

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)

The effects of the Covid-19 pandemic on the quality of mental life of my
teachers Primary school (Field study in Mostaganem State)

ط.د. بو عبد الله بلقاسمي^{1*} د. مسعودي أمحمد²

1-المركز الجامعي بلحاج بوشعيب - عين تيموشنت (الجزائر).

bouabdellah.belkacemi@univ-aintemouchent.dz

2-المركز الجامعي بلحاج بوشعيب - عين تيموشنت (الجزائر)، messaoondi.mhamed72@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2020 /10/26 تاريخ القبول: 2021/01/14

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 بولاية مستغانم خلال الموسم الدراسي 2020/2019، وتم اختيار عينة عشوائية تتكون من (88) أستاذا وأستاذة من بيئتين مختلفتين (ريفي، حضري). وسعياً لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان استبياناً لقياس مستوى جودة الحياة النفسية؛ وبعد إجراء عملية التحليل الإحصائي، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 مرتفع.
- توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير البيئة (ريفي/حضري).
- لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 تعزى لمتغير الأقدمية المهنية.

الكلمات المفتاحية: جائحة كوفيد 19- جودة الحياة- جودة الحياة النفسية- الصحة النفسية- معلم التعليم الابتدائي.

Abstract:

The current study aimed at identifying the level of psychological quality of life among primary school teachers in the light of the effects of Covid 19 in Mostaganem during the

* ط.د. بو عبد الله بلقاسمي، المؤلف المرسل

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بو عبدالله بلقاسمي د. امحمد مسعودي

2019/2020 academic year, a sample of 88 professors (both males and females) from two different geographical regions (rural and urban) was chosen. In order to achieve the objectives of the study, the researchers used a questionnaire to measure the level of psychological quality of life. After conducting the statistical analysis process, the study reached the following results: There is a high level of psychological quality of life among primary school teachers in light of the effects of Covid 19. - There are no differences in the quality of psychological life of primary school teachers in light of the effects of the Covid 19 pandemic due to the environment variable (rural / urban). - There are no differences in the quality of psychological life of primary school teachers in light of the effects of Covid 19 due to the variable of professional seniority.

Key words The Covid-19 pandemic; Psychological quality of life; quality of life ; Psychological health ; Primary school teachers.

مقدمة:

شهد العالم في الآونة الأخيرة حالة من الارتباك وعدم الاستقرار في النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعية، فتزعزعت معايير النظم الاجتماعية، وانقلبت المفاهيم، وأصبح الإستمتاع بالحياة والعيش بسلام وأمان على المحك، خاصة حين انهارت المنظومة الصحية العالمية و أثبتت فشلها في مواجهة الجائحة العالمية التي ظهرت مع أواخر السنة الماضية ومطلع هذه السنة، مما جعل معظم شعوب العالم تعيش حالة من الخوف والرعب لدرجة الهستيريا، وقد كان لذلك انعكاس كبير على حياة الأفراد والمجتمعات بصور متباينة ومتفاوتة، ومما لا شك فيك أن تداعيات هذه الجائحة التي ضربت العالم كانت لها التأثير الكبير على مختلف شرائح المجتمع، دون تمييز ولكن بصورة متفاوتة، خاصة في جانب الإستمتاع بالحياة والرضا والتقبل والسعادة والرفاهية النفسية، ونظرا إلى أن موضوع جودة الحياة وما تعلق به من تبعات على مستوى سلوك الأفراد والجماعات، يخضع إلى مبدأ التأثير والتأثر، فإن ذلك يجعل من ضوابط الحياة السعيدة والرفاهية والراحة النفسية وغيرها تابعا لما تمليه متغيرات المجتمع المتجددة والطارئة، فتجعل سلوك الفرد والجماعة يتحدد

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

وفق تلك المتغيرات، وعليه تطرق الباحثان إلى موضوع جودة الحياة النفسية في ظل تأثير جائحة كوفيد 19 على فئة هامة من فئات المجتمع، ألا وهي فئة معلمي التعليم الابتدائي.

الإشكالية:

بالعودة إلى أدبيات علم النفس، نجد أن الجانب النفسي وما تعلق به من رفاهية وإحساس بالسعادة من عدمهما، هو أكثر جانب من جوانب شخصية الإنسان تأثراً، ونظراً لأهميته فقد لاقى هذا الجانب الاهتمام من قبل المنظمات الانسانية والحقوقية محلياً وعالمياً، ففي تعريفها لجودة الحياة، ركزت منظمة الصحة العالمية على الجوانب الذاتية والموضوعية في تحديد سعادة الفرد من عدمها، وقد عرفت جودة الحياة بأنها "إدراك الفرد لوضعه في الحياة في سياق الثقافة وأنساق القيم التي يعيش فيها ومدى تطابق أو عدم تطابق ذلك مع أهدافه، توقعاته، قيمه، واهتماماته المتعلقة بصحته البدنية، حالته النفسية، مستوى استقلاليته، علاقاته الاجتماعية، اعتقاداته الشخصية، وعلاقته بالبيئة بصفة عامة، وبالتالي فإن جودة الحياة بهذا المعنى تشير إلى تقييمات الفرد الذاتية لظروف حياته" (أورده أبو حلاوة، 2010: 10).

كما تظهر أهمية الجانب النفسي والإحساس بالسعادة تاريخياً في اهتمامات الباحثين والمهتمين في مجال علم النفس الإيجابي، وقد كانت الباحثة كارول رايف Carol Ryff من أشهر المهتمين بمجال جودة الحياة النفسية، إذ عرفت بأنها "الإحساس الإيجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على: ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلالته في تحديد وجهة ومسار حياته، وإقامته واستمراره في علاقات اجتماعية إيجابية متبادلة

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

مع الآخرين، كما ترتبط جودة الحياة النفسية بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية" (أورده أبو حلاوة، 2010: 10). وهناك العديد من الدراسات التي تطرقت إلى موضوع جودة الحياة النفسية في ضوء متغيرات مختلفة، ذكرها مسعودي في مقال له بعنوان "بحوث جودة الحياة في العالم العربي"، نذكر من بين تلك الدراسات: دراسة جمعة والعاني (2006) الموسومة بتعليم الكبار من أجل جودة الحياة التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين تعليم الكبار وجودة الحياة وصولاً إلى تفعيل تعليم الكبار من أجل حياة أفضل، وقد أظهرت نتائجها أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ في مجال الوعي البيئي الصحي لصالح الذكور، وكذلك ذوي الخبرة من 16 سنة فأكثر في التعليم (مسعودي، 2015: 207، 208). أما دراسة عدنان محمد عبده القاضي (2020)، الموسومة ب(أساليب التفكير وعلاقتها بجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس)، فقد شملت (99) فرداً من الجنسين، واستخدم فيها الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، معتمداً على أداتين هما: مقياس جودة الحياة النفسية ومقياس أساليب التفكير، وتوصل من خلال نتائجها إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس أقل من المتوسط الفرضي، كما توصل إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مجالات جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص، كما لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وفقاً للدرجة العلمية (عبده القاضي: 2020، 10).

كما هدفت دراسة (بعلي، و جغلولي، 2018) معرفة مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة، وهل هناك فروق بين طالبات علم النفس في مستوى جودة الحياة تعزى لبعض المتغيرات، وقد اعتمد الباحثان في دراستهما على مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة من إعداد الباحثان (هويدة محمود، وفورزية الجمالي)،

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى جودة الحياة لدى طالبات قسم علم النفس بجامعة المسيلة مرتفع، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين مستوى جودة الحياة لدى الطالبات تعزى لمتغيرات: الشعبة، السن، نمط الإقامة. (باعلي، مصطفى، و جفلولي، يوسف، 2018: 413).

ويعتبر موضوع جودة الحياة النفسية من المواضيع المتجددة، التي تتأثر بالمتغيرات الاجتماعية والاقتصادية الناتجة عن حركية المجتمعات وتطورها، على اعتبار أنها على تماس دائم بما تفرزه التغيرات الحاصلة في ميدان تكنولوجيا الإعلام والاتصال، وكذا كل ما له تأثير مباشر على حياة الأفراد والجماعات، لذا فإن دراسة جودة الحياة النفسية وما ارتبط بها من مفاهيم هو ضرورة حتمية، تفرضها تلك سيورة الحياة الاجتماعية لساكنة العالم، ونظرا لما خلفته الظروف الاستثنائية لهذه السنة من نتائج، وما ارتبط بها من تداعيات جائحة كوفيد19 وما خلفته من آثار على الصحة العالمية، فكان عدد الضحايا في تزايد مستمر منذ ظهور الجائحة، مما سبب الكثير من الخوف والهلع في أوساط فئات المجتمع على اختلافها، ولكن بدرجات متفاوتة، لذا فإن الوقوف على ذلك التباين في درجة التأثير بتداعياتها يبقى دافعا قويا للبحث والتقصي خاصة في مجال علم النفس، وعليه تطرق الباحثان في هذه الدراسة إلى فئة معلمي التعليم الابتدائي، من أجل التعرف على مستوى جودة حياتهم النفسية في ضوء ما أفرزته جائحة كوفيد 19، منطلقين من إشكالية مفادها: ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19؟

وهي إشكالية تفرعت عنها أسئلة فرعية كانت على النحو التالي:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير البيئة؟

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

- هل توجد ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغيرات أقدميتهم المهنية؟
فرضيات الدراسة:

- مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 متوسط.

- يوجد فروق ذات دلالة في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير بيتهم.

- لا يوجد فروق ذات دلالة في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير أقدميتهم المهنية.

❖ أهداف الدراسة :

- التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لمعلمي التعليم الابتدائي في ظل جائحة كوفيد 19.

- التعرف على الفروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في تأثيرات جائحة كوفيد 19 وفق متغيري بيتهم وأقدميتهم المهنية.

❖ أهمية الدراسة :

تظهر أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع في حد ذاته، كونها تسلط الضوء على جائحة كوفيد 19 باعتبارها متغيرا بيئيا مستجدا، ومدى تأثيره على فئة مهمة من فئات المجتمع، ألا وهي فئة المعلمين.

كما تعتبر الدراسة إثراء للدراسات والبحوث الميدانية في مجال علم النفس الإيجابي والمفاهيم المرتبطة به، منها جودة الحياة النفسية.

❖ رابعا: حدود الدراسة:

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

تحدد الدراسة الحالية بالموضوع الذي تناوله والمتمثل في "جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19، وبعبارة الدراسة المتمثلة في معلمي التعليم الابتدائي الذين يعملون بمديرية التربية لولاية مستغانم على اختلاف بيئتهم وأقدميتهم، وبالأداة المستخدمة والمتمثل في استبيان جودة الحياة النفسية، كما تتحدد أيضا بالزمان والمكان اللذان ستجرى فيهما وهما العام الدراسي (2020-2021) بمستغانم، وستناقش نتائج الدراسة وإمكانية تطبيقها في ضوء هذه الحدود.

❖ التعريفات الإجرائية:

1-الجائحة: الجائحة هي مالا يُستطاع دفعه، وهي مصيبة عامة لا يُستطاع دفعها، من آفة سماوية كمطر شديد وحرّ وبرد شديدين وجراد يغطي الأفاق ويأكل الزرع والثمر وعرفها بعضهم على أنها "كلُّ شيء لا يستطاع دفعه ولو علم به.
(قندوز:10،2020)

2- كوفيد 19 : كورونا هي سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية، والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة وتسمى متلازمة سارس.

3- جودة الحياة النفسية: هي تعبير عن الإدراك الذاتي للفرد، وتقييمه للنواحي المادية المتوافرة في حياته، ومدى أهمية كل جانب منها بالنسبة للفرد في وقت محدد، وفي ظل ظروف معينة، ويظهر بوضوح في مستوى السعادة أو الشقاء الذي يكون عليه، ويؤثر بدوره على تعاملات الفرد وتفاعلاته اليومية (الدليعي،2012: 1128).

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

ويعرفها الباحثان إجرائيا من خلال هذا البحث بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في إجابته على مقياس جودة الحياة النفسية لكارول رايف.

4- معلمو التعليم الابتدائي: هم الأشخاص المعينون من طرف وزارة التربية الوطنية والذين يمارسون مهام التربية والتعليم في المدارس الابتدائية.

حسب المادة 40 من المرسوم التنفيذي 08/315، الصادر في 12 أكتوبر 2008، فإن أستاذ المدرسة الابتدائية تضم رتبتين (أستاذ رئيسي صنف 12، وأستاذ مكون صنف 14)، بالإضافة إلى الرتبة القاعدية وهي رتبة أستاذ مدرسة ابتدائية الصنف 11 (وزارة التربية الوطنية: 2008): وهي كلها تسميات قانونية فقط، وتبقى التسمية التربوية الأكثر تداولاً وهي (معلم).

أولاً: الإطار النظري:

1- جائحة كوفيد 19 :

1.1. ماهو فيروس كورونا المستجد: فيروس كورونا المستجد هو نوع من الفيروسات جديد من نوعه يصيب الجهاز التنفسي للمرضى المصابين بالتهاب رئوي، وهو مجهول السبب، ظهر في مدينة "ووهان" الصينية في أواخر 2019، وفي 8 فبراير عام 2020 أطلقت لجنة الصحة الوطنية في جمهورية الصين الشعبية تسمية "فيروس كورونا المُستجد" على الالتهاب الرئوي الناتج عن الإصابة بفيروس كورونا، ثمَّ غيَّرت في 22 فبراير الاسم الانجليزي الرسمي للمرض الناتج عن فيروس كورونا الجديد إلى "كوفيد 19"، قبل أن تُعتمد هذه التسمية رسمياً من قبل منظمة الصحة العالمية في 11 فبراير، في حين بقي الاسم الصيني لهذا الفيروس بلا تغيير. المستقبل الرقم (دائرة مكافحة الأمراض والوقاية منها بلجنة الصحة الوطنية الصينية: 2020). www.digital-future.ca(10).

ومما لا شك فيه أن فترة التعايش مع جائحة كوفيد 19 لم تكن دائما على وتيرة واحدة فممارسات وسلوكات الأفراد والجماعات تجاه هذا الوباء تراوحت بين الهلع والقلق لدرجة أن تحول الخوف إلى رهاب، خاصة إذا علمنا أن المقاربة المعرفية للظواهر النفسية تقرب بأن سلوك الفرد حين يجهل التعامل مع ظاهرة غير مألوفة سيكون تقليدا لسلوك الآخرين دون وعي منه بذلك، هذا من جهة، في حين نجد فئة أخرى من ساكنة العالم قد كان تفاعلها مع الجائحة بنوع من الرضا والهدوء بعيدا عن الخوف والهلع، غير أن ذلك يحتاج في كثير من الأحيان إلى تدخل المختصين في علم النفس وعلم الاجتماع وغيرها من العلوم ذات الصلة بالشأن الإنساني.

فقد يستطيع الجميع مجابهة الضغوط النفسية للمرض كل حسب وضعه وصلابته النفسية والذهنية، ولكن بتوجيه وإرشاد أهل الاختصاص، لذلك ظهرت اجتهادات كثيرة في مجال الصحة النفسية وكيفية التعامل مع الوباء.

ميدانيا شكل التفشي السريع لفيروس كورونا المستجد ضغطا نفسيا على جميع سكان العالم على حد سواء، فرغم أن الانسان بحاجة إلى التكيف مع التهديدات والتحديات البيئية الطارئة والمختلفة، إلا أنه قد يواجه اضطرابات بيئية داخلية أو خارجية شديدة، حينها يحدث اختلال بالتكوين الداخلي والخارجي لجسم الانسان، ويمثل التفشي المفاجئ لفيروس كورونا المستجد- باعتباره مرضا معديا- ضغطا نفسيا كبيرا لنا جميعا، ذلك أننا بحاجة إلى التكيف مع التهديدات الخارجية والتحديات البيئية، فعندما يواجه الفرد اضطرابات بيئية داخلية أو خارجية شديدة، يحدث اختلال وضرر بالتكوين الداخلي والخارجي لجسم الانسان، فعلى سبيل المثال، تغير وضع الفرد فجأة من شخص سليم إلى مريض مصاب بفيروس

"كورونا المستجد"، فبالإضافة إلى تحمله معاناة الألم الجسدي، فإنه قد يعاني أيضا من سلسلة من الضغوط النفسية يحتاج معها إلى صلابة نفسية وقودة داخلية.

2- جودة الحياة النفسية :

1.2. مفهوم جودة الحياة النفسية:

أشارت الباحثة سارة جبار سلمان جاسم في مقال نشر بمجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية بأنها مفهوما ديناميا، يتضمن الكثير من المكونات الذاتية الإيجابية، وترتبط بمحاولة كشف: كيف يدرك الأفراد مختلف جوانب حياتهم النفسية؟ مثلا، إلى أي مدى يشعر الأفراد بأنّ لحياتهم الشخصية معنى وقيمة؟ (سلمان جاسم، 2018: 288).

ويعتبر مفهوم جودة الحياة النفسية من المفاهيم الأكثر شيوعا واستخداما في الوقت المعاصر، ورغم أنه مفهوم حديث النشأة إلا أن مرجعيته في الفكر الإنساني قديمة قدم الحضارات الإنسانية، لارتباطه بالسعادة والرضا عن الحياة ؛ ويعد كتاب الأخلاق لأرسطو أحد المصادر المبكرة التي تعرضت لتعريف جودة.

أما عربيا فقد ربط ابن رشد فقد ربطها بالتحلي بالفضائل الأساسية المتمثلة في الحكمة والعفة والشجاعة والعدالة، وهي المصدر الأساسي للسعادة وأنه لا يتصور شيوع السعادة في المجتمع في غياب أيّ من هذه الفضائل (المعايطة، والحموري، 2018: 23).

كما يمكن تعريف جودة الحياة النفسية بأنها: سلامة الفرد من المرض النفسي والعقلي في صورته المختلفة وعدم ظهور أعراض الاضطرابات السلوكية الحادة في أفعاله وتصرفاته، وإقامة العلاقات الطيبة والتوافق مع الأشخاص المحيطين به.

2.2. الخلفية النظرية لجودة الحياة النفسية: تصنف البحوث النفسية المتصلة

بالسعادة، ضمن ما يعرف بعلم النفس الجماهيري، ولعل ذلك يعود لارتباط

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

السعادة باعتدال الحالة المزاجية، وطمأنينة النفس، وتحقيق الذات، والشعور
بالبهجة، إضافة إلى تشابه مكوناتها الأساسية عبر مختلف الثقافات (حمادات،
والقضاة، 2015:146)

أما الوضع على المستوى العربي، فإنه يحاكي ما حدث في علم النفس على
المستوى العالمي، بحيث كان التركيز أولاً على الجوانب السلبية، دون الجوانب
الإيجابية، ليزايد الاهتمام مؤخراً بموضوعات علم النفس الإيجابي، لدرجة تنوعت
الدراسات حسب تنوع فئات المجتمع وتعددتها.

من ذلك دراسة العادلي (2006) التي هدفت إلى معرفة مدى إحساس طلبة
الجامعة بجودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات (البلد، النوع، والتخصص
الدراسي)، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب جامعي، استخدم الباحث
مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى جودة
الحياة كان مرتفعاً ببعدين، هما جودة الحياة الأسرية، والاجتماعية (أبو
حماد، 2019: 267). في حين هدفت دراسة (تواتي وآخرون)، إلى معرفة مستوى
جودة حياة الطالب الجامعي في اختصاص علم النفس، وشملت الدراسة عينة من
طلبة تخصص علم النفس من بعض جامعات الجزائر، أُسْتُخْدِمَ فيها استبيان
جودة حياة الطالب الجامعي من إعداد (تواتي حياة، بشلاغم يحيى: 2015)، وتوصلت
الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الجامعات في مقياس جودة الحياة بأبعاده الكلية،
ولكن هناك فروق في بعض أبعاده بين الجامعات محل الدراسة، وتمثلت هذه
الأبعاد في (الصحة العامة، الحياة الأسرية، الحياة الاجتماعية). (تواتي، و
آخرون، 2018: 163-184).

3.2. أبعاد جودة الحياة النفسية:

حددها رايف (2008) من خلال العوامل الرئيسية التالية :

- 1- الاستقلالية (Autonomy): هي قدرة الفرد على اتخاذ القرار الذاتي والتفكير والتفاعل بطرق محددة، والضبط الداخلي للسلوك وتقييم الذات.
 - 2- التمكن البيئي (Environmental mesentery): الإحساس بالتمكن والكفاءة في إدارة الأنشطة الخارجية والقدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة.
 - 3- التطور الشخصي (Personal growth): الانفتاح على الخبرات الجديدة، الشعور بالتحسن المستمر بالذات والسلوكيات بمرور الوقت.
 - 4- العلاقات الايجابية مع الآخرين (Positive relations with others): تعكس التمتع بالدفء والرضا والثقة في العلاقات الشخصية مع الآخرين، الإهتمام بسعادة الآخرين. (لافي الزين، 2020: 253).
 - 5- الأهداف في الحياة (Purposes in life): الإحساس بوجود أهداف شخصية مقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة للفرد، وتتضمن ،الشعور بمعنى الحياة في الحاضر والمستقبل.
 - 6- تقبل الذات (Self-acceptance): الاتجاهات الموجبة وتقبل الظواهر المتعددة للذات بما تشمله من إيجابيات وسلبيات (بوعيشة، 2014، 76)
- ونستنتج مما سبق أن جودة الحياة النفسية، تعبر عن مدى إدراك الفرد لعيشه حياة سعيدة، خالية من الأفكار اللاعقلانية والمشاعر السلبية والاضطرابات السلوكية، إذ يستمتع من خلالها بإنسانيته ويشعر بالرضا والسعادة والصحة الجيدة في إطار علاقاته الاجتماعية المتعددة والمتداخلة المبنية على التأثير والتأثر، ويستثمر قدراته وإمكاناته لتحقيق أهدافه وغاياته.
- ثانيا : الإطار التطبيقي: .
- 1- الطريقة والأدوات:

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسمي
د. امحمد مسعودي

1-1- **منهج الدراسة:** اعتمد الباحثان في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي، القائم على الوصف والتحليل والمقارنة، وهو المنهج المناسب لمثل هذه الدراسات على اعتبار أنها ظاهرة اجتماعية.

2.1. **مجتمع الدراسة:** بناء على الخريطة المدرسية لمديرية التربية لولاية مستغانم فإن عدد المقاطعات التفتيشية هو 33 مقاطعة، وعليه اختار الباحثان مجتمع معلمي التعليم الابتدائي العاملين بالولاية لإجراء الدراسة.

3.1. **عينة الدراسة:** اختار الباحثان مقاطعتين تفتيشيتين، إحداهما ريفية والأخرى حضرية بطريقة عشوائية.

4.1. **حجم عينة الدراسة:** بلغ حجم عينة الدراسة 88 معلما ومعلمة، وقد قام الباحثان باستغلال الفترة الممتدة من 22 (أكتوبر إلى 05 نوفمبر 2020) لتوزيع الاستمارات على المعلمين على حسب عددهم.

من بين الاستمارات الموزعة تم استرجاع (93) استمارة، منها (05) ملغاة فبقيت (88) استمارة تم الاعتماد عليها في تحليل نتائج الدراسة.

5.1. **مميزات عينة الدراسة :**

أ. **حسب متغير البيئة:**

الجدول رقم (01) يبين خصائص العينة حسب متغير البيئة

متغير البيئة	العدد	النسبة المئوية %
ريفي	53	60.20
حضري	35	39.80
المجموع	88	100

بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (88) فردا، منهم (53) بمنطقة ريفية وبنسبة 60,20%، و (35) بمنطقة حضرية بنسبة 39,80%، وعليه مما يسجل ميدانيا أن توزيع المعلمين على المقاطعات التفتيشية يتباين من مقاطعة لأخرى، إذ نجد أن عدد المعلمين بالمقاطعات النائية أكبر منه بالمقاطعات الحضرية.

ب. حسب الأقدمية المهنية:

الجدول رقم (02) يبين خصائص العينة حسب متغير الأقدمية المهنية

متغير الأقدمية المهنية	العدد	النسبة المئوية %
أقل من 05 سنوات	12	13.60
من 05-10 سنوات	33	37.50
أكثر من 10 سنوات	43	48.90
المجموع	88	100

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن عدد الأساتذة الذين لهم أقدمية أكثر من 10 سنوات يفوق عدد الأساتذة الذين تتراوح أقدميتهم المهنية ما بين (05-10 سنوات) وكذا عدد الأساتذة الذين تقل أقدميتهم عن 5 سنوات بفارق قدره (10 و31 فرد) على التوالي.

ويعود هذا التفاوت إلى تبعات القانون الأساسي الأخير وما جاء فيه من تعديلات، إذ صنف المعلمين في التعليم الابتدائي إلى رتب استحدثت مؤخرا، وكان ذلك بناء على سنوات الأقدمية، فمنح رتبة أستاذ مكون لكل معلم حائز على خبرة تساوي أو تفوق (10) سنوات أقدمية، في حين منح رتبة أستاذ رئيسي لكل معلم حائز على أقدمية تساوي (05) سنوات، أو بين (05) و(10) سنوات، أما ما دون (05) سنوات أقدمية فيصنفون في الرتبة القاعدية وهي رتبة أستاذ مدرسة ابتدائية.

كما جاء بتعديلات جوهرية على جانب الترقية إلى مناصب الإدارة والتفتيش، فمنح حق الترقية لرتبة مديرمدرسة ابتدائية للأستاذ الرئيسي، والترقية لمنصب مفتش مادة للأستاذ المكون، ونظرا لكون نسبة المديرين في الابتدائي أكثر من نسبة المفتشين فإن عدد الأساتذة الرئيسيين بدأ يتراجع، بعد إلحاق الكثيرين بمنصب مدير مدرسة ابتدائية، في حين بقي عدد الأساتذة المكونين في تزايد، ذلك أن مناصب التفتيش التي تفتح قليلة مقارنة بالعدد الإجمالي للأساتذة المكونين.

6.1. أداة الدراسة: سعيًا من الباحثين إلى تحقيق القيمة العلمية للبحث، ومن أجل الوقوف على النتائج الموضوعية قاما باعتماد مقياس جودة الحياة النفسية من إعداد "سبرينجر" و"هوسر" (2016)، بعد تعديلهما لمقياس رايف للأصلي الذي يحتوي على (120) عبارة واختصاره في (54) عبارة وستة أبعاد، بواقع (9) عبارات لكل بعد من أبعاد جودة الحياة النفسية، يجب عنها الأفراد في ضوء مقياس سداسي التدرج (أرفض بشدة، أرفض بدرجة قليلة، أوافق بدرجة قليلة، أوافق بدرجة متوسطة، أوافق بشدة)، وتعطى الدرجات (1،2،3،4،5،6) في حالة العبارات الموجبة والعكس في حالة العبارات السالبة، وتدل الدرجة المرتفعة على تمتع الفرد بدرجة مرتفعة من جودة حياة نفسية، والجدول (1) يوضح توزيع العبارات على مقياس جودة الحياة النفسية، وقد قام الباحث (محمد أبوهاشم)، بترجمة المقياس إلى اللغة العربية وتقنيته على البيئة العربية.

6.1.1- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة: قام الباحث بعد ترجمة المقياس

وعرضه على المحكمين بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

- تم التحقق من صدق المقياس بطريقتين:

أ - حساب معامل الارتباط بين درجات العينة الاستطلاعية على كل عبارة ودرجاتهم الكلية على العامل الفرعي الذي تنتهي إليه العبارة.

ب-الصدق العاملي:تحقق الباحث من الصدق العاملي للمقياس باستخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory factor Analysis بطريقة الاحتمال الأقصى.

- كما تم التحقق من ثبات المقياس بحساب معامل ألفا كرونباخ لعبارات كل عامل على حدة (أبوهاشم، 2010: 310، 309، 311).

7.1. إجراءات الدراسة الميدانية:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الميدانية وفق الخطوات التالية:

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسمي
د. امحمد مسعودي

- الاتصال برئيس مصلحة الدراسة والامتحانات بمديرية التربية لولاية مستغانم، للحصول على تعداد الأساتذة العاملين بالولاية وتوزيعهم على المقاطعات التفتيشية.
- اختار الباحثان مجتمع الدراسة، وهم أساتذة التعليم الابتدائي (معلمو المرحلة الابتدائية سابقا).

- قاما باختيار عينة الدراسة، وتمثلت في معلمي التعليم الابتدائي العاملين بالمقاطعة التفتيشية مستغانم (5) وهي منطقة حضرية، والمقاطعة التفتيشية عشعاشة(4) الكائنة ببلدية نكمارية وهي تمثل منطقة ريفية.

- الاتصال بمفتشي المقاطعتين التربويتين وإطلاعهما على غرض الدراسة، وتسطير برنامج أسبوعي لزيارة المدارس وتقديم أداة الدراسة للمعلمين وشرح طريقة ملء البيانات المرفقة بالاستمارة، وكذا كيفية الإجابة عن بنودها.

- بعد الانتهاء من جمع أداة الدراسة قام الباحثان بتقديم الشكر والثناء للمعلمين، والسيدات السادة المديرين والمفتشين على المساعدة والتسهيلات المقدمة.

2 - النتائج ومناقشة الفرضيات:

1.2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

نص الفرضية: "يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير البيئة"

بعد استخدام برنامج الحزم الإحصائية الإصدار رقم 20 (IBM SPSS

Statistics 20) أسفرت نتائج تطبيق اختبار "ت" ما يلي:

الجدول رقم (03): يبين نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق في مستوى جودة الحياة

النفسية التي تعزى لمتغير البيئة (ريفي/حضري)

الاحتمال	متوسط العينة		درجات الحرية	قيمة "ت" المحسوبة
	حضري	ريفي		
0.940	227.91	235.83	86	1.379

نلاحظ من نتائج اختبار "ت" في الجدول رقم (03) أن قيمة الاحتمال Sig.(bilatérale) تساوي 0.940 (أي 94 %)، وهي أكبر من مستوى المعنوية 5 % وبالتالي فإننا نقبل الفرض العدمي ونرفض الفرض البديل القائل بأن هناك فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير البيئة.

ويمكن تفسير هذه النتائج بأن متغير البيئة في ظل تداعيات جائحة كوفيد 19 لم يكن له تأثير على جودة الحياة النفسية، على اعتبار أن إجراءات الحجر المنزلي ساوت بين أفراد المجتمع رغم اختلاف بيئتهم، بالإضافة إلى العولمة والتطور التكنولوجي وانعكاساتها على فئات المجتمع، بما وفرته من إمكانية الحصول على مستلزمات الرفاهية ولو مع اختلاف البيئة.

كما يرجع هذا إلى الفرص المتساوية المتاحة لجميع الفئات من المعلمين باختلاف أعمارهم وأماكن عملهم، فلا فرق بين المعلمين الذي يمارسون عملهم في المناطق الحضرية أو الريفية مهما كانت أقدميتهم أو رتبتهن، فعندما تكون الفرص متاحة ومتساوية فإنهم يشعرون بالارتياح النفسي، على اعتبار أن ظروف العمل اليوم صارت تقريبا متساوية، فتحسين الراتب وفرص الترقية إلى مناصب عليا جعلت المعلمين يعبرون عن ارتياحهم، كما أصبح الإشراف التربوي اليوم يتميز بالمرونة والسلاسة على عكس السابق، فتقرب المفتشين من المعلمين ومرافقتهم ومساعدتهم في أداء مهامهم جعل الفروق تزول، هذه العوامل تجعل الأساتذة في درجات متقاربة في التعبير عن سعادتهم واطمئنانهم ورضاهم وراحتهم، كما أنهم اليوم يحظون بالدعم والتشجيع من قبل المديرين والمفتشين في ظل الإصلاحات التي تتماشى وعصر التكنولوجيا والعولمة، والدعم والمساندة التي تمكنهم من النجاح في مهنتهم، وبالتالي راحتهم دون مفاضلة بينهم مهما كان مكان عملهم أو أقدميتهم،

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

وتحفيزهم يزيد من رضاهم عن حياتهم، فيشعرون بالارتياح العام الذي يمكنهم من مواجهة المشكلات من خلال إيجاد البدائل المتنوعة لحلها، ولا ينال الفشل من عزيمتهم وإصرارهم ومثابرتهم على الانجاز والأداء لتحقيق أهدافهم، ومن هنا يشعرون بالهناء وحسن الحال والاستمتاع بالحياة والارتياح في أماكن عملهم، بالإضافة إلى توجيههم الديني والروحاني الذي يضيف عليهم مزيدا من الراحة النفسية، مما يجعل من الظروف الاجتماعية أقل تأثيرا مقارنة بما تلعبه ظروف العمل المباشرة في حياتهم.

ومن بين الدراسات العربية التي تعرضت لمتغير البيئة وربطته بجودة الحياة النفسية: دراسة الكبيسي (2016)، والتي هدفت إلى التعرف على الفروق في مستوى جودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة عمر المختار/ ليبيا، تبعا لمتغير البلد الذي ينتمي إليه المدرس، وقد اختار الباحث عينة مكونة من (2010) من أعضاء هيئة التدريس، موزعين على أربع كليات في جامعة عمر المختار/ درنة، وكانت نتائج الدراسة أن مستوى جودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس منخفض وبدلالة إحصائية (0.01)، كما توصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق في مستوى جودة الحياة بين عينات البحث المصرية والليبية والعراقية. (الكبيسي:28، 2016)

2.2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية: نص الفرضية: "لا يوجد

فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم

الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير الأقدمية المهنية"

بعد استخدام برنامج الحزم الإحصائية الإصدار رقم 20 (IBM SPSS Statistics)

(20) للإجابة عن هذه الفرضية تمّ استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA à 1)

(facteur) وحساب قيمة "ف" لمعرفة مستوى دلالة الفروق؛ وجاءت نتائج تحليل

التباين على النحو الآتي كما يوضحه الجدول رقم (04):

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي

د. امحمد مسعودي

الجدول رقم(04): يبين نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى جودة

الحياة النفسية التي تعزى لمتغير الأقدمية المهنية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	الاحتمال
بين المجموعات	704.429	2	352.215	0.496	0.611
داخل المجموعات	60334.662	85	709.820		
الإجمالي	61039.091	87			

نلاحظ من نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي في الجدول رقم (04) أن قيمة الاحتمال Sig.(bilatérale) تساوي 0.611 وهي أكبر من مستوى المعنوية 5 % وبالتالي فإننا نقبل الفرض البديل، القائل بأنه لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 تعزى لمتغير الأقدمية المهنية.

ويمكن تفسير هذه النتائج بأن متغير الأقدمية المهنية ليس له علاقة بشعور الفرد بجودة حياة نفسية من عدمها، وهذا يعود حسب رأي الباحثين إلى طبيعة مهنة التعليم، الذي تفرض نمطا خاصا من التواصل الفعال بين هيئة التدريس وما تعرفه علاقة تأثير وتأثر.

وقد اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة عدنان محمد عبده القاضي(2020)، الموسومة بـ(أساليب التفكير وعلاقتها بجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس – كلية التربية جامعة تعز نموذجاً)، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، معتمدا على أداتين هما: مقياس جودة الحياة النفسية ومقياس أساليب التفكير، طبقا على عينة قوامها (99) فردا، ومن بين نتائج دراسته : أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مجالات جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وفقا للدرجة العلمية(عبده القاضي:10،2020).

3.2. عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة:

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

نص الفرضية: " مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 متوسط "

لتحدّد ثلاث مستويات جودة الحياة (منخفض/متوسط/ مرتفع) نقوم بما يلي:

$$(أعلى قيمة - أدنى قيمة) \div 3 = (270-54) \div 3 = 72$$

ومنه نحصل على مجالات المستويات التالية:

(54 - 126) مستوى منخفض، (127 - 199) مستوى متوسط، (200 - 270) مستوى مرتفع.

أما بالنسبة لأبعاد جودة الحياة النفسية نقوم بنفس الخطوات:

$$(أعلى قيمة - أدنى قيمة) \div 3 = (09-54) \div 3 = 15$$

ومنه نحصل على مجالات المستويات التالية حسب كل بعد من أبعاد جودة الحياة النفسية:

(09 - 24) مستوى منخفض، (25 - 39) مستوى متوسط، (40 - 54) مستوى مرتفع.

والجدول التالي يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري المحسوبين لكل بعد من أبعاد جودة الحياة النفسية وكذا للدرجة الكلية، والذين من خلالهما يمكننا تحديد مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19.

الجدول رقم (05): يبيّن المتوسط والانحراف المعياري وتحديد مستوى جودة الحياة النفسية

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط	حجم العينة	المتغير
متوسط	6.45	34.54	88	الاستقلال الذاتي
متوسط	6.51	36.04	88	التمكن البيئي
متوسط	7.58	38.90	88	التطور الشخصي
متوسط	6.83	36.69	88	العلاقات الإيجابية
مرتفع	5.60	41.67	88	الحياة الهادفة
مرتفع	9.22	41.81	88	تقبل الذات
مرتفع	26.49	232.68	88	الدرجة الكلية

من خلال نتائج الجدول رقم (05)، نجد قيمة المتوسط الحسابي للأبعاد (الاستقلال الذاتي/التمكن البيئي/ التطور الشخصي/العلاقات الإيجابية) تنحصر ضمن مجال المستوى المتوسط (25-39)، وعليه يمكن القول أن هناك مستوى متوسط لهذه الأبعاد في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19؛ وقد توافقت هذه النتائج مع الفرض البديل للدراسة، والقائل بأن جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 متوسط. أما بالنسبة لقيمة المتوسط الحسابي لبعدي (الحياة الهادفة/تقبل الذات) فهي تنحصر ضمن مجال المستوى المرتفع (40-54) وبالتالي فهناك مستوى مرتفع في الحياة الهادفة وتقبل الذات في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19، وقد جاءت هذه النتيجة عكس ما ورد في الفرض البديل. وبالنسبة للدرجة الكلية نجد قيمة المتوسط الحسابي تقدر بـ (232.68) وهي تنحصر ضمن مجال المستوى المرتفع (200-270)، وعليه يمكننا القول بأن مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد 19 مرتفع؛ مما يستدعي رفض الفرض البديل القائل بأن مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل جائحة كوفيد 19 متوسط.

وقد اختلفت نتائج الدراسة مع دراسة (فواطمية 2017) الموسومة بـ "واقع جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الإبتدائي بولاية مستغانم"، التي هدفت معرفة مستوى جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الإبتدائي ومعرفة ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة ترجع إلى السن والجنس والخبرة، واستخدم الباحث في دراسته المقياس المئوي لجودة الحياة المصمم من طرف المنظمة العالمية للصحة، وكانت عينة الدراسة مكونة من 300 أستاذ وأستاذة يدرسون بالمؤسسات التربوية لولاية مستغانم، وقد توصل الباحث إلى أن مستوى جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الإبتدائي متوسط، وأنه لا توجد فروق دالة

تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي د. امحمد مسعودي

إحصائيا في مستوى جودة الحياة لديهم تعزى لمتغيرات السن، الجنس، الخبرة.(فواظمية، 2017: 451).

ويمكن تفسير نتائج الدراسة الحالية بأن ما عرفته البلاد من إجراءات احترازية للوقاية من وباء كوفيد 19 في مجال التعليم، كان لها دور إيجابي في المحافظة على الراحة النفسية، والشعور بالرضا، خاصة فيما يخص توقيف الدراسة وتطبيق الحجر الذي كان على فترات مختلفة، ومن خلال مناقشة بعض الأساتذة حول الإنقطاع عن الدراسة فقد صرحوا أن صحة التلاميذ وصحتهم هي أولى الأولويات، مما يعطي الإنطباع بأن سلامة الفرد وإحساسه بالأمان يلعب دورا كبيرا في الرفع من مستوى سعادته وجودة حياته النفسية.

ومما يمكن استخلاصه من خلال هذه النتائج أن جودة الحياة النفسية ليس لها خصوصية تتعلق بالظروف الاجتماعية علة حدى، ولا بالظروف الذاتية في معزل عن الظروف الخارجية، فبيئة المعلم وأقدميته قد لا يكون لها الأثر الكبير في تحديد نوعية حياته في أي ظرف من الظروف، كما قد يفسر هذا أن الفرص المتساوية المتاحة للمعلمين، إذ لا فرق بين المعلمين الذين يمارسون عملهم في المدينة أو في الريف، وحتى الأقدمية لم تكن لها أثر على المعلمين للتمييز بينهم في جودة حياتهم النفسية، هذا بالإضافة إلى أن الفترة الطويلة لجائحة كوفيد 19 وما تبعها من إجراءات، جعلت فئة المعلمين تتعايش معها، وهو دليل على امتلاك مهارة التكيف مع الظروف والمستجدات.

ويبقى التحفظ قائم مادامت الدراسة أجريت على عينة من المعلمين فقط، وكانت الاستجابة من وجهة نظر المعلمين أنفسهم ربما لم يعبروا عن آرائهم بجدية، ونأمل في تحقق نفس النتائج إذا أجريت الدراسة نفسها من وجهة نظر أخرى كالمديرين والمفتشين والشركاء الاجتماعيين.

الخاتمة:

من خلال نتائج الدراسة الحالية، توصل الباحثان إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى فئة معلمي التعليم الابتدائي كان مرتفعا ولم يتأثر كثيرا بتداعيات جائحة كوفيد 19 بشكل سلبي، كما توصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة كانت مختلفة في أبعادها، ففي أبعاد (الاستقلال الذاتي/التمكن البيئي/ التطور الشخصي/العلاقات الإيجابية) كان مستواها متوسط؛ أما بالنسبة لبعدي (الحياة الهادفة/تقبل الذات) فقد كان مستواها مرتفعا.

كما أظهرت نتائج الدراسة أن جائحة كوفيد 19 لم يكن لها تأثير سلبي على جودة الحياة النفسية لمعلمي التعليم الابتدائي، ويعود ذلك حسب رأي الباحثين إلى أن الاجراءات الوقائية المتخذة من قبل الدولة، خاصة فيما تعلق بوقف الدراسة واجراءات الحجر الصحي، مكن من رفع الإحساس بالأمان والابتعاد عن الخطر الناجم عن التقارب الاجتماعي والجسدي.

كما يمكن تفسيره باستفادة المعلمين من العطلة الطويلة الأمد، والتي قاربت (8) أشهر، وهي فترة مكنهم من استثمار تلك الفترة في الراحة وقضاء الكثير من المصالح الشخصية التي لم يكن المعلم يستطيع قضاءها في فترة العلم نظرا للحجم الساعي الأسبوعي الكبير وما يبذله المعلم من جهد طيلة السنة.

كما يعود ذلك إلى ارتباط جودة الحياة النفسية واعتمادها بدرجة كبيرة على المحددات الذاتية بشكل كبير، وما يمتلكه الفرد من قوة وصلابة نفسية وقدرته على مجابهة الظروف الخارجية، وهو ما أشارت إليه العديد من الدراسات، منها دراسة علي مهدي كاظم ومحمود عبد الحليم منسي، إذ عرفا جودة الحياة النفسية بأنها انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته، وأن ما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي والتّحضر يعكس بلا شك مستوى معيننا من جودة الحياة بشكل عام، وهي تعني

ط.د. بوعبدالله بلقاسي
د. امحمد مسعودي

جودة خصائص الإنسان من حيث تكوينه الجسدي والنفسي والمعرفي ودرجة توافقه مع ذاته ومع الآخرين وتكوينه الاجتماعي والأخلاقي (علي مهدي كاظم ، ومنسي، 2006: 69).

الاقتراحات:

اعتماد على ما توصلت إليه الدراسة الحالية يقترح الباحثان ما يلي:

- العمل على بناء البرامج الارشادية وتفعيلها ميدانيا بما يكفل المحافظة على حياة الأفراد الجسدية والنفسية، والوقاية من تداعيات جائحة كوفيد 19.
- ضرورة استغلال منصات التواصل الاجتماعي والوسائل التكنولوجية في تمرير الرسائل التحسيسية المتعلقة بالوقاية من مثل هذه الظواهر، والتقيد بالإجراءات الصحية كالتباعد الاجتماعي وغيره للمحافظة على الصحة بكل أبعادها، وتجنب تداعيات الجائحة.
- استغلال نتائج الدراسة كمنطلق لدراسات تشمل فئات أخرى من فئات المجتمع لمعرفة مدى تأثير جائحة كوفيد 19 على فئات المجتمع.

المراجع والمصادر:

1. أبو هاشم، السيد محمد(2010)، النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، 20(81)، 269-350
2. أبو حماد، ناصر الدين إبراهيم. (2018). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز، المملكة العربية السعودية، ص ص 268- 281.
3. أبو حلاوة (2010)، جودة الحياة المفهوم والأبعاد، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية بدمنهور، جامعة الإسكندرية، ورقة مقدمة ضمن إطار فعاليات المؤتمر العلمي السنوي لكلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

- ط.د. بوعبدالله بلقاسمي
د. امحمد مسعودي
4. بوعيشة، أمال، (2014)، جودة الحياة وعلاقتها بالهوية النفسية لدى ضحايا الإرهاب بالجزائر، رسالة دكتوراه في علم النفس، جامعة محمد خيضر- بسكرة - الجزائر.
5. باعلي، مصطفى، و جغلولي، يوسف (2018)، مستوى جودة الحياة لدى طالبات جامعة المسيلة، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، العدد(8)، مارس 2018. ص 431-431.
6. دائرة مكافحة الأمراض والوقاية منها بلجنة الصحة الوطنية الصينية، (2020)، دليل وقاية الصحة النفسية من فيروس كورونا، تحرير جمعية الصحة النفسية الصينية، ترجمة أمينة شكري، مراجعة وإشراف أحمد السعيد، الطبعة الأولى 2020، الناشر بيت الحكمة للاستشارات الثقافية، القاهرة.
7. الديلي، ناهد عبده زيد(2012)، تقدير الذات وعلاقته بجودة الحياة لطالبات جامعة بابل، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة بابل، المجلد (20)، العدد(4) ص ص 1126-1142.
8. وزارة التربية الوطنية(2008)، المرسوم التنفيذي 08/315، الصادر في 12 أكتوبر 2008.
9. حمادات، محمد، والقضاة، أحمد(2015)، مستوى السعادة لدي عينة من طلبة جامعة البلقان التطبيقية في ضوء بعض المتغيرات في المملكة الأردنية الهاشمية، المنارة، المجلد(22)، العدد(3)، 2016، ص ص 145-168.
10. الكبيسي، عبد الكريم عبید جمعة(2016)، قياس جودة الحياة لدى عينة أعضاء هيئة التدريس في الجامعة- دراسة ثقافية مقارنة لعينات ليبية وعراقية ومصرية- مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، العدد(49)، ص ص 427-460.
11. كاظم، علي مهدي ومنسي، محمود عبد الحلیم. (2006). مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة أيام 17-18-19 ديسمبر، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.
12. لافي الزين، ممدوح بنیه(2020)، السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد(28)، العدد(2)، ص ص 251-269.

- تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي (دراسة ميدانية بولاية مستغانم)
ط.د. بوعبدالله بلقاسي
د. امحمد مسعودي
13. مسعودي، امحمد. (2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.
14. المعايطه، رولا، و الحموري، صالح (2018)، السعادة المجتمعية، الطبعة الأولى، أبريل 2018، قنديل للطباعة والنشر والتوزيع، دبي، الإمارات العربية المتحدة.
15. سلمان جاسم، سارة جبار، (2018)، جامعة البصرة، كلية التربية للعلوم الإنسانية، مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، المجلد (43)، العدد (3ب)، ص ص 275-302.
16. عبده القاضي، عدنان محمد (2020)، أساليب التفكير وعلاقتها بجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس- كلية التربية جامعة تعز نموذجاً-، مجلة الأثر للدراسات النفسية والتربوية، جامعة الجليلي بونعامه، خميس مليانة، المجلد (01)، العدد (02)، جوان (2020)، ص ص 10-32.
17. فواطمية، محمد، (2017)، واقع جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الإبتدائي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد (31) ديسمبر 2017، ص ص 451 – 462.
18. قندوز، عبد الكريم أحمد، (2020)، دور التمويل الإسلامي في حالات الجوائح، دراسات معهد التدريب وبناء القدرات، صندوق النقد العربي، العدد 03-2020-.
19. تواتي، حياة، وقريصات، زهرة، وبلعربي، فوزية 2018، مستوى جودة حياة الطالب الجامعي، مجلة دراسات إنسانية واجتماعية، جامعة وهران، المجلد (2)، العدد (8)، جانفي 2018، ص ص: 184-163.