مجلة العلوم الاجتماعية
المجلد 16 / العـدد 02 / سبتمبر2022 / ص ص 392 - 403

Journal home page: http://journals.lagh-univ.dz/index.php/ssj
ASJP: https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/305

الآثار السيكولوجية لجائحة كورونا في ظل نظرية التعلق

The psychological effects of the Corona pandemic in light of the attachment theory

مونية دراجي [1]، نادية بداد [2]

1 مخبر علم النفس العيادي والقياسي - جامعة الجزائر2 (الجزائر) ، mounia.derrahi@univ-alger2.dz

2 مخبر علم النفس العيادي والقياسي - جامعة الجزائر2 (الجزائر) ، nadia.bedad@univ-alger2.dz

تاريخ الاستلام: 2021/06/16 تاريخ القبول: 2022/09/15 تاريخ النشر: 2022/09/30

ملخص:

تعتبر هذه الورقة البحثية عبارة عن قراءة نفسية للآثار السيكولوجية، التي خلفتها جائحة كورونا على الصحة النفسية على ضوء نظرية التعلق، التي تتضمن الدراسة النفسية في تعطيل روابط التعلق مدى الحياة من منظور تطوري، نظرا للمعاش النفسي الصعب في فترة الجائحة وما ميزه من تدهور العلاقات، وما نتج عنه من ظهور الاضطرابات النفسية الفردية (القلق، الاكتئاب، الضغط ما بعد الصدمة)، وكذا الاستجابات الاجتماعية منها الصراعات بين الأشخاص كالعنف، والتي يتم مناقشتها من خلال الاهتمام بالاستراتيجيات العلاجية، وكذلك تطوير مرونة المجتمع في مواجهة جائحة كورونا.

لقد توصلنا إلى جملة من النتائج أهمها: توفر صورة التعلق للفرد قاعدة آمنة نفسية وجسدية لاكتشاف المحيط والتحكم فيه، وتنظيم انفعالاته، والتخفيف من شدتها، فالتعلق يعتبر كنظام حماية للفرد تنشط من خلاله أنظمة التعلق في حالات الخوف والقلق في الوضعيات المفاجئة وغير المتوقعة، وهذا ما تؤكد عليه نظرية التعلق لجون بولبي، حيث تلعب العلاقات الإنسانية الآمنة دورا هاما على الصحة النفسية في وقت الظروف والأزمات المفاجئة (جائحة كورونا)، فأي خلل في البناء العلائقي سواء على الفرد أو المجتمع يؤدي إلى اضطرابات نفسية كالاكتئاب، القلق، الضغط ما بعد الصدمة، كما يؤدي إلى تفاقم الصراعات وظهور العنف بمختلف أنواعه.

كلمات مفتاحية: جائحة كورونا، نظرية التعلق، الصحة النفسية.

ABSTRACT:

This research paper is a psychological reading of the psychological effects of the corona pandemic on mental health in the light of attachment theory, which includes psychological study in disrupting lifelong attachment ties from a developmental perspective. Due to the difficult psychological living during the pandemic period, and what characterized it by the deterioration of relationships and the resulting emergence of individual psychological disorders (anxiety, depression, post-traumatic stress) as well as social responses, including interpersonal conflicts such as violence. Which are discussed through attention to therapeutic strategies as well as the development of resilience society in the face of the corona pandemic.

We have reached a number of results, the most important of which is that the image of attachment provides the individual with a safe psychological and physical base for discovering and controlling the environment, regulating his emotions and mitigating their intensity, this is confirmed by John Bowlby attachment theory. Where basic, safe relationships play an important role on mental health at a time of sudden circumstances and crises (the corona pandemic). Any defect in the relational structure, whether on the individual or the community, leads to psychological disorders, depression, anxiety, post-traumatic stress, and also leads to the exacerbation of conflicts and the emergence of violence of all kinds.

Keywords: Corona pandemic, attachment theory, mental health.

- المؤلف المرسل: مونية دراجي

doi: 10.34118/ssj.v16i2.2531

http://journals.lagh-univ.dz/index.php/ssj/article/view/2531

ISSN: 1112 - 6752 | رقم الإيداع القانوني: 66 - 2006 | EISSN: 2602 - 6090

1- مقدمة:

تعتبر جائحة كورونا أزمة صحة عالمية، عانت منها كل الدول من بينها الجزائر، حيث أحصيت في شهر أفريل 2020 حوالي 4006 حالة إصابة، و6 وفيات بحسب ما أعلنه المتحدث الرسمي باسم لجنة الرصد والمتابعة لمرض فيروس كورونا، التابعة لوزارة الصحة الجزائرية، ليرتفع العدد يوما بعد يوم ويصل إلى حصيلة كبيرة، سواء بالنسبة للإصابات أو بالنسبة للوفيات.

رغم كل التحديات والجهود التي قامت بها مختلف الدول بما تملكه من تكنولوجيا وتطور علمي، لكنها وجدت نفسها عاجزة أمام هذه الجائحة التي أخذت الكثير من البشر، و رغم كل الإجراءات والسعي المتواصل لمحاولة الحد من انتشار هذه الجائحة، كل هذا كان له أثر مباشر على الصحة النفسية للملايين من الأشخاص، خاصة وأن كل جهود الدولة المقدمة اقتصرت فقط على الاهتمام بالجانب الصحي البدني وأهملت الجانب النفسي، لهذا بعض الباحثين قدموا لها تسمية " أزمة الصحة النفسية العالمية (Lu Dong, 2020, p. 1) ، وقد أشاروا إلى الحاجة الملحة لإنتاج مراكز صحية تهتم بالجانب النفسي في مثل هذه الظروف، مع الأخذ بعين الاعتبار الإجراءات اللازمة، للتقليص من العدوى والتخفيف منها، ومع التزايد المستمر والتوقعات المجهولة، وحالات الخوف والفقدان التي عاشها الكثير من الأشخاص مع طول مدة الحجر الصحي، الذي يعد مدمر للحياة الاجتماعية والنفسية والاقتصادية إضافة إلى التغير الذي مس نمط الحياة بأكملها والتباعد الاجتماعي وغياب الدعم النفسي، زاد الأثر بصورة كبرى على الصحة العقلية، خاصة تزايد القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة، وتفاقم المعاناة النفسية للذين يعانون في الأصل من اضطرابات نفسية حادة.

بالرغم من كل البحوث الوصفية التي توفر معلومات قيمة عن مدى حجم المشكلة، التي يتعرض لها الفرد والمجتمع في مثل هذه الظروف، فإن الحاجة إلى تفسير هذه النتائج بطريقة مناسبة أصبحت ضرورة ملحة من أجل تطوير استراتيجيات علاجية، فالمعرفة النظرية وتطبيق المفاهيم النفسية على أرض الواقع وما يتناسب في مثل هذه الأزمات، يمكن أن تلعب دورا حاسما في تخفيف الأثر النفسي لجائحة كورونا، والقدرة على المواجهة أكثر. وعليه فإن الورقة البحثية الحالية تحاول الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

كيف يمكن أن تساهم نظرية التعلق في إعطاء التفسير الصحيح للآثار النفسية التي خلفتها جائحة كورونا على الفرد والمجتمع؟ هل من خلال معرفتنا للآثار التي خلفتها جائحة كورونا على الفرد والمجتمع، بإمكان الأخصائيين النفسانيين بناء استراتيجية علاجية مناسبة في ظل نظرية التعلق؟

للإجابة عن هذه التساؤل سوف نقدم لمحة موجزة عن نظرية التعلق وتطبيقاتها وابراز الصلة بين جائحة كورونا ونظرية التعلق بهدف بناء استراتيجيات علاجية، بوضع الفرضيات التالية:

- تساهم نظرية التعلق في تفسير القلق الذي ظهر عند الأفراد خلال جائحة كرونا.
- تساهم نظرية التعلق في تفسير الاكتئاب والضغط ما بعد الصدمة الذي خلفتهما جائحة كرونا.
- تساهم نظرية التعلق في تفسير العنف الذي ظهر بين أفراد المجتمع خلال جائحة كرونا.

2- تحديد مفاهيم الدراسة:

2-1- نظرية التعلق:

هي نظرية اهتمت في البداية بعلاقة الطفل بمقدم الرعاية الأساسي، ولكنها اتسعت فيما بعد لتشمل جميع أنواع العلاقات العاطفية والاجتماعية، أسست من طرف جون بولبي.

2-2- الصحة النفسية:

تعرف منظمة الصحة العالمية W.H.O (1964) الصحة النفسية على أنها " حالة من تمام الشعور بالسعادة أو الراحة النفسية، والجسمية والعقلية، والاجتماعية، وليس مجرد غياب المرض، أو انتفاء العجز والضعف" (السيد، 1992، ص. 250)

أما حديثا فتعرفها منظمة الصحة العالمية على أنها " حالة من العافية التي يستطيع من خلالها الفرد أن يتعرف على قدراته الذاتية، وأن يتكيف مع الضغوطات الحياتية، خلال العمل بإنتاجية وفعالية والمساهمة في مجتمعه" (عفيفي، 2007، ص. 23).

كما يعرفها سوتر "أنها استعداد الجهاز النفسي على العمل بطريقة منسجمة مريحة، فعالة والمواجهة بمرونة للمواقف الصعبة مع القدرة على إيجاد التوازن" (Sutter, 1994, p. 686) .

من خلال هذه التعاريف يمكننا أن نقول بأن مفهوم الصحة النفسية لم يعد محصورا في مجرد تمتع الفرد بالصحة لكنه أخذ بعدا آخر، هو مدى قدرة الفرد على المواجهة والتكيف بكل مرونة وذكاء مع الظروف، والضغوط والأزمات المفاجئة.

2-3- جائحة كورونا:

جائحة كورونا هي جائحة عالمية جارية لمرضى فيروس كورونا 2019(كوفيد-19 أو فيروس كورونا ووهان)، والذي يحدث بسبب فيروس كورونا 2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (SARS-COV-2) اكتشف المرض في ديسمبر 2019 في مدينة ووهان وسط الصين، وقد صنفته منظمة الصحة العالمية في 11 مارس 2020 بالجائحة، حيث ينتج عن هذا الفيروس أعراض خطيرة متنوعة تؤدي إلى الموت. (بوعموشة، 2020، ص.114).

3- الإطار النظري لنظرية التعلق:

تعتبر الدراسات الإيثيولوجية التي أقيمت على الحيوان (القردة والإوز)، والدراسات والبحوث النفسية الميدانية عن الحرمان الأمومي والانفصال، الحجر الأساس في نشأة وظهور تيار جديد هو نظرية التعلق بزعامة (جون بولبي)، التي تعتبر من النظريات المهتمة بالعلاقات الإنسانية المتغيرة، التي تهدف إلى التنمية العاطفية والاجتماعية من خلال علاقة الطفل بمقدم الرعاية الأساسي، فقد تكون هذه العلاقة آمنة بالنسبة للطفل، وتستمر معه طوال الحياة وتساعده على بناء علاقات مختلفة في مراحل حياته، أو قد تكون غير آمنة فيكون التواصل غير آمن، ويصبح كحالة تجنب، قلِق أو غير منظم مبني على سلوكيات سلبية اتجاه الآخرين، سواء بالصراعات أو بالانطواء والانسحاب، مما يضفي على الجانب العاطفي الاجتماعي فقرا في العلاقات الإنسانية المختلفة، والتي قد تؤدي إلى منحى سلبي اتجاه العلاقات قد يكون بالعنف أو بالتعامل السيئ أو كثرة الصراعات، وهذا طبعا له تأثير كبير على الاستقرار والتوازن النفسي والصحة النفسية، فنمط التعلق يؤثر بقوة على شخصية الفرد، ويتحكم في تعاملاته وانفعالاته ويحدد حياة الفرد اللاحقة، حيث يرى لان ديشارت سوتي Ian Dishart Suttie (1935) "أن الرضيع يسعى من البداية إلى التعلق بأمه، وأن صحته النفسية المستقبلية تحدد بالنجاح أو الإخفاق في هذه العلاقة الأولى". (سحيري، 2017، ص. 13).

فالتعلق يعتبر حاجة نفسية ضرورية في حياة الانسان، لا يمكن الاستغناء عنها، ولهذا يقول جون بولبي (Bowlby) أن أي خلل في التعلق في السنوات الثلاثة الأولى يكون أساسا للاتوافق، وعدم القدرة على تكوين علاقات عاطفية مع الآخرين. (Bowlby, 1989)

كما أعطى (بالنت) مصطلحين هامين " عبارة عن اضطرابات للتعلق هما L'ocnophile وPhilobate فالأول ليس له أي حرية بالنسبة لموضوع تعلقه، يلتصق به، ويخاف ولا يؤمن الابتعاد عنه، وهو مؤسس على التقارب الجسدي، أما الثاني فليس له تعلق بموضوع محدد". (سحيري، 2017، ص. 13).

بالرغم من أن الصيغة الأولية للتعلق لجون بولبي، تم اشتقاقها من علم السلوك (l'éthologie) حيث ينظر إلى الحماية على أنها الغرض الأساسي من سلوك التعلق (Bowlby, 1969)إلا أنه فيما بعد تم صقل وتطوير النظرية من طرف الباحثين بشكل متطور، وسلط الضوء على الدور الرئيسي للتعلق، في التكيف الاجتماعي (Psouni, 2015)،العلاقات والصدقات (Pallini, 2014) ،تنمية المهارات الاجتماعية (Dykas, 2011) ، الرضا في العلاقات الزوجية (Shaver, 2019)، التطور الأخلاقي (Govrin, 2014)، التنظيم العاطفي (Rholes, 1999)، الأداء الاجتماعي اليومي(Sheinbaum, 2015) ، كل هذه التأثيرات المختلفة تتم عن طريق ما يسمى بالتمثيلات الداخلية أو نماذج العمل الداخلية، حيث استخدم بولبي هذا المصطلح (Bowlby, 1988) الذي استمده من عالم النفس البريطاني كريك (Craik) سنة 1943، حيث أبرز الطبيعة الدينامية لهذه التمثيلات الداخلية من حيث دورها العملي في حياة الطفل، باعتبارها الحلقة النمائية التاريخية التي تفسر كيفية تأثير ظروف الماضي بظروف الحاضر والمستقبل، إذ أنها تسير طريقة الفرد في الإدراك والتصرف في علاقاته البين شخصية، وعليه يشكل الطفل نموذج الذات ونموذج الآخرين من خلال هذه النماذج الداخلية، فبناءا على تفسيره لاستجابات الآخر يدرك الفرد نفسه كشخص جدير بمحبة الآخرين، ناجح اجتماعيا وكفؤ، وفي هذه الحالة يكون نموذج الذات إيجابيا أما إذا كان العكس، أي أن الفرد يدرك نفسه كشخص غير جدير بمحبة الآخرين، غير ناجح وغير كفؤ فهنا يكون نموذج الذات سلبيا أما نموذج الآخرين فيعتمد على كيفية إدراك الفرد للآخرين، كأفراد حساسين أو لا نحو حاجاته، وبالتالي إذا استنتج الطفل أنه يمكنه الاعتماد على وجود واستمرارية صور التعلق، طور نموذج للتعلق ايجابي نحو الآخرين، لكن إذا أدرك الآخرين كأفراد غير حساسين أو غير مهتمين بحاجاته فان نموذج الآخرين يكون لديه سلبيا.

إضافة إلى هذا أكد (بولبي) على أن أهمية التعلق، لا تتوقف عند مرحلة الطفولة المبكرة أو مع مقدم الرعاية الأساسي فحسب، بل تتضمن العلاقات مع الأفراد، الأسرة، الأصدقاء، الأزواج، وتلعب دورا مهما في الصحة العقلية وجودتها، سواء في سن المراهقة أو سن الرشد، (Bowlby, 1969) وكلها مبنية على أساس " نظام المودة " في الحياة الفردية المنتظمة حيث أن هذه الأنظمة، يمكن أن تحقق توازنا أو تترك آثارا على التواصل في بداية العمر.

"فالردود غير البناءة من طرف رفيق أو زوج، يمكن أن تقلل من عدم الأمان في سن الرشد" (Shaver, 2019, p. 17) "بالمثل فإن العلاج النفسي بما في ذلك العلاج النفسي الجماعي، قد يؤدي إلى تعديل تأثيرات التعلق السابق غير الآمن بشكل إيجابي" (Flores, 2010, p. 547)، بمعنى آخر لا يجب أن تفهم نظرية التعلق بالمعنى الضيق، محصورة فقط في دراسة التعلق بين الطفل ومقدم الرعاية الأساسي، "بل يجب أن تستوعب على أنها تشمل بناء أو تهديم الروابط العاطفية والعلائقية بمختلف أنواعها في مراحل الحياة المختلفة" . (Keller, 2018, p. 415) .

4- نظرية التعلق والصحة العقلية:

إن أعراض القلق والاكتئاب والضغط ما بعد الصدمة، هي الاستجابات الأكثر شيوعا خلال فترة جائحة كورونا (Jianyin, 2020, p.312)، هذا ليس بالصدفة فالقلق والاكتئاب هو جزء لا يتجزأ من استجابات الانسان الانفعالية، اتجاه الخطر المهدد للأشخاص المرتبط بهم (Bowlby, 1988)، ذلك لأن المحيط الخارجي والالتقاء بالآخرين بعدما كان مصدر ترفيه وأمن وارتياح، أصبح مصدر خوف وحذر من انتقال العدوى، خاصة وأن كل فرد يجهل تطورات هذا الفيروس وما قد يحدثه.

كما ازداد هذا الخوف أكثر عند الأشخاص الذين فقدوا أحد من أفراد العائلة، إلى جانب هذا كانت صورة الاكتئاب والقلق مهيمنة خاصة عند كبار السن والمصابين بأمراض مزمنة، هذا حسب المعلومات التي تُبث في القنوات الاخبارية بجميع أنواعها، حيث كانت تركز أكثر على هذه الفئة(كبار السن، المصابين بالأمراض المزمنة) التي تتطلب حذرا شديدا، فيمكن للتعلق أن ينشط

من خلال المرض (Bowlby, 1969) أي أنه يعبر الشخص المتعلق تعلق غير آمن، والذي عنده درجة خوف كبير من الفقدان بأعراض مرضية، وخاصة منها الاكتئاب والقلق، ولهذا فقد تم ربط التعلق غير الآمن بمستويات أعلى من القلق الصحي (Reiser, 2019, p. 1086) وهو مؤشر مهم في الاستجابات غير القادرة على التكيف نظرا لتفشي الأمراض (Disord, 2020, p. 103)، وهناك بالفعل دليل من دراسة إيطالية ربطت بين نمط التعلق مع زيادة خطر القلق النفسي، خلال فترة انتشار المرض من قبل جائحة كورونا (Maccia, 2020, p. 76)، كما تؤكد الدراسة التي قام بها الباحث (عبد الله جوزه) حول الصحة النفسية في زمن كورونا وتداعيات الحجر المنزلي، حيث خلصت نتائج دراسته إلى فشل الحكومة الجزائرية في مواكبة تداعيات الجائحة في الجانب النفسي لأفراد مجتمعها وهو ما تترجمه وتيرة تزايد الاضطرابات النفسية لديهم على اختلافها منذ بداية انتشار الجائحة (جوزه، 2021، ص. 203). ولقد توصلت الباحثة خلال دراسة ميدانية عيادية لحالات عانت في فترة الجائحة والتي تمثلت في 15 حالة، وهذا في إطار التحضير لنيل شهادة الدكتوراه الموسومة بالتعلق غير الآمن والصحة العقلية عند الراشد –دراسة عيادية-، وبالاعتماد على المقابلة النصف موجهة ومقياس أنماط التعلق واختبار الرورشاخ نظام مندمج، توصلت إلى نتائج تمثلت في أن هذه الحالات تعاني من الاكتئاب والوسواس القهري ومحاولة الانتحار وهذا ما كشف عنه اختبار الرورشاخ من خلال مؤشرات (الاكتئاب DEPI، والوسواس القهري OBS، ومحاولة الانتحارS-CON)، والتي ارتبطت بنمط من التعلق غير آمن من النوع المتناقض، المنفصل، المتجنب، كما أن هذه الاضطرابات اقترنت بمؤشر عدم الكفاءة الاجتماعية CDI والذي يدل على ضعف في النضج العلائقي وصعوبة في الحفاظ على العلاقات مع الحذر في انشاء روابط عاطفية وثيقة مع الآخرين.(دراجي، 2022).

وبالمثل فأعراض ما بعد الصدمة التي ظهرت بقوة في هذه الفترة، من خلال الشعور بالإجهاد الكبير في 7% من العالم من عينة البالغين، الذين تعرضوا إلى الإصابة بالفيروس (Jia jia Liu, 2020, p. 354)، والتي قد تكون سبب التأثير المباشر بالمرض حيث أظهرت الأبحاث الحديثة أن الارتباط غير الآمن، له علاقة بزيادة خطر الإصابة بالضغط ما بعد الصدمة، وهنا يمكن أن يتأثر الفرد بتوفير الدعم الاجتماعي من عدمه (Marshall, 2019, p. 168) ذلك ما يتفق مع الدور الموسع للنظرية التعلق المقترحة، والتي تبحث في العلاقات الشخصية في حياة الكبار، وتلعب دورا وقائيا ضد تطور المرض فمن خلال استعمال أساسيات نظرية التعلق من أجل حماية أكثر خاصة للأشخاص الذين يتميزون، بتعلق غير آمن لأنهم أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية.

4-1- الصحة العقلية للأطفال والمراهقين:

إن التطبيقات الكلاسيكية لنظرية التعلق كما تمت صياغتها في الأصل في النصوص القديمة لجون بولبي((John Bowlby هي أكثر وضوحا وتفصيلا، لأنها اهتمت أكثر بالطفل ومقدم الرعاية، واستندت على دراسات أخرى التي قام بها كل من: رنيه سبيتز (René Spitz) دونالد وينيكوت (Donald Winnicott)، ماري أينسورث (Mary Ainsworth)، ماري ماين (Mary Main) وكل هاته الدراسات كانت تدرس الطفل، وتهتم بكل جانب من جوانب شخصيته، سواء من ناحية النمو العاطفي أو المعرفي أو السلوكي، وحتى الاعتماد على الدراسات الايثيولوجية التي أقيمت على الحيوان، لمعرفة الميكانيزمات الأساسية التي ينشأ منها التعلق، ولهذا فإن التعلق عند الطفل أخذ حصته بالكامل، وكان أكثر وضوحا . وفي هذه الفترة الصعبة أظهرت الأبحاث في الصين أن تفشي مرض كوفيد 19 ترافق مع اضطرابات سلوكية مثل زيادة التشبث بالوالدين والتهيج وكثرة البكاء، وكلها لها علاقة مع التعلق غير الآمن، وهذا ما تشير اليه نظرية التعلق (Bowlby J. , 1969)حيث تنشط هذه الاستجابات في حالة وجود تهديد خارجي كما هو ملاحظ أن هذا النظام المتمثل في التشبث، هو أكثر شيوعا في سن مبكرة من الطفولة (Wen Yan Jiao, 2020, p. 223) فقد تتفاقم مثل هذه السلوكات بسبب العوامل التي تقلل من اتصالات الطفل الاجتماعية مع أفراد الأسرة والأقران مثل التقرب من المدرسة،

والمكوث في المنزل لوقت طويل جدا، حيث تصف ماري أينسورث التعلق على أنه "صلة عاطفية دائمة ومتميزة، يميل الطفل فيها للبحث عن الأمن والاطمئنان تجاه صورة محددة أثناء فترات الشدة " (سحيري، 2017، ص. 26).

هناك تقارير مبكرة عن زيادة مستوى القلق والاكتئاب في سن المدرسة ذات صلة بتفشي المرض (Xinyan Xie, 2020, p. 898) وكلاهما (القلق، الاكتئاب) مرتبطان ارتباطا وثيقا بعدم الأمان عند هذه الفئة العمرية، وهذا يفسر ويترجم بقوة ما تعتمد عليه نظرية التعلق عند بولبي، حيث أن المحيط الخارجي كلما كان آمنا عند الطفل يساعده على الاستكشاف، ويعطيه ما يسمى "بدائرة الأمان" عندما يكون التعلق آمن، فقاعدة الأمان تبنى على الوالدين، والتي من خلالها يلجأ للاستكشاف، وفي حالة التهديد أو الخطر يرجع إلى مقدم الرعاية كمصدر حماية وأمن، والعكس في حالة وجود التعلق غير الآمن، هنا الطفل إما يطور تعلق غير آمن قلِق أو تجنبي أو مقاوم أو متناقض، وكلها تعتبر حواجز للاستكشاف والاحساس بالأمن، وفي مثل هذه الظروف الحالية (جائحة كورونا)، المحيط الخارجي بحد ذاته في حالة تهديد وخطر وحتى مقدم الرعاية المتمثل في الوالدين، كذلك مهدد لأن الخوف والقلق الذي استحوذ عليهم في هذه الفترة، له تأثير مضاعف على الطفل بكونه يتأثر بكل الأحاسيس والمشاعر التي يعيشها مقدم الرعاية إلى جانب عجز الطفل على ادراك واستيعاب ما يحدث في هذه الفترة، يجعله في تساؤل وحيرة كبيرة، مما يضع الوالدين في اتجاهين إما مواجهة الطفل بكل المعلومات الحقيقية، وإما محاولة تشويه لهذه المعلومات، بهدف ابعاد الطفل عن المخاوف التي قد يتعرض إليها في مثل هذه الظروف، كما يمكن أن يقع الوالدين في إعطاء معلومات متناقضة، خاصة وأن وسائل الاعلام تنشر المعلومة في كل وقت، والتي قد يُشاهِدها الطفل فتختلط عليه الأمور أكثر، مما يجعله في توتر داخلي واحساس بعدم الأمن حول ما يحدث في المحيط الذي يعيش فيه.

2-4- ما وراء المرض النفسي:

الصحة البدنية والأداء المهني: هناك أدلة مقنعة على أن الشعور بالأمن، وجودة الروابط بين الأشخاص، لها تأثير كبير على الصحة البدنية والأداء المهني علاوة على صلتها المباشرة مع الطب النفسي(Pietromonaco, 2019, p. 117) على سبيل المثال يمكن أن يرتبط التعلق غير الآمن بإعادة تنشيط عدوى فيروس الهربس الكامن (Fagundas et al, 2014, p. 235) ومع ضعف المناعة الخلوية التي يمكن أن تتوسط فيها جزئياً زيادة إفراز الكورتيزل (Jaremka, 2013, p. 274) بالنظر إلى المتغيرات النفسية مثل الإجهاد ارتبطت بمعدلات متزايدة من التهابات الجهاز التنفسي الفيروسي (Pedersen, 2010, p. 825) ، مثل هذه النتائج يمكن أن تكون لها أكثر من أهمية نظرية، كما يمكن أن تؤثر بشكل مباشر على الاستجابة المناعية لـCOVID-19، من منظور الأداء والقلق المرتبط بالتعلق، كما كان مرتبطا بزيادة المخاطر كالإرهاق وضعف الأداء الوظيفي للعاملين بشكل عام (virga, 2019, p. 389) وبشكل أكثر تحديدا العاملين في الطب والتمريض (Khodabakhsh, 2012, p. 323).

تشير النتائج إلى أن العجز في الروابط الشخصية، قد لا يؤثر فقط على الصحة العقلية للعاملين في الميدان الصحي، ولكن على قدرتهم على تقديم الرعاية بشكل فعال أيضا، وهذا مهم بصفة خاصة بالنظر إلى أن عمال الرعاية الصحية، هم في خطر متزايد من الاعتلال النفسي أثناء تفشي المرض (Wen-rui Zhang, 2020, p. 245)، حيث أنهم يتعرضون بشكل مباشر أو غير مباشر لتأثيرات المرض، وكذلك الخوف من الإصابة، زيادة على أعباء العمل وتقليل التواصل مع أفراد العائلة، هذه الأخيرة تعد ذات صلة مباشرة بنظرية التعلق (Kang et al, 2020, p. 114) ، إلى جانب الخوف الرهيب من نقل الفيروس لأفراد أسرتهم، وخاصة الأم العاملة في قطاع الصحة ولها أطفال لا تستطيع الاقتراب منهم، خوفا من العدوى، وكذلك الأمر بالنسبة للذين يعملون في قطاع الصحة وعندهم أشخاص كبار في السن أو أشخاص مصابين بأمراض مزمنة، فهنا الإحساس بالخوف والقلق يزداد أكثر و سلوكات الحذر والحيطة والتجنب والابتعاد، من خلال الحفاظ على مسافة الأمان كي لا ينتقل المرض هذا التباعد الجسدي، جعل

من الشعور بالألم والحزن ستارا لتلك المشاعر والعاطفة، ولا يمكن أن ننسى الأطباء الذين تسببوا في العدوى وخاصة اذا كانت السبب الأساسي في موت أحد افراد العائلة وخاصة الأم أو الأب، فهنا يتفاقم الألم والذي يعتبر كصدمة نفسية قاسية جدا.

كما لا يمكن اغفال اللحظة التي يعرف فيها الشخص أنه مصاب، فالإجراء المعمول به هو عزله عن أفراد عائلته لفترة من الزمن، وذلك كفيل بأن يعيش هذا الفرد في ألم نفسي وتباعد اجتماعي يجعل من حالته النفسية أكثر سوءا، خاصة إذا كان ذو تعلق غير آمن فمشاعر الخوف والقلق والحزن قد تجتمع كلها في اضطراب نفسي قد يكون حادا.

5- نظرية التعلق والقضايا الاجتماعية:

5-1- العنف المنزلي:

يعتبر العنف من القضايا المهمة والشائكة، التي تتداخل فيها الكثير من العوامل المختلفة خاصة في مثل هذه الظروف فالكثير من الأسر شهدت صراعات كبيرة، والتي انتهت بالعنف الذي اتخذ أشكالا متعددة من لفظي، وجسدي، ونفسي، وجنسي كما اتخذ اتجاهات مختلفة سواء العنف بين الأزواج أو بين الوالدين والأبناء، وحتى بين الأطفال فيما بينهم والمراهقين، فالعنف يعتبر مشكلة اجتماعية معقدة، من الممكن أن ترجع إلى طبيعة العلاقات داخل الأسرة، فما انجر عن جائحة كورونا والإجراءات الوقائية التي سطرت للحد من انتشار الفيروس، من خلال فرض الحجر الصحي طوال هذه الفترة، التي تعتبر طويلة والتي كشفت عن حقيقة التفكك الأسري، فبقاء كل أفراد الأسرة في مكان واحد ولفترة جعل من الصراعات تتفاقم إلى درجة فقدان السيطرة على الانفعالات، وفشل الرقابة بسبب الضغوط التي يتعرض لها جميع أفراد الأسرة الواحدة، من حرمان من الخروج والترفيه حرمان الأطفال من اللعب خارج المنزل، جعل من ظاهرة الإدمان الالكتروني ترتفع بقوة خاصة وأن جل الألعاب الالكترونية، تحوي على استخدام تفاعلات لا تخلو من العنف بحد ذاتها، إلى جانب كل هذه الظروف المعيشية الصعبة خاصة تعرض الكثير من الأشخاص إلى البطالة التي عانت منها الكثير من الأسر، جعلها مسرحا لممارسة العنف بصورة متكررة وخاصة الأسر التي تحتوي على زوجين أحدهما يكون مضطربا أو مدمنا، هذا كله يعتبر كمؤشر عن وجود خلل في العلاقات، لأن التعلق الآمن يرتبط بجودة العلاقة في حياة البالغين ويساهم في التفاعل الايجابي، وكلما كانت العلاقات جيدة وآمنة، كلما تحول العنف إلى حوار وتفاهم ومساندة بعكس التعلق غير الآمن الذي يساهم في الصراعات والنزاعات التي تصل إلى حد ممارسات وأفعال عنيفة.

هذا ما يؤكده سونكين (Sonkin) بأن التعلق الآمن يرتبط بجودة العلاقة في حياة البالغين، مما يقلل من مخاطر التعرض للعنف المنزلي (Sonkin et al, 2019, p. 920) كما يرى بولبي أن مظاهر التعلق غير الآمن القلق تتميز بمستويات عالية من القلق والغضب والتي يمكن أن تظهر على شكل عنف لدى الأطفال والبالغين. (Bowlby, 1988)

فالعزلة التي فرضت عن طريق الحجر الصحي كإجراء وقائي، ونقص الدعم الاجتماعي نتيجة التباعد الاجتماعي وتغير نمط الحياة المفاجئ، كل هذا كان سببا في تضخيم تأثير التعلق القَلِق من خلال ظهور العنف. حيث يرى فان جلدر أن التدابير غير العادية المتمثلة في الحجر المنزلي، والتي تعتبر كسجن منزلي سمحت بتزايد مشكلة العنف ومن الصعب معالجتها، لأن الوصول إلى قنوات المساعدة أصبح صعبا جدا بسبب تفشي المرض الذي يستوجب العزلة .(Van Gelder, 2020, p.230)

مما زاد الأمور تعقيدا عندما أصبح الاجراء الوقائي المتمثل في الحجر الصحي، بحد ذاته مشكلة كبيرة ودافع لممارسة العنف داخل الأسرة الواحدة، فهو من جهة اجراء لابد منه للحماية الانسان من الفيروس، ومن جهة أخرى أصبح عقبة وضعت الأفراد في ظروف صعبة انجرت عنها مشكلة العنف.

6- الاعتبارات العلاجية والوقائية:

لقد حدد (سلايد وهولمز Slade-Holmes) ثلاثة مبادئ رئيسية في علم النفس القائم على التعلق، وهي الحاجة إلى العلاقة بين المعالج والمريض، التعرف على الارتباط الديناميكي (أنماط التعلق غير الآمنة و السلوكات المرتبطة بها) في العلاقة بين المعالج والمريض، والسلوكات التي تنشط في حالة الخطر أو التهديد الخارجي، من أجل إعادة تشكيل هذه الديناميكيات .(Slade, 2019, p. 154) حيث يمكن استخدام هذه المبادئ في حالة موقف أو ظرف ما مثل تفشي مرض كوفيد 19، هذا يتطلب معرفة نظرية التعلق من حيث أنها تهتم بالأفراد في مراحل تطور مختلفة، فضلا عن الارتباط بين التعلق بعدم الأمان وأعراض القلق والاكتئاب، والضغط ما بعد الصدمة. (Blakely, 2015, p. 287)

فالمعرفة المعمقة لسلوك التعلق تسمح بتجنب التدخلات التي قد تعتبر غير مناسبة أو غير ملائمة في مثل هذه الظروف (Umemura, 2015, p. 720) و رغم إمكانية تطبيق هذه المبادئ التي تقوم عليها نظرية التعلق على جميع الفئات العمرية، سيكون لمثل هذا النهج أهمية خاصة في العمل مع الأطفال والمراهقين، في حين أن الوالدين ومقدمي الرعاية، يمكن اعتبارهم كمساعدين للأخصائي النفسي بهدف تقوية " القاعدة الآمنة " للطفل والتقليل من القلق والاكتئاب والغضب من خلال تقرب الوالدين والانصات وخلق جو أسري ممتع، بعيدا عن الملل والروتين بوضع برنامج يومي متنوع، كما يمكن استخدام اللعب من طرف الوالدين من خلال الرسم بإشراك الطفل في الأنشطة اليومية التي يقوم بها في المنزل، وكذا بالنسبة للمراهق من خلال مساندته والحوار والاهتمام به والتقرب اليه أكثر، هكذا يساهم الوالدين في تقوية القاعدة الآمنة بالمرافقة، كما قد تثار نقطة أخرى في هذا السياق وهي القيود المفروضة على التواصل المباشر بين شخص وآخر أثناء تفشي جائحة كورونا، الذي أدى إلى البحث عن بدائل في طرق التواصل عن بعد ويشار اليها أحيانا باسم الطب النفسي عن بعد (Kresimir Cosic, 2020, p. 27) حيث أن هذه الأساليب واعدة للغاية، فهي تخضع لقيدين مهمين، كلاهما منطقي من منظور التعلق.

أولا استخدام تقنيات الاتصال عن بعد التي يمكن لحد ما، أن تعوض بدلا من اللجوء إلى التفاعلات الشخصية المباشرة لكن هذا يطرح مشكل عدم تطابق تطوري بين التكنولوجيا، والآلية التي تسهل تطوير روابط التعلق من حيث المبدأ يمكن أن يتداخل هذا مع ديناميكيات التعلق، التي تعلب دورا مهما في العلاج النفسي .(Sbarra, 2019, p. 615)

ثانيا قد لا يقبل الأشخاص الذين يعانون من العزلة الاجتماعية هذه الأساليب، ولكن رغم هذه الصعوبة يبقى التواصل غير المباشر الحل الأمثل في كثير من الحالات، وقد يكون أقل فعالية في المواقف التي يكون فيها التعلق مضطرب، وهذا ما لاحظناه كذلك من خلال تجربة ميدانية تمثلت في خلية الاصغاء التي تم انشاؤها منذ بداية الجائحة والتي اعتمدنا فيها على خط هاتفي يستقبل كل المكالمات الهاتفية التي تستدعي استفسارات حول الجائحة أو طلب المساعدة أو استشارات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية – سرفونتاس- حيث لاحظنا أن هناك بعض الأشخاص يكتفون بالمساندة النفسية عبر الهاتف، وهناك البعض الآخر وجدوا صعوبة كبيرة في التفاعل عبر الهاتف للتصريح بمشكلاتهم وانفعالاتهم وآلامهم الداخلية، وهذا الصنف من الأشخاص يعانون من التعلق المضطرب، والذي يتوضح من خلال اتصالاتهم للبحث عن المساعدة وفي نفس الوقت التزامهم الصمت الطويل والعجز عن توصيل مشاكلهم الداخلية، وخاصة مخاوفهم وقلقهم في هذه الفترة الصعبة، وهنا يلعب الأخصائي النفسي الذي له دراية بنظرية التعلق دورا فعالا في مساعدة هذه الفئة عن التعبير بكل سهولة عن مشاكلهم بدلا من الصمت الطويل الذي يخفي وراءه خوف من عدم فهم الآخر له والحكم عليه أو عدم قدرته على مساعدته.

7- بناء قدرة المجتمع على الصمود:

من خلال المشاكل المذكورة سابقا، يمكن أن يكون لنظرية التعلق دورا مفيدا في التدابير المصممة لتعزيز السلوكيات التكيفية، وتعزيز العلاقات الإيجابية بين أفراد المجتمع المتضررة من فيروس كورونا، والتقليل من الاضطرابات النفسية بتعزيز التدابير الوقائية اللازمة إذا لم يكن الاتصال المباشر ممكنا، فإن الحفاظ على التواصل مع الأشخاص الكترونيا، يمكن أن يلعب دورا في الحفاظ على أمان التعلق، بالسماح لأولئك الذين يشاركون في المهن عالية الخطورة، مثل العاملين في مجال الرعاية الصحية بقضاء وقت للحفاظ على العلاقات الشخصية جنبا إلى جنب مع عملهم المقرر، كما لا يخفى علينا التأثيرات الكبيرة لوسائل الإعلام التي تلعب دورا سلبيا من خلال المبالغة، وعدم اختيار استراتيجية سليمة لتوصيل المعلومة، بطريقة فعالة وغير مؤذية خاصة للأشخاص الذي يعانون من سيطرة الأفكار الوسواسية والمخاوف المرضية (الفوبيا)، وبالتالي الشعور بالخوف الزائد والمبالغة في الحذر للدرجة العزلة الكاملة عن المجتمع وحتى عن أفراد أسرتهم، دون أن ننسى كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة الذين قد تنتابهم حالة ذعر كبيرة وخاصة الخوف من الموت، ولهذا من الضروري دمج مثل هذه الاستراتيجيات مع المناهج النفسية الأخرى بما في ذلك تلك المستمدة من المدارس المعرفية والسلوكية لعلم النفس فتقنية التحرر من المشاعر السلبية (EFT) مثلا يمكن استخدامها بطريقة سهلة كما أنها تعطي علاجا سريعا وفعالا في مثل هذه الظروف، من أجل التقليل من ردود الفعل غير الملائمة مثل الذعر والتفكير بجنون العظمة والتي يمكن أن تؤدي إلى المشاكل الاجتماعية، التي تمت مناقشتها سابقا إذ يكون هذا المنظور مفيدا للمعالجين .

8- الخاتمة:

من خلال ما تم عرضه بإيجاز بخصوص الجوانب المختلفة لنظرية التعلق ذات صلة بالتأثير النفسي لتفشي مرض كوفيد19 على المستويين الفردي والمجتمعي، يجب النظر إلى الاستنتاجات المقدمة هنا على أنها مؤقتة، حيث لم يتم اختبارها ميدانيا في مثل هذه الظروف، على الرغم من أنها مدعومة إلى حد ما بالأدلة من خلال دراسات علمية أجنبية، كالدراسة الإيطالية التي ربطت بين نمط التعلق وزيادة خطر القلق، والتي أكدت على تزايد القلق في هذه الفترة منذ انتشار فيروس كورونا (Maccia, 2020)، والدراسة التي كشفت عن الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والتي تمثلت في التشبث والبكاء. (Wen Yan Jiao, 2020)، إلى جانب دراسة أخرى كشفت عن زيادة مستوى القلق والاكتئاب في سن المدرسة في فترة كورونا. (Xinyan Xie, 2020).

أما في الجزائر فهناك الدراسة التي قام بها عبد الله جوزه حول الصحة النفسية في زمن كورونا، وتداعيات الحجر المنزلي (التجربة الجزائرية على المحك)، حيث توصلت هذه الدراسة إلى نتيجة مهمة هي فشل الحكومة الجزائرية، في مواكبة تداعيات الجائحة من الجانب النفسي لأفراد مجتمعها، وهو ما تترجمه وتيرة تزايد الاضطرابات النفسية على اختلافها منذ انتشار الجائحة (جوزه، 2021)، دون أن ننسى تجربتنا المهنية الشخصية من خلال خلية الإصغاء، بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية – سرفونتاس- والتي انطلقت منذ بداية الجائحة، والتي أكدت لنا بوضوح ما توصلت إليه دراسة عبد الله جوزه، من انتشار الاضطرابات النفسية وخاصة الاكتئاب والقلق والضغط ما بعد الصدمة، مع زيادة الأفكار الوسواسية والفوبيا لدى الكثير من الأشخاص.

كما أنه حسب اطلاعنا لم نجد دراسات كثيرة في البيئة الجزائرية اهتمت بالصحة النفسية أو الجانب النفسي في فترة الجائحة، فجل الدراسات كانت تناقش التعليم عن بعد في زمن كورونا، والجانب الاقتصادي ومنصات التواصل الاجتماعي إلى جانب الخدمات الصحية والاعلام الصحي، والشائعات والاخبار المزيفة، و إدارة الأزمات في المستشفيات، وآثار كورونا على أساتذة التعليم و التكوين المهني، كما يجب أيضا التأكيد على أن تطبيق نظرية التعلق على أزمة جائحة كورونا، ليس بأي حال من الأحوال

الدواء الشافي، ولكن يمكن لوجهات النظر والتقنيات المستمدة من أبحاث التعلق، أن تساهم بقدر كبير في التخفيف من الآثار النفسية التي تركتها جائحة كورونا كما تساهم بالتكفل النفسي الجيد، خاصة وأن أهم جانب تعرض إلى الدمار خلال هذه الفترة هو الجانب العلائقي من منع التواصل عن قرب ومنع الزيارات حتى في حالة المرض والوفاة، كل هذا أدى إلى التباعد الاجتماعي الذي أصبح كضرورة للبقاء على قيد الحياة.

9- اقتراحات و آفاق :

من خلال قيامنا بهذه الورقة البحثية والاطلاع على معظم الأبحاث التي اهتمت بآثار كورونا، وجدنا افتقار كبير من جهة الاهتمام بالجانب النفسي والصحة النفسية، ولهذا لابد من تكثيف البحوث والدراسات في هذا الجانب لأن الصحة النفسية لا تقل أهمية عن الصحة البدنية، بل بالعكس تساعد في الحفاظ على جهاز المناعة من أجل مواجهة هذا الفيروس.

إن الآثار التي خلفتها جائحة كورونا على جانب العلاقات، وخاصة حالات الفقدان بالموت وحتى الغياب الطويل للأشخاص الذين بقوا خارج البلاد بعيدا عن الأهل، ولهذا فالاستعانة بنظرية التعلق في المساعدة النفسية قد تقدم خدمة كبيرة للأخصائي النفسي خاصة أثناء أزمة كورونا وبعدها.

ضرورة توظيف المعلومات المعرفية والنظرية في وقت الأزمات أصبح أمر مهم، خاصة وأن الأبحاث العلمية تكشف عن إمكانية ظهور فيروسات أخرى.

جل الأبحاث الحديثة تكشف على أن الأساس في عدم التوازن النفسي، وعدم قدرة الفرد على مواجهة الظروف خاصة التي تكون بصفة فجائية والمغايرة لظروف المتعود عليها من طرف الفرد هو مشكلة التعلق، ولهذا أصبحت نظرية التعلق من النظريات الهامة، التي تخدم بقوة المشكلات المعاصرة التي يتعرض إليها الفرد والمجتمع بصفة عامة، وعليه فبناء أفاق جديدة في ميدان البحث العلمي المكيف مع المجتمع الجزائري في هذا الجانب قد يقدم خدمة كبيرة.

- قائمة المراجع:

بوعموشة نعيم. (2020). فيروس كورونا (كوفيد 19) في الجزائر-دراسة تحليلية-. مجلة التمكين الاجتماعي، المجلد 2(2)، 113-151.

جوزه عبد الله. (2021). الصحة النفسية في زمن جائحة كورونا (كوفيد 19) المستجد وتداعيات الحجر المنزلي، التجربة الجزائرية على المحك، مجلة العلوم القانونية والاجتماعية، المجلد 6 (1)، 201-231.

دراجي مونية. (2022). التعلق غير الآمن والصحة العقلية عند الراشد-دراسة عيادية لـــ 15 حالة. أطروحة الدكتوراه غير منشورة الطور الثالث تخصص علم النفس العيادي. جامعة الجزائر 2.

سحيري زينب. (2017). أساسيات نظرية التعلق الحديثة. دارا الأيام للنشر والتوزيع.

سويد، ريما عفيفي. (2007). تعزيز الصحة النفسية للشباب. ورشة الموارد العربية.

القريطي عبد الله أمين، عبد العزيز السيد. (1992). مقياس الصحة النفسية للشباب. المعايير المصرية والسعودية، مكتبة الأنجلو المصرية.

Blakely, T. J and al. (2015). Application of attachment theory in clinical social work. Health& Social work, 40(4), 283-289.

Bowlby, J. (1969). Attachment. Hogarth Press.

Bowlby, J.(1988). A secure base: parent- child attachment and healthy human development. Routledge.

Disord, G.J. (2020). How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. Journal of Anxiety Disorders, 71, 102-211.

Dykas, M.J. (2011). Attachment and processing of social information across the life span theory and evidence. Psychological bulletin, 19-46.

Flores, p. J. (2010). Group psychotherapy and neuroplasticity: an attachment theory perspective. International Journal of Group Psychotherapy, 4(60), 546-570.

Govrin, A. (2014, January 24). The ABC of moral development: Attachment approach to moral Judgment. Frontiers in psychology, 20, 356-453.

Fagundes, C.P., Jaremka, L.M., Glaser, R., Alfano C.M., & Povoski, S.P. (2014). Attachment anxiety is related to Epstein-Barr virus latency, Brain, Behavior, and Immunity, 41, 232-238.

Jaremka, L.M. (2013). Attachment Anxiety is Linked to Alteration in Cortisol Production and Cellular Immunity. Psychological Science, 24(3), 272-279.

Jia Jia Liu, Y. B. (2020, March 27). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. The lancet child Adolescent Health, 4(50), 353-464.

Jianyin Qiu, B.S. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID- 19 epidemic: implication and policy recommendations. General psychiatry, 2(33), 312-450.

Kang, L., Li, Y., Hu, S., Chen, M., Yang, C., Yang, B. X.,Wang, Y., Hu, J., Lai, J., Ma, X., Chen, J., Guan, L., Wang, G., Ma, H., & Liu, Z. (2020). The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. The Lancet Psychiatry, 7(3), e14. https://doi.org/10.1016/S2215-0366 (20)30047-X.

Keller, H. (2018). Universality claim of attachment theory: children's socioemotional development across cultures. Proceedings of the National Academy of Science, 45(115), 414-419.

Khodabakhsh, M. (2012). Attachment styles as predictors of empathy in nursing students. Journal of Medical Ethics and History of Medicine ،5(40), 322-329.

Cosic, k. (2020). Impact of human disasters and COVID-19 pandemic on mental health: potential of digital psychiatry. Psychiatria Danubina, 32(1), 25-31.

Lu Dong, J. B. (2020, July 7). Public mental health crisis during covid-19 pandemic, china. Emerging Infectious Diseases, 26(7), 1-13.

Maccia, L. (2020). Affective temperament, attachment style, and the psychological impact of the COVID-19 outbreak: an early report on the Italian general population. Brain, behavior, and immunity, 87, 75-79.

Marshall, E. (2019). Understanding post trauma reactions within an attachment theory framework. Current opinion in psychology, 25, 167-171.

Pallini, S. (2014). Early child- parent attachment and peer relations a meta- analysis of recent research. Journal of Family psychology, 28(1), 118-123.

Pietromonaco, P.R. (2019). Adult attachment and physical health. Current opinion in psychology, 25, 115-120.

Pedersen, A. (2010). Influence of psychological stress on upper respiratory infection- a meta-analysis of prospective studies. Psychosomatic medicine, 72(8), 823-832.

Psouni, E., Di Folco, S., & Zavattini, G.C. (2015). Scripted secure base knowledge and its relation to perceived social acceptance and competence in early middle child hood. Scandinavian Journal of Psychology, 56(3), 341- 348. doi: 10.1111/sjop.12208. Epub 2015 Mar 19. PMID: 25788297.

Reiser, S.J., & Power, H.A. (2021). Examining the relationships between childhood abuse history, attachment, and health anxiety. Journal of health psychology. 26(7), 1085-1095.

Rholes, W., & Steven, J.A. (1999). Attachment and anger in an anxiety- provoking situation. Journal of personality and social psychology, 76(6), 940-957.

Sbarra, D.A. (2019, April 19). Smartphones and close relationships: the case for an Evolutionary Mismatch. SAGA Journals, 14, 596-618.

Shaver, P.R. (2019, February). Attachment, Caregiving in couple relationships, and prosocial behavior in the wider world. Current opinion in psychology, 25, 16-20.

Sheinbaum, T.R. (2015). Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life. Frontiers in Psychology, 6, 296-315.

Slade, A. (2019). Attachment and psychotherapy. Current opinion in psychotherapy, 25, 152-156.

Sonkin, D., & al. (2019). Associations Between Attachment Insecurities and psychological violence. Court -Mandated Batterers, 34, 910-929.

Sutter. (1994). Le grand dictionnaire de Psychologie. Larousse.

Umemura, T. (2015, July). Reviewing Japanese Concepts of Amae and le to Deeper Understand the Relevance of Secure-Base Behavior in the Context of Japanese Caregiver-CHild Interactions. Integrative Psychological and Behavioral Science, 49(4) 714-736.

Van Gelder, N. (2020, April 1). Covid-19: Reducing the risk of infection might increase the risk of intimate partner violence. Clinical Medicine, 21, 211-254.

Virga, D. (2019). Attachment styles and employee performance: the mediating role of burnout. The Journal of psychology, 153(4), 383-401.

Wen Yan Jiao, L. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic. The journal of Pediatrics, 34(5), 221-264.

Wen-Rui Zhang, K. (2020). Mental health and psychosocial problems of medical health workers during the Covid-19 epidemic in china. Psychotherapy and psychosomatics, 89(4), 242-250.

Xinyan Xie, Q. (2020). Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China. JAMA Pediatrics, 174(9), 898-900.