Duha Badr AL-LAMY ¹

**THE RELATIONSHIP OF QUARANTINE TO POST-
TRAUMATIC STRESS ANXIETY IN CHILDREN FROM
THE POINT OF VIEW OF THEIR PARENTS**

<http://dx.doi.org/10.47832/2717-8293.1-3.14>

Research Article

Received:

18/11/2020

Accepted:

15/12/2020

Published:

01/01/2021

This article has been
scanned by iThenticat
No plagiarism detected

Copyright © Published
by Rimak Journal,
www.rimakjournal.com

Rimar Academy, Fatih,
Istanbul, 34093 Turkey
All rights reserved

Abstract:

This research aims to reveal the relationship of quarantine to post-traumatic anxiety in children, from the viewpoint of their parents. By conducting an applied study on a selected sample of (400) children from Baghdad governorate, who are less than seven years old. The researcher used the descriptive method, being the closest to discovering the relationship between the research variables, as well as using the statistical application (SPSS) in the practical side of the research to analyze the questionnaire data prepared by the researcher for the purpose of answering it by the families of the children, the research sample. The post-traumatic anxiety scale prepared by the researcher included (18) questions about the effects caused by the quarantine imposed by the public authorities in Iraq to limit the spread of the new Corona virus on the mental health of the children studied, As well as finding statistically significant differences in post-traumatic anxiety among children, the research sample, according to the gender variable (male - female), if any.

The researcher concluded that the research sample children suffer from post-traumatic anxiety as a result of the quarantine imposed to limit the spread of the new Corona virus, from the point of view of their parents. and the researcher also concluded that there are no statistically significant differences between the children studied according to the variable (Gender) as a result of their exposure to trauma.

Key words: Quarantine, Anxiety, Trauma, Post-Traumatic Stress Disorder, Early Childhood.

¹ Dr. , Baghdad University, Iraq, Duhaallamy38@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-7472-6117>

علاقة الحجر الصحي بالقلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال من وجهة نظر أولياء أمورهم

ضحى بدر اللامي²

الملخص

نظرا لأهمية مرحلة الطفولة المبكرة كونها من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان، فإن هذا البحث يستهدف الكشف عن علاقة الحجر الصحي بالقلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث، من وجهة نظر ذويهم، من خلال إجراء دراسة تطبيقية على عينة مختارة قوامها (400) ولي أمر من محافظة بغداد، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي كونه الأقرب للكشف عن العلاقة بين متغيرات البحث، فضلا عن استخدام التطبيق الإحصائي (SPSS) في الجانب العملي لتحليل بيانات الاستبانة، وقد ضم مقياس القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال الذي أعدته الباحثة (18) سؤالاً حول الآثار التي تسبب بها الحجر الصحي الذي فرضته السلطات العامة في العراق للحد من فيروس كورونا المستجد على الصحة النفسية للأطفال المبحوثين، فضلاً عن بيان الفروق ذات الدلالة الإحصائية في القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث، تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - أناث) إن وجدت.

وقد انتهت الباحثة إلى أن الأطفال من عينة البحث يعانون من القلق ما بعد الصدمة نتيجة الحجر الصحي المفروض للحد من انتشار فيروس كورونا المستجد من وجهة نظر أولياء

أمورهم، كما توصلت الباحثة أيضاً إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال المبحوثين تبعاً لمتغير (الجنس، النوع) نتيجة تعرضهم للصدمة.

وقد دعت الباحثة أولياء الأمور إلى التعامل مع أطفالهم ممن هم دون السبع سنوات بصورة طبيعية أثناء فترة الحجر الصحي، للحد من اضطراب القلق ما بعد الصدمة لديهم، مع ضرورة القيام بإجراء دراسات تكاملية على نطاق واسع تأخذ بنظر الاعتبار مدى تأثير الصدمات النفسية والظروف الضاغطة على الأطفال وخاصة ممن هم في مرحلة الطفولة المبكرة، وربطها ببعض العوامل الاجتماعية والنفسية.

الكلمات المفتاحية: الحجر الصحي، القلق، الصدمة، قلق ما بعد الصدمة، الطفولة المبكرة.

المقدمة:

تحفز المواقف الغير مألوفة مشاعر القلق لدى الأفراد بمختلف أعمارهم، وفي بعض الأحيان لا يختلف اضطراب القلق الذي يصيب الأطفال عن ذلك الذي يتأثر به الكبار جراء تعرضهم لموقف صادم، ويعد مصطلح القلق ما بعد الصدمة من المصطلحات الحديثة نسبياً، والتي أخذت اهتماماً واسعاً من قبل علم النفس والطب النفسي منذ ثمانينيات القرن الماضي، وقد كانت الارهاصات الأولى لهذه الدراسات قد انطلقت عقب الحرب العالمية الثانية مع بداية الخمسينيات من القرن الماضي، حيث لاحظ عدد من علماء النفس ظهور بعض الأعراض النفسية على الجنود الذين شاركوا بالحرب، وقد أخذت هذه الدراسات بالاتساع حتى شملت جميع الأشخاص الذين يتعرضون إلى مواقف وظروف صادم، كالهجرة والزواج أو الكوارث الطبيعية والبشرية وحالات القتل والإبادة الجماعية، وما إلى ذلك من أحداث تفوق قدرات الإنسان على المقاومة والتوافق أو التكيف معها.

² د. ، جامعة بغداد، العراق، Duhaallamy38@gmail.com

ولما كانت مرحلة الطفولة تعد من أهم المراحل العمرية في حياة الإنسان انطلاقاً من إن النمو السليم يتوقف على هذه المرحلة خاصة الطفولة المبكرة، إذ يتوقف عليها بناء شخصية الفرد بأبعادها السلوكية والمعرفية بشكل كبير، إذ تشير الدراسات التي أجريت بهذا الصدد بأن أي خلل قد يصيب الطفل في هذه المرحلة يربط بلا أدنى شك خلا واضطراباً قد يستمر طيلة المراحل اللاحقة لحياته. (جقابة، 2011: 11).

ومن هنا تكمن خطورة تعرض الأطفال في هذه المراحل العملية للصدمات، ولذلك تم اختيار هذا العنوان ليكون موضوع البحث، خاصة وإن العالم الآن يعيش ظرفاً استثنائياً نتيجة فرض الحجر الصحي من قبل السلطات العامة في العديد من الدول، وما نتج عن ذلك من إغلاق للمدارس والأماكن العامة ورياض الأطفال، ما يجعل الأطفال أكثر عرضة من غيرهم للقلق والاضطراب النفسي ما بعد الصدمة كونهم الأقل قدرة من حيث التكيف مع الوضع الحالي بما يتناسب مع قدراتهم المعرفية والعقلية.

الفصل الأول

مشكلة البحث:

تكمن مشكلة البحث في الآثار النفسية والصحية التي يسببها الحجر الصحي الذي فرض على أكثر من ملياري شخص حول العالم كإجراء احترازي بعد تفشي وباء كورونا المستجد، ولم يكن هذا الانغلاق شبه التام والشلل الذي أصاب معظم مجالات الحياة الاقتصادية والاجتماعية وحتى الثقافية منها، أثاره مقتصرة على طبقة دون أخرى إذ تسبب بمشاكل نفسية للعديد من الأشخاص وبمختلف الأعمار، إلا أن الأطفال في هذا الوضع يمثلون حالة خاصة كونهم يواجهون صعوبات في التكيف والتعاطي مع هكذا ظروف أكثر من غيرهم، خاصة بعد غلق رياض الأطفال والمدارس في معظم دول العالم، فضلاً عن غلق أماكن الترفيه والحدائق والمتنزهات العامة في محاولة لاحتواء خطر انتشار الوباء، مما يجعل الأطفال أكثر عرضة لاضطرابات القلق ما بعد الصدمة، وما قد يسببه من مضاعفات نفسية لديهم.

وتشير بعض الدراسات التي أجريت بهذا الصدد إلى أن انتشار الأوبئة واتخاذ الإجراءات الاحترازية كالحجر الصحي غالباً ما يؤدي إلى تفاقم حالات العنف الأسري، فيكون النساء والأطفال تحديداً هم الأكثر عرضة للمخاطر في مثل هذه الظروف بسبب زيادة التوتر لدى أفراد الأسرة، أثناء فترة الحجر، وقد أشارت إلى هذه النتائج الدراسات التي أجريت حول آثار الحجر الصحي جراء انتشار فيروس إيبولا في إفريقيا خلال فترة (2013 - 2016) على الأطفال والنساء. (UNFPA, 2020:7)، وهذا يقودنا للتساؤل التالي:

- مدى علاقة الحجر الصحي باضطراب القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال؟.

أهمية البحث:

تتمثل أهمية هذا البحث من ناحيتين، الأولى نظرية ترجع إلى كونه يناقش الآثار التي تتسبب بها إجراءات فرض الحجر الصحي عند انتشار الأوبئة أو الكوارث الطبيعية، وما هي أهم آثاره السلبية على الأطفال خاصة ممن هم في مرحلة الطفولة المبكرة دون السبع سنوات، إذ يجد الأطفال أنفسهم في هذه المرحلة الحلقة الأضعف في مواجهة هذا الوضع الاستثنائي.

أما من الناحية التطبيقية فهي دراسة عملية على عينة من الأطفال تحت سن السابعة، في مدينة بغداد ممن عاشوا وضع الحجر الصحي، لذا فهي تمثل إضافة يمكن الاستفادة منها قبل الباحثين في مجال علم النفس والصحة النفسية، لقياس مدى علاقة الحجر الصحي بالقلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال.

كما أن قلة الدراسات التي تناولت آثار الحجر الصحي بشكل على فئة الأطفال بشكل خاص، وندرتها على مستوى الدراسات العالمية بهذا المجال، كانت الدافع الأكبر لاختيار هذا العنوان ليكون موضوع البحث، لما يمثله من أهمية خاصة في وضعنا الحالي، ولتساعد في وضع برامج نفسية ووقائية وإرشادية مبنية على ضوء نتائج هذه الدراسة تعمل على إعادة تكيف الأطفال الذين يعانون من اضطراب القلق ما بعد الصدمة نتيجة تطبيق إجراءات الحجر الصحي.

أهداف البحث:- تسعى الباحثة من وراء هذه الدراسة للوصول إلى:

- التعرف بالقلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث، بسبب الحجر الصحي المفروض للوقاية والحد من انتشار وباء كورونا المستجد من وجهة نظر أولياء أمورهم.
- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث، بسبب الحجر الصحي، تبعاً لمتغير الجنس (ذكور - أنثى) أن وجدت.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بعدد من أولياء أمور الأطفال عينة البحث ممن أعمارهم دون السابعة، وقد أجريت الدراسة داخل النطاق الجغرافي لمدينة بغداد/جمهورية العراق، واستغرقت الفترة الزمنية الممتدة بين (2020/6/20) ولغاية (2020/9/11).

مفاهيم البحث:**1- الحجر الصحي:**

عرفته منظمة الصحة العالمية بأنه "تقييد لنشاطات الأفراد ممن لم يثبت إصابتهم بعد بالمرض، ولكن ربما قد تعرضوا للإصابة بالعدوى، وعزلهم عن الاصحاء لمنع انتشار المرض في الوقت الذي لا تظهر عليهم أي أعراض".

وعرفته منظمة (Mayo Clinic) للبحوث الطبية غير الربحية، بأنه "فصل الأشخاص ممن يشتبه بإصابتهم بمرض معد، نتيجة تعرضهم لأحد مصادر العدوى، إلا أن أي أعراض للمرض لم تظهر عليهم، فهو إجراء وقائي للحيلولة دون انتشار العدوى ويكون في منشأة صحية أو في المنزل، مع توفر شروط معينة". (MayoClinic:2020)

2- قلق ما بعد الصدمة:

عرفه (النابلسي، 1991) بأنه "ردة فعل شديدة ناتجة عن حادث صادم يتعرض له الفرد ويتميز بثلاثة اصناف كبرى من الأعراض.

أما Frans.2003، فيرى بأن القلق ما بعد الصدمة هو "أحد الأمراض النفسية الناتجة عن تعرض الفرد لحادث يشكل صدمة تتخطى حدود التجربة الطبيعية للإنسان، بحيث تترك عليه لاحقا أعراض نفسية وجسدية كالتبدل واضطراب النوم، الخوف المفاجئ، الضعف في التركيز والذاكرة". Frans.2003:618، وهذا التعريف يتفق بشكل كبير مع تعريف الجمعية الأمريكية للطب النفسي APA.1994، وهو ما تتفق معه الباحثة من الناحية النظرية.

أما إجرائيا فهو الدرجة التي يحصل عليها الطفل وفقا لمقياس القلق ما بعد الصدمة الذي اعد من قبل الباحثة لهذا الغرض.

الفصل الثاني**الاطار النظري**

هناك ما يعرف بقوانين السلامة والصحة العامة وهي موجودة في معظم الدول ان لم نقل في جميعها على الاطلاق، وهذه القوانين تتمثل في تطبيق إجراءات استثنائية في حالة وجود خطر يهدد السلامة والصحة العامة للأفراد، كما في انتشار الأمراض والأوبئة المعدية أو الكوارث الطبيعية، ويعد الحجر الصحي وأحدا من هذه الإجراءات الذي يتم تطبيقها عند انتشار وباء قاتل يهدد الصحة العامة للمجتمع كما هو الحال في الوضع الحالي بعد انتشار وباء كورونا المستجد.

أولاً: الحجر الصحي:

بالرغم من أن استخدام وسائل الحجر كانت موجودة عبر التاريخ، إلا إن مصطلح الحجر الصحي يعد من المفاهيم الحديثة التي نشأت نتيجة تطور العلم والتقدم الطبي لتجنيب الإنسان مخاطر الإصابة بالعدوى، فبعد أن كان انتشار الأوبئة في مجتمع ما يؤدي إلى موت الآلاف من الناس نتيجة الجهل في مسببات هذا الوباء وطرق الوقاية منه، كما هو الحال عند انتشار مرض الطاعون والكوليرا والسل وغيرها من الأمراض المعدية على مر العصور.

ولكن مع تقدم العلوم الطبية والتكنولوجيا وتطورها أصبح العلم بمسببات الأمراض وطرق انتشارها أمرا يسيرا وبالتالي سرعة اتخاذ بعض التدابير للحد من فتك هذه الأمراض بالمجتمعات والمحافظة على الصحة والسلامة العامة، وأحد أبرز هذه الوسائل هو ما يعرف بالحجر الصحي، وعلى الرغم من أن هذا الإجراء له أهمية كبيرة كونه يقلل من نسبة الإصابات في المجتمع من خلال منع الاختلاط وانتقال العدوى إلا أنه رغم ذلك ينتج عنه مخاطر عديدة خاصة على فئة الأطفال بسبب عزلهم عن العالم الخارجي، وسوف نناقش ذلك بشكل موجز.

1- مفهوم الحجر الصحي:

الحجر الصحي هو مصطلح حديث يستخدم للتعبير عن عملية الفصل بين الأشخاص ممن خالطو شخصا مصاب بمرض معد، من خلال منعهم عن العالم الخارجي لحين التأكد من عدم حملهم للعدوى أو شفائهم التام إذا ثبتت إصابتهم بعد ذلك. (CDC.2020).

وهناك من يعرفه أيضا بأنه عزل الأشخاص الذين خالطو حالات مؤكدة إصابتها بمرض أو وباء معد، أو اشخاص من المحتمل إصابتهم بالمرض مستقبلا لسبب ما، فيتم حجرهم لفترة معينة يتم تحديدها وفقا لفترة حضانة المرض. (Scientificamerican.2020).

وهناك من يعرف الحجر الصحي بأنه أحد الاستراتيجيات الشائعة المستخدمة للحفاظ على الصحة العامة، من خلال منع انتشار الأمراض والأوبئة شديدة العدوى، فيتم عزل الأشخاص المشكوك بإصابتهم وليس لديهم أعراض، لحين التأكد من سلامتهم. (MDCH.2013:1).

وهنا يجب الإشارة إلى ضرورة التمييز بين العزل والحجر الصحي، فغالبا ما يتم الخلط بين المصطلحين من قبل الباحثين، إلا أن هناك اختلاف كبير بين الحجر الصحي والعزل الصحي، فهذا الأخير يعني إبعاد بعض الأشخاص المصابين بمرض معد بعد أن تم تشخيص إصابتهم والتأكد منها، فيتم عزلهم عن غيرهم من الأشخاص غير المصابين لمنع انتقال العدوى للآخرين لحين شفائهم التام من المرض. (CDC.2020:1).

ولمنع الالتباس والخلط بين هذين المصطلحين يمكن أن نميز بينهما من خلال النقاط التالية:

- الحجر الصحي يكون بسبب اشتباه في حالة الشخص أو مجموعة اشخاص فيتم حجرهم احترازا لحين التأكد من عدم إصابتهم بالمرض لعدم وجود أعراض عليهم، وذلك بخلاف العزل الذي يلجأ إليه المسؤولين في الصحة العامة لمنع المصابين فعلا بمرض أو وباء معين بعد التأكد من إصابتهم، ومنعهم من الاختلاط مع باقي أفراد المجتمع للحيلولة دون انتقال العدوى لغيرهم من الاصحاء. (WHO.2005).
- يكون العزل في الغالب في مستشفيات ومراكز متخصصة لان المريض في هذه الحالة يكون بحاجة تامة إلى العناية الصحية والطبية، بينما الحجر الصحي غالبا ما يتم في المنزل، كما حدث عند انتشار مرض الجدري، حيث تم حجر الأطفال في منازلهم وإغلاق المدارس لمنع انتشار المرض، وكذلك الحال عند انتشار وباء كورونا المستجد مع نهاية عام 2019، حيث طبقت العديد من الدول الحجر الصحي الطوعي أو الإجباري على الأشخاص في منازلهم للحد من انتشار الوباء. (aljazeera.net.2020).

2- الآثار النفسية للحجر الصحي على الأطفال:

مع بداية الحرب العالمية الثانية قامت المملكة المتحدة بإبعاد الملايين من الأطفال عن ذويهم وعزلهم في مدن أخرى لحمايتهم من مخاطر الحرب، فتم نقلهم إلى الريف الإنجليزي للعيش مع آباء بالتبني، وكانت لهذا العزل أثارا نفسية كبيرة على الأطفال في العديد من الجوانب، ومنذ ذلك الحين أصبحت هذه المسألة محل دراسة للمهتمين لعلماء النفس وعلى رأسهم "أنا فرويد"، التي تعد من مؤسسي التحليل النفسي للأطفال، حيث أشارت في كتابها (الحرب والأطفال)، إلى أن الأطفال الذين تم عزلهم عن ذويهم كانوا أكثر عرضة للمشاكل النفسية ما بعد الصدمة من أولئك الذين بقوا مع أسرهم أثناء الحرب. (Ferud.2015:47).

ومن هنا أصبح موضوع فصل الأطفال عن آبائهم أثناء الظروف الاستثنائية وأثاره النفسية على الطفل موضوعا للعديد من الأبحاث النفسية حول العالم، إلا أنه عند الحديث عن عزل الطفل عن عالمه الخارجي بشكل شبه تام فإن الوضع سيكون بالطبع أصعب بكثير من مجرد أبعاده عن أبويه، وقد أشار موقع (hechingerreport)، المعني بقضايا التعليم والطفولة إلى الآثار النفسية التي ستعود على الأطفال نتيجة فصلهم عن المدارس ورياض الأطفال، إلى أنه يتسبب بأثار ضارة لا يمكن إحصاءها حيث تشير الدراسات التي أجريت بهذا الصدد إلى أن الأطفال الذين يذهبون إلى رياض الأطفال ويتواصلون مع زملائهم بشكل مستمر، ويقضون أوقاتا للعب مع أقرانهم، يكونون قادرين على التواصل مع العالم الخارجي بفعالية أكثر من نظرائهم الذين لم يرتادوا مثل هذه الدور. (HRW.2020:6).

وفي دراسة أخرى أجريت على أطفال في سن الخامسة من العمر، طلب منهم توجيه الأطفال بأعمار مختلفة من خلال لعبة فيديو باستخدام اتصال غير لفظي، وقد لاحظ الباحث أن الأطفال الذين يرتادون رياض

الأطفال كانوا أكثر قدرة وامكانية لتكيف تفاعلاتهم، لذا انتهى البحث إلى انه من الخطر بقاء الأطفال في المنازل في هذه المرحلة من العمر لوقت طويل، والتي من المفترض ان يتواجدوا فيها في الخارج للعب مع زملائهم وتنمية مهاراتهم. (NICEF.2019:5).

وهذا ما يؤكد (كينيث روبين) أستاذ التنمية البشرية بجامعة "ميريلاند" في الولايات المتحدة الأمريكية، فيرى ان الأطفال يطورون مهاراتهم الاجتماعية والاحساس بالإخلاف من خلال اللعب والتفاعل مع اقرانهم، إذ يقومون باختبار التجارب التفاعلية الاساسية التي من شأنها تأسيس وتطوير علاقات وثيقة لهم خارج الأسرة التي تمثل المجتمع الأول للطفل. (علي، 2020).

وفيما يخص الحجر المنزلي الذي فرض على العالم نتيجة انتشار وباء كورونا المستجد، يشير (جيمس كوان)، أحد اساتذة علم النفس بجامعة فرجينيا، إلى ان الأطفال خاصة ممن هم في سن الطفولة المبكرة يكون للحجر الصحي وفقدان اللعب مع اقرانهم له تأثير كبير، يؤدي إلى تأخر النمو المعرفي لديهم، ومن ناحية أخرى فان الأمر يبدو اصعب على الأطفال ممن ليس لديهم اشقاء، وهذه الفئة بدأت تنمو بشكل ملحوظ في المدن الأمريكية في العقود الاخيرة، وفي هذه الحالة سيحتاج الأباء إلى طاقات مضاعفة للتعامل مع اطفالهم خلال فترة الحجر الصحي، مما يؤدي إلى ارهاقهم. (علي، 2020).

ثانياً: قلق ما بعد الصدمة:

تصف الكثير من الدراسات النفسية والطبية عصرنا الحالي بأنه عصر القلق، لكثرة التقلبات والصراعات وزيادة ضغوط الحياة بمختلف اشكالها، ويتفق علم النفس والطب النفسي على ان القلق يمثل عصب الحياة البشرية، فهو مدخل جوهري يتم من خلاله دراسة الصحة النفسية للإنسان، كونه من أكثر اضطرابات الصحة النفسية شيوعاً وانتشاراً على مستوى العالم، إذ اشارت الدراسات الرسمية لعام 2017 إلى ان أكثر من (264) مليون شخص حول العالم يعاني من اضطراب القلق. (جقابة، 2019: 33).

اما مصطلح القلق ما بعد الصدمة فيعد من المصطلحات الحديثة في علم النفس والطب النفسي، والتي طرأت في العقود الاخيرة فلم يكن معروفاً قبل عام 1980، وقد أثار الخلاف بين العلماء حول تفسيره، وسنناقش ذلك من خلال الآتي:

1- مفهوم القلق ما بعد الصدمة:

بدأت الدراسات الأولى حول آثار الصدمات التي يتعرض لها الإنسان بشكل عام منذ خمسينيات القرن الماضي فور انتهاء الحرب العالمية الثانية، إذ لاحظ الطب النفسي وعلماء النفس بعض الأعراض النفسية التي بدأت بالظهور تدريجياً على الجنود الذين شاركوا في الحرب، ومن ثم بعد ذلك بدء علماء النفس بتعميم هذه الدراسات على كافة الأشخاص الذين يتعرضون إلى الصدمات، كالتهديد والاعتصاب والهجرة والزواج أو نتيجة الكوارث الطبيعية التي تعرض حياة الإنسان للخطر كالزلازل والفيضانات والحرائق والبراكين وما شابه ذلك، ومدى تأثير هذه الظروف على الحالة النفسية للأشخاص الذين يتعرضون لها. (عبد المجيد، 2011: 242). وتعرف الرابطة الأمريكية للطب النفسي (APA)، قلق ما بعد الصدمة بأنه "أحدى حالات الاضطراب، فهو شعور ينتاب الفرد بعد تعرضه لحوادث ضاغطة غير اعتيادية سواء من الناحية النفسية أو البدنية، وقد تحدث هذه الاضطرابات مباشرة بعد التعرض للصدمة، أو بعد انقضاء فترة لا تقل عن ثلاثة اشهر من وقت التعرض للصدمة". (APA.1994:443).

وعرفه آخرون بأنه حالة من الفوضى وعدم الاستقرار النفسي تصيب الفرد نتيجة صدمة يتعرض لها غالباً ما تعقب حوادث الكوارث الطبيعية أو الحروب. (Pynoos.1985:79).

ومن خلال ما سبق يمكن تعريف قلق ما بعد الصدمة نظرياً على انه ردة فعل تحدث للفرد عند تعرضه لصدمة ما تسبب له الخوف الشديد كالتعرض للكوارث الطبيعية أو البشرية كالحرائق والزلازل وحوادث السير التي تؤدي إلى وفاة شخص قريب، فتسبب لمن يتعرض لمثل هذه الحالات مضاعفات نفسية كاضطراب النوم، التوتر، الخوف المفاجئ، القلق الشديد، والتفكير المتكرر في الحادث، وما شابه ذلك من اعراض نفسية.

2- النظريات المفسرة للقلق ما بعد الصدمة:

حاول بعض علماء النفس والطب النفسي دراسة اسباب وأثار القلق ما بعد الصدمة، وقد اختلفت النظريات حول اسباب هذه الحالة، وفيما يلي سنناقش أهم هذه النظريات:

1-2- النظرية البيولوجية:

حاولت هذه النظرية تفسير اضطراب ما بعد الصدمة من خلال مستويات مختلفة، حيث ركزت على التأثيرات الفسيولوجية التي تحدث عند تعرض الفرد لصدمة ما، من خلال دراسة المتغيرات التي تحدث للفرد بعد

تعرضه للصدمة، حيث يرى (vanderkhole.1984)، الذي يعد أحد مؤسسي هذه النظرية بان الصدمات التي يتعرض لها الفرد تتسبب في حدوث اضطرابات في وظيفة الدماغ، وكذلك الحال لعدد من اعضاء الجسم الاخرى مما يحدث تأثيرات نفسية لاحقة لدى الفرد. (غانم، 2006:93).

2-2- النظرية المعرفية السلوكية:

ذهب جانب من العلماء نحو تفسير القلق ما بعد الصدمة من خلال مداخل معرفية وسلوكية، ومن أهم هذه النماذج ما قدمه الباحثان (FO, Kouzak)، وهذا النموذج يبحث في جوهر الظروف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد، إذ تركز هذه النظرية على ان الادراك والمعنى الذي يعطيه الشخص عن حدث صادم تعرض له، والذي يرتبط بنظرته لكل ما يمر القيم والمعتقدات والنماذج المعرفية التي يتبناها، وهي التي تميز الفرد عن غيره، حيث ان الصدمة التي يتعرض لها تؤدي إلى زعزعة هذه البيانات (غانم، 2006: 93).

2-3- النظرية النفسية الديناميكية: (Psychodynamic Model)

يعد (Horowitz.1986) من مؤسسي هذه النظرية، ويرى ان القلق ما بعد الصدمة يحدث نتيجة عدم قدرة من يتعرض لصدمة ضاغطة تفوق قدراته الادراكية والمعرفية، على دمج الموقف الذي تعرض له مع قدراته من الإدراك المعرفي، لذا يرى (هورويتز) ان قلق ما بعد الصدمة هو ردة فعل طبيعية للضغوط النفسية، الا ان نتائجه لا تكون متوقعة، وقد انتهى إلى ان انكار الصدمة يساعد الفرد في الحد من اعراض القلق ما بعد الصدمة. (ثابت، 2006: 14).

كما أشار إلى أهمية الدعم الاجتماعي لمن يتعرض للصدمات النفسية، فكلما كان الدعم ايجابيا كلما ساهم بشكل اكبر في امتصاص آثار الصدمة والحد من اعراضها، وغياب مثل هذا الدعم يزيد من احتمال استجابة المريض للضغوط النفسية ما بعد الصدمة. (المصدر نفسه).

اما (Wilson and Krauss)، فقد وضعوا نموذجا لتفسير قلق ما بعد الصدمة مبني على عوامل متعددة تأخذ بنظر الاعتبار الجوانب الشخصية والموقفية، وقد توصل الباحثان إلى ان ميكانيزمات الدفاع الذاتي للفرد عند تعرضه للصدمة تضطرب بسبب تحملها اعباء وضغوط نفسية ناتجة عن الصدمة، وهذه الضغوط يختلف تأثيرها بحسب طبيعة الصدمة ومدى قوتها ومعناها. (يونس، 2005: 586).

3- الدراسات السابقة:

1- دراسة (Mireia, et al.2020) بعنوان "الأثار النفسية الفورية للحجر الصحي لدى الأطفال والمراهقين في اسبانيا وايطاليا".

هدفت هذه الدراسة إلى قياس التأثير العاطفي للحجر الصحي من وباء كورونا المستجد على الأطفال والمراهقين في ايطاليا واسبانيا، كونهما من أكثر الدول تضررا من هذا الوباء، وقد شملت عينة البحث (1143) من الآباء والأمهات من أولياء أمور الأطفال عينة البحث، ممن تتراوح أعمارهم بين (3-18) سنة، لقياس مدى تأثير الحجر الصحي على سلوكيات اطفالهم مقارنة مع وضعهم ما قبل الحجر، وقد انتهت الدراسة إلى ان أكثر من (85%) من الأطفال المبحوثين يعانون من تغيرات في الحالة العاطفية ومن حيث سلوكياتهم، من وجهة نظر أولياء أمورهم، وقد تراوحت هذه التغيرات بين القلق والملل والتهيج والعصبية والشعور بالوحدة وعدم الارتياح.

2- دراسة (عبد المجيد واخرون، 2011)، بعنوان "اضطراب ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين بمعسكرات النازحين بولاية غرب دارفور".

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على السمات العامة التي تميز اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث والتعرف على الفروق من حيث اعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى الأطفال تبعا للنوع أو الاختلاف في المستوى التعليمي ان وجدت، وقد استخدم الباحثين لتحقيق هذه الاهداف المنهج الوصفي الارتباطي، وقد طبقت الدراسة على عينة من الأطفال في معسكرات (اردمتا والرياض)، غرب دارفور، بلغ عددهم (5200) طفل ومراهق، وقد تم تطبيق مقياس لقياس اعراض الصدمة النفسية لديهم مكون من (44) فقرة، وقد توصلت الدراسة إلى ان جميع ابعاد الاضطرابات النفسية تتسم بالانخفاض بدرجة دالة احصائية وسط الأطفال من عينة البحث، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود أي فروق دالة احصائية بالنسبة إلى ابعاد اعراض الصدمة النفسية من حيث النوع أو الجنس، مع وجود فوارق دالة تبعا للمستوى التعليمي.

3- دراسة (جقابة، 2019)، بعنوان "قلق الانفصال لدى اطفال المرحلة التحضيرية".

هدفت هذه الدراسة إلى البحث في طبيعة قلق الانفصال لدى الأطفال عينة البحث، وكذلك معرفة العلاقة بين اضطراب قلق الانفصال وعلاقته بالحماية الزائدة للوالدين، وشدة التعلق بالوالدين وعلاقتها باضطراب قلق الانفصال لدى الأطفال، ولتحقيق اهداف البحث اعتمد الباحث على المنهج العيادي من خلال تطبيق

دراسة الحالة، وقد تمت الدراسة في جمهورية الجزائر، وتكونت عينة البحث من (6) حالات من اطفال المرحلة التحضيرية، تتراوح أعمارهم بين (5-6) سنوات، وقد انتهى البحث إلى وجود علاقة بين اضطراب قلق الانفصال والحماية الزائدة لدى الوالدين، وكذلك وجود علاقة بين اضطراب قلق الانفصال لدى الأطفال عينة البحث وغياب أحد الوالدين.

الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته

منهجية البحث:

نظرا للأهمية الكبيرة لموضوع البحث من الناحيتين العلمية والعملية، فإن دراسة هذا الموضوع تطلبت استخدام أكثر من أسلوب منهجي حيث اعتمدت الباحثة في بناء الإطار النظري للبحث على المنهج الوصفي الارتباطي، كونه الأمثل لاختبار الفروق والعلاقات بين متغيرات البحث، فضلا عن الاستعانة بالمنهج التحليلي بالاعتماد على المصادر المتوفرة من كتب ودوريات إضافة إلى الاستعانة بشبكة الانترنت، للاستفادة من الدراسات السابقة حول موضوع البحث، فضلا عن الاستعانة بالتطبيق الإحصائي (SPSS)، في الجانب العملي من الدراسة.

إجراءات البحث:

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي، كان لابد من تحديد مجتمع الدراسة واختيار عينة ممثلة له وإعداد الأدوات المناسبة للقياس والتأكد من صلاحيتها وقدرة فقراتها على التمييز وصدقهما وثباتها، ومن ثم تطبيقها على عينة البحث المختارة، واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها، وفي ما يأتي وصف لإجراءات البحث:-

أولاً:-مجتمع البحث:

يقصد به جميع المفردات أو الوحدات الظاهرة التي تشمل البحث ويعرف المجتمع بأنه كل الأفراد الذين يحملون بيانات الظاهرة التي هي في متناول البحث، فهو مجموعة كاملة من الأفراد أو الأشياء أو الدرجات التي يرغب الباحث في دراستها (داود وعبد الرحمن، 1990: 66). يتكون مجتمع البحث الحالي عدداً من أولياء أمور الأطفال ممن هم دون السابعة من العمر، داخل محافظة بغداد، والبالغ عددهم (400) شخص يمثلون مجتمع الدراسة.

ثانياً:- عينة البحث:

العينة هي جزء من المجتمع الذي تتم دراسة الظاهرة عليه، من خلال الدرجات أو المعلومات التي يستخرجها الباحث، ومن خلال هذه العينة يمكن تعميم النتائج التي يستخلصها الباحث على المجتمع الكلي (داود وعبد الرحمن، 1990: 67). وقد استهدف البحث عينة من الأطفال من خلال توزيع استمارة الاستبيان على أولياء أمورهم والبالغ عددهم (400).

رابعاً- أداة البحث:

تتوقف دقة معلومات البحث وصلاحيتها وإمكانية الاعتماد على نتائجها، على الأداة التي يعتمد عليها الباحث في جمع المعلومات، ولما كان البحث الحالي يتطلب معلومات واسعة فأق المقاييس في مثل هذا البحث يمثل أفضل أداة لبلوغ أهدافه، فالمقياس يعد من أكثر الوسائل شيوعاً واستخداماً في عملية جمع البيانات في البحوث التربوية والنفسية، والتي تستهدف معرفة الآراء والاتجاهات الخاصة بعينة البحث للحصول على حقائق متعلقة بالظروف والأساليب القائمة، حول الحالة موضوع الدراسة. (داود وعبد الرحمن، 1990 : 22) الخصائص السيكمترية:- وقد عملت الباحثة على استخراج الخصائص السيكمترية للبحث من خلال الآتي:

أولاً: صدق الأداة:- ويتكون من شقين (الصدق الظاهري، صدق البناء):

1- الصدق الظاهري:

ويعني أن المقياس يتضمن فقرات على صلة بالمتغير الذي يراد قياسه، وأن مضمونها يتفق مع الغرض المعد لأجله، فضلاً عن نوع الفقرات واتساقها، وكيفية صياغتها ومدى وضوحها أضاف إلى ذلك التعليمات التي تحتويها من حيث الوضوح والدقة والموضوعية ومدى مناسبتها بوصفها أداة لقياس الغرض الذي وضعت من أجله. (المنسي، 1998، 189)

ويعرف كذلك على انه الصديق الذي يستهدف التحقق من مدى صلاحية انتماء الفقرة إلى مجالها، إذ يعمم المقياس بعد الانتهاء من صياغة فقراته، على مجموعة من المحكمين في مجال الاختصاص. (عطية، 2010 : 108)

ويشير (Ebel) إلى أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية فقرات المقياس هي عرض الأداة على مجموعة من المحكمين لكي يقرروا مدى صلاحيته لقياس الصفة التي وضع من أجلها (Ebel, 1972: 34)، و لغرض تحقيق ذلك قامت الباحثة بعرض فقرات البحث بصيغتها التمهيدية وعددها (18) فقرة كما في (ملحق 2)، على عدد من المحكمين المتخصصين في الميدان التربوي وعلم النفس أو القياس النفسي (ملحق 1)، بهدف معرفة آراءهم حول مدى صلاحيتها للبيئة، و سلامة صياغتها وملائمتها للغرض الذي وضعت من أجله ومدى ملائمة الفقرات لقياس الظاهرة موضوع البحث، فضلاً عن مدى إمكانية إضافة أو حذف بعض الفقرات من المقياس بحسب وجهة نظرهم، وقد تم تحليل استجابات المحكمين باستعمال النسبة المئوية واختبار مربع كاي، ولتحديد قبول أو رفض كل فقرة من فقرات أداة البحث تم اعتماد نسبة 80% كحد أدنى للقبول، وبقيمة مربع كاي أكبر من القيمة الجدولية.

وبعد تحليل إجابات المحكمين بخصوص فحوى الاستبيان تبين أن جميع فقرات الاستبيان قد حصلت على موافقة المحكمين بنسبة تتراوح ما بين (83%) إلى (100%) وبلغت قيمة كاي المحسوبة على التوالي (18) و (8) وهي أعلى من قيمة كاي الجدولية (3,84) وبذلك تكون جميع الفقرات دالة عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (1) كما في الجدول (1) التالي.

جدول (1)

يوضح النسبة المئوية وقيمة مربع كاي لتحليل استجابات المحكمين للاستبيان القلق ما بعد الصدمة

مستوى الدلالة 0.05	قيمة كاي		النسبة المئوية	غير الموافقين	الموافقون	عدد المحكمين	الفقرات
	الجدولية	المحسوبة					
دالة	3,84	18	100%	-	18	18	9-13-16
دالة		14.22	94%	1	17		15-11-7-3 - 1
دالة		10.88	89%	2	16		17-10-5-4-2
دالة		8	83%	3	15		18 - 14 - 12 - 8 - 6

2- صدق البناء:

ويطلق عليه صدق التكوين الفرضي أيضاً، ويقصد به مدى قياس المقياس لتكوين فرضي معين (Anastasi, 1976: 151)، بمعنى آخر هو عملية تحليل درجات المقياس استناداً للبناء النفسي للخاصية المراد قياسها، أو في ضوء مفهوم نفسي معين. (Cronbach, 1964:120) فهو يعبر عن المدى الذي يمكن أن نقرر بموجبه ان المقياس يقيس بناءات نظرية محددة أو خاصية معينة، ويتحقق هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ثانياً: الثبات:

ويُقصد بالثبات في القياس النفسي "دقة الأداة في القياس أو الملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه وطراذه فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المستجيب"، وتعد الأداة ثابتة إذا كانت تؤدي النتائج نفسها في حالة تكرارها خاصة إذا كانت الظروف المحيطة بالأداة والمستجيب متماثلة في كلا التطبيقين. (مجيد وعيال، 2011: 81)

ولغرض الحصول على ثبات المقياس استخدم الباحث طريقة معادلة ألفا كرونباخ: حيث اعتمد الباحث على طريقة معامل ألفا كرونباخ، للتحقق من مدى ثبات أدوات البحث من خلال قياس الثبات بمفهوم الاتساق الداخلي، والذي يعني الثبات الداخلي لفقرات الأداة، ويستخدم لهذا الغرض معادلة ألفا كرونباخ، باعتبارها أحد الطرائق المعتمدة من قبل العديد من الباحثين في هذا المجال. (صلاح الدين، 2000: 166)، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0,81).

الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

اعتمد الباحث في جميع المعالجات الإحصائية للبحث على الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وقد تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

- اختبار مربع كاي.
- معادلة الفاكرونباخ.
- الاختبار التائي لعينة واحدة.
- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث على وفق أهدافه فضلاً عن مناقشتها وتفسيرها، وقد قامت الباحثة بتحليل نتائج الاستبانة التي تضمنت مقياس للقلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال عينة البحث تكون من (18) سؤالاً، باستخدام التطبيق الإحصائي (SPSS)، وبعد جمع الاجابات الخاصة بعينة البحث البالغ عددهم (400) طفل وطفلة من محافظة بغداد، وتحليلها احصائياً سنقوم باستعراض ما افضت اليه نتائج التحليل، بما يتطابق مع اهداف البحث التي انطلق منها الباحث.

عرض النتائج:

الهدف الأول:- تحقيقاً للهدف الأول الذي يرمي إلى التعرف على القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا المستجد، من وجهه نظر أولياء أمورهم.

قام الباحث بقياس ذلك ، وتصحيح الاجابات وإعطائها درجة واعتمدت المتوسط النظري للأداة (الاستبيان) للحكم على المتوسط الحسابي لأفراد العينة وعلى النحو التالي:

بلغ متوسط درجات أفراد العينة البالغ عددها (400) على استبيان القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال بسبب الحجر الصحي (55.925) درجة، وبانحراف معياري مقداره (12.568) درجة وهو اكبر من المتوسط النظري للاستبيان البالغ (54) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطين استعمل الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة ، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (3.063) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (399) وكما موضحة في الجدول رقم (1).

وعليه فإن الفرق بين المتوسطين ذو دلالة احصائية لصالح المتوسط الحقيقي للاستبيان . وتشير هذه النتيجة إلى ان الأطفال يعانون من القلق ما بعد الصدمة بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا من وجهه نظر أولياء أمورهم.

الجدول (1)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدرجات أفراد العينة جميعاً على استبيان القلق ما بعد الصدمة وفقاً للدرجة الكلية

مستوى دلالة 0.05	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	القلق ما بعد الصدمة
	الجدولية	المحسوبة						
دالة	1.96	3.063	399	54	12.568	55.925	400	

الهدف الثاني:

تحقيقاً للهدف الثاني الذي يرمي إلى التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في القلق ما بعد الصدمة لدى الأطفال بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – أناث) تم استخراج الفرق تبعاً لمتغير الجنس على وفق الدرجة الكلية للاستبيان، إذ بلغ متوسط درجات أفراد العينة الذكور (56.51) درجة للاستبيان القلق ما بعد الصدمة البالغ عددهم (200) طفلاً، وبانحراف معياري مقداره (11.690) درجة، في حين بلغ متوسط درجات أفراد العينة الاناث (55.34) درجة للاستبيان القلق ما بعد الصدمة البالغ عددهم (200) طفلة، وبانحراف معياري مقداره (13.393) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسطين استعمل الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وبلغت القيمة التائية المحسوبة (0.930) اما القيمة الجدولية (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (398) وكما موضحة في الجدول (1) اعلاه. وبما ان القيمة التائية المحسوبة البالغة (0.930) اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) وبدرجة حرية (398) عند مستوى دلالة (0.05) وعليه فان الفروق بين المتوسطات غير دالة إحصائياً وتشير النتائج على وفق متغير الجنس انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في القلق ما بعد الصدمة بالنسبة لمتغير الجنس إذ يمكن القول أن الأطفال من كلا الجنسين ذكور واثاث يعانون من القلق ما بعد الصدمة بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا.

الجدول (2)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق بحسب متغير الجنس

المتغير	الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى دلالة 0.05
						المحسوبة	الجدولية	
القلق ما بعد الصدمة	ذكور	200	56.51	11.690	398	0.930	1.96	غير دالة
	اناث	200	55.34	13.393				

الخاتمة:

تصنف هذه الدراسة ضمن الدراسات النفسية حيث تنطلق من أهمية مرحلة الطفولة المبكرة، باعتبارها الركيزة الاساسية واللبنة الأولى لتغذية شخصية الطفل من الناحية السلوكية والمعرفية وبالتالي صقلها على النحو الذي يؤثر في رسم معالم هذه الشخصية مستقبلاً، لذا جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على هذه الشريحة المهمة من شرائح المجتمع، وقد انتهت الباحثة في ضوء ما تم عرضه من معطيات تضمنها مضمون البحث إلى ما يلي:

1- الاستنتاجات:

- للحجر الصحي أثارا نفسية على مختلف طبقات المجتمع، بسبب ما صاحبه من إجراءات عزل وقائية وتطبيق إجراءات التباعد الاجتماعي، الا انه يبقى الأطفال هم الأكثر تضرراً من هذه الإجراءات بسبب صعوبة تعاطيهم وتكيفهم مع مثل هذه الاوضاع، خاصة مع تعطيل المدارس ورياض الأطفال والحدائق والمتنزهات وامكان الترفيه العامة واستمرار الحجر المنزلي.
- تشير الدراسات التي اجريت بهذا الخصوص إلى ان الأطفال يكونون خلال فترة الحجر الصحي أكثر عرضة من غيرهم إلى حالات العنف الأسري، ويرجع ذلك إلى كونه يرتب ضغوطا اضافية على أولياء الامور ومقدمي الرعاية، الذين قد يضطرون إلى ترك وظائفهم في سبيل التفرغ لرعاية اطفالهم تماشياً مع الظروف الاستثنائية، وهو ما يزيد من احتمالية تعرض الأطفال خلال هذه المرحلة لمضاعفات نفسية كالقلق والاضطرابات النفسية نتيجة تعرضهم لمثل هذه الظروف.
- انتهت نتائج الدراسة إلى أن الأطفال يعانون من القلق ما بعد الصدمة بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا من وجهه نظر أولياء أمورهم .
- توصلت الباحثة إلى عدم وجود اي فروق تبعاً لمتغير الجنس (ذكر – انثى) في القلق ما بعد الصدمة بسبب الحجر الصحي للوقاية من فايروس كورونا بالنسبة للأطفال عينة البحث من وجهه نظر أولياء أمورهم.

2- التوصيات:

- الخروج مع الأطفال إلى الحدائق القريبة من البيت مع الالتزام بإجراءات الوقاية لتخفيف من شدة اثر الحجر الصحي على الأطفال.
- توصي الباحثة بإجراء دراسات تكاملية على نطاق واسع تأخذ بنظر الاعتبار مدى تأثير الصدمات النفسية والظروف الضاغطة على الأطفال وخاصة ممن هم في مرحلة الطفولة المبكرة، وربطها ببعض العوامل الاجتماعية والنفسية، مع ضرورة التوسع في قاعدة البيانات التي تشمل عينات البحث، لتضم أكبر عدد ممكن مما يساهم في رفد الدراسة بنتائج واقعية بشكل أكبر.
- نوصي القائمين على دور رياض الأطفال والمدارس بوضع برامج خاصة لإعادة تأهيل الأطفال ما بعد الصدمة التي تعرضوا لها جراء فرض الحجر الصحي مطلع العام الحالي، خاصة بعد ان عذمت معظم الدول ومنها العراق على تخفيف قيود وإجراءات الحجر الصحي من خلال السماح للمؤسسات العامة والخاصة بمزاولة نشاطها ومن ضمنها المدارس ورياض الأطفال.
- أوصي أولياء الامور التعامل بصورة طبيعية مع أطفالهم في ظل إجراءات الوقاية من فايروس كورونا للتقليل من حدة القلق لديهم، مع تجنب الاكثار من الحديث عن مضاعفات المرض ومخاطره امام الأطفال.

قائمة المصادر

أولاً: المصادر العربية:

- ثابت، عبد العزيز، (1999) الاضطرابات النفسية عن المواقف الصادمة لدى اطفال الحروب، برنامج غزة للصحة النفسية، فلسطين.
- جقابة، عائشة، (2019) قلق الانفصال لدى اطفال المرحلة التحضيرية، دراسة عيادية لست حالات بولاية المسيلة، رسالة ماجستير في علم النفس العيادي، جامعة المسيلة، الجزائر.
- داوود، عزيز حنا، وعبد الرحمن، أنور (1990)، مناهج البحث التربوي، دار الحكمة، جامعة بغداد.
- صلاح الدين، محمود (2000)، القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتطبيقاته المعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- عبد المجيد، عبد الرحمن وآخرون، (2011) اضطراب ما بعد الصدمة وسط الأطفال والمراهقين بمعسكرات النازحين بولاية غرب دارفور، مجلة دراسات افريقية، جامعة افريقيا العالمية، العدد 46.
- عطية، محسن علي (2010)، البحث العلمي في التربية، مناهجه أدواته، وسائله إحصائية، دار المناهج، عمان.
- علي، ليلى، (2020) هل أجاب العلماء عن تأثير عزل الأطفال عن أقرانهم في المدرسة بسبب كورونا؟، مقال منشور في موقع الجزيرة نت على الرابط التالي:
- مجيد ، عبد الحسين رزوقي، عيال، ياسين حميد (2011) : القياس والتقويم للطالب الجامعي، ط1، مكتب اليمامة للطباعة والنشر، بغداد.
- ملحم، سامي (2000) مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.
- ما الحجر الصحي وبماذا يختلف عن العزل؟، مقال منشور على موقع الجزيرة نت على الرابط التالي: <https://www.aljazeera.net/news/healthmedicine/2020/3/2>
- المنسي، محمود عبد الحليم (1998) التقويم التربوي، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.
- يعقوب، غسان، (1999) سيكولوجية الحرب والحوادث ودور العلاج النفسي، دار الفكر للنشر، بيروت.
- يونس، محمد محمود، (2005) مدى فاعلية أسلوب الاسترخاء العضلي في خفض مستوى اعراض اضطراب ما بعد الصدمة النفسية، دراسة حالة على عينة من طلبة الجامعة الاردنية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، الاردن، المجلد 32، العدد 3.
- <https://www.aljazeera.net/news/women/2020/5/25>

ثانياً: المصادر الاجنبية:

- Centers for Disease Control and Prevention, (CDC), 2020, Isolation and quarantine, Online publication from: https://www.cert-la.com/downloads/education/arabic/ARB_IsoQuar.pdf

Michigan Department of Community Health(MDCH), 2013, Isolation and quarantine, general information, an article published on:

https::

www.michigan.gov/documents/michiganprepares2/Isolation_and_Quarantine_Facts_428145_7.pdf.

https::

www.scientificamerican.com/arabic/articles/news/how-effective-is-quarantine-and-preventive-measures-in-face-of-coronavirus-pandemic

Pynoos, R, Eth, S (1985). "Children Traumatized by witnessing personal violence", Homicide, Rape or Suicides Behavior. In S. Eth.

Pynoos. R. (Eds) PTSn in children. Washington D. C: L American Psychiatric Press

Freud, Anna, War And Children, (2015), Lulu Press, Inc.

Human rights Watch "HRW", (2020) COVID-19 and Children's Rights. Online from:

https::

reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/COVID-19%20and%20Children%E2%80%99s%20Rights.pdf

Alliance for Child Protection in the Framework of Humanitarian Action, Protecting Children during the Coronavirus Pandemic, UNICEF, 2019.

Chisholm. D. et al. (2015), Scaling-up of treatment of depression and anxiety: a global return on. investment analysis. the Lancet Psychiatry.

(APA), "American Psychiatric Association" (1994), Diagnostic & Statistical manual of mental disorders 4ed Washington.

France ,Franse. O. (2003). "Posttraumatic stress disorder (PTSD) in the general population" Acta universitatis Upsaliensis. Comprehensive summaries of Uppsala Dissertations from the faculty of Social Sciences 129.