداد الصادر من المصاب بواسطة السعال أو العطس أو البصق مثل الأنفلونزا و الايدز .
- بواسطة نقل الدم تنتقل عندما يكون الدم مصابا مثل الايدز .
- من الأم الى الجنين عبر المشيمة مثل الايدز (بوعموشة،2020،ص 126).

2-2 الطريقة الغير مباشرة :

- و التي تحتاج الى وسيط اخر لنقل المرض من شخص الى اخر مثل :
- الوسائط الحية أي الكائنات الحية الموجودة في الطبيعة مثل القوارض و الحشرات و الحيوانات الاخرى و خير مثال عليه مرض الطاعون و انفلونزا الطيور .
- الوسائط غير الحية الموجودة في الطبيعة مثل الماء و التربة و الهواء و الحليب و الاغذية مثل التسمم الغذائي و الاسهالات و الجفاف و التهابات الأمعاء . (بوعموشة،2020،ص 126).

و بما أن فيروس كورونا (كوفيد -19) من بين الامراض المعدية فان طريقة انتقاله أيضا تتم بطريقتين مباشرة و غير مباشرة . وقد أثبتت أغلب الدراسات و الابحاث حول طريقة انتشار فيروس كوفيد -19 أن طريقة الانتقال الرئيسية هي من انسان الى انسان عن طريق المفرزات التنفسية المزفورة (مثل السعال أو العطاس). لهذا يجب أن تكون المسافة بين الأشخاص 1.5 متر على الأقل حتى لا تنتقل العدوى اذا عطس شخص مصاب (الازدحام خطير). تبقى القطرات الناقلة لفيروس كورونا معلقة في الهواء لفترة قصيرة . وقد تترسب على منضدة مثلا أو أي شيء من هذا القبيل ، فيصبح ناقلا للعدوى عندما يلمسه شخص ما ولا يغسل يديه جيدا بالماء و الصابون . (بوعموشة،2020،ص 126).

وينصح بغسل اليدين كل حين و اخر حيث قد تنتقل العدوى من مسك أكرة باب ملوث . من اليدين تتم بعد ذلك الاصابة بالعدوى عندما يلمس الشخص فمه أو أنفه أو عينه فيجد الفيروس طريقه الى الجهاز التنفسي للشخص . و يفترض أنه شبيه ببقية فيروسات الكورونا ، التي قد تبقى حية و معدية على السطوح المعدنية ، او الزجاجية ،او البلاستيكية، لفترة تصل الى تسعة أيام في درجة حرارة الغرفة . (بوعموشة،2020،ص 127).

4- تشخيص فيروس كورونا :

بالنسبة للمرضى المشتبه اصابهم بالعدوى ، يتم استخدام تقنيات التشخيص التالية :

- تقنية (RT-PCR) في الوقت الحقيقي : للكشف عن الحمض النووي الايجابي لـ SARS-COV-2 الثاني في البلغم ، الحلق ، مسحات وافرزات من عينات الجهاز التنفسي السفلي.

حيث تصبح نتائج RT-PCR ايجابية بشكل عام بعد 2-8 أيام و مع ذلك ، فان هذه التقنية شائعة الاستخدام تظهر سلبية كاذبة في بعض الحالات. (Lippi et al ,2020).

- **الاختبار المصلي الفيروسي:** وسيلة استقصائية فعالة لتحديد مدى انتشار عدوى السارس COV-2 بين الناس. تحفز عدوى COVID-19 الأجسام المضادة IgG ضد بروتين N الذي يمكن ملاحظته في مصل الدم في وقت مبكر من اليوم الرابع بعد ظهور المرض ، و في معظم المرضى يحدث الانقلاب المصلي بحلول اليوم 14 (Rokni et al ,2020).
- **التصوير المقطعي (CT) :** يعد التصوير المقطعي كأداة استقصائية تكميلية أساسية للكشف عن الالتهاب الرئوي covid-19 في سياق الجائحة هذا ، و في الحالات الشديدة ، يلعب التصوير المقطعي المحوسب دورا مهما في تحديد عدوى الرئة الفيروسية ، و فحص طبيعة و مدى الافات الرئوية ، و فحص شدة المرض (Rokni et al ,2020).

تتكون الميزات المعروفة لكوفيد -19 في التصوير القطعي الحوسب الأولي من شريط متعدد ثنائي مع ثلاثة أجزاء معتادة من الرئة ، و عتامه الزجاج الأرضي (GGO) مع التوزيع المحيطي أو الخلفي ، بشكل أساسي في الفص السفلي و أحيانا داخل الفص الأوسط الأيمن. تشمل النتائج غير الشائعة الأخرى سماكة الحاجز ، توسع القصبات ، سماكة الجنبه، و التورط تحت الجنبه، و التي نادرا ما يتم الإبلاغ عنها في المراحل المتأخرة من المرض. يتغير نمط التصوير بسهولة خلال فترة زمنية قصيرة. (Li X et al,2020).

المريض	الاختبار	نوع العينة	التوقيت
المصاب بالاعراض	اختبار تفاعل البوليميراز المتسلسل ذو النسخ العكسي	العينات المأخوذة من المسالك التنفسية السفلى و العليا	عند حضور المريض
	الاختبار المصلي	سحب المصل اللازم للاختبار المصلي	بعد 14 يوم من ظهور الاعراض من اجل تحديد الحالة المحتملة
المخالط العديم الاعراض	اختبار تفاعل البوليميراز	المسحات المأخوذة من البلغم و الفم والانف و البلعوم	في غضون 14 يوم من اخر مخالطة موثقة
	الاختبار المصلي	المصل	14 يوم على الاقل من تاريخ اخر مخالطة وعينة من مصل النقاهاة تؤخذ بعد ذلك بثلاثة او اربعة اسابيع

جدول رقم 1 يوضح : الفحص المختبري للكشف عن فيروس كورونا حسب منظمة الصحة.)

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/176982/WHO_MERS_LAB_15.1_ara.pdf

(?sequence=5)

5- الفئة الأكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا:

تزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين الأشخاص البالغين 60 عاما أو أكثر من العمر، ففي الصين مثلا تصل نسبة الوفاة لدى المصابين حتى الاربعين عاما الى 0.2 % ، و بين 70 و 79 عاما تصل الى 8% ، و ابتداءا من 80 عاما تصل لـ 14.8 % (<https://www.dw.com/ar/فيروس-كورونا-من-الأكثر-عرضة-للخطر-ولماذا/a-52723163>) و كذلك الاشخاص اللذين يعانون من مشكلات طبية كامنة ، مثل ارتفاع ضغط الدم أو مشكلات القلب و الرئتين ، داء السكري ، السمنة او السرطان تزداد مخاطر اصابتهم بهذا الفيروس .(بوعموشة ،2020، ص127).

6- طرق الوقاية من فيروس كورونا:

- على الرغم من عدم توفر لقاح للوقاية من فيروس كورونا ،يمكنك اتخاذ بعض الخطوات لتقليل خطر الإصابة به. توصي منظمة الصحة العالمية و مراكز مكافحة الأمراض و الوقاية منها في الولايات المتحدة باتباع الاحتياطات التالية للوقاية من فيروس كورونا :
- تجنب حضور الفعاليات و التجمعات الكبيرة.
- تجنب المخالطة للصيقة (ضمن مسافة 6 أقدام او 6 متر) مع أي شخص مريض او لديه أعراض (خرخاش ، 2021، ص541).
- الزم منزلك قدر الامكان ، وحافظ على وجود مسافة بينك و بين الاخرين (ضمن 6 اقدم او 2 متر) اذا كان فيروس كورونا منتشرا في مجتمعك ، خاصة اذا كنت معرضا بشكل أكبر لخطر الإصابة بدرجة حادة من المرض .ضع في اعتبارك أن بعض الأشخاص قد يكونون مصابين بكورونا و يمكن ان ينقلوه للاخرين ، حتى اذا لم تكن لديهم أعراض او لم يعرفوا انهم مصابون به اصلا. (خرخاش ، 2021، ص541).
- غسل اليدين كثيرا بالماء و الصابون لمدة 20 ثانية على الاقل، او استخدم مطهرا يدويا يحتوي على الكحول بنسبة 60% على الأقل.
- ارتدي غطاء وجه قماشي في الاماكن العامة ، مثل محلات البقالة ،حيث يصعب تجنب المخالطة للصيقة بالآخرين ، خاصة اذا كنت في منطقة تشهد انتشارا محليا للمرض . و لا تستخدم سوى الكمادات القماشية غير الطبية ، اما بالنسبة للكمادات الجراحية و كمادات N-95 ، فيجب ان يقتصر استخدامها على مزودي الرعاية الصحية (خرخاش ، 2021، ص542).

- يجب تغطية الفم و الانف بالمرفق او بالمنديل عند السعال او العطس ، تخلص من المنديل بعد استخدامه.
- تجنب لمس عينيك و انفك وفمك.
- تجنب مشاركة الاطباق و اكواب الشرب و اغطية الفراش و الادوات المنزلية الاخرى اذا كنت مريضاً.
- نظف و عقم يوميا الاسطح التي تلمس بكثرة ، مثل مقابض الابواب و مفاتيح الاضاءة و الالكترونيات و الطاومات (خرخاش، 2021، ص542).

كما يضيف الباحثان سنوني و جلولي بعض الاجراءات الوقائية النفسية لمواجهة فيروس كورونا وذلك لكون هذا الفيروس يؤثر على قلوب الناس طول الوقت. وقد دخلت أعمال الوقاية من الوباء و السيطرة عليه فترة حرجة ،ومن بين الاجراءات التي يمكن ان تخفف من هذه الآثار:

- متابعة المعلومات الموثوقة ، و فهم المرض فهما شاملا و علميا، وعدم الخوف من المجهول. فيجب اتباع المعلومات الصادرة عن الحكومة و المنظمات الرسمية لفهم حالة الوباء ومعرفة طرق الوقاية منه و السيطرة عليه. و تجنب الاهتمام الزائد بأخبار الوباء ، و قلل من الذعر المفرط الناجم عن المعلومات غير العلمية، و لا تصدق أو تنشر الشائعات (سنوني و جلولي، 2020، ص69).
- ترتيب الامور اليومية بطريقة منظمة ، و عدم التكاسل، فالتكاسل سيجعل الفرد يهتم اكثر بأخبار الوباء ،حيث كلما عرف معلومات أكثر حول الوباء ، زاد تفكيره به، وزاد خوفه و قلقه. لذا يجب عليه أن يحافظ على عادات الأكل الجيدة و العادات الصحية و ممارسة التمارين و الحصول على نوم كاف . كما يمكن القيام ببعض الأشياء التي اراد الفرد دائما القيام بها و لم يكن لديه وقت كقضاء المزيد من الوقت مع العائلة ، أو مشاهدة الأفلام (سنوني و جلولي، 2020، ص69).
- التخلص من المشاعر السلبية فمن الطبيعي أن يكون للفرد مشاعر سلبية ، لذا عليه تقبل ردود الأفعال العاطفية ، وعدم لوم النفس ، وتعلم تقنيات الاسترخاء للمساعدة على الهدوء و تخفيف القلق، وكذلك استخدام نظام الدعم الاجتماعي أو طلب المساعدة من العائلة و الأصدقاء ، فمن خلال التواصل معهم سيحصل على دعم فعال (سنوني و جلولي، 2020، ص69).

خلاصة :

تم التطرق الى بعض المعطيات التي تتعلق بفيروس كورونا و التي تمكننا من اعطاء مفهوم شامل فيما يخص هذا الفيروس و مختلف أعراضه و طرق انتشاره و تشخيصه وكيفية الوقاية من هذا الفيروس . حيث توصلنا الى أن هذا المرض هو مرض معد يسببه اخر فيروس تم اكتشافه من سلالة كورونا بعد انتشاره في مدينة ووهان الصينية في ديسمبر 2019، حيث يؤكد العلماء أن هذا الفيروس يحتاج الى خمسة أيام في المتوسط لتظهر أعراضه التي تبدأ بحمى و سعال جاف يليها أعراض أخرى بعد نحو أسبوع ، يتم استخدام تقنية RT-PCR و الاختبار المصلي الفيروسي اضافة للتصوير المقطعي CT لتشخيص فيروس كوفيد -19 . كما أكدت منظمة الصحة العالمية أن مخاطر الإصابة بمضاعفات من الفيروس ترتفع لدى الأشخاص البالغين 60 عاما أو اكثر و المصابين بمشكلات طبية لذلك يجب على الجميع التزام طرق الوقاية لتقليل خطر الإصابة بهذا الفيروس .

الجانحة التطبيقية

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية

تمهيد

- 1- منهج الدراسة
- 2- الدراسة الاستطلاعية
- 3- حدود الدراسة
- 4- أدوات الدراسة

خلاصة

تمهيد:

بعد التطرق الى اشكالية البحث و كل من الاطار العام للدراسة و الصحة النفسية من تعريف و معايير و مؤشرات ، اضافة الى الحماية المدنية و فيروس كورونا من تعريفه و اعراضه و كيفية الانتشار و التشخيص. سنتطرق في هذا الفصل الى الاجراءات المنهجية للدراسة من خلال التعريف بمنهج الدراسة و الدراسة الاستطلاعية، حدود الدراسة البشرية و المكانية و الزمانية اضافة الى التعريف بادوات الدراسة المستخدمة في هذا البحث .

1-الدراسة الاستطلاعية :

ان لاجراء أي بحث أو دراسة علمية يجب القيام بدراسة استطلاعية من أجل تحديد الاطار العام الذي تجري فيه الدراسة و جمع المعلومات عنها،حيث تعتبر الدراسة الاستطلاعية من أهم الخطوات الرئيسية التي يقوم بها الباحث أثناء قيامه ببحثه،كونها تساعده على جمع المعلومات التي تخدم البحث كما يتحدد من خلالها أهم الطرق العلمية التي يتم بواسطتها دراسة الموضوع .

و بناءا عليه و في دراستنا هذه أجرينا دراسة استطلاعية حيث كان أول نزول لنا الى الميدان في 2021 /05/15 ، بهدف اكتشاف ميدان الدراسة و التعرف أكثر على بيئة عمل الوحدة الثانوية للحماية المدنية ،وبذلك برفقة الاخصائية النفسانية المتواجدة على مستوى المصلحة .

2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية :

- التعرف على ان مقياس الصحة النفسية لسيدني كراون و كريبس ملائم ويمكن استخدامه في هذه الدراسة .
- اختيار حالات ملائمة لموضوع الدراسة (تحديد حالة تعمل معنا بدون انقطاعات و عطل لتعويض الساعات الاضافية او غيرها، اضافة الى تحديد موعد و وقت الالتقاء على حسب برنامج عمل و فوج الحالة) .
- التعرف على مصالح المؤسسة ، حيث تحتوي على 3 مصالح : مصلحة الادارة و الامداد ، مصلحة الحماية العامة ،مصلحة الوقاية .

2-2 نتائج الدراسة الاستطلاعية :

- ومن جملة الاستنتاجات التي يمكننا ان نخرج بها من هذه الدراسة الاستطلاعية نذكر النقاط التالية :
- أن الوحدة الثانوية للحماية المدنية هي وحدة تدخل لكل أنواع الحوادث (حوادث المرور - فيضانات - انهيارات-حرائق، وغيرها من الحوادث) .
 - أن برنامج العمل اليومي لعمل اعوان الحماية المدنية هو بنظام 24 ساعة /48 ساعة .
 - أن الوحدة تتوفر على العتاد اللازم .

- ان الأعوان في معظم الاحيان يؤدون مهمتهم (تدخلاتهم) في ظروف صعبة خاصة في ظل جائحة كورونا.

2-منهج الدراسة:

استخدمت في هذه الدراسة المنهج العيادي بتقنية "دراسة حالة" لكونه الأنسب بالنظر لطبيعة الدراسة التي تهدف الى معرفة مستوى الصحة النفسية لدى اعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا .

و يعرف هذا المنهج على أنه الطريقة التي تعنى بالتركيز على الفردية، التي تمثل الظاهرة المراد دراستها، و هو المنهج الذي يقوم على الدراسة المتعمقة للحالات المرضية التي تعاني من سوء التوافق و الاضطرابات الانفعالية و النفسية و الاجتماعية في الطفولة و المراهقة و الرشد و الشيخوخة، و يهتم أيضا بحالات التوافق المدرسي و مشكلات التعلم و التوافق المهني و يستخدم هذا المنهج في عيادات توجيه الأطفال و العيادات النفسية و التربوية و عيادات الإرشاد النفسي . (المشيخي، 2014،ص 59) .

أسلوب دراسة الحالة : تعتبر دراسة الحالة طريقة عيادية استطلاعية في منهجها، ترتكز على الفرد و تهدف التوصل إلى الفروض، إنها الوعاء الذي ينظم فيها الإكلينيكي و يقيم كل المعلومات و النتائج التي تحصل عليها من العميل، و ذلك بواسطة الملاحظة بنوعيتها و المقابلات بالإضافة إلى التاريخ الاجتماعي و الفحوصات الطبية و الاختبارات السيكولوجية. (بوسنة، 2018،ص 32) .

3-حدود الدراسة:

1-3 حدود مكانية :

اقتصرت هذه الدراسة على الوحدة الثانوية للحماية المدنية (الشهيد سلاطنية ابراهيم) بسكرة .

2-3 حدود زمنية :

امتدت الدراسة من 15 ماي 2021 الى 01 جوان 2021

3-3 حدود بشرية :

اعتمدت الدراسة على ثلاث حالات من أعوان الحماية المدنية من فرق التدخل و قاموا بتدخلات في ظل جائحة كورونا .

الرتبة	سنوات الخبرة في العمل	السن	
الحالة x1	10 سنوات	35 سنة	عون تدخل في الوحدة الثانوية للحماية المدنية
الحالة x2	8 سنوات	31 سنة	عون تدخل في الوحدة الثانوية للحماية المدنية
الحالة x3	5 سنوات	26 سنة	عون تدخل في الوحدة الثانوية للحماية المدنية

(جدول 2 : يمثل حالات الدراسة)

4-أدوات الدراسة:

اعتمدت الطالبة في اجراء هذه الدراسة على المقابلة من نوع النصف الموجهة و الملاحظة العيادية و مقياس سيدني كراون وكريسب للصحة النفسية .

4-1 المقابلة :

تعرف المقابلة بانها تفاعل لفظي يتم بين شخصين يبداها الشخص الذي يجري المقابلة (الباحث لاهداف معينة) و تهدف الى الحصول على معلومات وثيقة الصلة بالبحث كما تعرف بانها حوار فعال للحصول على بيانات مباشرة ذات صلة بمشكلة البحث .(العجروش، 2015 ،ص120-121).

نستخدم في هذه الدراسة المقابلة النصف الموجه التي تعرف على أنها حوار شفوي بين باحث و محووث تكون أسئلتها محددة و مقننة من قبل الباحث و التي تكون معدة مسبقا ، حيث تطرح نفس الأسئلة في كل مقابلة و بنفس التسلسل ،و يسعى الباحث إلى التقيد بهذه الأسئلة و ترتيبها .(عبد المجيد، 2000، ص105).

تم تطبيق مقابلة نصف موجهة مع أعوان الحماية المدنية عاملين في الوحدة الثانوية للحماية المدنية بسكرة الشهيد سلاطنية ابراهيم ، لمعرفة الصحة النفسية للاعوان في ظل جائحة كوفيد -19 ، و كيفية التعامل مع المرضى و الاسرة و مختلف الاجراءات المتخذة للتقليل من خطر الاصابة بهذا المرض . اضافة الى الكشف عن مختلف الاضطرابات المؤثرة على الصحة النفسية للاعوان بسبب هذه الجائحة من بينها القلق ، الفوبيا ، الوسواس القهري ، الاكتئاب،الهستيريا و القلق الجسدي .

و تم تطبيق هذه المقابلة على مستوى محورين المحور الاول تحت عنوان محور المعلومات الاولية أما المحور الثاني فهو محور الصحة النفسية للاعوان في ظل جائحة كورونا و يحتوى على 6 اقسام .

4-2 الملاحظة العيادية :

اعتمدت الطالبة كذلك على الملاحظة العيادية قبل و بعد المقابلة النصف موجهة ، وذلك لرصد ايماءات حالات الدراسة و التي قد تعبر عن معنى معين يتبع موقف أو اجابة .

3-4 مقياس الصحة النفسية :

1-3-4 تعريف مقياس الصحة النفسية :

تم بناء هذا المقياس نتيجة الحاجة الماسة ، و الملحة للعثور على تقنية ذات كفاءة عالية لدراسة المرض النفسي و العصابي ، حيث ظهرت هذه الحاجة من خلال البحث العيادي و الممارسة العيادية ، و لقد استخلص الباحثان **كراون و كريسب 1966** سلسلة من المقاييس الفرعية استنادا الى الخبرة الاكاديمية، تهدف الى التعريف السريع و الثابت للاضطرابات العصابية و الانفعالية التالية : القلق الفوبيا، الوسواس، القلق الجسمي، الاكتئاب، الهستيريا.

يتكون المقياس من ثمانية اسئلة لكل مؤشر ، و بها يكون مجموع الاسئلة الكلي 48 سؤال ، حيث الهدف الرئيسي للمقياس يتركز في توفير تقديرات كمية لتشخيص الامراض السيكوعصبية .

2-3-4 الخصائص السيكومترية للمقياس :

استثار هذا المقياس عددا كبيرا من الدراسات أجريت على عينات كبيرة من الأشخاص المرضى و الأصحاء من العمال و المرضى ، وصل عددهم الى 9000 لاختبار خصائصه من جهة، و لاختبار صلاحيته لأغراض البحث من جهة أخرى، منها دراسات **كريسبو بريست 1971** ، و **كراون وجماعته 1970** ، و **هويل و كراون 1971** ، و **كريسب 1978** ، و خلصت جميعها الى ان المقياس عموما أداة ثابتة وصالحة لتقدير الاضطرابات النفسية العصابية في البحث الاكاديمي و الممارسة العيادية، و يمكن الاستفادة من المقياس بطريقتين في الممارسة العيادية و هي :

- التعامل مع المقياس ككل بجميع مقاييسه الفرعية للوصول الى بروفيل نفسي للصحة النفسية.
- التعامل مع كل مقياس فرعي على انفراد للوصول الى تشخيص محدد لكل اضطراب من الاضطرابات الستة التي يحتويها المقياس .

3-3-4: طريقة تطبيق و تصحيح المقياس:

يمكن تطبيق المقياس بطريقة جماعية او فردية ، يعتمد التصحيح على سلم تقطيع متدرج حيث يتكون من نقطتين في بعض الاسئلة وهي تمتد من (0-1) حيث تشير الدرجة (0) الى عدم وجود العرض، و الدرجة (1) الى وجود العرض و عدد البنود التي تنقط هكذا 27 و هي :

(1-3-5-6-9-10-12-17-18-19-21-22-23-24-26-27-31-32-33-34-36-37-38-40-42-47-48).

اما البنود الباقية 21 بند فتنقط (0-2) حيث تشير الدرجة (0) الى عدم وجود العرض ، و الدرجة (1) الى وجود العرض في بعض الاحيان ، و الدرجة (2) تشير الى وجوده دائما . و هذه البنود هي :

(2-4-7-8-11-13-14-15-16-20-25-28-29-30-35-39-41-43-44-45-46).

حيث كل بند من ابعاد الاختبار له اسئلة خاصة به و هي :

- القلق : 1-7-13-19-25-32-37-43
- الفوبيا : 2-8-14-20-26-31-38-44
- الوسواس : 3-9-15-21-27-33-39-45
- القلق الجسمي: 4-10-16-22-28-34-40-46
- الهستيريا: 6-12-18-24-30-36-42-48
- الاكتئاب: 5-11-17-23-29-35-41-47

حيث يتم جمع الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص في كل مقياس فرعي على انفراد او على المقياس بجمع درجات مقاييسه الفرعية ، و كلما ارتفعت الدرجة الكلية في المقياس كان ذلك مؤشرا لوجود الاضطرابات في الصحة النفسية و العكس صحيح ، كما ان ارتفاع الدرجة في مقياس فرعي معين يشير الى وجود الاضطراب في هذا المجال من المقياس ، حيث تدل الدرجات الاقل من 0.34 على ان الصحة النفسية عادية ، في حين تدل الدرجات الاكبر من 0.34 على وجود الاضطراب في الصحة النفسية .

- الدرجة الكلية = مجموع N / 6 .
- اذا كانت درجة الصحة النفسية > 8 فان الصحة النفسية غير مضطربة
- اذا كانت درجة الصحة النفسية < 8 فان الصحة النفسية مضطربة (شويل، 1993، ص 65).

خلاصة :

اعتمدنا في هذا الفصل على المنهج العيادي بطريقة دراسة الحالة والذي هو الأنسب لحالات الدراسة الثلاث المدروسة مع تطبيق تقنيات الفحص العيادي الملاحظة و المقابلة نصف الموجهة ، وتطبيق مقياس الصحة النفسية لسيدني كراون و كريسيب ، وسنحاول في الفصل التالي عرض لمختلف النتائج المتوصل اليها فيما يخص تساؤل موضوع الدراسة .

الفصل الخامس: عرض وتحليل نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى (1).
2. عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية (2).
3. عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة (3).
4. مناقشة النتائج على ضوء تساؤل الدراسة .

خلاصة

تمهيد :

نسعى من خلال هذا الفصل الى التقرب من حالات الدراسة بغرض تطبيق الأدوات البحثية و رصد نتائجها للكشف عن مستوى الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا لحالات الدراسة.

1- عرض و تحليل نتائج الحالة الأولى(1):

1-1 تقديم الحالة الأولى:

الحالة (غ) يبلغ من العمر 35 سنة ، عون تدخل في الحماية المدنية بالوحدة الثانوية بسكرة ، أعزب ويعيش مع عائلته في بلدية الحاجب ، حالته الاقتصادية متوسطة ،مستواه الدراسي ثالثة ثانوي و له خبرة 10 سنوات في هذه المهنة . لم تكن له فكرة عندما اختار الحماية المدنية اجتاز تربص الأعوان في الأغواط لمدة عام كامل و توظف في بسكرة منذ سنة 2011 ، عمل بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية لمدة 3 سنوات ثم انتقل الى الوحدة الثانوية. قام بتدخله الاول لمريض عقلي ،نظام عمله هو 24 ساعة مقابل 48 ساعة راحة وهي مدة غير كافية للراحة حسب الحالة خاصة في ظل جائحة كورونا .

2-1 ملخص المقابلة مع الحالة الأولى :

جريت المقابلة مع الحالة (غ) داخل الوحدة الثانوية للحماية المدنية في مكتب الاختصاصية النفسانية، في جو هادئ ومريح ،الحالة كان متعاون و يجيب على الأسئلة بشكل سلس وجيد باجابات واضحة و لكن طويلة في غالبية الأحيان .

الحالة (غ) لا يعاني من اضطرابات نوم ولكنه يشعر بالتعب والارهاق والخوف الناتج عن التدخلات الكثيرة لاسعاف مرضى كوفيد -19 خاصة في الأشهر الاولى للفيروس وهذا ما أدى الى تجنبه لأفراد عائلته خوفا عليهم من اصابتهم بهذا الفيروس وخاصة ان والدته تعاني من امراض مزمنة، فالحالة مع بداية انتشار الفيروس انتابه شعور بالحزن راجع لعزلته نتيجة الحجر الصحي الذي كان يقوم به بعد انتهاء دوامه في الفترة الحرجة للفيروس التي مرت بها الولاية .

كان الحالة (غ) يتعامل مع المصابين بحذر شديد و خوف اضافة الى سيطرت بعض الافكار الوسواسية ما يفسر حرصه الشديد على الالتزام بالاجراءات الوقائية و الصحية في العمل (باستعمال عدد كبير من الكمادات الطبية والقفازات و المعقمات و اللباس الواقي وغيرها) و المنزل (بتكثيف عمليات التنظيف و استعمال المعقم) و التي ازدادت بصفة كبيرة عن ما قبل فترة انتشار فيروس كورونا .

الحالة عان من بعض الاعراض المشابهة لاعراض الفيروس كالحمى و الالتهاب الحقي مما ادى الى شعوره بقلق اثر حتى على نوعية الاخبار التي يشاهدها فكان يراقب احصائيات انتشار الفيروس يوميا خوفا من ارتفاعها . خاصة في الاشهر الاولى الحالة (غ) لم يعاني من أي أعراض هستيرية.

و بعد مرور الاشهر الاولى و مع بداية نهاية شهر اوت الحالة تدارك الوضع و تحسن وضعه و حالته النفسية و اصبح يتعامل مع حالات الكورونا بسلاسة ، اضافة الى تلقي التشجيع من افراد فريقه وزملائه

في العمل مما خفف عنه الضغط الناتج عن هذه التدخلات .

1-3 تحليل المقابلة مع الحالة الاولى :

من خلال ما أوجدته أدوات جمع البيانات الملاحظة و المقابلة النصف الموجهة التي أجريت بشكل جيد مع الحالة (غ) و الذي كان متجاوب مع الأسئلة و كانت استجاباته ثرية نوعا ما وحسب نتائج المقابلة اتضح أن للحالة غ مستوى صحة نفسية متوسط وهو في تحسن تجسد ذلك من خلال 6 أبعاد فرعية للمحور الثاني للمقابلة و الذي يخص الصحة النفسية لاعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا.

على المستوى الجسدي الحالة عان من عدة أعراض مشابهة لفيروس كورونا كالحمى و الالتهاب الحلقي و ذلك في قوله : " علاياك من اللبسة هذيك و السخانة مع تنحي الماسك و اللبسة المغمومة هاذيك تكون عرقان تدخل للكليما تحس ديما حرقة في قراجمك تقريب مخطاوناش الاعراض نهائيا ، تحكمننا سخانة ديما " ، اضافة الى الارهاق و التعب بسبب النوم المنقطع جراء جرس الانذار و ذلك في قوله : " لا الرقاد نرقد بسك نتعب مي مع جرس الانذار تجي ترقد يصوني تنوض مخطوف تسما تكون تعبان مع تغمض عينك تصوني".

من الناحية النفسية فالحالة كان يعاني من خوف كبير في الاشهر الاولى من بداية انتشار فيروس كورونا جراء عدم معرفته كيفية انتشاره مما أدى الى مروره بضغطات رافقتها أعراض قلق جسمي راجعة لخوفه من الاصابة بالفيروس او اصابة أحد أفراد عائلته و ذلك في قوله : " هيه جبت بيربودا مندخلش للدار ، ندير حجر ، من الشامبرا نتاعي منخرجش و ديما نعقم و جافال وفي دار نتاع الوالدة وهي مريضة بلاطونسيو و خاوتي مندخلش نفتح الباب من بعيد وشراكم لباس و خلاص عقبنا يعني واحد البيريود صعبية ياسر وديما نوصوهم اغسلو عقمو حطو القش في الشمس وكلش ودوكا الحمد لله .

كان الحالة خائفا على صحته ولكنه مجبرا على التعامل مع المرضى المصابين بهذا الفيروس حتى و ان لم يرغب بذلك يتجلى في قوله : " مع الاول كنا (صمت) نروحو كوراج برك بسك كاين ناس دارت مالاديات ، وكاين ناس تتحايل مي حنا خدمناها ، بسك مع لول القطاع كامل مش عارف كيفاه يخدم معاها مام قطاع الصحة ، مكانش علابالهم كيفاه يتعاملو معاها و لا كيفاه يسيطرو عليه كيفاه ينتشر و كذا" وقوله : " كنا في ضغوطات وحالة صعبية من المسؤول و هبط واحد ما علابالو كيفاه يتعامل ، و كانوا الناس خايفين منا نخرجو نرجعو صحابنا و ميقعدوش معانا ".مما أدى الى ان يكون حذرا في جميع التدخلات حتى تدخلات اسعاف المرضى الغير مصابين بالفيروس خوفا من أن يكونوا حاملين له و ذلك في قوله : " تقريبا نحطوهم كيف كيف و نتاعملو معاهم كيما نتعاملو مع المرضى لخرين ".

اضافة الى قلقه الدائم من الاصابة بهذا الفيروس وتجنبه لافراد أسرته خاصة امه المصابة بمرض مزمن خوفا عليها من العدوى و ذلك يتجلى في قوله : " هيه جبت بيربودا مندخلش للدار ، ندير حجر ، من الشامبرا نتاعي منخرجش و ديما نعقم و جافال وفي دار نتاع الوالدة وهي مريضة بلاطونسيو و خاوتي مندخلش نفتح الباب من بعيد وشراكم لباس و خلاص عقبنا يعني واحد البيريود صعبية ياسر

وديما نوصوهم اغسلو عقمو حطو القش في الشمس وكلش ودوكا الحمد لله ."

الحالة تسيطر عليه أفكار وسواسية نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل و لمس سيارة الاسعاف التي كان بداخلها مريض كورونا حتى و ان قام بتعقيمها ، وذلك لعدم اقتناعه بفعالية مواد التعقيم المستخدمة في قوله : " هيه ، خطراه حنا نعقموا بجافال وهو مش حاجة يعني و ديفوا العبد يقعد يطع و يهبط مع راسوا و يقول كيفاه فيروس العالم كل ملقالموش حل وجافال يقدر يقتلو و يعقمو امبوسيبيل فيروس كيما هذا طغا و نقضيو عليه بالجافال " (صمت) معادلة متصلحش". اضافة الى تكثيف عمليات التنظيف في المنزل و العملو التي ازدادت بصفة كبيرة عن ما قبل مرض كورونا وذلك يتجلى في قوله : " وديما نوصوهم اغسلو عقمو وخلص ". و استعماله لعدد معتبر من الكمادات و القفازات حسب قوله : " كنا نديرو بدوبل وحدة من هاذوك الكبار لملاح و نديرو وحدة فوقها جوطابل و في 24 ساعة انا كنت نهز حتى ل20 تدخل في 12 ساعة تسما نستعملو في كل تدخل بافات اما القفازات عندنا فيكسي يتعقمو و نشريو على حسب مقدورنا يعني " .

الحالة كان يعاني من أعراض اكتئابية تجلت في العزلة و نقص التواصل و حزن خوفا من أن يكون حامل للفيروس و ذلك في قوله : " ندير حجر ، و ديما نعقم و جافال ومنتواصلش معاهم بزاف غير من بعيد"، اضافة الى انه كثيرا ما يتفقد مواقع التواصل الاجتماعي و التلفاز لأجل معرفة احصائيات حالات الفيروس " كنت تبعوا فيهم و كنت نستنا على الخمسة وكتاه يديرو احصائيات هاذوك " .

في الأشهر الأخيرة الحالة تأقلم مع هذه الجائحة و بالتالي خفت عنه أعراض الخوف و القلق التي كان يعاني منها في بداية انتشار هذا الفيروس و ذلك في قوله : " في الفترة لولة هيه بسك مكانش علابالنا واش هو هذا الفيروس اما دوك الحمد لله " ، اضافة الى نقص نسبة الاساليب الوقائية و استعمال المعقمات الطبية في الاونة الاخيرة مقارنة بالفترة الاولى للفيروس في قوله : " مع الاونة الاخيرة خلاص تقريب معادتش كيما بكري المعقم منستعملهم بزاف كيما بكري اذا هزينا واحد كوفيد شوي جافال و ماء وخلص .

اضافة الى تلقي التشجيع و الدعم من طرف افراد الفريق و تأقلمه مع مثل هذه التدخلات فأصبح يواجه هذه الضغوطات بضحك و تبادل اطراف الحديث و اللعب مع باقي أفراد الفريق و ذلك في قوله : " دوكا الحمد لله ... بالعكس ننساو كي نكملو التدخل نبقاو نضحكو و نحكيو مع بعضانا ، نتمسخرو و نجرو وراهم نقولولهم دوك نعدوكم بالكورونا "

فيتضح من خلال المقابلة مع الحالة (غ) أنه أمضى فترة في بداية هذه الجائحة كانت مليئة بالضغوطات و اعراض القلق و الخوف و الوسواس بسبب عدم معرفة طبيعة هذا الفيروس و كيفية انتشاره و خوفه من اصابته بالمرض و نقله لافراد اسرته خاصة الام، و لكنه سرعان ما تدارك الامر بعد انخفاض حالات الكورونا و نقص تدخلات الاعوان لنقل المرضى و اسعافهم مما ادى لتحسن حالته النفسية و خلوها من اعراض الاضطرابات .

1-4 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الاولى:

1-4-1 عرض نتائج المقياس:

بعد عرض ملخص المقابلة و تحليلها سنحاول معرفة درجة المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية اضافة الى معرفة الدرجة الكلية للصحة النفسية على هذا المقياس

التفسير	درجة البعد	القيمة الأعراض
عدم وجود أعراض قلق	5	القلق
عدم وجود أعراض وسواس	5	الوسواس
عدم وجود أعراض قلق جسدي	6	القلق الجسدي
عدم وجود أعراض فوبيا	2	الفوبيا
عدم وجود أعراض هستيريا	2	هستيريا
عدم وجود أعراض اكتئاب	5	اكتئاب

جدول رقم 3 يمثل: عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 1

مجموع درجات الأبعاد = 25

- الدرجة الكلية = مجموع $6/N$ أي الدرجة الكلية = $6/25 = 4,17$
- درجة الصحة النفسية = $4,17 > 8$ ومنه فان الصحة النفسية غير مضطربة
- $25\% = 0,25$ و هي أقل من $0,34$ ومنه فان الصحة النفسية جيدة و غير مضطربة .

1-4-2 التعليق على نتائج المقياس:

من خلال نتائج المقياس نلاحظ أن للحالة (غ) مستوى جيد او مرتفع من الصحة النفسية و ذلك بحصولها على درجة خام قدرت ب 25 و درجة صحة نفسية مقدرة ب 4,17 ونسبة 0,25 و هي نسبة اقل من 0,34 بصفة عامة ، وحصوله على درجتين اثنتين من اصل 11 في بعد الفوبيا و درجتين من 9 في بعد الهستيريا كأقل درجات مما يفسر عدم وجود أعراض هذه الاضطرابات لدى الحالة .

أما بعد القلق و الاكتئاب و الوسواس فالحالة تحصلت على 5 درجات في كل بعد مما يفسر ندرت هذه الاعراض لدى الحالة . وتحصلت الحالة على درجة 6 من أصل 12 درجة خام كأعلى درجة في المقاييس الفرعية في مقياس القلق الجسدي مما يفسر قلة أعراض هذا الاضطراب ويعكس صحة نفسية جيدة للحالة .

• التحليل العام للحالة الاولى :

توصلت نتائج الملاحظة العيادية و المقابلة النصف موجهة بالتدعيم مع نتائج مقياس الصحة النفسية الى أن الحالة (غ) له مستوى جيد من الصحة النفسية و ذلك بحصوله على درجات منخفضة و غير دالة في كل الأبعاد الفرعية للمقياس (القلق، القلق الجسمي ، الهستيريا، الاكتئاب ، الفوبيا، الوسواس القهري) و التي كانت تتراوح من 2 الى 6 درجات ، و تحصله على درجة 25 كدرجة خام على المقياس ككل و درجة 4,17 كدرجة للصحة النفسية و هي درجة أقل من 8 مما يفسر الصحة النفسية الجيدة للحالة ، فالصحة النفسية حسب "حامد الزهران 2005 " انها حالة دائمة نسبيا ، يكون فيها الفرد متوافق نفسيا (شخصيا ، انفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه و مع بيئته)، و يشعر بالسعادة مع نفسه ، ومع الاخرين ، و يكون قادرا على تحقيق ذاته و استغلال قدراته و امكاناته الى اقصى حد ممكن ، و يكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة ، و تكون شخصيته متكاملة سوية ، و يكون سلوكه عاديا ، و يكون حسن الخلق بحيث يعيش في سلامة و سلام (ص9).

و ما أكده العديد من العبارات أثناء المقابلة وبعض الايماءات ، فبالرغم من معانات الحالة من بعض اعراض الفوبيا و القلق الجسمي و الوسواس و القلق جراء التدخلات في الفترة الاولى لبداية انتشار المرض و لعدم معرفته في تلك الفترة كيفية انتشار الفيروس او كيفية التعامل معه و قلقه المستمر من ان يكون حاملا لهذا الفيروس و ان ينقل العدوى لافراد اسرته ، الحالة (غ) لم يعاني من أعراض اضطراب الهستيريا ، اضافة الى انه تجاوز هذا الأمر بالالتزام بمختلف الاحتياطات الوقائية اللازمة و التوكل على الله سبحانه و تعالى كأسلوب لمجابهة الضغوط في العمل ، فلم يكن يؤثر في أدائه لوظائفه و مهامه ، وهذا ما جاء في قول "حشاني 2016" استخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشاكل و عليه فان الشخص المتمتع بالصحة النفسية هو الفرد القادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية " (حشاني ، 2016، ص15). اضافة الى ما جاء به الحياياني 2011: "أن الصحة النفسية تجعل حياة الفرد خالية من التوتر و الاضطراب و الصراعات المستمرة مما يجعله يشعر بالسعادة مع نفسه (الحياياني ، 2011، ص35).

2- عرض وتحليل نتائج الحالة الثانية (2):

1-2 تقديم الحالة الثانية :

الحالة (ح) يبلغ من العمر 31 سنة ، عون تدخل في الحماية المدنية بالوحدة الثانوية بسكرة ، متزوج و أب لطفل يعيش مع عائلته في بلدية بوشقرون ، حالته الاقتصادية متوسطة ، مستواه الدراسي ليسانس تخصص ادارة اعمال و له خبرة 8 سنوات في هذه المهنة . لم تكن له فكرة عندما اختار الحماية المدنية اجتاز تربص الأعوان في مستغانم لمدة عام كامل و توظف في بسكرة منذ سنة 2013 ، عمل بالوحدة

الرئيسية للحماية المدنية لمدة 4 اشهر ثم انتقل الى الوحدة الثانوية. كان تدخله الاول لحادث مرور، نظام عمله هو 24 ساعة مقابل 48 ساعة راحة وهي مدة غير كافية للراحة حسب الحالة خاصة في هذه الجائحة.

2-2 ملخص المقابلة مع الحالة الثانية :

جريت المقابلة مع الحالة (ح) داخل الوحدة الثانوية للحماية المدنية في مكتب الاخصائية النفسانية، في جو هادئ ومريح ،رغم اخفائه لتردده وجمود ملامحه قليلا في الاجابة في بداية المقابلة.

من الناحية الجسمية فالحالة (ح) يعاني من ألم في الظهر و اضطرابات في النوم و الشعور بالتعب ما جعله يشعر بقلق جسيمي ، أما من الناحية النفسية ومع انتشار حالات مرض كوفيد -19 ،وبحكم عمله وجد نفسه على تماس مباشر مع مرضى كورونا خاصة في الأشهر الاولى من انتشار الفيروس ما جعله يشعر بقلق دائم من الاصابة به و خوف شديد من احتمال نقله الى أفراد أسرته خاصة اصابة زوجته الحامل، وهذا ما يفسر سيطرة بعض الوسواس التي تجلت في الحذر والتشدد في الالتزامات و الاجراءات الوقائية في العمل و المنزل على حد سواء و التي ازدادت مع زيادة حالات الاصابة بالفيروس داخل الولاية .

الحالة (ح) انتابه شعور بالوحدة و العزلة نتيجة نقص الاتصال والتواصل العائلي بسبب ظروف العمل و الحجر الصحي .وبالرغم من مروره بفترة مرضية عان منها من بعض الاعراض المشابهة لأعراض الاصابة بالفيروس الا ان الحالة لم يعاني من أعراض هستيرية واضحة .

الحالة (ح) يحاول تجنب هذا الوضع و الانسحاب بمجرد انتهاء دوامه كنوع من تخفيف الضغوط الناتجة عن التدخلات لاسعاف مرضى كوفيد .

2-3 تحليل المقابلة مع الحالة الثانية:

من خلال ما أوجده أدوات جمع البيانات الملاحظة و المقابلة النصف موجهة التي أجريت مع الحالة (ح) و الذي كان باديا عليه التوتر و اختصاره لبعض الاجابات اتضح أن له مستوى منخفض نوعا ما من الصحة النفسية أي اضطراب على مستوى الصحة النفسية تجسد من خلال 6 أبعاد فرعية للمحور الثاني للمقابلة و الذي يخص الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا .

فبالنسبة للأعراض الجسمية نجد أن الحالة تشعر بالتعب و الارهاق و الام في الظهر اضافة الى اضطرابات في النوم يتجلى في قوله: " في الخدمة مترقدش هنا اذا رقدت ساعة رايك مليح " و " لا مكانش الحمد لله ياربي مي الم الظهر هذا كاو باين مكانش عون مايعانيش منو من الثقل و التعب " بسبب طبيعة العمل خاصة في سيارة الاسعاف التي تتطلب التأهب الدائم لاسعاف الحالات خاصة المصابين بفيروس كورونا مما أدى الى شعوره بقلق و خوف شديد من الاصابة بالفيروس جراء عدم معرفته كيفية انتشار المرض وهذا يتجلى في قوله : " هيه يجيك توتر سيرتو في الايام الاولى بسك مرض جديد مكش عارفو و اهل الاختصاص معلابالهمش واش هو تخاف بالذراع عليك موحال يقلك واحد منخافش منو" وكذلك خوفه من اصابة أحد أفراد عائلته خاصة زوجته الحامل في قوله : " هيه ، هذاك الوقت كانت مرتي بالحمل كمن كي نلحق للدتر نعيط لماما تحلي لباب ونفوت للدوش ديراكت نحي حوايجي نديرهم

في ساشي و نعقم روجي بسك مرتي كانت في مرحلة صعبة شوي .وكان ريسك شوي".

الحالة (ح) كان خائف على صحته و لكنه مجبر على أداء مهامه و اسعاف مرضى كورونا ولكن باتخاذ جميع الاجراءات الوقائية وذلك في قوله : " نحاولو كيفاه نتجنبوا الاحتكاك المباشر معاهم و نديرو احطياتنا في اللبسةو لي بافات و كي نروحو نعقمو و خلاص ".اضافة الى الحذر الواجب في جميع التدخلات و ذلك لان غالبية الحالات المسعفة مصابة بالفيروس و هذا حسب قوله : " المرضى العاديين في هذا الوقت نتاع الكورونا ماعادوش يعيطولنا خوفا من الكورونا خطراه سيارات الاسعاف لي يهزو حالات كورونا ، تقرب في القوت هذاك لي نهزوهم كل كوفيد " .

الحالة (ح) دائم القلق من الاصابة بهذا الفيروس : " هيه في الوقت هذاك تكون خايف صح من انو تتعدا بهذا الفيروس .و سيرتو كيعادوا الطبّة معالباهمش كيفاه يتعاملوا مع هاذ الفيروس ولا كيفاه يعالجوه تسما ريسك " ،اضافة الى تجنيه لأفراد أسرته خاصة الزوجة الحامل خوفا عليهم من العدوى و ذلك فحسب قوله : " منقدهممش بزاف ، حتان نعقم روجي و كلشي باه نحكي معاهم و الاكثرية نتعامل مع الام نتاعي لانو مرتي كانت بالحمل " .

كما تسيطر على الحالة (ح) وساوس و أفكار نتيجة خوفه من العدوى من مختلف التدخلات ولمس سيارة الاسعاف التي كان بداخلها مريض كوفيد -19 وذلك في قوله : "هيه تتوسوس بزاف " ، و استعماله لللبسة و الواقية و الكمادات و القفازات و تصرفه الحذر مع الحالات و ذلك في قوله: هيه نلبسوا هاذيك لبسة صفرا و لبيوط و ليقون و لي بافات لازم " .

الحالة (ح) كان كثير الشكوى و ذلك راجع للحزن و العزلة التي مر بها وكذلك لكثرة تتبعه للاخبار السلبية حول احصائيات الكورونا وهذا ما تجلى في قوله : " هيه ديما سيرتو كي عادو يديرو نتاع الولايات نشوفو بسكرة قداه فيها ...زادت نقصت" ، إضافة الى مروره بفترة مرض عان منها من بعض الاعراض المشابهة لأعراض الفيروس و لكنه تجاوزها في قوله : " كايئة فترة برك جاتني سخانة و تعبت مي فاتت الحمد لله فاتت خفيفة " .

الحالة (ح) يحاول تجنب الضغوط الناتجة عن خوفه من الاصابة بالفيروس بنسيان التدخلات التي يقوم بها لاسعاف هؤلاء المرضى بمجرد انتهاء دوامه و ذلك في قوله : " تقريبا لازم متعيشش لهاذ الضغط لازم تخرج من الخدمة تتناسا هاذ الحالة و تحاول انو متخمش فيها باه متعشبش" .

فيتضح من خلال المقابلة مع الحالة (ح) أنه أمضى فترة في بداية هذه الجائحة كانت مليئة بالضغوطات و اعراض القلق و الخوف و الوسواس و الاكتئاب بسبب عدم معرفة طبيعة هذا الفيروس و كيفية انتشاره و خوفه من اصابته بالمرض و نقله لافراد اسرته خاصة الزوجة الحامل ، ولم يتدار الوضع بعد مما أثر على مستوى صحته النفسية بسلبية .

2-4 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الثانية :

2-4-1 عرض نتائج المقياس:

بعد عرض ملخص المقابلة و تحليلها سنحاول معرفة درجة المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية

اضافة الى معرفة الدرجة الكلية للصحة النفسية على هذا المقياس

التفسير	درجة البعد	القيمة الأعراض
عدم وجود أعراض قلق	4	القلق
عدم وجود أعراض وسواس	6	الوسواس
عدم وجود أعراض قلق جسدي	5	القلق الجسدي
عدم وجود أعراض فوبيا	5	الفوبيا
عدم وجود أعراض هستيريا	4	هستيريا
عدم وجود أعراض اكتئاب	6	اكتئاب

جدول رقم 4 يمثل: عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 2

مجموع درجات الأبعاد = 30

- الدرجة الكلية = مجموع $6/N$ أي الدرجة الكلية = $6/30 = 5$
- درجة الصحة النفسية = $8 > 5$ ومنه فان الصحة النفسية غير مضطربة
- $30\% = 0,3$ و هي أقل من $0,34$ ومنه فان الصحة النفسية جيدة و غير مضطربة .

2-4-2 التعليق على نتائج المقياس:

من خلال نتائج المقياس نلاحظ أن للحالة 2 مستوى جيد من الصحة النفسية و ذلك بحصولها على درجة خام قدرت ب 30 و درجة صحة نفسية مقدرة ب 5 ونسبة 0.3 و هي نسبة اقل من 0.34 بصفة عامة ، مما يفسر عدم وجود أعراض هذه الاضطرابات لدى الحالة 2 فهو تحصل على 4 درجات في ابعاد الهستيريا و القلق يليها تحصله على 5 درجات في ابعاد القلق الجسدي و الفوبيا ، أما اعلى درجات فهي 6 وكانت في ابعاد الاكتئاب و الوسواس راجع للظروف الوقائية الصحية من العزلة و النظافة .

• التحليل العام للحالة الثانية :

توصلت نتائج الملاحظة و المقابلة النصف موجهة بالتدعيم مع نتائج مقياس الصحة النفسية الى أن الحالة (ح) تبدوا ملامحها جامدة و متوترة أما في المقابلة فلقد أظهرت أن الحالة يعاني من تعب و ارهاق و الام مزمنة في الظهر وضغوط نتيجة طبيعة العمل الذي يزاوله، ما جعله يعاني من قلق جسدي حيث يعمل عون تدخل في الحماية المدنية خاصة أثناء أداء مهامه داخل سيارة الاسعاف أين تكثر التدخلات خصوصا في ظل جائحة كورونا. فحسب العمري 2012 ان الضغوط النفسية هي حالة من التوتر النفسي الشديد ،

تحدث بسبب عوامل خارجية تضغط على الفرد و تخلق عنده من اختلال التوازن و اضطراب في السلوك (العمرى، 2012، ص50).

فالحالة (ح) يعاني من بعض الاضطرابات كالقلق و الفوبيا نتيجة انتشار هذا الفيروس والتماس المباشر مع المرضى الخوف من الاصابة و نقل العدوى لافراد الاسرة ، فالقلق حسب العمرى 2012 : هو حالة من التوتر الانفعالي تشير الى وجود مظهر خارجي او داخلي يهدد الذات (العمرى، 2012، ص49).
اضافة الى الوسواس المسيطرة عليه و حالات الاكتئاب الناتجة عن الحزن و العزلة نتيجة مروره بفترة مرض صعبة . فالاحداث والمواقف الحرجة المسببة للارهاق بأنها تتصف بعدم قابليتها للضبط(يسهم الشعور بفقدان الضبط و السيطرة في جعلنا نعيش موقف ما على انه مرهق) و عدم قابليتها للتنبؤ ، و عدم اليقين بالكيفية التي ستنتهي بها هذه الاحداث مما يؤدي الى الارهاق و تأثيرها السلبي على الصحة النفسية(ساعو ، 2010 ، ص66-67).

الا ان نتائج مقياس الصحة النفسية جاءت على عكس ما جاءت به المقابلة العيادية فجميع أبعاد المقياس غير دالة (القلق، القلق الجسمي ، الفوبيا ، الهستيريا، الاكتئاب، الوسواس القهري) ما يدل على أن الحالة (ح) استعمل ميكانيزم المقاومة والتجنب و الانكار ولم يسمح لمعاناته بالظهور ، اما بعد الهستيريا فلم يكن دالا في المقابلة و المقياس على حد سواء ما يفسر خلو أعراض هذا الاضطراب لدى الحالة (ح).

3- عرض وتحليل نتائج الحالة الثالثة (3) :

1-3 تقديم الحالة الثالثة :

الحالة (م) يبلغ من العمر 26 سنة ، عون تدخل في الحماية المدنية بالوحدة الثانوية بسكرة ، متزوج يعيش مع عائلته في سيدي عقبة ، حالته الاقتصادية متوسطة ،مستواه الدراسي ليسانس تخصص حقوق و له خبرة 5 سنوات في هذه المهنة . كانت له فكرة عندما اختار الحماية المدنية اجتاز تريض الأعوان في ولاية عين الدفلة لمدة عام كامل و توظف في بسكرة منذ سنة 2016 ، كان تدخله الاوّل لحادث مرور، نظام عمله هو 24 ساعة مقابل 48 ساعة راحة وهي مدة غير كافية للراحة حسب الحالة خاصة في ظل جائحة كورونا .

2-3 ملخص المقابلة مع الحالة الثالثة :

جريت المقابلة مع الحالة (م) داخل الوحدة الثانوية للحماية المدنية في مكتب الأخصائية النفسانية .في جو هادئ ومريح ، الحالة (م) كان متعاون و يجيب على الأسئلة بشكل جيد و صريح .

يعاني الحالة (م) من اضطرابات نوم تمثلت في أرق وذلك بسبب التعب الشديد جراء التدخلات التي يقوم بها خاصة مع انتشار فيروس كورونا داخل الولاية ، إضافة الى شعوره الدائم بالقلق و التوتر من احتمال الاصابة بهذا الفيروس و خوفه من احتمال نقله لأفراد أسرته خاصة الأم التي كانت قريبة جدا من الحالة، ما جعل الحالة (م) تسيطر عليه أفكار وسواسية نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل مع هذه

الحالات و هي حسبه لازمة لاتخاذ مختلف الاحتياطات و الاجراءات الوقائية حتى عند التعامل مع المرضى الغير مصابين بالفيروس عند مزاولته لعمله، وكذلك في المنزل بتكثيف عمليات التنظيف عن ما قبل فترة كورونا .

الحالة (م) يشعر بالوحدة نتيجة الحجر الصحي و العزلة التي كان يقوم بها خوفا على أفراد عائلته ، الا ان بعد الهستيريا غير دال ما يفسر عدم وجود أعراض هستيريا لدى الحالة .
الحالة (م) يلجأ الى اللعب لتجنب التفكير في الفيروس كنوع من تخفيف الضغط الناتج عن تعاملاته مع حالات كوفيد -19 .

3-3 تحليل المقابلة مع الحالة الثالثة :

من خلال ما أوجده أدوات جمع البيانات الملاحظة و المقابلة النصف موجهة التي أجريت مع الحالة (م) والذي كان متعاوناً، اتضح أن الحالة (م) يعاني من اضطرابات في الصحة النفسية (مستوى صحة نفسية منخفض) تجسد من خلال 6 أبعاد فرعية للمحور الثاني للمقابلة و الذي يخص الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا .

فعلى المستوى الجسدي الحالة يشعر بتعب شديد و ارهاق ، اضافة الى اضطرابات نوم تمثلت في الأرق و ذلك تجلى في قوله : " هيه كايئة ، تقريب مي جي كيش الرقاد (ارق) . من تعب ياسر " ، وذلك بسبب كثرة التدخلات التي تتطلب التأهب المستمر خاصة تدخلاته في ظل جائحة كورونا وذلك في قوله : " في الكورونا مساعدناش طول فانت علينا بيبرودا ميعلم بينا غير ربي " ، هذا ما جعله يشعر بقلق و توتر شديد من احتمال اصابته بالفيروس وكذلك بسبب عدم معرفته كيفية انتشاره أو علاجه و ذلك في قوله : " في البريود لولة نتاع الكوفيد كان يجينا توتر صح بسك كنا خايفين لدرجة متصوريهاش سيرتو كي عاد الفيروس هاذا معلابناش كيفاه مداير وكان عندنا حتى معلومة اصلا " . اضافة الى عزل نفسه و تجنب افراد العائلة خوفا عليهم من الاصابة بهذا الفيروس و ذلك في قوله : " هيه كنت نتجنب ياسر " وقوله : " و كنت نتجنبهم و نريح بعيد عليهم منخالطهمش ياسر الحق ديما ديما نبقا وحدي و هوما ثاني كانوا متخوفين في البريود لولة ميدوروش بيا طول ، التسلام نقص " ، وهذا العزل و تجنب افراد الاسرة خاصة الأم كان له تأثير سلبي على الحالة النفسية ، فالحالة (م) شعر بجزن و وحدة بعد التزامه بالحجر الصحي في فترة انتشار فيروس كورونا خوفا عليهم من الاصابة و هذا راجع لقوله : " قبل الكورونا كنت كي نروح لازم نسلم على الوالدة ونفطر معاها ونقصرو نجيب الصبحية معاها ، مي في الكوفيد راحت هاذا الحوايج خلاص من الخوف عليها " وكذلك قوله : " كنت نتجنبهم و نريح بعيد عليهم منخالطهمش ياسر الحق ديما ديما نبقا وحدي و هوما ثاني كانوا متخوفين في البريود لولة ميدوروش بيا طول ، التسلام نقص " .

الحالة (م) يقوم بأداء مهامه و اسعاف مرضى كوفيد -19 رغم خوفه و قلقه من هذا الفيروس ولكن باتخاذ مختلف الاحتياطات الوقائية اللازمة في قوله : " لازم نتجنب الاحتكاك المباشر معاها ، مثلا تكون تهدر معاها تبعد عليه و تلبس اللبسة الخاصة نتاعك و لبيافات والقفازات " ، ولذلك لتعامله مع جميع

الحالات المسعفة على أساس أنها مصابة بهذا الفيروس و ذلك في قوله : " وقت ما زادو حالات الكورونا ولينا كامل نعاملو فيهم على اساس انهم مرضى بالكوفيد تسما تتعامل معاه بحذر .وهذاك لي عندو اعراض ولا حاجة او عندو تعامل خاص وحدو ."

الحالة (م) تسيطر عليه وساوس نتيجة خوفه من الفيروس خاصة عند لمس سيارة الاسعاف التي كان بداخلها مريض كوفيد -19 وذلك في قوله: " هيه تجيك افكار ، لازم تتوسوس(ضحك) باه تدير احتياطاتك هي كل خرجة تتعقم سيارة الاسعاف مي تبقا هايب منها "، ما أدى به الى استعمال مختلف ألبسة الوقاية و الكمادات الطبية بحذر داخل الوحدة وذلك في قوله: " مع البدية بعد الحق كنت نلبس زوج هكاك و كي زادت الحالة تحتم عليك تشري كثر على حساب ميزانية العون 4 ولا خمسة . وقفاز يمدولنا هوما ونعقموه ."

الحالة (م) يحاول تجنب الضغوط الناتجة عن خوفه من الإصابة بهذا الفيروس بلجوئه الى اللعب و ملئ أوقات الفراغ لتجنب التفكير في هذا المرض ومختلف التدخلات و الحالات التي قام بأسعافها وذلك في قوله : " انا هاذ الفيروس نخرج من الخدمة صاي منحطوش في بالي راح نتعامل عادي كيما الناس ندير بافات و منصافحش ناس و كلش و نلهي روجي كश्ما نلعب كश्ما ندير باه منلتاش بيه."

اذن يتضح من خلال المقابلة النصف موجهة أن الحالة (م) عان من أعراض اضطرابات نفسية تمثلت في أعراض قلق وخوف و وساوس و اكتئاب وذلك لعدم معرفة طبيعة هذا الفيروس و كيفية انتشاره وخوفه من احتمال اصابته و اصابة أحد أفراد أسرته ما جعله يعيش ضغوطات أثرت على مستوى صحته النفسية.

3-4 تحليل مقياس الصحة النفسية للحالة الثالثة :

3-4-1 عرض نتائج المقياس:

بعد عرض ملخص المقابلة و تحليلها سنحاول معرفة درجة المقاييس الفرعية لمقياس الصحة النفسية اضافة الى معرفة الدرجة الكلية للصحة النفسية على هذا المقياس

الأعراض	القيمة	درجة البعد	التفسير
القلق	8	وجود أعراض قلق	
الوسواس	8	وجود أعراض وسواس	
القلق الجسمي	7	وجود أعراض قلق جسمي	
الفوبيا	7	وجود أعراض فوبيا	
هستيريا	6	عدم وجود أعراض هستيريا	
اكتئاب	6	عدم وجود أعراض اكتئاب	

جدول رقم 5 يمثل: عرض نتائج الابعاد الفرعية لمقياس الصحة النفسية للحالة 3

مجموع درجات الأبعاد = 42

- الدرجة الكلية = مجموع N / 6 أي الدرجة الكلية = 6 / 42 = 7
- %42 = 0,42 و هي اكثر من 0,34 ومنه فان الصحة النفسية مضطربة .

3-4-2 التعليق على نتائج المقياس:

من خلال نتائج المقياس نلاحظ أن للحالة (م) مستوى منخفض من الصحة النفسية (صحة نفسية مضطربة و ذلك بحصولها على درجة خام قدرت ب 42 و درجة صحة نفسية مقدرة ب 7 ونسبة 0.42 و هي نسبة اكثر من 0.34 ، مما يفسر وجود أعراض هذه الاضطرابات لدى الحالة فهو تحصل على 6 درجات في ابعاد الهستيريا و الاكتئاب وهي غير دالة مما يفسر عدم معاناته من اعراض هاذين الاضطرابين يليها تحصيله على 7 درجات في ابعاد القلق الجسمي و الفوبيا و هي دالة هذا ما يفسر وجود اعراض هاذين الاضطرابين أما اعلى درجات فهي 8 وكانت في ابعاد القلق و الوسواس راجع للظروف الوقائية الصحية من الخوف من الاصابة بالفيروس.

• التحليل العام للحالة الثالثة :

توصلت نتائج المقابلة النصف موجهة و الملاحظة بالتدعيم مع نتائج مقياس الصحة النفسية ،أن الحالة (م) يعاني من اضطراب في الصحة النفسية و ذلك بحصوله على درجة 42 (0.42) أي اكثر من 0.34 وهي درجة دالة ،حيث كانت درجة اضطراب الصحة النفسية (وجود اعراض الاضطرابات) دالة على مستوى الأبعاد : قلق ،وسواس، قلق جسمي، فوبيا ،وغير دالة على مستوى بعدي الاكتئاب و الهستيريا و التي أكدته نتائج المقابلة مع الحالة .

فالحالة يعاني من اضطراب الصحة النفسية من خلال العديد من العبارات أثناء المقابلة، فهو يعاني من التعب و الأرق نتيجة كثرة التدخلات التي يقوم بها في ظل جائحة كورونا وهذا ما جاء في قول بوحارة 2012: " للتعب نصيبا في التأثير على التوافق المهني للعون في عمله ، فقد يظهر التعب على شكل شعور داخلي يدعو الى التوقف التلقائي عن العمل ، ليأخذ قسطا من الراحة ، ثم يعود لمزاولة العمل بصورة عادية ، وربما يبدو التعب أيضا في صورة فقدان الانتباه وعدم التركيز وادراك الخطأ في العمل، وكلها من دلائل التعب. و قد يتطور الشعور الى التطرف بحيث يصبح شعورا بالإنهاك مما يدفع العامل لاتخاذ عدد من الأساليب كالاتي الدفاعية لمواجهة ضغط هذا الشعور و تختلف نوعيتها الدفاعية باختلاف الشخص ، طبيعة العمل و نوعيته.(بوحارة ،2012، ص158-159). اضافة الى قولها اضطرابات النوم عند أعوان الحماية المدنية قدرت ب 39% ويرجع ذلك أساسا لعدم الاتساق الدائم بين الساعة البيولوجية و قلة النوم و الراحة الكاملة (7 ساعات) (بوحارة ،2012، ص 157-158).

فالحالة(م) يعاني من بعض الاضطرابات كالفوبيا و القلق وقلق الجسمي نتيجة خوفه الاصابة بهذا الفيروس و احتمال نقل العدوى لأفراد الأسرة. اضافة الى الوسواس المسيطرة عليه جراء اتخاذ مختلف الاحتياطات الوقائية التي زادة بشكل كبير مع زيادة حالات كوفيد -19 في الولاية ، وكذلك حالات العزل و الوحدة الناتجة عن الحجر الصحي ، فالحالة (م) يستعمل أسلوب التجنب والعزلة لعدم رغبته في التفكير في الفيروس و يلجأ الى اللعب كنوع من تخفيف الضغط الناتج عن تعاملته مع حالات كورونا وهذا ما جاء في قول خرخاش 2021 : من بين طرق الوقاية من فيروس كورونا هي تجنب حضور الفعاليات و التجمعات

الكبيرة، تجنب المخالطة للصيقة (ضمن مسافة 6 أقدام أو 6 متر) مع أي شخص مريض أو لديه أعراض (خرخاش، 2021، ص541).

4-مناقشة النتائج على ضوء تساؤل الدراسة :

من خلال ما تقدم عرضه من حالات الدراسة المدروسة بواسطة مقياس الصحة النفسية وموازات بتطبيق الملاحظة العيادية و المقابلة النصف موجهة تم التوصل الى الاجابة على تساؤل الدراسة والذي مفاده : ما مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا؟.

استنتجنا من خلال الملاحظة العيادية و المقابلة النصف موجهة أن مستوى الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية منخفض جراء كثرة التدخلات في ظل جائحة كورونا و من خلال ظهور بعض التظاهرات الاكتئابية و القلق، الوسواس و الخوف من الاصابة بالعدوى أو نقل الفيروس لأحد من أفراد الأسرة. و كان هذا واضحا في كل من الحالتين الثانية و الثالثة عكس الحالة الأولى الذي تجاوز وتدارك هذا الوضع مما أثر على صحته النفسية بشكل ايجابي.

فاستنتجنا من خلال الحالة الثالثة (م) أنه يعاني من اضطراب في الصحة النفسية أي له مستوى منخفض من الصحة النفسية من خلال بعد القلق ، الوسواس،القلق الجسمي و الفوبيا ،أما بعد الهستيريا فكان غير دال اضافة الى بعض التظاهرات الاكتئابية في المقابلة من خلال الوحدة و العزلة نتيجة الحجر الصحي ، وهذا راجع الى أن الحالة قام باخفاء هذا الحزن كوسيلة دفاعية لتجنبه،كما اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة "سنوني بومدين و جلولي زينب " التي توصلت نتائجها الى أن مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا منخفض . اضافة الى دراسة "قاجية رقية و غربي صبرينة 2018" التي توصلت الى أن الاساليب المستخدمة من طرف الأعوان لمواجهة الضغوط حسب ترتيبها هي اللجوء الى الدين و أسلوب العزلة و الانسحاب ،اضافة الى دراسة "ابتسام أحمد ابو العميرين 2008" التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى للمؤهل العلمي و سنوات الخبرة في ظل جائحة كورونا.

أما الحالة الثانية (ح) فقد ظهرت عليها أثناء المقابلة العيادية أعراض جسمية كالتعب و الام الظهر و الضغط الناتج عن العمل اضافة الى الخوف و القلق من الاصابة بالفيروس ومختلف الأفكار الوسواسية وحالات الاكتئاب الناتجة عن عزله بسبب فترة المرض التي مر بها ، أما نتائج مقياس الصحة النفسية فقد أظهرت عكس نتائج المقابلة العيادية النصف موجهة ، من خلال أن جميع أبعاد المقياس غير دالة وهي (قلق ، فوبيا، اكتئاب ،هستيريا ،وسواس و قلق جسمي) و هذا ما يترجم أن الحالة الثانية استعمل المقاومة و الانكار للتخلص من المعانات النفسية ، و هذا ما يفسر أن للحالة الثانية اضطرابات في الصحة النفسية حتى و بالرغم من أن المقياس لم يظهر ذلك ، ونجد نتائج الدراسة التالية تشابهت مع دراسة "هناء بوحارة 2012" و التي تؤكد على أنه كلما زاد الانهالك البدني زادت شدة الاستجابة الاكتئابية . اضافة الى دراسة

"سنوني بومدين و جلولي زينب" التي توصلت الى أن أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية هي أشعر بخوف كبير من أن أصاب بهذا الوباء و أشعر بعجز من حماية أفراد عائلتي .

أما الحالة الأولى (غ) فجاءت نتائجها عكس نتائج الحالات الأخرى ، فالحالة (غ) يتمتع بصحة نفسية جيدة من خلال ما أكدته العديد من عبارات المقابلة و الايماءات اضافة الى تحصله على درجة تعكس مستوى صحة نفسية جيد على المقياس ،وذلك لتداركه الأمر و عدم تأثير فيروس كورونا على صحته النفسية و أدائه لمهامه وهذا ما جاءت به نتائج دراسة "بوحارة هناء" التي تؤكد على عدم وجود علاقة بين مستوى الاحتراق النفسي و الأداء الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية . وكذلك دراسة "عثمان 2010" التي أكدت على أن دافعية الانجاز لدى أعوان الحماية المدنية لا ترتبط بالضغط المهنية .

الا أن أعراض اضطراب الهستيريا كانت غير دالة لدى الحالات الثلاثة و ذلك على مستوى مقياس الصحة النفسية و المقابلة النصف موجهة .

خلاصة :

قمنا من خلال هذا الفصل بعرض نتائج الحالات الثلاث بحيث عرضنا نتائج المقابلة النصف موجهة مع كل حالة على حدى، تعرضنا خلاله الى تقديم الحالة و ملخص المقابلة و تحليلها، كما تطرقنا الى عرض نتائج مقياس الصحة النفسية يليها التحليل العام للحالة ،وصولاً الى الاستنتاج العام للحالات و الذي يتضمن مناقشة النتائج المتوصل اليها على ضوء تساؤل الدراسة . لنكون قد توصلنا الى النتائج النهائية للدراسة و المتمثلة في أن للحالة الثانية و الثالثة مستوى منخفض من الصحة النفسية وذلك جراء كثرة التدخلات في ظل هذ الفيروس ، أما الحالة الاولى فله مستوى جيد من الصحة النفسية . وقد تم تفسيرها بالاعتماد على ما تم استعراضه سابقاً من دراسات سابقة ، ومن تراث نظري .

خاتمة:

انطلقنا في هذه الدراسة الحالية لمعرفة مستوى الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا ، حيث تعتبر الصحة النفسية من أهم مؤشرات السلامة النفسية و العقلية و أنها تتأثر سلبا و ايجابا بالمؤثرات البيئية و من أكثر هذه المؤثرات الضغوط الحياتية و خاصة في مجال العمل و في ظل جائحة كورونا .

حيث انطلقت الدراسة من التساؤل : ما مستوى الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية في ظل جائحة كورونا ؟ . وللوصول الى الاجابة عن هذا التساؤل اعتمدت الطالبة على المنهج العيادي بتقنية دراسة الحالة و ثلاث حالات من أعوان تدخل الحماية المدنية بالوحدة الثانوية الشهيد سلاطينة ابراهيم للحماية المدنية بسكرة كحالات دراسة ، و ذلك بالاعتماد على الملاحظة العيادية و المقابلة النصف موجهة اضافة الى التدعيم بمقياس الصحة النفسية لسيدني كراون و كريسب كأدوات دراسة ، فنظرا لضغوطات المهنة وكثرة التدخلات التي ازدادت خاصة و بصورة كبيرة في ظل انتشار جائحة كورونا و ارتفاع حالات الإصابة به و كثرة الوفيات التي تجاوزت الثلاث ملايين عالميا و ثلاث الاف في الجزائر ، مما أدى الى التأثير بشكل سلبي على مستوى الصحة النفسية لأعوان الحماية المدنية من خلال ظهور العديد من الاضطرابات النفسية و التي ظهرت في تظاهرات اكتئابية ، خوف ، قلق ، قلق جسمي و وسواس قهري في الحالة الثالثة، بينما الحالة الثانية كان متحفظ نوعا ما و يستخدم المقاومة بشكل كبير أثناء أداء المقياس لكن حاجته الى التعبير عن معاناته النفسية عبر عنها في المقابلة العيادية ،بظهور اضطرابات نفسية كالقلق، الاكتئاب ، الفوبيا ، القلق الجسمي الوسواس، اضافة الى أعراض جسمية كالتعب و الارهاق و الام الظهر المزمنة الناتجة عن صعوبات المهنة .

الا أن الحالة الاولى جاءت نتائجها مخالفة للحالة الثانية و الثالثة ، وذلك لاستخدام الحالة أسلوب اللجوء الى الدين و العزلة كأسلوب لمواجهة الضغوط المهنية مما أدى الى تجاوزه لضغوطاته ومختلف الأعراض التي كان يعاني منها في الأشهر الأولى لهذه الجائحة مما أثر على صحته النفسية بشكل ايجابي و أدى الى تمتعه بمستوى صحة نفسية جيد ، وهذا ماتم استخلاصه من أدوات الدراسة الملاحظة و المقابلة النصف النصف موجهة و حصوله على درجة جيدة في مقياس الصحة النفسية ما دل على أن أعراض مختلف الاضطرابات (القلق ، قلق جسمي ، فوبيا، وسواس قهري ، اكتئاب ، هستيريا) غير دالة لدى هذع الحالة . و تبقى هذه الدراسة تخص حالات الدراسة المدروسة فقط و هي غير قابلة للتعميم ،لكون الظاهرة النفسية يمسهما التغير و الاختلاف عند نفس الحالة و من شخص الى اخر .

قائمة المراجع :

المراجع العربية:

- ابو اسعد، احمد عبد اللطيف .(2015). الصحة النفسية من منظور جديد . عمان . الاردن : دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة.
- ابو العمرين، ابتسام احمد .(2008). مستوى الصحة النفسية للعاملين بمهنة التمريض في المستشفيات الحكومية بمحافظات غزة و علاقته بمستوى ادائهم .مذكرة مكملة للحصول على درجة الماجستير،قسم علم النفس ، الجامعة الاسلامية: غزة .
- بن الشيخ، نصيرة ؛ بالزين ،صفية .(2014). الصحة النفسية و علاقتها بالأداء الوظيفي لدى عمال المحطة الجهوية للاذاعة و التلفزيون "دراسة ميدانية بورقلة " .مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس ، تخصص علم النفس العمل و التنظيم . جامعة قاصدي مرباح : ورقلة .
- بن حفيظ، شافية ؛مناح ،هاجر .(2015).مستوى الصحة النفسية لدى عينة من القابلات العاملات في المؤسسة الاستشفائية المتخصصة بالأأم و الطفل" دراسة ميدانية بمدينة ورقلة " .مجلة دراسات نفسية و تربوية .عدد 15 ديسمبر 215 :مخبر تطوير الممارسات النفسية و التربوية .167-179.
- بن عليا ، عبد الحميد ؛شلاوة ،عبد الحميد .(2012).الاغتراب الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية على أعوان الحماية المدنية لمدينة ورقلة " . جامعة قاصدي مرباح :ورقلة . الجزائر .
- بن موسى، وردة .(2019).الاحترق النفسي لدى أعوان تدخل الحماية المدنية "دراسة ميدانية بالوحدة الرئيسية للحماية المدنية بتقرب الكبرى و الوحدات التابعة لها" . مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ،تخصص علم النفس العيادي،.جامعة قاصدي مرباح: ورقلة .الجزائر .
- بوحارة ، هناء .(2019).مستويات الاحترق النفسي و علاقتها بالاكتئاب لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية لدى عينة من أعوان الحماية المدنية لولاية عنابة " .مجلة العلوم النفسية و التربوية.عدد 5-4-2019 : جامعة سيدي بلعباس .ص14-24.
- بوحارة، هناء .(2012). الاحترق النفسي و علاقته بالأداء الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية بمديرية الحماية المدنية و بعض الوحدات بولايي عنابة و الطارف " .مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير :جامعة فرحات عباس . سطيف .الجزائر .

قائمة المراجع

- بوسنة ، زهير عبد الوافي .(2018). تقنيات الفحص الاكلينيكي. الجزائر: دار الهدى للنشر و التوزيع .
- بوعموشة، نعيم .(2020). فيروس كورونا (كوفيد -19) في الجزائر دراسة تحليلية .مجلة التمكين الاجتماعي . المجلد 2 (العدد 2): الجزائر .ص113-151.
- بومدين، سنوسي ؛ جلولي ،زينب .(2020).الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا كوفيد -19 و التباعد الاجتماعي و استمرار الحجر الصحي . مجلة التمكين الاجتماعي .المجلد 2 (العدد 2):الجزائر .ص65-80.
- حشاني ، مراد .(2016) . الصحة النفسية عند مراهق المرحلة الثانوية المداوم على حصص التعليم القراني . مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس، تخصص علم النفس العيادي . جامعة محمد خيضر : بسكرة .
- الحياي، صبري بردان على .(2011). الصحة النفسية و العلاج النفسي الاسلامي. عمان . الاردن: دار صفاء للنشر و التوزيع .
- خرخاش، سامية .(2021) .انعكاسات جائحة كوفيد 19 على علاقات العمل في الجزائر -من وجهة نظر اساتذة التعليم العالي - . مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية. المجلد 12 (العدد 1). جامعة محمد بوضياف :المسيلة. الجزائر .ص537-561.
- الزبيدي ،كامل علوان.(2007).دراسات في الصحة النفسية : الوراق للنشر و التوزيع.
- زغير ،رشيد حميد ؛ صالح، يوسف محمد. (2010). الانحراف و الصحة النفسية . عمان . الاردن: دار الثقافة للنشر و التوزيع.
- زهران، حامد عبد السلام .(2005).الصحة النفسية و العلاج النفسي .ط4 . القاهرة .مصر: عالم الكتب للنشر و التوزيع و الطباعة .
- ساعو، مراد.(2010).تأثير السند الاجتماعي في الصحة النفسية لدى مرضى الغدة الدرقية . مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي : جامعة مولود العمري . تيزي وزو. الجزائر.
- السيد،عثمان فضل السيد أحمد فضل ؛ سليمان ،محمد محمد الهادي حسن .(2020).مستوى الالتزام بالسلوك الصحي الواقي من جائحة كورونا "كوفيد 19" لدى السودانيين **the level of commitment To health behavior that prevents the coronavirus (covid-**

قائمة المراجع

- 19) among the sudanese . مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية .المجلد 12.العدد 1 الخاص (الجزء الاول)ص379-402.
- شويلع،سامية.(1993). الخصائص السيكو اجتماعية للأممات العازبات اللواتي يحتفظن بأطفالهن، رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي :الجزائر .
 - صوالح،سميحة ؛ ليدي، سارة .(2011).الضغط النفسي لدى عون الحماية المدنية "دراسة ميدانية بالوحدة الثانوية بسكرة و وحدة قمار بالوادي ".مذكرة لنيل شهادة الماستر ،تخصص علم النفس العيادي :جامعة محمد خيضر .بسكرة . الجزائر .
 - العايب،كمال.(2014).أثر الضغط النفسي على دافعية الانجاز لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية في ولاية سكيكدة".مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ،تخصص علم النفس العيادي . جامعة العربي بن مهدي :أم البواقي. الجزائر .
 - عبد الفتاح ،صالح الخليفات؛ شرين ،المطارنة.(2010).أثر ضغوط العمل في الأداء الوظيفي لدى مديري المدارس الأساسية الحكومية في اقليم جنوب الأردن . مجلة دمشق .المجلد 26 (العدد 1/2).الاردن .
 - عبد الله، مجدى أحمد محمد .(2012).الصحة النفسية و دينامياتها بين الفرد و المجتمع. مصر: دار المعرفة الجامعية للطبع و النشر و التوزيع .
 - عبد المجيد، مروان.(2000).أسس البحث العلمي لاعداد الرسائل الجامعية . عمان.الاردن : مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع .
 - العبسي، علي ؛ تجانية ،حمزة .(2020) .تداعيات فيروس كورونا (كوفيد - 19) ، الاثار الاجتماعية و الاقتصادية واهم التدابير المتخذة للحد من الجائحة في الجزائر.مجلة العلوم الاقتصادية و علوم التسيير .المجلد 20 (العدد الخاص حول الاثار الاقتصادية لجائحة كورونا) : جامعة الوادي . الجزائر .ص91-100.
 - عثمان ،مريم .(2010). الضغوط المهنية و علاقتها بدافعية الانجاز لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية على أعوان الحماية المدنية بالوحدة الرئيسية بسكرة :جامعة الاخوة منتوري . قسنطينة.الجزائر .
 - العجرش، حيدر حاتم فالح .(2015). أسس البحث في التربية و علم النفس . عمان . الاردن : دار المنهجية للنشر و التوزيع.

قائمة المراجع

- عطابي ،عصام.(2014) . العلاقات الانسانية و علاقتها بالأداء الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة ميدانية بمديرية الحماية المدنية لولاية المسيلة ". دراسة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس ، تخصص العمل و التنظيم. جامعة محمد بوضياف:المسيلة . الجزائر .
- عقابفة،عبد الحميد .(2021) .الصحة النفسية **Mental health** .محاضرات السنة الثانية ماستر مدرسي، مقياس الصحة النفسية. جامعة بسكرة: الجزائر .
- العمري، مرزوق بن أحمد عبد المحسن .(2012) . الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالانجاز الأكاديمي و مستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث . مذكرة مكملة للحصول على درجة الماجستير في علم النفس ، تخصص الارشاد النفسي. جامعة أم القرى: المملكة العربية السعودية.
- غرسة، عصماء كوثر .(2015).تظاهرات قلق الموت لدى أعوان الحماية المدنية من خلال اختبار الرورشاخ "دراسة اكلينيكية لثلاث حالات بالوحدة المركزية للحماية المدنية ببسكرة ". مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ، تخصص علم النفس العيادي .جامعة محمد خيضر : بسكرة.
- غريب، غريب .(1999). علم الصحة النفسية .القاهرة .مصر : مكتبة الانجلو المصرية.
- قاجة،رقية ؛ غربي، صبرينة.(2018).أساليب مجابهة الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية "دراسة تحليلية على أعوان الحماية المدنية بولاية ورقلة ".مجلة دراسات نفسية و تربوية ، عدد 2 اكتوبر 2018 :مخبر علم النفس وجودة الحياة. جامعة ورقلة. الجزائر.ص268-284.
- القوسي،عبد العزيز.(1984).أسس الصحة النفسية .ط 3.القاهرة : مكتبة النهضة المصرية للنشر و التوزيع .
- محمدي،خيرة.(2020).الاعلام الصحي و ادارة أزمة كورونا كوفيد-19 في ظل انتشار الاخبار الزائفة عبر مواقع الميديا الاجتماعية .مجلة التمكين الاجتماعي .المجلد 2(العدد03).جامعة الجزائر 3: الجزائر .ص34-56.
- مروانة، لوصيف .(2017). مؤشرات الصحة النفسية عند طفل البادية مقارنة بطفل المدينة من حيث مساحات اللعب .مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس ، تخصص علم النفس العيادي. جامعة محمد خيضر : بسكرة .
- المشيخي ، غالب بن محمد .(2014).اساسيات علم النفس .ط3 . عمان : دار المسيرة للطباعة و النشر .

قائمة المراجع

- منسي، حسن.(1998).الصحة النفسية . عمان: دار الكندي للنشر و التوزيع و دار طارق للنشر و التوزيع.
- نمير،حسن .(2011).التحليل العملي لمقياس الصحة النفسية لطلبة الجامعة .مجلة العلوم و البحوث النفسية و التربوية (العدد19).الجامعة المستنصرية .بغداد. العراق .
- يوسفى ،حنان .(2017) . مؤشرات الصحة النفسية لدى المسن المتقاعد "دراسة حالة بولاية باتنة"، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر ، تخصص علم النفس العيادي.جامعة محمد خيضر: بسكرة.

المواقع الالكترونية:

- موقع منظمة الصحة العالمية
- https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/176982/WHO_MERS_LAB_15.1_ara.pdf?sequence=5 . يوم 2021/05/07 .على الساعة 12:36 .
- <https://www.dw.com/ar/فيروس-كورونا-من-الأكثر-عرضة-للخطر-ولماذا/a-52723163> (52723163) .يوم 2021/05/08 . على الساعة 13:45 .
- <https://news.google.com/covid19/map?hl=ar&mid=%2Fm%2F0h3y&gl=EG&ceid=EG%3Aar> . يوم 2021-06-14 . على الساعة 10:17 .

المراجع الأجنبية:

- Li X ,Liu B ,Yu Y.(2020) .**COVID-19 infection presenting with CT halo sign.**Radiol Cardiothorac Imaging .
- Lippi Giuseppe.(2020).**Association between environmental pollution and prevalence of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in italy .**
- Rokni M ,Ghasemi V ,Tavakoli Z .(2020).**Immune responses and paphogenesis of SARS-COV-2 during an outbreak in iran :comparison with SARS and MERS.**Rev Med Virol.

الملاحق

1-الملحق 1: المحاور و أسئلة المقابلة المعتمدة في الدراسة :

السلام عليكم معك طالبة في علم النفس العيادي حابة ندير معاك دراسة حالة بخصوص موضوع مذكرة تخرج الماجستير و نتمنى تعاوني و تجاوب على الاسئلة لي راح نطرحها عليك بكل صراحة و صدق و تاكد بلي اجاباتك لغرض بحث علمي و ستبقى سرية .

← محور المعلومات الاولية :

- الاسم:
- العمر :
- الحالة الاجتماعية :
- الحالة الاقتصادية :
- السكن :
- عدد سنوات الخبرة في العمل:
- المستوى الدراسي :
- لماذا اخترت الحماية المدنية ؟ هل كانت عند فكرة عن العمل ؟
- أين اجتزت التريـص؟ كم مدته ؟ ماهي سلبياته و ايجابياته؟
- متى توظفت في بسكرة؟
- ماهي الوحدات التي عملت بها؟
- أول تدخل قمت به؟ كيف كانت ردة فعلك اتجاه الموقف؟
- هل تعاني من أمراض او مشاكل صحية-جسمية؟ (اذا نعم منذ متى)
- نظام العمل بالنسبة لك وهل تكفيك مدة الراحة؟
- كيف تصحوا صباحا وانت مقدم على عمل جديد؟

← محور الصحة النفسية للاعوان في ظل جائحة كورونا :

- القلق :
- هل تعاني من اضطرابات في النوم؟
- هل تشعر بالتوتر عندما يدق جرس الانذار و يكون الذي ينتظر الاسعاف مريض كورونا ؟
- ما هي ردت فعلك جراء اسعاف مريض كورونا؟
- الفوبيا:
- هل تتجنب أفراد أسرتك بسبب ظروف العمل و مختلف التدخلات في ظل هذه الجائحة؟

- كيف يكون تعاملكم مع المصابين بالفيروس و هل تتجنبون اللمس المباشر للمريض من الخوف ؟
- الوسواس القهري :
- هل تراودك أفكار نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل و لمس سيارة الاسعاف التي كان فيها مريض كوفيد -19 حتى وان قمتم بتعقيمها؟
- بعد انتشار هذا الفيروس ، هل زادت نسبة الوقاية (النظافة و غسل اليدين ، المعقم و الكمامة اضافة الى التباعد)؟.
- كم كمامة وقفاز ترتدي خلال مدة العمل المقدر ب 24 ساعة ؟
- كيف تتعامل مع المرضى العاديين و الغير مصابين بالفيروس في ظل هذه الجائحة ؟ وهل تتخذون نفس الاجراءات الوقائية مع الافراد المصابين ؟
- القلق الجسمي :
- هل ترتدي الألبسة الواقية التي تمنحها لكم المصلحة؟
- ما هي مختلف الاحتياطات التي تتخذها عند اسعاف المصابين بفيروس كورونا ؟
- الاكتئاب :
- هل تتفقد مواقع التواصل الالكتروني لاجل حالات كورونا ؟
- كيف تتعامل مع أفراد العائلة وانت مدرك بأنك تعاملت مع حالات كورونا ؟ وهل تقوم بعزل نفسك عندما ينتهي دوامك خوفا من اصابتك بالفيروس و نقله؟
- الهستيريا:
- هل عانيت من بعض الاعراض المشابهة لاعراض هذا الفيروس كفقدان حاسة الشم ؟
- هل يراودك قلق دائم من الاصابة بهذا الفيروس ؟
- كيف تقلل الضغط الناتج عن تعاملك مع حالات كورونا ؟

الملحق 2: المقابلة كما وردت مع الحالة الأولى (1):

- السلام عليكم
- وعليكم السلام
- معك طالبة في علم النفس العيادي حابة ندير معاك دراسة حالة بخصوص موضوع مذكرة تخرج الماجستير و نتمنى تعاوني و تجاوب على الاسئلة لي راح نطرحها عليك بكل صراحة و صدق و تاكد بلي اجاباتك لغرض بحث علمي و ستبقى سرية .
- ان شاء الله مكان حتى مشكل
- الاسم: غ
- العمر: 35 سنة
- الحالة الاجتماعية : أعزب
- الحالة الاقتصادية : متوسطة
- السكن :الحاجب
- عدد سنوات الخبرة في العمل: 10 سنوات
- المستوى الدراسي : 3 ثانوي
- لماذا اخترت الحماية المدنية ؟ هل كانت عند فكرة عن العمل ؟
- هي مكنتش داير حتى حاجة في راسي ، كملت لقراية ، وعقبت لارمي و كي جبت الكارت جون لقيت لي كونكور و حطيت في لابوليس و الحماية درت فيهم في زوج و قلت لي جات هاذيك هي ، مكنتش نعرفها اصلا ومن بعد كي دخلت الحق نلقاها دعوة .
- أين اجترت التربص؟ كم مدته؟ ماهي سلبياته و ايجابياته؟
- في الاغواط في افلو، السطاج هو عبارة على تعارف ويهز منو الانسان يقرأ صح بسك الشيء لي قريناه براسك رانا نطبقو فيه وهذي الخدمة تطلب جهد و صبر عمل خيرى شريف و نبيل
- متى توظفت في بسكرة؟
- منذ 2011
- ماهي الوحدات التي عملت بها؟
- خدمت 3 سنوات في الوحدة الرئيسية ومن بعد جيت هنا (للوحدة الثانوية)
- أول تدخل قمت به؟ كيف كانت ردة فعلك اتجاه الموقف؟

اول تدخل بقيت شافي عليه مليح ،تدخلت في لاشلام لمريض مختل عقليا ، عيطولنا قالولنا او كاين واحد او حاب يحرق العمارة ، مع لول كنا خايفين من بعد وصلنا لقيناه متفهم يعني هو عندو شوي لينار عندو تراتمو نتاع اعصاب و يتقلق في سع بغا يقيل و الجيران محبوش يخلوه يرقد يخبطو ويعيطو في القايلة خرج يتعايط معاهم معرف كيفاه زادو معاه في الهدرة قالهم نحرق عليكم العمارة من بعد عيطولنا و هو دخل في حالة نفسية . ومن بعد قالنا انا كنت غير نهدد فيهم فقط منيش باص باه نحرق العمارة .

- هل تعاني من أمراض او مشاكل صحية-جسمية؟ (اذا نعم منذ متى)

لا الصحية الحمد لله حاليا

- نظام العمل بالنسبة لك وهل تكفيك مدة الراحة؟

هو يعني مش ديما مي في بعض الحالات يكون عندنا تعب كيما في بريود الكورونا وخاصة في الصيف نتعبو لانو ينقص الفيكثيف بسبت لي يعسو في الباك و البيام و حرائق الغابات ، تخدم تروح تعبان غدوة هذيك يعيطولك تعس بيام ولا باك تسما 3 ايام و نتا تخدم مي الحمد لله في الامور العادية ماشاء الله مالغري راهم زايدلنا 80 ساعة في الشهر ، و من كل الاعوان يتعبو بسك على حساب وين راك خدام يزيد التعب و حنا عندنا لي تعب بزاف لامبيلونص لانه حتى واحد تعبان برك مش حاجة دونجي يعيط للحماية يجيو يدوه للسبيطار .

- كيف تصحوا صباحا وانت مقدم على عمل جديد؟

والله هذيه ترجع على حساب الحالة نتاع هنا (الوحدة) على حساب الضغوط لي كاينة ديفوا نستناو وكتاه نروحو نخدمو ،و بالعكس الكورونا مقلقتناش بالنسبة ليا ا ومن بين الناس لي خدمتها فوق اللازم

- هل تعاني من اضطرابات في النوم؟

لا الرقاد نرقد بسك نتعب مي مع جرس الانذار تجي ترقد يصوني تنوض مخطوف تسما تكون تعبان مع تغمض عينك تصوني .

- هل تشعر بالتوتر عندما يدق جرس الانذار و يكون الذي ينتظر الاسعاف مريض كورونا؟

مع الاول كنا (صمت) نروحو كوراج برك بسك كاين ناس دارت مالاديات ، وكاين ناس تتحايل مي حنا خدمناها ، بسك مع لول القطاع كامل مش عارف كيفاه يخدم معاها مام قطاع الصحة ، مكانش علابالهم كيفاه يتعاملو معاه و لا كيفاه يسيطرو عليه كيفاه ينتشر و كذا ، فتحولنا شنابر هنا قالك لي هز كورونا يقعد هنا 15 يوم ولينا نخمو حنا كيفاه 15 يوم و انت بين 4 حيوط كنا في ضغوطات وحالة صعبة من المسؤول و هبط واحد ما علابالو كيفاه يتعامل ، و كانوا الناس خايفين منا نخرجو نرجعو صحابنا و ميقعدوش معنا ،

- ما هي ردت فعلك جراء اسعاف مريض كورونا؟

مع لول كنا خايفين مي كاين لي الله غالب عليهم و الانسان لي يخدم بضمير لازم يتامل معاهم كيما انا درت مساج للقلب و مع هاذ الاونية لخرة خلاص امانا بيها و قتنعنا بيها وندمجنا فيها بسك على الاقل عرفنا كيفاه ينتشر

- هل تتجنب أفراد أسرتك بسبب ظروف العمل و مختلف التدخلات في ظل هذه الجائحة؟

هيه جبت بيريودا مندخلش للدار ، ندير حجر ، من الشامبرا نتاعي منخرجش و ديما نعقم و جافال وفي دار نتاع الوالدة وهي مريضة بلاطونسيو و خاوتي مندخلش نفتح الباب من بعيد وشراكم لباس و خلاص عقبنا يعني واحد البيريود صعبة ياسر وديما نوصوهم اغسلو عقمو حطو القش في الشمس وكلش ودوكا الحمد لله .

- كيف يكون تعاملكم مع المصابين بالفيروس و هل تتجنبون للمس المباشر للمريض من الخوف ؟

على حساب المريض كاين مرضى منقدمولهمش يقدر و يمشو و كاين مرضى ميقدروش حتى يمشو لازم نهزوهم ونعاونوهم .

- هل تراودك أفكار نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل و لمس سيارة الاسعاف التي كان فيها

مريض كوفيد -19 حتى وان قمتم بتعقيهما؟

هيه ، خطراه حنا نعقموا بجافال وهو مش حاجة يعني و ديفوا العبد يقعد يطلع و يهبط مع راسوا و يقول كيفاه فيروس العالم كل ملقوش حل وجافال يقدر يقتلو و يعقمو امبوسيل فيروس كيما هذا طغا و نقضيو عليه بالجافال . (صمت) .معادلة متصلحش.

- بعد انتشار هذا الفيروس ، هل زادت نسبة الوقاية (النظافة و غسل اليدين ، المعقم و الكمامة اضافة

الى التباعد)؟

هيه مع البداية و كي رتفعو الحالات صح مي مع الاونة الاخيرة خلاص تقريب معادتش كيما بكري المعقم منستعملوهم بزاف كيما بكري اذا هزينا واحد كوفيد شوي جافال و ماء و خلاص .

- كم كمامة وقفاز ترتدي خلال مدة العمل المقدرة ب 24 ساعة ؟

كنا نديرو بدوبل وحدة من هاذوك الكبار لملاح و نديرو وحدة فوقها جوطابل و في 24 ساعة انا كنت نهز حتى ل 20 تدخل في 12 ساعة تسما نستعملو في كل تدخل بافات اما القفازات عندنا فيكسي يتعقمو و نشريو ليقو على حسب مقدورنا يعني .

- كيف تتعامل مع المرضى العاديين و الغير مصابين بالفيروس في ظل هذه الجائحة ؟ وهل تتخذون

نفس الاجراءات الوقائية مع الافراد المصابين ؟

تقريبا نطوهم كيف كيف ونتاجملو معاهم كيما نتعاملو مع المرضي لخرين .
 • هل ترتدي الألبسة الواقية التي تمنحها لكم المصلحة؟

نعم لازم سورتو كي كثرو الحالات في بسكرة

• ما هي مختلف الاحتياطات التي تتخذها عند اسعاف المصابين بفيروس كوفيد؟

نلبسو اللباس الواقى الاصفر هذاك و البوط ولازم تكون تقنية في اللباس وليبافات نلبسو زوج ونديرو ليقو نزيروهم بلاستيك وماسك وقلوزة للباس الواقى (صمت) . وبتكلو على الله و بورطابل لازم متقيسوش ديرو سيلونص حتان تروح وتعقم روك باه تقيسو .
 • هل تتفقد مواقع التواصل الالكتروني لاجل حالات كورونا؟

كنت تبعوا فيهم وكنت نستنا على الخمسة وكتاه يديرو احصائيات هاذوك

• كيف تتعامل مع أفراد العائلة وانت مدرك بأنك تعاملت مع حالات كورونا؟ وهل تقوم بعزل نفسك عندما ينتهي دوامك خوفا من اصابتك بالفيروس و نقله؟

ندير حجر ، و ديما نعقم و جافال ومنتواصلش معاهم بزاف غير من بعيد وديما نوصوهم اغسلو عقمو وخلص .

• هل عانيت من بعض الاعراض المشابهة لاعراض هذا الفيروس كفقدان حاسة الشم؟

علاياك من اللبسة هذيك و السخانة مع تنحي الماسك و اللبسة المغمومة هاذيك تكون عرقان تدخل للكليما تحس ديما حرقة في قراجمك تقريب مخطاوناش الاعراض نهائيا ، تحكنا سخانة ديما ،
 • هل يراودك قلق دائم من الاصابة بهذا الفيروس؟

في الفترة لولة هيه بسك مكانش علايانا واش هو هذا الفيروس اما دوك الحمد لله

• كيف تقلل الضغط الناتج عن تعاملك مع حالات كورونا؟

بالعكس ننساو كي نكلو التدخل نبقاو نضحكو و نحكيو مع بعضانا ،نتمسخرو و نجرو وراهم نقولولهم دوك نعدوكم بالكورونا .

الملحق 3: المقابلة كما وردت مع الحالة الثانية (2):

- السلام عليكم
- وعليكم السلام
- معك طالبة في علم النفس العيادي حابة ندير معاك دراسة حالة بخصوص موضوع مذكرة تخرج الماجستير و نتمنى تعاوني و تجاوب على الاسئلة لي راح نطرحها عليك بكل صراحة و صدق و تاكد بلي اجاباتك لغرض بحث علمي و ستبقى سرية .
- معليش مش مشكل

← محور المعلومات الاولية :

- الاسم: ح
- العمر: 31 سنة
- الحالة الاجتماعية : متزوج واب لطفل
- الحالة الاقتصادية : متوسطة
- السكن :بوشقرون
- عدد سنوات الخبرة في العمل: 8 سنوات
- المستوى الدراسي : 3 جامعي تخصص ادارة اعمال
- لماذا اخترت الحماية المدنية ؟ هل كانت عند فكرة عن العمل ؟
- ماكانتش عندي ادنى فكرة عليها كنت نقرا في الجمعة نحوس نكمل المسار الدراسي ، من بعد جاتني فكرة بحكم صحابي كانوا حابين يديو قالولي حظ ما م نتا دوسي حظيت ، هوما منجحوش و انا نجحت .
- أين اجتزت التبرص؟ كم مدته ؟ ماهي سلبياته و ايجابياته؟

- مستغانم ، عام ،سطاج مليح يعلم بزاف حوايج .
- متى توظفت في بسكرة؟

من 2013

- ماهي الوحدات التي عملت بها؟
- الاشهر الاولى 4 شهر هكاك خدمت في وحدة و من بعد فرمات ومن بعد جيت هنا .
- أول تدخل قمت به؟ كيف كانت ردة فعلك اتجاه الموقف؟
- كانت حادث مرور في بومنقوش ، كان كامو من لكبار تقلب ومدام اول تدخل لازم تجيك هيبة بسك

متعرفش كيفاه تبدأ كيفاه دير و لي يكون معاك (رئيس العتاد) هو لي يقلك دير هك و مديرش هك وتقريب الايام الاولى لي تبدأ فيهم تكون ملاحظ برك حتان تهز خبرة .

• هل تعاني من أمراض او مشاكل صحية-جسمية؟ (اذا نعم منذ متى)

لا مكانش الحمد لله ياربي مي الم الظهر هذا كاو باين مكانش عون مايعانيش منو من الثقل و التعب .

• نظام العمل بالنسبة لك وهل تكفيك مدة الراحة؟

تقريب متكفيش ، لانو في قانون الوظيف نورمالمو نخدمو 160 ساعة في الشهر و حنايا نخدمو 24 ساعة ونخدمو 10 ايام في الشهر تسما 240 ساعة تسما زايدين 80 ساعة .و الحمد لله

• كيف تصحوا صباحا وانت مقدم على عمل جديد؟

مع البداية صح تخمم كيفاه راح تفوت 24 ساعة كامل مي دوك والفنا صاي عادي .

• هل تعاني من اضطرابات في النوم؟

في الخدمة مترقدش هنا اذا رقدت ساعة راك مليح .

• هل تشعر بالتوتر عندما يدق جرس الانذار و يكون الذي ينتظر الاسعاف مريض كورونا؟

هيه يجيك توتر سيرتو في الايام الاولى بسك مرض جديد مكش عارفو و اهل الاختصاص معالبالهمش واش هو تخاف بالذراع عليك موحال يقلك واحد منخافش منو .

• ما هي ردت فعلك جراء اسعاف مريض كورونا؟

تسعفوا ولكن في اقصى درجات الاحتياط نتاعك .

• هل تتجنب أفراد أسرتك بسبب ظروف العمل و مختلف التدخلات في ظل هذه الجائحة؟

هيه ، هذاك الوقت كانت مرتي بالحمل كمن كي نلحق للدتر نعيط لماما تحلي لباب ونفوت للدوش ديراكت نحي حوايجي نديرهم في ساشي و نعقم روعي بسك مرتي كانت في مرحلة صعبة شوي .وكان ريسك شوي

• كيف يكون تعاملكم مع المصابين بالفيروس و هل تتجنبون للمس المباشر للمريض من الخوف ؟

سي كايم لي نتعاملو معاهم نديرولهم اوكسوجين ،بسك ديفوا تلقا واحد راقد في الفراش ميقدرش يتحرك خلاص لازم تهزو

• هل تراودك أفكار نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل و لمس سيارة الاسعاف التي كان فيها

مريض كورونا حتى وان قمتم بتعقيمها؟

هيه تتوسوس بزاف

- بعد انتشار هذا الفيروس ، هل زادت نسبة الوقاية (النظافة و غسل اليدين ، المعقم و الكمامة اضافة الى التباعد)؟

هيه من بدات وهما شادين ريتم نتاع التعقيم مي ضك نقصت شوي يعني

- كم كمامة وقفاز ترتدي خلال مدة العمل المقدرة ب 24 ساعة ؟

قفازات ام يمدوك واحد و يقلك ابقا اخدم بيه غير عقموا برك ولي بافات نتا و دراهمك ، وانا كنت ندير 3 ولا 4 في 24 ساعة .

- كيف تتعامل مع المرضى العاديين و الغير مصابين بالفيروس في ظل هذه الجائحة ؟ وهل تتخذون نفس الاجراءات الوقائية مع الافراد المصابين ؟

المرضى العاديين في هذا الوقت نتاع الكورونا ماعدوش يعيطولنا خوفا من الكورونا خطراه سيارات الاسعاف لي يهزو حالات كورونا ، تقريب في القوت هذاك لي نهزوم كل كوفيد .

- هل ترتدي الألبسة الواقية التي تمنحها لكم المصلحة؟

هيه نلبسوا هاذيك لبسة صفرا و لبيوط و ليقون و لي بافات لازم .

- ما هي مختلف الاحتياطات التي تتخذها عند اسعاف المصابين بفيروس كورونا؟

نحاولو كيفاه نتجنبوا الاحتكاك المباشر معاهم و نديرو احطياتانا في اللبسة و لي بافات و كي نروجو نعقمو و خلاص .

- هل تتفقد مواقع التواصل الالكتروني لاجل حالات كوفيد ؟

هيه ديما سيرتو كي عادو يديرو نتاع الولايات نشوفو بسكرة قداه فيها ...زادت نقصت

- كيف تتعامل مع أفراد العائلة وانت مدرك بأنك تعاملت مع حالات كورونا ؟ وهل تقوم بعزل نفسك عندما ينتهي دوامك خوفا من اصابتك بالفيروس و نقله؟

منقدملهمش بزاف ، حتان نعقم روحي و كلشي باه نحكي معاهم و الاكثرية نتعامل مع الام نتاعي لانو مرتي كانت بالحمل .

- هل عانيت من بعض الاعراض المشابهة لاعراض هذا الفيروس كفقدان حاسة الشم ؟

كاينة فترة برك جاتني سخانة و تعبت مي فاتت الحمد لله فاتت خفيفة .

- هل يراودك قلق دائم من الاصابة بهذا الفيروس ؟

هيه في الوقت هذاك تكون خايف صح من انو تتعدا بهذا الفيروس . و سيرتو كيعدوا الطبة معالابالمش كيفاه يتعاملوا مع هاذ الفيروس ولا كيفاه يعالجوه تسما ريسك .

- كيف تقلل الضغط الناتج عن تعاملك مع حالات كورونا ؟

تقريبا لازم متعيشش لهاذ الضغط لازم تخرج من الخدمة تتناسا هاذ الحالة و تحاول انو متخمش فيها باه متتعيش

الملحق 4: المقابلة كما وردت مع الحالة 3

- السلام عليكم

- وعليكم السلام

- معك طالبة في علم النفس العيادي حابة ندير معاك دراسة حالة بخصوص موضوع مذكرة تخرج الماجستير و نتمنى تعاوني و تجاوب على الاسئلة لي راح نطرحها عليك بكل صراحة و صدق و تاكد بلي اجاباتك لغرض بحث علمي و ستبقى سرية .

- معليش تفضلي

← محور المعلومات الاولية :

• الاسم:م

• العمر :26 سنة

• الحالة الاجتماعية :متزوج

• الحالة الاقتصادية : متوسط

• السكن : سيدي عقبة

• عدد سنوات الخبرة في العمل : 5سنوات و اشهر

• المستوى الدراسي : ليسانس في الحقوق

• لماذا اخترت الحماية المدنية ؟ هل كانت عند فكرة عن العمل ؟

كانت عندي فكرة صغيرة خلاص عليها ومن بعد كي دخلت عجبتي و شتيتها والحمد لله يا ربي .

• أين اجتزت التبرص؟ كم مدته؟ ماهي سلبياته و ايجابياته؟

في عين الدفلة ، عام ، من ايجابياتوا انو تعرقنا مليح على الحماية المدنية عرفنا الخدمة و المهام لي

علينا ،سلبياتو (ضحك) واش حا نقولك مثلا البعد و التزيار .

• متى توظفت في بسكرة؟

منذ 2016

• ماهي الوحدات التي عملت بها؟

خدمت غير في هاذ الوحدة

• أول تدخل قمت به؟ كيف كانت ردة فعلك اتجاه الموقف؟

اكسيدون ،فيها زوج موتا و هذاك الوقت مرقدتش 3 ايام من الشوك وكلما نرقد تجيني هاذيك الحادثة

ونفكرها

- هل تعاني من أمراض او مشاكل صحية-جسمية؟ (اذا نعم منذ متى)

الحمد لله مكانش

- نظام العمل بالنسبة لك وهل تكفيك مدة الراحة؟

في الكورونا مساعدناش طول فانت علينا بيبرودا ميعلم بينا غير ربي تسما يومين هاذوك تقوتهم كل رقاد تقريب من التعب

- كيف تصحوا صباحا وانت مقدم على عمل جديد؟

هي الارادة و ربي وفقنا مع البديهة كانت شوي مخاوف الحق مام في الدار بعد ومن بعد الحمد لله ياربي تأقلمنا معاها نكوراجيو بعضانا .

- هل تعاني من اضطرابات في النوم؟

هيه كايئة ، تقريب ميجيكش الرقاد (ارق) .من تعب ياسر

- هل تشعر بالتوتر عندما يدق جرس الانذار و يكون الذي ينتظر الاسعاف مريض كورونا؟

في البريود لولة نتاع الكوفيد كان يجينا توتر صح بسك كنا خايفين لدرجة متصوريهاش سيرتو كي عاد الفيروس هاذو معلابالناش كيفاه مداير وكان عندنا حتى معلومة اصلا و من بعد بشوي والفنا الحمد لله . والحالات نقصت .

- ما هي ردت فلك جراء اسعاف مريض كورونا ؟

باينة تكون شوي خايف منو

- هل تتجنب أفراد أسرتك بسبب ظروف العمل و مختلف التدخلات في ظل هذه الجائحة؟

هيه كنت نتجنب ياسر ، قبل الكورونا كنت كي نروح لازم نسلم على الوالدة ونفطر معاها ونقصرو

نجيب الصبحية معاها ، مي في الكوفيد راحت هاذو الحوايج خلاص من الخوف عليها

- كيف يكون تعاملكم مع المصابين بالفيروس و هل تتجنبون اللمس المباشر للمريض من الخوف ؟

هي كايين حالات تتجنب انك متقيسهمش طول وكايين حالات لازم عليك تقيس لانو ميقدر يدير والو قادر يكون داخ و لا تعبان صح .

- هل تراودك أفكار نتيجة الخوف من العدوى جراء العمل و لمس سيارة الاسعاف التي كان فيها

مريض كورونا حتى وان قمتم بتعقيمها؟

هيه تجيك افكار ، لازم تتوسوس(ضحك) باه تدير احتياطاتك هي كل خرجة تتعقم سيارة الاسعاف مي تبقا هايب منها .

- بعد انتشار هذا الفيروس ، هل زادت نسبة الوقاية (النظافة و غسل اليدين ، المعقم و الكمامة اضافة الى التباعد)؟

هيه زادت النسبة و تعلمنا ياسر حوايج ، كيما غسل اليدين بطريقة صحيحة و مكانش تجمعات بزاف الماء كل واحد يشرب من الماء نتاعة القهوة ثاني ترتبت شوي الامور .

- كم كمامة وقفاز ترتدي خلال مدة العمل المقدر ب 24 ساعة ؟

مع البدية بعد الحق كنت نلبس زوج هكاك و كي زادت الحالة تحتم عليك تشري كثير على حساب ميزانية العون 4 ولا خمسة . وقفاز يمدولنا هوما ونعقموه .

- كيف تتعامل مع المرضى العاديين و الغير مصابين بالفيروس في ظل هذه الجائحة ؟ وهل تتخذون نفس الاجراءات الوقائية مع الافراد المصابين ؟

مش كيف كيف المريض العادي نفسيا راح تخدم معاه مرتاح مي وقت ما زادو حالات الكورونا ولينا كامل نعاملو فيهم على اساس انهم مرضى بالكوفيد تسما تتعامل معاه بحذر .وهذاك لي عندو اعراض ولا حاجة او عندو تعامل خاص وحدو .

- هل ترتدي الألبسة الواقية التي تمنحها لكم المصلحة؟

هيه لازم

- ما هي مختلف الاحتياطات التي تتخذها عند اسعاف المصابين بفيروس كورونا؟

لازم تتجنب الاحتكاك المباشر معاه ، مثلا تكون تهدر معاه تبعد عليه و تلبس اللبسة الخاصة نتاعك و لبيافات والقفازات .

- هل تتفقد مواقع التواصل الالكتروني لاجل حالات كورونا ؟

لا جامي مي نسمع من عند الجماعة برك اذا طلعت و لا هبطت الحالات .

- كيف تتعامل مع أفراد العائلة وانت مدرك بأنك تعاملت مع حالات كورونا ؟ وهل تقوم بعزل نفسك

عندما ينتهي دوامك خوفا من اصابتك بالفيروس و نقله؟

في بريودا لولة غير ماما لي تهز هي لي تحط وهي لي كانت تتهلا و كنت نتجنبهم و نريح بعيد عليهم منخالطهمش ياسر الحق ديما ديما نبقا وحدي و هوما ثاني كانوا متخوفين في البريود لولة ميدوروش بيا طول ، التسلام نقص

- هل عانيت من بعض الاعراض المشابهة لاعراض هذا الفيروس كفقدان حاسة الشم ؟

لا الحمد لله ما حسيتش بحتى اعراض

- هل يراودك قلق دائم من الاصابة بهذا الفيروس ؟

في لبريود لولة هيه تقلق شوي كنا متخوفين ومن شوي كوراجينا بعضانا و دوكا الحمد لله و الحاجة لي كتبهالنا ربي مرحبا بيها .

- كيف تقلل الضغط الناتج عن تعاملك مع حالات كورونا؟

انا هاذ الفيروس نخرج من الخدمة صاي منحطوش في بالي راح نتعامل عادي كيما الناس ندير بافات و منصافحش ناس و كلش و نلهي روحي كشما نلعب كشما ندير باه منلتاش بيه

تعلية المقياس:

فيما يلي مجموعة من العبارات، ارجو منك أن تقرأ كلا منها و تفهمها جيدا ، فاذا رأيت أن العبارة تتفق مع وجهة نظرك ضع العلامة (X) في الخانة امام الاجابة الاكثر ملائمة ، مع العلم انه لا توجد اجابة صحيحة و اخرى خاطئة.

- أرجو ان تتأكد انك وضعت العلامة في كل مرة أمام رقم العبارة نفسها التي سبق ان قررتها.

• بنود المقياس :

رقم	البنود	بدائل الاجابة		
1	غالبا ما أشعر بالانزعاج دون سبب واضح	لا	نعم	لا
2	أشعر بخوف لا مبرر له عندما أكون في مكان مغلق	لا	نعم	لا
3	يمكن ان أقول عن نفسي بأني حريص أكثر مما ينبغي	لا	نعم	لا
4	أعاني من الدوار و أحيانا أشعر بضيق التنفس	كثيرا	أحيانا	مطلقا
5	أفكر بنفس السرعة التي اعتدت أن أفكر بها سابقا	لا	نعم	لا
6	أتأثر بأراء الآخرين بسهولة	لا	نعم	لا
7	شعرت مرة انه قد يغمى علي	كثيرا	أحيانا	مطلقا
8	يصيبني الخوف من احتمال ان اصاب بمرض لا علاج له	لا	نعم	لا
9	اعتقد ان النظافة من الايمان	لا	نعم	لا
10	اعاني من سوء الهضم او اللاستقرغ	لا	نعم	لا
11	اشعر بان الحياة متعبة جدا	كثيرا	أحيانا	مطلقا
12	اذكر بانني تمتعت بقمص دور من الادوار في السابق	لا	نعم	لا
13	احس بالضيق و عدم الارتياح	كثيرا	أحيانا	مطلقا
14	اشعر بالامان عندما اكون في البيت او مكان مغلق على عكس ما اكون في الحديقة او الشارع	كثيرا	أحيانا	مطلقا
15	تراودني افكار سخيفة و غير منطقية غالبا	كثيرا	أحيانا	مطلقا
16	اشعر بوخزات أو تشنجات في جسدي او في اطرافي	كثيرا	أحيانا	مطلقا
17	انسى كثيرا من سلوكي السابق	لا	نعم	لا
18	انا عادة انسان عاطفي بدرجة كبيرة	لا	نعم	لا
19	أشعر بالفراغ الشديد في بعض الاحيان	لا	نعم	لا
20	أشعر بالضيق عندما أنتقل في الحافلة او القطار حتى عندما تكون اوساط النقل غير مزدحمة التنفس	كثيرا	أحيانا	مطلقا

لا	نعم	21	اكون في قمة سعادتي عندما ازول عملي	
لا	نعم	22	صرت مؤخرا أشعر بفقدان الشهية	
لا	نعم	23	استيقظ مبكرا في الصباح	
لا	نعم	24	يعجبني ان اكون محط الانظار	
مطلقا	أحيانا	كثيرا	25	انا انسان كثير القلق دائما
لا	نعم	26	اكره الخروج لوحدي	
لا	نعم	27	انا من النوع الذي يحب الكمال في كل شيء	
مطلقا	أحيانا	كثيرا	28	أشعر بالتعب و الاعياء بلا سبب
مطلقا	أحيانا	كثيرا	29	تمر بي فترات طويلة من الملل و لاكتئاب
مطلقا	أحيانا	كثيرا	30	اجد اني انتهز الفرص لتحقيق أغراضي الشخصية
لا	نعم	31	أشعر بالانقباض عندما اكون في الاماكن المغلقة	
لا	نعم	32	أقلق دون سبب عندما يتاخر قريب لي بالعودة الى البيت	
لا	نعم	33	اتحقق من الأشياء التي انجزها بدرجة مبالغ فيها	
لا	نعم	34	أستطيع ان اذهب الى الفراش في هذه اللحظة	
لا	نعم	35	ابدل جهدا استثنائيا في مواجهة الازمات و الصعوبات	
لا	نعم	36	انفق كثيرا على ملابسي	
لا	نعم	37	راودني يوما ما شعور بانني على وشك الانهيار	
لا	نعم	38	اخاف من الاماكن العالية	
مطلقا	أحيانا	كثيرا	39	يضايقني اختلاف حياتي عن سيرها المألوف
لا	نعم	40	اعاني كثيرا من تصبب العرق او خفقان القلب	
مطلقا	أحيانا	كثيرا	41	اجد اني بحاجة للبكاء
لا	نعم	42	تستهويني المواقف الدرامية (التي تحمل انفعالات كثيرة)	
مطلقا	أحيانا	كثيرا	43	تراودني كوابيس مزعجة تجعلني اشعر بالضيق عندما استيقظ
مطلقا	أحيانا	كثيرا	44	اشعر بالفراغ عندما اكون بين حشد من الناس
مطلقا	أحيانا	كثيرا	45	اجد نفسي قلقا دون مبرر من اشياء لا تستحق القلق
ازدادت	كما هي	أقل	46	لقد حدث تغير في اهتماماتي الجنسية اصبحت
لا	نعم	47	فقدت قابليتي للتعاطف مع الاخرين	
لا	نعم	48	اجد انني احيانا اتداعى و اتظاهر	

الملحق 6: الترخيص بإجراء تربية ميدانية

UNIVERSITÉ DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE
SITE Med KHIDER BISKRA
FACULTÉ DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES
Département : Sciences Sociales

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر بسكرة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية
شعبة علم النفس

إلى السيد: سيد العصابية المدينية
لوحيا بلسكرة

الموضوع: ترخيص بزيارة ميدانية

نتقدم إلى سيادتكم المحترمة بهذه الرسالة المتضمنة الموافقة على إجراء بحث حول:

حسب مستوى البصحة النفسية لدى أعوان الحامية المدينية في ظل
جائحة كوفيد 19

وذلك ابتداء من 10.05.2021 إلى غاية 25.06.2021

للطلبة الآتية أسماؤهم:

1. أصبية بن دايدة
2.
3.
4.
5.

تقبلوا منا فائق التقدير والاحترام.

اسم ولقب وإمضاء الأستاذ المشرف
خلية حليج

بسكرة في:

إمضاء مسؤول الشعبة

عبد الحميد المدينية
العقيد حريز حنق لقرع

