

العوامل الاجتماعية والتحفيزية تتصدر سلوك العزل الذاتي خلال الجوائح: دراسة بريطانية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). العوامل الاجتماعية والتحفيزية تتصدر سلوك العزل الذاتي خلال الجوائح: دراسة بريطانية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119202>

تخيل أنك تشعر بتوقعك، ربما أعراض بسيطة تشبه الإنفلونزا. النصيحة الطبية الواضحة هي البقاء في المنزل، لعزل نفسك عن الآخرين، لمنع انتشار أي عدوى محتملة. لكن، هل هذا سهل كما يبدو؟ هل يلتزم الجميع بهذه النصيحة؟ أظهرت تجربة جائحة كوفيد-19 أن الامتثال للعزل الذاتي يختلف بشكل كبير بين الأفراد، مما يطرح سؤالاً هاماً: ما الذي يدفع الناس إلى الالتزام بالعزل الذاتي، وما الذي يعيقهم عن ذلك؟

منهجية البحث

للإجابة على هذا السؤال، قام الباحث أويديل جي. جيه. بدراسة معمقة لسلوك العزل الذاتي في المملكة المتحدة خلال جائحة كوفيد-19. لم يعتمد الباحث على استطلاعات رأي مصممة خصيصاً لهذا الغرض، بل استخدم بيانات ثانوية (أي بيانات تم جمعها لأغراض أخرى) من "مسح الآراء وأنماط الحياة لعام 2019" الذي أجرته دائرة الإحصاءات الوطنية في المملكة المتحدة. هذه البيانات، على الرغم من أنها لم تكن مصممة في الأصل لقياس العوامل المؤثرة في سلوك العزل الذاتي، قدمت فرصة فريدة لتحليل سلوك جماعي واسع النطاق.

اعتمدت الدراسة على نموذج سلوكي يسمى "COM-B" (Capability, Opportunity, Motivation) - القدرة، الفرصة، الدافع). يرتكز هذا النموذج على فكرة أن السلوك يتأثر بثلاثة عناصر رئيسية: القدرة (هل لدى الشخص المهارات والمعرفة اللازمة للقيام بالسلوك؟)، والفرصة (هل البيئة المحيطة تسهل القيام بالسلوك؟)، والدافع (هل لدى الشخص الرغبة في القيام بالسلوك؟). استخدم الباحث تقنية النمذجة المعادلة الهيكلية (Structural Equation Modelling - SEM)، وهي أداة إحصائية متطورة، لفحص العلاقات بين هذه العناصر وسلوك العزل الذاتي.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن الفرصة والدافع كانا مرتبطين بشكل كبير بسلوك العزل الذاتي. بمعنى آخر، كلما كانت الظروف المحيطة بالفرد تسهل عليه البقاء في المنزل (مثل وجود دعم اجتماعي، أو القدرة على العمل عن بعد، أو الحصول على إمدادات كافية)، وكلما كان لديه دافع قوي للقيام بذلك (مثل الخوف من الإصابة أو الرغبة في حماية الآخرين)، زاد احتمال التزامه بالعزل الذاتي.

أما بالنسبة للقدرة، فقد تبين أن تأثيرها على سلوك العزل الذاتي كان غير مباشر. بمعنى آخر، لم يكن لدى القدرة تأثير مباشر على سلوك العزل الذاتي، بل أثرت عليه من خلال تأثيرها على الدافع. قد يشير هذا إلى أن الأفراد الذين يشعرون بأنهم أكثر قدرة على التعامل مع الموقف (مثل فهم كيفية الوقاية من العدوى، أو معرفة كيفية الحصول على المساعدة إذا احتاجوا إليها) يكونون أكثر تحفيزاً للالتزام بالعزل الذاتي.

على الرغم من أن بعض المؤشرات المستخدمة في الدراسة أظهرت مستوى موثوقية أقل بسبب استخدام بيانات ثانوية، إلا أن النموذج الإحصائي العام كان متوافقاً بشكل جيد مع البيانات (RMSEA = 0.049, CFI = 0.966, TLI = 0.944, SRMR = 0.040). هذه الأرقام تشير إلى أن النموذج يمثل البيانات بشكل جيد.

دلالات البحث

تسلط هذه النتائج الضوء على الأهمية الحاسمة للعوامل الاجتماعية والتحفيزية في تشكيل سلوك الامتثال للعزل الذاتي. لا يتعلق الأمر فقط بمدى قدرة الشخص على البقاء في المنزل، بل يتعلق أيضاً بمدى شعوره بالدعم والتحفيز للقيام بذلك. تؤكد الدراسة على أن توفير الفرص المناسبة وتعزيز الدافع هما مفتاحان لزيادة الامتثال للعزل الذاتي خلال حالات

الطوارئ الصحية العامة.

بالنسبة لصناع السياسات، تقدم هذه الدراسة رؤى قيمة لتصميم تدخلات فعالة. يمكن أن تشمل هذه التدخلات توفير الدعم المالي للأفراد الذين لا يستطيعون تحمل تكاليف البقاء في المنزل، وتوفير خدمات توصيل الطعام والأدوية، وتعزيز التواصل الاجتماعي عن بعد، وحملات التوعية التي تهدف إلى زيادة الوعي بأهمية العزل الذاتي وتشجيع السلوكيات المسؤولة. كما أن فهم العلاقة بين القدرة والدافع يمكن أن يساعد في تصميم برامج تعليمية تهدف إلى تزويد الأفراد بالمعرفة والمهارات اللازمة للتعامل مع حالات الطوارئ الصحية.

تُظهر هذه الدراسة أيضاً فائدة نموذج COM-B كأداة لفهم السلوك البشري في سياقات معقدة، حتى عند استخدام بيانات ثانوية. إن القدرة على تطبيق هذا النموذج على البيانات الموجودة تفتح الباب أمام المزيد من البحوث حول العوامل المؤثرة في السلوك الصحي، مما يمكن أن يساعد في تحسين الاستعداد والاستجابة للأوبئة المستقبلية.

Reference

Oyedele G.J. (2026). *Assessing the relationships between capability, opportunity, and motivation in influencing self-isolation behaviour during pandemics*. Scientific Reports, 16(1), 5251-5251

DOI: [10.1038/s41598-026-36198-7](https://doi.org/10.1038/s41598-026-36198-7)