المعـاش النفسي للأسرة والوالدين ومواقفهمـا في ظل وبـاء الكوفيد 19

The psychological experience of the family and parents and their attitudes towards the Covid-19 pandemic

بلبسعي رشيد

أستـاذ محـاضر "أ"في علم النفس، جـامعة بجـاية

ملخص

إن الوباء الذي نشهده حاليًا يعيد قضايا البحث في مجالي الأسرة والطفل إلى قلب المسائل النفسية المستعجلة ، التي يجب الاهتمام بها ومنحها الأولوية في مجال البحوث العلمية بشتى تخصصاتها التي تخص فهمها و كيفية التدخل في ميادين علم النفس العيادي، الأسري، وعلم النفس الطفل.

لهذا الغرض تعالج هذه الورقة العلمية قضايا الأسرة في ظل جائحة الكوفيد 19، وبالضبط تداعيات وتأثيرات الحجر الصحي على العلاقات الأسرية، حيث سنعمل على توضيح الرؤية حول ما يتعلق بواقع ديناميكية العلاقات الأسرية وعلاقة الطفل بوالديه في هذه الفترة الحرجة من انتشار الوباء مع فرض الحجر المنزلي. قد أثارت هذه التعليمات الجديدة مخاوف بعض الأولياء ومؤسسات رعاية الأطفال، كما أظهر النظام الاجتماعي، بما في ذلك الأسرة، توترا حادا خلال الأشهر الأولى بفعل التباعد الاجتماعي. لقد اعتمدنا في هاته الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي.

الكلمات المفتاحية: الأسرة، جائحة كوفيد19، الطفل، الحجر المنزلي.

Abstract

The epidemic we are currently witnessing brings the issues of the family and the child and research in these two areas to the heart of the urgent psychological issues that must be taken care of and given priority in the field of scientific research. in all its specializations and in the field of understanding and intervention in the fields of clinical, family and child psychology.

To this end, this scientific article deals with family issues in the light of the Covid-19 pandemic, and exactly the repercussions and effects of confinement on family relationships. We will then attempt to clarify the vision of the reality of the dynamics of family relations and the relationship of the child with his parents in this critical period of the spread of the epidemic and the imposition of confinement at home, where these new instructions have raised concerns among some parents and early childhood professionals, and where the social system, including the family, has shown strong strain during the first months of social distancing. We have adopted through this study the descriptive and analytical approach, as we propose in the future a field study.

Keywords: family, Covid 19 pandemic, child, confinement.

مقدمة

لم تكن قضايا الاهتمام بالأسرة على نفس القدر من الأهمية والإلحاح كما هو الحال في الوقت الراهن المصادف لظهور الوباء العالمي كوفيد 19 في ديسمبر 2019 .أما المستقبل فلا شك أنه سيعرف هو كذلك تحولات عالمية متسارعة في شتى المجالات، حيث سيحمل لا محال تحديات وفرص غير مسبوقة، سواء على المستوى الفردي أو الجماعي أو المجتمعاتي.

الأكيد أن فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19- Covide) الذي أصبح يشكل جائحة كونية، لا يمثل أول وباء عرفه العالم. فأغلبنا قد سبق وأن قرأ أو سمع عن أوبئة اجتاحت العالم خلال عصور خلت، أو عايش بعضها خلال سنوات ليست بالبعيدة. لكن، الجديد هذه المرة هو أن هذه الجائحة اكتست عبر أقطار العالم انتشارا سريعا وصيتا واسعا. (أحرشاو، أ، 2020 ب، ص.1).

لقد استطاع إذن، فيروس كوفيد -19- Covid أن يشل جُل حـــركة سكان الأرض ويحد من قدرتهم على الحركة والنشاط نظـــرا للوضعية الخاصة التي يعيشها العالم حاليا في فترة الحجر الصحي والإلزامي، والتي قد تكون عواقبها النفسية أكثر عمقا وتعقيدا في الحين والمستقبل.

والجزائر، مثل العالم بأسره، تعيش هي كذلك مرحلة جديدة حاسمة وخطيرة، وليس لأسباب مادية فقط ، وإنما بسبب تهديد جرثومي، قد تؤدي آثاره وتداعياته إلى هلاك أشخاص كثيرين وتدهور الحالة الصحية والعقلية عند آخرين، كما يهدد من جهة أخرى استقرار بعض الأسر وتهديد أمنهم الداخلي، فبعدما كان المنزل مصدر للأمن و الطمأنينة فقد يضحي بعد الآن مصدر للانزعاج والقلق.

سنعالج إذن في هذه الورقة العلمية المشكلات النفسية المتعلقة بتأثيرات الحجر المنزلي على الوضع الصحي للأسر والعائلات، حيث نسعى إلى توضيح الرؤى حول ما يتعين توفيره من

الإمكانيات العلمية والعملية التي يمكن أن يقدمها المتخصص في علم النفس من أجل فهم وتجاور هذه الأزمة التي تفرضها مرحلة الحجر المنزلي وتداعياتها على الأسر والمجتمع ككل. وقد كان هدفنا هنا ليس على أساس تقديم برامج تدخل أو حلول لمشكلات أو إجابات نهائية بقدر ما يتمثل في رسم صورة على انعكاسات الوباء والإجراءات الإلزامية الصارمة على علاقة الفرد بأسرته وما ينجم عنه من أخطار على المستوى النفسي و العلائقي. سنستعرض إذن في هذه الورقة ديناميكية الحياة الأسرية وقواها الفاعلة و سيرورتها في ظل هذا الوباء وما يترتب عنه من آليات نفسية ومرضية والتي قد يكون له صدى كبير في المستقبل.

1- تغيـــرات نظام الحياة في ظل جائحة كوفيد 19

في شهر ديسمبـــر2019، سجلت المنظمة العالمية للصحـــة (OMS) أولى حالات الإصابة بمـــرض وبائي ظهـــر فجأة في الصين. وقد تم التعـــرف عليه على أنه فيـــروس كورونا جديد من صنف (SARS-CoV2)، حيث اتفق العلماء على تسميته بكوفيد 19 (Covid -19). بسرعة، كان لانتشار هذا المرض المجهول تأثير عالمي، حيث أن عدوى الفيروس تعد مهمة للغاية، إذ أن عواقبها قد تكون قاتلة.(Al Joboory, Monello, Bouchard, 2020, p.747)

وفي سياق هذه الأزمة الصحية الطارئة، تعاني جميع شرائح المجتمع دون استثناء من ضغوطات نفسية تختلف في شدتها من شريحة لأخرى. تأتي في المقدمة هؤلاء المنتمين إلى قطاع الصحة خصوصا الصحة العمومية، العمال الذين يعانون من صعوبات التنقـل جراء الحجر المفروض،... هذه الإجراءات، الغير المسبوقة منذ وباء الأنفلونزا الإسبانية عام 1918، والتي أوقفت نصف العالم، من شأنها أن تأثر على الصحة النفسية عند الكثير من الأشخاص والعائلات وعمال المؤسسات الخاصة والعمومية. (Brooks, Webster, & Al, 2020, p.26)

إن الغلق الإجباري للمحلات التجارية والشركات والمطاعم ومرافق الرعاية الصحية، لا شك أن له تأثير اقتصادي كارثي؛ حيث يشتكي الخواص وأصحاب المصانع والمؤسسات المصغرة والمهن الحرة والحرفيون والتجار وغيرهم من العاملين الأحرار أن أنشطتهم قد تباطأت بشكل خطير، وقد يصل بعضها إلى حد التوقف المؤقت، وهم غالبًا ما يُجبرون على وضع موظفيهم في حالة بطالة جزئية أو ظرفية. (Al Joboory, Monello, Bouchard, 2020, p.749).

كذلك من جهة أخرى تم إغلاق المدارس، إلى إجبار الآباء على ضمان تعليم أطفالهم بأنفسهم، بالإضافة إلى مواصلة أنشطتهم المهنية في العمل عن بعد بالنسبة للبعـــض. وهكذا أصبحت الخلايا الأســـرية شيء فشيء، هشة وضعيفـــة أمام هذا الوضع الجديد، وقد فقد البعض سيطرتها، حيث لم يعد لدى أفرادها أي متنفس لصراعاتها الداخلية، فالاختلاط مع الزوج أو الأسلاف أو الأحفاد أصبح شيء دائم وملازم، وقد سجل بالفعل ارتفاع عدد حالات الانفصال والطلاق بشكل حاد، مع زيادة ارتفاع ضحايا العنف داخل الأسرة، بين البالغون والأطفال الذين يجدون أنفسهم محبوسين مع جلاديهم، حيث يتم حدوث المشاهد المروعة خلف الأبواب المغلقة، مما يُقيد الأخصائيين الاجتماعيين وموظفي الجمعيات، ويشعرهم حاليًا بالعجـــز. (Al Joboory, Monello, Bouchard, 2020, p.749)

2- ظهور بوادر الأزمة في ظل جائحة كوفيد 19

أردنا أن نبدأ بتحديد مفهوم الأزمة حيث نجد في كتابات إبقراط (مابين 460 إلى 370 قبل الميلاد) كلمة "أزمـــة" والتي تعني "لحظة حاسمة"، أي لحظة دقيقة ومصيرية حيث يمكن أن يتغير كل شيء تماما، فإما يستفحل المـرض ويشتد ليؤدي في النهاية إلى هلاك الشخص أو أن تتغلب دواعي الشفاء على الحالة فيتعافي الشخص من مرضه. كما يدل كذلك لفظ "الأزمة" في اللغة اليونانية على أخذ القرار والحسم بين خيارين. فالأزمة في جوهرها عبارة عن حالة غير عادية، تتميز

باللإستقرار، حيث يتطلب إتباع سلوكات خاصة للعودة إلى حالة الحياة اليومية العادية. (Mairy, 2020, p.19)

وفي سياق هذه الأزمة الصحية الكبرى، هي قبل كل شيء هجوم على أسس الحياة وتهدد التكوين الحيوي على نطاق غير معروف ولفتـــــرة طويلة. إذ يعتبر الوباء المستجد مصدر تدمير غير مرئي وغير محسوس للإنسان، مما يجعل تركيبته أكثر تعقيدًا وغير مؤكدة. وقد استطاع الفيروس، أن يحول العالم من عولمة الاقتصاد إلى عولمة الخوف والفوبيا، حيث كشفت الجائحة مدى هشاشة الإنسان، لتمكن من إعادته إلى حجمه الوجودي الحقيقي، في كونه كائن ضعيف، عاجز، مذعور عضويا، نفسيا أمام قوة وجبروت الطبيعة، الحياة والزمن.

وفي ظل أزمة العلاج وعدم وجود لقاح للوقاية من الفيروس، وغياب أدوية معتمدة لتخفيف الأعراض، كان الخيار الطبي الوقائي الوحيد خيارًا اجتماعيًا، ليتمثل في التباعد الاجتماعي. وكان الغرض من الحجر الصحي المنزلي هو إنشاء حواجز أمام المرضى الذين يعانون من المرض، لكن القاعدة تطورت لتشمل الجميع، حيث جاءت القاعدة الطبية والصحية الأبرز في التعامل مع جائحة"كورونا، تحت شعار: "ابق في المنزل مع عائلتك ولا تغامر".

قد فسر بعض الباحثين في مجال الصحة على أن قطاع الصحة يُعاني من أزمة بسبب العدد الهائل للمصابين الذي يتعدى قدرة الهياكل الصحية، مستشفيات ، عيادات، مستوصف،.... للاستيعاب و التكفل بهم باستشفائهم، فهذا الفارق بين العرض و الطلب خلق أزمة صحية.

وعلى الرغم من أن الأزمة الحالية يمكن أن تجلب معها فرصًا للنمو الشخصي والتماسك الأسري، إلا أن المضار قد تفوق هذه الفوائد (Fegert, Vitiello, Plener, & Clemens, 2020)، حيث تكثر القصص المؤلمة عن المرضى الذين يضطرون للتعامل مع صدمة إعلامهم بتشخيص إصابتهم بفيروس كورونا Covid-19 بمفردهم دون حضور أي أحد من أفراد الأسرة،

والمرضى الذين يتم إدخالهم إلى وحدة العناية المركزة، والذين عليهم أن يودعوا عائلاتهم في قسم الطوارئ دون أن يعرفوا ما إذا كانوا سيرون بعضهم البعض مرة أخرى (Famern, 2020)، بالإضافة إلى القلق ونقص الاتصال بين الأقران، كما أنه هناك خطر رئيسي آخر يتمثل في زيادة خطر التعرض للأمراض النفسية والعنف المنزلي وسوء معاملة الأطفال. (Fegert et al., 2020).

3- الحجر المنزلي وآثاره النفسية

يشير مصطلح الحجر نفسه إلى الانغلاق، إنه يفرض حدًا مضر على استخدام الوسائل المعتادة لتفريغ الطاقة النفسية والقلق: الحركة، الفضاء، الأنشطة الرياضية والثقافية، الروابط الاجتماعية و الخروج إلى الطبيعة. يؤدي تثبيط سلوكيات التفريغ هذه إلى عمل نفسي إضافي يؤدي إلى ظهور الأعراض (القلق، الشعور بالاختناق، الفوبيا،...).

من بين الأماكن التي كان فيها البشر محصورين بشكل كبير: الرحم ثم غرفة نوم الوالدين. حيث يمثل الأول رمزياً قمة الأمن والرفاهية. ويتم الاستمرار عليه حتى بعد الولادة من خلال التعلق الدائم بالأم (الرضاعة ، الرعاية المختلفة،....) ومن الممكن أيضا قول الشيء نفسه عن غرفة الوالدين التي تعتبر الملجأ المعتاد، خاصة في الليل أمام القلق الليلي. كما يشكل المنزل والقرية والحي روابط وممثلين رمزيين لهذا الاعتماد الآمن على الأم والوالدين.

لكن مع إلزامية الحجر المنزلي والمكوث القسري في البيت، يفرض على البعض أحيانًا عمل نفسي شاق، يتطلب منهم إعادة اختبار لتصورات المكان والزمان. وإنه في حالة فشل هذه التصورات سيعاش الحجر كما لو أن الجدران ستغلق تدريجياً على الشخص وتسحقه. هذه التخيلات اللاواعية تنتج بعد ذلك شعورًا بالاختناق والموت المحتمل في مواجهة خطر غير معروف، حيث يصبح المنزل، غرفة النوم، جحيمًا لا يطاق.

وقد سبق وأن تم بالفعل وصف الآثار النفسية للعزلة والتباعد في الأدبيات العلمية والفنية (كالرحلات القطبية، الغوص في أعماق البحار، السجن، المنفى). إلا أن الحجم البشري المعني بالحجر المنزلي هذه المرة بسبب انتشار وباء Covid19، كان أمر غير مسبوق، وحادثة غير معهودة، حيث تطلّب منا كباحثين أن لا نعيد فقط قراءة الدراسات المنشورة في هذا المجال، بل وجب علينا أيضًا توقع المشكلات النفسية التي يمكن أن تنشأ أثناء و بعد الحجر، كالضجر، والعزلة الاجتماعية، الضغط النفسي، الأرق، القلق والحصر، اضطرابات ما بعد الصدمة، الاكتئاب والسلوكات الانتحارية والإدمان، اضطرابات الشهية، العنف المنزلي ....الخ كلها سلوكات يمكنها أن تكون ناتجة عن الآثار التي يخلفها الحجر المنزلي على بعض الأشخاص. (Mangin & Al, 2020, p.543)

يعد إذن فيروس كورونا المستجد كوفيد -19- Covid، وإجراءاته الوقائية كالحجر المنزلي وغيره، جائحة عالمية مدمرة لكثير من شروط الحياة المألوفة، فضلا عن تداعياته الاقتصادية والاجتماعية والخدماتية، كتوقف نشاطات الحياة، الإفلاس والبطالة والعنف الأسري، وتشديد الرقابة على الأفراد والمجتمعات، فهو من الناحية النفسية يولد لدى الإنسان شحنات انفعالية قوية يصعب التحكم فيها، تتولد عنها في الغالب تداعيات نفسية من قبيل الخوف الزائد، القلق الحاد، اضطراب المزاج والنوم، والشعور بالوحدة والعزلة. فهذا الوباء الذي لا يزال علاجه ولقاحه لحدود الآن من باب المجهول، سيؤثر على ما يبدو على الصحة النفسية لسكان العالم بأكمله بشكل من الأشكال و بدرجات متفاوتة. وهذا بالإضافة إلى اتخاذ معظم دول العالم بما فيها الجزائر، تدابير وقائية جد صارمة قصد الحد والحماية من انتشار الوباء، حيث تعد هذه الطرق الغير المعتادة سابقة في تاريخ البشرية، من شأنها أن تؤدي إلى ظهور استجابات متعددة تتراوح بين الخوف المفرط وبين الإنكار واللامبالاة.

في هذا السياق، من الضروري أيضًا التأكيد على الهشاشة التي يعاني منها الأشخاص الذين يظهرون اضطرابات نفسية، وهم غالبًا ما يكونون أيضا مصابين بأمراض جسدية قد تعرضهم لخطر متزايد

للإصابة بتعقيدات حادة جراء كوفيد 19. وهم عموما ما يكونون بالفعل في حالة عزلة اجتماعية، ويعانون من مخاطر انقطاع الرعاية الصحية لديهم، وقد يواجهون صعوبة في الامتثال لتعليمات الحجر وتنفيذ توصيات التباعد الاجتماعي.وقد تكون البيئة المحفزة للقلق والحجر بحد ذاته مصدرا لإضعاف حالتهم النفسية. (Al Joboory Monello, Bouchard, 2020, p.749).

وقد يضطر بعض الأفراد والأزواج والعائلات بموجب القيود الاجتماعية إلى التكيف مع هذا الواقع المرعب للعزلة الذي يمكن أن يساهم في العنف المنزلي بين الأشخاص والملل، حيث لا الحياة ولا المجتمع على الأرجح معدان لمثل هذه الظروف الصعبة للغاية، مما قد يؤدي إلى بروز الميل نحو الإحباط والغضب على السلطات ويمكن أن يؤدي بالكثيرين إلى تحدي و خرق قيود الحجر الصحي والتي يمكن أن تسبب عواقب وخيمة على الصحة العامة، فعدم الاستعداد العاطفي لمثل هذه الكوارث البيولوجية له آثار ضارة، لأن هذا الوضع غير مسبوق.

4- تأثيرات الكوفيد - 19 و الحجر المنزلي على ديناميكية الأسرة

إن العائلة هي ركيزة الفرد والمجتمع، فلا صحة وفاعلية الوظائف في بنية سقيمة، ولا إمكانية للنماء بدون صحة البنية ووظائفها وتفاعلها مع محيطها الحيوي. فالإنسان هو الكائن الوحيد الذي يتأقلم بشكل نشط، ومن ذلك فهو كائن حضاري يتدخل في نظامه الإيكولوجي، ويطوره في وتائر متفاوتة السرعة. (حجازي، 2006، ص.53- 66).

وقد اقترح مصطفى حجازي نموذجا إجرائيا لبنية هذا المجال الأسري الحيوي، والذي يتشكل من أربعة أركان: العلاقة الزوجية، العلاقة مع المحيط، العلاقة الوالدية، وعلاقات الإخوة. (حجازي، 2006، ص.118).

في سياق التعايش مع الوباء، الذي فرض على الناس نمطا خاصا وغير معتاد من المعيشة، حيث التوقف المفاجئ للدراسة، وزيادة الحجم الساعي للمكوث في المنزل والبقاء لوقت طويل وغير محدد مع الأسرة جراء التدابير الاحترازية التي فرضها الحجر المنزلي، بالإضافة إلى القلق الظرفي الذي يمكن أن تسببه هذه الأزمة الصحية والاقتصادية، كلها عوامل يمكن أن تؤثر على ظهور بعض الأعراض السلوكية والمرضية عند الكثير الأطفال والمراهقين. (Bobo & Al, 2020, p. 586)

كما أنه من جهة أخرى، يعتبر الحجر المنزلي وإلزامية البقاء ضمن أعضاء الأسرة لفترة من الزمن، مصدر قلق وتوتر قد يصل إلى حد العنف وتدهور العلاقات الأسرية. (Coum, 2020, p. 9)

فالخطر الحقيقي وراء المكوث الطويل في بيت صغير أو مغلق مع عدم توفير وسائل وفضاء التسلية، يمكن في مثل هذه الوضعيات و بسهولة إعادة إحياء الصراعات الأوديبية القديمة مثل الرغبة الجنسية المحرمة والعدوانية. وللعلم أنه تم من قبل بناء المنازل والشقق بشكل يتوقع فيه قضاء وقت كبير في الخارج، فهي غير مصممة للبقاء المستمر للأغلبية. كما أن الضيق الذي يفرضه الحجر على الحياة الحميمية إلى جانب الوضع الصحي الوبائي الذي لا نعلم له نهاية واضحة ، مما يمكن أن يخلق توترا في العائلات الأكثر انسجاما.

يضطر الشباب في أن يجدوا أنفسهم محصورين في المنزل وفي فضاء عائلي مغلق، مثير للقلق و الانزعاج، ومن المعلوم أن الشباب في هذه المرحلة الحساسة، بحاجة ماسة إلى فضاء حميمي خاص بهم، حيث يكونون بعيدين عن مراقبة الأهل. وفي ظل اجتياح الوباء، يعيش بعض الشباب فضائهم المنزلي والحميمي على شكل لا يطاق، مفتقر إلى الابتكار و الإبداع وخال من العفوية. ((Mairy, A. 2020, p25

وقد ينجح بعض الشباب في التقرب من أوليائهم وتخفيف التوتر من خلال التواصل الجيد، لكن كثير منهم،بالمقابل يشعرون بالوحدة والعزلة في وسطهم العائلي.

كما يؤدي الحجر المنزلي ومكوث العائلة في البيت إلى تصعيب الأدوار المركزية للأولياء والعيش في حالة من الضغط، والتوتر، إذ يصعب على البعض القيام بالمسؤوليات المخولة إليهم، حيث يوضع على عاتقهم مسؤولية إدراة العلاقات بين الأهل والأبناء وتنظيم العلاقات بين الأبناء وحل صراعاتهم، وتتطلب وضعية الحجر من الأولياء في أن يكونوا لديهم القدر الكافي على حل الصراعات والتعامل مع أبنائهم فيما يخص ثنائية انفصال/تعلق. كما يوضع الأبناء أيضا في وضعية اختبار لمدى نضجهم الانفعالي وصراعاتهم العلائقية مع أهاليهم. (Coum, 2020, p.31-32)

ذكر (Com 2020) في دراسة نشرها غي كتابه "تكوين الأسرة في زمن الحجر، بعض النقاط المرجعية"، أن الحجر المنزلي في الحقيقة يعزل فقط الأشخاص الذين يعيشون بمفردهم. أما الآخرون، فإنهم يجدون أنفسهم مجبرين على حضور مشترك إجباري، وعلى تعايش قسري، في وسط عائلي استثنائي مغلق من المحتمل أن لا يطاق. فالأسرة ليست مجرد مصدر إعانة، فهي يمكن أن تكون أيضًا مصدر إعاقة. لذلك، يلاحظ "كوم" (Com)، أن الأزمة الصحية التي نمر بها جعلت الأولياء يواجهون شيء جديدا تمامًا، وقد كانت بداية الحجر معاشة بشكل مقلق للغاية، حيث خلق وضعية لم يسبق لها مثيل بسبب "الحجر"، الذي يعني التوقف التام عن التعليم الخارجي، وإبقاء الأطفال في المنازل، وحظر التجمعات من أي نوع، وما إلى ذلك. أي يتعلق الأمر بإجراءات ثنائية الأبعاد: إنها جماعية (أي كل شخص يجد نفسه تقريبًا في نفس القارب) وشديدة (القيود المفروضة على الحرية جاءت على شكل صارم وعنيف). في الواقع، فإن حرية الحركة، التي تجعل النشاط المهني والاجتماعي ممكنًا، أي الانفصال والتباعد، هي أحد الحقوق الأساسية للناس في زمن الديمقراطية.

وبالرغم من ذلك، فإنه من ناحية أخرى إن الوضع الإلزامي للحجر المنزلي جاء في ظرف ملائم ومناسب للأسرة، ذلك أن الحياة الأسرية في العصر الحديث، مشتتة إلى حد ما (عمل الوالدين، رعاية الأطفال، الخ.) فوحدة الأسرة الآن "محتوم عليها" بالتراجع و الانسحاب إلى نفسها.

يواصل"كوم" (Com) حديثه عن الحجر، في أن حالة الأزمة التي يسببها هي بالتالي امتحان للجميع ويختبرها كل بشكل مختلف، لكن هذه المرة هناك صعوبة إضافية تتمثل في عدم إتاحة الظروف للالتحاق بأسرة الجد أو الأسرة الممتدة، الذين قد يجدون أنفسهم مكتئبين (أو مرتاحين) بسبب ظروف العزل. تفرض هذه الأزمة إذن البحث عن إيجاد موارد قديمة أو جديدة في ذات الشخص ومن حوله للتعامل مع الأطفال في رعايتهم ومساعدتهم على تجاوزها. أو على الأقل يعملون على تخفيف عبء القلق، والتوتر، والفوضى التي لا يدركونها .(Coum, 2020, p.12)

وتجدر الإشارة أنه في معظم حالات الأزمات تقريبا، سواء كانت حربًا أو كارثة طبيعية أو وباءً خطيرًا، ومهما كان البلد المعني، فإن وتيرة العنف المنزلي تتصاعد بشكل ملفت للانتباه، فعلى سبيل المثال فقد دلت دراسات في الولايات المتحدة الأمريكية ونيوزيلندا (2010) أن نسبة العنف المنزلي يتزايد بكثرة في أيام العطل الأسبوعية. وهناك دراسات في الصين تشير أنه خلال فترة الجائحة قد سجلت زيادة مضاعفة للطلاق وممارسة العنف داخل الأسرة. (Mangin & Al, 2020, p.549)

وعندما يتعلق الأمر بالعنف ضد الأطفال، فإن الأسر ذات الدخل المنخفض هي الأكثر عرضة لخطر ممارسة العنف على القصر. ومن المرجح أن يكون العنف الجنسي ضد الفتيات والعنف الجسدي ضد الذكور. ومن بين عوامل الخطر التي نسطرها عادة هي أن هؤلاء الأطفال هم عرضة لعنف الأولياء، بسبب سوء المعيشة، الفقر، إجبار الأطفال على العمل ...الخ.

ومنه قد ساهم غلق المدارس في حالات انتشار الوباء على تعقيد الوضعية واحتمال تزايد أكثر للعنف ضد الأطفال القصر. وهذا بالإضافة إلى ما تفرزه أزمة الوباء المنتشر من المشاكل المضاعفة التي تعاني منها العائلات ذوي الدخل الضعيف، والتي تتمثل في فقدان العمل، تدني الأجور، العزلة الاجتماعية.

و من عواقب إطالة مدة الحجر هو تفكك بعض العائلات الضعيفة والتي من المحتمل أن تتآكل من الداخل وتتأزم بها الأمور وتتدهور فيها العلاقات لتصل إلى حد العنف ضد الأطفال أو العنف الزوجي.

و في نفس السياق فإن أزمة الوباء والحجر المفروض من شأنهما أن يزيدا في ارتفاع احتمال الاستغلال الجنسي ضد الأطفال من سوء الاستخدام للانترنيت. (Mangin & Al, 2020, p.549)

لقد أجبرت إذن جائحة Covid-19 الأسر على محاولة الحفاظ على التوازن بين العمل والأسرة مع القليل من الدعم المادي، فجراء إغلاق المدارس ومرافق الرعاية النهارية يتحمل الآباء وحدهم المسؤولية عن رعاية أطفالهم وربما حتى التعليم المنزلي. وفي الوقت الذي يعمل فيه العديد من الآباء في وظائفهم مدفوعة الأجر عن بعد من المنزل، كما تزيد المخاوف المالية لآخرين بسبب فقدان وظائفهم، أما آخرون المشاركون في الرعاية الصحية يعيشون بعيدًا عن عائلاتهم للحد من تعريضهم للفيروس. ومنه مهما كانت الظروف، أصبح التوازن بين العمل والأسرة يمثل تحديًا متزايدًا.هذا الموضوع أدى إلى الكثير من النقاش حول الكيفية التي من المرجح أن يؤدي الوباء فيها إلى تفاقم عدم المساواة بين الجنسين، مع إجبار النساء على القيام بمزيد من العمل المنزلي في ظل هذه الظروف، ومع ذلك بالمقابل يقوم بعض الرجال و بشكل متزايد على محاولة المساواة في الأدوار بأن يكونوا أكثر مشاركة في حياة أطفالهم، كما أنه يوجد الكثير من الرجال الذين يعملون عن بعد من المنزل و الذي يمثل لهم فرصة فريدة للمشاركة في رعاية الأطفال والعمل المنزلي، ومن خلال القيام بذلك قد تكون العائلات التي تتبنى شعار "نحن جميعًا معًا" أكثر قدرة على الموازنة بين العمل والحياة الأسرية خلال هذه الفترة الصعبة.

الخاتمة

لقد استطاع الوباء، أن يحول العالم من عولمة الاقتصاد إلى عولمة الخوف و الفوبيا، حيث كشفت الجائحة مدى هشاشة الإنسان ، حيث تمكن من إعادته إلى حجمه الوجودي الحقيقي، في كونه كائن ضعيف، عاجز، مذعور عضويا، نفسيا أمام قوة وجبروت الطبيعة، الحياة والزمن. كما جاءت من جهة أخرى الإجراءات الوقائية والحجر المنزلي عبئا ثقيلا على الأفراد والعائلات، حيث كثيرا ما أفرزت وضعية الحجر هشاشة البنيات النفسية لدى بعض الأفراد والعائلات، فمنهم من طغى عليه القلق والأفعال الاستحواذية، ومنهم من سيطر عليه الخوف والذعر، وآخرون قد دخلوا في دوامة الشقاق والعنف مع عائلاتهم وأقرب الناس إليهم. ولضمان تماسك العائلة في شكل جيد ومتناسق، نرى في الأخير أن عليها إعادة بناء وهيكلة علاقاتها، فظاءاتها المشتركة والحميمية، مع إعادة هيكلة الوقت.

المراجـــع

- أحرشاو، الغالي. جائحة كوفيد -19 Covid– وسيكولوجية التدخل والمواجهة.

تونس: موقع شبكة العلوم النفسية العربية ، أفريل 2020. http://www.arabpsynet.com.

- حجازي، م.(2005). الإنسان المهدور، دراسة تحليلية نفسية اجتماعية. بيروت، لبنان: المركز الثقافي العربي.

- Al Joboory, S., Monello, F., Bouchard, J. P. (2020) . Psycovid-19, dispositif de soutien psychologique dans les champs de la santé mentale, du somatique et du médico-social. *Annal Médico-Psychologiques*, 178, 747-753. www.sciencedirect.com

- Bobo, E.&Al. (2020). Comment les enfants et adolescents avec le trouble déficit d'attention/hyperactivité (TDAH) vivent-il le confinement durant la pandémie Covid-19. *L'Encephale* ,46, 585-529. www.sciencedirect.com

- Brooks, S.K., Webster, R.K. & Al. (2020).The psychological impact of quarantine and how to reduceit : rapid review of the evidence. Lancet , 395, 912-20. http://dx.dot.org/10.1016/40-6736(20):30460-8. Epub 2020 Feb 26.

- Coum, D. (2020). *Faire famille au temps du confinement. Quelques points de repères*. Belgique, Bruxelles : Yapaka.be, Fédération Wallonie-Bruxelles.

- Fame-R.N. (2020). The COVID-19 Pandemic: A Family Affair: Guest Editorial. *Journal of Family, Nursing.* *https://doi.org/10.1177/1074840720920883*

- Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 14*(1), 20. doi:10.1186/s13034-020-00329-3. (2020).

- Mairy, A. (2020) . *Adolescence en temps de Covid-19,entre crise –passions et crispations.* Belgique, Bruxelles : Yapaka.be, Fédération Wallonie-Bruxelles.

- Mangin, A. & Al. (2020). Conséquences psychopathologique du confinement. *L'Encéphale*, 46, 543-552. www.sciencedirect.com