

# Effect of Psychological Factors on the Learning Outcomes of Saudi University Students According to the Application of Online Learning During the Corona Pandemic

*Abdullah K. Alenezi*

Department of Psychology, College of Social Sciences, Imam Muhammad Ibn Saud Islamic University, Riyadh, Saudi Arabia

Received: 2 Oct. 2022, Revised: 20 Oct. 2022, Accepted: 20 Nov. 2022.

Published online: 1 Aug. 2023.

---

**Abstract:** The study aimed to investigate some psychological factors such as the attitudes towards e-learning and coping strategies considering the continuing Corona pandemic on the cognitive learning outcomes of Saudi university students. The study relied on the descriptive correlative approach to verify the objectives of the study. An available sample of university students was used, with sample size was 128 male students. The fear of corona, attitude towards corona, and coping strategies scales were used, and the study prepared a cognitive learning outcomes scale. EFA and CFA techniques performed the structural validity of the scales. Then, structural equation modeling was performed to test the relationships between study variables. The results revealed positive causal pathways from the coping strategies and attitudes towards e-learning to the cognitive learning outcomes. In addition, a negative causal pathway from fear of corona to cognitive learning outcomes. The study suffers from some limitations, which conducted on males without females. The study recommends improving the learner's attitudes towards e-learning and thus improving the technological self-efficacy of the academically poor, in addition to enhance the coping strategy based on problem-solving rather than focusing on those strategies based on actions.

**Keywords:** coping strategies; fear of corona; the trend towards e-learning; Cognitive learning outcomes; Saudi universities.

---

# أثر بعض العوامل النفسية على نواتج تعلم طلبة الجامعات السعودية في ضوء تطبيق التعلم عبر الإنترنت أثناء جائحة كورونا

عبد الله قريظان العنزي

قسم علم النفس، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.

**ملخص الدراسة:** هدفت الدراسة إلى التحقق من بعض العوامل النفسية مثل الخوف من كورونا والاتجاه نحو التعلم الإلكتروني واستراتيجيات التكيف في ظل استمرار جائحة كورونا على نواتج التعلم المعرفي لدى طلاب الجامعات السعودية. واعتمدت الدراسة على تصميم الدراسات المستعرضة، المنهج الوصفي الارتباطي في التحقق من أهداف الدراسة. استخدمت عينة متاحة من طلاب الجامعة بلغ حجم العينة 128 طالباً ذكراً انقسمت العينة حيث المستوى الدراسي إلى 116 (90.6%) طالب بمرحلة البكالوريوس، و12 (9.4%) من طلاب الدراسات العليا. تبنى الباحث مقياس الخوف من كورونا، ومقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني، ومقياس استراتيجيات التكيف وأعد الباحث مقياس نواتج التعلم المعرفية. استخدم الباحث التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي في التحقق من بنية المقاييس، وتم استخدام نمذجة المعادلة البنائية لدراسة مصداقية النموذج لطبيعة العينة في الجامعات السعودية. وتوصلت النتائج إلى وجود مسارات سببية مباشرة موجبة من استراتيجيات التكيف ومن الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني إلى نواتج التعلم المعرفية. بالإضافة إلى وجود مسار سببي مباشر سلبي من الخوف من كورونا إلى نواتج التعلم المعرفية. وتعاني الدراسة من بعض المحددات وهي أنها أجريت على الذكور دون الإناث. وتوصي الدراسة إلى تحسين اتجاهات المتعلم نحو التعلم الإلكتروني وبذلك بتحسين كفاءة الذات التكنولوجية لدى المتعلمين دراسياً، بالإضافة إلى تحسين استراتيجيات التكيف القائم على حل المشكلات بدلاً من التركيز على تلك الاستراتيجيات القائمة على الانفعال، ذلك أن الانفعالات الأكاديمية هي عملية مصاحبة لمدى تعايش المتعلم مع أساليب التعلم.

**الكلمات المفتاحية:** استراتيجيات التكيف؛ الخوف من كورونا؛ الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني؛ نواتج التعلم المعرفية؛ الجامعات السعودية.

## 1. مقدمة:

يعتبر الفيروس التاجي هو أحد الأمراض الفيروسية التي تصيب الجهاز التنفسي والهضمي معاً. وهو الجيل الثاني من ظهور وباء ميرس وسارس. والذنان ظهرا وانتشرا بصورة واسعة في مدينة يوهان الصينية، ومنه إلى العالم أجمع، وبدأ ظهور وباء كورونا في الصين في نهاية عام 2019، واعترفت منظمة الصحة العالمية بانتقاله على نطاق أوسع باعتباره وباء. وأدت المعلومات المشكوك فيها أو المعلومات الكاذبة حول العوامل المرتبطة بانتقال الفيروس، وفترة الحضانة، والمدى الجغرافي، وعدد المصابين، ومعدل الوفيات الفعلي إلى انعدام الشعور بالأمن وزيادة الخوف بين السكان. وقد تفاقم الوضع بسبب عدم كفاية الرقابة ونقص الآليات العلاجية الفعالة للتعامل مع الوباء [76].

لقد أقيمت جائحة كورونا (جائحة كوفيد - 19) بظلالها على جميع القطاعات الاقتصادية والصحية والاجتماعية ومنها أهمها قطاع التعليم في جميع أنحاء العالم حيث تعتبرها منظمة الأمم المتحدة (2020) "أكبر انقطاع في نظم التعليم في التاريخ، وهو ما تضرر منه نحو 1,6 بليون من طالبي العلم في أكثر من 190 بلداً وفي جميع القارات. وأثرت عمليات إغلاق المدارس والجامعات وأثرت على التوازن بين العمل والحياة والصحة العقلية لدى مؤسسات التعليم العالي [83].

أن تهديد الرفاهية النفسية وهي عامل أساسي في منع الفشل الأكاديمي، في ظل حالات العزلة غير المسبوقة والمرهقة، وبالتالي فالتعلم الجديد يستدعي تحليل التنظيم المعرفي والانفعالي بالإضافة إلى تحليل المعتقدات والتصورات الشخصية حول الوباء والإغلاق [36].

وأدت ظروف الإغلاق وتطبيق التعلم عبر الإنترنت في الإزمات استجابة للجائحة إلى الإجهاد الأكاديمي في السياق التعليمي حيث يتم اختيار عمليات التنظيم العاطفي في وقت مبكر. ومن الواضح أن الإجهاد الأكاديمي يؤثر على الطلاب، وأنه يفعل ذلك بشكل مختلف من فرد إلى آخر، وأن التنظيم العاطفي، من خلال التقييم المعرفي، يسمح لهم بتكييف سلوكهم وفقاً للأهداف المتصورة. يؤثر التنظيم العاطفي على العمليات المعرفية التي ينطوي عليها التعلم، من الدافعية، إلى معالجة المعلومات، إلى إنشاء روابط مهمة بين المحتوى الجديد والمعرفة السابقة، وبالطبع إلى استخدام المعلومات أو عرض ما تم تعلمه من خلال الاختبارات والامتحانات [36]. هذا هو السبب في أنه من المهم جداً لأعضاء هيئة التدريس معرفة جودة التقييم المعرفي الذي ينفذه الطلبة من المشاعر في المواقف الأكاديمية المجهددة وتأثيرها على الأداء الأكاديمي. ستكون هذه المعرفة أساس منع الفشل الأكاديمي [11].

والأداء الأكاديمي عنصر حاسم في ممارسات التدريس والتعلم في التعليم العالي. استخدم الباحثون مجموعة متنوعة من مؤشرات الأداء الأكاديمي، مثل "اكتساب المعرفة وتطوير المهارات والنمو الذاتي"، والدرجات الأكاديمية، والمهارات الحياتية، والمهارات المعرفية، وعادات الدراسة. أظهرت الدراسات [7, 104] إن الذكاء العاطفي من العوامل المهمة للتنبؤ بالأداء الأكاديمي بين طلاب التعليم العالي. لذلك، استكشفت هذه الدراسة الدور المباشر وغير المباشر لـ ASNS في الأداء الأكاديمي للطلاب الجامعيين خلال جائحة كورونا، ولكن هناك عائقاً هو كيفية الاستمرارية في التعليم تماثياً مع أهداف التنمية المستدامة وغيرها من التغييرات المجتمعية العالمية على صعيد التعليم [83, 54].

وقد أدت ظروف الحجر المنزلي إلى مزيد من الضغوط النفسية في معيشية الأفراد نظراً لصعوبات التكيف والتعايش الاجتماعي مع الوباء، ونظراً لأهمية دراسة العوامل المتعددة وتأثيراتها في ظل جائحة كورونا على نواتج التعلم المعرفي في التعليم الجامعي خلال العزلة الإجبارية والإغلاق وتطبيق التعلم عبر الإنترنت في ظل الأزمات والتي سنتها الحكومات سواء على الصحة الانفعالية والرفاهية النفسية والخوف من كورونا وكذلك استراتيجيات التكيف والتعايش أثناء الجائحة [93, 54].

لقد حفزت الأزمة الابتكار داخل قطاع التعليم لدعم استمراره، وقد رأينا أن التعلم والتدريب بدأ من الإذاعة والتلفزيون إلى الحزم التعليمية عن بعد تقدم للطلبة في منازلهم وجرى تطوير الحلول القائمة على التعلم بفضل الاستجابات السريعة من قبل الحكومات والشركاء لاستمرارية التعليم في جميع أنحاء العالم دعم ذلك التحالف العالمي للتعليم الذي دعت إليه اليونسكو.

وظهر مصطلح التعليم الطارئ عن بعد (Emergency Remote Teaching (ERT) للتعبير عن التحول الذي طرأ فجأة على طرق التدريس التقليدية، بهدف إيجاد حل مؤقت وسريع للتعليم يُمكن أن يُعتمد عليه خلال أوقات الطوارئ والأزمات، وينطوي التعليم الطارئ عن بعد على تقديم بديل للتعليم الصفي وجها لوجه، والذي ستعود إليه الأنظمة التعليمية بمجرد انتهاء الأزمة أو الطوارئ، أي أن الهدف الأساسي في هذه الظروف لا يتمثل في إعادة إنشاء نظام بيئي تعليمي

قوي، بل توفير الوصول المؤقت إلى التعليم والدعم التعليمي بطريقة سريعة الإعداد ومتاحة بشكل مؤقت أثناء الطوارئ [44].

ويشير مالقولم براون مدير مبادرات التعلم في جمعية EDUCAUSE الأمريكية، وهي من الجمعيات الرائدة في مجال تكنولوجيا التعليم، إلى أنه من الضروري التمييز بين مصطلحي التعلم الإلكتروني والتعليم الطارئ عن بعد، لأن التعلم الإلكتروني مصطلح مفتوح لمجموعة متنوعة من التفسيرات، بالإضافة إلى ذلك فإن التمييز بين المصطلحين يُمكن أن يشكل مستقبل التعليم لسنوات قادمة [70]

وعلى الرغم من أزمة كوفيد - 19. واستمرار التحولات الزلزالية التي أثرت على جميع المؤسسات والأنظمة والسياسات الأساسية للمجتمعات، ومن أهمها نظم التعليم وكيفية التدريس والتقييم، والاستراتيجيات اللازمة لتطبيقه مع الطلبة، والتنوع الذي يجب أن تتبناه قائمة أساليب التدريس والتقييم وتستجيب للتغير المستمر والملح في مثل هذه الأزمة [44].

وللمملكة العربية السعودية تجربة ثرية في إدارة الأزمات التي تواجه مسيرة التعليمية لنسبة لإدارة الأزمة التي نتجت عن وباء كورونا فقد أعلنت وزارة التعليم السعودية إغلاق مؤسسات التعليم المختلفة منذ الثامن من مارس وفقاً للأمر السامي الكريم رقم (42874)، وتم تشكيل لجنة مختصة في وزارة التعليم لمتابعة مستجدات انتشار وباء كورونا، وبادرت الوزارة إلى تحديد باقة متنوعة من خيارات التعليم عن بُعد لأكثر من ستة ملايين طالب وطالبة على مستوى المملكة، وذلك بعد عشر ساعات من قرار تعليق الدراسة، ومن دون توقف للعملية التعليمية ليوم واحد، وذلك بإشراف مباشر من معالي وزير التعليم الدكتور حمد بن محمد آل الشيخ. وحسب ما أفادت وزارة التعليم السعودية، فقد تم تفعيل منصات التعلم الإلكتروني للتعليم العام الحكومي والتعليم الأهلي، وأتاحت القنوات والمنصات السابقة العديد من الخيارات للطلاب والطالبات لمواصلة التعليم والتعلم عن بعد، عبر الإنترنت أو عبر القنوات الفضائية، لمن لا تتاح لهم إمكانات الاتصال بالإنترنت، وشهدت تلك القنوات تفاعلاً كبيراً من قبل الطلاب والطالبات، وأسهمت بشكل كبير في مواصلة العملية التعليمية بنجاح. (<https://www.new-educ.com>)

وتتسم الجامعات السعودية بتجاربها الرائدة في مجال التعليم عن بعد باستخدام منصات تعليمية في ظل جائحة فيروس كورونا فقد ظهرت أنظمة التعليم عن بعد منها نظام البلاك بورد Blackboard. ومن جهة أخرى تحظى نواتج التعليم العالي اليوم باهتمام بالغ، إذ تقوم عليها نواتج التعلم عمليات التخطيط للتعليم، ولقياس أداء المؤسسات التعليمية وبرامجها الأكاديمية، كما تقوم عليها عمليات التأكد من مواجعة خريجي هذه المؤسسات للحاجات الحقيقية للمجتمع وسوق العمل، وهذا الاهتمام بخلاف النظرة التقليدية للتعليم الجامعي القائم على المعرفة والحفظ، حيث يبين فينيك أن مدرسي الجامعات في الغالب يُعزقون الطلبة بالمعلومات ولا يملكون أهدافاً محددة في التعليم تتخطى حدود ذلك النوع من التعليم المعروف بطريقة "افهم ثم تذكر، وقلة منهم من تعليمه تطبيقات كحل المشكلات وإعمال الفكر وصنع القرار، كما أن معظمهم يجدون صعوبة في معرفة ما هي الأنشطة التعليمية التي يمكن استخدامها إلى جانب الطريقتين التقليديتين المعروفتين بالمحاضرة والمناقشة.

ومن الجدير بالذكر أن التعليم غير التقليدي والتعلم الإلزامي عن بعد في ظل أزمة كورونا يفقد إلى جوهر التعلم وأساسه وهي التشاركية والفاعل المتبادل وبالتالي تعتبر عكس التعلم التقليدي الذي يقوم على أساس المشاركة في بيئات التعلم الرسمية والاهتمام المشترك في المبادرات التعليمية التي ترتبط مباشرة بنواتج التعلم المرغوبة من خلال دعم الجهود والمثابرة لاكتساب المعارف والمهارات وتغيير القناعات لتحقيق التعلم النشط ذي الأهداف العميقة [22].

كما أن ضعف هذه التشاركية والتفاعل في التعلم الإلكتروني الإلزامي سوف يكون له تأثير مباشر أو غير مباشر على نواتج التعلم المعرفية والتي تعتبر العنصر الأساسي الذي تسعى جميع ممارسات التدريس والتعلم في التعليم العالي إلى تحقيقه من خلال "اكتساب المعرفة وتطوير المهارات والنمو الذاتي"، والدرجات الأكاديمية، والمهارات الحياتية، والمهارات المعرفية [7, 104].

كما أن هذا التعليم الإلزامي الإلكتروني قد لا يحقق رغبات واتجاهات العديد من الدارسين في مجال التعليم العام والتعليم الجامعي على وجه خاص مقارنة بطريقة التعلم التقليدية السائدة، كما أن محاولة التساؤل عن مدى النجاح في تنفيذ هذه المنهجيات التدريسية للتعلم عن بعد وانعكاساتها على نواتج التعلم لدى الطلبة أمراً مهماً للغاية للوقوف على تبعات هذا النهج في فترة الجائحة [27].

خاصة أن نواتج التعلم من المقومات الأساسية التي يعتمد عليها بشكل متزايد في المعايير المهنية والتعليمية، والمناهج، ومعايير التقييم، وواصفات المؤهلات في الأطر الوطنية للمؤهلات، ويتم تحديد نتائج التعلم في كل من هذه الوثائق في مستويات متفاوتة من التفاصيل، ولخدمة أغراض مختلفة كوضع التوقعات حول قدرات الشخص بعد الانتهاء من التأهيل، وتوجيه عملية التدريس؛ وتوجيه عملية التقييم

وعلى الرغم من هذه التأكيدات العلمية على دور جائحة كورونا كحدث ضاغط أثر سلب في عملية التعليم ونواتجه إلا أن هذه الدراسات منها [44] لم توضح لنا أسباب تباين مستوى نواتج التعلم من طالب إلى آخر.

ويفترض الباحث الحالي وجود متغيرات نفسية واجتماعية تلعب دوراً محورياً في نواتج التعلم وخاصة المعرفية في نظام التعليم عن بعد أثناء جائحة كورونا، وللوقوف على بعض العوامل النفسية التي من المتوقع أن تؤثر بطريقة مباشرة وغير مباشرة مثل الخوف من كورونا خاصة، أنه الظاهرة الأكثر انتشاراً بين الناس في جميع أنحاء العالم، وكذلك طرق واستراتيجيات التكيف أو التعايش مع هذا الوباء والإجراءات التي فرضتها أغلب الدول على الحياة اليومية بشكل عام والحياة التعليمية بشكل خاص أدت إلى فرض التعلم الإلكتروني الإلزامي عن بعد وأن هذا الاختيار الإلزامي يؤثر على اتجاهات الطلبة نحو التعلم خاصة وأنهم اعتادوا التعلم التقليدي وجها لوجه الأمر الذي من المتوقع أن يكون له تأثير على نواتج التعلم والعمليات المعرفية التي ينطوي عليها [36].

وكما أن الاستراتيجية الأكثر إلحاحاً في ظل انتشار الوباء هي استراتيجيات التكيف والتعايش مع هذا الوضع الراهن من خلال تكيفية للتنظيم الانفعالي وهي إعادة التقييم المعرفي والتي تساعد على إعادة تقييم التغييرات التي يطلباها السياق من أجل تغيير الطريقة التي يشعر بها المرء، وبالتالي تسهم في السيطرة على الشعور الانفعالي للفرد وشدته والحفاظ على الفرد وقمع انفعالاته الأمر الذي يؤثر على اتجاهاته نحو التعلم الإلكتروني ونواتج التعلم المعرفية [73].

وقد أدت ظروف الحجر المنزلي إلى مزيد من الضغوط النفسية في معيشية الأفراد نظراً لصعوبات التكيف والتعايش الاجتماعي مع الوباء، ونظراً لأهمية دراسة العوامل المتعددة وتأثيراتها في ظل جائحة كورونا على نواتج التعلم المعرفي في التعليم الجامعي خلال العزلة الإجبارية والإغلاق وتطبيق التعلم عبر الإنترنت في ظل الأزمات والتي سنتها الحكومات سواء على الصحة الانفعالية والرفاهية النفسية والخوف من كورونا وكذلك استراتيجيات التكيف والتعايش أثناء الجائحة، تأتي هذه الدراسة لتتناول تأثير كل من الخوف من كورونا، واستراتيجيات التعايش، والتنظيم الذاتي الانفعالي على نواتج التعلم المعرفي لدى الطلبة الجامعات، حيث يمثل شعور الطلبة بالقلق على مستقبلهم وموقعهم النسبي لنواتج التعلم وسط زملائهم، أو الخوف من الاختلال لتقديراتهم الدراسية، وكيف يمكن أن تلقي هذه العوامل بظلالها على التنفيذ الناجح لمنهجيات التدريس والتعلم عبر الإنترنت في الأزمات المطبقة في مؤسسات التعليم العالي التي تحقق النواتج المعرفية المأمولة بشكل عام والجامعات السعودية بشكل خاص.

وعليه يمكن صياغة مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الذي ينص على: ما أثر بعض العوامل (الخوف من كورونا، الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني، استراتيجيات

## أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى التحقق من التأثيرات المباشرة وغير المباشرة للمتغيرات (الخوف من كورونا؛ والاتجاه نحو التعلم الإلكتروني؛ واستراتيجيات التكيف) وتأثيرها على نواتج التعلم لدى الطلاب في ضوء التعلم عبر الإنترنت في الأزمات أثناء جائحة كورونا.

## أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في تناولها لمتغيرات تتناولها قلة من الدراسات السابقة بحثت في تأثير فيروس كورونا على العملية التعليمية في المملكة العربية السعودية مثل (الخوف من كورونا؛ والاتجاه نحو التعلم الإلكتروني؛ واستراتيجيات التكيف؛ نواتج التعلم المعرفية).

كما تبرز أهميتها في إثراء الجانب المعرفي من تحديد مدى إسهام بعض المتغيرات (الخوف من كورونا، الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني، استراتيجيات التعاشيش أو التكيف) في التأثير على نواتج التعلم المعرفية لدى طلاب الجامعات السعودية في ضوء التعلم عبر الإنترنت في الأزمات أثناء جائحة كورونا.

## المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

أ. **الخوف من كورونا:** ويعرف الخوف بأنه حالة انفعالية غير سارة تنجم عن إدراك المنبهات المهددة [19]. أو هي حالة بالإحساس بعدم اليقين المواقف السلبية كالعنصرية وكره الأجانب والشك في بعض التدابير [26]، وغالباً تنمو مشاعر الخوف بسبب ضعف كفاءة الذات التي تشير إلى مدى اعتقاد الناس بأن لديهم كفاية للتعامل مع الضغوط، أي أنها قدرة الفرد على السيطرة على الدوافع والسلوكيات [103].

ب. **الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني:** ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه عبارة عن نزوع المتعلم نحو التعلم الإلكتروني والرغبة في استعمال كافة مزاياه وخصائصه والاستفادة منه والذي يمكن قياسه من خلال الاستجابة على فقرات المقياس الذي تمثلت في بعدين هما: الرضا والمتعة المدركة وبعد الفائدة المدركة في بيئة التعلم.

ت. **استراتيجيات التكيف:** هي استراتيجيات يستخدمها الفرد في التكيف مع الضغوط النفسية والانفعالية التي صاحبت وباء كورونا التي أسفرت عن السلوكيات المضرة بالنفس وتدني جودة الحياة وانعكست على النواتج المعرفية للطلاب [43]. وهي تحوي كل استراتيجية مجموعة من السلوكيات كالصلاة والذكر [2, 3]، وقراءة القرآن، والتزام الأذكار، التقرب إلى الله تعالى وهي سلوكيات تندرج تحت استراتيجية الجانب الديني والروحي [1].

ث. **نواتج التعلم المعرفي:** هي نواتج الأنظمة التعليمية المعتمدة الحكومية التي توأمت بالتغيرات التعليمية، والتي تضمن استغراق المتعلم المعرفية في عمليات التعلم، ويشار إليها بالنواتج المعرفية السلوكية للأداء الأكاديمي للطلاب ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب عند الاستجابة على فقرات المقياس التي تمثل ثلاثة أبعاد هي: بعد الوعي بجودة المعرفة وبعد مراقبة العمليات المعرفية وبعد عمليات التفكير وحل المشكلات.

## 2. الإطار النظري للدراسة:

### مفهوم الخوف من كورونا وتداعياته:

بدأ ظهور وباء كورونا في الصين في نهاية عام 2019، وكانت احتمالية العدوى به والإصابة عالية. اعترفت منظمة الصحة العالمية بانتقاله على نطاق أوسع باعتباره وباء. وأدت المعلومات المشكوك فيها أو المعلومات الكاذبة حول العوامل المرتبطة بانتقال الفيروس، وفترة الحضانة، والمدى الجغرافي، وعدد المصابين، ومعدل الوفيات الفعلي إلى انعدام الشعور بالأمن والخوف بين السكان. وقد تفاقم الوضع بسبب عدم كفاية الرقابة ونقص الآليات العلاجية الفعالة للتعامل مع الوباء [76].

وقد كان الخوف والتوتر والضغط والقلق والاكتئاب من أكثر المشكلات العقلية المبلغ عنها وأحد ردود الفعل النفسية بين الأفراد خلال فترة الوباء، بالأخص في الأسر ذات الدخل المتوسط والأدنى. وارتبط الخوف من كورونا بفك الارتباط والتحرر من الإغلاق كنوع من التكيف والتفكير السلس في الكفاءة الذاتية للطلاب [71, 72]، وغالباً أدى فترات الإغلاق أثناء وباء كورونا إلى مشكلات وضغوط سواء على جودة العلاقات مع أفراد الأسرة أو المقربين [4, 5, 19]. ويعرف الخوف بأنه حالة انفعالية غير سارة تنجم عن إدراك المنبهات المهددة [19]. أو هي حالة بالإحساس بعدم اليقين المواقف السلبية كالعنصرية وكره الأجانب والشك في بعض التدابير [26]، وغالباً تنمو مشاعر أخوف بسبب ضعف كفاءة الذات التي تشير إلى مدى اعتقاد الناس بأن لديهم كفاية للتعامل مع الضغوط، أي أنها قدرة الفرد على السيطرة على الدوافع والسلوكيات [103].

ويشير الخوف إلى المشاعر السلبية الناتجة عن التهديد بالخطر أو الأذى أو الألم مع مستوى مفرط من التجنب المرتبط بالمنبهات، ويمكن أن تكون مستويات الخوف المفرطة مدمرة للأشخاص من خلال أنها تتسبب في مشكلات الصحة النفسية، وقد ارتبط الخوف من كورونا بالتصورات المشوهة لمخاطر الصحة العقلية مثل الضيق والسلوكيات التي تنطوي على أخطار صحية وسوء الحالة الصحية وضعف إدراك المخاطر والمشاركة في السلوكيات الوقائية [103].

ومع معدل الإصابة المرتفع والوفيات المرتفعة نسبياً، بدأ الأفراد بكل طبيعي في القلق ن الوباء. كما أن خوف الأفراد من الاتصال بأفراد من المحتمل إصابتهم بالوباء أدى إلى تضخيم الضرر الذي يلحق بالمرض نفسه. كما أدى الخوف من الوباء إلى تفاقم بعض المخاوف، كالخوف من الصوم والعار نتيجة إصابته بوباء كورونا، كما أن الخوف مرتبط بمعدل انتقال الوباء السريع وغير المرئي، بالإضافة إلى المرض أو الوباء أو الإصابة ببعض العجز النسبي، كما أن الخوف أدى إلى تحديات نفسية واجتماعية مثل التمييز والخسارة، كما أن ارتفاع مستوى الخوف لدى الأفراد يقلل التفكير بعقلانية عند الاستجابة لوباء كورونا [4, 5]. كما أن انعدام الأمن بسبب التداعيات الاقتصادية والاجتماعية لهذه المسألة أثر على العلاقات الأسرية بصورة أدت على العدائية بين الزوجين أو مقابلة سلوكيات الأطفال بالقسوة والحسم [76]. وكانت الإناث أكثر استجابة من الذكور للخوف من وباء كورونا، وكذلك الأفراد ممن هم في عمر 40 فما دون [99, 100].

### مسببات الخوف من وباء كورونا:

أ. **متطلبات تغيير السلوك Behavior Change Requirements:** يعتبر كوفيد 19 أو وباء كورونا بمثابة مرض تنفسي، ينتشر بشكل أساسي عبر قطرات صغيرة أثناء السعال أو العطس والكلام. وعند تفشي الجائحة كانت طرق انتقال العدوى غير مؤكدة، ولكن بمجرد تحديد الوسائل الأساسية لنشر الفيروس كانت المهمة هي تحديد السلوكيات التي يجب تغييرها من أجل تقييد مسار ومعدل الانتشار [18] والحاجة إلى التواصل بسبل غير تلك السابقة مما دفع الأفراد إلى التواصل عبر مواقع التواصل، أو الإحساس والشعور بالذنب والضغط الانفعالي جراء انقطاع الزيارات، أو قد تكون بسبب العادات التي فرضها الوباء كالتباعد، والخوف من الآخر وارتداء الكمامات وغيرها من العادات [56].

وكان لوسائل الإعلام دور بالغ في تقديم الإرشادات للتحكم في السلوك، والقيود التي فرضت طول الفترة الزمنية للوباء. واتخذت بعض السياسات لدعم الناس في إجراء التغييرات المطلوبة منها التباعد الاجتماعي، وعزل النفس في حالة تأكيد الإصابة، كما فرض نوع من الإغلاق والحظر الكلي أو الجزئي في نطاق بعض الدول. كما أن هناك بعض السلوكيات المتبعة كاتخاذ مسافات آمنة، واستخدام المطهرات والأقنعة والكمامات وغسل اليدين. وانتجت الحكومات بعض السياسات مثل مراقبة مؤشر أسعار السلع، وتتبع الأشخاص المخالطين لذوي الإصابة المؤكدة [18, 77].

ب. **الامتثال والاكراه Compliance and Compulsion:** يعتبر الخوف معززا للوجود الاجتماعي تحسباً للبحث عن المودة والقبول والمعلومات الاجتماعية مما يعزز سلوك الالتزام بالوقاية والحماية الشخصية. [19] فقد نتج عن فرض سياسات حكومية وإجراءات وقائية أمثال الأفراد لبعض الترتيبات منها: التزام العمل من المنازل، التحول الإلزامي للطلاب إلى الواجبات المنزلية وكذلك المحاضرات الإلكترونية، منع التجمعات، إغلاق بعض منافذ البيع بالتجزئة في ساعات معينة، الالتزام بساعات الحظر الكلي أو الجزئي. وبمجرد انتهاء الموجة الأولى بدأت الحكومات في تخفيف إجراءات الإغلاق وتجددت الإصابات مرة أخرى وبدأ مؤشر العدوى في الصعود في بعض الدول بنسب بلغت 4% إلى 20% وبالتالي بدأت الأفراد في الإكراه على الإغلاق الإلزامي وتشديد العقوبات والغرامات على غير الملتزمين بإجراءات الوقاية الاحترازية، كما ركزت بعض وسائل الإغلاق على مؤشرات الإصابة اليومية ومعدل الوفيات اليومي لإيقاظ وعي مواطنيها باستمرار [18, 77].

ت. **انتشار معلومات كاذبة عن تأثير الوباء على الصعيدين الفردي والجماعي:** كانت انتشار بعض المعلومات المتعلقة بزيادة الوفيات قد ترجع لأسباب أخرى غير الوباء، كما أن صعوبة وصول الأفراد إلى معلومات دقيقة من خلال أساليب الاتصال الإلكترونية المختلفة فيما يتعلق بالإصابة والوقاية، أدى إلى انتشار أفكار كاذبة زادت من ردود الفعل الضارة كالشعور بالغضب والسلوك العدواني، والخوف والنفور من الأطباء وطاقم [76]. وما ظهر من أخبار أثارت المشاعر السلبية بشأن الثقة في اللقاحات المناهضة لوباء كورونا وكان مساعي هذه الأخبار هي التضليل والتلاعب الانفعالي بمشاعر الشعوب [99, 100].

ث. **اضطرابات المزاج:**

فشور الفرد بالعزلة والتباعد الاجتماعي خصوصاً بين أفراد أسرته، ولد نوعاً من الخوف الذاتي، كما أن ظهور بعض أعراض الإنفلونزا قد يولد نوعاً من الخوف، والملل، والقلق، والأرق نتيجة تشابه الأعراض، كما أن سوء الحالة المزاجية قد يولد نوعاً من الأعراض الاكتئابية ونوبات الهلع نتيجة ضغوط ما بعد الصدمة أو الإصابة أو موت أحد أفراد الأسرة نتيجة اتجاه الناس نحو أسرة المصاب [76]. وقد كان الإناث أكثر اضطراباً بالخوف من الذكور في ظل وباء كورونا وهذا مرتبط بعدة عوامل منها التأثير السلبي للمرض على الصحة الفردية والعائلية للأسرة والأصدقاء المقربين، كما أدى الإغلاق للمدارس وبعض مراكز الرعاية النهارية للأطفال إلى زيادة احتياجات رعاية الأطفال مما كان له تأثير أكبر على الأمهات العاملات [19]. وأرجع [15, 21] اعتلال المزاج إلى اضطرابات النوم، والأرق والأخبار غير السارة التي تتعلق بمعدل الإصابة والوفيات بالصورة التي انعكست على رفاهية الفرد النفسية، ويرجع الجمعية الأمريكية للطب النفسي [33] اضطراب المزاج إلى عدة مسببات منها اضطرابات عادات الأكل الناجمة عن سوء الحالة المزاجية من فقدان الشهية العصبي أو الشره الانفعالي كرد فعل للحالة النفسية السلبية.

ج. **إشارة الخوف في الاتصالات الصحية:** والتي غالباً ما تدرك على أنها تهديد، أو نداءات الخوف لتغيير مواقف الناس سلوكياتهم في موضوعات متنوعة، كازدياد احتمالية الإصابة بي المدخنين، وتحفيز بعض الأدوية والمضادات الحيوية لنشاط فيروس كورونا، مما يسبب سوء تكيف الأفراد مع أزمة الوباء [77]. كما أن زيادة مؤشر الخوف كان في أعلى مستوياته لدى الأمهات الحوامل المقبلات على الولادة بسبب الخوف ومشاعر وأفكار الإصابة بالوباء لهن وأولادهن سيطرت على تفكيرهن [4, 5, 75, 99, 100].

### استراتيجيات التكيف Coping strategies:

تعرف استراتيجية التكيف على أنها هي محاولات لتقليل الضغوط المدركة ولرغبة في فك الارتباك الناتج عن فترات الإغلاق والانشغال بالتفكير في تداعيات الوباء والتخلص من أعراض الضيق النفسي المرتبط بأحداث الحياة السلبية [8, 43]. وهي نوع من القدرة المتصورة والكفاءة الذاتية للطلاب على التعايش والتفكير المرن مع العوامل المرتبطة بوباء كورونا [71, 72]. وقد يكون التكيف عن طريق الحصول على دعم أو مكسب ثانوي خلال المشاركات الإيجابية، فيساعد الفرد على تهدئة ألامه، أو قد يكون عن طريق طلب المساعدة المهنية [54, 88]. بينما تشير آلية التكيف إلى الإجراءات المتخذة للتغلب على نقص الإمدادات والدعم على المدى القصير، بينما تشير آلية التأقلم إلى العملية التي يتكيف بها الفرد أو الأسر مع انخفاض الدعم على فترات طويلة دون التأكد من تحسن حالته [8].

ويعد التكيف هو رد فعل للإجهاد النفسي والإرهاق والضعف التي تعتبر كمتلازمة نفسية مزمنة ناجمة عن الضغوط المهنية وتسم بالإرهاق البدني والعقلي والسخرية والمشاعر التي تضعف الإنجاز الشخصي [63, 64]. ويرى أن 55% من المستجيبين يستخدمون استراتيجيات تكيف تركز على المشاعر، بينما 45% يستخدموا استراتيجيات تركز على التعامل مع المشكلات [62]. حيث تلعب استراتيجيات التكيف التي تركز على الانفعالات والمشاعر على تجنب الكلمات التي تحمل التهديد [55]. كما لجأ البعض إلى استخدام استراتيجيات تكيف تعتمد على حل المشكلات ترتبط بوباء كورونا وترتبط بانعدام الأمن الغذائي [8].

### أولاً: استراتيجيات التكيف القائم على حل المشكلات:

ومن استراتيجيات التكيف التي يتركز على المشكلات، حيث تهدف إلى التركيز على التحايل المباشر على مصادر التوتر، ويكون الدافع لإجراء هذه الاستراتيجيات دافعا خارجيا يركز على التشارك في تلك السلوكيات للتوافق مع الأعراف الاجتماعية [52, 53]، ويمكن طرحها فيما يلي:

أ. السلوكيات الوقائية أثناء تفشي الوباء: وترتبط تلك السلوكيات مع الخوف من كورونا وتستخدم هذه الاستراتيجيات كنوع من السيطرة لتفادي العدوى وللتأقلم مع الواقع [81]. ومن أمثلة تلك السلوكيات الوقائية ممارسة النظافة، غسل اليدين، ارتداء أقنعة الوجه، التباعد الاجتماعي، تلاشي التفاعل الاجتماعي المباشر [14]. وعلى الرغم من هذه السلوكيات تعمل على التكيف مع طبيعة الوباء، إلا أنها تقلل الشعور بالرفاهية النفسية نتيجة انخفاض الاستقلالية وعدم



ب. التقييم الإدراكي المعرفي Cognitive Appraisal: وهي عبارة عن استخدام التنظيم الذاتي والتنظيم الانفعالي في تقييم إدارة الضيق النفسي وتقديم الدعم للأطفال والنساء الحوامل والمرضى[51]. ويمكن أن تعمل هذه الاستراتيجيات على تغيير فكر المرء في الاستجابة لتهديدات الوباء. فقد يبتعد الفرد عن مصادر الانزعاج النفسي والضغط لتقليل المخاوف والقلق، بالتركيز على الجوانب الإيجابية للحدث للتعامل مع قيود الموقف الناجم عن تفشي الوباء، [52، 53].

وأكدت نظرية الترابطية المعرفية Cognitive-relational theory على دور التقييم المعرفي في عملية الضغوط والخوف. فالإجراءات التي تستخدم في تقييم الضغوط والخوف تعمل على التركيز على المشكلة كي يمكن التكيف مع ظروفها التي تصاحب الفرد في معيشته، وهذه العملية تتم في ستة جوانب هي التهديد، والتحدى، والمركزية، والسيطرة[78، 79]. وهذا يرجع على تأكيد منظمة الصحة العالمية على أن ظروف الوباء الضاغطة والمثيرة للخوف نتيجة التعامل مع فيروس مجهول يؤثر على الحالة النفسية والعقلية، ويسبب عواقب اجتماعية نتيجة إجراءات التعايش مع الوباء أو ظروف الإغلاق أو تخفيف عبء العمل وتعطيل بعض القطاعات مما يؤثر على الروتين اليومي للناس وظروف معيشتهم وظهور بعض المتلازمات العصبية والنفسية والشعور بالوحدة النفسية والقلق والخوف والاكتئاب[16، 81].

وتعد الحاجة إلى تلك الاستراتيجيات كنوع من السيطرة على الواقع للتعايش مع ظروف الوباء خصوصاً في ظل انتشار العدوى بشكل مبالغاً فيه، وذلك تقديماً لبعض الاضطرابات المستقبلية والمتلازمات مثل اضطراب الوسواس القهري obsessive-compulsive disorder، واضطراب ما بعد الصدمة وذلك نتيجة تكرار السلوك ومدته ونوعه وعدد مرات الالتزام به، والتحكم[12، 61].

ت. استراتيجيات التكيف الاجتماعية: يرى[32] أن البنية العملية للتكيف تتضمن أنشطة حل المشكلات الاجتماعية، كالتعلم التشاركي، والتعلم من خلال أساليب الحياة الواقعية[91]

ث. وترتبط حل المشكلات بأبعادها (التوجه الإيجابي للمشكلة، والتوجه السلبي، الحل الارتباطي للمشكلات، أساليب الاندفاع والإهمال، أسلوب التجنب) بأنشطة التكيف التلقائي، كما أن استخدام الأنشطة الترفيحية تؤدي إلى خفض الاكتئاب الناجم عن طول فترة الوباء [95]، كما أن الاجتماعية هي عملية ذات شقين في عملية التكيف الأولى وهي انفعالية إذ ترتبط بسمات الذكاء الانفعالي وتتمتع هذه الاستراتيجية كتكيف قائم على الانفعال من مزيج من الاستمتاع والاسترخاء واكتساب المهارات من أجل تخفيف حدة الشعور [94، 95]، بينما في حالة التكيف القائم على المشكلات فهي تعتمد على تعديل مضمون التجارب الضاغطة لتعزيز فرص العمل في جو مهني يعمل على تحقيق الذات والإنتاج بصورة إيجابية[69]. وكلما كانت التوجهات إيجابية والبحث عن حلول ارتباطية بالمشكلات كان الاتجاه نحو التكيف مع المشاركة في حل المشكلات أكبر[32]. فعلى سبيل المثال الضغوط المرتبطة بالعنصرية الثقافية هي منبئة باستراتيجيات تكيف أكثر ملائمة بالنسبة لمجموعة من السكان. أما الضغوط التي تحاصر الفرد بصورة فردية تجعل الفرد من الصعب التأقلم معها [66].

ويرى[23] أن استراتيجية تجنب المشكلات هي استراتيجية ثنائية القطب بمعنى أن الفرد يتجنب الدخول في تفاصيل أو أنشطة وأفعال سلوكية تقحمه في مشكله، وأن القطب الآخر يشير إلى الأمل. ووجد[90] أن تأثير الأمل المرتفع لديهم قدرة أكبر في حل المشكلات من ذوي الأمل المنخفض للتكيف مع المواقف الضاغطة. ويمكن أن تنطبق هذه الرؤية مع نموذج الذي يفسر الأمل بأنه نزعة عامة للانخراط في جهود واعية للحصول على غاية أو هدف، وبالتالي فالأمل يرتبط بالقدرة على حل المشكلات، في حين أكدت [23، 89] أن السياق الاجتماعي يظهر توقعات كبيرة في حل المشكلات نتيجة تضافر الجهود ذات التمني والأمل المرتفعين في التحكم في متغيرات الضغوط المحيطة.

حدد[63، 64] ثلاث درجات مختلفة للتكيف القائم على حل المشكلات الاجتماعية هي: أسلوب تجنب المشكلة، أسلوب التحكم الشخصي وهو نوع من الضبط يعتمد على الجمع بين وجهة الضبط الداخلي والخارجي للمرء وكفاءة الذات الانفعالية في ضبط التفاعلات لعدم تداول الانفعالات الأكاديمية السلبية [94]، أسلوب الثقة في تقييم المشكلة. ويعتبر أسلوب الثقة في تقييم المشكلات وأسلوب تجنب المشكلة بمثابة استراتيجيات للتكيف التي تحاول إدارة الصراع أو الموقف الضاغطة، بينما يصف[64] درجة التحكم الشخصي باعتبارها أحد استراتيجيات إدارة الانفعالات الناتجة عن الضغوط.

وميز[31] بين استراتيجيتين هما التوجه الإيجابي والسلبي لحل المشكلات الاجتماعية. وأشار لاستراتيجية التوجه الإيجابي نحو حل المشكلة هي عبارة عن استراتيجية اجتماعية يستخدمها الأفراد مشاركة لتكوين مجموعة معرفية بناءة لحل المشكلات تتضمن عمليات تقييم التحدي، وكفاءة الذات، توقعات النتائج الإيجابية، بينما تشير استراتيجية التوجه السلبي لحل المشكلات إلى مجموعة من المخططات المعرفية والانفعالية المختلفة وظيفياً، والتي تتضمن تقييم خاطئ للتهديدات، وانخفاض كفاءة الذات الفردية، وعبء انفعالي مرتفع.

#### آليات التكيف مع حل المشكلات:

أشار[34] إلى نوعين من الأطر المفاهيمية لنمط الشخصية والتي تلعب دوراً في سلوك التكيف والمعايشة وهما: النظام التجريبي، والنظام العقلائي. ويعمل النظام التجريبي على مستوى الوعي، ويعمل بصورة تلقائية غير مقصودة، وبوتيرة سريعة موجهة نحو العمل الفوري، متخطياً في ذلك الجهد العقلي والانفعالي، ويمكن التحقق من نتائج النظام التجريبي عن طريق الحدس. بينما النظام العقلائي هو الد التي تعمل بصورة واعية، ونشطة ومعتمدة، وهادفة، ويكون موجه نحو الهدف بصورة منطقية وموضوعية، ويمكن التحقق من نتائجه عن طريق المنطق والاستدلال.

#### ثانياً: التكيف القائم على الانفعال:

تشير استراتيجيات التكيف القائمة على الانفعال إلى تغيير التجربة العاطفية والانفعالية والامتيار بقدر من المرونة الانفعالية أو التعاطف أو المهارات الناعمة من أجل الخروج من المشكلات الاجتماعية بقدر من التكيفية بدلاً من الشعور بالعجز [105]، أو هي مجموعة من الحيل الدفاعية كالتبرير الانفعالي أو الإسقاط أو التعاطف الزائد المبالغ فيه[25، 56]. وتتضمن تلك التجارب الانفعالية مجموعة من الجوانب الفسيولوجية والوظيفية والاجتماعية والانفعالية التي تهدف إلى فك الارتباك وتعويض كفاءة الذات الانفعالية لدى المرء، إذ إن الغموض في القدرة الانفعالية للذكاء الوجداني للمرء باتت المهدهد جراً غموض ظروف العدوى والوباء وتشوه التصورات والمعتقدات التلقائية المتعلقة بالتفاعل والمشاركة في سياقات مختلفة [71، 72]. وتظهر أحداث الحياة تأثيرات على التجارب اليومية بصورة تضفي تأثير انفعالي قوي إيجابياً أو سلبياً اعتماداً على تقييم الشخص للتجربة الحية وغالباً قد ينبع هذه التقييمات من خبرته الشخصية، وبالتالي ينظر للموقف على أنها شديدة الخطورة من حيث طبيعتها غير الواضحة أو غير المؤكدة التي لا يمكن السيطرة عليها نتيجة ردود الفعل الانفعالية المتعددة [39]. وتعتمد الاستراتيجيات المستخدمة حس طبيعة المشاعر كما يلي:

أ. المشاعر المتوقعة: ونتيجة لانتشار وطول فترة الوباء والإغلاق المصاحبة لوباء كورونا فقد انعكس هذا على الأفراد بالضغط النفسي الذي ازداد كدالة

في الوقت. إذ أن الضيق الانفعالي بات مهدداً لصناعة القرار لدى المرء وأثر مستوياته الأكاديمية نتيجة غموض توقعاته التي ترتبط بأحلامه المهنية في المستقبل، وبما أن الإصابة بالوباء تجعل الفرد ينتظر في حجر صحي لعزله ما يظهر آثاراً سلبية على المريض وأقربائه فإن تسخير مكونات أخرى للعمل من خلال المنزل وتحصيل دروسه وكفاءة الذات الأكاديمية للطالب والتي ترتبط بدوافعه كمتعلم [72, 71, 15]. كما أن الانفعالات الأكاديمية السائدة في هذه الفترة هي القلق والخوف والاكنتاب وعدم اليقين [48]. والتي تؤثر على عمليات تقييم الحالة الانفعالية وعمليات التكيف والاستدلال والتفكير المرن نتيجة الأزمات أدى إلى حالة تسمى المشاعر المتوقعة Anticipatory emotions، وهي تلك المشاعر التي يتم اختبارها قبل معرفة نتائج التهديد أو التحدي اعتماداً على تخيلات المرء وغالباً ترتبط ببعض الوسواس القهري نتيجة الاستنزاف الانفعالي الذي يخيم على مشاعر الآخرين، وقد يسبب لبعضهم بعض الأمراض النفسية السوسوماتية أو الاضطرابات الانفعالية مثل اضطراب ثنائي القطب [85]، وهذه الحالة قد تتطلب تدخل لتعديل السلوك معرفياً، ومن تلك الاستراتيجيات ما يلي: (1) تنظيم المشاعر، (2) استراتيجيات القبول والالتزام، (3) التعرض الإيجابي للموقف، (4) استراتيجيات الإلهاء (نوع فرعي من استراتيجيات التجنب وهي تعتمد على توفير بدائل انفعالية للتخلص من الضيق والاستنزاف الانفعالي الذي يؤثر على العمليات المعرفية لدى المتعلم). وتنمو المشاعر في جو غير محدد فيه الأطر المرجعية الشخصية للمرء، إذ تكون ردود الأفعال مركبة تمتاز فيها العديد من المشاعر، جراء دافعية المرء المرتفعة للعمل والتحصيل، والرغبة في التعايش، ومحاولة التخلص من القلق والضغط والاكنتاب التي أرهقت، وقد يحتاج المرء إلى بعض التدخلات الجدلوية السلوكية لتعديل ما أصبه نتيجة الاضطرابات النفسية التي عاناها طوال فترة الوباء [85, 57, 29, 28].

ب. **المشاعر العرضية:** وفقاً لنظرية التقييم الانفعالي، ينطوي كل موقف انفعالي على العديد من التقييمات المتميزة التي تعمل كحيل دفاعية عفوية جراء محاولاته الفاشلة المستمرة لتحسين صورة الذات المدركة، وهذه التقييمات هي بمثابة إشارات تكيفية قائمة على الانفعال عن طريق استخدام أحد ابعاد الذكاء الوجداني كسمة وهو اصلاح المزاج [74]، وعليه تتأثر المشاعر والانفعالات العرضية على تصورات المواقف المستقبلية عديمة الصلة بتقييم الموقف الانفعالي الراهن. كما أن انفعال الغضب المصاحب للضغوط يؤدي إلى عرقلة تحقيق الأهداف واللاحاح الشديد، والتحكم العالي. وينتقل الانفعالات الأكاديمية إلى مشاعر الموقف المستقبلية مما يؤدي على سلوكيات المخاطرة كالإبحار في المعرفة كنوع من التعويض جراء المعارف التي لم يتلقاها نتيجة فترات الوباء، وبالتالي يوظف التكيف الانفعالي بصورة إيجابية لتحسين النواتج المعرفية للمتعلم [92, 91]. وتعمل المشاعر على تنشيط سلوكيات التجنب والتعامل والمساهمة في التفكير والسلوك الأكثر ابداعاً وانفتاحاً، مما يسمح بتكوين تصورات تخدم المواقف المعاكسة المستقبلية [39].

وتميل ردود الفعل الانفعالية تجاه الوباء كالخوف والقلق والتوتر والارتباط والغضب إلى جعل الفرد يميل إلى العزلة لادعاء تصور أعراضاً متعلقة بضغط ما بعد الصدمة [9]. كما أكد [48] أن تأثير الاغلاق في ظل وباء كورونا على تكوين انفعالات أثر سلبية تسببت في مشكلات كاضطرابات النوم، ومستويات التوتر، والقلق والارتباك والخوف المرضي وعدم اليقين. هناك نوعين من التقييم الانفعالي أثناء عملية التكيف وهما المركزية، والقابلية للتحكم والضببط [49].

### نظرية البناء والتوسع broaden-and-build theory:

تقترح النظرية أن المشاعر الإيجابية توسع نطاق العمليات المعرفية والسلوكية لبناء موارد تجعل الفرد أكثر تكيفاً، حيث تجعل الفرد أكثر انتباهاً وتلغي آثار المشاعر السلبية. فالمشاعر التي ترتبط بالدافعية كالرغبة والاهتمام تكون ضيقة ومركزة ومتعمدة. وتوجد ثلاث مداخل للتمييز بين المشاعر الإيجابية في ضوء النظرية هي [102]:

- أ. المدخل الوظيفي functional approach: يعتمد هذا المدخل على التقييم المعرفي. ويفترض أن جميع المشاعر إيجابية تنطوي على مواقف أكثر إمكانية للمكافئة. وتختلف تلك المشاعر في تحقيق استجابات تكيفية مع فرص البيئة باختلاف السياق الاجتماعي [87, 86].
- ب. تتمتع نظريات التقييم بالقدرة على معرفة درجة التمايز للمشاعر الإيجابية عند طريق إحداث التفاعل بين أهداف الفرد واحتياجاته مع الموقف. ويتضمن التقييم الانسجام الدافعي الذي يشير على الشعور بالامتنان والفخر نتيجة تخطي الظروف وتشارك المشاعر الإيجابية [97, 96].
- ت. الترابط بين التقييم والمشاعر: فالمشاعر مرتبطة بميول الفعل والتكيف [82]. بينما تصف المشاعر الأهداف التي يرغب الفرد في متابعتها خلال تجاربه الانفعالية السلبية والإيجابية، وكيفية الربط بين الأهداف باستراتيجيات التكيف، وبالتالي فإن المشاعر في جوهرها هي استراتيجية للتكيف المنظم وبالتالي فهذا المدخل يربط بين المدخل الوظيفي ونظريات التقييم [102].

### 3. الطريقة والإجراءات

**أولاً: المنهجية:** اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لاختبار العلاقات السببية بين متغيرات الدراسة.

**ثانياً: العينة:** تكونت عينة الدراسة من 128 طالب وطالبة اختيرت بصورة متاحة من طلاب الجامعات السعودية. ومع حرص الباحث على تنوع عينة الدراسة لتشمل طلبة الجامعات السعودية إلا أنه لم يحصل على استجابات كافية من طلبة الجامعات حيث جاءت الاستجابات فرد أو فردين من جامعات متفرقة بينما كانت أغلبية عينة الدراسة من طلبة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. وانقسمت العينة من حيث المستوى الدراسة إلى 116 (90.6%) طالب بمرحلة البكالوريوس، و12 (9.4%) من طلاب الدراسات العليا.

#### إجراءات الدراسة:

- تم إعداد رابط لجميع مقاييس الدراسة من خلال قوئل فروم
- قام الطلاب بالاستجابة عليها وارسالها إلى زملائهم في الجامعات الأخرى.
- تم عمل بعض التحليلات الوصفية لوصف مفردات المقاييس النفسية والتعرف على مستويات المتغيرات في ضوء التعلم عبر الانترنت في الازمات أثناء جائحة كورونا. باستخدام برنامج IBM SPSS v27.
- التحقق من الصدق البنائي للمقاييس موضع الدراسة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي أو الاستكشافي، أو كليهما باستخدام برنامج ليزرل LISREL
- التحقق من النموذج السببي للعلاقات بين المتغيرات والحكم على صحة النموذج في ضوء بعض المؤشرات منها: GFI, RMSEA, Chi-square, SRMR.

**استراتيجية التحليل الاحصائي:** استخدم التحليل الاحصائي بطريقة المكونات الأساسية ولتدوير المتعامد للمقياس الذي أعده الباحث، واختيار معيار لقبول التشعب

مساوية لنقطة قطع مساوية 0.45 معيار لقبول تشعب المفردات. كما أن صياغة المفردات على الموقع كانت اجبارية بحيث لا توجد قيم غائبة. واستبعدت القيم المتطرفة إيجاباً وسلباً في ضوء الرسوم المربعة حتى لا يكون القرار متحيزاً أو تقع النتائج في الأخطاء القرارية من النوع الأول. وتم استبعاد عينة الاناث من العينة الاجمالية وعددهم 2 حتى لا يكون هناك خطأ من النوع الأول في اتخاذ القرار، بالإضافة إلى استبعاد الحالات المتطرفة إيجاباً أو سلباً من حالات الدراسة قبل اختبار النموذج البنائي للدراسة.

### الخصائص السيكومترية للأدوات والمقاييس:

اعتمد الباحث على المقاييس النفسية الأتية: مقياس الخوف من كورونا، مقياس نواتج التعلم المعرفية، مقياس استراتيجيات التكيف، مقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني في جمع بيانات الدراسة.

### أ. مقياس الخوف من كورونا:

تم استخدام مقياس الخوف من جائحة كورونا [1] والذي تكونت فقراته من 12 مفردة تتم الاستجابة عليه وفق أسلوب ليكرت الخماسي ثمل بعدين هما بعد مزولة الممارسة اليومية والتعامل مع الآخرين وتمثله 7 فقرات وبعد الخوف الشخصي وتمثله 5 فقرات، وقد تمتع بخصائص سيكومترية مقبولة حيث تم التحقق من صدق درجات المقياس باستخدام الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية والتحليل العاملي التوكيدي الذي اثبت حسن مطابقة لنموذج العاملين في مقابل نموذج العامل العام. وبلغ ثبات الاتساق الداخلي المعامل ألفا للمقياس 0.918.

وقد قام الباحث في الدراسة الحالية بحساب الصدق العاملي الاستكشافي لمقياس الخوف من كورونا بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس، وبدون تحديد عدد العوامل، وبلغت قيمة محك كايزر ماير أولكين 0.90، وبلغت عدد العوامل قبل التدوير عامل عام واحد قيمة الجذر الكامن له 7.09 وفسر 59.04%، بينما بعد التدوير بلغ عدد العوامل اثنان بلغت الجذور الكامنة له 4.45 و3.67 وفسرت 37.04% و30.61% من التباين الكلي المفسر، وفيما يلي تشبعات لمفردات على العاملين:

جدول 1: نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الخوف من كورونا.

م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني
1	اتجنب الخروج من المنزل حتى لا اقابل أحد	0.73	
2	اتجنب الصلاة في جماعة خوفاً من ملامسة الآخرين.	0.73	
3	اتجنب زيارة اقاربي خوفاً من كورونا.	0.76	
4	اخاف من الآخرين حتى لا يصيبني الفيروس.	0.82	
5	اخاف ان أسلم علي أحد خوفاً من ملامسة يده.	0.78	
6	اخاف من شراء الحاجات اليومية للشك انها تتضمن فيروس كورونا.	0.67	
7	اتجنب ملامسة وجهي خوفاً للإصابة بكورونا	0.72	
8	اخاف ان أصاب من كورونا لان خشية الموت.	0.68	
9	تنتابني احلام مرعبة اثناء النوم خوفاً من الإصابة بكورونا.	0.70	
10	انا عندي رعب من الإصابة بكورونا.	0.83	
11	اشك باستمرار انني اعاني من اعراض كورونا	0.81	
12	اشعر بالذعر من سماع الاخبار عن وفيات فيروس كورونا	0.68	

تشبعات المفردات على عاملين حققا عامل البساطة في التحليل العاملي، إذ تشبعت كل مفردة على عامل واحد فقط. وتشبعت المفردات 1 و2 و3 و4 و5 و6 و7 على العامل الأول وبلغ الجذر الكامن لها 4.45 وفسرت 37.04% من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط، في حين تشبعت المفردات 8 و9 و10 و11 و12 على العامل الثاني وبلغ الجذر الكامن 3.67 وفسرت 30.61% من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط. وتم إجراء التحليل العاملي التوكيدي بطريقة أقصى احتمال، وكانت مؤشرات حسن المطابقة على النحو المبين:

جدول 2: مؤشرات المطابقة لمقياس الخوف من الكورونا.

المؤشر	RMSEA	X <sup>2</sup>	GFI	NNFI	AGFI	SRMR
القيمة	0.12	157.12 P=.000	0.99	1	0.99	0.049

واسفرت النتائج عن مؤشرات مطابقة حسنة للنموذج، فيما عدا مؤشري مربع كاي و RMSEA وكانت التشبعات على العاملين على النحو التالي:

جدول 3: تشبعات نموذج الخوف من كورونا في ضوء التحليل العاملي التوكيدي.

م	العبارات	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
<b>البعد الأول: مزاوله الممارسة اليومية والتعامل مع الآخرين</b>				
1	اتجنب الخروج من المنزل حتى لا اقابل أحد	0.78	0.038	20.60
2	اتجنب الصلاة في جماعة خوفاً من ملامسة الآخرين.	0.83	0.039	21.46
3	اتجنب زيارة اقاربي خوفاً من كورونا.	0.74	0.038	19.55
4	اخاف من الآخرين حتى لا يصيبني الفيروس.	0.88	0.039	22.65
5	اخاف ان أسلم علي أحد خوفاً من ملامسة يده.	0.75	0.038	19.77
6	اخاف من شراء الحاجات اليومية للشك انها تتضمن فيروس كورونا.	0.84	0.039	21.87
7	اتجنب ملامسة وجهي خوفاً للإصابة بكورونا	0.69	0.037	18.62
<b>البعد الثاني: الخوف الشخصي</b>				
8	اخاف ان أصاب من كورونا لان خشية الموت.	0.82	0.041	19.88
9	تنتابني احلام مرعبة اثناء النوم خوفاً من الإصابة بكورونا.	0.73	0.040	18.31



10	انا عندي ربع من الاصابة بكورونا.	0.81	0.041	19.74
11	اشك باستمرار انني اعاني من اعراض كورونا	0.82	0.041	20.02
12	اشعر بالذعر من سماع الاخبار عن وفيات فيروس كورونا	0.62	0.039	16.14

تراوح تشبعات العامل الأول بين 0.69 إلى 0.88 بينما تراوحت تشبعات البعد الثاني بين 0.62 و0.82 وكانت جميعها دالة احصائياً. وقد أسفرت نتائج التحليل عن معامل الارتباط بين البعدين بلغ 0.83 وهي قيمة مرتفعة مما يعني أن البناء بعامله يمكنه انتظامه حول عامل عام من الرتبة الثانية.

ب. **مقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني:** تبنى الباحث مقياس [3] ولكن الباحث أجرى له التحليل العاملي الاستكشافي حيث كان من توصيات الدراسة إعادة تقدير الخصائص السيكومترية له حيث فسر العامل له 36.8%، مما يشير إلى تحيزه في تفسير اتجاه المتعلمين في التعلم الإلكتروني. وقد أجرى الباحث التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية، والتدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس، ولم يتم تحديد عدد العوامل، وقد توصلت النتائج إلى محك كايبر ماير أولكين والذي بلغت قيمته 0.79 وقد بلغت الجذور الكامنة قبل التدوير 3.37 و1.16 وفسرت 54.37%، بينما بلغت الجذور الكامنة للأبعاد بعد التدوير 2.61 و1.93 وفسرت 54.37%، وكانت تشبعات المفردات على العاملين على النحو المبين:

**جدول 4: تشبعات التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني.**

م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني
1	استخدامي للتعلم الإلكتروني يشعرني بالاستقلالية	0.64	0.62
2	استخدامي للتعلم الإلكتروني يوفر الوقت المستهلك في الدروس الخصوصية	0.82	
3	التعلم الإلكتروني يساعد على الإبحار في المعارف المختلفة		
4	يمكنني التعلم الإلكتروني من الحصول على شهادات في مستويات تعليمية مختلفة	-	-
5	ساعدني التعلم الإلكتروني على التخلص من الخجل الاجتماعي	-	-
6	أفضل التعلم الإلكتروني لتنوع التغذية الراجعة فيه	0.54	
7	أشعر بالرضا عن مستوي التعليمي عقب انتهاء التعلم		0.53
8	أشعر بالراحة النفسية أثناء التعلم الإلكتروني		0.65
9	أشعر بالرضا عن درجاتي في نتائج التعلم الإلكتروني		0.75
10	تزيد حصيلتي المعرفية نتيجة الدراسة بالسبل الإلكتروني	0.80	

أسفرت النتائج عن تحقق معيار البساطة حيث تشبعت كل مفردة على عامل واحد فقط. وقد تشبعت مفردات المقياس على عاملين منها العامل الأول وتشبعت عليه المفردات 2 و3 و6 و10 والذي بلغ الجذر الكامن له 2.61 وفسر 28.3%، بينما تشبعت على العامل الثاني المفردات 1 و7 و8 و9 وبلغ الجذر الكامن 1.93 وفسر 26.1% من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط. واستخدم التحليل العاملي التوكيدي بطريقة أقصى احتمال وكانت مؤشرات حسن المطابقة على النحو التالي:

**جدول 5: مؤشرات حسن المطابقة لمقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني.**

المؤشر	RMSEA	X <sup>2</sup>	GFI	NNFI	AGFI	SRMR
المدى المثالي	$0.08 \geq RMSEA \geq 0.00$	$0 \leq x^2 \leq 2df$	$\geq 0.90$	$\geq 0.90$	$\geq 0.90$	$0.08 \geq SRMR \geq 0.00$
القيمة	0.047	24.34 P=.14	0.99	1	0.98	0.049

وأسفرت النتائج عن مؤشرات مطابقة حسنة للنموذج وكانت التشبعات على العاملين على النحو التالي:

**جدول 6: تشبعات المفردات على عاملي نموذج الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني.**

م	العبارات	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
	<b>البعد الأول: الرضا والتمتع المتصورة</b>	د		
1	استخدامي للتعلم الإلكتروني يشعرني بالاستقلالية	0.33	0.066	5.02
7	أشعر بالرضا عن مستوي التعليمي عقب انتهاء التعلم	0.63	0.078	8
8	أشعر بالراحة النفسية أثناء التعلم الإلكتروني	0.67	0.081	8.29
9	أشعر بالرضا عن درجاتي في نتائج التعلم الإلكتروني	0.52	0.073	7.14
	<b>البعد الثاني: الشعور بالوجود في بيئة التعلم الإلكتروني</b>			
2	استخدامي للتعلم الإلكتروني يوفر الوقت المستهلك في الدروس الخصوصية	0.58	0.069	8.40
3	التعلم الإلكتروني يساعد على الإبحار في المعارف المختلفة	0.63	0.071	8.96
6	أفضل التعلم الإلكتروني لتنوع التغذية الراجعة فيه	0.52	0.067	7.74
10	تزيد حصيلتي المعرفية نتيجة الدراسة بالسبل الإلكتروني	0.80	0.079	10.12

تتراوح التشبعات للعامل الأول بين 0.33 حتى 0.67 وهي دالة احصائياً، بينما تراوحت تشبعات العامل الثاني بين 0.52 حتى 0.80 وكانت دالة احصائياً. في حين بلغت معامل الارتباط بين العاملين الناتج بيرنامج اليزرل 0.67 وهو متوسط مما يعني أن المقياس بعامله يمكن أن يتشبع على عامل عام من الرتبة الثانية، وهذا يؤكد وجهة النظر التي أيدها معدي المقياس.

ت. **مقياس استراتيجيات التكيف:**

تحققت دراسة [1] من العوامل المكونة من عوامل مقياس استراتيجيات التكيف والتي بلغت ستة عوامل، ونظراً لاختلاف الهدف من الدراسة فيبحث الباحث إلى التحقق من عاملين لهذا المقياس وهي استراتيجيات التكيف القائمة عن حل المشكلات والانفعال. واعتمد الباحث على التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة تحليل المحاور الرئيسية PAF، وتحديد عدد العوامل باثنين والتدوير المتعامد بطريقة فارماكس. وكات التشبعات على النحو المبين:

#### جدول 7: نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس استراتيجيات التكيف.

م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني
1	اتواصل مع الاصدقاء والاهل للحصول على دعم نفسي ومعنوي	-	-
2	استرخي مع نفسي واعيش في هدوء	0.64	-
3	امتنع عن مصافحة الاخرين.	-	0.61
4	اتوكل على الله والتزم بالتعليمات والاحتياطات	0.58	-
5	امارس حياتي واعمالي بشكل طبيعي مع الاخذ في الاعتبار بالتدابير الاحترازية الامنة.	0.60	-
6	امارس اشياء مثل التمارين الرياضية او القراءة للترويح عن نفسي	-	-
7	اندمج كثيراً في وسائل التواصل الاجتماعي للاستفادة	0.51	-
8	اتقبل الامر الواقع واعتبره وباء يجب التكيف والتعايش معه	0.47	-
9	احاول تعديل اساليب حياتي اليومية للمعايشة مع جائحة كورونا.	-	-
10	ابحث عن اشياء وموضوعات انجزها وأركز فيها لجعل حياتي أفضل	-	-
11	اشاهد المسلسلات والافلام للترويح عن نفسي.	-	-
12	اقرأ القرآن والأحاديث النبوية والكتب الدينية.	-	0.46
13	اتبع العادات الغذائية السليمة من خضروات وفاكهة التي تتضمن فيتامين C وغيره.	-	0.49
14	اتوجه الي الله بالصلاة والاذكار.	0.53	-
15	اتوجه الي الله بالدعاء لرفع هذا الوباء	0.46	-
16	لا ابالي به وكأنه غير موجود.	-	-
17	احاول ان انظر للأمور بإيجابية وتفاؤل بان الوضع سيغير ان شاء الله.	0.52	-
18	التزم بالإجراءات الاحترازية واتباع التعليمات عند التعامل مع الآخرين.	0.49	-
19	اتجنب التواجد في الاماكن المزدحمة والتجمعات قدر المستطاع.	-	0.74
20	ابقي بالمنزل لا اختلط بالآخرين.	-	0.70
21	احافظ على التباعد الاجتماعي.	-	0.48
22	اسعي لتحسين صحتي النفسية ولأسرتي.	0.51	-
23	اعتمد على التكنولوجيا بشكل أكبر في اداء عمالي وقضاء احتياجاتي.	-	-
24	ارتدي الكمامة عند الخروج من المنزل.	-	0.45

اسفرت النتائج عن نموذج يتمتع ببساطة حيث أن التشبعات لكل مفردة تشبعت على عامل وحيد، وتكون العامل الأول من المفردات 2 و 4 و 5 و 7 و 8 و 14 و 15 و 17 و 18 و 22 و بلغ الجذر الكامن 3.93 وقد فسر العامل 46.37%، بينما تشبعت المفردات 3 و 12 و 13 و 19 و 20 و 21 و 24 على العامل الثاني وبلغ الجذر الكامن 3.05 وفسر 32.69% من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط.

#### جدول 8: تشبعات المفردات في التحليل العاملي التوكيدي لمقياس استراتيجيات التكيف.

م	العبارات	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
<b>البعد الأول: استراتيجيات المعيشة القائمة عن حل المشكلات</b>				
2	استرخي مع نفسي واعيش في هدوء	0.62	0.049	12.65
4	اتوكل على الله والتزم بالتعليمات والاحتياطات	0.60	0.047	12.69
5	امارس حياتي واعمالي بشكل طبيعي مع الاخذ في الاعتبار بالتدابير الاحترازية الامنة.	0.57	0.047	12.02
7	اندمج كثيراً في وسائل التواصل الاجتماعي للاستفادة	0.45	0.046	9.79
8	اتقبل الامر الواقع واعتبره وباء يجب التكيف والتعايش معه	0.40	0.046	8.67
14	اتوجه الي الله بالصلاة والاذكار.	0.55	0.047	11.78
15	اتوجه الي الله بالدعاء لرفع هذا الوباء.]	0.56	0.047	11.98
17	احاول ان انظر للأمور بإيجابية وتفاؤل بان الوضع سيغير ان شاء الله.	0.64	0.048	13.54
18	التزم بالإجراءات الاحترازية واتباع التعليمات عند التعامل مع الآخرين.	0.67	0.048	14.05
22	اسعي لتحسين صحتي النفسية ولأسرتي.	0.51	0.047	10.81
<b>البعد الثاني: استراتيجيات المعيشة القائمة عن الانفعالات</b>				
3	امتنع عن مصافحة الاخرين	0.46	0.049	9.28
12	اقرأ القرآن والأحاديث النبوية والكتب الدينية.	0.61	0.050	12.08
13	اتبع العادات الغذائية السليمة من خضروات وفاكهة التي تتضمن فيتامين C وغيره.	0.48	0.049	9.64
19	اتجنب التواجد في الاماكن المزدحمة والتجمعات قدر المستطاع.	0.76	0.054	14.05
20	ابقي بالمنزل لا اختلط بالآخرين.	0.59	0.051	11.55
21	احافظ على التباعد الاجتماعي.	0.61	0.051	12.04

11.98	0.51	0.61	ارتدي الكمامة عند الخروج من المنزل.	24
-------	------	------	-------------------------------------	----

تراوحت تشبعت العامل الأول بين 0.40 إلى 0.67 بينما تراوحت تشبعت مفردات العامل الثاني بين 0.46 إلى 0.76 وكانت جميعها دالة احصائيا.

أ. مقياس نواتج التعلم المعرفية: قياس نواتج التعلم المعرفي: حاول الباحث صياغة مقياس يعتمد على طرح النواتج المعرفية للمتعلم من خلال إدراك الظواهر المعرفية وحل المشكلات والتنظيم المعرفي، والاستجابة على المقياس تعتمد على إدراك مدى وعي المتعلم بجودة المعرفة وعمليات المراقبة المعرفية لديه وعمليات التفكير وحل المشكلات. تتم الاستجابة عليه وفق تدرج ليكرت خماسي، بحيث تعطي الدرجات دائماً=5، إلى ابدأ=1.

صدق درجات المقياس: اعتمدت الدراسة على التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس وبطريقة المكونات الأساسية وبدون تحديد عدد العوامل واستخدم التدوير المتعامد بطريقة الفارماكس، وكانت قيمة مؤشر قيمة محك كايزر ماير أولكين 0.83 وهي قيمة مرتفعة مما يعني أن العينة مناسبة لإجراء التحليل، وقد كان الجذور الكامنة قبل التدوير 4.56 و 1.53 و 1.03 وفسرت 59.4% من التباين الكلي لمصفوفة الارتباط، بينما بعد التدوير كانت الجذور الكامنة على النحو التالي: 2.53 و 2.32 و 2.27 وفسرت 59.4% من التباين الكلي. وكانت تشبعت المفردات على العوامل الثلاثة على النحو المبين:

جدول 9: نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس نواتج التعلم المعرفية.

م	العبارات	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث
1	أشعر أن نجاحي في الاختبارات هو ثمرة تعبي خلال الفهم	0.52		
2	مراجعتي للأفكار الجديدة يجعلني مرناً من الناحية المعرفية	0.82		
3	حلي للمشكلات التطبيقية والحياتية بوسع مداركي المعرفية	0.73		
4	يمكنني حل مشكلاتي الاجتماعية بصورة ملمة بكل جوانب الموقف		0.59	
5	أستطيع الامام بالتفاصيل المعرفية اللازمة لحل المشكلات	0.53		
6	أستطيع الحل بمجرد قراءتي للمطلوب		0.60	
7	يمكنني ترتيب وتسلسل افكاري وصياغة حلول مبدعة للمشكلات	0.63		
8	أنا راضي عن مستواي المعرفي والتحصيلي		0.82	
9	اتبنى أهداف واستراتيجيات تمكنني من النجاح في دراستي		0.62	
10	أسأل زملائي الناجحين عن تجاربهم الشخصية في النجاح للاستفادة بها	0.85		
11	كلما أمكنني أتابع آراء وعادات الاستذكار لمن سبقوني في الدراسة لتحسين مستواي	0.81		
12	كلما أمكنني اراجع تليخيصات ومراجعات زملائي المكتوبة لتطوير افكاري	0.77		

اتسم النموذج العاملي الناتج بالبساطة حيث تشبعت كل مفردة على عامل واحد وواحد فقط. في حين تشبعت المفردات 1 و 2 و 3 و 5 و 7 تشبعت على العامل الأول والذي بلغ الجذر الكامن له 2.53 وفسر 21.1% من التباين الكلي، بينما العامل الثاني تشبعت عليه المفردات 10 و 11 و 12 وبلغ الجذر الكامن لها 2.32 وفسرت 19.35% من التباين الكلي، في حين تشبعت على العامل الثالث المفردات 4 و 6 و 8 و 9 وبلغ الجذر الكامن له القيمة 2.27 وفسر 18.95% من التباين الكلي المفسر.

#### 4. نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: مؤشرات الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة:

حسبت بعض المؤشرات الإحصائية لمتغيرات الدراسة كالمتوسط والوسيط والتباين والتفرطح والالتواء، بالإضافة إلى معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ. وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول 10: مؤشرات الإحصاء الوصفي لأبعاد متغيرات الدراسة.

المتغير	الأبعاد	المتوسط	الوسيط	التباين	الالتواء	التفرطح	ثبات ألفا
نواتج التعلم المعرفية	الوعي بوجود	21.35	22	8.79	0.85-	0.49	0.76
	عمليات التفكير وحل المشكلات	11.91	12	7.81	0.94-	0.67	0.80
	مراقبة العمليات المعرفية	16.03	16	7.57	0.21-	0.65	0.72
الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني	الرضا والمتعة المتصورة	10.54	11	3.26	1.44-	1.82	0.72
	الشعور بالوجود في بيئة التعلم الإلكتروني	10.96	11	1.70	1.43-	1.77	0.62
الخوف من كورونا	مزاولة الممارسة اليومية والتعامل مع الآخرين	15.98	15	60.62	0.47	0.81	0.92
	الخوف الشخصي	9.57	8	26.11	1.09	0.35	0.87
استراتيجيات التكيف	استراتيجيات التكيف القائمة عن حل المشكلات	27.11	28	10.89	1.89-	5.15	0.81
	استراتيجيات التكيف	16.22	17	10.61	0.63-	0.23	0.78

اتضح من نتائج التحليل أن مؤسرا الالتواء الاعتدالية لجميع ابعاد الدراسة، بينما لوحظ أن تباين البعد الأول في مقياس الخوف من كورونا متضخماً بما يعني اتساع الفروق لفردية بين افراد العينة.

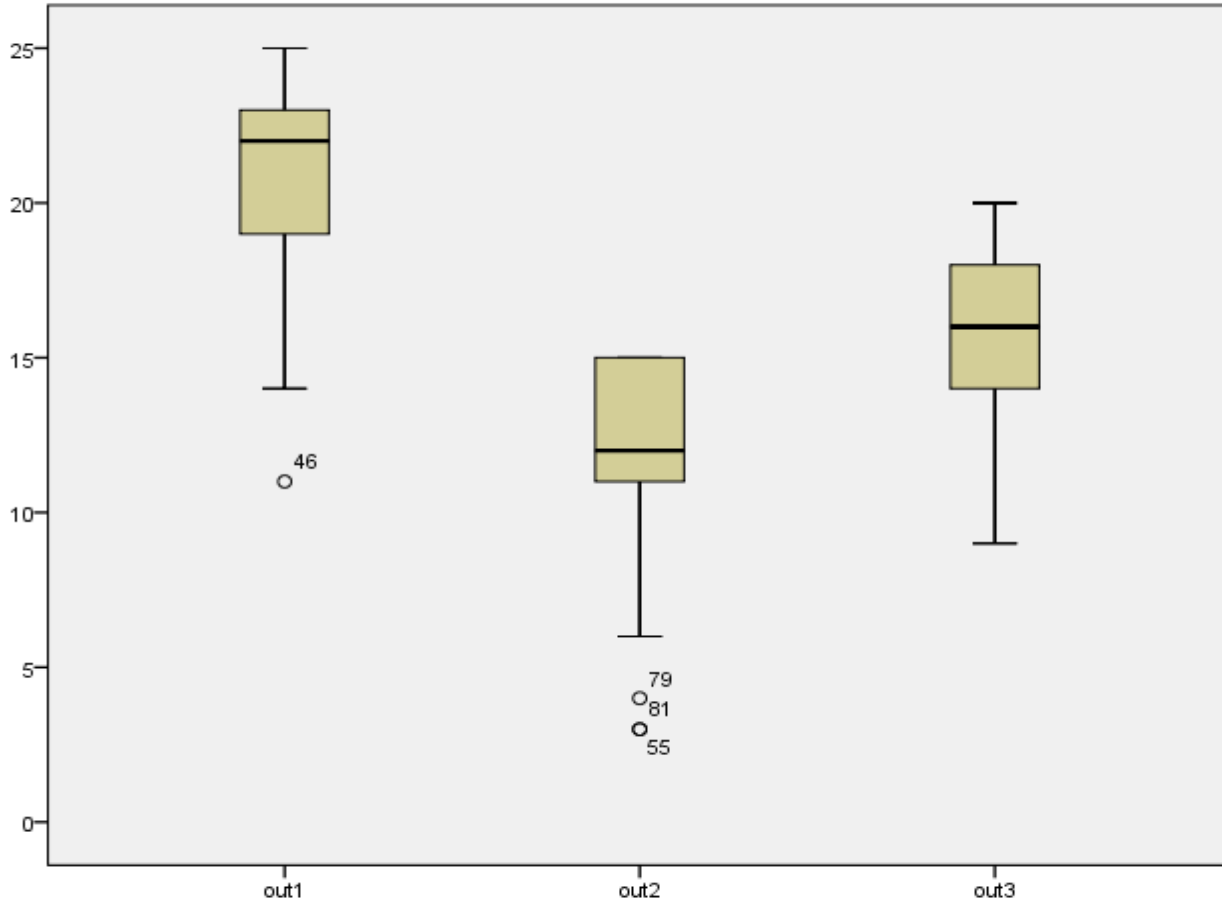
**ثانياً: الاعتدالية:** حسب الباحث الاعتدالية الخطية كشرط ضروري لحساب الاعتدالية المتدرجة باستخدام كولمجراف مسيرنوف وكانت النتائج على النحو المبين:

**جدول 11:** نتائج اختبار كولمجراف مسيرنوف للاعتدالية لأبعاد الدراسة.

المتغير	الأبعاد	القيمة	درجة الحرية	الدلالة
نواتج التعلم المعرفية	الوعي بجودة المعرفة	0.140	130	0.00
	عمليات التفكير وحل المشكلات	0.152	130	0.000
	مراقبة العمليات المعرفية	0.094	130	0.000
الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني	الرضا والمتعة المتصورة	0.232	130	0.000
	الشعور بالوجود في بيئة التعلم الإلكتروني	0.249	130	0.000
الخوف من كورونا	مزاولة الممارسة اليومية والتعامل مع الآخرين	0.125	130	0.000
	الخوف الشخصي	0.185	130	0.000
	استراتيجيات التكيف عن حل المشكلات	0.191	130	0.000
استراتيجيات التكيف	استراتيجيات التكيف القائمة عن الانفعالات	0.133	130	0.000

اتضح من النتائج أن جميع ابعاد المتغيرات الداخلة في التحليل غير اعتدالية مما قد يعطي انطباعاً عن وجود قيم متطرفة أدت إلى حيادية البيانات عن الاعتدالية. وبما أن الاعتدالية الخطية لم تتحقق فهذا مفاده أنه البيانات تعاني من الاعتدالية المتدرجة.

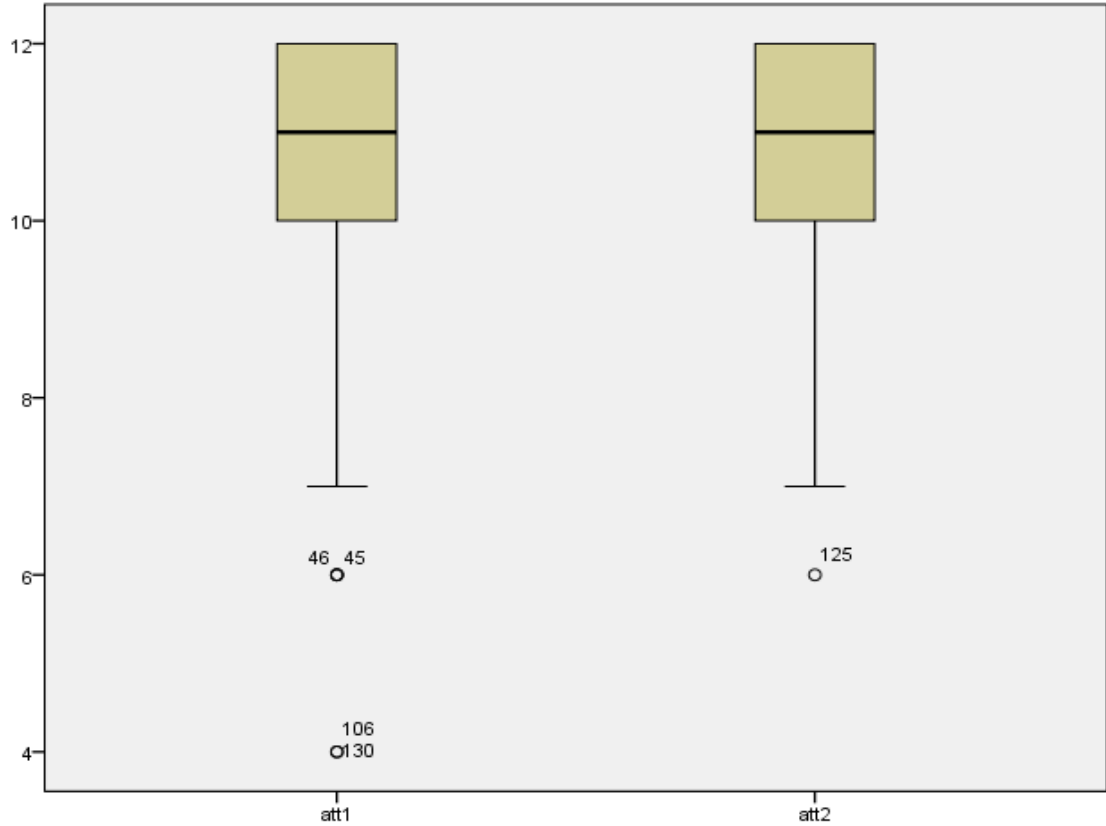
**ثالثاً: القيم المتطرفة:** استخدم الباحث الرسوم المربعة لأبعاد متغيرات الدراسة الداخلة في التحليل، وكانت النتائج كما هي موضحة بالرسم:



**شكل 1:** الرسوم المربعة لأبعاد متغير نواتج التعلم المعرفية (ن=130).

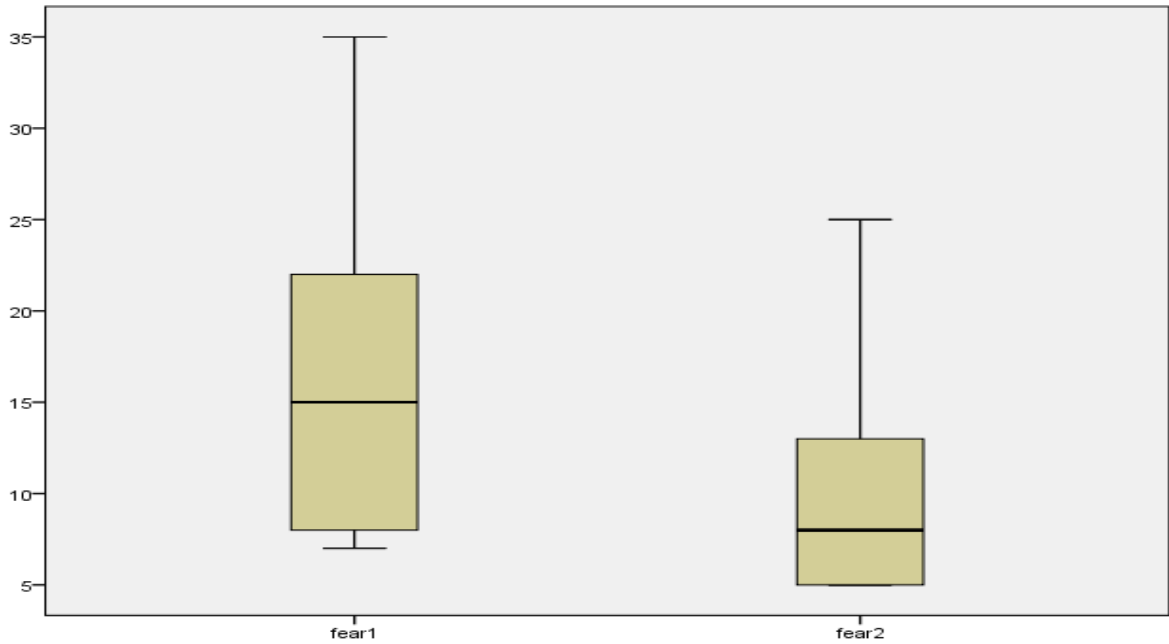
اتضح من الرسوم وجود قيم متطرفة سلباً في الحالات الداخلة في التحليل مما يعني تدني نواتج التعلم المعرفية، وعليه يمكن استبعاد تلك الحالات من التحليل.

للتخلص من تحيز النتائج في التحليل، وهي الحالات 46 و79 و55 و81. أما بالنسبة للاتجاه نحو التعلم الإلكتروني فكان الرسوم المربعة كانت على النحو التالي:



شكل 2: الرسوم المربعة لأبعاد متغير الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني (ن=130).

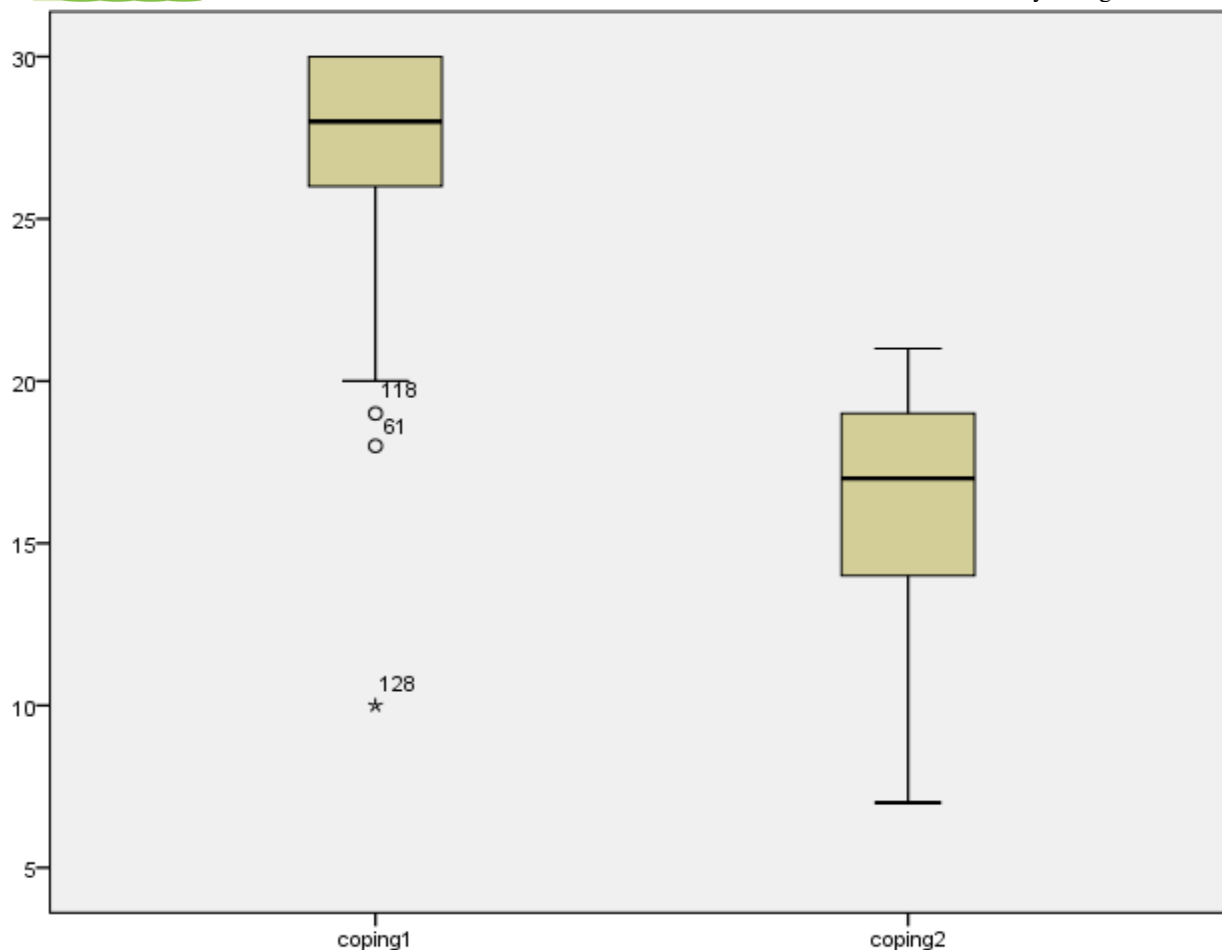
لوحظ من الرسم أن أبعاد الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني كان القيمة العظمى لها مساوية للإرباعي الأعلى في كلا البعدين، بينما لوحظت بعض الحالات المتطرفة سلباً وكانت منها الحالات هي 45 و46 و106 و125 و130. وفيما يلي الرسوم المربعة للخوف من كورونا:



شكل 3: الرسوم المربعة لأبعاد متغير الخوف من كورونا (ن=130).

أسفرت النتائج عن عدم وجود أي قيم متطرفة إيجابياً أو سلباً، وفيما يلي الرسوم المربعة لاستراتيجيات المعيشة على النحو المبين:





شكل 4: الرسوم المربعة لأبعاد متغير استراتيجيات المعيشة (ن = 130).

اتضح من الرسم أن هناك مجموعة من القيم المتطرفة سلباً للحالات الاتية 61 و 118 و 128.

ثانياً: النموذج البنائي للعلاقات بين متغيرات الدراسة:

تم التحقق من النموذج السببي للعلاقات بين الخوف من كورونا، والاتجاه نحو التعلم الإلكتروني، واستراتيجيات التكيف، ونواتج التعلم المعرفية عقب وباء كورونا، وقد استخدمت طريقة أقصى احتمال لإجراء التحليل، وكانت مؤشرات حسن المطابقة على النحو المبين:

جدول 12: مؤشرات حسن المطابقة للنموذج البنائي المقترح في ضوء الدراسات السابقة.

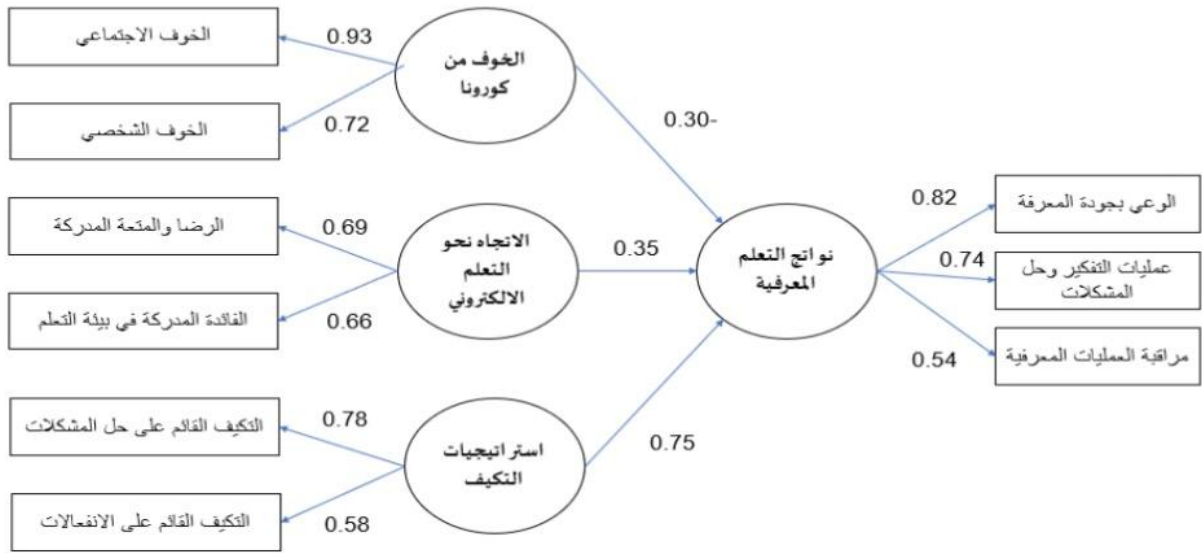
المؤشر	RMSEA	X2	NNFI	GFI	SRMR	AGFI
القيمة	0.051	*83.96	1	0.93	0.011	0.86

وقد أسفرت النتائج عن مطابقة حسنة في ضوء مؤشرات RMSEA و NNFI و GFI و SRMR و AGFI في حين جاء مؤشر مربع كاي سيء المطابقة وأسفرت النتائج عن انتهاك شرط الاعتدالية المتدرجة. وكانت قيم التشبعات على العوامل الكامنة على النحو المبين:

جدول 13: تشبعات الخطوة الأولى للنموذج المقاس للنموذج البنائي المقترح في ضوء الدراسات السابقة.

العوامل المشاهدة	العوامل الكامنة	التشبع	الخطأ المعياري	قيمة ت
Out1	نواتج التعلم المعرفية	0.82	0.018	45.56
Out2		0.54	0.095	5.68
Out3		0.74	0.12	5.99
Att1	الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني	0.69	0.100	6.90
Att2		0.66	0.095	6.94
Fear1	الخوف من كورونا	0.93	0.24	3.88
Fear2		0.72	0.17	4.23
Cop1	استراتيجيات التكيف	0.78	0.12	6.57
Cop2		0.58	0.085	6.77

وكانت العوامل المشاهدة متشعبة ودالة احصائياً على العوامل الكامنة، وكانت التأثيرات بين العوامل الكامنة على النحو المبين:



شكل 5: النموذج البنائي المقترح بمساراته الدالة.

وكانت التأثيرات بين العوامل الكامنة على النحو المبين:

جدول 14: التأثيرات السببية المباشرة للنموذج البنائي المقترح في ضوء الدراسات السابقة.

المتغير المستقل	المتغير التابع	التأثير	الخطأ المعياري	قيمة ت
الخوف من كورونا	نواتج التعلم المعرفية	-0.30	0.12	2.47-
الاتجاه نحو التعلم الالكتروني	نواتج التعلم المعرفية	0.35	0.13	2.60
استراتيجيات التكيف	نواتج التعلم المعرفية	0.75	0.16	4.65

توصلت الدراسة إلى وجود تأثير سببي سالب من الخوف من كورونا إلى نواتج التعلم المعرفية، في حين بلغ التأثير السببي المباشر من الاتجاه نحو التعلم الالكتروني إلى نواتج التعلم المعرفي القيم 0.35، بينما يوجد تأثير سببي مباشر موجب من استراتيجيات التكيف إلى نواتج التعلم المعرفية بلغت قيمته 0.75.

### مناقشة نتائج الدراسة

اتضح من النتائج وجود تأثير سببي سالب من الخوف من كورونا على نواتج التعلم المعرفية، ففي ضوء النظرية التي تبناها الباحث فالتقييم المعرفي أثناء المواقف الضاغطة يقوم المرء بكبح مشاعره انفعالياً، ومحاولاً لتقييم الظواهر من الناحية المعرفية، باحثاً عن جوانب إيجابية للتعايش مع الظروف المواقفة لطول مدة الوباء، وعليه فإن المرء يحاول استخدام دافعية الترفيه بدلاً من دافعية الإنجاز في التحصيل الدراسي من خلال التعليم عن بعد، أو بأي سبيل الكتروني آخر وهذا يتفق مع دراسة [95]، ولكن قد يستخدم المرء استراتيجيات تكيفية محاولاً خفض الانفعال السلبي للقلق إلا أنه يعيق الفرد عن التفكير بصورة جيدة مما ينعكس في الأداء المعرفي للمتعلم وهذا يتفق مع [3, 4, 5].

وقد تناول تأثير الخوف من كورونا على نواتج التعلم المعرفية إذ تتأثر كفاءة الذات لدى المرء، في ظل إحساس المتعلم بحالات من عدم اليقين أو عدم قدرته على التصرف بمقتضى الطرق التي كان ينصرف بها مسبقاً في البحث عن المعلومات وهذا يتفق مع [4, 5, 19]. أو قد يؤدي القلق والخوف من كورونا إلى التشوه المعرفي وتشوه إدراك المنبهات لدى المرء فيتأثر بصورة سلبية نواتج التعلم المعرفية لدى المرء وهذا يتفق مع [19, 26]. أو قد يؤدي القلق إلى العزوف عن الدراسة أو تأثير الدافعية بصورة سلبية وهذا يؤثر على نواتج التعلم المعرفية وهذا يتفق مع [103].

وقد يدفع القلق الشديد المرء لتجنب التفاعل والمشاركة مما قد يؤثر على الأداء المعرفي العام لديه وهذا يتفق جزئياً مع [103]، ولكنه يختلف كلياً مع ما أشار إليه [15] فيمكن للمتعلم أن يتابع دروسه بسبل أفضل وتكامله وتشاركه توفر له محتوى علمي غير تزامني ومن الممكن مراجعته والاستفادة منه.

وقد تبني الباحث استراتيجيات التكيف من وجهتين أحدهما استراتيجيات التكيف القائم على حل المشكلات والأخرى القائمة على الانفعال، وبالتالي يكون المتعلم بهذا الأمر قد وظف الانفعالات الأكاديمية في تحسين نواتج تعلمه المعرفي. فحسب النظرية التي تبناها الباحث في هذه الدراسة الترابط بين التقييم والمشاعر يوفر ميل للفعل بصورة تعكس جودة كفاءة الذات الأكاديمية وبالتالي يحدث انسجام بين المتعلم وقرانه في سياق العمل الأكاديمي وهذا يتفق مع [96, 97, 102].

ومن الملاحظ أن قيمة التأثير لاستراتيجيات التكيف تؤثر إيجاباً في نواتج التعلم المعرفية، فيرى الباحث أن عمليات التكيف القائم على الانفعال هي تعديل لسمات الذكاء، أوجداني بصورة تحسن عمليات التفكير الاستراتيجي لتوظيف الخوف والدافع للتعلم والانفعالات الأكاديمية لتجنب المخاطر، والمساهمة في التفكير وتشارك المعلومات وهذا يتفق مع [39, 91, 92].

وقد يكون السبب في تضخم حجم التأثير ليصل 0.75 في تأثير استراتيجيات التكيف على النواتج المعرفية للتعلم، هي اعتماد المتعلم على الاستراتيجية الاجتماعية في التكيف، فالاجتماعية هي أحد سمات الذكاء الوجداني التي تعمل على توظيف كفاءة الذات الانفعالية، بينما الاجتماعية الناجمة عن بيئات التعلم الافتراضية والالكترونية بكافة أنواعها المستخدمة حفزت التعلم التشاركي والتعاوني في اطار انجاز المهام الصعبة، فتوفرت لدى المتعلم سبل لنقد وتكوين مخططات معرفية أكثر جودة كفاءة عما يكونه بمفرده، إذ يبني فهمه على أعلى مستويات التفكير الناقد لدى زملائه من أقران التعلم وهذا يتفق كلياً مع [34, 74, 85, 95].

وقد يكون السبب في التأثير الإيجابي هو الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني الذي يوفر درجة من الاستغراق المعرفي لدى المتعلم لاعتماده على تقنيات أكثر جذبا للانتباه تسحب المتعلم من حدة المشاعر السلبية التي يعانيها، كما ان اعتمادها على أساليب التعلم القائم على الحياة الواقعية يوفر سبل من الاستمتاع والمرونة وطرق البحث والاكتشاف ومهارات الاستدلال والتفكير المرن والناقد الأمر الذي يوظف الانفعالات الاكاديمية والدافعية بدرجة تحقق نواتج تعلم إيجابية وهذا يتفق مع [32, 94, 95].

كما أن التعلم الإلكتروني والتفاعل الافتراضي يوفر نوع ن التفاعل بين الذات المثالية والاجتماعية الواقعية بدرجة تمنع المتعلمين من الدخول في مشاحنات الصف، والافعال السلوكية التي تقمه في مشكلات تصعب وقت التدريس، وبالتالي فروية الانخراط في التعلم الإلكتروني هي نتيجة الأمل المدرك في مستقبل وتوقعات نجاح اكايمي خالية من جو الخوف من كورونا وبالتالي فالتكيف مع بيئة العمل الإلكترونية هي وسيلة تكيفية تقي الفرد من الانفعالات السلبية والخوف من كورونا المؤثر على نواتج التعلم المعرفية وهذا يتفق مع [66, 89, 90, 94, 95].

ويمكن استنتاج حقيقة في التعليم الجامعي السعودي وهو السير نحو الإيجابية في ظل استمرار وباء كورونا، فكلما زادت الظروف سوءاً جراء انتشار الوباء إلا أن التكيف القائم على حل المشكلات والتكيف القائم على الانفعال هي استراتيجيات متبادلة حسب طبيعة السياق الضاغطة، ومن ناحية أخرى فتجربة التعلم الإلكتروني في البيئة السعودية حالت دون انتشار الانفعالات الاكاديمية السلبية بجانب الخوف من كورونا المصاحب لإجراءات العمل المحيطة.

وتعاني الدراسة من بعض المحددات أن حجم العينة صغيراً مما يؤثر على الصدق التعميمي لنتائج الدراسة، بالإضافة إلى أن عنصر الإناث في النوع الاجتماعي غير ممثل حيث تدنت حجم العينة مما يجعل نتائج الدراسة متحيزة لصالح الذكور، كما أن هناك مبرر منطقي لاستبعاد الإناث هي أن العمليات الانفعالية تتأثر بانفعالات السياق الظرفي للتطبيق.

**الشكر والامتنان:** يشكر الباحث/عمادة البحث العلمي بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية في المملكة العربية السعودية لتمويلها هذا المشروع في عام 1442هـ، برقم (21-13-18-044).

**التمويل:** أجري البحث من خلال التمويل للمشروع البحثي رقم (21-13-18-044) والتمويل من عمادة البحث العلمي، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، المملكة العربية السعودية.

**تضارب المصالح والمنافع المدركة:** لا يوجد تضارب في المصالح بين الباحث مع العينة التي أجري عليها البحث، أو بين موضوع الدراسة والمؤسسات المختلفة. ولم يعط العينة أي منافع مادية لإجراء البحث.

## المراجع

- [1] عبد الناصر عامر ومحمود موسى والسويبي دحمان. "استراتيجيات المعاشة مع جائحة كورونا في المجتمع العربي". *المجلة العربية للبحوث الأمنية* 37.1 (2021): 50-69. <https://doi.org/10.26735/DNMG7446>
- [2] عبد الناصر عامر. "الخصائص السيكومترية لمقياس الخوف من كورونا COVID-19 في المجتمع العربي". *المجلة العربية للدراسات الأمنية* 36.2 (2020): 35-46.
- [3] عبد الناصر فخرو ومحمد نايف أبو بكر. "مقياس الاتجاه نحو التعلم الإلكتروني". *مقياس غير منشور* (2022).
- [4] D. K. Ahorsu, et al. "Associations between fear of COVID-19, mental health, and preventive behaviours across pregnant women and husbands: an actor-partner interdependence modelling." *International Journal of Mental Health and Addiction* (2020): 1-15.
- [5] D. K. Ahorsu, et al. "The fear of COVID-19 scale development and initial validation." *International journal of mental health and addiction* (2020): 1-9.
- [6] J. Akkermans, J. R. Jos, and L. K. Maria. "The Covid-19 crisis as a career shock: Implications for careers and vocational behavior." *Journal of vocational behavior* 119 (2020): 103434.
- [7] M. M. Alamri, M. A. Almaiah, and W. M. Al-Rahmi. "Social media applications affecting Students' academic performance: A model developed for sustainability in higher education." *Sustainability* 12.16 (2020): 6471.
- [8] K. Amir, N. Ku, and B. Mat. "Coping mechanism in overcoming food (in) security among the community at the Malaysia-Thailand border: A human security perspective." *Kasetsart Journal of Social Sciences* 42.1 (2021): 89-94.
- [9] G. JR. Asmundson, and S. Taylor. "Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak." *Journal of anxiety disorders* 70 (2020): 102196.
- [10] M. Assunção Flores, and M. Gago. "Teacher education in times of COVID-19 pandemic in Portugal: national, institutional and pedagogical responses." *Journal of Education for Teaching* 46.4 (2020): 507-516.
- [11] R. Baltà-Salvador, et al. "Academic and emotional effects of online learning during the COVID-19 pandemic on engineering students." *Education and information technologies* 26.6 (2021): 7407-7434..
- [12] D. Banerjee. "The COVID-19 outbreak: Crucial role the psychiatrists can play." *Asian journal of psychiatry* 50 (2020): 102014..
- [13] W. Bao. "COVID-19 and online teaching in higher education: A case study of Peking University." *Human behavior and emerging technologies* 2.2 (2020): 113-115.

- [14] A. Bish, and M. Susan. "Demographic and attitudinal determinants of protective behaviours during a pandemic: A review." *British journal of health psychology* 15.4 (2010): 797-824.
- [15] J. Bolvin, and D. "Medical waiting periods: imminence, emotions and coping." *Women's Health* 6.1 (2010): 59-69.
- [16] J. B. Julia, and J. Margraf. "Predicting adaptive and maladaptive responses to the Coronavirus (COVID-19) outbreak: A prospective longitudinal study." *International Journal of Clinical and Health Psychology* 20.3 (2020): 183-191.
- [17] C. J. Brainerd, et al. "Developmental reversals in false memory: Effects of emotional valence and arousal." *Journal of Experimental Child Psychology* 107.2 (2010): 137-154.
- [18] G. M. Breakwell, E. Fino, and R. Jaspal. "The COVID-19 preventive behaviors index: development and validation in two samples from the United Kingdom." *Evaluation & the Health Professions* 44.1 (2021): 77-86.
- [19] Y. Broche-Pérez, et al. "Gender and fear of COVID-19 in a Cuban population sample." *International journal of mental health and addiction* (2020): 1-9.
- [20] S. K. Brooks, et al. "The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence." *The lancet* 395.10227 (2020): 912-920.
- [21] L. A. Camras, et al. "Emotional facial expressions in European-American, Japanese, and Chinese infants." *Annals of the New York Academy of Sciences* 1000.1 (2003): 135-151.
- [22] E. R. Carlson. "COVID-19 and educational engagement." *Journal of Oral and Maxillofacial Surgery* 78.7 (2020): 1049-1051.
- [23] E. C. Chang. "Hope, problem-solving ability, and coping in a college student population: Some implications for theory and practice." *Journal of clinical psychology* 54.7 (1998): 953-962.
- [24] F. Chen, et al. "Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: A cross-sectional study." *Brain, behavior, and immunity* 88 (2020): 36.
- [25] C. Chiavarino, et al. "Emotional coping is a better predictor of cardiac prognosis than depression and anxiety." *Journal of Psychosomatic Research* 73.6 (2012): 473-475.
- [26] WY. S. Chou, and A. Budenz. "Considering emotion in COVID-19 vaccine communication: addressing vaccine hesitancy and fostering vaccine confidence." *Health communication* 35.14 (2020): 1718-1722.
- [27] M. F. Cruz, and M. Fernández. *Formación y desarrollo de profesionales de la educación: Un enfoque profundo*. Deep University Press, 2015.
- [28] A. D. Dubey, and S. Tripathi. "Analysing the sentiments towards work-from-home experience during covid-19 pandemic." *Journal of Innovation Management* 8.1 (2020): 13-19.
- [29] A. D. Dubey. "Decoding the twitter sentiments towards the leadership in the times of COVID-19: A case of USA and India." *Available at SSRN 3588623* (2020).
- [30] J. C. Dunsmore, J. A. Booker, and T. H. Ollendick. "Parental emotion coaching and child emotion regulation as protective factors for children with oppositional defiant disorder." *Social Development* 22.3 (2013): 444-466.
- [31] T. J. D'zurilla. "Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention". New York: Springer (1996).
- [32] T. J. D'zurilla, and E. C. Chang. "The relations between social problem solving and coping." *Cognitive therapy and research* 19.5 (1995): 547-562.
- [33] Edition, Fifth. "Diagnostic and statistical manual of mental disorders." *Am Psychiatric Assoc* 21.21 (2013): 591-643.
- [34] S. Epstein. "Coping ability, negative self-evaluation, and overgeneralization: Experiment and theory." *Journal of Personality and Social Psychology* 62.5 (1992): 826.
- [35] J. Fang, et al. "Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior." *Addictive Behaviors* 107 (2020): 106430.
- [36] F. M. Cruz, et al. "Evaluation of the emotional and cognitive regulation of young people in a lockdown situation due to the Covid-19 pandemic." *Frontiers in Psychology* 11 (2020): 565503.

- [37] Fioravanti, Giulia, et al. "Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis." *Computers in Human Behavior* 122 (2021): 106839.
- [38] A. M. Freund. "Successful aging as management of resources: The role of selection, optimization, and compensation." *Research in Human Development* 5.2 (2008): 94-106.
- [39] M. L. Gaeta, L. Gaeta, and M. Ds. Rodriguez. "The impact of COVID-19 home confinement on mexican university students: Emotions, coping strategies, and self-regulated learning." *Frontiers in Psychology* 12 (2021): 642823.
- [40] S. Geng, et al. "The effects of ad social and personal relevance on consumer ad engagement on social media: The moderating role of platform trust." *Computers in human behavior* 122 (2021): 106834.
- [41] J. J. Gross. "Emotion regulation: Current status and future prospects." *Psychological inquiry* 26.1 (2015): 1-26.
- [42] Y. Guan, H. Deng, and X. Zhou. "Understanding the impact of the COVID-19 pandemic on career development: Insights from cultural psychology." *Journal of vocational behavior* 119 (2020): 103438.
- [43] E. Heumann, et al. "Anxiety and depressive symptoms of German university students 20 months after the COVID-19 outbreak—A cross-sectional study." *Journal of Affective Disorders* 320 (2023): 568-575.
- [44] C. B. Hodges, et al. "The difference between emergency remote teaching and online learning." (2020).
- [45] J. Hudek-Knežević, and I. Kardum. "The effects of dispositional and situational coping, perceived social support, and cognitive appraisal on immediate outcome." *European Journal of Psychological Assessment* 16.3 (2000): 190.
- [46] C. Izard, et al. "Beyond emotion regulation: Emotion utilization and adaptive functioning." *Child development perspectives* 2.3 (2008): 156-163.
- [47] O. P. John, R. W. Robins, and L. A. Pervin, eds. *Handbook of personality: Theory and research*. Guilford Press, 2010.
- [48] M. C. Johnson, L. Saletti-Cuesta, and N. Tumas. "Emotions, concerns and reflections regarding the COVID-19 pandemic in Argentina." *Ciencia & saude coletiva* 25.suppl 1 (2020): 2447-2456.
- [49] E. J. Jordan, and G. Prayag. "Residents' cognitive appraisals, emotions, and coping strategies at local dark tourism sites." *Journal of Travel Research* 61.4 (2022): 887-902.
- [50] E. A. Kensinger. "Remembering the details: Effects of emotion." *Emotion review* 1.2 (2009): 99-113.
- [51] J. E. Khoury, et al. "COVID-19 and mental health during pregnancy: The importance of cognitive appraisal and social support." *Journal of affective disorders* 282 (2021): 1161-1169.
- [52] J. H. Kim, et al. "The role of coping strategies in maintaining well-being during the COVID-19 outbreak in South Korea." *Social Psychological and Personality Science* 13.1 (2022): 320-332.
- [53] J. Kim-Spoon, D. Cicchetti, and F. A. Rogosch. "A longitudinal study of emotion regulation, emotion lability-negativity, and internalizing symptomatology in maltreated and nonmaltreated children." *Child development* 84.2 (2013): 512-527.
- [54] L. Kirby, et al. "Examining staff and faculty work-life balance and well-being using the dual continua model of mental health during COVID-19." *Journal of Happiness and Health* 3.1 (2023): 34-48.
- [55] R. Klein, and B. Knäuper. "Predicting attention and avoidance: When do avoiders attend?." *Psychology and health* 24.7 (2009): 729-747.
- [56] U. Klusmann, et al. "Teachers' emotional exhaustion during the Covid-19 pandemic: Levels, changes, and relations to pandemic-specific demands." *Teaching and Teacher Education* 121 (2023): 103908.
- [57] N. Koenig-Lewis, and A. Palmer. "The effects of anticipatory emotions on service satisfaction and behavioral intention." *Journal of Services Marketing* (2014).
- [58] D. T. Kooij, et al. "Successful aging at work: A process model to guide future research and practice." *Industrial and Organizational Psychology* 13.3 (2020): 345-365.
- [59] D. T. Kooij. "The impact of the Covid-19 pandemic on older workers: The role of self-regulation and organizations." *Work, Aging and Retirement* 6.4 (2020): 233-237.
- [60] M. J. J. Kovacs, and I. H. Gotlib. "Emotion (dys) regulation and links to depressive disorders." *Child development perspectives* 2.3 (2008): 149-155.



- [61] A. Kumar, and A. Somani. "Dealing with Corona virus anxiety and OCD." *Asian Journal of Psychiatry* 51 (2020): 102053.
- [62] B. N. Kusumadewi, and M. Kartini. "Stress and coping mechanism among women workers in the tobacco sector— A mixed method study." *Enfermería Clínica* 31 (2021): S147-S151.
- [63] L. Larson. *Assessment of Perceived Levels of Stress and Coping Mechanism Use among Elementary School Teachers*. Minnesota State University, Mankato, 2021.
- [64] L. M. Larson, et al. "Significant predictors of problem-solving appraisal." *Journal of Counseling Psychology* 37.4 (1990): 482.
- [65] S. A. Lee. "Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety." *Death studies* 44.7 (2020): 393-401.
- [66] M. E. Lewis-Coles, and M. G. Constantine. "Racism-related stress, Africultural coping, and religious problem-solving among African Americans." *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology* 12.3 (2006): 433..
- [67] A. Losada-Baltar, et al. "'We are staying at home.'" Association of self-perceptions of aging, personal and family resources, and loneliness with psychological distress during the lock-down period of COVID-19." *The Journals of Gerontology: Series B* 76.2 (2021): e10-e16.
- [68] R. R. MacNair, and T. R. Elliott. "Self-perceived problem-solving ability, stress appraisal, and coping over time." *Journal of Research in Personality* 26.2 (1992): 150-164..
- [69] R. Maitra, and S. Jain. "Judging the resilience of online learning for hospitality courses during COVID-19." *Crisis Management, Destination Recovery and Sustainability*. Routledge, 2023. 137-149..
- [70] L. G. Manfuso. "From emergency remote teaching to rigorous online learning." *Retrieved August 10* (2020): 2020.
- [71] A. J. Martin, P. Ginns, and R. J. Collie. "University students in COVID-19 lockdown: The role of adaptability and fluid reasoning in supporting their academic motivation and engagement." *Learning and Instruction* 83 (2023): 101712.
- [72] A. J. Martin, P. Ginns, and R. J. Collie. "University students in COVID-19 lockdown: The role of adaptability and fluid reasoning in supporting their academic motivation and engagement." *Learning and Instruction* 83 (2023): 101712.
- [73] K. McRae. "Cognitive emotion regulation: A review of theory and scientific findings." *Current Opinion in Behavioral Sciences* 10 (2016): 119-124.
- [74] M. A. Moussa. "Assessing the construct and convergent validity of Trait Meta-Mood Scale among Suez Canal university students during corona pandemic." *Faculty of Education in Ismailia*, 2. 49(2021): 19- 32.
- [75] C. A. Moyer, et al. "Pregnancy-related anxiety during COVID-19: a nationwide survey of 2740 pregnant women." *Archives of women's mental health* 23.6 (2020): 757-765.
- [76] F. Ornell, et al. "'Pandemic fear' and COVID-19: mental health burden and strategies." *Brazilian Journal of Psychiatry* 42 (2020): 232-235.
- [77] A. H. Pakpour, and M. D. Griffiths. "The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors." *Journal of concurrent disorders* 2.1 (2020): 58-63.
- [78] E. J. Peacock, and P. TP Wong. "The stress appraisal measure (SAM): A multidimensional approach to cognitive appraisal." *Stress medicine* 6.3 (1990): 227-236.
- [79] R. C. Cybele. "Placing emotional self-regulation in sociocultural and socioeconomic contexts." *Child development* 75.2 (2004): 346-353.
- [80] S. L. D. Restubog, A. C. G. Ocampo, and L. Wang. "Taking control amidst the chaos: Emotion regulation during the COVID-19 pandemic." *Journal of vocational behavior* 119 (2020): 103440.
- [81] Á. Rosa-Alcázar, et al. "Coping strategies in obsessive-compulsive patients during Covid-19 lockdown." *International Journal of Clinical and Health Psychology* 21.2 (2021): 100223.
- [82] I. J. Roseman. "Appraisal in the emotion system: Coherence in strategies for coping." *Emotion Review* 5.2 (2013): 141-149.
- [83] I. Ryane. "Impact of COVID-19 on Higher Education: Case Study of a Moroccan Engineering

- [84] P. Sahu. "Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff." *Cureus* 12.4 (2020).
- [85] K. Sanchez, et al. "The experience of COVID-19 among people with depression: Impact on daily life and coping strategies." *Journal of Affective Disorders* 321 (2023): 59-65.
- [86] M. N. Shiota, et al. "Beyond happiness: Building a science of discrete positive emotions." *American Psychologist* 72.7 (2017): 617.
- [87] M. N. Shiota, et al. "Positive emotion differentiation: A functional approach." *Social and Personality Psychology Compass* 8.3 (2014): 104-117.
- [88] C. R. Snyder, C. E. Ford, and R. N. Harris. "The effects of theoretical perspective on the analysis of coping with negative life events." *Coping with negative life events*. Springer, Boston, MA, 1987. 3-13.
- [89] C. R. Snyder. "Conceptualizing, measuring, and nurturing hope." *Journal of Counseling & Development* 73.3 (1995): 355-360.
- [90] C. R. Snyder, et al. "The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope." *Journal of personality and social psychology* 60.4 (1991): 570.
- [91] T. C. Soon, et al. "Navigating challenges during Covid-19 pandemic: experiences and coping strategies of Singapore students." *Educational and Developmental Psychologist* 40.1 (2023): 63-73.
- [92] M. LC. Spekman, E. A. Konijn, and J. F. Hoorn. "How Physical Presence Overrides Emotional (Coping) Effects in HRI: Testing the Transfer of Emotions and Emotional Coping in Interaction with a Humanoid Social Robot." *International Journal of Social Robotics* 13.2 (2021): 407-428.
- [93] M. Sun. "Fostering Support for International Students During the Height of the COVID-19 Pandemic." *STAR Scholar Book Series* (2023).
- [94] A. Taddio, et al. "Integration of CARD (Comfort Ask Relax Distract) for COVID-19 community pharmacy vaccination in children: effect on implementation outcomes." *Canadian Pharmacists Journal/Revue des Pharmaciens du Canada* (2023): 17151635221139783.
- [95] Y. Takiguchi, et al. "The relationship between leisure activities and mental health: The impact of resilience and COVID-19." *Applied Psychology: Health and Well-Being* (2023).
- [96] E. M. Tong, , and L. Jia. "Positive emotion, appraisal, and the role of appraisal overlap in positive emotion co-occurrence." *Emotion* 17.1 (2017): 40.
- [97] E. M. Tong. "Differentiation of 13 positive emotions by appraisals." *Cognition and Emotion* 29.3 (2015): 484-503.
- [98] L. M. Vowels, and K. B. Carnelley. "Attachment styles, negotiation of goal conflict, and perceived partner support during COVID-19." *Personality and Individual Differences* 171 (2021): 110505.
- [99] P. Wang, et al. "Envy and problematic smartphone use: The mediating role of FOMO and the moderating role of student-student relationship." *Personality and Individual Differences* 146 (2019): 136-142.
- [100] Y. Wang, et al. "Study on the public psychological states and its related factors during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID-19) in some regions of China." *Psychology, health & medicine* 26.1 (2021): 13-22.
- [101] C. A. Wolniewicz, et al. "Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation." *Psychiatry research* 262 (2018): 618-623.
- [102] J. Yih, L. D. Kirby, and C. A. Smith. "Profiles of appraisal, motivation, and coping for positive emotions." *Cognition and Emotion* 34.3 (2020): 481-497.
- [103] M. Yıldırım, and A. Güler. "COVID-19 severity, self-efficacy, knowledge, preventive behaviors, and mental health in Turkey." *Death studies* 46.4 (2022): 979-986.
- [104] K. CH. Zhoc, et al. "Higher education student engagement scale (HESES): Development and psychometric evidence." *Research in Higher Education* 60.2 (2019): 219-244.
- [105] M. S. Zekry, M. A. Moussa and M. A. Salama. (2023). Exploratory Study of Soft Skills in Tourism and Hospitality Sector: Perspectives of Hotels and Travel Agencies Managers. *Journal of the Faculty of Tourism and Hotels-University of Sadat City*, 7(1/1). [https://mfth.journals.ekb.eg/article\\_288573\\_2c7d108e5f96087ef063c169129ad1dc.pdf?lang=en](https://mfth.journals.ekb.eg/article_288573_2c7d108e5f96087ef063c169129ad1dc.pdf?lang=en)