

السلوكات الإيجابية المكتسبة من الحجر الصحي في ظل جائحة كورونا

فاطمة الزهراء مرياح¹ حياة غيات^{2*}

^{1,2} مخبر علم النفس وعلوم التربية، جامعة وهران 2، محمد بن أحمد (الجزائر).

Acquired positive behaviors from quarantine under the Corona pandemic

Fatima Zohra Meriah¹

Hayat Ghat^{2,*}

meriahfatimazohra@univ-oran.2

ghiat.hayat@univ-oran2.dz

^{1,2} psychology & educational sciences lab, University Oran 2, Mohamed Ben Ahmed (Algeria)

Receipt date: 20/11/2020; Acceptance date: 03/01/2021; Publishing Date: 31/08/2021

Abstract. Corona virus is the world's largest pandemic, imposing quarantine as an emergency solution, and inevitably depriving individuals of their normal daily lives. In addition to the negative repercussions, it was found that the quarantine has many positive repercussions that affected individuals and their relationships within the family and society through the acquisition of new behaviors, and the discovery of hobbies and interests. That led the researchers to conduct a field study to reveal the most important positive behaviors gained under the pandemic.

An electronically applied questionnaire was designed and applied on a sample of 333 cases, after making sure of its psychometric qualities. The reached results were as follows:

- Be able to complete a lot of stuck things.
- Be able to discover and develop new talents.
- To adopt healthy and balanced eating pattern.
- To increase people's faith in God's judgment and destiny.

Keywords. Corona pandemic, quarantine, new behaviors, positive, hobbies.

ملخص. يُعد فيروس كورونا أكبر جائحة حلتّ بالعالم، أدت

إلى انتشار مشاعر الخوف والقلق بين الأفراد، مما أدى إلى تحويل العالم من قرية صغيرة إلى سجن كوني، بفرض الحجر الصحي كحل اضطراري، أدى حتماً إلى حرمان ممارسة الأفراد لحياتهم اليومية بشكل عادي. إلى جانب الانعكاسات السلبية، تبين أن للحجر الصحي العديد من الانعكاسات الإيجابية التي مست الفرد واثرت على العلاقات داخل الأسرة والمجتمع من خلال اكتساب سلوكات جديدة، واكتشاف هوايات واهتمامات، ما جعل الباحثان تقومان بدراسة ميدانية للكشف عن أهم السلوكات الإيجابية المكتسبة في ظل الجائحة.

وقد تمّ الاعتماد على المنهج الوصفي من خلال تصميم استبيان طبق إلكترونياً، على عينة من 333 حالة. وبعد التأكد من خصائصه السيكومترية. وجمع المعلومات ومعالجتها إحصائياً تم التوصل للنتائج التالية:

- التمكن من إتمام الكثير من الأمور العالقة.
- التمكن من اكتشاف المواهب وتطويرها.
- اعتماد نمط من الأكل الصحي المتوازن.
- زيادة إيمان الناس بقضاء الله وقدره.

كلمات مفتاحية. جائحة كورونا، الحجر الصحي، السلوكات الجديدة، الانعكاسات الإيجابية، هوايات.

1. مقدمة

قامت الجزائر بعد ظهور وباء كوفيد-19 بمجموعة من الإجراءات، تمثلت أهمها في إطلاق عملية الحجر الصحي بمختلف الولايات ضمن الإجراءات الصحية المتبعة لتقليل خطر انتشار فيروس كورونا، مما ترتب عن ذلك مجموعة من التداعيات التي تمس الأفراد المعافين والخاضعين للحجر الصحي.

وقد كانت للحجر الصحي تداعيات اجتماعية، تتمثل أهمها في الامتناع عن الزيارات بين أفراد العائلة والأصدقاء، والتوقف عن إجراء بعض الممارسات الاجتماعية مثل الالتقاء، المصافحة والعناق كما ساهم الحجر الصحي في نشوب بعض المشاكل الأسرية نتيجة الشجار وعدم التفاهم بسبب التوقف عن العمل، والمكوث بالبيت لفترات طويلة في ظل سوء الظروف المعيشية، وضيق السكن وارتفاع عدد أفراد الأسرة الواحدة، إضافة إلى الظروف المادية المزرية والتي مست جل الأسر، ناهيك عن المشاكل بين الزوجين والذي يصل الأمر إلى العنف ضد المرأة، وفي الحالات القصوى إلى الطلاق، كما أشارت إليه وسائل الإعلام بزيادة حالات الطلاق أثناء فترة الحجر الصحي. كلها موجات من المشاكل والغضب قد تنصب على الأطفال في فترة توقفها عن مزاولة الدراسة وإمكانية الخروج للعب مما يؤدي بالوالدين في كثير من الأحيان إلى استعمال العنف ضد الأطفال كما نعرف توسع في مستوى الغضب، خاصة مع تزايد الضغوطات في المجتمع. وتبرز التداعيات الاجتماعية السلبية خاصة عند الطبقات الهشة في المجتمع، إذ تعاني فئة واسعة من المجتمع الجزائري بمشاكل مادية واجتماعية، نتيجة أزمة السكن بين سكان الأحياء الغير مهيأة في المدن الكبرى، ورغم كل هذه السلبيات المذكورة سالفا إلا أن هذه الأزمة نشرت العديد من التداعيات الإيجابية التي اكتسبها المجتمع مؤخرا سواء على المستوى الخاص للفرد أو على المستوى العام للبيئة وللمجتمع وهذا ما سنركز على حصره في هذه الدراسة الميدانية، فما هي أهم التداعيات الإيجابية المكتسبة في ظل جائحة كورونا ؟

2. إشكالية البحث:

ألزمت الجزائر تطبيق الحجر الصحي، لمواجهة انتشار وباء كوفيد-19، وقد كان للحجر الصحي تداعيات سلبية بسبب الصعوبات الاجتماعية والاقتصادية، وما زاد من التداعيات الاجتماعية للحجر الصحي ضيق المساكن وسوء المحيط في الأحياء الهشة، وتعدّد أفراد الأسر، وتدني مستوى المعيشة، وقلة الوعي كلها عوامل تؤدي إلى تداعيات اجتماعية (غيات:2020). غير أن للحجر الصحي كذلك مجموعة من التداعيات الإيجابية وهي جوانب سنتطرق لها من خلال هذه الدراسة الميدانية، من أجل فهم هذه الظاهرة والتعامل الإيجابي معها طرحنا مجموعة من التساؤلات التالية:

من خلال إشكالية البحث، ومن أجل توجيه البحث الميداني، قمنا بطرح مجموعة من الأسئلة وهي كالتالي:

1. في ظل جائحة كورونا، وخلال فترة الحجر الصحي هل قضى معظم الناس أوقاتهم مع أهلكم؟

2. وفي ظل الحجر والوقت المتسع هل استطاعوا التمكن من إتمام الأمور العالقة والمتأخرة؟

3- وفي ظل التوقف عن العمل لدى الكثيرين هل استطاعوا إنشاء مشاريع خاصة بهم خلال الحجر الصحي، أو على الأقل هل استطاعوا اكتشاف مواهبهم وقدراتهم والتمكن من تطويرها، أو التمكن من القيام بتكوينات

□ □ □ □

4. فيما يخص الأشخاص الذين كانوا يعتمدون على الأكل السريع وفي ظل إغلاق المطاعم كيف أصبحت سلوكياتهم الغذائية؟ وكيف أصبحت ممارساتهم الغذائية في ظل النصائح الطبية المقدمة لتقوية المناعة ضد الفيروس؟

- 5- كيف أصبحت علاقة الفرد مع إقامته الصلوات التي كانت متاخرة بسبب ضيق الوقت، وكيف تحول القلق من المستقبل بعد أن توقف كل شيء بشكل مفاجئ؟
- 6- كيف استفاد الجزائري من السلوكات الإيجابية المنتشرة في المجتمع في الآونة الأخيرة كعمليات النظافة والتعقيم والتشجير، وكيف اكتسب آليات جديدة للتعامل مع المستوى الشخصي؟
- وهي أسئلة سنحاول الإجابة عنها من خلال نتائج هذه الدراسة الميدانية.
- 3- الدراسات السابقة:

أ- دراسة (غيات: 2020) دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة وباء كوفيد-19.

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على خصائص الحصانة النفسية وعوامل تدعيم قوة الشخصية، وإيجاد العلاقة بين الحصانة النفسية والحصانة الجسدية. كما يتطرق إلى التداعيات النفسية والاجتماعية للحجر الصحي، في صورته، الكلي أو الجزئي. كما يناقش طريقة استغلال الحصانة النفسية في التغلب على تداعيات الحجر الصحي ومواجهة الخوف من عدوى الوباء، وتمثلت نتائج الدراسة في أن أهم عامل للشفاء من جائحة كورونا (COVID-19)، هي المناعة البدنية، حتى قبل اكتشاف العلاجات المناسبة. إلا أن الصحة الجسدية مرتبطة بمستوى الرفاه والحصانة النفسية، ذلك أن قوة الشخصية تساعد الفرد على التحمل وتدعيم صحته البدنية، وتمنحه القدرة على مواجهة الأمراض وتسهيل عملية الشفاء.

رغم ذلك نجد قلة البحوث المركزة على الحصانة النفسية، والعوامل المؤثرة عليها، وكيفية استغلالها في مواجهة جائحة كورونا. خاصة أن للجائحة عدة تداعيات نفسية واجتماعية واقتصادية، لا يستطيع الأطباء دراستها، لكونها خارجة عن مجال اختصاصاتهم. وهو ما يتطلب تدخل علماء النفس لإلقاء الضوء على أهمية الصحة النفسية وسبل تدعيمها، واستغلالها لمواجهة جائحة كورونا 19. (الغيات: 2020، 285-306)

ب- دراسة: (أمال كزيز: 2020)، تحت عنوان ثقافة الحجر الصحي في ظل وباء كورونا COVID-19: دراسة ميدانية على عينة من الخاضعين للحجر الصحي في فندق مزفران (الجزائر).

ركزت هذه الورقة البحثية على الإحاطة بأبعاد ثقافة الحجر الصحي الخاص بعينة من المواطنين الجزائريين الذين كانوا عالقين بمطار اسطنبول الدولي، بحيث خضعوا للحجر الصحي في فندق (الجزائر)، بهدف الدراسة إلى فهم ورصد المعاني والرموز التي يحملها الفرد حول مفهوم الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي في ظل ثقافة التقارب الاجتماعي السائدة التي تعكس طبيعة المجتمع الثقافي في الجزائر، فعمدت نتائج هذه الدراسة طبيعة ثقافة الحجر الصحي المحصورة في مجموعة من الأفعال الاجتماعية التي تعبر عن تشتت معان ثقافة الحجر الصحي بين التقارب والتباعد الاجتماعي لمفردات الدراسة. (كزيز، 2020، 31-47)

ج- دراسة: (محمد لونيس: 2020)؛ أهمية الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي في الوقاية من الأمراض المعدية

تهدف الدراسة إلى التعرف على مختلف الطرق المستعملة من الأمراض المعدية. حيث أظهرت إجراءات الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي تتكون من مجموعة من المفاهيم المتداخلة والمتكاملة والتي كانت جد فعالة لمواجهة مختلف الأوبئة والجائحات. فإنها تبقى متعلقة بعدة عوامل كملاءمتها لخطورة المرض وسرعة تنفيذها بعد ظهوره. إضافة إلى مدى تجاوب المجتمع معها. كما أظهرت نتائج تجارب العديد من الدول أن

استعمال الوسائل التكنولوجية الحديثة في تتبع وتشخيص المصابين لها أهمية كبيرة في تكملة ونجاح هذه الدراسات (عبدالمجيد، 2020). (06.30)

د دراسة: (سنوسي و جلولي: 2020)؛ الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي.

الدراسة إلى التعرف على أهم مؤشرات الدلالة على انخفاض الصحة النفسية في ظل التباعد الاجتماعي، واستمرار الحجر الصحي تكونت عينة الدراسة من (464) الباحثان بتصميم استبيان والتأكد من خصائصه السيكومترية بعد جمع المعلومات ومعالجتها الباحثان إلى أهم المؤشرات الدالة على انخفاض الصحة النفسية هي: الشعور بالخوف من أن يصاب، الشعور بالعجز عن حمايته، كما تم الكشف عن مستوى الصحة النفسية في ظل أزمة كورونا على أنه منخفض بسبب الخوف والقلق. (سنوسي، 2020: 30)

دراسة بن عيشوش، ب ورسوب (2020) هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مدى مساهمة شبكة الفاسبوك وما لهذه الاستخدامات من دعم وتعزيز التوعية الصحية في المجتمع الجزائري وتحديد الدور تلعبه في بلورة وتحقيق ونشر التوعية الصحية، انطلاقاً من طرق وأنماط الاستخدام لدى متبوعي صفحة اخبار فيروس كورونا والتوعية الصحية نموذجاً ومن أجل اختبار فرضيات الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي مع تطبيق اداتي الملاحظة بالمشاركة

والاستبيان الإلكتروني على عينة قصدية عبر استطلاع آراء المستخدمين للمجتمع الافتراضي متبوعي، فيروس كورونا والتوعية الصحية من الفيروس كوفيد 19، حيث تكونت من 220 مفردة، وأسفرت الدراسة على عدة نتائج أهمها: تؤدي شبكة الفاسبوك دوراً فعالاً في تعزيز التوعية الصحية السليمة، وأن أهم المواضيع التي تقدمها هي زيادة الوعي، والتواصل مع الجهات الطبية، الفحص الدوري. (بن عيشوش، 2020: 06.02)

ودراسة غربي احسن (2020) تدابير الضبط الإداري في الحد من انتشار فيروس كورونا وجاءت هذه الدراسة لتبين الإجراءات التي اتخذتها السلطات العمومية المختصة والمتمثلة في جملة من التدابير الوقائية للحد من انتشاره ومكافحته، إذ تتنوع هذه التدابير في بعض الجوانب: حرية التنقل والتجمع الاقتصادية وتنظيم المرافق العامة بغرض التكيف مع الوضع والحد من انتشار الوباء. وحسب الدراسة ونتائجها تتمثل أهم التدابير التي اتخذتها السلطات المختصة بالضبط الإداري في الغلق لبعض الأنشطة التجارية، تعطيل وسائل النقل، منح العطل الاستثنائية للمستخدمين، الحجر المنزلي، التباعد المزم، مع إتباع هذه التدابير وغيرها بعقوبات إدارية وجنائية حتى يتم احترامها وتفادي العدوى قدر الإمكان، بحيث هدفت هذه الدراسة إلى التطرق للتدابير المتخذة في الجزائر للحد من انتشار كورونا (كوفيد 19) وذلك من خلال المنهج الوصفي التحليلي التنظيمية المتضمنة للتدابير، واستنتاج النقاط الإيجابية والنقائص إن وجدت ومن أهم التدابير الإيجابية هي فرض الحجر الصحي المكثف، وغلق النشاطات التجارية التي تستدعي الاكتظاظ والأهم من ذلك هو فرض عقوبات وغرامات مالية للمخالفين، أم السلبية هي حد حركة النقل نهائياً وغلق الحركة بين الولايات ما انجم انعكاسات سلبية على الفرد والمجتمع. (2020: 07.29)

4. منهج البحث:

حسب طبيعة الموضوع الذي يسعى إلى جمع معلومات حول موضوع محدد داخل مجتمع معين اعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي، وذلك من خلال إجراء استمارة إلكترونية بهدف حوصلة أهم السلوكيات الإيجابية وأكثرها انتشاراً داخل المجتمع الجزائري خلال الحجر الصحي في ظل انتشار فيروس كوفيد 19.

5. المفاهيم الإجرائية للبحث:

أ — **جائحة كورونا:** [كوفيد 19] هو الاسم الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية للفيروس المسبب [كوفيد 19] التهاب الرئوي الحاد والمعروف باسم (كوفيد 19) والذي أعلنته منظمة الصحة العالمية جائحة عالمية بحيث يؤثر المرض على الناس بشكل مختلف حيث تظهر [كوفيد 19] معظم الحالات أعراض خفيفة خاصة عند الأطفال والشباب [كوفيد 19] لدى فئات أخرى تظهر بشكل حاد وخطير [كوفيد 19] تحتاج إلى النقل إلى المستشفى فحوالي 20% من المصابين [كوفيد 19] للرعاية الطبية في المستشفى، وهذه الجائحة تعيشها الجزائر كباقي الدول واثرت تأثيراً كبيراً على المعاش اليومي للأفراد، وفي هذه الدراسة سنتطرق إلى التأثيرات الإيجابية لهذه الجائحة على الفرد والمجتمع.

ب — **الحجر الصحي:** [كوفيد 19] عزل الأشخاص المخالطين لحالات مؤكدة أو لحالات يُحتمل إصابتها بالمرض لفترة زمنية تحدد وفقاً لفترة حضانة المرض «الفترة ما بين حدوث العدوى وظهور الأعراض» وقد قدرت بـ 14 يوماً في حالة [كوفيد 19] فيعرف بأنه حجز المرضى الذين ظهرت عليهم الأعراض بالفعل بعيداً عن الأشخاص [كوفيد 19] «التباعد الاجتماعي» بأنه الحفاظ على مسافة «مترواحد على الأقل» بين الأفراد الأصحاء، والحجر الصحي في هذه الدراسة يقصد به غلق بعض الأنشطة وتحديد أوقات الخروج والدخول إلى المنازل

ج . **السلوكيات الإيجابية:** هي بعض السلوكيات المرغوبة التي اكتسبها الفرد خلال فترة الحجر الصحي، كالتشديد في التعقيم والتباعد الاجتماعي واحترام مسافات التباعد، وغيرها من السلوكيات التي سنسعى إلى حوصلتها في هذه الدراسة من خلال تطبيق استمارة قامت الباحثتان ببنائها وتطبيقها إلكترونياً وتوزيعها بشكل عشوائي [كوفيد 19] [كوفيد 19] شرق، غرب، [كوفيد 19] [كوفيد 19]

6 — **أهمية الدراسة:** تكمن أهمية الدراسة في تبيان أهم السلوكيات الإيجابية المكتسبة في ظل جائحة كورونا [كوفيد 19] [كوفيد 19] منها من طرف الفرد والمجتمع حين تعود الحياة إلى طبيعتها بإذن الله.

7. **أهداف الدراسة:** تهدف هذه الدراسة [كوفيد 19] التعرف على السلوكيات الناتجة عن الحجر الصحي في صورته [كوفيد 19] كما يناقش طريقة استغلال فترة الحجر الصحي من أجل تطوير القدرات والمهارات والعمل على استغلال الوقت والمكوث في البيت في كل ما هو إيجابي يخدم الصحة النفسية للأفراد.

أ. الجانب النظري:

1- أهم الانعكاسات الإيجابية للحجر الصحي في ظل جائحة كورونا:

لقد اجتمع العديد من الباحثين حول رأي مشترك يخص أهم الانعكاسات الإيجابية التي طرأت على كوكب الأرض بسبب الوباء، أهمها ما يلي:

خلال صور الأقمار الاصطناعية التي نشرتها وكالة الفضاء الأمريكية (ناسا) ووكالة الفضاء الأوروبية، رُصد تراجع [كوفيد 19] الصين خلال شهري يناير/كانون الثاني وفبراير/شباط، في انبعاثات ثاني أكسيد النيتروجين، التي تنتج في الغالب عن استخدام الوقود الأحفوري. ونجم ذلك عن التباطؤ الاقتصادي الذي شهده هذا البلد، خلال فترة الحجر الصحي.

وتفيد نتائج استخلصها باحثون من مركز "أبحاث الطاقة والهواء النقي"، المتخصص في دراسة التبعات الصحية لتلوث الهواء، بأن ٥٠٠٠٠٠ غاز ثاني أكسيد الكربون، الناجم بدوره عن استخدام الوقود الأحفوري، تراجعت هي الأخرى، بنسبة 25 في المئة بسبب الإجراءات المتخذة لاحتواء التفشي الوبائي لفيروس كورونا المستجد.

ولم يختلف الحال في إيطاليا، إذ كشفت بيانات مسقاة من صور أقمار اصطناعية مماثلة، عن أن انبعاثات ثاني أكسيد النيتروجين تراجعت أيضا في شمالي البلاد، بل وبدت الممرات المائية في مدينة البندقية أكثر نقاء، بفعل التراجع الحاد في حركة القوارب السياحية.

وفي الهند، أدى حظر التجول الذي فرض في مختلف أنحاء البلاد في الثاني والعشرين من مارس/أذار، إلى أن يصل مستوى التلوث بسبب ثاني أكسيد النيتروجين إلى أدنى مستوياته خلال فصل الربيع على الإطلاق، وفقا لمركز "أبحاث الطاقة والهواء النقي".

أما في أمريكا الشمالية، وهي إحدى أكثر البقاع التي تشكل مصدرا للتلوث في العالم، فستشهد تطورات مماثلة على الأرجح، بالتزامن مع بدء حالة انكماش اقتصادي واسعة النطاق في مختلف أنحاء.

لا يعني ذلك - بطبيعة الحال - أن محاربة الانبعاثات الغازية المسببة لظاهرة الاحتباس الحراري تستلزم أن يواجه العالم أزمة صحية حادة كتلك التي يمر بها الآن. لكن ما يحدث حاليا، يجب أن يمنحنا سببا للتفكير مليا في تأثير الأنشطة البشرية - بما في ذلك التنقل والسفر - على طبيعة الوضع على سطح الأرض. وأدى فرض قيود على السفر والتنقلات غير الضرورية، إلى أن تبقى شركات الطيران طائراتها على الأرض، ما أفضى إلى أن تقلص هذه الشركات عدد رحلاتها الجوية بشكل حاد، أو توقفها بشكل كامل. ورغم أن البيانات التي تكشف التأثيرات التي خلفها تقليص حركة الطيران على البيئة، لم تنشر بعد فإننا ندرك بالفعل أن ذلك أحدث أثرا كبيرا على الأرجح. ولعل بوسعنا هنا الإشارة إلى نتائج دراسة أجريت عام 2017 بالشراكة بين مركز دراسات الاستدامة في جامعة لوند السويدية وجامعة بريتش كولومبيا الكندية، أفادت بأن بمقدور كل فرد منا، اتخاذ ثلاثة قرارات ذات طابع شخصي، من شأنها إحداث تقليص سريع في انبعاثات الغازات المسببة للاحتباس الحراري، وهي تقليل حركة السفر بالطائرات والسيارات، وكذلك استهلاك اللحوم.

وقد أظهرت دراسة نشرت عام 2018، أن ثمانية في المئة من الانبعاثات الغازية في العالم، ناجمة عن النشاط السياحي وأن لحركة السفر الجوي نصيب الأسد في هذا الشأن، بحيث إن (كيمبرلي نيكولاس)، الباحثة في مركز دراسات الاستدامة في جامعة لوند، إن "التوقف عن استخدام الطائرات في التنقل أو تقليص اللجوء إلى هذه الوسيلة في السفر هو التحرك الأكثر فعالية الذي يمكننا القيام به لتقليص الانبعاثات الغازية، وبفارق كبير في أثره المحتمل، عن أي تحرك مماثل له على هذا النحو". (2020/05/01)

2 الممارسات الإيجابية المكتسبة من الحجر الصحي في المجتمع الجزائري:

يتصرف الأفراد بطرق مختلفة أثناء الحجر الصحي، وذلك حسب المستوى الثقافي ومهنة الفرد ومستواه المادي ومكان إقامته. ذلك أن ارتفاع المستوى الثقافي للفرد يؤدي به إلى تبني طرق خاصة بحيث يتم الانشغال باستعمال الوسائل الحديثة في التواصل كالإنترنت، ووسائل التواصل الاجتماعي إلى جانب المطالعة في حين أن الأفراد الأقل مستوى من حيث الثقافة يلتجئون إلى أساليب أخرى، ومنها الخروج وعدم احترام توصيات وإجراءات الحجر الصحي، يلتجئون إلى أساليب دينية مثل الإكثار من صلاة النوافل وقراءة وحفظ القرآن يستغل البعض الحجر الصحي في القيام بأعمال مفيدة، كل حسب طبيعة وظيفته، واهتماماته.

فالموظف والعامل الذي يقضي وقت الحجر في بيته، يقوم بإصلاح ما يجب إصلاحه في المنزل، والعناية بأسرته، والقيام بكل ما لم يجد وقتاً لإنجازه في الأيام العادية. وقد تمت ملاحظة إقبال كبير من المواطنين في الأيام الأولى للحجر الصحي على محلات الخردوات، لاستغلال فرصة الحجر، لشراء ما يحتاجونه لإصلاح أمور في بيوتهم.

أما السيدات فهن اشغالهن أيضاً في النسبة للمرأة الماكثة في البيت فلا شيء يتغير بالنسبة لهن. أما المرأة العاملة، فتجد دائماً نشاطات تنجزها، ومنها ممارسة هواياتها وتعلمها، وتعلم ما تحتاجه كالخياطة والحلويات والطبخ، وغيرها من النشاطات والهوايات النسوية.

بينما ينشغل المربون والطلبة بإنجاز البحوث المختلفة والمراجعة والمطالعة، خاصة مع توفر الإنترنت الذي يسمح بالحصول على المعرفة العلمية عن بعد. أما الأساتذة فيستغلون أوقاتهم في إعداد محاضراتهم وتحديثها، إلى جانب البحث والكتابة والنشر والعمل المفيد. (35: 2020: 35)

ب. الجانب :

- : 1. وصف أداة جمع المعطيات:

1. وصف أداة جمع المعطيات:

الدراسة الكمية الإلكترونية، لبنائها وتوزيعها عبر وسائل التواصل الاجتماعي بشكل عشوائي، عبر كل ولايات الوطن، المقياس يحتوي على 15 فقرات الأولى تخص جمع البيانات من جنس و سن ومستوى دراسي، أما 12 فقرة الموالية كانت عبارة عن أسئلة الغرض منها حوصلة أهم : 1. : المنتشرة في ظل الحجر الصحي، ولتبني المقياس يجب التأكد من صدقه وثباته قبل المباشرة في الدراسة الميدانية.

أجريت الدراسة : 1. : على 35 شخصا 19 ، 16 انثى من ولايات مختلفة وذلك من أجل التأكد من صدق وثبات المقياس، لتبينه في الدراسة الأساسية:

1. : 1. : 1. :

الكلي، والجدول التالي يوضح النتائج المتدا : إليها:

جدول رقم (1) : 1. : 1. :

الترتيب	المتغير	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة الحرجة	القيمة الفعلية
1	0.39*	0.05	2	0.37*	0.05 دال عند
3	0.49**	0.01	4	0.68**	0.01 دال عند
5	0.48**	0.01	6	0.69**	0.01 دال عند
7	0.62**	0.01	8	0.54**	0.01 دال عند
9	0.58**	0.01	10	0.56**	0.01 دال عند
11	0.49**	0.01	12	0.76**	0.01 دال عند

يبين الجدول اعلاه معاملات ارتباط الفقرات بالمجموع الكلي، وما يلاحظ ان كل الفقرات كانت دالة عند مستوى 0.05 وهذا ما يدل على ان الاستبيان صادق.

2. : 1. : 1. :

تم حساب ثبات الاستبيان بطريقة الاتساق الداخلي معامل الفا كرونباخ، بحيث قدرت نسبة ربا: 0,57 وهي قيمة تدل على ثبات المقياس.

بعد التأكد من صدق وثبات المقياس يتم الشروع في الدراسة الأساسية.

4.5.1. الخصائص الديموغرافية للمشاركين

تمثلت عينة الدراسة في 327 فردا، وهي موزعة حسب الجنس، والسن، والمستوى الدراسي والولايات كما هو مبين في المخطط التالي:

أ. مواصفات العينة حسب الجنس: (2) يبين مواصفات العينة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة %
الذكور	96	29,4
الإناث	231	70,6
المجموع	327	100%

الجدول (2) يتبين لنا أن نسبة الإناث أكبر من نسبة الذكور، بحيث قدرت نسبة الإناث بـ 70,6% ونسبة الذكور قدرت بـ 29,4% وحسب تحليل النسب هناك تفاوت بين عدد الذكور وعدد الإناث وهذا ما منعنا من حساب الفروق بين الجنسين في هذه الدراسة.

ب. مواصفات العينة حسب السن: الجدول رقم (3) يبين مواصفات العينة حسب السن

السن	العدد	النسبة %
15-25	25	7,6
25-40	40	12,3
40-60	12	3,7
المجموع	77	100%

الجدول (3) يتبين لنا أن أكبر نسب للمجيبين عن الاستمارة تتراوح أعمارهم بين 15-25، و 44,2% وهي نسبة غير متفاوتة مع فئة الذين تتراوح أعمارهم من 40-25 سنة والتي قدرت بـ 43,6% أما فئة الذين تتراوح أعمارهم 40-60، و 12,3%.

ج. مواصفات العينة حسب المستوى التعليمي:

الجدول رقم (4) يبين مواصفات عينة الدراسة الأساسية حسب المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	العدد	النسبة %
المتوسط	0	0%
الابتدائي	8	9,9%
الجامعي	11	91,1%
المجموع	11	100%

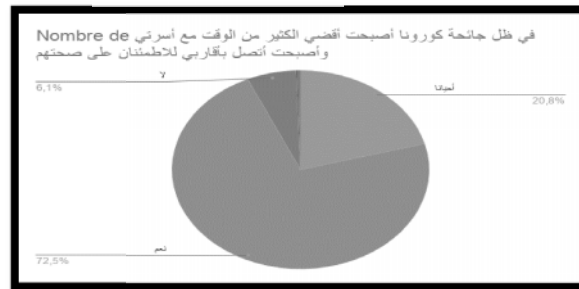
حسب النتائج المبينة في المخطط (4) يتبين لنا أن أكبر نسبة للمجيبين عن الاستبيان مستواهم التعليمي جامعي بحيث قدرت النسبة بـ 91,1%.

6. تحليل نتائج الدراسة:

1. تحليل نتائج التساؤل الأول:

في ظل جائحة كورونا، وخلال فترة الحجر الصحي هل قضى معظم الناس أوقاتهم مع أهلهم؟

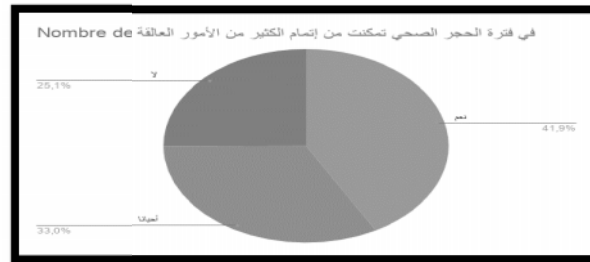
البيانات (1) يبين نتائج التساؤل الأول



حسب النتائج المبينة في الرسم البياني (1) يتبين لنا أنه 72,5 % من أفراد العينة كانوا يقضون الكثير من الوقت مع أفراد عائلاتهم، وأصبحوا يتصلون على أقرانهم للاطمئنان على صحتهم، وهذه النسبة الكبيرة من الإجابات بنعم تدل على اكتساب هذا السلوك الإيجابي في ظل هذه الظروف الصعبة، وفي ظل فترة الحجر الصحي.

2- تحليل نتائج التساؤل الثاني:

في ظل الحجر والوقت المتسع هل تمكنا من إتمام الأمور العالقة والمتأخرة؟

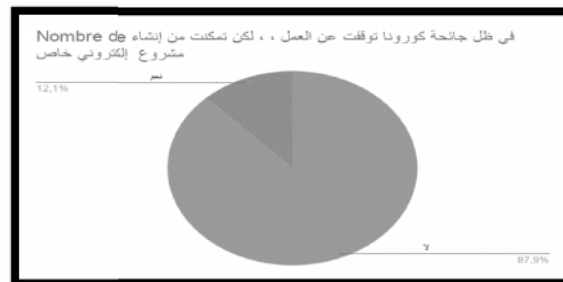


الرسم البياني (2) يبين نتائج التساؤل الثاني

حسب النتائج المبينة في الرسم البياني (2) يتبين ان اكبر نسبة إجابات كانت بالاجابة بنعم بحيث قدرت ب 41,9% فيما يخص إتمام الكثير من الأمور العالقة، وتلها الإجابة باحيانا والتي قدرت ب 33% وحسب تحليل النتيجة فهذا سلوك إيجابي انتشر خلال فترة الحجر الصحي.

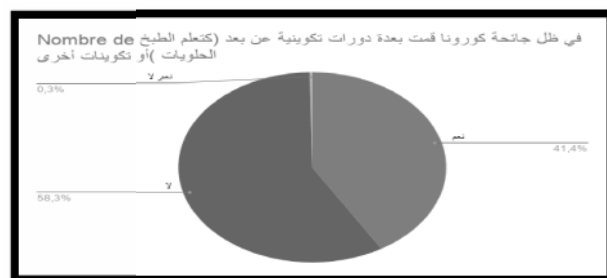
3. تحليل نتائج التساؤل الثالث:

في ظل التوقف عن العمل لدى الكثيرين هل استطاعوا إنشاء مشاريع خاصة خلال الحجر الصحي، أو على الأقل استطاعوا اكتشاف مواهب وقدراتهم وتطويرها، أو التمكن من القيام بتكوينات خاصة؟

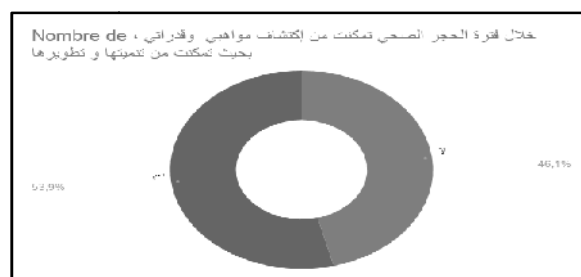


الرسم البياني (3) (4) (5) يبين نتائج التساؤل الثالث.

حسب الإجابات الواضحة في المخطط (3) فإنه حسب إجابيات أفراد العينة الأساسية فإنه في ظل جائحة كورونا وخلال فترة الحجر الصحي الذي تسبب في توقف العمل لدى الكثيرين، وضعف الدخل الفردي نسبة كبيرة من أفراد العينة لم يتمكنوا من إنشاء مشاريع خاصة، وهذا ما تفسره أعلى نسبة للإجابات ب لا والتي قدرت ب 87%.

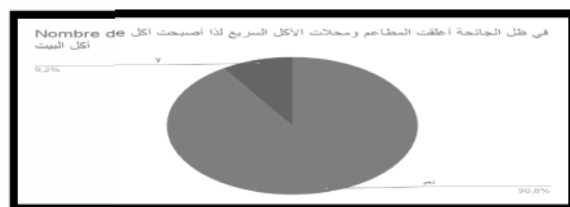


البيانات (4) تظهر النتائج المتحصل عليها تدل على أن أكبر نسبة من المجيبين على السؤال لم يستفيدوا من تكوينات خاصة، لتطوير المهارات بحيث قدرت نسبة الإجابات بلا ب 58,3% على أنها نسبة غير متفاوتة مع المجيبين بنعم بحيث قدرت نسبة المستفيدين من تكوينات خاصة ب 41,4% وهي نسبة معتبرة وإيجابية في حد ذاتها، ففي ظل جائحة كورونا وفي ظل التوقف عن العمل وخلال فترة الحجر الصحي الذي انعكس سلبا على الفرد والمجتمع هناك أشخاص استفادوا من فترات فراغهم في القيام بتكوينات خاصة حتى ولو كانت عن بعد.



أما حسب الرسم البياني (5) فإن أكبر نسبة إجابات كانت بنعم حول استغلال فترة الحجر الصحي في اكتشاف المواهب القدرات والتمكن من تلميها وتطويرها، بحيث قدرت نسبة المستفيدين ب 53,9% هي نسبة جيدة تساهم في التحليل الجيد للنتائج.

4 تحليل نتائج التساؤل الرابع: فيما يخص الأشخاص الذين كانوا يعتمدون على الأكل السريع وفي ظل إغلاق المطاعم كيف أصبحت سلوكياتهم الغذائية؟ وكيف أصبحت ممارساتهم الغذائية في ظل النصائح الطبية المقدمة لتقوية المناعة ضد الفيروس؟



البياني رقم (6) يبين نتائج التساؤل الرابع

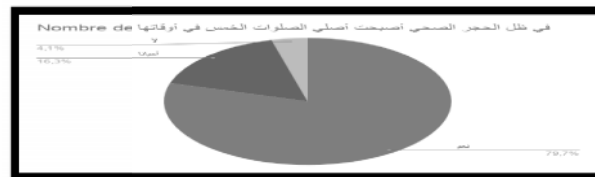
حسب النتائج المبينة على الرسم البياني رقم (6) يتبين لنا ان الاغلبية المجيبة بنعم قدرت ب 90,8 % في البيت في ظل إغلاق المطاعم ومحلات الاكل السريع، وهذه النسبة تعتبر جيدة وتدل على اهمية العادات الغذائية الغير مرغوبة واهمها التخلص من الاكل في الخارج، لانه عادة ما يكون غذاء غير صحي ومتوازن ولا يخدم صحة الفرد وبالتالي ينعكس سلبا على مناعة جسمه ويضعفها لمواجهة مختلف الامراض والفيروسات.

وما يؤكد نتائج المخطط رقم (6) المخطط رقم (7) والتي يدل على ان نسبة 50,2 % من الاشخاص أصبحوا ياكلون اكلا صحيا ومتوازنا خاصة في ظل النصائح المتعددة والمنشرة والتي قدمها الاطباء والمختصون عبر كل وسائل التواصل الاجتماعي من اجل تقوية مناعة الجسم ومواجهة الفيروسات بدون اثار مرضية وخيمة.

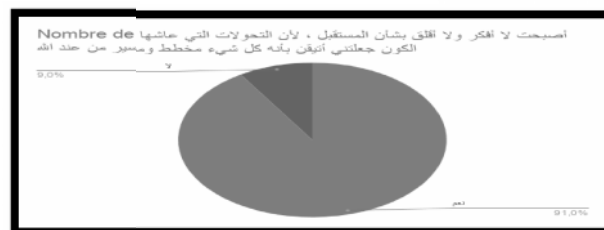


5. تحليل نتائج التساؤل الخامس

- كيف أصبحت علاقة الفرد مع الرب من خلال إقامة الصلوات التي كانت متاخرة بسبب ضيق الوقت، وكيف تحول القلق من المستقبل بعد ان توقف كل شيء بشكل مفاجئ؟



حسب النتائج المبينة على الرسم البياني (8) يتضح لنا ان فترة الحجر الصحي كان ايجابية فيما يخص خالق الكون بحيث ان 79,7% من المجيبين أصبحوا يصلون صلواتهم في اوقاتها، وهذه من اهم السلوكات الإيجابية في ظل جائحة كورونا.



الرسم البياني رقم (9) يبين نتائج التساؤل حول القلق من المستقبل

وفيما يخص الخوف من المستقبل، فحسب النتائج المبينة في المخطط (9) 91,0 % من الاشخاص أصبحوا لا يقلقون بشأن المستقبل، لأن فيروس كوفيد احدث تغيرات وتحولات مفاجئة للكون، اكدت للأفراد ان كل شيء مسير ومخطط من رب الكون ، وانه على الفرد الاقتناع بقضاء الله وقدره، وعدم التخطيط للمستقبل لأن كل شيء قابل للتغير في اي زمان و مكان.

7. نتائج البحث

حسب النتائج المبينة في المخططات والرسوم البيانية السابقة نقوم بمناقشة نتائج التساؤلات والتي كانت نتائجها موزعة كالتالي، فحسب النتائج المبينة في الرسم البياني (1) يتبين لنا أنه 72,5% من افراد العينة كانوا يقضون الكثير من الوقت مع افراد عائلاتهم، واصبحوا يتصلون على اقربائهم للاطمئنان على صحتهم، وهذه النسبة الكبيرة من الإجابات بنعم تدل على اكتساب هذا السلوك الإيجابي في ظل هذه الظروف الصعبة، وفي ظل فترة الحجر الصحي.

وحسب النتائج المبينة في الرسم البياني (2) يتبين أن أكبر نسبة إجابات كانت الاجابة بنعم بحيث قدرت ب 41,9% فيما يخص إتمام الكثير من الامور العالقة، تلمها الإجابة أحيانا والتي قدرت ب 33%، والباقي 25% كانت الاجابة بنعم، النتيجة فهذا سلوك إيجابي انتشر خلال فترة الحجر الصحي.

كما أن الإجابات الواضحة في المخطط (3) فإنه حسب إجابات افراد العينة الأساسية فإنه في ظل جائحة كورونا وخلال فترة الحجر الصحي الذي تسبب في توقف العمل لدى الكثيرين، وضعف دخل الفرد، نسبة كبيرة من افراد العينة لم يتمكنوا من إنشاء مشاريع خاصة، هذا ما تفسره أعلى نسبة للإجابات ب لا والتي قدرت ب 87%.

في المخطط (4)، فإن النتائج المتحصل عليها تدل على أن أكبر نسبة من المجيبين على السؤال لم يستفيدوا من تكوينات خاصة، لتطوير المهارات بحيث قدرت نسبة المجيبين ب 58,3% على أنها نسبة غير متفاوتة مع المجيبين بنعم بحيث قدرت نسبة المستفيدين من تكوينات خاصة ب 41,4% وهي نسبة معتبرة وإيجابية في حد ذاتها، ففي ظل جائحة كورونا وفي ظل التوقف عن العمل وخلال فترة الحجر الصحي الذي سلبا على الفرد والمجتمع هناك اشخاص استفادوا من فترات فراغهم في القيام بتكوينات خاصة حتى ولو كانت عن بعد.

أما حسب الرسم البياني (5) فإن أكبر نسبة إجابات كانت بنعم حول دور الأسرة في فترة الحجر الصحي في اكتشاف المواهب والقدرات والتمكن من تنميتها وتطويرها، بحيث قدرت نسبة المستفيدين ب 53,9% وهي نسبة جيدة تساهم في التحليل الجيد للنتائج.

حسب النتائج المبينة على الرسم البياني رقم (6) يتبين لنا أن الأغلبية المجيبة بنعم قدرت ب 90,8% حول أكل البيت في ظل إغلاق المطاعم ومحلات الأكل السريع، هذه النسبة تعتبر جيدة وتدل على سلوك إيجابي مهم جدا ألا وهو التخلص من العادات الغذائية الغير مرغوبة واهمها التخلص من الأكل في الخارج، لأنه عادة ما يكون غذاء غير صحي ومتوازن ولا يخدم صحة الفرد وبالتالي ينعكس سلبا على مناعة جسمه ويضعفها لمواجهة مختلف الأمراض والفيروسات.

في المخطط (7) والتي يدل على أن نسبة 50,2% من الأشخاص اصبحوا ياكلون اكلا صحيا ومتوازنا خاصة في ظل النصائح المتعددة المنتشرة والتي قدمها الاطباء والمختصون عبر كل وسائل التواصل الاجتماعي من أجل تقوية مناعة الجسم ومواجهة الفيروسات بدون اثار مرضية وخيمة.

حسب النتائج المبينة على الرسم البياني (8) يتضح لنا أن فترة الحجر الصحي كان لها إيجابيات فيما يخص علاقة الفرد مع خالق الكون بحيث أن 79,7% من المجيبين اصبحوا يصلون صلواتهم في أوقاتها، وهذه من أهم السلوكات الإيجابية في ظل جائحة كورونا.

وفيما يخص الخوف من المستقبل، فحسب النتائج المبينة في المخطط (9) 91% من الأشخاص أصبحوا لا يقلقون بشأن المستقبل، لأن فيروس كوفيد أحدث تغيرات وتحولات مفاجئة للكون، أكدت للأفراد أن كل شيء مسير ومخطط من رب الكون. الإنسان إلا الرضا بقضاء الله وقدره، لأن ما نخطط له في حياتنا شيء وما هو مقدر شيء آخر.

الجزائري من السلوكات الإيجابية المنتشرة في المجتمع في الأونة الأخيرة كعمليات النظافة والتعقيم والتشجير وكيف اكتسب التعقيم والتباعد على المستوى الشخصي التي يجيب عنه المخطط (10) تبين أن 81 % من المجيبين على الاستمارة تيقنوا أن المجتمع الجزائري اكتسب السلوكات الإيجابية المنتشرة في ظل جائحة كورونا كالقيام بعمليات التعقيم، وتظافر الجهود وعمليات التشجير والتنظيف.

وما يؤكد نتائج التساؤل السادس هي النتائج المبينة في الرسم البياني (11) والذي يؤكد أن 96% تعلموا ضرورة التعقيم والتباعد وترك مسافة أمان بينهم لتفادي العدوى وانتقال الفيروس، وهذه عادة حميدة انتشرت في ظل فيروس كورونا المستجد.

وما يزيد التأكيد على انتشار سلوكات إيجابية في ظل جائحة كورونا وخلال فترة الحجر الصحي، هو الإجابات عن السؤال المفتوح المبين في الرسم البياني رقم (12) والذي طلب فيه من المجيبين التحدث عن المستفادات المكتسبة على مستواهم الشخصي في ظل فترة الحجر لصحي، فكانت أغلب الإجابات تدل على أن هناك الكثير من الأفراد من هذه الجائحة في إنجاز أعمالهم ومشاريعهم العالقة أو المتأخرة، والقيام ببعض بتكوينات خاصة حتى ولو كانت عن بعد فبعض النساء استغلوا وقت فراغهم في تعلم الطبخ وصنع الحلويات، وتعلم الخياطة والعديد من المهارات وخاصة النساء العاملات اللواتي فترة فراغهم وأوقات توقفهم عن العمل في تنمية مهاراتهم وتعلم أمور إيجابية أخرى ومنهم ما من تنظيم حياته والتعرف على الذات والتصالح معها وغيرها من الإجابات الإيجابية. هذا ما أكدته دراسة (بوفلجة غيات: 2020: 45)

ومناقشة لهذه النتائج بات واضحا أن فيروس كورونا غير العالم والكون وأثر في الفرد والمجتمع بحيث كانت له تداعيات سلبية لا تحصى من توقف النشاطات الاقتصادية وكثرة الوفيات بسبب الفيروس والتوقف عن الدراسة بشق مراحلها، والتباعد الاجتماعي والأسري والذي سبب العزلة لدى الكثيرين ولكن في نفس الوقت لا يمكننا نكران الإيجابيات والفوائد المكتسبة في ظل هذه الظروف من تحسن العلاقات الأسرية والعائلية بحيث الفرد يقضي أكبر وقت مع أسرته أكثر، العائلة سواء من خلال التواجد معهم أو البقاء على اتصال بهم، عليهم خاصة في وقت توفرت في كل وسائل التواصل الاجتماعي بحيث البقاء على اتصالهم، ومن الإيجابيات المنتشرة في ظل فترة الحجر الصحي هي التقرب من الله وخاصة فيما يخص الالتزام بإقامة الصلوات في أوقاتها المحددة والتضرع والدعاء إلى الله من أجل رفع البلاء، ان علاقة الفرد بالخالق تحسنت لدى الكثير من الأشخاص وهذا واضح من خلال الإجابات المقدمة عن السؤال المفتوح والذي تم التعبير فيه عن كل الاستنتاجات الإيجابية التي استنتجها المجيبون عن الاستمارة وأهمها أن التمسوا المرض والموت لدى أقربائهم ما جعلهم يعيدون حساباتهم و خوفا من المرض وخوفا من الموت جراء الوباء، بعضهم يلتزمون بإقامة الصلوات في أوقاتها وبكثرة الدعاء والاستغفار، الرجوع إلى السلوكيات الغير مرغوبة قبل الوباء، ومن بين أهم الإيجابيات المكتسبة في ظل هذه الظروف هو تعلم سبل الوقاية والنظافة والتعقيم في الحياة اليومية بحيث أصبح الاستغناء عنها والتي يجب ان

تصبح عادة يومية في الحياة العادية من أجل الحماية والوقاية من الفيروسات والأمراض المعدية وليس كورونا فقط، وما كان واضحاً للعيان هو انتشار المبادرات والتضامن بين الأفراد من أجل تعميم النظافة والتعقيم داخل المجتمع سواء داخل المؤسسات أو العمارات والحدائق التي شهدت عمليات تشجير وتنظيف كبيرى على المستوى الوطني وهذه هي أنواع العدوى التي تنتشر بكثرة داخل مجتمعاتنا، كما أنه من إيجابيات مست الجزائر وباقي دول العالم حسب تقرير العلماء والباحثين من وكالة الفضاء الأمريكية (NASA) ووكالة الفضاء الأوروبية، رُصد تراجع في انبعاثات ثاني أكسيد النيتروجين التي تنتج في الغالب عن استخدام الوقود الأحفوري. ونجم ذلك عن التباطؤ الاقتصادي الذي شهده هذا الكون، خلال فترة الحجر الصحي، دراسة التبعات الصحية لتلوث الهواء، بأن انبعاثات غاز ثاني أكسيد الكربون، الناجم بدوره عن استخدام الوقود الأحفوري تراجعت هي الأخرى بنسبة 25 في المئة بسبب الإجراءات المتخذة لاحتواء التفشي الوبائي لفيروس كورونا (WHO 2020/05/01)، وهذا كان بسبب توقف المصانع عن العمل، وقلّة حركة السيارات والمركبات، وتوقف النقل الجوي الذي أتاح فرصة للأرض والكوكب بأن يعود إلى طبيعته من خلال التخلص من التلوث الكبير الذي كان سيحدث كارثة لولا تقدير الله لهذه الجائحة التي كانت نعمة للأرض والكون رغم مخاطرها على صحة البشر.

وأهم ما عاشه المجتمع هو حسن وسائل التواصل الاجتماعي والتي بينت للعالم أنها من أنجح الطرق النماذج والنصائح والتحذيرات والتي كان لها دور كبير وفعال في نشر التوعية بين الأشخاص، والتي كان لها دور الإعلام والإعلان وكذلك الإبلاغ عن المخاطر والإصابات المشكوكة وكذلك المساهمة في تقديم المساعدات بشتى أنواعها سواء كانت طبية، نفسية، مادية خاصة في مناطق الظل وهذا الدور الفعال لوسائل التواصل الاجتماعي أكدته دراسة بن عيشوش، وبوسرسوب 2020، دور الدور الفعال لشبكة في تعزيز التوعية الصحية حول فيروس كورونا. كما أن هذه الوسائل المهمة ساهمت بشكل كبير في مواصلة التعليم عن بعد عبر شتى مناطق العالم على غرار الجزائر التي اعتمدت على مواصلة التدريس عبر مواقع التواصل الاجتماعي بفتح باب جديد في ضرورة النظر في تدفق الانترنت، وفي ضرورة التحول من التعلم الورقي إلى التعليم التكنولوجي.

ومن أهم الإيجابية المنتشرة داخل المجتمع الجزائري بشكل خاص والعالم بشكل عام هو تغيير النمط الغذائي من السيئ إلى الجيد بسبب التوعية الطبية بحيث أصبح أفراد المجتمع يعتمدون على نظام غذائي متوازن وغني بالفيتامينات التي من شأنها أن تقوي المناعة وتعززها من أجل مواجهة الفيروسات والأمراض، كالإكثار من العصائر الغنية بالفيتامين C، والالتزام بالاكل الغني بشتى أنواع الخضار والبروتينات الحيوانية الغنية بالزئبق وأهم ما جاء ليؤكد هذه الانعكاسات الإيجابية هو القدرة على التخلي عن الأكل السريع والاكل في المطاعم وتعويضه باكل المنزل المتوازن والنظيف.

ومن أبرز الانعكاسات الإيجابية التي شهدتها الجزائر هي الإعانات التي قدمتها الدولة الجزائرية للمحتاجين والمعوزين وللمتضررين من فيروس كورونا، والدعم المادي والمعنوي المقدم للطواقم الطبي جعل الأطباء والمرضى يتحفزون ويواصلون مجاهبتهم لهذا الوباء بكل عزم وقوة، كما أن الوباء جاء ليبين النقائص التي تعيشها المستشفيات والتي حركت روح التضافر والتبرع لدى رجال المال والأعمال لتوفير مستلزمات طبية ضرورية كاجهزة

التنفس الصناعي وتوفير معدات الحماية والوقاية ومساهمة الجمعيات في محاربة ومجابهة هذا الفيروس من خلال توفير الأقنعة والمعقمات وغيرها من المعدات، وما يجعلنا نتحدث أكثر عن الانعكاسات الإيجابية التي عاشها المجتمع الجزائري في ظل الجائحة هو البقاء على مجانية العلاج رغم تعقد الأمور وتدهور الجانب الاقتصادي للبلاد وتوفير الدواء للمصابين بدون مقابل أمر لا يمكن نكرانه، فهو ضمن التدابير الإدارية والوزارة الإيجابية التي شهدها المجتمع الجزائري في ظل هذه الجائحة الكارثية .

كما ان الحكومة الجزائرية اعتمدت تدابير إدارية ومجتمعية ساهمت بشكل كبير في الحد من انتشار الفيروس كغلق المرافق العامة، والحد من حركة النقل، ووسائل النقل الجماعي، وكذلك فرض التباعد والتعقيم داخل المؤسسات التعليمية وفرض مخالفات وغرامات مالية على المخالفين لهذه التعليمات هي أمور إيجابية باتت ضرورية للمواصلة فيها حتى في ظل الحياة اليومية العادية بعد زوال الوباء وهذه النتائج جاءت لتؤكد ما استنتجته دراسة الباحث غربي احسن 2020 حول دور تدابير الضبط الإداري في الحد من انتشار وباء فيروس كورونا.

8. الخلاصة

شهد العالم فترات صعبة بسبب فيروس كورونا المستجد مسببا تداعيات سلبية على صعيد الفرد والمجتمع والدولة، فالوباء جعل الكون في حالة صدمة ورعب وخوف بسبب انتشاره الرهيب بسبب تزايد الإصابات وحالات الوفيات التي أصبحت تقدر بالملايين عبر العالم، ولكن في نفس الوقت أحدث هذا الفيروس تغيرات إيجابية متعددة، هذا ما جاءت هذه الدراسة لتؤكد من تحسين العلاقات وتوطيدها لتتقرب من الأهل، كما ان الفرد استفاد من تحسين علاقته بخالق الكون والتقرب الى الله من خلال الانضباط في الصلوات التي أصبح يصلها في أوقاتها وكذلك من خلال الدعاء والتضرع إليه، وتحسين حياته من خلال تعديل سلوكياته والتباعد الاجتماعي واعتماد التعقيم والتنظيف اليومي، كما ان الافراد حسنوا من عاداتهم الغذائية من اجل الحفاظ على صحتهم وتقوية مناعتهم من أجل مجابهة الفيروس ، أمراض دون تعقيدات صحية تستدعي التواجد في المستشفى كما ان الوباء خلق روح التعاون وتضافر الجهود بين افراد المجتمع الواحد من اجل تخطي الوباء كل هذه الفوائد قمنا بحصرها لهدف حوصلتها وبناء مجموعة من التوصيات من أجل المواصلة فيها في ظل

الوباء ، من أجل تحقيق الأهداف المرجوة .

9. التوصيات

لقد ساعدت هذه الدراسة على الكشف عن أهم السلوكيات الإيجابية المنتشرة خلال فترة تبقى كدراسة أولية تحتاج إلى توسيع عينتها، لأنها تعبر عن جزء بسيط من المجتمع الجزائري. فمن بين التوصيات التي يمكن استخراجها من هذه الدراسة هي تقديم نصائح يحبذ اتباعها في ظل الظروف العادية بعد زوال الوباء:

المواصلة في عمليات التعقيم والتنظيف على مستوى الفرد والمحيط، والتي من شأنها ان تحد من انتشار الأمراض والفيروسات بشتى أنواعها.

تنظيم الوقت وحسن توزيعه واستغلال أوقات الفراغ في بناء الذات وتطويرها تنمية قدراتها ومواهبها.

توطيد العلاقة بالخالق من خلال الحفاظ على الصلوات والتضرع إلى الله، وتسلية الأمور لخالقها والتصالح مع الذات وعدم الخوف من المستقبل لأنه بيد الخالق وحده. السلوكات الغذائية متوازنة كما ونوعا من أجل تقوية البدن وتقوية مناعته ضد الفيروسات. إعادة النظر في المنظومة التربوية، وإيجاد بدائل لشق المخاطر المحتمل حدوثها فجائحة كورونا ما هي إلا نموذج لمخاطر أخرى وارد حدوثها، ومن أهم السبل الواجب دراستها والتخطيط لها بشكل جيد هي تنظيم عملية التكوين والتعليم عن بعد، والتفكير في حلول وبدائل من بينها استغلال الميزانية المخصصة للإقامات الجامعية والمخصصة للجامعات في اقتناء أجهزة كمبيوتر موصولة بالإنترنت لتسهيل عملية التعليم عن بعد في حالة تطور انتشار الوباء، أو في حالة أحداث أخرى. المواصلة في عمليات تعقيم المحيط والتشجير وتنظيف البيئة، وتظافر الجهود بين أبناء المجتمع من أجل مجابهة الفيروسات، ومن أجل تفادي انتشارها في الأيام العادية. تشجيع الزراعة والصناعة للتخلص من التبعية ومن الاستيراد وتقليص ميزانيته، وهذا من أجل تحقيق الأمن الغذائي في ظل مثل هذه الظروف الطارئة التي تسببت في توقف النقل بكل أنواعه وبالتالي عدم القدرة على الاستيراد أو التصدير.

المراجع

- سنوسي بومدين وجولي زينب (2020) الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي. المجلد 02، 30.02، 65: 80.
- مؤسسة الأبحاث (2020) مواجهة جائحة كورونا في الجزائر: المأساة والحضارة والمأساة: مأساة في مصير الإنسانية. مخبر الدراسات الفلسفية وقضايا الإنسان والمجتمع في الجزائر. المجلد 35، 89.
- مؤسسة الأبحاث (2020) دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة وباء كوفيد 19. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، 10، سبتمبر: 285-306.
- مؤسسة الأبحاث (2020) ثقافة الحجر الصحي في ظل وباء كورونا Covid19: دراسة ميدانية على عينة من الخاضعين للحجر الصحي في الجزائر. المجلد 01، 30.02، 31: 47.
- كلوي بيرغ (2020) الانعكاسات الإيجابية التي طرأت على كوكب الأرض بسبب الوباء. جريدة الكترونية BBC News 01 2020.
- مؤسسة الأبحاث (2020) أهمية الحجر الصحي والتباعد الاجتماعي في الوقاية من الأمراض المعدية: التمكين الاجتماعي. المجلد 02، 30.02.
- بن عيشوش عمر، حسان، مؤلف (2020) دور شبكة الفايبروك في تعزيز التوعية الصحية حول فيروس كورونا كوفيد 19. مجلة التمكين الاجتماعي، المجلد 2، 288: 309.
- مؤسسة الأبحاث (2020) الحد من انتشار وباء كورونا، حليات جامعة الجزائر 1، المجلد 34، 29: 07.

Baberjee, D. (2020) The Covid-19 outbreak :Crutial role the psychologists can of the Total Environment. 728 – (138861) pp. 1-6.

www.eipss-eg.org