قلق المستقبل لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا من خلال دراسة حالة

عياديه –مستشفى الحكيم سعدان بسكرة–

حنان بولقرون[1،*] فطيمة دبراسو[2]

[1، 2] جامعة محمد خيضر –بسكرة (الجزائر)، مخبر الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة.

Future anxiety among some doctors in light of the Corona pandemic, through a clinical case study - Hospital Hakim Saadan Biskra-

Hanane boulegroun1, * Fatima debarassou 2

hanane.boulgroun@univ-biskra.dz debarassoufatima@yahoo.fr

[1,2] University of Mohamed Khider Biskra

Receipt date: 17/11/2020; Acceptance date: 16/01/2021; Publishing Date: 31/08/2021

ملخص:تناولت الدراسة موضوع قلق المستقبل لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا بهدف معرفة مستوى قلق المستقبل لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا، وإبراز تأثير جائحة كورونا عليهم من الناحية النفسية والجسدية، حيث أجريت هذه الدراسة على طبيب عام بالمؤسسة الاستشفائية الحكيم سعدان – بسكرة - اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج العيادي المتمثل في منهج دراسة الحالة لطبيعة الموضوع والهدف الذي نسعى إليه وباستخدام المقابلة العيادية نصف الموجهة والملاحظة التي كانت ضمن المقابلة العيادية كأدوات لجمع البيانات وتطبيق مقياس قلق المستقبل لزينب شقير المعد سنة (2005). حيث أسفرت الدراسة إلى تحقيق الفرضية العامة التي مفادها: أن مستوى قلق المستقبل مرتفع عند بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا.

الكلمات المفتاحية. قلق المستقبل؛ الأطباء؛ جائحة كورونا كورونا.

Abstract.: The study dealt with the issue of future anxiety among some doctors during the Corona pandemic, with the aim of knowing whether some doctors suffer from future anxiety, and highlighting the impact of the Corona pandemic on them from the psychological and physical point of view, as this study was conducted on a general practitioner at the Hakim Saadane Hospital - Biskra –

In this study, we relied on the clinical approach represented in the case study methodology of the nature of the topic and the goal that we seek, using the semi-directed clinical interview and the observation that was within the clinical interview as tools to collect data and apply the Future Anxiety Scale of Zainab Chakir prepared in (2005).

Where the study resulted in achieving the general hypothesis that: Doctors suffer from future anxiety during the Corona pandemic.

Keywords. Future anxiety, doctors, Corona pandemic.

***corresponding author**

1. مقدمة

تعد الأوبئة ضمن طوارئ الصحة العمومية والتي لها اثار سلبيه على صحة السكان سواء من الناحية النفسية او الجسدية وعلى الاقتصاد الوطني والعالمي، وقد عانى الإنسان منذ القدم من العديد من الأوبئة والتي كانت نتيجة عوامل سواء من صنع الإنسان او الطبيعة. حيث دمرت البشرية وأدت الى نهاية حضارات بأكملها من بينها الطاعون الذي ضرب العالم سنه 1347 والملاريا سنه 2700 قبل الميلاد، والسارس سنة 2003، جائحة إنفلونزا الخنازير H1N1 في سنة 2010/2009 حيث أصيب في عام واحد ما يصل الى 1.4 مليار شخص في جميع انحاء العالم وقتل ما بين 151700و 575400 شخص. ()https://bluenoqta.com/2020/04/11

ووفقا لمركز السيطرة عن الأمراض ظهر فيروس كورونا المستجد (كوفيد19) في ديسمبر 2019، حيث أصيب الآلاف من سكان العالم في ظرف 3 أشهر وأدى الى العديد من الوفيات فأعلنت منظمة الصحة العالمية (COVID-19) حالة الطوارئ العامة الدولية.

فقد بلغ عدد الإصابات في العالم وحسب منظمة الصحة العالمية يوم 2020/5/15 4 ملايين مصاب و300 ألف وفاة أي بنسبة7.5% عدد المصابين.(https://p.dw.com/p/3cHv8)

أما في الجزائر أعلن جمال فورار الناطق باسم اللجنة الوطنية لمتابعة فيروس كورونا بالجزائر بتاريخ 2020/5/17 ارتفع عدد المصابين بفيروس كورونا بالبلاد إلى 7019 حالة إصابة، و548 حالات وفاة أي بنسبة 7.8% من إجمالي عدد المصابين. (https://www.youm7.com/story/2020/7/4)

مما خلف هلع وخوف وضغط نفسي حاد لدى سكان العالم. وعمال القطاع الصحي الفئة الأكثر عرضة للخطر خاصة الذين هم في الصفوف الأولى لمواجهة الوباء وبإمكانيات قليله، فهم أمام فيروس قاتل غير معروفة أسبابه او كيفية مواجهته، فيعتبر عبئا ثقيلا مرتبطا بالمجهول. حيث خلفت انعكاساته معاناة نفسية لدى الأطباء تمثلت في القلق الناتج عن هذا الوباء والذي هو عبارة عن تجربة ذاتية وخاصة يعيشها الفرد وتنعكس على سلوكياته وافكاره وانفعالاته تتمثل في مخاوف لها علاقة بمستقبله وكيفية التعامل مع هذه الأزمة الوبائية.

1.1. إشكالية الدراسة:

لم يجد خط الدفاع الأول نفسه أمام معضلة الأعداد الهائلة من المصابين بفيروس كورونا المستجد فقط، بل أمام معضلة نقص الموارد الطبية وخاصة أجهزة التنفس الاصطناعي، نقص الأكسجين، نقص الأدوية وهذا ما لوحظ في العديد من مستشفيات الوطن كذلك نقص المخابر من أجل التأكد من صحة إصابة المريض بكوفيد 19والذي خلق مشكل عويص يدفع ثمنه الطبيب. وبسبب عدم توفر الأمن داخل المستشفيات يتعرض الطبيب للتهكم والضرب والسب والشتم، لأن المريض يتوفى قبل حصوله على النتائج، ومن باب الحيطة والحذر من العدوى يدفن على أنه مصاب بكورونا، إذ في بعض الأحيان تظهر بعدها نتائج التحاليل سلبية فيصاب أهل المريض بنوبة غضب هستيرية، كيف يدفن أعز أحبابه وأقاربه دون صلاة ودون توديع والسخط عن تركهم مدة 5أيام وأكثر في مصلحة حفظ الجثث، كما أن طريقة دفنهم خاصة ونحن مجتمع مسلم يقدس شعائر الدفن والجنازة حيث يحث ديننا على ان إكرام الميت دفنه.

إضافة إلى قلة وعي الشعب لخطورة الأمر وعدم احترامهم لقواعد الصحة من تباعد اجتماعي وغسل وتعقيم الأيدي، فمنهم من اعتبره كذبة سياسية لإبطال الحراك ومنهم من ينكر وجوده، وحتى الذين أصيبوا به ينكرون الأمر خوفا من الوصم الاجتماعي، بالرغم من التحذيرات التي كان يطلقها الأطباء والممرضين من خلال مواقع التواصل الاجتماعي الا أنها كانت غير

مسموعة، بحجة أنه سيقل الوباء بفعل الحرارة الشديدة ولكن ما لوحظ في أواخر شهر جوان ارتفاع نسبة الوفيات، فتقريبا تبلغ كل يوم معدل 10 وفيات في مستشفى الحكيم سعدان بسكرة.

كل هذه الأمور خلقت أزمة داخل المستشفيات، فعدد الأطباء والممرضين وأعوان التمريض قليل جدا مقارنة بعدد المرضى، فمعظمهم لم يرو عائلاتهم منذ بداية الوباء خوفا من أن ينقلوا العدوى إليهم لأنهم لا يحضون بتحليل للتأكد من عدم إصابتهم بالمرض، ومع كل هذه المشاكل لا يجدون آذان صاغية من المسؤولين لشكواهم ولا دعم نفسي حتى ولو بكلمة طيبة من المواطنين أو المسؤولين من أجل رفع معنوياتهم خاصة أنهم في عز الألم لفقدان أحبابهم وزملائهم في العمل فقد راح ضحيته خيرة الأطباء والممرضين. إضافة إلى البعد عن أهاليهم وأسرهم، دون أن ننسى ذلك اللباس الذي يرتدونه 24 ساعة في عز الحر الشديد صيفا، حتى حاجياتهم الفيسيولوجية لا يستطيعون قضاءها خوفا من انتقال العدوى لهم.

وفي هذه الظروف المزرية هناك من يحاسب الأطباء ويتهمهم باللامبالاة وأنهم هم من يقتلون المرضى بل وصلت إلى حد الشكوى بهم بعدما كانوا يلقبون بملاك الرحمة، كل هذه العوامل قد تكون سببا في تعرض الطبيب للضغط النفسي والقلق حول مصيره ومستقبله في ظل هذه الجائحة خاصة وأنه في الواجهة، فقد عرف س. فرويد "S. Freud " القلق بأنه رد فعل لخطر خارجي معروف يتملك الإنسان " أما هاملتون "Hamilton" فعرف قلق المستقبل أنه ناتج عن التفكير المستمر في المستقبل وما سيحدث فيه ".

(المصري،2011، 33)

كما أطلق أ. توفلر (1970) " A. Toffler " مصطلح صدمة المستقبل على العصر الحالي لأّنه يخلق توترا خطيرا بسبب المطالب المتعددة لهذا العصر، واستنتج أن كثيرا من الناس يعانون صدمة المستقبل، لذلك يمكن القول بأن قلق المستقبل هو نوع من أنواع القلق المرتبط بتوقع الفرد للأحداث المستقبلية خلال فترة زمنية أكبر وعندما يفترض الإنسان مستقبله فإّنه يحتمل حاضره ويجعل ماضيه ذا معنى، فالماضي والحاضر يتداخلان في التنبؤ بالأحداث والأعمال المستقبلية. (عشري،2004، 148)

وانطلاقا مما قيل سابقا سنحاول طرح التساؤل التالي:

ما مستوى قلق المستقبل لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا؟

2.1. فرضية الدراسة:

- مستوى قلق المستقبل مرتفع لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا.

3.1. أهداف وأهمية الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

- معرفة مستوى قلق المستقبل لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا.

- إبراز تأثير قلق المستقبل على بعض الأطباء من الناحية النفسية والاجتماعية والمعرفية في ظل جائحة كورونا.

اما عن أهمية الدراسة فهي تتمثل في:

- المساهمة في الدراسات التي تناولت الجانب النفسي لتأثير مرض العصر(كورونا) والمتمثل في قلق المستقبل لدى بعض الأطباء خلال هذه الجائحة.

- لفت انتباه المسؤولين لهذه الشريحة من المجتمع لما تعانيه من ضغوطات نفسية حادة وقلة الإمكانيات والظروف التي يعمل فيها خاصة أطباء الجنوب في ظل هذه الجائحة.

- لفت انتباه المختصين إلى إعداد برامج للتخفيف من الضغط النفسي لدى الأطباء، وتدريبهم عن كيفية تطوير الكفاءة الذاتية ودورها في مواجهة الضغوط النفسية.

4.1. مصطلحات الدراسة:

- **قلق المستقبل :** ترى زينب شقير أن قلق المستقبل هو "خلل أو إضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه وتحريف إدراكي معرفي للواقع وللذات من خلال استحضار للذكريات والخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات، ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع ، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن؛ مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح، وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير بالمستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة، والأفكار الوسواسية وقلق الموت واليأس".(شقير ،2005، 5)

وتعرفه الباحثة إجرائيا على أنه: الدرجة التي تتحصل عليها حالة الدراسة من خلال تطبيق مقياس قلق المستقبل لزينب محمود شقير (2005).

- **الأطباء:**

هو الطبيب الذي يشتغل في مصلحة كوفيد بالمؤسسة الاستشفائية الحكيم سعدان بسكرة.

- **جائحة كورونا:** هي جائحةٌ عالميةٌ سببها فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (سارس-كوف-2).

1-5-الإطار النظري للدراسة:

- **قلق المستقبل Anxiety Futur**

*** تعريف قلق المستقبل:**

تعريف زاليسكي: "Zaleski" قلق المستقبل هو "حالة من التوجس وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات السلبية في المستقبل، ويرى أن حالة القلق الشديد تحدث من تهديدها ومن أن شيئا كارثيا حقيقيا يمكن أن يحدث للفرد. **(** Zaleski, 1996, 165**)**

تعريف" Conner& Hunter": هو "حالة من التشاؤم والخوف من المشكلات الاجتماعية المستقبلية وعدم الثقة في المستقبل، وعدم الاطمئنان، والخوف من التغيرات غير المرغوبة مستقبلا."(بلكيلاني،2008، 9)

-تعريف الحمداني: "عرفه بأنه حالة من الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث قد تهدد الإنسان أو تهدد إنسانيته، والقلق ينشأ مما يتوقع الإنسان حدوثه وليس من ماضي الفرد. (الحمداني،2011، 167)

تعريف هاملتون:"Hamilton"عرفه بأن " قلق المستقبل ما هو إلا ناتج عن التفكير المستمر في المستقبل وما سيحدث فيه ". (المصري، 2011، 33)

مما تقدمنا به فان قلق المستقبل هو حالة انفعالية غير سارة تنتاب الطبيب خاصة حين التفكير في مستقبله في ظل التحديات الراهنة وانتشار فيروس كورونا المستجد كوفيد 19 حيث يتوقع من خلالها الخطر والتهديد والشعور بعدم الارتياح والتشاؤم وعدم الرضا عن مستقبله خاصة عند إصابة ووفاة العديد من الأطقم الطبية.

***مظاهر قلق المستقبل:**

لقلق المستقبل ثلاثة مظاهر وهي:

ا- **مظاهر معرفية**: هي حالة من القلق تتعلق بالأفكار التي تدور في خلجات الشخص وتفكيره، وتكون متذبذبة لتجعل منه متشائم من الحياة معتقداً قرب أجله، وأن الحياة أصبحت نهايتها وشيكة أو التخوف من فقدان السيطرة على وظائفه الجسدية أو العقلية.

ب- **مظاهر سلوكية**: مظاهر نابعة من أعماق الفرد تتخذ أشكالاً مختلفة تتمثل في سلوك الفرد، مثل تجنب المواقف المثيرة للقلق، الوقوف عند نقطة غير فعالة في الحياة، التوجه الزمني السلبي كالنكوص وذلك بسبب عدم قدرة الفرد على المواجهة.

ت - **مظاهر جسدية**: ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسيولوجية مثل ضيق التنفس، جفاف الحلق، برودة الأطراف، ارتفاع ضغط الدم، إغماء توتر عضلي، عسر الهضم. (الداهري،2008،32)

***سمات ذوي قلق المستقبل:**

لا نستطيع القول إن شخصاً ما لديه قلق من المستقبل إلاَّ من خلال ملاحظة مجموعة من الصفات النفسية والسلوكية التي تكشف وبشكِل جلي درجة خوفه وتوجسه مما قد يحمله المستقبل من أحداث سواًء ظهر هذا من خلال أفكاره السلبية أو من خلال سلوكه التجنبي من أهمها:

- التشاؤم، لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر، ويخيل له أن الأخطار محدقة به من كل جانب.
- الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.
- صلابة الرأي والتعنت.
- الروتينية في التعامل مع مواقف الحياة المختلفة.
- الانسحاب من الأنشطة البناءة.
- استخدام آليات دفاعية ذاتية مثل الإزاحة والكبت من أجل التقليل من الحالات السلبية. (دايتز،2006، 46)
- عدم الثقة بالنفس والآخرين، مما يقود إلى الاصطدام معهم وخلق الخلافات.
- الشعور بالتوتر والانزعاج لأتفه الأسباب، والأحلام المزعجة، واضطرابات النوم واضطرابات التفكير وعدم التركيز وسوء الإدراك الاجتماعي والانطواء والشعور بالوحدة وعدم القدرة على تحسين مستوى المعيشة أو التخطيط للمستقبل، والجمود وقلة المرونة والاعتمادية واللاعقلانية، حيث يصبح الشخص عرضة للانهيار العقلي والبدني والتدمير النفسي، والانتظار السلبي لما قد يحدث. (المشيخي، 2009، 56)

***أسباب قلق المستقبل:**

يمثل قلق المستقبل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد، والتي تشكل خوفا من مجهول ينجم عن خبرات ماضية وحاضرة أيضا يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الاستقرار، وتسبب لديه هذه الحالة شيئاً من التشاؤم واليأس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي. وفي هذا السياق تشير شقير إلى أَن قلق المستقبل قد ينشأ عن أفكار خاطئة ولاعقلانية لدى الفرد تجعله يؤوِل الواقع من حوله وكذلك المواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ، مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الذي يفقِده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية والواقعية مما يقوده إلى الشعور بعدم الأمن والاستقرار النفسي. (شقير، 2005، 4-5)

بالتالي قد ينتج قلق المستقبل عن التفكير اللاعقلاني والخوف من الأحداث السيئة المتوقع حدوثها مستقبلاً والشعور بالارتباك والضيق والغموض، وتوقع السوء: أي النظرة السلبية للحياة. (عبد المحسن،2007، 120)

وهو تفسير معرفي تبناه بيك "**Beck**"عندما أكد بأّن سبب قلق المستقبل ناتج عن أفكار خاطئة لدى الفرد تجعله يؤوِل الواقع والمواقف والأحداث والتفاعلات بشكل خاطئ مما يدفعه إلى حالة من الخوف والقلق الهائم الذي يفقده السيطرة على مشاعره وعلى أفكاره العقلانية. (النجار،2012، 30)

وتذكر مسعود (2006) أن هناك أسباباً عديدة تقف وراء قلق المستقبل لدى الفرد منها:

-نقص القدرة على التكهن بالمستقبل نتيجة عدم وجود معلومات كافية لبناء الأفكار عنه.

-الشك في قدرة المحيطين به على حل مشاكله.

الشعور بعدم الانتماء والاستقرار سواء داخل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع بصفة عامة.

- استعداد الفرد الشخصي للتفاعل مع الخوف وكذلك الخبرات الشخصية المتراكمة واتجاهاته في الحياة.

-الضغوط النفسية وعدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها. (مسعود ،2006، 51-54)

وتضيف المشيخي (2009) أسباباً أخرى تؤدي إلى قلق المستقبل منها:

- أحاديث الفرد الذاتية وأفكاره الذاتية الهازمة للذات.

-التوتر الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار باعتباره نوعاً من الصراع العقلي واعتبار أن الحياة هي عبارة عن مجموعة من القرارات المتتالية، والتي يكون على الفرد دائما أن يجزم رأيه بشأنها.

- ضغوط الحياة التي تعد أهم العوامل المسببة لقلق المستقبل خاصة في هذا العصر الذي يمر بتحولات اجتماعية واقتصادية أدت إلى تغير كبير في أساليب حياة الأفراد. (المشيخي،2009، 5)

***التأثير السلبي لقلق المستقبل:**

لقلق المستقبل تأثير سلبي على سلوك وشخصية الفرد، وهذا بدوره يؤثر وبشكل سلبي على حياته وتطلعاته للمستقبل لتجعل منه شخصاً يعيش ليومه بأجواء من الخوف والحزن والقلق والتشاؤم لما سيأتي به المستقبل وما يخبئه المجهول. يحيا حياة تفتقر لحالات التغيير والتطور للأحسن، بل حياته تسودها الروتينية في كل شيء لا يقبل فيها التجديد خوفاً من المفاجأة التي تمثل له مواقف صعبة، وكونه لا يملك الحلول ولا الإمكانات الكافية للتعامل مع هذه التحديات حتى وإن كانت بسيطة، وإن حدث مثل هذا الشيء تراه يلجأ لوسائل دفاعية ذاتية (الكبت الإزاحة وغيرها) كوسائل للتقليل من شأن هذه الحالات السلبية، ونراه قد يستغل علاقاته الاجتماعية كوسيلة لتأمين مستقبله الخاص، هذا التأثير قد يمتد لشخصية الفرد ليجعل منه شخصاً متصلباً ومتعنتاً و منفعلاً لا يقبل برأي الآخرين ومن حوله، وحتماً هذا يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين، بحيث لا يترك له صديق ليبقى في عزلة وحزن وتشاؤم ،وبهذا يكون غير قادر على تحقيق ذاته، عاجز عن البت في الأمور ومتردد في اتخاذ قراراته معرض للانهيار العقلي والبدني. (الامامي، 2010، 03)

- جائحة كورونا (Covid 19):

المعروفة أيضا باسم جائحة فيروس كورونا، هي جائحةٌ عالميةٌ مستمرةً حاليا المرض فيروس كورونا 2019 (كوفيد-19)، سببها فيروس كورونا 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (سارس-كوف-2) (https://ar.wikipedia.org/wiki)

وينتمي فيروس كورونا إلى سلالة كورونا بيتا 2، وهو من فصيلة الفيروسات التاجية لكنه يختلف جينيًّا عن فيروس سارس وميرس، حيث أنه حساس جدا للأشعة فوق البنفسجية والحرارة. يُمكن قتل الفيروس بتعريضه لدرجة حرارة 56^0 لمدة 30 دقيقة، ومطهر يحتوي على كلور وكحول إيثيلي تركيز75%، وحمض فوق الخليك وبيروكسيد الهيدروجين. وسمي من قبل اللجنة الدولية لتصنيف الفيروسات في منظمة الصحة العالمية بفيروس كورونا المستجد 2019 أو سارس كوف.

شكل (01) يمثل فيروس كورونا المستجد

المصدر: https://www.radioalgerie.dz/news/ar/article/20200126/188844.html

***طريقة انتقال فيروس كورونا المستجد:**

إن الفيروس قابل للانتقال لأي شخص، وينتقل عن طريق الرذاذ المنتشر من الشخص المصاب إلى الشخص السليم عند الاتصال غير الوقائي بينهما. وتنتقل جزيئات الهواء في حالة كان مصدره مكشوفًا وفي مسافة قريبة بينه وبين الشخص السليم، وعند الاتصال بينهما لمدة طويلة. ينتشر **COVID-19** بشكل أساسي عن طريق قطرات الجهاز التنفسي والاتصال المباشر.(Yan-Qing Liu& Al,2020 ،p**1798**).

***أعراضه:**

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لمرض كوفيد-19 في الحمى والإرهاق والسعال الجاف. وتشمل الأعراض الأخرى الأقل شيوعاً ولكن قد يُصاب بها بعض المرضى: الآلام والأوجاع، واحتقان الأنف، والصداع، والتهاب الملتحمة وألم الحلق، والإسهال، وفقدان حاسة الذوق أو الشم، وظهور طفح جلدي أو تغيُر لون أصابع اليدين أو القدمين. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ بشكل تدريجي. ويصاب بعض الناس بالعدوى دون أن يشعروا إلا بأعراض خفيفة جداً.

ويتعافى معظم الناس (نحو 80%) من المرضى دون الحاجة إلى علاج خاص. ولكن الأعراض تشتد لدى شخص واحد تقريباً من بين كل 5 أشخاص مصابين بمرض كوفيد-19 فيعاني من صعوبة في التنفس. وتزداد مخاطر الإصابة بمضاعفات وخيمة بين المسنين والأشخاص المصابين بمشاكِل صحية أخرى مثل ارتفاع ضغط الدم أو أمراض القلب والرئة أو السكري أو السرطان. وينبغي لجميع الأشخاص، أيا كانت أعمارهم التماس العناية الطبية فوراً إذا أصيبوا بالحمى و/أو السعال المصحوبين بصعوبة في التنفس/ضيق النفس وألم أو ضغط في الصدر أو فقدان القدرة على النطق أو الحركة. ويوصى قدر الإمكان، بالاتصال بالطبيب أو بمرفق الرعاية الصحية مسبقاً، ليتسنى توجيه المريض إلى العيادة المناسبة.

(www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)

2. الطريقة والأدوات.

1.2. منهج الدراسة :

يشير المنهج إلى الكيفية أو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسة المشكلة وموضوع البحث، فهو مجموعة من القواعد التي يتم وضعها بقصد الوصول إلى الحقيقة في العلم المنهج هو الإكلينيكي لأنه الأكثر ملائمة لكوننا نتعامل مع السلوك الإنساني في مواقف التفاعل والتوافق الاجتماعي والنفسي وهو الدراسة المعمقة للحالات الفردية بصرف النظر انتسابها إلى السوية أو المرض كما يستخدم لأغراض علمية ونفسية من أجل التشخيص وعلاج مظاهر الاختلال. (شقير،2002، 41)

-دراسة الحالة :

هي الإطار الذي ينظم ويقيم فيها الأخصائي كل المعلومات التي يحصل عليها عن الفرد وذلك عن طريق: الملاحظة، المقابلة، السيرة الشخصية، الاختبارات السيكولوجية والفحوص الطبية الخ.

(عبد المعطي، ،1998)

-2.2. أدوات الدراسة :

لقد اعتمدنا في دراستنا هذه عدة أدوات حيث استخدمنا المقابلة العيادية النصف الموجهة ومقياس قلق المستقبل لزينب شقير المعد سنة 2005.

ا- المقابلة: هي الطريقة التي نلجأ إليها عادة للحكم على شخصيات الأفراد حكم سريعا شاملا عن طريق التحدث معهم ومقابلتهم بشكل مباشر. (كامل أحمد، 2001، 33)

ب – المقابلة العيادية نصف الموجهة:

يعرفها" أنجلش "بأنها محادثة موجهة يقوم بها شخص مع شخص آخر أو أشخاص آخرين هدفها استثارة أنواع معينة من المعلومات لاستغلالها في بحث علمي، أو للاستعانة بها في التوجيه والتشخيص والعلاج. (حلس، 2006، 124)

وقد أجريت المقابلات مع الحالة على أساس محاور محددة تمكننا من دراسة قلق المستقبل لدى الحالة وهي:

-**المحور الأول :** قلق الصحة وقلق الموت.

-**المحور الثاني :** القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية.

-**المحور الثالث :** القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل).

-**المحور الرابع :** النظرة السلبية للحياة المستقبلية.

كما تم اعتماد الملاحظة المباشرة، والتي كانت ضمن المقابلة العيادية. ولقد جرت في مكتب الطبيب بالمؤسسة الاستشفائية الحكيم سعدان.

ت - مقياس قلق المستقبل لزينب شقير 2005

وهو مقياس معد من طرف زينب محمود شقير (2005) يهدف إلى معرفة رأي الفرد الشخصي بوضوح في المستقبل.

-خطوات إعداد المقياس:

صمم هذا المقياس من طرف الدكتورة زينب محمود شقير سنة 2005 وقد اتبعت الخطوات التالية في إعداده:

- إطلعت المؤلفة (زينب شقير) على الأدبيات والتراث السيكولوجي والاجتماعي لقلق المستقبل لتحديد مفهوم دقيق له.
- راجعت ما توصلت إليه من دراسات عربية وأجنبية اهتمت بقلق المستقبل وتوصلت لمجموعة من البنود المتعلقة بالمفهوم الدقيق لقلق المستقبل.
- أعدت المؤلفة استبيان مفتوح تم في توجيه أسئلة على النحو التالي:

  ماذا تعني كلمة المستقبل من وجهة نظرك؟

  عبر برأيك عن صورة المستقبل؟

تم عرض الاستبيان المفتوح على 200 طالب وطالبة راجعت المؤلفة إجابات الطلاب وطابقت بينها وبين مجموعة البنود التي سبق لها إعدادها من التراث الأدبي لقلق المستقبل وتوصلت إلى 42 بندا.

تم عرض قائمة البنود على 10أساتذة في علم النفس والصحة النفسية وتم إستبعاد14 بندا لم تحظ بالاتفاق بين السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية يحتوي على 28 بندا. تم تحليل بنود المقياس إلى مجموعة من المحاور الرئيسية التي تركز على جوانب قلق المستقبل وتوصلت الباحثة إلى وجود خمسة محاور هي على النحو التالي:

الجدول (1) يوضح محاور مقياس قلق المستقبل وعبارات كل محور:

المحاور	ارقام العبارات
القلق المتعلق بالمشكلات	**24-22-21-20-17**
قلق الصحة وقلق الموت	**26-25-19-18-10**
القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	**28-23-14-13-11-6-3**
اليأس من المستقبل	**16-12-9-8-7- 4**
الخوف والقلق من الفشل في المستقبل	**27-15-5-2-1**

المصدر: زينب شقير، 2005.

3.2. حالات الدراسة:

اعتمدنا في الدراسة الحالية على حالة واحدة، تعمل بالمؤسسة الجوارية للصحة العمومية بسكرة مسخر للعمل في مصلحة كوفيد بالمؤسسة الاستشفائية الحكيم سعدان بسكرة.

4.2. حدود الدراسة:

ا- الحدود المكانية: المؤسسة الاستشفائية الحكيم سعدان بسكرة

ب - الحدود الزمانية: بداية جوان إلى غاية جويلية

ت - الحدود البشرية: حالة واحدة متمثلة في طبيب عام.

-تقديم الحالة :

-البيانات الشخصية:

-الاسم : س -السن : 44 سنة

-الجنس : ذكر -المهنة : طبيب عام - الخبرة المهنية :15 سنة

-الحالة الاجتماعية : متزوج - الزوجة : طبيبة - عدد الأولاد:(02) بنت وولد

-الحالة الاقتصادية : متوسط

- **ملخص المقابلة :** الحالة س يبلغ من العمر 44 سنة متزوج ولديه طفلين (ولد و وبنت) ، يعمل طبيب عام للصحة الجوارية -بسكرة - لديه خبرة مدة 15 سنة، ذو مستوى معيشي مقبول نظرا لمتطلبات الحياة الكثيرة يشتغل بنظام المناوبة الليلية سخر للعمل في مصلحة (كوفيد 19) بمستشفى الحكيم سعدان في جوان 2020 كان يعمل تحت ضغط كبير سواء من ناحية قلة الإمكانيات والوسائل منها نقص الأكسجين الذي أدي إلى وفاة العديد من المرضى من بينهم كانوا زملائه في العمل أطباء وممرضين هذا الحدث ترك ألم كبير وحزن بداخله، أو من ناحية العدد الهائل من المرضى ومرافقهم حيث أصبحت بسكرة بؤرة للوباء في شهر جوان مما أثر عليه سلبا فكان يعاني من الضغط النفسي، الأرق وقلة النوم ،القلق خاصة قلق المستقبل فهو لديه نظرة تشاؤمية تجاه الحياة والخوف من الموت بسبب الوباء المتفشي ، كذلك زيادة الحدة في التعامل مع أقرب الناس

إليه وذلك نتيجة الضغوط التي يعايشها والعصبية والانفعال لأتفه الأسباب، الحالة س قلق بشان أطفاله الصغار لديه بنت تعاني من الربو فهو يخاف عليها من العدوى ، زوجته تعمل كذلك في مجال الصحة و لم تستفد من العطلة الاستثنائية المقررة من طرف الوزارة.

-تحليل المقابلة : من خلال المقابلة العيادية نصف موجهة والملاحظة الضمنية للحالة س والذي أبدى تجاوبا، تبين أنه يعاني من الأرق والخوف من الإصابة بفيروس كورونا المستجد ونقله إلى أسرته، خاصة أنه يعمل ويضطر للعودة إلى المنزل من أجل البقاء مع أطفاله ،لأن الزوجة تعمل طبيبة كذلك مع مرضى الكوفيد في مستشفى طب العيون الذي حول إلى مستشفى خاص بالكوفيد، و خاصة أن كل دور الحضانة مغلقة وكل معارفهم وأهلهم لا يتواصلون معهم خوفا من العدوى ، هذا ما زاد من استياءه كثيرا وتذمره من عمله في مجال الصحة، وعدم مراعاة ظروفه كما جاء في قوله " عمال الصحة مهمشين تماما هم وأبناءهم نورمالمو يراعو ظروفنا الأطفال أين حقوقهم وين نخلوهم أنا نخدم والزوجة تخدم في زوج نخدمو المناوبة نطيشوهم في الشارع ، ..." ، حيث يظهر من خلال كلامه الإحساس بالعجز عن رعاية وحماية أولاده وزوجته " زوجتي تبكي في العمل الأولاد وحدهم ..... كيفاه نركزو في العمل وعملنا حساس "، وفي قول اخر " الأطباء روبوات ميحسوش، ما يخافوش مش عباد معندهمش أهل يخافو عليهم.. آه"، كما أبدى ضعفه من مواجهة مشاكل الحياة المستقبلية. الحالة س لم يرفض مساعدة المرضى بل بالعكس كان سعيد حين ينقض أرواح ناس فهو يعتز بعمله حسب قوله " مهنة الطبيب مهنة إنسانية قبل كل شيء ونبيلة وصعبة وهي من اختياري " وأنه لم يندم أبدا على هذا الاختيار رغم الظروف والمشاكل بل أكد لنا أنه من تخلى عن واجبه في هذه الأزمة يعتبر خائن لنفسه وللوطن. لكن ما يحز في نفسه هو عدم مراعاة ظروفهم وظروف عائلاتهم، وحسب اقتراحه (إذا كان الزوجين يعملان في مجال الصحة فمن المفروض يعمل أحدهما فقط، ليهتم واحد منهما بالأطفال). وحين سؤاله عن كيف يرى مستقبله فكان رده "بسبب كوفيد 19 أصبح مستقبلي غامض حسب قوله": ماشكيتش أصلا يكون عندي مستقبل هذا إذا ما متش بيه، أعز صحابي توفي البارح، أهل المريض ولينا نتخباو منلقاو واش نقولولهم يقلك يموت نقتلك، كل يوم يضربو الأطباء والفراملة، ربي يقدر الخير وخلاص و لاتموت بالقنطة ". هذا ما أدى بالحالة إلى التفكير المتواصل بشأن مستقبله. " ولادي منقدرش نبوسهم ولا نحضنهم ندخل للدار بالتخبيا "، الحالة س يذرف الدموع عند رؤية أولاده يريدون أن يحضنوه وهو يبعدهم في قوله " هما يبكوا وأنا نبكي موالف نحضنهم ونبوسهم من الباب" أماعن حياته الزوجية فأجاب في قوله " واش بقا لازم التباعد هذا مرض مايرحمش وحنا كل يوم مع المرضى حتى الرغبة في الجنس راحت". هذا سبب له القلق، والحيرة وعدم الاطمئنان والنظرة التشاؤمية للمستقبل مما أدى به حسب قوله إلى استخدام المهدئات للتخفيف من حدة القلق.

-تطبيق مقياس قلق المستقبل لزينب شقير مع الحالة (س) وتحليل نتائجه والتعليق عليها:

الانطباع العام: تقبل المقياس بكل سهولة.

الجدول (2) يوضح نتائج مقياس قلق المستقبل للحالة (س):

أرقام البنود	اتجاه البنود	مجموع الدرجات	مستويات قلق المستقبل
من 1-10	0-1-2-3-4	30	قلق مستقبل مرتفع جدا 96-112 درجة
من 11-28	4-3-2-1-0	69	
		99	

-تحليل نتائج مقياس قلق المستقبل لزينب شقير للحالة س:

-الدرجة المتحصل عليها : (99) درجة.

-الدرجة (99) محصورة بين (96 و 112) تشير إلى وجود قلق مستقبل مرتفع جدا.

-التعليق على نتائج مقياس قلق المستقبل لزينب شقير للحالة س:

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن الحالة(س) لديه قلق مستقبل مرتفع هذا ما تفسره نتائج مقياس قلق المستقبل لزينب شقير بعد تطبيقه على الحالة س حصلت على الدرجة (99) حيث انحصرت بين الدرجة (96-112) وهذا يدل على وجود قلق للمستقبل مرتفع و على عدم الراحة والاطمئنان بسبب جائحة كورونا وقد ظهر جليا في محاور المقياس حيث تحصل محور القلق الذهني (التفكير في المستقبل) على 28 درجة وهي أكبر درجة متحصل عليها ، يليه محور اليأس من المستقبل بدرجة 20 ثم القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية 19 درجة، وقلق الصحة والموت ب: 18 درجة أما محور الخوف والقلق من الفشل فقد تحصل على 14 درجة.

3. تحليل النتائج ومناقشتها.

من خلال إجراء المقابلة العيادية النصف موجهة مع الحالة ونتائج مقياس قلق المستقبل لزينب شقير، فقد ظهر على الحالة قلق المستقبل مرتفع جدا وبشكل واضح، وتبين ذلك من خلال الدرجة المتحصل عليها من خلال تطبيق المقياس والتي قدرت ب:99 درجة، كذلك القلق والإحباط كما أن لديه نظرة سلبية للحياة المستقبلية وهذا راجع إلى الخوف من المستقبل والخوف من العدوى والموت بسبب فيروس كورونا المستجد (Covid 19) الذي كان سبب في وفاة العديد من الناس وخاصة في صفوف الأطقم الطبية والشبه طبية وأنه متشائم من الحياة المستقبلية، حيث يرى أن حياته غامضة ومجهولة كما يتوقع حدوث الخطر في المستقبل وهذا ما يشير إليه المشيخي(2009) أن القلق من المستقبل هو الشعور بعدم الارتياح والتفكير السلبي اتجاه المستقبل والنظرة السلبية للحياة المستقبلية. (المشيخي،2009،47)

وقد لوحظ على الحالة أثناء المقابلة التوتر والقلق بسبب الخوف من الإصابة بالمرض واليأس من الشفاء من المرض لأنه عايش مرض أقرب الناس إليه وأعز أصدقاءه ، وأن علاجه مجهول خلف هذا لديه نظرة أنه لا شفاء منه، وقلق الموت، والخوف من نظرة المجتمع لأنه يعمل مع مرضى الكوفيد بل أصبحوا يتحاشونه وكأنه هو المريض، و يتجنبون التعامل معه ،وهذا يجعله غير قادر على مواجهة المشكلات الحياتية خاصة أنه في الميدان أمام فيروس غير مرئي ، ومجهول الأسباب والعلاج ولم يسبق له أن تعامل مع أزمة وبائية من قبل حتى أنه لم يتحصل على تكوين في كيفية مجابهة هذا الوباء، فبالتالي يفتقر للخبرة المهنية اللازمة.

وفي هذا ترى شقير "أن إصابة الفرد بصدمة أو إعاقة يجعله يدرك الأحداث المؤلمة مع صعوبة هذه المدركات، مما يؤدي إلى تزايد القلق لديه، ويزيد من النظرة التشاؤمية للحاضر والمستقبل، ويشعره بالخوف من الموت، ومواجهة الحياة المستقبلية بشكل إيجابي وسوي، الأمر الذي يسبب له حالة من عدم الثقة بالنفس وعدم القدرة على مواجهة المستقبل والخوف والذعر الشديد من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل، مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل ". (شقير،2005، 5)

ومن خلال ملاحظتنا للحالة (س) أثناء المقابلة كثرة التدخين وكثرة الحركة للهروب من الموقف المثير للقلق أو التخفيف منه وقد كان واضح من خلال تصريحاته حول فقدان الأمل في المستقبل والخوف من الموت وحسب الفتلاوي أنه واحدا من المهددات المهمة لحياة الفرد لأنه حسب نظرة الحالة المستقبل يحتوي على احتمال الوفاة، وهذا ما يسبب له قلق الموت، وتغير

نظرته للحياة بحيث أصبحت لديه نظرة سلبية وتشاؤمية. وهذا ما جاء في تعريف زالكسي :" Zaleski" أنه حالة من التوجس وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات السلبية في المستقبل، ويرى أن حالة القلق الشديد تحدث من تهديدها ومن أن شيئا كارثيا حقيقيا يمكن أن يحدث للفرد (Zaleski, 1996, 165) .

فقلق المستقبل نتج جراء ما عايشته الحالة من ألم وفقدان لأحبابه، وموت العديد من المرضى لأنه عاجز عن إنقاذهم ،مما أدى به إلى التوتر وإحساسه بعدم الأمان و بالفشل، وهذا يتوافق مع ما توصلت إليه زينب شقير أنه " خلل ينتج عن خبرات ماضية غير سارة واستحضار للذكريات والخبرات الماضية الغير سارة مع تضخيم السلبيات ودحض للإيجابيات الخاصة بالذات والواقع ، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات والعجز الواضح، وتعميم الفشل وتوقع الكوارث، وتؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل، وقلق التفكير بالمستقبل، والخوف من المشكلات الاجتماعية والاقتصادية المستقبلية المتوقعة والأفكار الو سواسية وقلق الموت واليأس ".

وأخيرا وانطلاقا من النتائج المتحصل عليها من المقابلة العيادية النصف موجهة ونتائج مقياس قلق المستقبل لزينب شقير، نستنتج أن الفرضية التي مفادها مستوى قلق المستقبل مرتفع لدى بعض الأطباء في ظل جائحة كورونا قد تحققت حيث تبين لنا أن الحالة لديها قلق مستقبل مرتفع مما أثر على الجوانب الاجتماعية والنفسية والمعرفية التي يعيشها، مسببا له الشعور بالقلق على مستقبله وحياته وصحته والتفكير الدائم لما سيحدث له لاحقا ولأولاده وزوجته مع توقع للسوء والخوف أدى إلى شعوره بالضيق والحزن.

الخلاصة

في ختام هذه الدراسة الذي تناولنا فيها موضوع يتعلق بالجيش الأبيض الذي يعاني في صمت خاصة في جائحة كورونا، حيث تعتبر هذه الجائحة أزمة وبائية أدت إلى الشعور بالهلع والقلق خاصة قلق المستقبل من هذا الفيروس الذي ظهر في ديسمبر في الصين ثم انتشر عالميا، حيث أثر على حياتهم، وهذا التأثير مس جميع الجوانب " النفسية، الجسدية، الجنسية الأسرية والاجتماعية...، فقلق المستقبل ينشأ نتيجة للضغوطات النفسية التي يواجهها الطبيب خلال مزاولة عمله في الظروف القاهرة التي يمر بها العالم عامة والبلاد خاصة

ولكن إذا وصل التفكير في المستقبل والقلق منه إلى حالة عجز الطبيب عن مواجهة المشاكل الحياتية والنظرة السلبية والتشاؤمية للمستقبل فهذا يؤثر سلبا على عمله الذي يتطلب الدقة والتركيز من أجل سلامة المريض. لذلك يجب الاهتمام بهذه الشريحة من المجتمع للنهوض بقطاع الصحة وتحسينه .

في الأخير ارتأينا أن نقدم جملة من المقترحات منها:

- الاهتمام بالجانب النفسي والاجتماعي للأطباء، لذا يجب المتابعة النفسية بعد نهاية الجائحة لأنهم ظلوا لأسابيع يعيشون الخوف ويتأثرون لحالة المرضى أثناء التعامل المباشر معهم، من أجل التفرغ لعملهم بشكل جيد.

-اقتراح برامج إرشادية علاجية للتخفيف من حدة الضغوطات النفسية للأطباء خاصة ضغوطات العمل.

-توفير شروط العمل المناسبة لهم خاصة أطباء الجنوب من أجل العمل في اريحية، وعدم التعرض للقلق والخوف من عدوى الأمراض الفتاكة والمعدية كالسل وفيروس كورونا وانفلونزا الخنازير. وضمان راتب جيد ليحفظ كرامته ومن أجل العيش عيشة جيدة تتماشى مع متطلبات الحياة وحمايته من الهجرة والخوف والقلق على مستقبله لأنه يتقاضى أجر زهيد.

-سن قانون يحمي الأطباء من المضايقات والتعرض للعنف اللفظي والجسدي من قبل المريض نفسه أو مرافقيه .

-القيام بدراسات حول منظور زمن المستقبل وعلاقته بقلق الموت لدى الأطباء والممرضين خاصة جراء الأوبئة لان معظم الدراسات تتمحور حول الزلازل والفيضانات.

References

Alamamy, eabbas naji safa'. (2010). The relationship of the characteristic of optimism and pessimism to the future anxiety of the youth of the Danish community. Master Thesis in Psychological Sciences. University of the Arab Academy in Denmark, Denmark. [in Arabic]

Alddahry, salih hasan 'ahmad. (2008). Fundamentals of psychological compatibility, behavioral and emotional disorders, foundations and theory. Amman, Jordan : Dar Al-Safa for Publishing and Distribution. [in Arabic]

Alhmdani, 'iiqbal. (2011). Alienation, rebellion, and anxiety about the future. Jordan: Dar Safa for printing, publishing and distribution. [in Arabic]

Al'iidhaeat, aljazayiriatu. (2020). Coronavirus : symptoms, causes, and risks. Available at : https://www.radioalgerie.dz/news/ar/article/20200126/188844.html(accessed on 16/8/2020)

Almisri, nyfyn eabd alrahman. (2011). Future anxiety and its relationship to both self-efficacy and the level of Academic ambition among a sample of Al-Azhar University students in Gaza]. Master Thesis, Al-Azhar University Gaza.[in Arabic]

Almushikhi, ghalib bin muhamad eali. (2009). Future anxiety and its relationship to both self-efficacy and level of ambition. I have a sample of Taif University students. Unpublished PhD thesis, College of Education. Umm Al Qura University. Egypt. [in Arabic]

Alnajaru, altulae yuhyaa, eabd alrawuwf. (2012). Psychological toughness and its relationship to professional consensus among academics working in Palestinian universities in the Gaza Strip . Hebron University Research Journal. Al-Aqsa University. Palestine, 7 (1), 1-30[in Arabic]

Balkylani, 'iibrahim bin muhamad. (2008). Self-esteem and its relationship to future anxiety among the Arab community residing in Oslo, Norway. Master's thesis, Arab Open Academy in Denmark. [in Arabic]

Dawd, bin drwysh halas. (2006). Researcher's guide to organizing and clarifying scientific research in behavioral sciences. Gaza (Palestine) : Afaq Publications for Printing and Publishing[in Arabic]

Daynza, rubin. (2006). Anxiety management.. Cairo. Egypt : translated by Dar Al Farouk[In Arabic]

Dhuqan eubaydat, sahilat 'abu alsamid. (2002). Scientific research (qualitative research and scientific research)] (1i). Amman : Dar Al-Fikr for printing, publishing and distribution[in Arabic]

Eabd almaeti, hasan mustafaa. (1998). Eilm Clinical Psychology. Cairo : Qua House[in Arabic]

Eshry, mahmud muhia aldiyn. (2004). Future anxiety and its relationship to some cultural variables, an uncivilized study comparing students of some colleges of education in Egypt and the Sultanate of Oman] .in : The eleventh annual conference of psychological counseling. Ain Shams University, Cairo, Egypt, 25-27 / 12/2004[in Arabic]

Kamil 'ahmad, sahir (2001). Social Psychology between theory and practice] . Alexandria : Alexandria Book Center[in Arabic]

M.m, ea. (2020). A slight increase in injuries and a tendency to reduce isolation] . Aviable at : https://p.dw.com/p/3cHv8(accessed on 19/12/2020)

Masseur, sana' munyur. (2006). Some variables related to future anxiety in a sample of adolescents. Unpublished. PhD Thesis, Tanta University. Cairo.[in Arabic]

World Health Organisation. (2020). novel coronavirus. Available at : www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019(accessed on 10/5/2020)

Nazli, r., & lmalshy, 'a. 2020 . Before, learn about the deadliest epidemics in history] . Available at : https://bluenoqta.com/2020/04/11(accessed on 27/8/2020)

Shaqirun, zaynab. (2002). clinical and Pathological Psychology of Children and Adults] . (1M). Jordan : Dar Al-Fikr For printing, publishing and distribution.[in Arabic]

Shaqirun, zaynab. (2005). A measure of future anxiety. Cairo : The Egyptian Renaissance House[in Arabic]

Slah, kha. 2020.aljzayr: The number of Coronavirus cases has risen to 15,500]. Available at: https://www.youm7.com/story/2020/7/4 (accessed on 19/12/2020)

Wikipidia, a. a. (2021). Corona Virus. Available at: https://ar.wikipedia.org/wiki) accessed on 16/8/2020)

Yan-Qing Liu 1,2,3 & Zhi Yang4,5 & Yan-Song Lin1,3,4, *Reactions to COVID-19 .Actions of nuclear medicine healthcare personnel in China, European Journal of Nuclear Medicine and Molecular Imaging* (2020) 47 :1798–1801.

Zaleski zbegniew, (1996*). Future Anxiety : concept, measurement, and preliminary research. Personality and Individual Differences. 21 (2), 165–174.*

المراجع:

الامامي، عباس ناجي صفاء. (2010). علاقة سمة التفاؤل والتشاؤم بقلق المستقبل لشباب الجالية الدنمارك . رسالة ماجستير في العلوم النفسية. جامعة الأكاديمية العربية في الدنمارك، الدنمارك.

الحمداني، إقبال. (2011). الاغتراب والتمرد والقلق من المستقبل. الاردن: دار صفاء للطباعة والنشر والتوزيع.

الداهري، صالح حسن أحمد. (2008). أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية والانفعالية الأسس والنظريات. عمان، الأردن: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

المشيخي، غالب بن محمد علي. (2009). *قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف*. رسالة دكتوراه غير منشورة كلية التربية. جامعة أم القرى. مصر.

النجار، الطلاع يحيى، عبد الرؤوف. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى الأكاديميين العاملين في الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة. *مجلة جامعة الخليل للبحوث*. جامعة الأقصى. فلسطين.

بالكيلاني، ابراهيم بن محمد (2008). *تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج*. رسالة ماجستير عير منشورة: الأكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.

عبد المعطي، حسن مصطفى (1998). علم النفس الإكلينيكي. القاهرة: دار قباء.

داود، بن درويش حلس. (2006). دليل الباحث في تنظيم وتوضيح البحث العلمي في العلوم السلوكية. الجامعة الإسلامية غزة. فلسطين.

داينز، روبين (2006). إدارة القلق. ط1. ترجمة دار الفاروق: القاهرة. مصر.

ذوقان عبيدات، سهيلة أبو السميد (2002). البحث العلمي (البحث النوعي والبحث العلمي). ط1. عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

شقير، زينب محمود. (2002). علم النفس العيادي والمرضي للأطفال والراشدين. ط 1. الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

شقير، زينب محمود (2005). مقياس قلق المستقبل. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

كامل أحمد، سهير (2001). علم النفس الاجتماعي بين النظرية والتطبيق. الإسكندرية: مركز الإسكندرية للكتاب.

المصري، نيفين عبد الرحمان. (2011). *قلق المستقبل وعلاقته بفاعلية الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الازهر*. رسالة ماجستير. جامعة الازهر. غزة. فلسطين.

عشري، محمود محي الدين. (2004). قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة غير حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان. في: المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي. جامعة عين شمس، القاهرة، مصر، 25- 27/12/2004

مسعود، سناء منير. (2006). *بعض المتغيرات المتعلقة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين*. غير منشورة. رسالة دكتوراه، جامعة طنطا. القاهرة.