جامعة المنصورة
كليـة التربية

المناعة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية

إعـداد

أفنان خليل الحويجي

إشراف

أ. د/ عصام محمد زيدان زيدان
أستاذ بقسم الصحة النفسية
كلية التربية- جامعة المنصورة

أ. د/ نادية السعيد محمود عبد الجواد
أستاذ متفرغ بقسم الصحة النفسية
كلية التربية- جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية – جامعة المنصورة
العدد ١٢٥ – يناير ٢٠٢٤

المناعة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية

أفنان خليل الحويجي

مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة التعرف على المناعة النفسية وبيان العلاقة بينها وبين الذكاء الانفعالي قامت الباحثة بإعداد مقياس المناعة النفسية ومقياس الذكاء الانفعالي، واعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (٧١١) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية للعام الدراسي ١٤٤٣/١٤٤٤ه، الموافق ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، وتوصلت النتائج إلى أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية لصالح متوسط عينة الدراسة، وتوجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي لصالح متوسط عينة الدراسة". "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي". "يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة".

Abstract

The study aimed to identify psychological immunity and explain the relationship between it and emotional intelligence. The researcher prepared a psychological immunity scale and an emotional intelligence scale. The research relied on the descriptive, correlational approach. The basic study sample consisted of (711) male and female students from King Faisal University in the Kingdom of Saudi Arabia for the academic year 1443. / 1444 AH, corresponding to 2022/2023 AD, and the results concluded that there are statistically significant differences between the hypothetical average score and the average score of the study sample on the psychological immunity scale in favor of the average score of the study sample, and there are statistically significant differences between the hypothetical average score and the average score of the study sample on the emotional intelligence scale in favor of Average of the study sample. "There is a positive, statistically significant correlation between psychological immunity and emotional intelligence." "Emotional intelligence can be statistically significantly predicted by information about psychological immunity in the study sample."

المقدمة:

يمثل الطالب الجامعي أحد أوجه الاستثمارات المهمة التي تسعى جميع الدول إليها، وذلك من خلال إعدادهم الإعداد الجيد في مختلف المجالات، خاصة وأن هذه المرحلة العمرية يعلق عليهم الكثير من الآمال في تحقيق الأهداف وبناء الحضارات، الأمر الذي يبرز أهمية توجيه سلوكهم التوجيه السليم للتفكير والإبداع، والسعي لامتلاكهم مناعة نفسية قوية تحصنهم وتحميهم من الإصابة بالعديد من الأمراض النفسية كالقلق الاجتماعي والاكتئاب والتوتر والهلع عند مواجهة المشكلات والتعرض للأزمات، فضلاً عن أهمية زيادة قدراتهم على ضبط انفعالاتهم والتحكم فيها من خلال تنمية ذكائهم الانفعالي وقدراتهم العقلية ومهاراتهم الاجتماعية وتوظيفها بشكل سليم في الحد من القلق الاجتماعي ومواجهة المشكلات والضغوط والاضطرابات النفسية التي تواجههم.

وتعتبر المناعة النفسية من الصطلحات العلمية التي لاقت قبولاً كبيراً في الأوساط العلمية، فهي بمثابة القوة التي تسمح للفرد أن يتغلب على التحديثات ويتجاوز العثرات ليحقق النجاحات، حيث أنها تعمل على صقل تفكير الفرد، وتوجيه إلى كيفية التعامل مع الضغوط والتوترات الموجودة في البيئة المليئة بالمشكلات، كما أنها تؤثر بدرجة كبيرة على اعتقاد الفرد حول قدراته، ودرجة صموده أمام التحديات.

ويشير كل من: (Dubey & Shahi, 2011, 36 ؛Wilson & Gilbert, 2005, 38 ؛Bredacs, 2016, 119) إلى أن المناعة النفسية نظام وقائي يساعد الفرد على وقاية نفسه عند مواجهة الضغوط، وهو يقوم على استخدام القدرات المعرفية التوافقية للفرد لتحقيق مشاعر جيدة وتحسين الحالة المزاجية وإحداث تناغم بين مطالب الفرد ومتطلبات البيئة الاجتماعية والفيزيقية مما يرفع القدرة على التكيف ويخفف من الضغوط النفسية.

وتتعدد وظائف وأهمية المناعة النفسية حيث يرى كل من: (Olah ؛Barbanell, 2009, 16 et al., 2010, 103 ؛Albert-Lorincz et al., 2012, 105؛ عصام محمد زيدان، ٢٠١٥، ٤٠٦؛ أماني عادل على، ٢٠١٩، ٥٩؛ وليلى بابكر عمر، ٢٠٢١، ٧٠) أن وظائف المناعة النفسية تتمثل في تعزز آليات الدفاع النفسي والتعايش مع الصراعات الانفعالية والضغوط وحماية الذات من الأذى الانفعالي واختيار الاستراتيجيات المناسبة لخصائص الموقف وحالة الفرد، بالإضافة إلى المرونة والتكيف مع التغيرات البيئية المحيطة والتعامل الفعال مع الضغوط النفسي، إلى جانب تدعيم وتفسير السلوك الناجح والتفسير المنطقي للانفعالات السيئة.، وإحداث توازن بين التخيلات والتصورات السلبية والإيجابية، كما تساعد على استعادة التوازن الانفعالي والبحث عن طرق السعادة ولو في أحلك الظروف، والشعور بالتحسن بعد تعرضهم لمواقف وضغوط نفسية سلبية.

وبالنظر إلى المناعة النفسية وعلاقتها بالعوامل الانفعالية نجد أن المناعة النفسية تؤدي دوراً مهماً في مواجهة الضغوط والقلق والتكيف والتوافق مع المستجدات، وتتأثر العوامل الانفعالية السالبة بقدرة الافراد على الاستجابة لتلك العوامل والتعامل معها، وتمثل الحالات الانفعالية السلبية أكثر المهددات الصحية.

كما يعمل الذكاء الانفعالي جنباً إلى جنب مع المناعة النفسية ويؤثر كل منهما في الآخر ويقومان بدور مهم في تعزيز قدرات الطلاب على التوافق والتكيف مع الحياة الجامعية والتواصل الفعال مع المجتمع بكفاءة، حيث أن امتلاك الطلاب للذكاء الانفعالي بجانب المناعة النفسية يؤدي إلى ضبط الانفعالات، والتغلب على التحديات وتجاوز العقبات، بجانب صقل مهارات التفكير وتعزيز الثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية الأكاديمية، واتخاذ القرارات، وزيادة الشعور بالأمن النفسي والوصول إلى تحقيق وتأكيد الذات، وتوجيه الطلاب إلى التعامل الإيجابي مع التوترات والضغوط وصعوبات الحياة وتحدياتها، بالإضافة إلى الجانب الوقائي والتحصين ضد الضغوط والمواقف والأحداث المؤلمة والمحبطة.

ويعتبر الذكاء الانفعالي أحد أنواع الذكاءات المهمة التي تم إلقاء الضوء عليها في مجال الصحة النفسية وعلم النفس في الوقت الحاضر، ولقد نما وتطور هذا المفهوم نتيجة لطابع العصر الذي نعيش فيه والذي يتطلب رؤية غير تقليدية لمفهوم الذكاء، فالمجتمع الآن يواجه العديد من التحديات الاقتصادية والصحية والثقافية والسياسية، والتي تتطلب من الفرد ليس فقط قدرات عقلية لحل المشكلات التي تواجهه، ولكن تحتاج أيضا إلى قدرات انفعالية واجتماعية يمكن من خلالها التعامل مع متطلبات الحياة اليومية والتواصل بكفاءة مع الآخرين(سلامة الشارف العباني، ٢٠١٠، ٤٣٣).

وفي هذا الإطار يذكر Michael (2012, 12) أن ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي يعد عاملاً واقياً من الاحتراق النفسي؛ وأن الأفراد مرتفعي الذكاء الانفعالي أكثر مرونة وانفتاحا عاطفيا تجاه الآخرين، ولديهم إحساس كبير بالمسؤولية الاجتماعية، وأكثر مهارة في فهم انفعالاتهم الشخصية، وهذه الكفاءات الانفعالية تعد مفتاح النجاح في العمل، كما أن الوعي بالذات هو أحد المكونات المهمة في الذكاء الانفعالي الذي يجعلنا نحسن أنفسنا وإرادتنا خاصة في أوقات الأزمات.

ويضيف (Fatenah ,2010, 11) إلى أن الذكاء الانفعالي يرتبط بمجموعة من العوامل كالرضا عن الحياة والتفاؤل والشخصية، كما أنه يتأثر بالاضطرابات الانفعالية كالقلق والاكتئاب والعجز عن التعبير عن الانفعالات، زيادة على كونه مؤشرا دالاً على الإنجاز.

وفي ذات السياق يرى كل من (Shohreh et al., 2011, 1561) أن الانفعالات الإيجابية تسهم بشكل كبير في الصحة النفسية والجسدية، فالمزاج الحسن يولد انفعالات إيجابية والتي بدورها تساعد في تحسين وظيفة الجهاز المناعي، إذ تعمل الدعابة والضحك كدفاعات أولية في المواقف الضاغطة، بالإضافة إلى أن التأثير الانفعالي الإيجابي المتكرر يوسع من العمليات المعرفية، ويؤسس لمصادر قوية دائمة لمواجهة الضغوط، فتنظيم الانفعالات والإصغاء وامتلاك البصيرة خلال التواصل والتضامن، هي في جملتها تشكل المبادئ الأساسية للتواصل، وهي ذات أهمية كبرى، إذ يؤدي نقصانها إلى الشعور بالوحدة، والقلق الاجتماعي، والاكتئاب، وتدني ونقص النجاح المهني والتعليمي.

كما ترى فاطمة مسعود خالد (٢٠١٧، ٥١٢) أن الذكاء الانفعالي يسهم في توجيه سلوك الفرد وعلاقته مع الآخرين، فالفرد الذي يمتلك القدرة على فهم الآخرين ويتعامل مع من حوله بمرونة ومهارة ومسؤولية يكون قادراً على النجاح في إقامة علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، وهذا ما يفتقده الفرد الذي يعاني من اضطراب القلق الاجتماعي فهو يفتقد المهارات التي يحتاجها أثناء تعامله مع الأخرين.

وفي ضوء ذلك فإن التعرف على مستوى المناعة النفسية الذكاء الانفعالي وتحديد طبيعة العلاقة بينهم لدى طلبة جامعة الملك فيصل يعتبر من الأمور المهمة والضرورية وهذا ما تسعى الدراسة الحالية للتحقق منه.

مشكلة الدراسة:

يواجه طلبة الجامعة العديد من المواقف والمشكلات والأحداث الضاغطة والخبرات الإيجابية منها والسلبية سواء داخل الجامعة أو خارجها، ويتوقف قدرة هؤلاء الطلبة في التعامل معها، على ما لديهم من مناعة نفسية، كنظام وقائي يساعدهم على احتواء الخبرات والمواقف السلبية والتوافق معها، لتجاوز التحديات والمحن والأزمات، الأمر الذي يساعدهم على توافقهم الدراسي والشخصي والأسري والاجتماعي، بالإضافة إلى ما لديهم من ذكاء انفعالي يحكم ويضبط انفعالاتهم وتفاعلاتهم الاجتماعية. (رمضان عاشور سالم، هاني فؤاد سليمان، ٢٠٢٠، ٥)، إضافة لذلك فإن الشباب الجامعي هم أكثر الفئات التي تعاني القلق بسبب طموحاتهم وطاقاتهم والتي تصطدم بجدار الواقع المؤلم، مما يدفعهم إلى اعتناق أفكار سلبية والتي تلقي بهم في دائرة القلق، وضعف قدرتهم على التحدي والسيطرة والالتزام. (انتصار كمال قاسم، ٢٠٠٩، ٣)

ورغم وجود العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة المناعة النفسية كدراسة كل من: Bredacs (2016)؛ رانيا خميس الجزار (٢٠١٨)؛ ريهام وليد أبو زيد (٢٠١٨)؛ رمضان عاشور سالم، هاني فؤاد سليمان (٢٠١٩)؛ حنان السيد حسن ومروة محمود عمار (٢٠٢٠)؛ هاني عبد الحفيظ عبد العظيم (٢٠٢٠)؛ الشيماء محمود سالمان (٢٠٢١)؛ ليلى بابكر عمر (٢٠٢١) والتي توصلت نتائجها إلى: فاعلية المناعية النفسية في التوجه الإيجابي للمعلمين نحو المستقبل وتكوين

توقعات متفائلة ونظرة إيجابية نحو المستقبل، ووجود علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي وضبط النفس والأداء الأكاديمي وتسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا وقلق المستقبل والذكاء الاجتماعي، وبين التوافق الأكاديمي والانفعالي للتلاميذ والمناعة النفسية لدى أمهاتهم، وإمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي من خلال المناعة النفسية. ووجود تأثير غير مباشر موجب للإيثار في المناعة النفسية، وذلك عبر الذكاء الأخلاقي، وإمكانية التنبؤ بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة من خلال المناعة النفسية.

بالإضافة إلى وجود العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة الذكاء الانفعالي كدراسة كل من: عبد الرحمن عيد الجهني (٢٠١١)؛ مريامة حنصالي (٢٠١٤)؛ بشير أحمد العلوان (٢٠١٥)؛ زميت دليلة وايت حمودة حكيمة (٢٠١٧)؛ حسنية محمد آدم (٢٠١٨)؛ حمود عبد الرحمن السمحة وجهان عيسى العمران (٢٠١٩)؛ على محمود شعيب (٢٠٢٠)؛ أحمد محمد غزو (٢٠٢٠)؛ أحمد عبد الله الطراونة (٢٠٢١)؛ هبة الوعري (٢٠٢١)؛ جلال محمد جاسم (٢٠٢١) والتي توصلت نتائجها إلى: فاعلية البرامج القائمة على الذكاء الانفعالي في تنمية المشاركة الاجتماعية، ووجود علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي وكل من: إدارة الضغوط، وقلق المستقبل، والصلابة النفسية، والمهارات الاجتماعية وقلق المستقبل وفاعلية الذات والتعلم الانفعالي الاجتماعي، واليقظة العقلية والمرونة النفسية والمناعة النفسية، وإمكانية التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية الصلابة النفسية والتعلم الانفعالي الاجتماعي.

إلا أنهم لم يتطرقوا لمعرفة مستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، فضلاً عن معرفة العلاقة بينهم، وإمكانية الوصول إلى صيغة تنبؤية توضح مدى إمكانية التنبؤ بدرجة المناعة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمعلومية درجاتهم في الذكاء الانفعالي، حيث تعدّ هذه الدراسة الأولى- في حدود علم الباحثة- التي تلقي الضوء على المناعة النفسية والذكاء الانفعالي والوقوف على طبيعة العلاقة بينهم لدى عينة من طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، واستناداً إلى قلة الاهتمام الكافي لدى الباحثين في البيئة العربية وندرة الدراسات التي أجريت في هذا المجال، فإن مشكلة الدراسة الحالية تتبلور في التساؤلات التالية:

١) ما مستوى المناعة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل؟
٢) ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل؟
٣) هل توجد علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل؟
٤) هل يمكن التنبؤ بدرجة الذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بمعلومية درجاتهم في المناعة النفسية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

١. التعرف على مستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية.
٢. تحديد طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية.
٣. التعرف على إمكانية التنبؤ بدرجة طلبة جامعة الملك فيصل في الذكاء الانفعالي بمعلومية درجاتهم في المناعة النفسية.

أهمية الدراسة:

تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من خلال طبيعة المرحلة العُمرية لطلاب الجامعة، إذ أنها تُعد من أهم مراحل النمو الإنساني في تكوين شخصية الإنسان، فهم يمثلون شريحة عريضة في المجتمع وتعول عليهم الدول الآمال الكبيرة في البناء والتنمية، بجانب أهمية الموضوع والذي يتناول كشف العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة. **وفي ضوء ذلك تكمن الأهمية النظرية للدراسة الحالية:**

- التعرف على مستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، بالإضافة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي، وإمكانية الوصول إلى صيغة توضح مدى إمكانية التنبؤ بالمناعة النفسية بمعلومية والذكاء الانفعالي.
- إثراء المعرفة والمكتبة العربية والمجال التربوي بمعلومات عن المناعة النفسية والذكاء الانفعالي، بالإضافة إلى تقديم مجموعة من المقاييس العلمية المقننة للتراث النفسي والتربوي والمهتمين بالعملية التعليمية يمكن من خلالها التعرف على المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل.
- ندرة الدراسات المتعلقة بدراسة علاقة المناعة النفسية والذكاء الانفعالي في المملكة العربية السعودية، وبذلك تُعد هذه الدراسة استجابة للعديد من التوصيات البحوث والمُؤتمرات التي أكدت على ضرورة الاهتمام بهذا الجانب وإجراء الدراسات فيه.

بينما تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في التالي:

- إفادة المعنيين بإعداد المناهج الدراسية بحيث يحرصون على تضمينها موضوعات وأنشطة تزيد من المناعة النفسية للطلاب، وتنمي مستوى الذكاء الانفعالي لديهم.
- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية الباحثين وتفتح أمامهم المجال لإجراء العديد من الدراسات والبحوث، التي ترتكز على بناء وتصميم برامج تهدف لرفع كفاءة الطلبة في المناعة النفسية، لديهم وتنمي ذكائهم الانفعالي.
- تقديم مجموعة من التوصيات والتي من الممكن أن تستفيد منها الكليات والمؤسسات الجامعية خاصة جامعة الملك فيصل لتنمية المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلاب الجامعة.

المفاهيم الاجرائية للدراسة:

١) المناعة النفسية Psychological Immunity

يعرفها عصام محمد زيدان (٢٠١٣) بأنها "قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي وضبط الانفعالات والإبداع في حل المشكلات وزيادة فاعلية الذات ونموها وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف والتكيف مع البيئة.

وتعرف إجرائياً في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب/ة على مقياس المناعة النفسية. (إعداد الباحثة)

٢)الذكاء الانفعالي Emotional Intelligence

تعرفه الباحثة بأنه "قدرة طلبة جامعة الملك فيصل على إدراك وإدارة وتنظيم وضبط انفعالاتهم ومشاعرهم، وتحفيز ذاتهم وتوجيه انفعالاتهم وقبول التحدي وعدم الاستسلام، والتحلي بالتفاؤل والأمل والابتعاد عن التشاؤم والمشاعر السلبية، بجانب التعرف على مشاعر الآخرين وتفهم وإدراك انفعالاتهم والتعاطف معهم وإقامة علاقات وروابط وصلات فعالة معهم".

ويعرف إجرائياً في الدراسة الحالية بالدرجة التي يحصل عليها الطالب/ة على مقياس الذكاء الانفعالي. (إعداد الباحثة)

محددات الدراسة:

تتحدد الدراسة بالتالي:

- الحدود المكانية: جامعة الملك فيصل بالأحساء بالمملكة العربية السعودية.
- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م.
- الحدود البشرية: التي تتمثل في طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية.
- الأدوات: مقاييس (المناعة النفسية- الذكاء الانفعالي) من إعداد الباحثة.
- الأساليب الإحصائية: التي تستخدم في الدراسة الحالية.

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات السابقة التي تناولت المناعة النفسية مع العديد من المتغيرات.

أجريت العديد من الدراسات التي تناولت المناعة النفسية مع العديد من المتغيرات ومن هذه الدراسات: دراسة Bredacs (2016) هدفت إلى التعرف على فاعلية المناعة النفسية في تحسين تدريبات المعلمين المهنية وتوجههم نحو المستقبل، تكونت عينة الدراسة من (٥٣٤) طالب، طبق عليهم مقياس المناعة النفسية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى فاعلية المناعية النفسية في التوجه الإيجابي للمعلمين نحو المستقبل وتكوين توقعات متفائلة ونظرة إيجابية نحو المستقبل.

وأجرت أمل محمد غنايم (٢٠١٨) دراسة هدفت إلى التحقق من فاعلية برنامج نفسي ديني في تنشيط المناعة النفسية والتعرف على أثر تنشيطها في تعزيز الأمن الفكري، تكونت عينة الدراسة من (١٤) طالب وطالبة من الطلاب الموهوبين بالصف الأول الثانوي، طبق عليهم مقياس المناعة النفسية ومقياس الأمن الفكري، وبعد تطبيق البرنامج أسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج في تنشيط المناعة النفسية وعدم وجود أثر دال إحصائياً للبرنامج في تعزيز الأمن الفكري.

في حين أجرى رمضان عاشور سالم، هاني فؤاد سليمان (٢٠١٩) دراسة هدفت إلى بناء نموذج للعلاقات السببية بين المناعة النفسية والإيثار والذكاء الأخلاقي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٣) طالب من طلبة كلية العلوم ذوي الاحتياجات الخاصة، طبق عليهم ثلاثة مقاييس (المناعة النفسية، والإيثار، والذكاء الأخلاقي)، وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود تأثير مباشر دال إحصائيا للإيثار في الأبعاد الفرعية للمناعة النفسية، ما عدا بعد الثقة بالنفس، وكذلك وجود تأثير مباشر موجب للذكاء الأخلاقي في المناعة النفسية، وكذلك وجود تأثير غير مباشر موجب للإيثار في المناعة النفسية عبر الذكاء الأخلاقي.

كما قامت Essa (2020) بإجراء دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار النفسي بين طلاب الجامعة، تكونت عينة الدراسة من (١٤٠) طالب من طلاب الجامعة، طبق عليهم ثلاثة مقاييس (المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار النفسي)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة يمكن التنبؤ بها بين المناعة النفسية واليقظة الذهنية والازدهار النفسي، وأكدت النتائج على أهمية المناعة النفسية واليقظة في تحقيق الازدهار النفسي.

كما قام Gundogan (2021) بإجراء دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والرضا عن الحياة في ظل الخوف من فيروس كورونا المستجد (COVID-19)، تكونت عينة الدراسة من (٤٣٠) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعة عبارة عن (٢٧٩) طالب و(١٥١) طالبة، طبق عليهم مقياسي المناعة النفسية والرضا عن الحياة، وقد توصلت نتائج الدراسة إلي وجود

علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والرضا عن الحياة، وانخفاض مستوى طلبة الجامعة في كل من المناعة النفسية والرضا عن الحياة في ظل الخوف من فيروس كورونا، ووجود فروق دلالة إحصائية بين (الذكور والإناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور.

كما أجرت الشيماء محمود سالمان (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية وكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا COVID-19، تكونت عينة الدراسة من (٩٣) معلم ومعلمة من معلمي التعليم الأساسي، طبق عليهم مقياس المناعة النفسية، ومقياس تسامي الذات ومقياس قلق العدوى بفيروس كورونا، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى تمتع عينة الدراسة بمستوى متوسط من المناعة النفسية، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية وتسامي الذات، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين المناعة النفسية وقلق العدوى بفيروس كورونا، ولا توجد فروق في المناعة النفسية ترجع إلى النوع والعمر.

كما أجرت فاطمة الزهراء عبد الباسط عبد الواحد (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج لتنمية مهارات إدارة الذات في المناعة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (٢٢) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية جامعة حلوان، تم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية وعددها (١٢) ومجموعة ضابطة بلغ عددها (١٠)، طبق عليهم مقياسي إدارة الذات لطلاب الجامعة والمناعة النفسية، وبعد تطبيق البرنامج أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية بين إدارة الذات والمناعة النفسية، وعدم وجود فروق بين الطلاب تعزى للنوع والتخصص الدراسي في إدارة الذات والمناعة النفسية، كما أظهرت النتائج فعالية البرنامج في دعم المناعة النفسية.

كما أجرى محمد شوقي عبد المنعم وعاطف مسعد الحسيني (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين المناعة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) فرداً من أسر أطفال اضطراب طيف التوحد، (١٥) أباً، و (١٥) أماً، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس المناعة النفسية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات آباء الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد على مقياس المناعة النفسية وأساليب مواجهة الضغوط، كما أشارت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالمناعة النفسية لدى آباء وأمهات الأطفال ذوي اضطراب طيف التوحد من خلال أساليب مواجهة الضغوط.

كما أجرت مروة عبد الحميد أحمد (٢٠٢١) دراسة هدفت التعرف علي علاقة المناعة النفسية والتعافي النفسي بالشعور بالتماسك والأمل لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة، والتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالتماسك والأمل من خلال المناعة النفسية والتعافي النفسي، تكونت عينة الدراسة من (٦٠) عضواً من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ذوي الإصابة بفيروس كورونا، طبق عليهم مقياس المناعة النفسية والتعافي النفسي والشعور بالتماسك والأمل، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية يمكن التنبؤ بها بين المناعة النفسية والتعافي النفسي وكل من الشعور بالتماسك والأمل، ووجود فروق بين الذكور والإناث على مقياسي المناعة النفسية والتعافي النفسي لصالح الذكور.

بينما أجرى كل من سيد محمدي حسن ورانيا محمد سالم (٢٠٢٢) دراسة هدفت التعرف علي مستوى أنظمة المناعة النفسية واستراتيجيات مواجهة الضغوط، والتوافق النفسي، والتعرف على الدور الوسيط لاستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في تأثير أنظمة المناعة النفسية على التوافق النفسي، تكونت عينة الدراسة من (٦٠٥) تلميذاً وتلميذة عبارة عن (٢٣٤) تلميذاً و(٣٧١) تلميذة من تلاميذ الصف الرابع الابتدائي بمحافظة القليوبية، طبق عليهم ثلاثة مقاييس (المناعة النفسية، واستراتيجيات مواجهة الضغوط، والتوافق النفسي)، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن

عينة الدراسة تمتلك جهاز للمناعة النفسية متوسط الكفاءة، وكذلك يسعون إلى استخدام استراتيجيات للمواجهة قائمة على الانفعال بدرجة أكبر من استخدامهم لاستراتيجيات المواجهة القائمة على المشكلة، كما أشارت النتائج أن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية تُمثل دورًا وسيطًا في تأثر أنظمة المناعة النفسية على التوافق النفسي.

ثالثاً: الدراسات السابقة التي تناولت الذكاء الانفعالي مع العديد من المتغيرات.

تعددت الدراسات التي تناولت الذكاء الانفعالي مع العديد من المتغيرات، ومن هذه الدراسات: دراسة Ray et al. (2011) التي هدفت الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وتوكيد الذات والرضا عن الحياة، وتكونت عينة الدراسة من (٣١٦) مراهقاً ومراهقة من المراهقين، طبق عليهم مقاس الذكاء الانفعالي ومقياس توكيد الذات ومقياس الرضا عن الحياة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين أبعاد الذكاء الانفعالي وتوكيد الذات الرضا عن الحياة، ووجود علاقة موجبة بين توكيد الذات ورضا المراهقين عن الحياة، كما أظهرت النتائج أن الحالة المزاجية وإصلاح الانفعالات ترتبط بشكل مباشر وغير مباشر عن طريق (توكيد الذات) بالرضا عن الحياة لدى المراهقين.

كما أجرى Byrne (2012) دراسة هدفت إلى تقصي العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإجهاد والتوتر والصلابة النفسية والعوامل الخمس للشخصية، تكونت عينة الدراسة من (٨١) موظفاً وموظفة بقطاع الأعمال، عبارة عن (٤٥) ذكراً و(٣٦) أنثى تتراوح أعمارهم بين (١٦-٥٩) طبق عليهم مقياس الذكاء الانفعالي والإجهاد والتوتر والصلابة النفسية ومقاييس العوامل الخمس للشخصية، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة يمكن التنبؤ بها بين الذكاء الانفعالي والإجهاد، وعلاقة موجبة بين الذكاء الانفعالي والصلابة النفسية والأبعاد الانفعالية للشخصية.

كما أجرت مريامة حنصالي (٢٠١٤) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي وإدارة الضغوط النفسية والصلابة النفسية والتوكيدية، والتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بإدارة الضغوط النفسية من خلال الذكاء الانفعالي، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٠) عضواً من أعضاء هيئة التدريس الممارسين لمهام إدارية بالجامعة، طبق عليهم مقياس الذكاء الانفعالي وقائمة أساليب مواجهة الضغوط ومقياس الصلابة النفسية ومقياس التوكيدية، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي وكل من إدارة الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والتوكيدية لدى عينة الدراسة، وإمكانية التنبؤ بدرجة عينة الدراسة على مقياس إدارة الضغوط النفسية من خلال درجاتهم على مقياس الذكاء الانفعالي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الذكاء الانفعالي تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص.

كما أجرى Abdullah & Abu Talib (2015) دراسة هدفت فحص طبيعة العلاقات بين الذكاء الانفعالي وتقدير الذات والقلق الاجتماعي، والتعرف على الدور الوسيط للسمنة المفرطة والوزن الزائد والذكاء العاطفي في تقدير الذات والقلق الاجتماعي، تكونت عينة الدراسة من (٥٢٠) طالباً جامعياً، طبق عليهم مقاييس الذكاء الانفعالي وتقدير الذات والقلق الاجتماعي، وكشفت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين يعانون من تدني الذكاء الانفعالي وتقدير الذات كانوا أكثر عرضة للقلق الاجتماعي، كما توصلت النتائج إلى أن الأفراد الذين يعانون من السمنة المفرطة والوزن الزائد مع انخفاض تقدير الذات والذكاء الانفعالي واحترام الذات لديهم قلق اجتماعي أعلى من غيرهم.

كما أجرت Luna et al. (2019) دراسة هدفت تقييم تأثير برنامج تجريبي لتعليم الرياضة البدنية على الذكاء الانفعالي والقلق الاجتماعي والرفاهية الذاتية (نوعية الحياة المتعلقة بالصحة، والتأثير الإيجابي والتأثير السلبي)، تكونت عينة الدراسة من (١١٣) طالباً في التعليم الثانوي

الإلزامي تتراوح أعمارهم بين (١٢-١٥) عاما تم تقسيمهم إلى مجموعة ضابطة وعددها (٤٤) طالباً ومجموعة تجريبية وعددها (٦٩) طالباً، طبق عليهم مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس الرفاهية الذاتية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن البرنامج التجريبي للتربية البدنية والرياضية عزز تحسينات كبيرة في مؤشر الرفاهية الذاتية والذكاء الانفعالي في المجموعة التجريبية، كما أظهرت النتائج أن البرنامج أظهر تحسين في مؤشر المكون العاطفي للرفاهية الذاتية (أي انخفاض في المشاعر السلبية)، كما توصلت النتائج أن البرنامج لم يظهر تحسنا ملحوظا في القلق الاجتماعي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

كما أجرت Fateme et al (2020) دراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين الذكاء الانفعالي والصحة العقلية والقلق الاجتماعي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (٨٦) طالباً من ذوي الإعاقة البصرية والسمعية، عبارة عن (٢٨) طالباً من ذوي الإعاقة البصرية و(٥٨) طالباً من ذوي الإعاقة السمعية، طبق عليهم استبيان الذكاء الانفعالي والصحة العقلية والقلق الاجتماعي، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والقلق الاجتماعي، كما توصلت نتائج الدراسة إلى أنه يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية مكونات الصحة العقلية والقلق الاجتماعي، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق الاجتماعي وبين مكونات الأعراض الجسدية والقلق والأرق والضعف الاجتماعي والاكتئاب، كما بينت الدراسة أن الذكاء الانفعالي والصحة النفسية يعدان من التركيبات النفسية التي تلعب دورًا مهماً في تكوين اضطراب القلق الاجتماعي وتؤدي إلى استمرار أعراض هذا الاضطراب.

كما أجرى أحمد عبد الله الطراونة (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى معرفة أثر برنامج مستند إلى الذكاء الانفعالي في تنمية المشاركة الاجتماعية، تكونت عينة الدراسة من (٦٤) طالباً من طلبة جامعة مؤتة تم تقسيمهم إلى مجموعتين عبارة عن (٣٢) طالباً بالمجموعة التجريبية و(٣٢) طالباً بالمجموعة الضابطة، وبعد تطبيق البرنامج واستخدام مقياس المشاركة الاجتماعية، أظهرت نتائج الدراسة فاعلية البرنامج التدريبي المستند إلى الذكاء الانفعالي في تنمية المشاركة الاجتماعية لدى أفراد العينة.

كما أجرى كل من Isaias & Monalisa (2022) دراسة هدفت التعرف على الذكاء الانفعالي والمهارات الاجتماعية في مختلف مجالات العمل لدى القادة، تكونت عينة الدراسة من (١٢٠) مشاركاً من (١٤) شركة بولاية ساو باولو في بيئات عمل مختلفة (الإدارة، التقني، الهندسي، التجاري)، تتراوح أعمارهم بين (١٨-٦١) عاماً، عبارة عن (٨٤) ذكراً و(٣٦) أنثى، و(٤٤) من القادة و(٧٦) غير القادة، طبق عليهم استبيان المهارات الاجتماعية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فرق كبير في الذكاء الانفعالي بين بيئات العمل المختلفة، وانخفاض درجات الذكاء الانفعالي للقادة عند مقارنتها بدرجات غير القادة، وعدم وجود فرق في درجة الذكاء الانفعالي وفي درجات المهارات الاجتماعية العامة بين القادة وغير القادة.

كما أجرى Kahraman (2022) دراسة هدفت التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي ومستويات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة. واستخدم الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (٢١٢) طالباً جامعياً بإحدى الجامعات الحكومية في غرب تركيا، عبارة عن (٧٦) ذكراً و(١٣٦) أنثى، طبق عليهم مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس القلق الاجتماعي، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود آثر إيجابي للذكاء الانفعالي في تقليل مستويات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعات، كما أظهرت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالقلق الاجتماعي بمعلومية الذكاء الانفعالي.

كما أجرى كل من موسى مكي أبكر ومجذوب أحمد قمر (٢٠٢٢) دراسة هدفت التعرف على طبيعة العلاقة بن الجمود الفكري والاتزان الانفعالي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) شاباً وشابة بولاية نهر النيل بالسودان، طبق عليهم مقياسي الجمود الفكري والاتزان الانفعالي، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى مستوى منخفض من الجمود الانفعالي، ومستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الجمود الفكري والاتزان الانفعالي، وأن الاتزان الانفعالي منبئاً بالجمود الفكري، ووجود فروق دالة إحصائياً تعزى إلى الجنس في الاتزان الانفعالي وذلك لصالح الذكور.

رابعاً: فروض الدراسة.

١) "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية".
٢) "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي".
٣) "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة".
٤) "لا يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة".

إجراءات الدراسة

أولاً منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يصف الظاهرة المدروسة وصفاً كمياً وكيفياً من خلال جمع المعلومات وتصنيفها، وتحليلها، بجانب الكشف على طبيعة العلاقة بين أبعادها المختلفة، وذلك من أجل تفسيرها تفسيراً كافياً والوصول إلى استنتاجات عامة تسهم في فهم الحاضر وتشخيص الواقع وأسبابه، وذلك من خلال أسلوب المسح للتعرف على مستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، بالإضافة إلى تحديد طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي، بجانب التعرف على إمكانية التنبؤ بدرجة الطلبة في المناعة النفسية بمعلومية درجاتهم في الذكاء الانفعالي.

ثانياً: مجتمع وعينة الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من الطلاب والطالبات بجامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية للعام الجامعي ١٤٤٤/١٤٤٣ه، الموافق ٢٠٢٣/٢٠٢٢م، وقد تم اختيار وسحب عينتي الدراسة الاستطلاعية والأساسية بالطريقة العشوائية، وفيما يلي وصف هاتين العينتين:

١) **العينة الاستطلاعية:** تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٥٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، تم تقسيمهم إلى (٢٥) طالباً و(٢٥) طالبة تراوحت أعمارهم بين (١٨-٢٤) عام بمتوسط (٢٠) عام و(٩) أشهر وانحراف معياري (١,٥٩)، ثم قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة عليهم وذلك لحساب الخصائص السيكومترية لها.
٢) **العينة الأساسية:** تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٧١١) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية للعام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٣ه، الموافق ٢٠٢٣/٢٠٢٢م، حيث قامت الباحثة بعمل حصر لجميع الكليات بجامعة الملك فيصل، ولقد وقع اختيارها على مجموعة من الكليات التي تشمل الطلاب والطالبات

ثالثاً: أدوات الدراسة وتقنينها: للتحقق من أهداف الدراسة والتي تتمثل في التعرف على المناعة النفسية وبيان العلاقة بينها وبين الذكاء الانفعالي، وما يتفرع من ذلك من أهداف فرعية، كان لزاماً التوصل إلى بعض أدوات القياس التي تفي بهذا الغرض والتي تتمثل في الأدوات التالي:

١) **مقياس المناعة النفسية: من إعداد (الباحثة) ملحق (١)**

أ. **هدف المقياس:** يهدف المقياس إلى تحديد مستوى طلاب جامعة الملك فيصل في المناعة النفسية.

ب. **خطوات بناء المقياس:** قامت الباحثة باتباع الخطوات التالية عند بناء وإعداد مقياس المناعة النفسية:

- الاطلاع على الآداب والأطر النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بالمناعة النفسية.
- الاطلاع على الأدوات والمقاييس التي تناولت المناعة النفسية.
- تم إعداد وبناء المقياس الحالي، في ضوء الأطر والأدبيات النظرية والمقاييس السابقة، حيث تم صياغة (٩٠) مفردة موزعة على (٩) أبعاد بالتساوي، وذلك في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد وبما يتوافق مع خصائص عينة الدراسة، وتتكون أبعاد المقياس في صورته الأولية من الأبعاد التالية:

-التفكير الإيجابي: قدرة طلبة الجامعة على الاعتماد على الذات في تحقيق الأهداف، وتبني الآراء والأفكار الإيجابية والنظرة الواقعية للحياة والتقييم الموضوعي للأمور.

-الإبداع وحل المشكلات: قدرة الفرد على طرح الأفكار وإنتاج حلول وبدائل إبداعية للمشكلات التي تواجهه.

-ضبط النفس والاتزان: قدرة طلبة الجامعة على التحكم في الذات وضبط الانفعالات والسيطرة عليها والحفاظ على الاتزان الانفعالي.

-الصمود والصلابة النفسية: قدرة طلبة الجامعة على تحمل المسؤوليات ومواجهة الصعوبات والتصدي للمشكلات والصمود أمام الضغوط والأزمات والتمسك بالقيم والثوابت.

-فاعلية الذات: قدرة طلبة الجامعة على استخدام ما لديه من إمكانيات في إدارة وتوجيه شؤون حياته، بما يحقق له النمو والتطور وتحقيق أهدافه.

-الثقة بالنفس: قدرة طلبة الجامعة على التعرف على ما لديه من إمكانيات وقدرات، والثقة في آراءه وقرارته، واستطاعته إقناع الآخرين بها.

-التحدي والمثابرة: قدرة طلبة الجامعة على بذل أقصى جهد في تحقيق الأهداف ومواصلة العمل وتحدي جميع الظروف التي تواجهه، والكشف عن المجهول والغموض.

-المرونة النفسية والتكيف: قدرة طلبة الجامعة على تقبل الآراء الأخرى، وتعديل وتغيير أفكاره في كافة المجالات والتكيف مع الظروف والمتغيرات التي تواجهه بما يحقق له الأمن والسلام.

-التفاؤل: قدرة طلبة الجامعة على النظرة الإيجابية للأشياء والشعور بالأمل في تحقيق الأهداف والأمنيات ونشر قيم الحق والعدل وتوقع الخير وتحسين الأمور.

ويتضح أن عدد مفردات المقياس في صورته الأولية بلغ (٩٠) مفردة موزعة بالتساوي على أبعاد المقياس التسعة، بينما بلغت مفردات المقياس في صورته النهائية (٨٥) مفردة، وذلك بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والتحقق من خصائصه السيكومترية.

ج- **تقدير الدرجات وتصحيح المقياس:** قامت الباحثة بوضع مجموعة من البدائل لكل عبارة من عبارات المقياس وذلك وفق تدريج ليكارت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وقد تم تقدير درجات المقياس بحيث تعطى الدرجة (٥) لمن يختار البديل (دائماً)، في حين تعطى الدرجة (٤) لمن يكون اختياره (غالباً)، بينما تعطى الدرجة (٣) لمن يقع اختياره على البديل (أحيانًا)، وتعطى الدرجة (٢) لمن يختار البديل (نادراً)، كما تعطى الدرجة (١) لمن يختار البديل (أبداً)، وعلى كل فرد من أفراد العينة وضع علامة (√) تحت الاختيار الذي يراه مناسبًا، وفي ضوء ذلك تبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٨٥) درجة والتي تشير إلى انخفاض المناعة النفسية لدى أفراد العينة، أما الدرجة العظمى فتبلغ (٤٢٥) درجة وهي تشير إلى ارتفاع درجة أفراد العينة في المناعة النفسية.

د- الخصائص السيكومترية:

أولاً: الصدق

- **صدق المحتوى:** لحساب صدق المحتوى لمقياس المناعة النفسية، قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على (١١) محكم من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس والصحة النفسية موضحه أسمائهم بمحلق (٤)، وطلب منهم: إبداء الرأي في مدى تمثيل كل مفردة للبعد الذي تنتمي إليه، ومدى ملائمتها لعينة الدراسة، وإضافة أو حذف أو تعديل ما يرونه مناسباً، ويتضح أن نسبة اتفاق المحكمين على عناصر التحكيم، تراوحت بين (٨٢%، ١٠٠%)، وهي نسب مقبولة، كما قامت الباحثة بتعديل الملاحظات التي أبداها المحكمين على المقياس وإعادة صياغة بعض المفردات، بالإضافة إلى حذف بعض المفردات، حيث تم حذف مفردة واحدة في كل بعد من الأبعاد التالية: (التفكير الإيجابي، فاعلية الذات، التفاؤل) حيث بلغت نسبة اتفاق المحكمون على هذه العبارات هي (٧٢%) من المجموع الكلى للمحكمين.
- **صدق الاتساق الداخلي:** قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بعد حذف وتعديل المفردات من قبل السادة المحكمين، وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل من درجات العينة الاستطلاعية لكل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويتضح أن جميع معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٣٤، ٠,٨٥) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١، ٠,٠٥)، عدا المفردة رقم (٤) ببعد التحدي والمثابرة، والمفردة رقم (١٠) ببعد التفاؤل.

كما تم حساب معامل الارتباط بين كل من درجات العينة الاستطلاعية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس، ويتضح أن جميع معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٩١، ٠,٦١) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: الثبات: اعتمدت الباحثة عند حساب الثبات على استخدام الطريقتين التاليتين:

- **إعادة التطبيق:** قامت الباحثة بتطبيق مقياس المناعة النفسية على أفراد العينة الاستطلاعية وبعد مرور ثلاثة أسابيع تم إعادة التطبيق مرة ثانية على نفس أفراد العينة، ثم قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط لكل من أبعاد مقياس المناعة النفسية ودرجته الكلية لأفراد العينة الاستطلاعية في التطبيقين القبلي والبعدي
- **ألفا كرونباخ:** تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ لحساب ثبات مقياس المناعة النفسية، وذلك لكل بعد والدرجة الكلية للمناعة النفسية وذلك بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، ويتضح أن قيم معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق تراوحت بين (٠,٨٩، ٠,٩٦) وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) وجميعها قيم أكبر من (٠,٦)، كما تراوحت قيم معامل ثبات ألفا كرونباخ بين (٠,٦٢، ٠,٩٧) وهي قيم أكبر من (٠,٦)، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

٣) مقياس الذكاء الانفعالي: من إعداد (الباحثة) ملحق (٣)

أ- **هدف المقياس:** يهدف المقياس إلى تحديد مستوى طلاب جامعة الملك فيصل في الذكاء الانفعالي.

ب- **خطوات بناء المقياس:** قامت الباحثة باتباع الخطوات التالية عند بناء وإعداد مقياس الذكاء الانفعالي:

- الاطلاع على الأطر والآداب النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بالذكاء الانفعالي.
- الاطلاع على العديد من الأدوات والمقاييس التي تناولت الذكاء الانفعالي.
- إعداد وبناء المقياس الحالي، في ضوء الأطر والأدبيات النظرية والمقاييس السابقة، حيث تم صياغة (٥٠) مفردة موزعة على (٥) أبعاد بالتساوي، وذلك في ضوء التعريف الإجرائي لكل بعد وبما يتوافق مع خصائص عينة الدراسة، حيث تتكون أبعاد المقياس في صورتها الأولية من الأبعاد التالية:
- الوعي بالانفعالات: ويتمثل في معرفة وإدراك طلبة جامعة الملك فيصل لذاتهم وتفهم انفعالاتهم ومشاعرهم، ومعرفة أوجه القوة والضعف فيها، والانتباه المستمر لحالتهم النفسية، وملاحظة الخبرات التي يمرون بها.
- إدارة الانفعالات: وتتمثل في قدرة طلبة جامعة الملك فيصل على ضبط مشاعرهم والتحكم بانفعالاتهم والتعامل مع الانفعالات وإدارتها بشكل ملائم.
- دافعية الذات: وتتمثل في مجموعة القوى والجهود التي يبذلها طلبة جامعة الملك فيصل لتحفيز الذات وتوجيه الانفعالات، لإنجاز المهام بالسرعة الممكنة لتحقيق الأهداف المنشودة، مع قبول التحدي وعدم الاستسلام، والتحلي بالتفاؤل والأمل والابتعاد عن التشاؤم والمشاعر السلبية.
- الإدراك الانفعالي للآخرين: وهو قدرة طلبة جامعة الملك فيصل على تفهم وإدراك انفعالات الآخرين والتعاطف معهم، من خلال معرفة انفعالاتهم وتقييمها، والتقاط الإشارات الانفعالية لهم، كقراءة مشاعرهم ونبرة أصواتهم وتعبيرات وجوههم، لخلق علاقة مودة مع الآخرين والحفاظ عليها.
- إدارة العلاقات الاجتماعية: وتتمثل في قدرة طلبة جامعة الملك فيصل على التعامل مع الآخرين والتأثير فيهم، وإقامة علاقات وروابط وصلات فعالة معهم، وإدارة عملية التفاعل والتواصل لمساعدة الآخرين لتغيير بعض الجوانب من أنفسهم وبيئتهم، وكسب الآخرين في صفه، وذلك عن طريق مجموعة من القواعد كالإقناع والاتصال والتعاون والقيادة والمبادرة في التغيير والتفاوض.

ويتضح أن عدد مفردات المقياس في صورتها الأولية بلغ (٥٠) مفردة موزعة بالتساوي على أبعاد المقياس الخمسة، بينما بلغت مفردات المقياس في صورتها النهائية (٤٢) مفردة، وذلك بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والتحقق من خصائصه السيكومترية.

ج-**تقدير الدرجات وتصحيح المقياس:** قامت الباحثة بوضع مجموعة من البدائل لكل عبارة من عبارات المقياس وذلك وفق تدريج ليكارت الخماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وقد تم تقدير درجات المقياس بحيث تعطى الدرجة (٥) لمن يختار البديل (دائماً)، في حين تعطى الدرجة (٤) لمن يكون اختياره (غالباً)، بينما تعطى الدرجة (٣) لمن يقع اختياره على البديل (أحيانًا)، وتعطى الدرجة (٢) لمن يختار البديل (نادراً)، كما تعطى الدرجة (١) لمن يختار البديل (أبداً)، وعلى كل فرد من أفراد العينة وضع علامة (√) تحت الاختيار الذي يراه مناسبًا، وفي ضوء ذلك تبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٤٢) درجة والتي تشير إلى انخفاض

الذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة، أما الدرجة العظمى فتبلغ (٢١٠) درجة وهي تشير إلى ارتفاع درجة أفراد العينة في الذكاء الانفعالي.

د-الخصائص السيكومترية:

أولاً: الصدق:

- **صدق المحتوى:** لحساب صدق المحتوى لمقياس الذكاء الانفعالي، قامت الباحثة بعرض المقياس في صورته الأولية على (١١) محكم من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس والصحة النفسية موضحه أسمائهم بمحلق (٤)، وطلب منهم: إبداء الرأي في مدى تمثيل كل مفردة للبعد الذي تنتمي إليه، ومدى ملاءمتها لعينة الدراسة، وإضافة أو حذف أو تعديل ما يرونه مناسباً.

ويتضح أن نسبة اتفاق المحكمين على عناصر التحكيم، تراوحت بين (٩١%، ١٠٠%)، وهي نسب مقبولة، كما قامت الباحثة بتعديل الملاحظات التي أبداها المحكمون على المقياس وإعادة صياغة بعض المفردات، بالإضافة إلى حذف بعض المفردات، حيث تم حذف مفردة واحدة في كل بعد من الأبعاد التالية: (الوعي بالانفعالات، الإدراك الانفعالي للآخرين) حيث بلغت نسبة اتفاق المحكمين على هذه العبارات هي (٧٢%) من المجموع الكلى للمحكمين.

- **صدق الاتساق الداخلي:** قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس، بعد حذف وتعديل المفردات من قبل السادة المحكمين، وذلك عن طريق حساب معامل ارتباط بين كل من درجات العينة الاستطلاعية لكل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويتضح أن جميع معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٣٨، ٠,٩٤) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، كما تم حساب معامل الارتباط بين كل درجات العينة الاستطلاعية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس واتضح أن جميع معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٨٥، ٠,٨٨) وهي قيم دالة عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يدل على أن مقياس الذكاء الانفعالي يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق.

ثانياً: ثبات المقياس: اعتمدت الباحثة عند حساب الثبات على استخدام الطريقتين التاليتين:

- **إعادة التطبيق:** قامت الباحثة بتطبيق مقياس الذكاء الانفعالي على أفراد العينة الاستطلاعية وبعد مرور ثلاثة أسابيع تم إعادة التطبيق مرة ثانية على نفس أفراد العينة، ثم قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط لكل من أبعاد مقياس الذكاء الانفعالي ودرجته الكلية لأفراد العينة الاستطلاعية في التطبيقين القبلي والبعدي.
- **ألفا كرونباخ:** تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ لحساب ثبات مقياس الذكاء الانفعالي، وذلك لكل بعد والدرجة الكلية للذكاء الانفعالي، وذلك بعد تطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية، ويتضح أن قيم معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق تراوحت بين (٠,٩٠، ٠,٩٥) وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) وأكبر من (٠,٦٠)، كما تراوحت قيم معامل ثبات ألفا كرونباخ بين (٠,٩٠، ٠,٩٧) وهي قيم أكبر من (٠,٦٠)، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

رابعاً: خطوات الدراسة:

١) قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المراجع العربية والأجنبية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة، والاستفادة منها في بناء الإطار النظري والدراسات السابقة لمفاهيم الدراسة الحالية.

٢) الاطلاع على مجموعة من الدراسات والأبحاث السابقة والعديد من المقاييس التي استهدفت قياس كل من: المناعة النفسية والذكاء الانفعالي، وذلك بهدف إعداد أدوات الدراسة الحالية.

٣) قامت الباحثة بالتواصل مع عمادة البحث العلمي بجامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، للموافقة على عملية تطبيق أدوات الدراسة على الطلاب والطالبات بالجامعة ملحق (٥)، وتم اختيار أفراد عينة الدراسة في ضوء الضوابط المحددة لذلك.

٤) تم تطبيق أدوات الدراسة الحالية والمتمثلة في: مقياس المناعة النفسية ومقياس الذكاء الانفعالي على العينة الاستطلاعية، وذلك بهدف تقنين أدوات الدراسة وحساب الخصائص السيكومترية لها.

٥) قامت الباحثة بعد التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة وصلاحيتها للتطبيق وذلك على العينة الاستطلاعية، بتطبيقها على العينة الأساسية في الفصل الدراسي الثاني للعام الجامعي ١٤٤٣/١٤٤٤هـ، الموافق ٢٠٢٢/٢٠٢٣م، بهدف التعرف على مستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى طلبة جامعة الملك فيصل بالمملكة العربية السعودية، وتحديد طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي، والتعرف على إمكانية التنبؤ بدرجة الطلبة في المناعة النفسية بمعلومية درجاتهم في الذكاء الانفعالي (موضوع الدراسة).

٦) قامت الباحثة بتصحيح الأدوات بعد تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية، وتفريغ الدرجات في جداول خاصة بها، وإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لها، وذلك بهدف التحقق من صحة فروض الدراسة.

نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بمستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى أفراد العينة.

١) **نتائج الفرض الأول**: ينص الفرض الأول على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة "ت" لحساب دلالة الفروق بين متوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية والمتوسط الفرضي (٣)، والجدول التالي رقم (١) يوضح ذلك:

جدول رقم (١) يوضح المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" لعينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية والمتوسط الفرضي

الأبعاد / البيان	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
التفكير الإيجابي	٤٠,٢٠	٥,٣١	٥٢,٤٥**
الإبداع وحل المشكلات	٣٧,٩٨	٦,٢١	٣٥,٠٧**
ضبط النفس والاتزان	٣٨,٠١	٦,٤٥	٣٣,٨٩**
الصمود والصلابة النفسية	٤٠,٤١	٦,١٩	٤٥,٨٢**
فاعلية الذات	٤١,٥٧	٦,٤٠	٤٩,٣١**
الثقة بالنفس	٤١,٤٤	٥,٩١	٥٢,٨٣**
التحدي والمثابرة	٣٩,٧١	٦,٠٤	٤٣,٨٢**
المرونة النفسية والتكيف	٣٨,٥١	٦,١٩	٣٧,٤٩**
التفاؤل	٤١,٧٢	٥,٧٨	٥٥,٣٦**
الدرجة الكلية	٣٥٩,٥٥	٤٣,٤٤	٥٦,٢٣**

**P < ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (١) أن قيم "ت" تراوحت بين (٣٣,٨٩، ٥٦,٢٣) وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهي تشير إلى ارتفاع مستوى عينة الدراسة في المناعة النفسية، وهذا ما يدعو إلى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية لصالح متوسط عينة الدراسة".

٢) **نتائج الفرض الثاني**: ينص الفرض الثاني على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة "ت" لحساب دلالة الفروق بين متوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي والمتوسط الفرضي (٣)، والجدول التالي رقم (٢) يوضح ذلك:

جدول رقم (٢) يوضح المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" لعينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي والمتوسط الفرضي

الأبعاد / البيان	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"
الوعي بالانفعالات	٣٩,٦٨	٧,٠٩	**٣٧,٢٣
إدارة الانفعالات	٣٧,٧٦	٧,٦٤	**٢٧,٧٢
دافعية الذات	٤٠,٧٦	٦,٦٦	**٤٤,٠٥
الإدراك الانفعالي للآخرين	٤١,١٩	٧,٠٩	**٤٣,٠٥
إدارة العلاقات الاجتماعية	٣٧,٥٣	٧,٥٥	**٢٧,١٩
الدرجة الكلية	١٩٦,٩٢	٣١,٠١	**٤١,٢٩

**P < ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (٥-٣) أن قيم "ت" تراوحت بين (٢٧,١٩، ٤٤,٠٥) وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠،٠١)، وهي تشير إلى ارتفاع مستوى عينة الدراسة في الذكاء الانفعالي، وهذا مما يدعو إلى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي لصالح متوسط عينة الدراسة".

١٠) **نتائج الفرض الثالث:** ينص الفرض السابع على أنه "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة معامل الارتباط لبيرسون بين درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس الذكاء الانفعالي، والجدول التالي رقم (٣) يوضح ذلك:

جدول رقم (٣) يوضح قيمة معامل الارتباط بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي

الذكاء الانفعالي / المناعة النفسي	الوعي بالانفعالات	إدارة الانفعالات	دافعية الذات	الإدراك الانفعالي للآخرين	إدارة العلاقات الاجتماعية	الدرجة الكلية
التفكير الإيجابي	**٠,٤٨	**٠,٥٧	**٠,٦٣	**٠,٥٨	**٠,٥٤	**٠,٦٥
الإبداع وحل المشكلات	**٠,٤٧	**٠,٥٥	**٠,٥٣	**٠,٥٦	**٠,٥٣	**٠,٦١
ضبط النفس والاتزان	**٠,٤٠	**٠,٦١	**٠,٤٦	**٠,٣٨	**٠,٣٤	**٠,٥١
الصمود والصلابة	**٠,٣٧	**٠,٤٩	**٠,٥١	**٠,٤١	**٠,٣٧	**٠,٥٠
فاعلية الذات	**٠,٥٤	**٠,٦٣	**٠,٦٢	**٠,٦٥	**٠,٥٤	**٠,٦٩
الثقة بالنفس	**٠,٦١	**٠,٦٦	**٠,٦٦	**٠,٦٣	**٠,٥٥	**٠,٧٢
التحدي والمثابرة	**٠,٥٩	**٠,٥٧	**٠,٦٣	**٠,٦٨	**٠,٥٨	**٠,٧١
المرونة النفسية والتكيف	**٠,٦١	**٠,٦٩	**٠,٥٣	**٠,٥٢	**٠,٦٣	**٠,٧٠
التفاؤل	**٠,٤٧	**٠,٣٦	**٠,٥٦	**٠,٤٥	**٠,٤٥	**٠,٥٣
الدرجة الكلية	**٠,٦٣	**٠,٧٢	**٠,٧١	**٠,٦٧	**٠,٦٣	**٠,٧٨

**P < ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (٣) أن قيم معاملات الارتباط بين جميع أبعاد المناعة النفسية ودرجاتها الكلية، وبين جميع أبعاد الذكاء الانفعالي ودرجته الكلية تراوحت بين (٠,٣٤، ٠,٧٨) وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهذه القيم تشير إلى أنه كلما ارتفعت درجات أفراد عينة الدراسة في المناعة النفسية ارتفعت بناء عليه درجاتهم في الذكاء الانفعالي، وهذا مما يدعو إلى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على أنه "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة".

١٣) **نتائج الفرض الرابع:** ينص الفرض الثامن على أنه " لا يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة". ولمعرفة مدى إمكانية التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية، تم حساب الانحدار البسيط بين المتغير التابع (الذكاء الانفعالي) والمتغير المستقل (المناعة النفسية)، والجدولان التاليان رقم (٤) و (٥) يوضحان ذلك:

جدول رقم (٤) قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية المناعة النفسية

البيان	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)
المناعة النفسية	الانحدار	٤٣٦٢٠٨,٣٤	١	٤٣٦٢٠٨,٣٤	**١١٦٤,٩٢
	البواقي	٢٧٧٨٤٣,٤٥	٧٤٢	٣٧٤,٤٥	
	الكلي	٧١٤٠٥١,٧٩	٧٤٣	-	

P < ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (٤) أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ بالمناعة النفسية بمعلومية الذكاء الانفعالي بلغت (١١٦٤,٩٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلى فاعلية المناعة النفسية في التنبؤ بالذكاء الانفعالي. والجدول التالي يوضح نتائج تحليل الانحدار لمعرفة دلالة التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية المناعة النفسية:

جدول رقم (٥) يوضح نتائج تحليل الانحدار لمعرفة دلالة التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية المناعة النفسية

البيان	ر	$ر^2$	$ر^2$ النموذج	B	Beta	ت	الإسهام النسبي
المناعة النفسية	٠,٧٨٢	٠,٦١١	٠,٦١٠	٠,٥٥٨	٠,٧٨٢	**٣٤,١٣١	%٦١
ثابت الانحدار		-		٣,٦٢١	-	-	

P < ٠,٠١

يتضح من الجدول السابق رقم (٥) ما يلي:

- بلغت درجة معامل التفسير النهائي للنموذج المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار ($ر^2$ النموذج) (٠,٦١٠)، كما بلغت قيمة "ت" بين (٣٤,١٣١) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وتوضح هذه النتيجة أن المناعة النفسية تسهم بدرجة مقبولة في التنبؤ بالذكاء الانفعالي.
- بلغت درجة الإسهام النسبي (٦١%)، وهي تشير إلى درجة الإسهام النسبي للمناعة النفسية في تفسير تباين الذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة.
- إمكانية صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

الذكاء الانفعالي = ٣,٦٢١ + (٠,٥٥٨) X المناعة النفسية

والنتائج السابقة المتضمنة بجدول (٥-١٤) وجدول (٥-١٥) تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) وهذه العلاقة يمكن التنبؤ بها بين الذكاء الانفعالي والمناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة. مما يدعو إلى رفض الفرض الصفري وقبول الفرض البديل الذي ينص على أنه "يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة".

تفسير النتائج ومناقشتها:

أولاً: تفسير ومناقشة النتائج المتعلقة بمستوى المناعة النفسية والذكاء الانفعالي.

الفرض الأول: الذي ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية". وقد تبين من نتائج الجدول رقم (١) أن قيم "ت" الدالة على دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية، أنها تراوحت بين (٣٣,٨٩، ٥٦,٢٣) وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠،٠١)، وهذه القيم تشير إلى أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية لصالح متوسط عينة الدراسة". وهذا معناه أن عينة الدراسة من طلبة جامعة الملك فيصل لديها مستوى مرتفع في المناعة النفسية.

ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى طبيعة مفهوم المناعة النفسية نفسه والذي يرتبط بالعديد من المتغيرات الهامة والضرورية لطلبة الجامعة، حيث يحمي الطلبة الجامعيين من الإصابة بالاضطرابات النفسية والعقلية، ويوفر لهم قوة دفاعية لمواجهة الأفكار السلبية والإحباطات والضغوط والقلق والتوتر، والتي تعد بمثابة الفيروسات والأجسام المضادة النفسية التي تهدد صحة الطلبة النفسية.

- الدور المهم الذي يقوم به أعضاء هيئة التدريس بالمرحلة الجامعية، والذي يتجلى في مساعدة الطلبة على استكشاف وفهم البيئة المحيطة، وينمي العديد من المهارات كالتفكير الإيجابي، والشعور بالتماسك، والشعور بالسيطرة، والشعور بالنمو الذاتي، بالإضافة إلى مساعدة الطلبة على التكيف مع الظروف وتوليد الفرص في البيئة المحيطة، من خلال تنمية العديد من المهارات كمفهوم الذات الإبداعي، وحل المشكلات، والفاعلية الذاتية، والتوجه نحو الهدف، والمراقبة الاجتماعية، والقدرة على التعبئة والحشد الاجتماعي، والقدرات على الإبداع الاجتماعي، بجانب مساعدة الطلبة على إحداث التوازن والتحكم في الانفعالات، وجميع هذه المهارات تعد الركائز الأساسية لجهاز المناعة النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩) التي توصلت نتائجها إلى ارتفاع مستوى المناعة النفسية لدى المتفوقين دراسيا من طلاب الجامعة. ودراسة هاني عبدالحفيظ عبد العظيم (٢٠٢٠) التي توصلت نتائجها إلى تمتع طلاب الجامعة بدرجة عالية من المناعة النفسية، بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة Gundogan (2021) التي توصلت نتائجها إلى انخفاض مستوى طلبة الجامعة في المناعة النفسية، ودراسة سيد محمدي حسن ورانيا محمد سالم (٢٠٢٢) التي توصلت نتائجها إلى أن تلاميذ الصف الرابع الابتدائي يمتلكون جهاز للمناعة النفسية متوسط الكفاءة، ودراسة شروق غرام الله الزهراني (٢٠٢٢) التي بينت نتائجها وجود مستوى متوسط من المناعة النفسية لدى الموظفين بمدينة جدة.

الفرض الثاني: الذي ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي". وقد تبين من نتائج الجدول رقم (٢) أن قيم "ت" الدالة على دلالة الفروق بين المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي، أنها تراوحت بين (٢٧,١٩، ٤٤,٠٥) وجميعها قيم دالة إحصائياً عند

مستوى (٠،٠١)، وهذه القيم تشير إلى أنه "توجد فروق دالة إحصائياً بين درجة المتوسط الفرضي ومتوسط درجات عينة الدراسة على مقياس الذكاء الانفعالي لصالح متوسط عينة الدراسة". وهذا معناه أن عينة الدراسة من طلبة جامعة الملك فيصل لديها مستوى مرتفع في الذكاء الانفعالي.

ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى التنشئة الأسرية التي تتيح للطلبة بجامعة الملك فيصل منذ الصغر ضبط الانفعالات والتواصل الجيد مع الآخرين وتكوين علاقات ناجحة معهم، ومساعدتهم على التعبير عن مشاعرهم، بجانب غرس المشاعر الإيجابية لدى الأبناء واحترام الآخرين، والمشاركة في المناسبات الاجتماعية، وبذل قصارى الجهد في بر الوالدين ورعايتهم والتعاطف معهم وتقديم النموذج للأبناء في كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية الصعبة وكيفية تكوين علاقات وصلات قوية مع الآخرين.

- قوانين الجامعة التي تتميز بالشفافية وعدم التمييز بين الطلاب والتي تتيح لهم الفرصة للتعبير عن آرائهم والمشاركة في جميع الأنشطة والفعاليات دون تمييز، بجانب طبيعة الحياة الاجتماعية بالجامعة التي تتيح لهم تكوين علاقات اجتماعية إيجابية، والتواصل الفعال مع الآخرين، بجانب تقديم مجموعة من الخدمات الإرشادية المناسبة التي تساعد الطلبة على حل المشكلات التي تواجههم، وتحقق التوافق والتكيف الفعال مع الحياة الجامعية.

الفرض الثالث: الذي ينص على أنه "لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة". وقد تبين من نتائج الجدول السابق رقم (٧) أن قيم معاملات الارتباط الدالة على طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي أنها تراوحت بين (٠,٣٤، ٠,٧٨) وجميعها قيم موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهذا مما يشير إلى أنه "توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الانفعالي لدى عينة الدراسة". وهذا معناه أنه كلما ارتفع مستوى عينة الدراسة من طلبة جامعة الملك فيصل في المناعة النفسية أدى ذلك إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي لديهم.

الفرض الرابع: الذي ينص على أنه "لا يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤًا دالا إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة". وقد تبين من نتائج الجدول السابق رقم (٤) أن قيمة (ف) بلغت (١١٦٤,٩٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وتشير إلى فاعلية المناعة النفسية في التنبؤ بالذكاء الانفعالي. كما يشير الجدول السابق رقم (٥) الذي يوضح نتائج تحليل الانحدار لمعرفة دلالة التنبؤ بالذكاء الانفعالي بمعلومية المناعة النفسية، أن درجة الإسهام النسبي بلغت (٦١%)، وتشير إلى درجة الإسهام النسبي للمناعة النفسية في تفسير تباين الذكاء الانفعالي، وأن درجة معامل التفسير النهائي للنموذج المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار ($ر^{٢}$ النموذج) بلغت (٠,٦١١)، كما بلغت قيمة "ت" (٣٤,١٣١) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وتشير هذه النتائج إلى أنه "يمكن التنبؤ بالذكاء الانفعالي تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة". وهذا معناه أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة يمكن التنبؤ بها بين الذكاء الانفعالي والمناعة النفسية لدى طلبة جامعة الملك فيصل.

ويمكن إرجاع نتائج الفرض الثالث والرابع إلى ما يلي:

- الدور المهم الذى يقوم به أعضاء هيئة التدريس وما توفره البيئة الجامعية للطلبة بجامعة الملك فيصل، من خلق جو يعزز مفهوم المناعة النفسية وينمي الذكاء الانفعالي لديهم، وذلك من خلال جو يسوده الحرية وينمي ثقة الطلبة بأنفسهم ويتيح لهم الفرصة على الإبداع وحل المشكلات، والتفكير الإيجابي وضبط النفس والاتزان والصمود والصلابة النفسية، وفاعلية الذات، والثقة بالنفس، والتحدي والمثابرة، والمرونة النفسية والتكيف، والتفاؤل، بجانب تقوية وتنمية الذكاء

الانفعالي لديهم من خلال تنمية مهاراتهم في التعرف على انفعالاتهم والتحكم في مشاعرهم والتعاطف مع الآخرين والتعرف على مشاعر الآخرين وتكوين علاقات اجتماعية قوية معهم.

يعمل الذكاء الانفعالي جنباً إلى جنب مع المناعة النفسية ويؤثر كل منهما في الآخر ويقومان بدور مهم في تعزيز قدرات الطلبة على التوافق والتكيف مع الحياة الجامعية والتواصل الفعال مع المجتمع، حيث أن امتلاك الطلاب للذكاء الانفعالي بجانب المناعة النفسية يؤدي إلى ضبط الانفعالات، والتغلب على التحديات وتجاوز العقبات، بجانب صقل مهارات التفكير وتعزيز الثقة بالنفس، والكفاءة الذاتية الأكاديمية، واتخاذ القرارات، وزيادة الشعور بالأمن النفسي والوصول إلى تحقيق وتأكيد الذات، وتوجيه الطلاب إلى التعامل الإيجابي مع التوترات والضغوط وصعوبات الحياة وتحدياتها، بالإضافة إلى الجانب الوقائي والتحصين ضد الضغوط والمواقف والأحداث المؤلمة والمحبطة، وهذا ما أكدته العديد من الدراسات التي تناولت الذكاء الانفعالي والمناعة النفسية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات التي تناولت المناعة النفسية وأبعادها مع العديد من المتغيرات ذات الارتباط بالذكاء الانفعالي ومن الدراسات ذات الصدد في ذلك دراسة Koolaee et al. (2016) التي توصلت نتائجها إلى فاعلية البرنامج القائم على الذكاء الانفعالي في تنمية مهارات الطالبات في الثقة بالنفس وتوكيد الذات، ودراسة رانيا خميس الجزار (٢٠١٨) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس كأحد أبعاد المناعة النفسية والأداء الأكاديمي وإمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي من خلال المناعة النفسية، ودراسة ريهام وليد أبو زيد (٢٠١٨) التي توصلت نتائجها إلى فاعلية البرنامج المعرفي القائم على تنشيط المناعة النفسية في خفض الحساسية الانفعالية، ودراسة غزل عبد الرحمن آل الشيخ (٢٠١٨) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة يمكن التنبؤ بها بين الذكاء الانفعالي والمرونة النفسية، ودراسة حمود عبد الرحمن السمحة وجهان عيسى العمران (٢٠١٩) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة موجبة بين الصلابة النفسية والذكاء الانفعالي، ودراسة كل من Joshi & Ralavaniya (2021) والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الذكاء الانفعالي والمناعة النفسية وبين الذكاء الانفعالي والتسامح وبين المناعة النفسية والتسامح، ودراسة أحمد عبد الله الطراونة (٢٠٢١) التي توصلت نتائجها إلى فاعلية البرنامج المستند إلى الذكاء الانفعالي في تنمية المشاركة الاجتماعية، ودراسة جلال محمد جاسم (٢٠٢١) والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين الذكاء الانفعالي والمناعة النفسية، ودراسة سهيلة عبد البديع شريف (٢٠٢٢) التي توصلت نتائجها إلى فاعلية البرامج القائمة على استراتيجيات المعرفية لتنظيم الانفعال في تحسين المناعة النفسية والكفاءة الذاتية الأكاديمية.

بينما تختلف مع نتائج دراسة ليلى بابكر عمر (٢٠٢١) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة سالبة بين المناعة النفسية ومستوى الذكاء الاجتماعي، ودراسة Sanchez-Lopez1 et al. (2022) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي والسلوك المحفوف بالمخاطر، ودراسة طارق محمد بدر وكرار كريم دهش (٢٠٢٢) التي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة سالبة بين الذكاء الانفعالي وتشيئ الذات.

المراجع:

أحمد عبد الله الطراونة (٢٠٢١). أثر برنامج تدريبي مستند إلى الذكاء الانفعالي في تنمية المشاركة الاجتماعية لدى عينة من طلبة جامعة مؤتة، **مجلة دراسات العلوم التربوية**، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، ١(٤٨)، ٣٣٨-٣٥٤.

أحمد محمد غزو (٢٠٢٠). الذكاء الانفعالي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الأطفال الأيتام ومجهولي النسب، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، عمادة البحث العلمي جامعة اليرموك، ٢(١٦)، ١٥٥-١٧٢.

أماني عادل علي (٢٠١٩). المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٩(١٠٤)، ٥١-١٠٤.

أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية، **مجلة الإرشاد النفسي**، (٥٥)، ٣٨١-٤٢٦.

انتصار كمال قاسم (٢٠٠٩). القلق الاجتماعي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة، **مجلة العلوم النفسية**، مركز البحوث النفسية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، (١٥)، ٢٧١-٣١٧.

بشير أحمد العلوان (٢٠١٥). علاقة الذكاء الانفعالي بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية من وجهة نظر الطلبة أنفسهم، **مجلة اتحاد الجامعات العربية للبحوث في التعليم العالي**، اتحاد الجامعات العربية، ٢(٣٥)، ٨٣-٩٧.

جلال محمد جاسم (٢٠٢١). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، **مجلة كلية التربية الأساسية**، الجامعة المستنصرية، (١١٢)، ٤٧٦-٤٩٢.

حسنية محمد آدم (٢٠١٨). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة في قسم الإرشاد وعلم النفس وقسم الدراسات الإسلامية، **المجلة الليبية العالمية**، كلية التربية بالمرج جامعة بنغازي، (٣٦)، ١-٢٩.

حمود عبد الرحمن السمحة وجهان عيسى العمران (٢٠١٩). الصلابة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من معلمي ومعلمات التربية الخاصة في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ٢٩(١٠٤)، ٤٦٩-٥٠٤.

حنان السيد حسن ومروة محمود عمار (٢٠٢٠). التنبؤ بالتوافق الأكاديمي والانفعالي لدى التلاميذ الصم وضعاف السمع والسامعين في ضوء المناعة النفسية لأمهاتهم، **مجلة التربية الخاصة**، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق، ٩(٣١)، ٩٩-١٧١.

رانيا خميس الجزار (٢٠١٨) المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، **مجلة البحث العلمي في التربية**، (١٩)، ٤٩٣-٥٣٥.

رمضان عاشور سالم، هاني فؤاد سيد محمد سليمان (٢٠٢٠). بناء نموذج للعلاقات السببية بين أبعاد كل من الإيثار، الذكاء الأخلاقي والمناعة النفسية لدى عينة من طلبة كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة، **مجلة العلوم التربوية**، جامعة القاهرة، ٤(٢٨)، ١-١٠٦.

ريهام وليد أبو زيد (٢٠١٨)، فاعلية برنامج معرفي سلوكي في تنشيط المناعة النفسية لخفض الحساسية الانفعالية لدى عينة من الأيتام في محافظة خان يونس، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الأقصى.

زميت دليلة وايت حمودة حكيمة (٢٠١٧). علاقة الصلابة النفسية والذكاء الانفعالي بمستوى الصحة النفسية لدى البطال، **مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية**، (١٠)، ١٤٥-١٧٠.

سلامة الشارف العباني (٢٠١٠). الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة عين شمس، المؤتمر السنوي الخامس عشر، الإرشاد الأسري وتنمية المجتمع نحو آفاق إرشادية رحبة، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٤٣٣-٤٦٤.

سيد محمدي حسن ورانيا محمد سالم (٢٠٢٢). استراتيجيات مواجهة الضغوط كمتغير وسيط بين أنظمة المناعة النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ١١٥(٣٢)، ١٤١-٢٠٢.

الشيماء محمود سالمان (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد covid-19 لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي على ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، **مجلة البحث العلمي في التربية**، جامعة المنيا، ٣(٢٢)، ٣٦٧-٤٠٢.

عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها، **مجلة كلية التربية**، جامعة طنطا، (٥١)، ٨١١-٨٨٢.

عصام محمد زيدان (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي تكاملي لتحسين المناعة النفسية وأثره في خفض قلق الموت لدى مرضى التهاب الكبد الفيروسي "C"، **مجلة كلية التربية**، جامعة طنطا، ٤(٦٠)، ٣٩٣-٥٠٦.

علي محمود شعيب (٢٠٢٠). اليقظة العقلية والمرونة النفسية والذكاء الانفعالي كمنبئات بالتعلم الانفعالي الاجتماعي لدى عينة من الطلاب المعلمين بكلية التربية، **المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية**، المؤسسة الدولية لآفاق المستقبل، ٣(٢)، ٦٥-١٠٤.

فاطمة الزهراء عبد الباسط عبد الواحد (٢٠٢١). فعالية برنامج لتنمية مهارات إدارة الذات وأثره في دعم المناعة النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان، **مجلة البحث العلمي في التربية**، ٩(٢٢)، ١٤٩-٢٠١.

فاطمة مسعود خالد (٢٠١٧). العلاقة بين الذكاء الوجداني والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، **مجلة البحث العلمي في التربية**، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية جامعة عين شمس، ٤(١٨)، ٥١١-٥٣٠.

ليلى بابكر عمر (٢٠٢١)، المناعة النفسية لدى طالبات كلية التربية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي، **المجلة العلمية**، كلية التربية، جامعة أسيوط، ٧(٣٧)، ٦١-٩٥.

محمد شوقي عبد المنعم وعاطف مسعد الحسيني (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط لدى أسر أطفال اضطراب طيف التوحد في ظل جائحة كورونا، **المجلة التربوية**، كلية التربية بسوهاج، ١٣(٨٨)، ٨١٥-٨٥٦.

مروة عبد الحميد أحمد (٢٠٢١). المناعة النفسية والتعافي النفسي كمنبئين بالشعور بالتماسك والأمل لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ذوي الإصابة بفيروس كورونا (كوفيد-١٩)، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ٣١(١١٣)، ٣٦٩-٤٠٧.

مريامة حنصالي (٢٠١٤). إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي، رسالة دكتوراه غير منشورة قسم العلوم الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد خيضر، بسكرة الجزائر.

مريامة حنصالي (٢٠١٤). إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية (الصلابة النفسية والتوكيدية) في ضوء الذكاء الانفعالي، رسالة دكتوراه غير منشورة قسم العلوم الاجتماعية، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة محمد خيضر، بسكرة الجزائر.

هاني عبدالحفيظ عبد العظيم (٢٠٢٠). المناعة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة في ضوء جائحة كورونا (Covide-19)، **مجلة كلية التربية ببنها**، ١٢٤(٥)، ٦٥٩-٦٩٢.

هبة الوعري (٢٠٢١). المرونة النفسية وعلاقتها بالذكاء العاطفي لدى تلامذة الحلقة الثانية من مرحلة التعليم الأساسي في مدينة حمص، **مجلة جامعة البعث سلسلة العلوم التربوية**، جامعة البعث، ٤٣(٢٣)، ١٠١-١٥٤.

Abdullah, A. & Abu Talib, M. (2015). Self-esteem, body-esteem, emotional intelligence, and social anxiety in a college sample: the moderating role of weight, **Psychology Health & Medicine**, 21(2), 221-225.

Albert-Lorincz, E.; Kadar, A.; Krizbai، T. & Marton, R. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. **The New Education Review**, 1(23), 103 - 115.

Barbanell, L. (2009). **Breaking the Addiction to please: Goodbye Guilt**. Kindle Edition, London, Littlefield Publishers

Bredacs, A. (2016). Psychological Immunity Research to the Improvement of the Professional Teacher Training's National Methodological and Training Development**. Practice and Theory in Systems of Education**, 11(2), 118-141.

Byrne, M. (2012). A study of the relationship between emotional intelligence and stress management in the Irish workforce, thesis Submitted in partial fulfilment of the requirements of the Higher Diploma (Psychology Specialization) at DBS School of Arts, Dublin.

Dubey, A. & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. **Indian Journal of Social Science Researches**, 8(2), 36-47.

Essa, E. (2020). Modeling the relation among psychological immunity Mindfulness and Flourishing of University Students. **International Journal of Education**, 13(1), 37-43.

Fataneh, N. (2010). The Relationship between Alexithymia and Emotional Intelligence. **Asian Social Science**, 6(11), 11.

Fateme, F.; Kaboudi, M.; Alizadeh, Z. & Heidarisharaf, P. (2020). The relationship between emotional intelligence and mental health with social anxiety in blind and deaf children, **Cogent Psychology,** 7(1), 1-10.

Gundogan, S. (2021). The mediator role of the fear of COVID-19 in the relationship between psychological immunity and life satisfaction**, Current Psychology**, 1-9.

Luna, P.; Guerrero, J. & Cejudo, J. (2019). Improving Adolescents' Subjective Well-Being, Trait Emotional Intelligence and Social Anxiety through a Programme Based on the Sport Education Model. **International Journal of Environmental Research and Public Health**; 16(10), 18-21.

Michael, B. (2012). A study of the relationship between emotional intelligence and stress management in the Irish workforce. Submitted in partial fulfilment of the requirements of the Higher Diploma (Psychology Specialization) at DBS School of Arts, Dublin.

Olah, A.; Nagy, H. & Toth, K. (2010). Life expectancy and psychological immune competence in different cultures. **ETC-Empirical Text and Culture Research,** (4), 102-108.

Ray, L., Extremera, N. & Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self-esteem and life satisfaction in adolescents. **Psychosocial Intervention**, 20(2), 227-234.

Shohreh, G., Javand, M. & Mohammad, S. (2011). The relationship between emotional intelligence and life satisfaction and determining their communication skill test effectiveness. **Indian journal of science,** 4(11), 1561.