

## فيروس كورونا COVID - 19 ومستوى الهلع لدى عينة من أبناء المجتمع الليبي مدينة طرابلس 2020. المصطفين أمام المصارف الأربعة الكبرى

د. عمر الشكري خليفة

هدف هذا البحث التعرف على القياس بين مستوى الهلع من فيروس كورونا COVID-19 لدى عينة من أبناء المجتمع الليبي داخل مدينة طرابلس المصطفين أمام المصارف الأربعة الكبرى (الجمهورية، التجاري، الصحاري، الأمان). وذلك من خلال الاعتماد على مقياس اضطراب الهلع COVID-19 - الأكاديمية العربية للتدريب - . حيث تم اختيار عينة عشوائية قوامها 40 فرد ذكور وإناث تراوحت أعمارهم ما بين 20-70 سنة، حرص الباحث على أن يكونوا ممثلين بالتساوي لزيائن المصارف الأربعة (الجمهورية، التجاري، الصحاري، الأمان). وبواقع 10 أفراد ضمن كل عنقود. حيث كانت فريضة البحث مبنية على انخفاض مستوى الهلع لدى أفراد العينة عند مستوى دلالة 0.000، الأمر الذي أكدته نتائج البحث والتي أظهرت قيمة المتوسط الحسابي لمستوى الهلع 45.48 بانحراف معياري 37.525، ولاختبار معنوية (دلالة) المتوسط الحسابي لمستوى الهلع استخدم الباحثة اختبار T Test للعينات الواحدة حيث سجلت قيمة إحصاء الاختبار - 9.780 بدلالة إحصائية 0.000 وحيث ان هذه القيمة أصغر من مستوى المعنوية 0.05 ما يشير إلى أن مجتمع الدراسة الذي سحبت منه هذه العينة ليس لديهم حالة من الهلع.

### المقدمة:

50 دولة أخرى حول العالم كان أخرها ولاية كاليفورنيا الأمريكية؛ متجاوزا الإجراءات الاحترازية -الكثيرة- التي فرضتها جميع دول العالم على مواطنيها والوافدين إليها - والتي سنتعرض لها خلال مسيرتنا في هذا البحث- . وعلى الرغم من النجاح الذي حققته الشركات العالمية لصنع الأدوية في إنتاج لقاح مضاد لهذا الفيروس على غرار شركة فايزر ومودرنا وجنسن الأمريكية، وشركة سبوتنيك الروسية، وشركة استرازينيكا أوكسفورد البريطانية؛ والذي أوصى خبراء منظمة الصحة العالمية باستخدام لقاحها لمن هم فوق 65 عام، حيث زاد عدد اللقاحات المنتجة المستخدمة ومن تحصلت على موافقة الاستخدام لما يزيد عن 20 لقاح.

(نشرة الأخبار، قناة بي بي سي العربية  
12/2/2012 م.)

يعيش العالم منذ ديسمبر 2019 م حالة من الفزع والقلق والخوف والتغير والاجتماعي والركوض الاقتصادي والاضطراب النفسي والتخبط الصحي والضعف العلاجي، نتيجة لانتشار فايروس كورونا Coved-19 الذي ظهر لأول مرة في مدينة ووهان الصينية لينتشر بشكل سريع ومخيف الى جميع دول العالم والذي وقف عاجزا أمام سرعة انتشار هذا الفيروس الفتاك الذي حصد أرواح الكثيرين حيث تشير الإحصائيات إلى أن عدد المصابين بالفايروس حول العالم قد بلغ 242.5 مليون حالة (الشريط الإخباري قناة 24 الفرنسية) 2021/10/22 م ، ومازال العالم يجابه هذا الفيروس الخطير الذي المتحور وخاصة بعد ظهور سلالة جديدة متحورة في دولة جنوب أفريقيا وانتقلت إلى دولة بريطانيا ومنها إلى

إلا أن اللقاح لم يدخل البلاد إلى تاريخ هذا اليوم 2021/2/7.

(المركز الوطني لمكافحة الأمراض). وعلى الرغم من الإجراءات الاحترازية والقانونية التي فرضتها الدولة الليبية، إلا أن المنظومة اللاقانونية الفوضوية التي عاش عليها الليبيون لما يزيد عن اثني وأربعين عام 42، شكلت حاجزا منيعا أمام احترام الليبيين إلى هذه الإجراءات والقوانين الاستثنائية والتقييد والالتزام التام بتطبيقها والحرص على تنفيذها؛ كارتداء الكمامة والالتزام بالمسافة الصحية للتباعد الاجتماعي ومنع التجمعات وإقبال الأسواق الكبيرة والمنتزهات والمطاعم والمقاهي ودور السينما وأماكن ممارسة الرياضة وغلق صالات المناسبات الاجتماعية، وإرشاد الأفراد إلى إقامة الأفراح وحالات الوفاة على أضييق نطاق ممكن. وفرض ساعات حظر طويلة وقفل المدارس والجامعات وفرض قانون العمل بنسبة 10 % من الموظفين. هذا بالإضافة إلى فرض غرامة مالية قدرها 50 دينار ليبي على كل من لا يلتزم بارتداء الكمامة في الأماكن العامة والإدارية التابعة لمؤسسات الدولة. وتجدر الإشارة إلى أن الليبيون لم يمتثلوا للقوانين ولم ينصاعوا إلى الإجراءات المجابهة للفيروس المستجد، بل أن الكثيرين منهم - وخاصة في بداية ظهور الفيروس - كانوا ينكرون وبشدة وجود الفيروس ويعتقد البعض منهم بأنه أعبوة وكذبة لا يجب تصديقها، وحرصوا على إخفاء سبب الوفاة عندما يكون بالفيروس؛ معتمدين في ذلك على التسليم بالأقدار والأيمان بالقضاء الإلهي وأن لن يصيبنا إلا ما كتب الله لنا متجاهلين في ذلك توجيهات الدين الإسلامي في الحفاظ على الحياة والأخذ بالأسباب واتباع السبل واتقاء الشبهات وتجنب المهالك. ولعل الاتهامات التي وجهتها منظمة الصحة العالمية للدولة الليبية حول عدم

وتجدر الإشارة هنا إلى التأخر في إنتاج اللقاح المضاد للفيروس المستجد والتباطؤ في توزيع اللقاح على كل دول العالم أذ نالت الدول الكبرى نصيب الأسد، بعد أن استحوذت على 60% من نسبة اللقاح الموجود الآن في الأسواق العالمية أو ما بات يسمى (قومية اللقاح)، و40% المتبقية من المعروض تتقاسمها باقي دول العالم؛ وقليلة هي الدول التي بدأت فعليا في توزيع اللقاح على مواطنيها مثل بريطانيا التي كانت الأولى من بين دول العالم في تلقيح مواطنيها، وأمريكا وروسيا وألمانيا والجزائر والكويت والسعودية ومصر والمغرب والأردن؛ إلا أن هذا الفيروس مازال مستمرا في الانتشار والفتك بأرواح الكثيرين خاصة الآن بعد ظهور الموجة الثانية منه في أغلب دول العالم خلال شتاء 2021 م. حيث بلغت نسبة المتلقين للقاح حول العالم 16%. حتى الآن.

(قناة العربية، نشرة الصباح، 2012/2/13 م.)

ومن الأهمية بمكان الإشارة إلى أن دول كبرى مثل أمريكا والصين وإيطاليا وإسبانيا وألمانيا وفرنسا، كانت من بين الدول الأكثر تضررا من حيث عدد المصابين بالفيروس وعدد الموتى الذين بلغ عددهم 5159625 مليون حالة وفاة منها 700000 حالة في الولايات المتحدة الأمريكية وحدها. (الشريط الإخباري قناة 24 الفرنسية 2021/10/22 م.)

وتجدر الإشارة إلى صندوق (كوفاكس) العالمي للقاحات والذي وصلت القيمة المالية لدعمه 7.5 مليار يورو بعد اقتناع العالم أن الفيروس لا يمكن أن ينتهي إلا بعد تلقيح جميع سكان العالم حيث يتم توزيع اللقاح المضاد للفيروس إلى الدول الفقيرة مجانا عبر هذا الصندوق. وقد تعاقدت الدولة على شراء 2.8 مليون لقاح ضد فيروس كورونا

قناة السعودية- برنامج... والذي يعتبر ضربة قاسية أضعفت العالم.

وكنتيجة طبيعية للوقاية من هذا الفيروس ومجابهته فرض العالم على سكانه حزمة من الإجراءات الاحترازية للوقاية والحد من انتشار الفيروس وضرورة الالتزام باتباع الإجراءات والتقيد بتنفيذها وفرض غرامات مالية على المخالفين لها، وليس بعيدا من ذلك حددت الحكومة الليبية (حكومة الوفاق الوطني) حدو دول العالم من منع للتجول وفرض للحجر المنزلي وإغلاق المساجد والمدارس والأسواق التجارية وتضييق العمل داخل المؤسسات الحكومية وتقليص ساعات العمل وعدد العاملين وفرض العقوبات المالية على المخالفين - وما أكثرهم- فقد سلك الليبيون نهجا مغايرا - لما كان يحدث في دول العالم - حيث التسبب وعدم الالتزام بالإجراءات الاحترازية وعدم احترام للقوانين وغياب الانضباط الفردي والشعور بالمسؤولية المجتمعية متكلين في ذلك على الأيمان بالقضاء والقدر، ومن هنا جاءت صياغة مشكلة البحث على النحو الاتي: فيروس كورونا COVID - 19 و مستوى الهلع لدى عينة من أبناء المجتمع الليبي مدينة طرابلس 2020-2021م ولمزيد من توضيح المشكلة وضع الباحث التساؤل الاتي:

ما مدى تأثير فيروس كورونا كوفيد-19 المستجد على مستوى الهلع لدى عينة من أبناء المجتمع الليبي مدينة طرابلس المصطفين أمام المصارف الأربعة الكبرى.

أهمية البحث:

إن ما خلفته جائحة كورونا من أضرار نفسية واجتماعية على المجتمع الليبي، تحتم علينا تسليط الضوء وإجراء الدراسات العلمية حول أثارها على جميع شرائح المجتمع، للوقوف على المشكلة وتقديم الحلول الممكنة لمعالجة هذه الآثار التي من

الكشف عن الأرقام الحقيقية للمصابين بالفيروس وكذلك عدد الذين فقدوا حياتهم بسبب الفيروس، مؤشرا واضحا على مدى انتشار الفيروس داخل المجتمع الليبي. وسنعمل في هذا البحث على قياس مستوى الهلع من كورونا COVID-19 لدى عينة من أبناء المجتمع الليبي داخل مدينة طرابلس وسوف نعتمد بشكل مباشر على الوسائط السمعية والبصرية لاستقاء الأخبار والمعلومات وذلك لمعاصرة الجائحة وسهولة الحصول على المعلومات والإحصائيات وصعوبة الحصول على المصادر الورقية.

مشكلة البحث:

لا يخفى على أحد ما أحدثه ظهور الفيروس المستجد كورونا COVID-19 من خوف وهلع وتوتر واضطراب وتعطيل الحياة العامة والخاصة وارتفاع عدد الإصابات حيث بلغ عدد الموتى - حتى اليوم- 5.159625 مليون حالة وفاة وتجاوز عدد الإصابات أكثر من بلغ 242.5 مليون حالة مصابة حول العالم ((الشريط الإخباري قناة 24 الفرنسية) 2021/10/22م). بالإضافة إلى توقف الحياة الاجتماعية وفرض الحجر المنزلي لشهور طويلة ومنع إقامة المناسبات والحفلات والأعراس وكافة الأنشطة الاجتماعية بما في ذلك منع السفر والتنقل بين البلدان وتوقف حركة النقل وإغلاق الحدود بين البلدان بل حتى بين المدن داخل البلد الواحد، هذا بالإضافة إلى إغلاق دور العبادة والمساجد وتوقف الحج والعمرة. وقد انعكس ذلك بدرجة كبيرة على الحركة الاقتصادية والنشاط التجاري في مختلف بلدان العالم خاصة الدول الكبرى منها مثل (أمريكا- الصين) ما أدى إلى انكماش الاقتصاد العالمي بنسبة 11% من الكتلة المالية المقدرة بـ880 تريليون دولار

**الهلع إجرائيا:** خفقان القلب، أو تسارع نبضات القلب والتعرق والارتعاش، والشعور بضيق في التنفس. والشعور بألم أو عدم ارتياح في الصدر والغثيان والشعور بالدوار أو عدم الاستقرار. بالإضافة إلى الانفصال عن الواقع، أو الانفصال عن النفس والشخصية وفقدان السيطرة أو الجنون.

**3. فيروس كورونا COVID-19:** مرض فيروس كورونا (كوفيد-19) هو مرض معدٍ يسببه فيروس كورونا مكتشف حديثاً وهو فيروس حيواني المصدر ينتقل إلى البشر. (الموقع الرسمي لمنظمة الصحة العالمية).

• **أجرائيا:** يعاني معظم الأشخاص الذين يصابون بفيروس كوفيد-19 من اعتلالات تنفسية مثل صعوبة التنفس وضيق النفس وضغط في الصدر وفقدان القدرة على النطق والحركة، وظهور الحمى والسعال الجاف والشعور بالإرهاق وأوجاع وآلام واحتقان الحلق وإسهال وصداع وأوجاع وآلام.

**الفروض:** لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) بين مستوى الهلع من فيروس كورونا المستجد وأصحاب العينة.

#### الإطار النظري:

#### نشأة كورونا والعالم: البداية من الصين:

في 26 ديسمبر 2019 م تم التأكد من ظهور أول حالة مصابة بالفيروس في مدينة ووهان الصينية التي كان سكانها 11 مليون نسمة يعيشون حياتهم بشكل طبيعي ولا يدرون بأنهم ينشرون الفيروس الذي اعتقدوا في البداية انه نفس فيروس سارز وانتشرت الشائعات حول الفيروس الجديد وتفشي الفيروس في الصين واشتعلت منصات التواصل الاجتماعي بالشائعات مع امتناع الحكومة الصينية عن تقديم أية معلومات، إلا أن الأخبار انتشرت وحملت في طياتها إصابة العديد من الأشخاص بالتهابات رئوية

شأنها أن تسبب ضرراً طويلاً الأمد على المجتمع خاصة فيما يتعلق بالتباعد الاجتماعي وما سيتركه من أثار اجتماعية بين الأفراد ومدى تعودهم على استخدام منصات التواصل الاجتماعي كبديل عن العلاقات الاجتماعية المباشرة، ناهيك عن الأثار النفسية من شعور بالوحدة وفقدان لطعمة الحياة ولذة العيش. والتغلب على المحن وتجاوز الصعوبات والمرور بسلام من الأزمات والمحافظة على بقاء الرغبة في الاستمرار في العيش ضمن جماعات. ويأمل الباحث أن يكون هذا البحث بداية لمزيد من الدراسات المتعلقة بموضوع البحث وأن يساعد هذا البحث المختصين والمهتمين في القيام بتلك الدراسات. وان يقدم بالإضافة المطلوبة حول هذا الفيروس القاتل.

#### أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى قياس مستوى الهلع من فيروس كورونا المستجد COVID 19- لدى عينة أبناء المجتمع الليبي داخل العاصمة طرابلس المصطفين أمام المصارف الأربعة الكبرى (الجمهورية، التجاري، الصحاري، الأمان).

#### مصطلحات البحث:

**1. الخوف:** "هو شعور ينتج عن خطر حقيقي أو متوقع يدركه العقل الواعي يثير في النفس انفعالات الاضطراب والقلق، وقد قام تشارلز دارون Darwin في عام 1896 وصفا للخوف الذي يؤدي إلى حالة من الفزع Terror وما يصاحبه من أثار جسدية مثل خفقان القلب والشحوب وعلامات الدهشة" (الشربيني، 2001، 127).

**2. الهلع: (الفزع):** "عبارة عن نوبات من القلق الشديد المصحوب بأعراض جسمية تتجلى بشدة مثل سرعة خفقان القلب أو ألم في الصدر، وتحدث دون إنذار أو سبب واضح" (النوايسة والقطاونة، 2011:194).

2020 بوجود الفيروس تم نشر التسلسل الجيني للفيروس في الحادي عشر من يناير من قبل العلماء. كان العالم جانك الصيني على راسهم في مخالفة لأوامر الحكومة. وعلى الرغم من وصول الحالات إلى الألاف وبلوغ عدد المصابين يوميا بالمئات وبدا الناس يموتون ما زالت الحكومة الصينية تتحفظ وترفض نشر المعلومات الطبية والإحصاءات الحقيقية لعدد المرضى. وظهر تقرير طبي نشر في صحيفة طبية بلندن ما بين 14-17 يناير، حيث كان التقرير ينذر بظهور وباء عالمي. وفي بكين بدأت الحكومة سرا في إصدار أوامرها بالتعامل بجدية مع الفيروس وان تتأهب لاحتمال انتشار الوباء والذي يعتبر أكبر تحدي للحكومة الصينية تزامنا مع عطلة الربيع ما يعني انتشار الفيروس بشكل واسع. وكشفت الوثائق أن الحكومة الصينية بدأت قلقة جدا في 14 /12/ 2019 م من تفشي الفيروس لكنها لم تخبر العالم ولم تتعاون مع منظمة الصحة العالمية، في الوقت الذي انتشر الفيروس في بكين وشنغهاي وشيشنغ أكبر المدن الصينية، مع عدم فرض الحكومة الصينية أي إجراءات وقائية. وبعد مرور 7 أسابيع على تفشي الفيروس اعترفت الصين بوجوده بشكل رسمي، وفي العاشرة صباحا من يوم 2020/1/23 أعطت الحكومة الصينية الأوامر بإغلاق مدينة ووهان وأصدرت الأوامر لسكان المدينة البالغ عددهم 11 مليون بالبقاء داخل منازلهم في حين شهدت المستشفيات سيلا من الإصابات حيث استقبل أكبر مستشفى بالمدينة 1004 حالة وفاة في يوم واحد. (قناة بي بي سي العربية - وثائقي 2021/3/1)، وفي 20 يناير أصبح على كل دول العالم أن تكون في حالة طواري قصوى لان الوضع في الصين خرج عن السيطرة، وان الدرس المستفاد من 2020 - COVID-19 م يكمن في أهمية الإنذار المبكر وتبادل المعلومات والشفافية

حادة وضيق في التنفس وسرعة في انتقال العدوى. ووجدت الحكومة الصينية نفسها مجبرة بالاعتراف بوجود الفيروس مع بداية العام الجديد 2020 م وحاولت تطمين الشعب بان الفيروس لا يصيب البشر، إلا أن كبار المسؤولين الصينيين بدأوا يشعرون بالخطر القادم من سوق الحيوانات بمدينة ووهان. خاصة وان القانون الدولي يجبر الدول في مثل هذه الحالات بإعلام منظمة الصحة العالمية خلال 24 ساعة. وبعد يومين طالبت منظمة الصحة العالمية من الصين بحقيقة ما يجري، إلا أن الصين كانت لا تريد تدخلات خارجية في محاولة لمعالجة الأمر لوحدها وأعلنت أن هناك 44 حالة مصابة بشي مجهول. إلا أن اسوشيتد برس قامت باللائم. وتزايدت المخاوف وانتقل فريق من منظمة الصحة الوطنية الصينية إلى مدينة ووهان وتحصلوا في 2020/1/5 على التسلسل الجيني الكامل للفيروس الذي اظهر تشابه كبيرا بينه وبين فايروس سارس ما يعني أنه ينتقل للبشر. إلا أن الحكومة الصينية أصدرت التعليمات للمراكز البحثية بعدم نشر أية معلومات. في الوقت الذي أصبحت مستشفيات ووهان مكتظة بالمرضى وذلك خلال العشرة الأيام الأولى من شهر يناير. حيث بدا الأطباء والمرضى يمرضون في إشارة لانتقال المرض بين البشر، واقتنعت الصين أن هناك خطر حقيقي. وفي 2020/1/6 م حدثت عدة اجتماعات في ووهان وفي اليوم الذي يليه أعلن الزعيم الصيني بإصابة كبار من مسؤوليه بالفيروس.

وتحركات وسائل الإعلام وأصبحت الأخبار تنتشر بشكل سريع حول العالم حيث تتلقى الدول ومنظمة الصحة العالمية الأخبار منها تزامنا مع رفض الصين تقديم بيانات حقيقية بشكل علني إلا أنها تعاملت مع بعض الدول بسرية حول الفيروس. وبعد تأكيد الحكومة الصينية في الخامس من يناير

الشركات في إنتاج عدد من اللقاحات بلغت حتى الآن 71 لقاح منتج، تحصلت ستة (6) منها فقط على أذونات الاستخدام كان من بينها لقاح فايزر ومودرنا الأمريكيين، وبيونتيك الألماني، واسترازينيكا البريطاني، وسينوفاك الصيني، وسبوتنيك الروسي؛ إذ بلغت كمية الطلبات المؤكدة عليها من مختلف البلدان 8.2 مليار لقاح و6.5 طلب لقاح قيد التفاوض وقد بلغت وثيرة التلقيح إلى 310 مليون جرعة في العالم حتى الآن، بواقع 13.8% لأمريكا الشمالية و8.2% لأوروبا و3.7% لأمريكا الجنوبية و1.9% لقارة آسيا و0.3% لقارة أفريقيا ( قناة الجزيرة الفضائية، نشرة الأخبار، 10/3/2021م) الأمر الذي اذا تمعنا فيه أظهر لنا فجوة كبيرة بين دول العالم، إذ تشير التقارير الأولية لمنظمة الصحة العالمية بأن فقراء العالم سيتحصلون على 2 مليار جرعة بنهاية 2021 م. وقد كانت طلبيات البلدان على النحو التالي:

بين العلماء هو ما يحتاجه العالم لمواجهة الفيروس COVID-19 المستجد. إلا أن هناك دراسات حديثة أجريت في إيطاليا أظهرت أن الفيروس كان موجودا داخل دولة إيطاليا قبل ظهوره في دولة الصين.. (قناة DW العربية، نشرة التاسعة مساء). ألا أن الجدل ما زال مستمرا بين منظمة الصحة العالمية وبعض الدول حول تحديد مكان نشأة الفيروس حتى اليوم.

### العلاج:

في الحادي عشر من مارس 2020 م أعلنت منظمة الصحة العالمية أن العالم يواجه وباء عالميا وأن العالم ليس لديه لقاحات مضادة للفيروس، وأن الوقت المتوقع لإنتاج اللقاحات المضادة لهذا الوباء سيكون شهورا إن لم يكن لسنين. وانطلقت الشركات العالمية للأدوية في رحلة التسابق لإنتاج لقاح فعال له القدرة على إيقاف تمدد الفيروس - سريع الانتشار- وفعلا وربما بشكل مفاجئ للعالم ومنظّماته الصحية، نجحت العديد من



المصدر: قناة الجزيرة الفضائية بتصريف الباحث

الإنجليزي الذي يعتبر لقاح غير ربحي ومنخفض الثمن مقارنة لغيره من اللقاحات الأخرى، حيث وجهت للقاح اتهامات بتسببه بتجلطات دموية لبعض من استخدموه إلا أن الشركة المنتجة ردت ببطلان وتفنيد هذه

ويوم الثلاثاء الموافق 2021/3/2 م أعلنت شركة فايزر الأمريكية وبيونتيك الألمانية أن لقاح فايزر يقلل خطر العدوى بعد تلقي الجرعة الأولى من اللقاح. ومازال الجدل مستمرا حول لقاح استرازينيكا

ويعتمد اختبار الأجسام المضادة على البحث عن إشارات من الجهاز المناعي باستخدام قطرة دم توضع على جهاز الفحص. وحتى الآن، لم يثبت أن اختبار الأجسام المضادة يمكن الاعتماد عليه بشكل كامل، وقد تم اختبار 15 من أجهزة اختبارات الأجسام المضادة الواعدة، لكن أيا منها لم يكن جيدا بما فيه الكفاية حيث يتم استغلال المواطنين بفحوصات سريعة ولكنها غير دقيقة في المختبرات الخاصة، إذ يتم شراء كروت الفحص بثمن زهيد وعمل فحوصات عن طريق الدم بثمن باهض، و"نتائج غير دقيقة" في استغلال واضح للأزمات الصحية في بلادنا، لذلك نحن مع نشر الوعي والمعلومة الصحيحة لكل المواطنين، ونرجو من الجهات الصحية والرقابية توفير المستلزمات الطبية ودعم العناصر الطبية في القطاع العام لكي لا يتم استغلال حاجة المواطن في القطاع الخاص.

إرشادات الوقاية:

الوصايا الذهبية للوقاية من الإصابة بهذا الفيروس:

- 1- التبعاد الاجتماعي: وهو الابتعاد عن جميع التجمعات (50 شخص أو أكثر قدر المستطاع).
- 2- التباعد الجسدي: وهو الحفاظ على المسافة الأمنة (مترين)، قدر المستطاع.
- 3- لبس الكمامة: ويكون في أغلب الأوقات التي تكون فيها نسبة الخطر لنقل العدوى عالية (وهذا داخل جميع الأماكن التي تكون متواجدا فيها خارج المنزل، وتكون فيها تجمعات ولا تستطيع الحفاظ على المسافة الأمنة أو داخل الأماكن المغلقة).
- 4- إصباح اليدين: بصفة دورية ومستمرة خلال اليوم وذلك قبل وبعد لمس أية أسطح تكون نسبة الخطر لنقل العدوى فيها عالية.

الادعاءات وقد تجاوزت نسبة التلقيح داخل دول الاتحاد الأوروبي 60 % ومعظم الملقحين تحصلوا على جرعتين وبعض الدول بدأت في تقديم جرعة ثالثة. أما في ليبيا ومن بين جميع الدول العربية أعلن السيد عبدالحميد الدبيب رئيس حكومة الوحدة الوطنية اليوم الأحد الموافق 2021/4/4 م عن دخول أول شحنة من لقاح سبوتنيك SPUTNIC الروسي الصنع مقدرة بـ 101250- الف جرعة لقاح وأنهم - وفق خطة محددة- ينتظرون ولوج الشحنة الثانية والمقدرة بـ 300000 جرعة لقاح قبل تاريخ 2021/4/11 م. في حين صرح رئيس المجلس الأوروبي السيد شارل ميشيل في المؤتمر الصحفي الذي عقده اليوم أثناء زيارته إلى طرابلس بان الاتحاد سيقدم إلى ليبيا 50000 جرعة لقاح، وقد انطلقت عملية التلقيح داخل البلاد وتقريبا تم تلقيح ما يزيد عن 1.4 مليون شخص حتى الآن 2021/10/22 م. (الموقع الإعلامي، المركز الوطني لمكافحة الأمراض).

أنواع اختبارات الكشف عن كورونا؟ وما أهميتها؟

**الاختبار عبر أخذ مسحة من الأنف أو الحنجرة:** وإرسالها إلى المختبر للبحث عن أية إشارات لوجود المادة الوراثية للفيروس فالمرضى في المراحل المبكرة جدا من العدوى أو من لديهم مستويات منخفضة نسبيا من الفيروس قد تأتي نتائج اختبارهم سلبية، وقد تأتي نتيجة المسحة سلبية إذا لم تحتو على القدر الكافي من الفيروسات عند أخذها من الجزء الخلفي من الحنجرة.

**اختبار الأجسام المضادة:**

والذي يستخدم لاكتشاف ما إذا كان الشخص الخاضع له قد كان مصابا بالفيروس بالفعل، وتفاعل جسمه معه بإنتاج الأجسام المناعية المضادة له.

### إرشادات الحجر الصحي للمشتبه في إصابتهم بكوفيد-19:

ت	افعل	لا تفعل
1	ابق في المنزل داخل غرفة منفصلة عن الآخرين، دون استقبال زوار، أو في أحد المراكز المتخصصة للحجر الصحي.	لا تذهب إلى العمل أو المدرسة أو الجامعة.
2	استرخ، واشرب سوائل، وتناول طعاما صحيا.	لا تذهب للتجمعات الدينية وأماكن العبادة الأخرى.
3	تواصل مع الأهل والأصدقاء من خلال وسائل التواصل الاجتماعي والمكالمات الهاتفية والرسائل النصية.	لا تتركب سيارات الأجرة أو الحافلات أو أي من وسائل النقل العام الأخرى.
4	راقب حالتك الصحية تحسبا لأعراض مثل: الحمى... السعال..... الإعياء.	لا تشارك في الأنشطة الاجتماعية أو الرياضية أو التجمعات العائلية.
5	إذا ظهرت عليك الأعراض، فاتبع إرشادات الجهة الصحية الوطنية، وإذا وجدت صعوبة في التنفس، فالتمس الرعاية الطبية فورا.	لا تشترك مع غيرك في الطعام أو الشراب أو الأواني والأدوات المنزلية.
6		لا تذهب إلى المقاهي أو المطاعم أو الأسواق أو أماكن أخرى من هذا القبيل.

المصدر: بتصرف، منظمة الصحة العالمية وإدارة الطوارئ الصحية 2021 م.

فسولوجيا الفيروس: لمدة 5 دقائق وجها لوجه مع شخص مصاب كفيلا بالإصابة أي:

معادلة العدوى = كمية الفيروس × الوقت

(5 × 200 = 1000 جسيمة)، ولكن لمدة

3 دقائق الاحتمال أضعف ولو ابتعدت عنه

أكثر من مترين وكلا الطرفين يرتدي كمامة

الاحتمال يقل أكثر وأكثر. وهكذا تستطيع أن

تحسب السيناريوهات المختلفة. (ملخص

ترجمة إرشادات مركز متابعة الأمراض

الأمريكي (CDC). 2012//3/21

Facebook.jpg31515030310315 .

SCREE

1- التنفس يحوي 20 جسيمة في كل دقيقة.

والتحدث يحوي 200 جسيمة في الدقيقة الواحدة.

2- الكحة أو العطسة تحوي 200 مليون

جسيمة تستمر عالقة في الجو خاصة في

الأماكن سيئة التهوية..... فمثلا: التحدث

بأخذ اللقاح. ونتمنى أن تكون المرحلة الرابعة هي مرحلة الاندثار.

ثانيا: متلازمة الكهف:

لم يكن يتصور كثيرون أن فترة الحجر المنزلي الناتجة عن تفشي فيروس كورونا ستطول على هذا النحو، أو بمعنى أدق، لم يكونوا يتخيلون أن يكون لهذا الحجر تلك التداعيات التي ستؤثر على صحتهم من الناحيتين البدنية والنفسية، كما هو حاصل الآن. في وقت حذر باحثون من خطر الإصابة بمتلازمة "أهل الكهف" وبينما يحاول البعض أن يستغل ذلك الحجر في نشاطات تعود عليه بالنفع، لكنه قد يكون تجربة شاقة أو متعبة بالنسبة للبعض الآخر، لكونها تنطوي على قدر كبير من القلق، التوتر، الريبة والتفكير الزائد. وكشف باحثون بهذا الصدد عن ظهور عَرَض جديد مرتبط بأجواء الحجر يعرف بـ "تعب الحجر الصحي" المرتبط بفيروس كورونا وقالوا إن من تأثيرات ذلك التعب تظهر على نحو: سرعة الانفعال، التوتر والضغط العصبي، القلق، كثرة تناول الطعام، قلة تناول الطعام، عدم القدرة على النوم، غياب الحافز أو قلة الإنتاج، تسارع الأفكار، الشعور بالوقوف على الحافة. (شبكة الأنترنت الدولية، 2021 م)، وعلقت على ذلك جين بيرنوتو إيرمان، مُعالِجة الصحة السلوكية ومدربة العقل والجسد، بقولها "هذا جزء من التوتر الناجم عن المشهد ككل. الأمر صعب، وجزء من هذا التعب ناتج عن الريبة، وعدم القدرة على التنبؤ والأشياء المجهولة وسط هذا كله". كما نوهت إيرمان إلى تأثير الأخبار المتعلقة بتداعيات فيروس كورونا طوال هذه الفترة الماضية، وعلى هذا النحو المتلاحق، ودوره في زيادة أجواء التوتر والإحباط. (شبكة الأنترنت الدولية، 2021 م)، وواصلت إيرمان بقولها "يتسبب هذا النوع من التعب في استنزاف الحوافز والدوافع لدينا. وكل ما نحن بحاجة إليه هو أن نستلقي على الأريكة

سيكولوجيا COVID-19:

أولاً: المراحل النفسية للفيروس:

1-المرحلة الأولى: مرحلة المجهول (الموت):

وتميزت بالهلع والخوف الشديد والقلق والتوتر والارتباك، وسقوط الكثير من الضحايا والأموات وارتفاع عدد الإصابات وعجز العالم عن معرفة طبيعة الفيروس ومكان نشأته وكيف يمكن مواجهة الفيروس والحد من انتشاره السريع الذي طال جميع دول العالم، وغلق الحدود والمنافذ بين الدول وكذلك بين مدينة ومدينة أخرى داخل الدولة الواحدة وشبه توقف تام في مختلف مناحي الحياة خاصة النشاط الاقتصادي والاجتماعي وتوقف التعليم، والاعتماد شبه الكامل على منصات التواصل الاجتماعي في القيام بالالتزامات الاجتماعية والنشاطات الاقتصادية.

2-المرحلة الثانية: مرحلة الصمود:

وهي المرحلة الأكثر تماسكا وتضامنا بين الشعوب، حيث تميزت هذه المرحلة بالقدرة على التعرف على الفيروس والنجاح في إنتاج اللقاحات المضادة للفيروس؛ بنسب فاعلية كبيرة وصلت إلى 95%. وبداية عملية التطعيم في عدد محدود من دول العالم. وبداية التراجع في عدد الإصابات وحالات الوفاة. والعودة التدريجية لدوران عجلة الحياة في مختلف مناحيها التربوية والاقتصادية والاجتماعية.

3- المرحلة الثالثة: التعايش مع الفيروس:

وتميزت بانتشار واسع لعملية التطعيم واخذ اللقاحات بأنواعها المختلفة وتزامن ذلك مع تخفيف بعض إجراءات الحظر والحجر الصحي والسماح بالتنقل والسفر بين الدول مع ضرورة التقيد بإجراءات التباعد وارتداء الكمامة وإبراز البطاقة الصحية التي تفيد

ذلك، نصح الباحثون في الأخير بإمكانية إتباع ما يلي:

1. تغيير نمط التفكير والنظرة للأمور بشكل مختلف (المرونة النفسية والعقلية).

2- منح النفس مهلة وتمكينها من النقاط أنفاسها بعيداً عن أي توتر أو قلق والتركيز على المستقبل بطرق أكثر إيجابية. وعدم التركيز على السيناريوهات أو الاحتمالات الأسوأ.

3- الابتعاد عن القلق والتفكير في الحلول المحتملة، وترك الأمور تمضي كما هي مقدر لها.

أعدت المادة بتصريف "الباحث"، عن مؤسسة "كليفلاند كلينك". وكذلك: مواجهة مشاعر الخوف من خلال القيام ببعض النشاطات، والتعامل مع المشاعر بطريقة صحيحة خلال فترة العزلة. وضرورة وضع روتين صحي خلال فترة العزلة. والالتزام بممارسة المشي والقراءة وتجديد الأماكن واللعب مع الأطفال.

(برنامج صباح العربية، قناة العربية، 2021 / 2 / 16 م).

#### الفيروس والعبادات الدينية:

#### كورونا والدين:

بالكثير من الحزن والألم تلقينا قرار المجلس الرئاسي رقم (215) الصادر في 22-03-2020 م والقاضي في مادته (2) بإقفال المساجد قفلاً تاماً وإلزام الناس بأداء الصلاة داخل منازلهم لأجل غير مسمى؛ إذ ظلت المساجد مغلقة لما يزيد عن ستة أشهر وذلك إلي حين صدور قرار المجلس الرئاسي رقم (661) الصادر بتاريخ 06-10-2020 م بمنح الأذن بإعادة فتح المساجد (مكتب أوقاف جنزور، 2021م) مع الالتزام التام بقرار الهيئة العامة للأوقاف

ولا نفعل أي شيء. وبسبب هذه المواقف الصعبة، فنحن الآن في حالة صدمة ولا ندرى ماذا نفعل". وواصلت إيرمان بتأكيدنا أنها أفضل شيء يمكن فعله في الوقت الراهن هو إعادة الشحن والتركيز على صحتنا، حيث أن الإهمال في النفس أمر يؤدي بلا شك إلى تداعيات سلبية تطال الصحة، وتُدْمِر النفسية وتلحق الضرر بالجهاز المناعي بشكل كبير". وأوصت إيرمان بإمكانية ممارسة سبل الرعاية الذاتية، كاليوغا، التأمل، القراءة، الاستحمام، الخروج إلى الطبيعة أو مشاهدة نوعية الأفلام المضحكة، حيث ثبت أن كل هذه الوسائل تعد وسائل رائعة لدورها في تعزيز راحة الدماغ واسترخائه.

(شبكة الأنترنت الدولية، 2021 م).

وفي نفس السياق، أورد موقع "فيرى ويل مايند" عن باحثين تحذيرهم من وجود مرض نفسي يعرف بـ "متلازمة الكهف"، قد يصيب بعض الناس بسبب العزلة حال تم إجبارهم على البقاء في منازلهم لفترات طويلة، خاصة في المناطق الموبوءة، التي تتزايد بها معدلات انتشار فيروس كورونا المستجد على نطاق واسع. كما تحدث الباحثون عن تداعيات أخرى ستنج عن أزمة كورونا، منها شعور سكان العالم بحالة من الصدمة، حيث سيعاني أغلبهم من أعراض ما بعد الصدمة بعد انتهاء الوباء، حيث يتوقع أن يعاني البعض من اضطراب نفسي يجعلهم أكثر ميلاً للانعزال وصعوبة الخروج من المنزل حتى بعد انتهاء الوباء، حيث يتوقع أن يصاحب ذلك شعور بالخمول، الاكتئاب، الحزن، سرعة الانفعال، القلق وربما اليأس.

(شبكة الأنترنت الدولية، 2021 م). واختفاء مناشط التواصل ويغلب الكسل والبخل والتوقف عن الحركة. ولمواجهة

## كورونا والحياة الاجتماعية:

فجأة ..... وبدون سابق إنذار توقفت عجلة حياة العالم بشتى مناحيها بان صدرت الأوامر والقرارات التي تحظر التجول وتمنع الخروج وتلزم الأفراد بالبقاء داخل منازلهم وتوجههم بالتباعد الاجتماعي الذي يعني منع وحرمان الناس من التواصل مع بني جنسهم، ما يخالف طبيعتهم الاجتماعية ويحرمهم من ممارستها ويحرمهم التواصل مع أقاربهم وأحبابهم وأصدقائهم إلا من خلال وسائل التواصل الاجتماعي الإلكترونية التي قدمت بالإضافة ولعبت دورا أساسيا وإيجابيا في المحافظة على بقاء قدر من التفاعل الاجتماعي على قيد الحياة. وليس بعيداً عن ليبيا حيث صدر القرار رقم (215) الصادر عن المجلس الرئاسي لحكومة الوفاق الوطني لسنة 2020 - 1442م بشأن حظر التجوال التام الصادر في 22-03-2020م (مكتب أوقاف جنزور، 2021م) والقاضي بالزام المواطنين بالبقاء داخل منازلهم وعدم الخروج والمحافظة على المسافة الصحية (2 متر) بين الأفراد، وبذلك تغيرت أنماط الحياة الاجتماعية حيث اصبح الناس في حالة من العزلة الاجتماعية والتباعد الاجتماعي والتوقف عن اللقاءات والزيارات الاجتماعية وتقديم الواجبات الاجتماعية والمعاهدات والأعياد وتقديم واجب العزاء والأفراح عبر منصات التواصل الاجتماعي - الذي مازال مستمراً حتى الآن - الأمر الذي يخشاه الباحث بأن يتحول هذا التباعد الاجتماعي إلي تباعد دائم يعتاد عليه الناس ويتطبعون بهذا الأسلوب كبديل عن التفاعل الاجتماعي المباشر، إذ أن المدة طويلة وقد تتغير فيها بعض العادات بان تحل منصات التواصل الاجتماعي وسيلة أساسية للتواصل واللقاء ويكتفي الناس بتقديم واجب التهئة بالعيد والفرح والنجاح والشفاء والتعافي وكذلك واجب العزاء عبر هذه المنصات - التي لا يمكن إغفال دورها الإيجابي في زمن هذه

والشؤون الإسلامية بشأن الإجراءات الاحترازية المؤرخ في 15-09-2020م رقم إشاري 1442-906 والتقيد التام بقرار الهيئة العامة للأوقاف والشؤون الإسلامية رقم (540) الصادر في 03-11-2020م والقاضي بشأن اعتماد برنامج ( الصلاة نجاة) لإعادة فتح المساجد (مكتب أوقاف جنزور، 2021م) والتي مازالت سارية حتى يومنا هذا الاثنين الموافق 31/8/2021م وقد نصت علي الاتي :

1. الالتزام بارتداء الكمامة أثناء التواجد داخل المسجد.
2. إحضار السجادة الشخصية الخاصة بالصلاة، التقيد بتعقيم اليدين عند الدخول إلى المسجد.
3. المحافظة على ترك المسافة الصحية 2 متر بين المصلين بعضهم البعض.
4. إغلاق دوراه المياه وأماكن الوضوء، ومنع التجمعات داخل المساجد.
5. عدم إحضار المرضى والأطفال وكبار السن إلى المساجد.
6. تقليص الزمن المخصص لخطبتي الجمعة وكذلك الزمن المخصص لصلاة القيام خلال شهر رمضان الكريم. مع التقيد بأداء صلاة النوافل خارج المسجد.
7. تعليق المصاحف ومنع استخدامها من قبل المصلين باستثناء المصحف الشخصي. وقد صدر اليوم الخميس الموافق 23/9/2021 م 16/صفر/1443هـ الإذن من الهيئة العامة للأوقاف والشؤون الإسلامية الإذن إعادة فتح أرفف المصاحف القرآنية والسماح باستخدامها وكذلك إعادة فتح دورات المياه أمام رواد المساجد للوضوء والاستعداد للصلاة.

درجة خطورته وفتكه. وتلعب تلك المنطقة من الفيروس ORF8 دوراً رئيسياً في تثبيط وتمويه جهاز المناعة من خلال إيقاف إنتاج الانتيرفيرون من النوع الأول والسيتوكاين التي تعمل على إيقاف نسخ الفيروس نفسه داخل الخلايا المجاورة. حيث أنه إذا دخل الفيروس إلى خلية وتكاثر فهناك آلية داخل هذه الخلية تكتشف أنها تعرضت لهجوم فتحفز منطقة في الـ DNA البشري الذي ينتج السيتوكاين الذي يعتبر كرسالة طوارئ للخلايا المجاورة للخلية التي تعرضت للهجوم لتخبرها أنها قد تعرضت لهجوم فيروسي. وذلك لتبدأ في حماية نفسها بإنتاج الإنترفيرون المضاد للفيروسات والذي يمنع الفيروسات من الدخول إليها والتكاثر فيها. كما تعمل منطقة ORF8 في الفيروس على إنتاج بروتين شبيه الهيستون الذي يدخل إلى داخل الجينوم البشري، ويمنعه من إنتاج السيتوكاين.. وبالتالي لا يتم تحذير الخلايا المجاورة فيقوم الفيروس باحتلال كل الخلايا المجاورة، ويتكون الـ ORF8 من 121 حمضا أمينيا. لذلك عندما يحدث طفرات حذف في هذه المنطقة يجعل مهمة جهاز المناعة لجسم المصاب سهلة جداً للسيطرة على الفيروس حيث أن الفيروس يفقد أقوى أسلحته وهو سلاح التمويه والتخفي من جهاز المناعة.

وأوضحت الدراسة أن في السلالات الجديدة المكتشفة في كل من بريطانيا والدنمارك والبرازيل وجنوب أفريقيا واليابان لوحظ أن منطقة الـ ORF8 اختفت بالكامل في كل هذه السلالات، حيث انقسمت إلى منطقتين ORF8a و ORF8b وقد فقدت 382 نيوكليوتايد من مادتها الوراثية وأصبحت أقل قدره علي التخفي من الجهاز المناعي.

وهذا يتفق مع دراسة لجامعة سنغافخار تم نشرها في مجلة لانسيبت العلمية، تحدثت

الجائحة- وان تتحول الحياة الاجتماعية إلى حياة افتراضية. أم أن العالم الافتراضي أصبح هو عالمنا الذي نعيشه.

الدراسات السابقة:

### فيروس كورونا يخفي خلال شهرين:

دراسة منشورة بتاريخ 12 يناير 2021، قسم البيولوجيا الجزيئية والخلوية، جامعة كاليفورنيا:

فيروس كورونا يقتل نفسه بالطفرة الجديدة وسينتهي خلال شهرين مثل نهاية سارس. فقد كشفت دراسات حديثة حول سلالات فيروس كورونا المُستجد الجديدة الناتجة عن حدوث طفرات في تكوينه، وأرعبت العالم خاصة مع سرعة انتشارها، أن إحدى تلك الطفرات أضعفت الفيروس في مواجهة الجهاز المناعي للإنسان وستؤدي إلى نهاية الفيروس خلال شهرين، وكان من بين تلك الدراسات، دراسة منشورة بتاريخ 12 يناير 2021، أجراها قسم البيولوجيا الجزيئية والخلوية بجامعة كاليفورنيا ومعهد كاليفورنيا للعلوم البيولوجية الكمية بكاليفورنيا وقسم الفيزياء الحيوية الجزيئية والتصوير الحيوي المتكامل، ومختبر لورانس بيركلي الوطني. وقال القائمين على الدراسة أن الفيروس متبقي من عمره شهرين، اعتمادا على فرضية أن هناك مؤشرات تقنية داخل الخلايا البشرية التي تسلل إليها فيروس كورونا داخل أجساد المصابين توضح ذلك، وفق معدل طفرات الحذف في الشريط الوراثي للفيروس..

وأكدت الدراسة أن زوال الفيروس أمر واقعي، وحتى السلالات الجديدة منه سواء البريطانية أو الجنوب أفريقية هي أضعف وستزول كذلك.

واعتمد الباحثون على دراسة منطقة الـ ORF8 في فيروس كورونا، التي تعد أهم المناطق في RNA الفيروس، فهي التي تحدد

جغرافية كبيرة، اعتمد الباحث على المعاينة العشوائية العنقودية حيث انتقل الباحث الى أمام المصارف الأربعة الكبرى - وعلى مداد أربعة أيام متتالية- وبعد الحصول على موافقة أفراد العينة المصطفين أمام المصارف قام الباحث باختيار عشوائي مكونا أربعة عناقيد قوام كل عنقود 10 أفراد، إذ بدأ الباحث بتقديم الاستبانة لشخص بعد شخص حسب الاصطفاف، يمتلكون جميعهم نفس الخصائص مكونا بذلك عينة قوامها 40 فردا ممثلين لمجتمع البحث.

#### 4- أدوات البحث:

استخدم الباحث مقياس اضطراب الهلع من كوفيد 19 المستجد، وهي مستخدمة بأبعادها 69 داخل المجتمع الليبي من قبل الأكاديمية العربية للتدريب وهي ذات ثبات وصدق عاليين.

#### 5- الأساليب الإحصائية:

حرص الباحث على حساب الدرجة الكلية لإجابات المشاركين في الدراسة من خلال تجميع إجاباتهم حول العبارات المتعلقة بقياس مستوى الهلع والبالغ عدد عباراته 69 عبارة، وإيجاد قيمة المتوسط الحسابي لمستوى الهلع والانحراف المعياري. باستخدام اختبار ت للعينة الواحدة One Sample T Test.

#### تحليل النتائج:

بعد القيام بتبويب البيانات وفق نظام Excel 2010 وإدخالها إلى حقيبة العلوم الاجتماعية spss، ولتحديد مستوى مستويات الهلع لدى المشاركين في الدراسة، قام الباحث بحساب الدرجة الكلية لإجابات المشاركين في الدراسة من خلال تجميع إجاباتهم حول العبارات المتعلقة بقياس مستوى الهلع والبالغ عدد عباراته 69 عبارة، والذي تتراوح قيمته بين الدرجة 0 في حالة

أنه من أصيب بالسلالة الجديدة كانت حالتهم بين الخفيفة والمتوسطة، ولم يحتاج أي منهم إلى تدخل بأجهزة التنفس وتمكن جسمه من مقاومة الفيروس والتعافي بدون دخول للرعاية المركزة أو المستشفى. كما ذكرت دراسة مرفقة من مجلة biorxiv أن فقدان الفيروس لـ 382 نيوكليوتايد من مادته الوراثية، تسبب في إتلاف منطقة الـ ORF8 كاملة وأثر على منطقة الـ N التي تنتج بروتينات الغلاف. وأشارت الدراسة إلى أنه بحسب ما نشر سابقاً عن فيروس السارس كورونا المكتشف في الصين عام 2003 فإن حذف 29 نيوكليوتايد من منطقة الـ ORF8 كان السبب في اختفاء الفيروس ونهايته.

#### إجراءات البحث:

#### 1- منهج البحث:

اعتمد الباحث المنهج الوصفي لاستخدامه، وهو منهج يقوم على وصف الظواهر كما هي في الواقع وقد عرفه هويتني بأنه "الدراسة التي تتضمن دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة أو موقف أو مجموعة من الناس أو الأحداث أو الأوضاع" ( زكي، يس، 1962).

#### 2- مجتمع البحث:

يقيس هذا البحث مستوى الهلع لدى عينة من أبناء الشعب الليبي المصطفين أمام المصارف الأربعة الكبرى، وهم جميعا يمتلكون خاصية واحدة متمثلة في معاصرتهم لزمن فيروس كورونا المستجد، ويمكن تعريف مجتمع البحث بأنه جميع سكان مدينة طرابلس.

#### 3- عينة البحث:

تتطلب البحوث الوصفية عينة لا يقل عدد أفرادها عن 30 فردا، وعلى ذلك حدد الباحث حجم العينة بـ 40 فردا، ونتيجة لكبر حجم مجتمع البحث وانتشار أفرادها على رقعة

العبارات)، ويبلغ متوسط المقياس 103.5. جاءت النتائج كما هو مبين في الجدول الآتي:

الإجابة ب "0" حول جميع العبارات، والدرجة 207 في حالة الإجابة (3) حول جميع العبارات (درجة الإجابة 3 لجميع

### جدول رقم (2): مستوى الهلع لدى المشاركين بالدراسة والاختبار المناظر له

95% فترة الثقة حول متوسط المجتمع		اختبار T		إحصاءات العينة			المقياس
الحد الأدنى	الحد الأعلى	الدلالة الإحصائية P-value	قيمة الاختبار	الانحراف المعياري	متوسط العينة	حجم العينة	
33.47	57.48	* 0.000	9.780	37.525	45.48	40	مستوى الهلع

\* دالة إحصائية عند مستوى المعنوية 0.05

العينة). ولكن ذلك لا يعني أن أفراد العينة لا يعانون من اضطرابات نفسية ناتجة عن خبرتهم المؤلمة عبر زمن كورونا وانهم قد يعانون من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة.

#### التوصيات:

الالتزام بتقديم الرعاية الاجتماعية الحكومية وذلك من خلال:

- 1- تقديم المعلومات والمعارف حول ماهية وطبيعة فيروس كورونا وكيفية التعامل معه.
- 2- فتح مراكز العزل وتجهيزها لاستقبال الحالات الحرجة وتزويدها بالأجهزة والأكسجين.
- 3- تجهيز المستشفيات العامة والمراكز الصحية بالاحتياجات الضرورية والكوادر الطبية وتهيئتها لتقديم الخدمات الصحية.

يتضح من البيانات الواردة بالجدول (2) أن قيمة المتوسط الحسابي لمستوى الهلع يساوي 45.48 بانحراف معياري 37.525، واختبار معنوية (دلالة) المتوسط الحسابي لمستوى الهلع استخدم الباحث اختبار ت للعينة الواحدة One Sample T Test، حيث سجلت قيمة إحصاء الاختبار -9.780 بدلالة إحصائية 0.000 وحيث أن هذه القيمة اصغر من مستوى المعنوية 0.05 ما يشر إلى أن هذا المتوسط دال إحصائياً، وبما أن قيمة المتوسط الحسابي اصغر من قيمة المتوسط الفرضي (متوسط المقياس = 103.5)، ما يشير إلى أن مجتمع الدراسة الذي سحبت منه هذه العينة ليس لديهم هلع، وان 95% فترة الثقة حول متوسط الهلع لمجتمع الدراسة محصور في الفترة (33.47، 57.48). ومن المهم التذكير بأن نتائج الدراسة جاءت منسجمة مع فرضية البحث (لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) بين مستوى الهلع من فيروس كورونا المستجد وأفراد

### الوسائط السمعية والبصرية:

- 1- الشريط الإخباري قناة 24 الفرنسية) 2021/10/22 م
- 2- (نشرة الأخبار، قناة بي بي سي العربية) 2012 /2/12 م.
- 3- (قناة العربية، نشرة الصباح، 2012/2/13 م.
- 4- (برنامج لمسات الخير، قناة ليبيا الوطنية، 2021/6/12)
- 5- (الموقع الإعلامي للمركز الوطني لمكافحة الأمراض).
- 6- قناة بي بي سي العربية – وثائقي (2021/3/1)
- 7- قناة DW العربية، نشرة التاسعة مساء).
- 8- قناة الجزيرة الفضائية، نشرة الأخبار، (2021 /3/10 م)
- 9- (الموقع الإعلامي، المركز الوطني لمكافحة الأمراض).
- 10- (ملخص ترجمة إرشادات مركز متابعة الأمراض الأمريكي CDC).
- 11- (شبكة الأنترنت الدولية، 2021 م)
- 12- (برنامج صباح العربية، قناة العربية، 2021 /2/16 م).
- 13- (مكتب أوقاف جنزور، 2021 م).

### المقترحات:

تفعيل إدارة الصحة النفسية التابعة لوزارة الصحة وتمكينها من القيام بتقديم الخدمات النفسية والإرشادات الوقائية لمختلف فئات المجتمع وفتح المراكز النفسية والإرشادية وتشجيع الأفراد على ارتيادها وطلب المساعدة والحصول على الخدمة النفسية من السيكولوجيين المختصين.

### المراجع:

- 1- جمال زكي والسيد يس، أسس البحث الاجتماعي، 1962، دار الفكر العربي، مصر.
- 2- لطفي الشربيني، موسوعة شرح المصطلحات النفسية عربي-إنجليزي، 2001، دار النهضة العربية، بيروت لبنان.
- 3- أديب النوايسة وإيمان القطاونة، معجم المفاهيم والمصطلحات السلوكية، 2011، ط1، مكتبة المجتمع العربي، الأردن.