

البحث الثاني

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة

الثانوية بمحافظة مطروح

Psychometric Properties of the Scale of Psychological Immunity among
Secondary School Students in Matrouh Governorate

إعداد: -

د. / شادي محمد أبو السعود

أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية - جامعة مطروح

أ. د. / محمد غازي الدسوقي

أستاذ علم النفس التربوي
عميد شعبة السياسات التربوية
المركز القومي للبحوث التربوية والتنمية بالقاهرة

أ. / شيماء عبد الوهاب سعده

باحثة ماجستير- الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة مطروح

د. / فتحي محمد الشرقاوي

مدرس الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة مطروح

٢٠٢٤م - ١٤٤٥هـ

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة مطروح

المستخلص:

هدف البحث إلى إعداد مقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، والتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة مطروح، وقد طبق المقياس على عينة مكونة من (١٥٠) طالباً وطالبةً من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة مطروح الرسمية المتميزة للغات، بواقع (٥٤) طالباً، و(٩٦) طالبةً تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٦ - ١٨) عامًا، بمتوسط (١٧,١٦) وانحراف معياري قدره (٠.٥٩)، وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام صدق المفردات والصدق البنائي (التحليل العاملي التوكيدي)، وحساب الاتساق الداخلي؛ في حين تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة معامل ثبات ألفا كرونباخ وأوميجا ماك دونالد، وقد أسفرت النتائج تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق والاتساق الداخلي ودرجة عالية من الثبات؛ تدل على صلاحية المقياس في قياس مستوى المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية- طلاب المرحلة الثانوية.

Psychometric Properties of the Scale of Psychological Immunity among Secondary School Students in Matrouh Governorate

Abstract:

This research aims to develop a scale for measuring psychological resilience among secondary school students and to validate the psychometric properties of the psychological resilience scale among secondary school students in Matrouh Governorate. The scale was administered to a sample of 150 male and female students from a distinguished official language school in Matruh, consisting of 54 male students and 96 female students, with ages ranging from 16 to 18 years, with a mean age of 17.16 and a standard deviation of 0.59. Appropriate statistical methods were used to validate the scale, including content and construct validity (confirmatory factor analysis) and calculating internal consistency. The scale's reliability was also assessed using Cronbach's alpha and McDonald's omega coefficients. The results indicated that the scale had good levels of validity, internal consistency, and reliability, indicating its suitability for measuring psychological resilience among secondary school students.

Keywords Psychological Immunity – Secondary School Students.

تعتبر فترة المراهقة من أكثر المراحل التي تشهد تغيرات جسدية وعقلية واجتماعية كبيرة في حياة الإنسان، تتميز بثورة هرمونية ونفسية تجعل الشخص يعيش حالة من الانتقال والتحول.

تعتبر فترة المراهقة فترة حساسة تتصف بالتناقضات والتحديات، حيث يبحث المراهق خلالها عن الهوية والانتماء، ويواجه ضغوطاً متعددة من المجتمع والأصدقاء والعائلة. كما تتزايد الرغبة في استكشاف العالم الخارجي وتجربة أشياء جديدة، مما يجعل فترة المراهقة تحمل في طياتها أيضاً العديد من التحديات النفسية والاجتماعية.

تشير العديد من التقديرات إلى أن (١٠٪ إلى ٢٠٪) من المراهقين على الصعيد العالمي يعانون من مشكلات الصحة النفسية، بيد أن مستوى تشخيص وعلاج هذه الاعتلالات لا يزال متدنٍ (Kessler, Angermeyer, Anthony, et al. 2007).

إضافة إلى ذلك، شهدت المؤسسات التعليمية في مصر بشكل عام والتعليم ما قبل الجامعي بشكل خاص، تغيرات سريعة ومتلاحقة في كثير من الجوانب التقنية والتطورات التربوية، وذلك بهدف النهوض بالعملية التعليمية ومخرجاتها، ولهذا أصبحت الحياة المدرسية تتطلب أشخاصاً على درجة عالية من التأهيل والتدريب، يتسمون بمهارات سلوكية ونفسية تمكنهم من التعلم السريع، ليكونوا أشخاصاً قادرين على المساهمة في التطورات العلمية والتكنولوجية المعاصرة (رحاب العذب، ٢٠٢١، ١٦١).

مما يشكل تحدياً جديداً وعاملاً ضاعطاً شديداً التأثير في نفسية أبنائنا الطلبة في مرحلة الثانوية العامة، حيث تتأثر صحتهم النفسية نتيجة عدم قدرة البعض على تحمل الضغوط الدراسية ونتيجة افتقار بعض الطلاب القدرة على مسايرة التوقعات الوالدية إضافة إلى عدم إشباع أحد أو بعض أو كثير من الحاجات النفسية في هذه المرحلة العمرية شديدة التأزم. لذا يتوجب على الباحثين والمربين البحث عن أسباب اعتلال الصحة النفسية لكثير من طلاب هذه المرحلة والوقوف على جوانب التغيرات الفسيولوجية التي تحدث لأجهزة الجسم المختلفة، وكذلك التغيرات التي تطرأ على صحتهم النفسية.

حيث تتأثر المناعة النفسية لهؤلاء الطلاب بعدة عوامل منها: سمات عامة يتسم بها كل المراهقين، وسمات خاصة بطلاب المرحلة الثانوية تميزهم عن غيرهم من المراهقين.

فالسّمات العامة المميزة لمرحلة المراهقة بشكل عام تتلخص في التالي:

- التفكير فى أنفسهم بصورة أعمق، وفي والديهم، وفي أقرانهم، وفي الأحداث الواقعية وفي العالم من حولهم وفي تحديد أهدافهم التي يسعون إليها فى المستقبل ويمكن أن يبنوا كذلك مجموعة من المعايير المتصلة بالأسرة، كالدين والمدرسة والدور الجنسي. كما يحتاج المراهقون إلى إشباع كثير من الحاجات النفسية ليحققوا نموا نفسيا سليما، من أهمها:

- الحاجة إلى الأمن، (Need for Security) الحاجة إلى الحب والمحبة، (Need for Affection)
- الحاجة إلى الانتماء، (Need for Affiliation) الحاجة إلى الحرية، (Need for Freedom)
- الحاجة إلى تحقيق الذات، (Need for Actualization) الحاجة إلى المسايرة (Need for Conformity)
- الحاجة إلى الظهور، (Need for Exhibition) الحاجة إلى المخاطرة، (Need for Adventure)
- الحاجة إلى الشعور بقيمة الذات (نجوى غالب، ٢٠١١، ١٩). (Need for personal Worth).

أما السمات الخاصة للطلاب فى المرحلة الثانوية فتتمثل فيما يلي:

اعتبار هذه المرحلة التعليمية أهم المراحل الدراسية فى حياتهم حتى أن البعض يطلق عليها (عق الزجاجة)؛ لما لها من تأثير فارق فى تحديد مستقبلهم فى المرحلة الجامعية، وبالتالي فى حياتهم المهنية أيضاً؛ مما يشكل تحدياً شديداً للتأثير على مناعتهم النفسية، إضافة إلى عدم قدرة البعض على تحمل الضغوط الدراسية وكذلك افتقار بعض الطلاب القدرة على مسايرة التوقعات الوالدية.

ومن المعروف أن مجموعة معقدة من المثيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية تسهم مجتمعة فى إيصال الشخص إلى حالات من الانزعاج والتوتر النفسى، هذا التوتر إذا ما أصبح مزمناً وفشل المرء فى خفضه وفق آليات معروفة فى علم النفس بآليات خفض التوتر، فإن هذا التوتر المزمن سوف يؤثر على العضوية وفق الآليات الهرمونية والمناعية والعصبية مما يؤدي إلى إصابة الفرد بالمرض الجسمى ذو المنشأ النفسى، ولكن هل لا بد من حدوث النتيجة (المرض) فى حال التعرض للمثيرات والضغوط المختلفة؟

تبين الملاحظة أن درجة الإصابة تختلف من إنسان لآخر، فيمكن أن يظهر التوتر المزمن على شكل اضطراب سيكوسوماتى كالقرحة الهضمية أو ارتفاع ضغط الدم، أو من المحتمل ظهور هذا التوتر فى صورة اضطراب اجتماعى كالاخلافات العائلية المستمرة أو من الممكن أن يظهر التوتر فى شكل اضطراب نفسى كعصاب القلق وقد لا يتعرض للإصابة أبداً، فما من حتمية فى حدوث الاعتلال أو المرض فى حال تعرض الشخص للمثيرات النفسية والاجتماعية المختلفة (ناصر محيى الدين، ٢٠٢٠، ٢٥).

وقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الإنسان لديه قدر عال من القوة لمجابهة أعراض التوتر والقلق والخوف، حيث أوضحت دراسة (Bhardwaj and Agrawal (2015 وجود جهاز مناعة في العقل البشري تماماً كوجود جهاز المناعة في الجسم، هذه المناعة تعرف بالمناعة النفسية أو المناعة العقلية، وهي طبقة الحماية للعقل والذي يوفر للفرد القوة لمحاربة التوتر والخوف وإنعدام الأمن.

وأوضحت دراسة (Bredács (2016 على أهمية المناعة النفسية وما تؤديه من دور في حياة طلاب المدارس الثانوية في ظل تغير الجيل الجديد والذي لا يزال يتغير حتى اليوم، ولذلك يزداد تدريبهم صعوبة؛ لأننا لا نعرفهم بما فيه الكفاية ولا يمكن الكشف عن سلسلة إخفاقاتهم في ظل عدم الحضور، والذي بات أمراً سائداً وأوضح أنه لا يوجد لدى الكثير منهم أي خطط للمستقبل بعد المدرسه الثانوية، ليس لديهم أي أهداف على المدى الطويل. ولذلك فإن الطلاب لا يهتمون بدروسهم، تتقصصهم المثابرة، تتخفف لديهم القدرة على التحكم، كما أن معرفتهم بأنفسهم غير كاملة وبالطبع فإن هذه العوامل جميعها تكون مصدراً للصراعات.
مشكلة البحث:

نبعت مشكلة البحث الحالي من خلال ملاحظة الباحثين أثناء عملهم، واحتكاكهم بالطلاب وملاحظة سلوكهم، تدنى مستوى المناعة النفسية للطلاب والطالبات بالمرحلة الثانوية وذلك من خلال مؤشرات هامة مثل اللامبالاه، فقدان الهدف أو المعنى في الحياة، فقدان الإرادة لمواجهة ظروف وتحديات الحياة، ضعف الأمل، عدم القدرة على التفكير المنطقي، عدم الثقة بالذات.

كما لاحظ الباحثون من خلال اطلاعهم على المقاييس الأجنبية والعربية التي تناولت المناعة النفسية اختلافاً واضحاً بين الباحثين في رؤيتهم لأبعاد المناعة النفسية كماً ونوعاً ومسمى، وهذا يرجع بالطبع إلى اختلاف منطلقاتهم النظرية وبالتالي اختلاف الأبعاد التي تبناها كل منهم.

١- على سبيل المثال أشارت مقاييس المناعة النفسية إعداد أتيلاً أولاه Olah على مدى سنوات (١٩٩٥ - ٢٠٠٠ - ٢٠٠٤) إلى ستة عشر بعداً تقيس المناعة النفسية وهذه الأبعاد موزعة على ثلاثة أنظمة فرعية (الإقدام- الرصد، التنفيذ- الإبداع، القدرة على التنظيم الذاتي) في تفاعل ديناميكي رائع بين كل من هذه الأبعاد، وتمثل هذه الأبعاد الموارد أو الامكانيات التي تؤدي وظائف التكيف والتنمية الذاتية للفرد وهي: (التفكير الإيجابي، الشعور بالسيطرة، الشعور بالتماسك، مفهوم الذات الابداعية، الإحساس بنمو الذات، التحدي، المراقبة الاجتماعية، القدرة على حل المشكلات، فاعلية الذات، القدرة

على الحشد الاجتماعي، القدرة على الإبداع الاجتماعي، التزامن، التوجه نحو الهدف، التحكم في

الاندفاع، الضبط الانفعالي، السيطرة على الغضب) (Dubey & Shahi, 2011,39).

٢- مقياس المناعة النفسية إعداد (Choochom (2013)، ويتكون من (٥) أبعاد هي الصمود resilience، اليقظة العقلية mindfulness، التأقلم (التعايش) coping، الأمل hope، والاعتماد على الذات self-reliance

٣- مقياس المناعة النفسية إعداد (Bhardwaj and Agrawal (2015)، ويتكون من خمس أبعاد هي: (الثقة بالنفس، التوافق العام، النضج الانفعالي، الرفاهة النفسية، الذكريات الايجابية للماضي).

٤- مقياس ميرفت ياسر سويعد (٢٠١٦)، ويتكون من خمسة أبعاد هي: (الالتزام الديني، التفاؤل، حل المشكلات، المبادرة الذاتية، الثقة بالنفس).

٥- مقياس ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩)، ويتكون من إثني عشر بعداً هي: (التفكير الإيجابي، الضبط الانفعالي، المبادرة والتوكيدية، الإبداع وحل المشكلات، الصمود والصلابة، إدارة وفاعلية الذات، التوجه نحو الهدف، التكيف والمرونة النفسية، التدين، المسؤولية الاجتماعية، التفاؤل، كفاءة الذات).

٦- مقياس خالد أحمد المالكي (٢٠١٩)، ويتكون من تسعة أبعاد هي: (التفكير الإيجابي، الإبداع وحل المشكلات، ضبط النفس والإتزان، الصمود والصلابة النفسية، فاعلية الذات، الثقة بالنفس، التحدي والمثابرة، المرونة النفسية والتكيف، التفاؤل). وقد تم صياغة البنود التي تمثل كل بعد من الأبعاد التسعة ليصل عدد بنود المقياس إلى (٥٤) بند، وبلغت الدرجة الصغرى للمقياس ٥٤ درجة، أما الدرجة العظمى فبلغت (٢١٦) درجة. تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٩) طالباً بالصف الأول الثانوي، وأسفرت نتائج التحليل عن ارتفاع مؤشرات الصدق بين البنود والأبعاد التي تنتمي إليها ما يعنى صدق المقياس وثباته.

٧- كما طبق مقياس المناعة النفسية كلاً من عبد المنعم أحمد الدردير وهيبة ممدوح محمود وجاكلين أحمد أحمد (٢٠٢٣) على عينة مكونة من (١٧٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الاعدادية، وقد تكون المقياس من (٣٢) عبارة موزعة على (٥) أبعاد، هي: (قوة الاعتقاد- ضبط الانفعالات- التفكير الايجابي- حل المشكلات- الوصول إلى الأهداف)، وتم استخدام صدق التحليل العاملى الاستكشافي بالتدوير المائل بطريقة البروماكس وهي طريقة مناسبة للتدوير المائل لعبارات المقياس، وكانت معاملات ثبات الأبعاد بمعامل (ألفا) جميعها قوية ودالة.

٨- كما صاغ مفlech الغالطى (٢٠٢٤) (١٦) بنذاً لمقياس المناعة النفسية تتدرج تحت أربعة عوامل للمناعة النفسية والتي تتمثل في البعد الأول الإبداع والتفكير الإيجابي، إضافة الى ضبط النفس والصلابة النفسية، أيضاً بعد المرونة النفسية والتقبل، وأخيراً بعد التحدي والمثابرة. وأكد التحليل العاملى الاستكشافى على الصدق البنائى لمقياس المناعة النفسية كما أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بصدق تمييزى مرتفع. كما أثبتت نتائج الدراسة أنه يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

٩- أيضاً تم تطبيق مقياس المناعة النفسية بواسطة شيمان سليمان ومحمد المري إسماعيل ونصر محمود أحمد وإبراهيم محمد أحمد (٢٠٢٤) المكون من (٣٧) موقفاً، موزعين على ستة أبعاد هي: (التفكير الإيجابي- الإبداع وحل المشكلات- المرونة النفسية- فاعلية الذات- الضبط الانفعالى- الالتزام الدينى). وباستخدام برنامج "spss" لكشف نتائج السيكومترية، تم حساب الصدق العاملى وصدق الموقف للمقياس، وتم حساب دلالات مؤشرات ثبات المقياس بطريقة "ألفا كرونباخ" والثبات الطبقي للمقياس ككل، كما تم حساب دلالات مؤشرات الاتساق الداخلى للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل موقف من مواقف المقياس والدرجة الكلية للبعد الذى ينتمى إليه وكذلك بين الأبعاد والمقياس ككل ومستوى دلالتها. وتوصلت النتائج إلى توافر الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوى العام والأزهري بدرجة جيدة.

١٠- كما تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس محمد غازى وغادة صابر وجيهان زيدان (٢٠٢٤)، حيث طبق المقياس على عينة قوامها (٣٠) طالبةً من طالبات الجامعة المتعافيات من كورونا، ممن تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٢٠,٨ - ٢١,٨) عامًا. وتكون المقياس من (٤٨) عبارة موزعة على (٦) أبعاد هي: (التفكير الإيجابي- حل المشكلات- الاتزان النفسى- الفاعلية الذاتية- الصلابة النفسية- التفاؤل)، وأشارت النتائج إلى تمتع عبارات المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق، كما تم التحقق من ثبات المقياس وصدقه؛ مما يشير إلى صلاحية المقياس وتحقيق الخصائص السيكومترية له.

وعلى الرغم من تناول الباحثين للمناعة النفسية مع العديد من الفئات والأعمار، إلا أن الباحثة لمست قلة شديدة فى البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تناولت مقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية، فعلى سبيل المثال هناك عديد من الدراسات والبحوث التي تناولت مقياس المناعة النفسية في المرحلة الجامعية مثل: رانيا خميس (٢٠١٩)، نادرة جميل (٢٠٢١)، حسام محمود (٢٠٢١)، وفاطمة

الزهراء عبد الباسط (٢٠٢١) ، حنان خليل (٢٠٢١)، ليلي بابكر عمر (٢٠٢١)، محمود رامز (٢٠٢١)،
(Abass (2022) ، أيضاً تناولت بعض من البحوث والدراسات المناعة النفسية لدى المسنين مثل: دراسة
(Choochom , Sucaromana , Chavanovanich , and Tellegen (2019) ، كما تناولت بعض
الدراسات المناعة النفسية لدى المراهقين بشكل عام مثل: دراسة كل من (Djabbarov (2017) ،
(Karim(2021)، خالد المالكي وفتحي نصر (٢٠١٩)، كما تناولت بعض البحوث والدراسات لدى الفئات
الخاصة مثل دراسة نسمة لطفى (٢٠٢٠) التي تناولت عينة من المراهقين المعاقين بصرياً، ودراسة ناهد
فتحي (٢٠١٩) التي تناولت المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية لدى الطلاب المتفوقين دراسياً.

وبالتالي لم تتطرق أي من الدراسات السابقة -في حدود اطلاع الباحثة- إلى إعداد مقياس للمناعة النفسية
يخاطب هذه الفئة من المراهقين تحديداً (طلاب المرحلة الثانوية)، بمحافظة مطروح، وهي محافظة حدودية
ذات طبيعة خاصة تتميز بالمحافظة على العادات والتقاليد الأصيلة، كما أن سكان هذه المحافظة يتألفون من
نسيج فريد من عرب وقبائل جنباً إلى جنب مع وافدين من شتى محافظات مصر .

وعليه فإن مشكلة البحث الحالي تتبلور في إعداد أداة لقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية
بمحافظة مطروح حيث لم يسفر البحث الدقيق -في حدود اطلاع الباحثة- عن وجود أي دراسة اهتمت ببناء
مقياس للمناعة النفسية والتحقق من خصائصه السيكومترية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة مطروح؛
مما يبرز الحاجة الماسة إلى إجراء بحث يتضمن إعداد أداة لقياس مستوى المناعة النفسية لدى طلاب تلك
المرحلة بمحافظة مطروح.

وتأسيساً على ما سبق، تتحدد مشكلة البحث في السؤال التالي:

- ما الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة مطروح؟

أهداف البحث:

هدف البحث الحالي إلى إعداد مقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة
مطروح، والتحقق من خصائصه السيكومترية من حيث مؤشرات الصدق والثبات والاتساق الداخلي، ومدى
صلاحيته للاستخدام مع طلاب المرحلة الثانوية.

أهمية البحث:

تتحدد أهمية البحث الحالي في تقديم أداة قياس تصلح للتطبيق، تتحقق فيها الشروط العلمية اللازمة لقياس المناعة النفسية، والذي يمكن الوثوق به من حيث ملاءمته - من الناحية السيكومترية- لطبيعة طلاب المرحلة الثانوية، ويمكن استخدامها في الدراسات المستقبلية.

المفاهيم الإجرائية لمتغيرات البحث:

١ - الخصائص السيكومترية Psychometric Properties

يتبنى البحث الحالي مفهوم الخصائص السيكومترية ل: صلاح الدين محمود (٢٠٠٠) والذي يعرفها بأنها: دلائل أو مؤشرات إحصائية عن مدى جودة المقياس ومفرداته؛ إذ توجد خصائص سيكومترية للمفردات هي تمييز المفردة واتساقها الداخلي، وتوجد خصائص سيكومترية للمقياس هي صدقه وثباته وحساسيته وشكل التوزيع التكراري للدرجات.

٢ - المناعة النفسية Psychological Immunity

أشار (Olah 2002) إلى المناعة النفسية على أنها نظام متكامل من أبعاد الشخصية السلوكية والتحفيزية والمعرفية التي تمد الإنسان بحصانة ضد التوتر، كما تعزز التطور النفسى الصحى حيث تعمل كموارد مقاومة للتوتر أو كأجسام مضادة نفسية.

لذلك فإن المناعة النفسية هي طبقة القوة أو الحماية للعقل التي تمد الفرد بالقوة ليحارب ضد التوتر، الخوف، عدم الأمان، الدونية والفيروسات النفسية مثل الأفكار السلبية وكذلك إنشاء التوازن العقلى بإمداده بالدفاع مستخدماً نقاط القوة مثل الثقة بالنفس، التنظيم، النضج العاطفي (Bhardwaj & Verma, 2014).

وتُعرّف المناعة النفسية في البحث الحالي على أنها: "وحدة متكاملة من القدرات الشخصية التكيفية التي تعمل على إكساب الفرد معاملات حماية ضد التأذى النفسى ومقاومة فريدة فى مواجهة ضغوط الحياة، ونظام المناعة النفسية يعمل بالتوازي إلى جانب نظام المناعة البيولوجية، حيث يمد الفرد بأجسام نفسية مضادة مع التعرض لعثرات ومشكلات الحياة، ما يؤدي بالفرد إلى مستوى عال من مؤشرات الصحة النفسية"، وتتحدد بالأبعاد التالية: الالتزام الدينى، الصمود، اليقظة العقلية، التأقلم، الأمل، الاعتماد على الذات.

وتتضح أبعاد مقياس المناعة النفسية فيما يلي:

البعد الأول: الالتزام الديني:

يُعرّف بأنه: سلوك يعكس تمسك الفرد بتعاليم الدين ويظهر في ممارسات حياته اليومية مع الآخرين، كالأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، صلة الرحم، احترام الكبير والرحمة بالصغير أو الضعيف، عدم السخرية أو التتمر على الآخرين، الصبر على البلاء، مساعدة الآخرين، الإحسان إلى الجار، إمارة الأذى عن الطريق وغير ذلك من قيم ومبادئ إنسانية راقية.

البعد الثاني: الصمود:

يُعرّف بأنه: قدرة الفرد على استعادة التوازن في حياته بعد أى فشل أو خسارة أو صدمة، وهي إحدى أهم مهارات الحياة التي يحتاج إليها الفرد لحماية ودعم وجوده بصحة نفسية في هذه الحياة.

البعد الثالث: اليقظة العقلية:

تُعرّف بأنها: هي حالة من الوعي الحسى الإدراكي المتوازن بالخبرات والأفكار والانفعالات المؤلمة وغير السارة، وإدراكها بشكل منفتح ومتوازن بحيث يجعل الفرد متقبلاً للواقع الذي يعيش فيه قادراً على حل مشكلاته.

البعد الرابع: التأقلم (التعايش):

يُعرّف بأنه: قدرة الفرد على مواجهة المواقف والصعوبات المحيطة به والقدرة على متابعة الحياة، والحفاظ على وجوده بصحة نفسية جيدة.

البعد الخامس: الأمل:

يُعرّف بأنه: إيمان الفرد بقدرته على تحقيق الأهداف المرجوة مع وجود الدافعية والإرادة لذلك.

البعد السادس: الاعتماد على الذات:

يُعرّف بأنه: قدرة الفرد على تحمل المسؤولية والشعور بالاستقلالية والاكتفاء بذاته في تسيير أموره بنفسه، ومواجهة مشكلات حياته بطريقة إيجابية؛ مما يزيد من ثقته بنفسه.

محددات البحث:

١- المحددات المكانية: تم تطبيق أداة أو مقياس البحث داخل مدرسة مطروح الرسمية المتميزة للغات بمطروح.

مطروح.

٢- المحددات الزمنية: تم تطبيق أداة أو مقياس البحث خلال يومي الثلاثاء ٩ يناير والأربعاء ١٠ يناير عام ٢٠٢٤م.

٣- المحددات البشرية: طلاب الصفوف الأول والثاني والثالث الثانوي بمدرسة مطروح الرسمية المتميزة للغات، ومن الجنسين (طالبة/ طالبات).

الإطار النظري للبحث:

مفهوم المناعة النفسية:

أظهر مفهوم المناعة النفسية Psychological Immunity في نهاية التسعينات من القرن العشرين وبداية الألفية الحالية، وقد تعددت المسميات التي أطلقت على هذا المفهوم منها: نظام المناعة السلوكية Behavioral Immunity System، والمناعة العقلية (الفكرية) Mental Immunity، وكفاءة (استعداد) المناعة النفسية، Psychological Immunity Competence، والمناعة الانفعالية Emotional Immunity System، ونظام المناعة الوجدانية Affective Immunity System ونظام المناعة النفسية Psychological Immunity System وقد أصبح استخدام مصطلح المناعة النفسية أكثر شيوعاً وأكثر استخداماً لسهولة وساطته وشموله ودقته (جمعه فرغلي، ولاء بدوي، ٢٠١٦).

عرف (Olah 2002) المناعة النفسية بأنها وحدة متكاملة متعددة الأبعاد في شخصية الفرد، ترتبط بالجوانب المعرفية والدافعية والسلوكية، وتوفر للفرد حصانة ضد الضغوط وتعزز النمو النفسي الصحي، وتكون بمثابة موارد مقاومة لهذه الضغوط أو أجسام نفسية مضادة (Bhardwaj & Agrawal, 2015, 8) أشار (Vasudevan 2003) إلى أنه مثل جهاز المناعة في الجسم هناك أيضاً جهاز مناعة في العقل، وفي روح الفرد. والصحة العاطفية والعقلية العامة تعني قدرة الفرد على مواجهة تجارب ومحن الحياة للحد من الضغوط اليومية ولإدارة القلق والمواقف غير المرغوبة بطريقة فعالة. هذه العملية التي تحفظ الصحة العقلية العامة، وتعرف بالمناعة العقلية أو النفسية.

ووفقاً لـ (Vasudevan 2003) فإن المناعة النفسية تتمثل فيما يلي:

- القدرة على التعامل مع المشاعر أو العواطف المتصارعة، والقدرة على تجربة السعادة دون صراع.
- أن يكون مرناً وأن يتبنى أو يتأقلم مع البيئه المتغيرة.
- قوة الشخصية، والقدرة على العيش دون خوف أو قلق أو شعور بالذنب.

- أن يتحمل الفرد مسؤولية نتاج أفعاله، وأن يميز الفرد بين الخير والشر، وأيضاً بين الجيد والأفضل.
- العقلانية وتسخير العواطف وعدم التصرف بناء على اندفاعات عاطفية، وكذلك تحقيق البصيرة فى نفس الفرد.

ويتفق تعريف كلا من (Dubey and Shahi (2011 مع تعريف Lorincz, Kadar and Marton(2012 بأنها تعد جهاز حماية يقى الفرد من التعرض للإصابات النفسية ويرفع من قدرته على التأقلم فالمناعة النفسية تمثل عملية تحصين ضد العدوى وضد الإصابة بالأمراض النفسية والاضطرابات، وكذلك الانفعالات الحادة التى قد يواجهها فى حياته.

كما أوضح (Rachman (2016 أن جهاز المناعة النفسي The psychological immunity يعمل بالتوازي إلى جانب جهاز المناعة البيولوجية The biological immunity system ، حيث أن كلاهما نظام دفاعى تكيفى، ومع ذلك فإن نظام المناعة النفسية ينطوى على نهج معرفي استباقي من أجل تعزيز الهناء النفسى؛ لأن هذه المناعة الذاتية هى بمثابة عامل وقائي مهم ضد المشكلات السلوكية والشدائد مثل العجز والقلق. ويلاحظ أن الأفراد الذين يتمتعون بمناعة ذاتية عالية قادرين على تبني استراتيجيات تكيفية للتعامل مع المشكلات.

كما عرفها "ألبرت" على أنها مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل الآثار الناتجة عن الضغط والإرهاق النفسى، ودمج كل الخبرات المكتسبة منهم لاستخدامها فى مواقف مشابهة، حيث تنتج أجسام مضادة نفسية التى تحمى الفرد من التأثيرات السلبية (Ghosh, Chan, Manuel, & Dilimulati, 2017).

والمناعة النفسية متعددة الأبعاد، ولكنها وحدة متكاملة من مصادر المرونة الشخصية أو القدرات التكيفية التى تزود الفرد بمناعة ضد الأذى وضد القلق. هذه المصادر مثل التفكير الإيجابي، والشعور بالترابط، والشعور بالنمو الذاتى، حيث توفر للفرد القدرة على التحمل والتعامل مع الضغوط بشكل فعال (Cruz- Pereira, Rea, Nolan, O'Leary, Dinan, & Cryan, 2020).

وتُعرف المناعة النفسية إجرائياً في البحث الحالي بأنها: "وحدة متكاملة من القدرات الشخصية التكيفية التي تعمل على إكساب الفرد معاملات حماية ضد التأذى النفسى ومقاومة فريدة في مواجهة ضغوط الحياة، والنظام المناعى النفسى يعمل بالتوازي إلى جانب نظام المناعة البيولوجي، حيث يمد الفرد بأجسام نفسية

مضادة مع التعرض لعثرات ومشكلات الحياة؛ مما يؤدي بالفرد إلى مستوى عالٍ من مؤشرات الصحة النفسية.

أهمية المناعة النفسية:

أشار Gilbert, et al.(1998) إلى أن أهمية المناعة النفسية تكمن في أنها تساعد الفرد على تحويل الفشل إلى نجاح، أيضاً التبرير العقلانى المنطقى للأمور، مواجهة الأحداث السلبية فى المستقبل، دعم التفكير الإيجابى، وبالتالي مواجهة الأفكار والتوقعات السلبية.

وأضاف Kagan(2006) إلى أن المناعة النفسية تساعد الفرد على مواجهة المشاعر السلبية في أحداث الحياة اليومية، وتمكنهم من تقييم النتائج وردود الأفعال بشكل إيجابي. كما أكدت زينب نوفل (٢٠٠٨) أن المناعة النفسية تساعد الأفراد على مواجهة الأزمات وتحمل الصعاب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب وعداوة وعجز ويأس وانهزامية، كما أنها تمد الجسم بمناعة إضافية تنشط أجهزته المناعية.

حدد Olah, Nagy, and Toth (2010) أهم وظائف المناعة النفسية فى الآتي: دعم السلوك الإيجابى، تفسير واستيعاب المشاعر السلبية، استعادة التوازن الانفعالى للأفراد بعد التعرض للأزمات، واختيار أساليب التوافق المناسبة لطبيعة الموقف وخصائص الأفراد.

وتعتبر المناعة النفسية إحدى أهم أهداف علم النفس الإيجابى إن لم تكن أهمها على الإطلاق، ظهرت المناعة النفسية حديثاً لتكشف عن كثير من أسباب القصور والضعف فى النواحي الفكرية والنفسية والجسمية، ولذلك أصبحت المناعة النفسية أهم مطالب الانسان فى هذه الحياة، بل ومن أهم أهدافه التى يسعى لتحقيقها (سليمان عبد الواحد، ٢٠١٩، ٥٣٢).

مكونات وأبعاد المناعة النفسية:

أشار Olah على مدى عدة سنوات (١٩٩٥ - ٢٠٠٠ - ٢٠٠٤) إلى ستة عشر بعداً تقيس المناعة النفسية، وهذه الأبعاد موزعة على ثلاثة أنظمة فرعية (الإقدام- الرصد، التنفيذ- الإبداع، القدرة على التنظيم الذاتى) في تفاعل ديناميكى رائع بين كل من هذه الأبعاد، وتمثل هذه الأبعاد الموارد أو الامكانيات التى تؤدي وظائف التكيف والتنمية الذاتية للفرد، وهي:

(التفكير الايجابي، الشعور بالسيطرة، الشعور بالتماسك، مفهوم الذات الابداعية، الإحساس بنمو الذات، التحدي، المراقبة الاجتماعية، القدرة على حل المشكلات، فاعلية الذات، القدرة على الحشد الاجتماعي، القدرة على الإبداع الاجتماعي، التزامن، التوجه نحو الهدف، التحكم فى الاندفاع، الضبط الانفعالي، والسيطرة على الغضب) (Dubey & Shahi, 2011, 39).

ومن بين العوامل التي تمد الانسان بالمناعة ضد التوتر ومقاومة أمام ضغوط الحياة حيث تسهم فى تعزيز المناعة النفسية هو الالتزام الدينى؛ لأن الدين هو مصدر للسعادة والصحة العقلية، كما أنه مفيد في زيادة الوعي ضد التطرف الديني في المواقف العصبية والمستوى العالي من المناعة النفسية، أيضا راجع إلى تكرار المواقف العصبية التي تواجه الأفراد وحجم هذه المواقف ومدى صعوبتها هو الذي ينمى مستوى المناعة النفسية لديهم (Hall, Podawiltz, Mummert, Jones, & Mummert, 2012).

وفي بحث (Karim 2021) المناعة النفسية لطلبة المدارس فى مواجهة الفكر المتطرف، هدف الباحث إلى التحصين النفسي لطلبة المدارس في مواجهة الفكر المتطرف. وقد قام البحث بتغطية ثلاثة محاور أساسية، هي: تعريف المناعة النفسية وتحقيقها في فكر الفرد، تعريف الفكر المتطرف وأسبابه وأساليب علاجه، ودور المؤسسات التعليمية في بناء المناعة النفسية. وقد خلصت المقالة البحثية إلى أهمية إضافة مناهج جديدة خاصة بالتحصين أو المناعة النفسية لطلاب المدارس خاصة فى المرحلة الثانوية، وأوضح الباحث فيها أهمية وجود مثل هذه المناهج فى تحصين الطلاب من الجريمة والبعد عن ممرات الرذيلة وطرق الانحراف والجريمة.

وفى دراسة عصام زيدان (٢٠١٣) أشارت إلى تسع أبعاد هي: (التفكير الايجابي، الإبداع وحل المشكلات، ضبط النفس والاتزان، الصمود والصلابة، فاعلية الذات، الثقة بالنفس، التحدى والمثابرة، المرونة النفسية والتكيف، التناؤل).

والمناعة النفسية هي مركب نفسي يصف القدرة على تناول المحنة، ويتكون من (٥) أبعاد هي الصمود resilience، اليقظة العقلية mindfulness، التأقلم (التعايش) coping، الأمل hope، والاعتماد على الذات self-reliance (Choochom 2013).

بينما حدد Bhardwaj and Agrawal (2015) خمس أبعاد، هي: (الثقة بالنفس، التوافق العام، النضج الانفعالي، الرفاهة النفسية، الذكريات الايجابية للماضي).

كما ذكرت إيمان حسنين (٢٠١٦) أن مكونات المناعة النفسية تتمثل فى : قدرة الفرد للدفاع عن نفسه، المساندة الذاتية، التفكير الإيجابى المحفز، تأكيد الذات، والتحكم فى المخاوف والاتساق الداخلى للفرد. أما عن دراسة مرفت سويعد (٢٠١٦) فاشتملت على خمسة أبعاد هي: (الالتزام الدينى، التفاوض، حل المشكلات، المبادرة الذاتية، الثقة بالنفس).

وأشارت أمل محمد (٢٠١٨) إلى أن مكونات المناعة النفسية هي: الالتزام الدينى، التفاوض، القدرة على حل المشكلات، التوافق الذاتى، والثقة بالنفس.

وفي دراسة ناهد فتحي (٢٠١٩) إثنى عشر بعداً هي: (التفكير الإيجابى، الضبط الانفعالى، المبادرة والتوكيدية، الإبداع وحل المشكلات، الصمود والصلابة، إدارة وفاعلية الذات، التوجه نحو الهدف، التكيف والمرونة النفسية، التدين، المسؤولية الاجتماعية، التفاوض، كفاءة الذات).

بعض الدراسات السابقة ذات الصلة:

١- دراسة خالد أحمد المالكي (٢٠١٩)

هدف الدراسة إلى تحديد مستوى المناعة النفسية لدى طلاب الصف الأول الثانوى، والتحقق من خصائصه السيكومترية، ويتألف المقياس من تسعة أبعاد هي : التفكير الإيجابى- الإبداع وحل المشكلات- ضبط النفس والالتزان- الصمود والصلابة النفسية- فاعلية الذات- الثقة بالنفس- التحدى والمثابرة- المرونة النفسية والتكيف- التفاوض)، وقد تم صياغة البنود التى تمثل كل بعد من الأبعاد التسعة ليصل عدد بنود المقياس إلى (٥٤) بند، وبلغت الدرجة الصغرى للمقياس ٥٤ درجة، أما الدرجة العظمى فبلغت (٢١٦) درجة. تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٩) طالباً بالصف الأول الثانوى، وأسفرت نتائج التحليل عن ارتفاع مؤشرات الصدق بين البنود والأبعاد التى تنتمى إليها ما يعنى صدق المقياس وثباته.

٢- دراسة عبد المنعم أحمد الدردير وهيبه ممدوح محمود وجاكلين أحمد أحمد (٢٠٢٣)

هدفت الدراسة إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الاعدادية بمحافظة أسوان مركز ادفو للعام الدراسى ٢٠٢٢، ولتحقيق أهداف الدراسة طبق المقياس على عينة مكونة من (١٧٠) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الاعدادية، وقد تكون المقياس من (٣٢) عبارة موزعة على (٥) أبعاد، هي: (قوة الاعتقاد- ضبط الانفعالات- التفكير الإيجابى- حل المشكلات- الوصول إلى الأهداف)، وتم استخدام صدق التحليل العاملى الاستكشافى بالتدوير المائل بطريقة البروماكس وهي

طريقة مناسبة للتدوير المائل لعبارات المقياس، وكانت معاملات ثبات الأبعاد بمعامل (ألفا) جميعها قوية ودالة.

٣- دراسة مفلح محمد الغالطي (٢٠٢٤)

هدفت الدراسة الحالية الى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى عينة بلغت (١٩٢) فرداً، وتوصلت نتائج الدراسة الى (١٦) بنداً لمقياس المناعة النفسية تتدرج تحت أربعة عوامل للمناعة النفسية والتي تتمثل في البعد الأول الإبداع والتفكير الإيجابي، إضافة الى ضبط النفس والصلابة النفسية، أيضاً بعد المرونة النفسية والتقبل، وأخيراً بعد التحدي والمثابرة. وأكد التحليل العاملى الاستكشافى على الصدق البنائى لمقياس المناعة النفسية كما أظهرت النتائج أن المقياس يتمتع بصدق تمييزى مرتفع. كما أثبتت نتائج الدراسة أنه يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

٤- دراسة شيماء سليمان ومحمد المري إسماعيل ونصر محمود أحمد وإبراهيم محمد أحمد (٢٠٢٤)

هدفت الدراسة إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب الصف الأول الثانوي العام والأزهري. ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار عينة استطلاعية عشوائية مكونة من (٢٠٦) طالباً وطالبة مقسمين إلى (٩٢) طالباً، و (١١٤) طالبةً من طلبة الصف الأول الثانوي العام والأزهري بمحافظة الشرقية بإدارتي (ديربرج نجم، وغرب الزقازيق) التعليمية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٤م)، حيث تم تطبيق مقياس المناعة النفسية المكون من (٣٧) موقفاً، موزعين على ستة أبعاد هي: (التفكير الإيجابي - الإبداع وحل المشكلات - المرونة النفسية - فاعلية الذات - الضبط الانفعالي - الالتزام الديني). وباستخدام برنامج "spss" لكشف نتائج السيكومترية، تم حساب الصدق العاملي وصدق الموقف للمقياس، وتم حساب دلالات مؤشرات ثبات المقياس بطريقة "ألفا كرونباخ" والثبات الطبقي للمقياس ككل، كما تم حساب دلالات مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل موقف من مواقف المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمى إليه وكذلك بين الأبعاد والمقياس ككل ومستوى دلالتها. وتوصلت النتائج إلى توافر الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي العام والأزهري بدرجة جيدة.

٥- دراسة محمد غازي الدسوقي و غادة صابر أبو العطا و جيهان يوسف زيدان (٢٠٢٤)

هدفت الدراسة إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طالبات الجامعة المتعافيات من كورونا، طُبق المقياس على عينة قوامها (٣٠) طالبةً من طالبات الجامعة المتعافيات من كورونا، ممن تراوحت أعمارهن الزمنية بين (٢٠,٨ - ٢١,٨) عامًا. وتكون المقياس من (٤٨) عبارة موزعة على (٦) أبعاد هي: (التفكير الإيجابي- حل المشكلات- الاتزان النفسى- الفاعلية الذاتية- الصلابة النفسية- التفاؤل)، وأشارت النتائج إلى تمتع عبارات المقياس بدرجة مقبولة من الاتساق، كما تم التحقق من ثبات المقياس وصدقه؛ مما يشير إلى صلاحية المقياس وتحقق الخصائص السيكومترية له.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث

استخدم البحث المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث، وحساب الخصائص السيكومترية.

ثانياً: عينة البحث (المشاركين في البحث):

تكونت عينة البحث (المشاركين) من (١٥٠) طالباً وطالبةً من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة مطروح الرسمية المتميزة للغات، بواقع (٥٤) طالباً، و(٩٦) طالبةً تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (١٦ - ١٨) عامًا، بمتوسط (١٧,١٦) وانحراف معياري قدره (٠,٥٩)، ويوضح جدول (١) توزيعهم على الصفوف الدراسية كالتالي:

جدول (١) توزيع العينة المشاركة على الصفوف الدراسية

النسبة المئوية	عدد الطلاب	الصف الدراسي
٪٣٦	٥٤	الأول الثانوي
٪٥٧,٣٣	٨٦	الثاني الثانوي
٪٦,٦٧	١٠	الثالث الثانوي
٪١٠٠	١٥٠	الإجمالي

ثالثاً: أداة البحث:

- مقياس المناعة النفسية إعداد الباحثون: قام الباحثون فى سبيل إعداد مقياس المناعة النفسية بالخطوات التالية:

أولاً: الاطلاع على الأدب السيكولوجي ذات الصلة بمفهوم المناعة النفسية وهو قليل إلى حد ما وذلك لحداثة المفهوم والدراسات السابقة المرتبطة بالمناعة النفسية، وكذلك الاطلاع على عدد من المقاييس المرتبطة بالمناعة النفسية، ويمكن إجمال المقاييس التي اعتمد عليها الباحثون كما يلي:

١- مقاييس المناعة النفسية إعداد اتيلأ أولاه Olah على مدى سنوات (١٩٩٥ - ٢٠٠٠ - ٢٠٠٤) إلى ستة عشر بعداً تقيس المناعة النفسية وهذه الأبعاد موزعة على ثلاثة أنظمة فرعية (الإقدام- الرصد، التنفيذ- الإبداع، القدرة على التنظيم الذاتى) فى تفاعل ديناميكى رائع بين كل من هذه الأبعاد، وتمثل هذه الأبعاد الموارد أو الامكانيات التي تؤدي وظائف التكيف والتنمية الذاتية للفرد وهي: (التفكير الإيجابي، الشعور بالسيطرة، الشعور بالتماسك، مفهوم الذات الابداعية، الإحساس بنمو الذات، التحدى، المراقبة الاجتماعية، القدرة على حل المشكلات، فاعلية الذات، القدرة على الحشد الاجتماعي، القدرة على الإبداع الاجتماعي، التزامن، التوجه نحو الهدف، التحكم فى الاندفاع، الضبط الانفعالي، السيطرة على الغضب) (Dubey & Shahi, 2011,39).

٢- مقياس المناعة النفسية إعداد (2013) Choochom ، ويتكون من (٥) أبعاد هي الصمود resilience، اليقظة العقلية mindfulness، التأقلم (التعايش) coping، الأمل hope، والاعتماد على الذات self-reliance

٣- مقياس المناعة النفسية إعداد (2015) Bhardwaj and Agrawal ، ويتكون من خمس أبعاد هي: (الثقة بالنفس، التوافق العام، النضج الانفعالي، الرفاهة النفسية، الذكريات الايجابية للماضي).

٤- مقياس ميرفت ياسر سويعد (٢٠١٦)، ويتكون من خمسة أبعاد هي: (الالتزام الدينى، التفاؤل، حل المشكلات، المبادرة الذاتية، الثقة بالنفس).

٥- مقياس ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩)، ويتكون من إثني عشر بعداً هي: (التفكير الإيجابي، الضبط الانفعالي، المبادرة والتوكيدية، الإبداع وحل المشكلات، الصمود والصلابة، إدارة وفاعلية الذات، التوجه نحو الهدف، التكيف والمرونة النفسية، التدين، المسؤولية الاجتماعية، التفاؤل، كفاءة الذات).

٦- مقياس خالد أحمد المالكي (٢٠١٩)، ويتكون من تسعة أبعاد هي: (التفكير الإيجابي، الابداع وحل المشكلات، ضبط النفس والإتزان، الصمود والصلابة النفسية، فاعلية الذات، الثقة بالنفس، التحدى والمثابرة، المرونة النفسية والتكيف، التفاؤل).

وبناء على المراجعة الدقيقة للبحوث والدراسات العربية والأجنبية تم عمل حصر بجميع أبعاد المناعة النفسية التي تم تناولها من قبل الباحثين؛ وذلك للوقوف على أهم هذه الأبعاد وأكثرها تناولاً في البحوث والدراسات. وجاءت النتائج كما يوضحها جدول (٢):

جدول (٢) حصر لكل أبعاد المناعة النفسية في الدراسات السابقة

م	اسم البعد	عدد الدراسات التي تناولته	الدراسات التي تناولت ذلك البعد
١	الالتزام الديني	٥	<p>- Hall, J. M., Podawiltz, A., Mummert, D. I., Jones, H., & Mummert, M. E. (2012). Psychological stress and the cutaneous immune response: roles of the HPA axis and the sympathetic nervous system in atopic dermatitis and psoriasis. <i>Dermatology research and practice Journal</i>, New York, 2012, 1-11.</p> <p>- Abass, I. F. (2022). The Effectiveness of a Program for Developing Psychological Immunity among University Students. <i>International Journal of Early Childhood Special Education</i>, 14(2), 60-76.</p> <p>- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٥(٥٥)، ٣٨١-٤٢٦.</p> <p>- مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.</p> <p>- ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>
٢	الصدود	٦	<p>- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. <i>Journal of Psychology Kasem Bandit University</i>, 3(3), 52-61.</p> <p>- Choochom, O. (2014). Antecedents and consequences of psychological immunity. <i>Humanities and Social Sciences Review</i>, 3(3), 191-197.</p> <p>- Keng, S., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. <i>Clinical Psychology Review</i>, 31(6), 1041-1056.</p> <p>- Dubey, A. & Shahi (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. <i>Indian Journal of Social Science Researches</i>, 8 (1-2) 36-47.</p>

<p>- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢.</p> <p>- ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>			
<p>- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3(3), 52-61.</p> <p>- Choochom, O. (2014). Antecedents and consequences of psychological immunity. Humanities and Social Sciences Review, 3(3), 191-197.</p> <p>- Keng, S., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. Clinical Psychology Review, 31(6), 1041-1056.</p> <p>- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسى دينى لتنشيط المناعة النفسية وأثره فى تحقيق الأمن الفكرى لدى الموهوبين بالمرحلة الثانويه.مجلة الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، ٥٥(٥٥)، ٤٢٦-٣٨١.</p> <p>- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢.</p> <p>- مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب فى مراكز الإيواء فى قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.</p> <p>- ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>	<p>٧</p>	<p>اليقظة العقلية</p>	<p>٣</p>
<p>- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3(3), 52-61.</p> <p>- Choochom, O. (2014). Antecedents and consequences of psychological immunity. Humanities and Social Sciences Review, 3(3), 191-197.</p> <p>- Keng, S., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. Clinical Psychology Review, 31(6), 1041-1056.</p> <p>- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢.</p> <p>- ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>	<p>٥</p>	<p>التأقلم (التعايش)</p>	<p>٤</p>
<p>- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3(3), 52-61.</p>	<p>٧</p>	<p>الأمل</p>	<p>٥</p>

<p>- Choochom, O. (2014). Antecedents and consequences of psychological immunity. Humanities and Social Sciences Review, 3(3), 191-197.</p> <p>- Keng, S., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. Clinical Psychology Review, 31(6), 1041-1056.</p> <p>- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٥(٥٥)، ٤٢٦-٣٨١.</p> <p>- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨٨٢-٨١١.</p> <p>- مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.</p> <p>- ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>			
<p>- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3(3), 52-61.</p> <p>- Choochom, O. (2014). Antecedents and consequences of psychological immunity. Humanities and Social Sciences Review, 3(3), 191-197.</p> <p>- Keng, S., Smoski, M. J., & Robins, C. J. (2011). Effects of mindfulness on psychological health: A review of empirical studies. Clinical Psychology Review, 31(6), 1041-1056.</p> <p>- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.</p> <p>- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨٨٢-٨١١.</p> <p>- مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.</p> <p>- ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.</p>	٧	الاعتماد على الذات	٦
<p>- Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR), 1(3), 6-15.</p> <p>- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٥(٥٥)، ٤٢٦-٣٨١.</p>	٤	الثقة بالنفس	٧

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة مطروح
أ.د محمد غازي أ.د شادي أبو السعود د.فتحي الشرفاوي /أ/ شيماء سعده

عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة علمية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢.			
مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية.			
- Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR), 1(3), 6-15.	٢	التوافق العام	٨
- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٥(٥٥)، ٤٢٦-٣٨١.			
- Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR), 1(3), 6-15.	١	النضج الانفعالي	٩
- Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR), 1(3), 6-15.	١	الرفاهة النفسية	١٠
- Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR), 1(3), 6-15.	١	الذكريات الايجابية للماضي	١١
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.	١	قدرة الفرد للدفاع عن نفسه	١٢
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.	٣	التفكير الايجابي المحفز	١٣
عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة علمية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨٨٢-٨١١.			
- ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.			
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.	١	تأكيد الذات	١٤
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.	١	التحكم في المخاوف	١٥
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي رؤية تربوية، القاهرة، مصر: المكتب المصري للتوزيع.	١	الاتساق الداخلي للفرد	١٦

١٧	ضبط النفس والالتزان	٢	- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢. - ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية). مجلة دراسات نفسية، جمعية رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ٢٩(٣)، ٥٥٩-٦٢٨.
١٨	التحدى والمثابرة	١	- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها دراسة عملية ، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١-٨٨٢.

وعليه فقد استفاد الباحثون من المقاييس السابقة، وقاموا بإعداد مقياس جديد للمناعة النفسية ليكون مناسباً للفئة العمرية للمشاركين في الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية، حيث هناك قلة في مقاييس المناعة النفسية لهذه المرحلة تحديداً؛ وأيضاً ليتناسب مع الطبيعة الخاصة لمحافظة مطروح، فقاموا بإعداد ذلك المقياس استناداً إلى الدراسات السابقة، وجاءت النتائج أن أكثر الأبعاد تناولاً هي: (الالتزام الدينى- الصمود- اليقظة العقلية- التأقلم- الأمل- الاعتماد على الذات).

ثانياً: تم صياغة مفردات المقياس في صورته المبدئية في (٥٨) مفردة موزعة على الأبعاد الستة؛ (١٠) مفردات لبعدهم الالتزام الدينى، و(١٠) مفردة لبعدهم الصمود، و(١٠) مفردة لبعدهم اليقظة العقلية، و(٩) مفردات لبعدهم التأقلم (التعايش)، و(٩) مفردات لبعدهم الأمل، و(١٠) مفردات لبعدهم الاعتماد على الذات. ونوع الإجابة على مفردات المقياس: من النوع التقريرى الذاتى فى صورة مفردات يتحدد من خلالها مستوى مناعتهم النفسية فى ضوء مقياس رباعى الاستجابة وتوضع علامة أمام كل عبارة على حدة، وأمام كل عبارة أربعة بدائل هي: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً).

ثالثاً: تم عرض المقياس بصورته المبدئية على مجموعة من الأساتذة المحكمين المتخصصين فى التربية الخاصة والصحة النفسية، وعلم النفس التربوي، بلغ عددهم (١١) محكماً بغية إبداء آرائهم وملاحظاتهم حول سلامة الصياغة اللغوية والعلمية للمفردات ومدى ارتباطها بالبعد الذى تندرج تحته، وتم حساب نسبة الاتفاق والاختلاف حول كل مفردة من مفردات المقياس؛ مع الإبقاء على المفردات التى اتفق عليها (١٠) محكمين فأكثر، وفى ضوء ذلك تم حذف (١٩) مفردة، كما تم تعديل وإعادة صياغة (٢٠) مفردة وفقاً لآراء ومقترحات المحكمين، ليصبح إجمالي عدد مفردات المقياس بعد التحكيم وقبل التحقق من خصائصه السيكومترية (٤٦) مفردة، وقد تراوحت نسب الاتفاق عليها ما بين (٩٠,٩١% - ١٠٠%).

رابعاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث: بتفريغ البيانات وتحليلها باستخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS, V.27) استخدم الباحثون الأساليب والمعالجات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل ارتباط بيرسون، ومعامل ثبات ألفا كرونباخ. وكذلك الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي باستخدام برنامج (AMOS, V.22).

نتائج البحث:

للإجابة عن سؤال البحث: ما الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

تم حساب الخصائص السيكومترية للمقياس لدى طلاب المرحلة الثانوية كالتالي:

أولاً: حساب صدق المفردات (Item Validity)

تعتمد هذه الطريقة على معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للمجال أو البعد الذي تنتمي إليه، وذلك بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبُعد، ويبين جدول (٣) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه، وذلك بعد حذف درجة المفردة من درجة البُعد الذي تنتمي إليه. جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجات العينة على المفردة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة

المفردة من درجة البُعد (ن = ١٥٠)

م	الالتزام الديني	م	الصمود	م	اليقظة العقلية
١	**٠,٦٨	٩	٠,٠٩	١٦	٠,٢٠
٢	**٠,٧٥	١٠	**٠,٦٥	١٧	**٠,٦٠
٣	٠,١٢	١١	**٠,٧١	١٨	**٠,٤٥
٤	**٠,٦٢	١٢	٠,١٥	١٩	**٠,٥٤
٥	٠,١٩	١٣	٠,٠٥	٢٠	**٠,٤٨
٦	**٠,٧١	١٤	**٠,٦٨	-	----
٧	**٠,٧١	١٥	**٠,٥٤	-	-----
٨	**٠,٥٦	-	-----	-	-----
م	التأقلم أو التعايش	م	الأمل	م	الإعتماد على الذات
٢١	**٠,٦٢	٢٧	**٠,٤٤	٣٣	**٠,٦٤
٢٢	**٠,٤٨	٢٨	**٠,٥١	٣٤	**٠,٥٨

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة مطروح

أ.د محمد غازي / أ.د شادي أبو السعود / د.فتحى الشرفاوى / أ/ شيماء سعده

٢٣	**٠,٥٨	٢٩	**٠,٤٦	٣٥	**٠,٥٤
٢٤	**٠,٥٧	٣٠	٠,١٨	٣٦	**٠,٧٥
٢٥	**٠,٧١	٣١	**٠,٥٠	٣٧	**٠,٦١
٢٦	٠,٠٣	٣٢	**٠,٦١	٣٨	**٠,٥٦
-	-----	-	-----	٣٩	٠,١٥

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٣) تمتع مقياس المناعة النفسية بصدق مفرداته، حيث تراوحت معاملات ارتباط درجات العينة بين المفردات ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة بين (٠,٠٣، ٠,٧٥)، ويلاحظ أن معامل ارتباط غالبية المفردات بالبُعد الذي تنتمي إليه دالاً عند مستوى (٠,٠١) باستثناء المفردتين (٣، ٥) من البُعد الأول، والمفردات (٩، ١٢، ١٣) من البُعد الثاني، والمفردة (١٦) من البُعد الثالث، والمفردة (٢٦) من البُعد الرابع، والمفردة (٣٠) من البُعد الخامس، والمفردة (٣٩) من البُعد السادس؛ حيث كانت معامل ارتباطهم غير دال إحصائياً، وبُحذف هذه المفردات؛ أصبح إجمالي عدد المفردات الصادقة لمقياس المناعة النفسية (٣٠) مفردة صادقة.

ثانياً: الصدق البنائي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي (Confirmatory Factor Analysis):

وذلك من خلال اختبار صدق البنية للمقياس كما حددها الباحثون بناءً على ما كشفت عنه الأدبيات النظرية والبحوث ذات الصلة، وذلك عن طريق إجراء التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية؛ لمصفوفة معاملات الارتباط بين عوامل مقياس المناعة النفسية؛ وذلك باستخدام برنامج (AMOS, V.22)، وطريقة أقصى احتمال (Maximum Likelihood)؛ بهدف اختبار مدى مطابقة نموذج المقياس السادس للبيانات (للتأكد من صحة ما توصل إليه الباحثون من البنية السادسة لمقياس المناعة النفسية)، حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس المناعة النفسية تنتظم حول عامل كامن عام، وتتشعب عليه مفردات كل بُعد من أبعاد المقياس. ويوضح جدول (٤) مؤشرات جودة المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي.

جدول (٤) مؤشرات جودة المطابقة المحسوبة والمثالية لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المناعة

النفسية

مؤشرات جودة المطابقة للنموذج	القيمة المحسوبة للمؤشر	القيمة المثالية للمؤشر
قيمة كا ^٢ (Chi ²)	٣٨٥,١٤٤	-

درجات الحرية (DF)	٣٩٨	-
مستوى الدلالة	٠,٦٦٩	أن تكون غير دالة
نسبة كا ^٢ إلى درجات الحرية (CMIN/DF)	٠,٩٦٨	أن تقل عن ٣
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	٠,٩١٢	٠ إلى ١
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	١,٠٠٠	٠ إلى ١
مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٧٩٣	٠ إلى ١
مؤشر المطابقة النسبي (RFI)	٠,٧٧٤	٠ إلى ١
مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)	١,٠٠٩	٠ إلى ١
مؤشر توكر لويس (TLI)	١,٠١٠	٠ إلى ١
مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٠٠	أقل من ٠,٠٦
مؤشر محك المعلومات (AIC) للنموذج المفترض	٥١٩,١٤٤	أن تكون القيمة للنموذج
مؤشر محك المعلومات (AIC) للنموذج المشيع	٩٣٠	المفترض أقل من القيمة
مؤشر الصدق الزائف (ECVI) للنموذج المفترض	٣,٤٨٤	للمنموذج المشيع
مؤشر الصدق الزائف (ECVI) للنموذج المشيع	٦,٢٤٢	

باستقراء جدول (٤) يتضح أن قيم مؤشرات المطابقة التي يتم قبول النموذج المفترض للبيانات أو رفضه في ضوءها جاءت في المدى المقبول لحسن المطابقة، حيث جاءت قيمة (كا^٢) (٠,٦٦٩) غير دالة إحصائياً، وجاءت النسبة بين كا^٢ ودرجات الحرية (CMIN) في المدى المثالي وهي (٠,٩٦٨)، فإذا كانت هذه القيمة أقل من (٣) فإنه يتم قبول النموذج، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI، ومؤشر المطابقة المقارن CFI ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة النسبي RFI، ومؤشر المطابقة المتزايد أو التزايد IFI، مؤشر توكر لويس TLI، وجميعها قيم مرتفعة تصل إلى حد تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح)، بالإضافة إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته (٠,٠٠٠) وهو معدل مقبول، ويدل على أن النموذج يطابق بشكل كبير البيانات، ومؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج الحالي (نموذج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية) أقل من نظيرتها للنموذج المشيع، مما يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار، ويوضح جدول (٥) معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية.

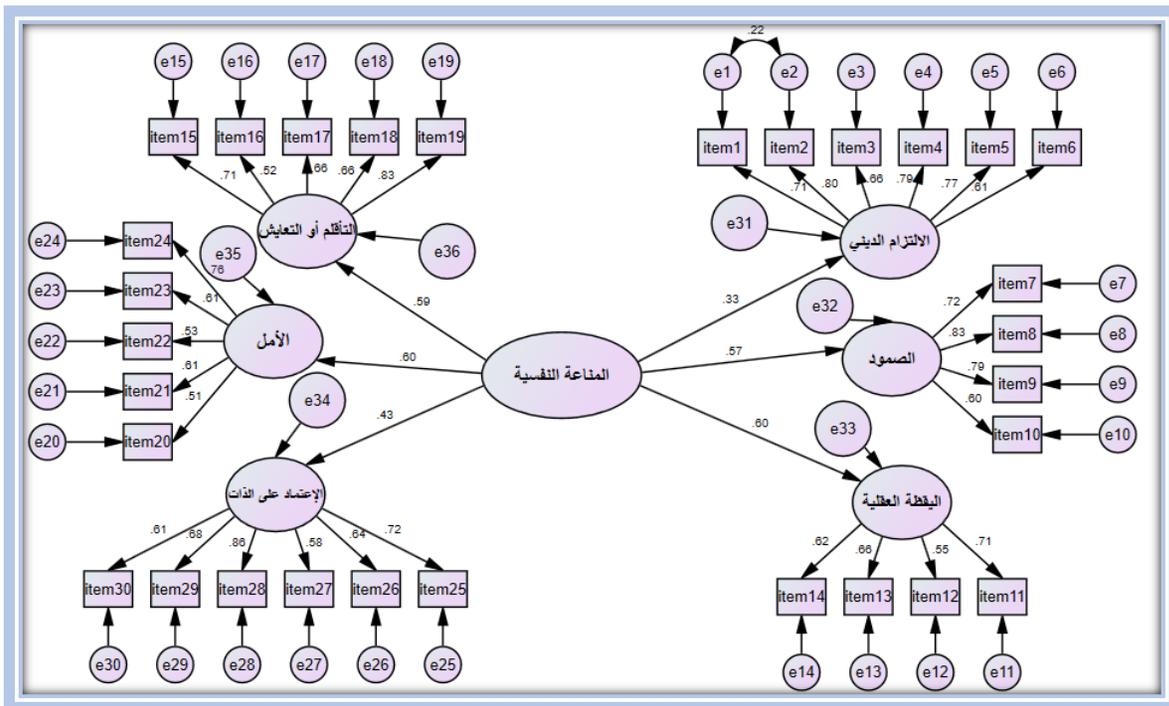
جدول (٥) معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية لمفردات مقياس المناعة النفسية

النسبة الحرجة	الخطأ المعياري	الوزن الانحداري		المفردة	النُعد
		اللامعيارية	المعيارية		
		١,٠٠٠	٠,٧٠٧	١	
**٩,٩٧٢	٠,١١٧	١,١٦٧	٠,٨٠٠	٢	الالتزام الديني
**٧,٢٨٧	٠,١٤٣	١,٠٤٣	٠,٦٦٣	٣	
**٨,٤٩٠	٠,١٤٧	١,٢٥١	٠,٧٩٣	٤	
**٨,٣٠٠	٠,١٤١	١,١٦٩	٠,٧٧٠	٥	
**٦,٧٥٤	٠,١٣٢	٠,٨٩١	٠,٦١١	٦	
		١,٠٠٠	٠,٧٢٠	٧	
**٨,٧٦٥	٠,١٤١	١,٢٣٧	٠,٨٢٦	٨	الصمود
**٨,٥٣٩	٠,١٣٧	١,١٦٩	٠,٧٨٩	٩	
٦,٧٠٩	٠,١٤٣	٠,٩٦٢	٠,٦٠٤	١٠	
		١,٠٠٠	٠,٧٠٨	١١	
**٥,٣٧٤	٠,١٤٣	٠,٧٧٠	٠,٥٥١	١٢	اليقظة العقلية
**٦,٠٧١	٠,١٤٨	٠,٨٩٩	٠,٦٥٦	١٣	
**٥,٨٨٤	٠,١٤٦	٠,٨٥٨	٠,٦٢٣	١٤	
		١,٠٠٠	٠,٧١٠	١٥	
**٥,٧٤٦	٠,١٤٤	٠,٨٢٩	٠,٥٢٢	١٦	التأقلم أو التعایش
**٧,١٧٠	٠,١٣٣	٠,٩٥٤	٠,٦٦١	١٧	
**٧,١٦٦	٠,١٢٦	٠,٩٠٦	٠,٦٦٠	١٨	
**٨,٥٠٤	٠,١٣٨	١,١٧٠	٠,٨٢٩	١٩	
		١,٠٠٠	٠,٥١٢	٢٠	
**٤,٨٩٠	٠,٢٥٩	١,٢٦٦	٠,٦٠٨	٢١	الأمل
**٤,٥٣٠	٠,٢٤٧	١,١١٩	٠,٥٣٢	٢٢	
**٤,٩١٢	٠,٢٦٩	١,٣٢٣	٠,٦١٣	٢٣	
**٥,٣٤٠	٠,٢٧٧	١,٤٨٢	٠,٧٥٦	٢٤	
		١,٠٠٠	٠,٧١٦	٢٥	
**٧,١٥٩	٠,١٣٧	٠,٩٨٢	٠,٦٣٧	٢٦	الإعتماد على الذات

٢٧	٠,٥٧٧	٠,٨٦٦	٠,١٣٣	**٦,٤٩٨
٢٨	٠,٨٥٨	١,٢٧٧	٠,١٣٨	**٩,٢٣٢
٢٩	٠,٦٧٩	١,٠٧٥	٠,١٤١	**٧,٦٠٨
٣٠	٠,٦٠٧	٠,٩٤٠	٠,١٣٨	**٦,٨٣٢

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدول (٥) أن المفردات (١، ٧، ١١، ١٥، ٢٠، ٢٥) تم تثبيت تشبعاتها اللامعيارية بالقيمة (١) قبل إجراء التحليل العاملي التوكيدي وبالتالي لا يظهر لها قيم الخطأ المعياري أو مستوى الدلالة، وأن تشبعات المفردات المعيارية تراوحت ما بين (٠,٥١٢ - ٠,٨٥٨)، وقيم التشبعات اللامعيارية تراوحت ما بين (٠,٧٧٠ - ١,٣٢٣)، ويتضح أيضًا أن النسبة الحرجة وهي قيمة "ت" المستخرجة من قسمة معامل الانحدار اللامعيارية على الخطأ المعياري لكل مفردة جاءت جميعها أعلى من القيمة (٢,٥٨)، ومن ثم فالمفردات دالة عند مستوى الدلالة (٠,٠١)، مما يدل على صدق جميع العوامل المشاهدة المكونة لمقياس المناعة النفسية، أي أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي قد دلت دليلاً قوياً على صدق البناء الكامن لمقياس المناعة النفسية؛ وهو عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حوله ستة عوامل فرعية. ويوضح شكل (١) المسار التخطيطي للبنية العاملية لمقياس المناعة النفسية، بأبعاده الستة.



شكل (٦) المسار التخطيطي لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس المناعة النفسية

يتضح من شكل (٦) أن التحليل العاملي التوكيدي لمتغير المناعة النفسية قد بين لنا تشعب المفردات على العامل أو البعد الذي تنتمي إليه، مع الأخذ بالاعتبار مؤشرات جودة المطابقة للنموذج، ويتضح مما سبق تمتع مقياس المناعة النفسية بدرجة مقبولة من الصدق.

ثالثاً: حساب الاتساق الداخلي للمقياس Internal Consistency:

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس المناعة النفسية عن طريق معاملات ارتباط بيرسون بين درجات المشاركين على كل مفردة من مفردات المقياس وكل من درجات الأبعاد الفرعية للمقياس، ومن خلال تحديد مدى ارتباط درجة كل مفردة بالدرجة الكلية للمقياس، ودرجة كل بُعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، ويبين جدول (٦) قيم هذه المعاملات:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجات المشاركين على كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه والدرجة

الكلية لمقياس المناعة النفسية (ن = ١٥٠)

البعد	المفردة	معامل الارتباط	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	المفردة	معامل الارتباط	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
الالتزام الديني	١	**٠,٨٠	**٠,٤٦	٤	**٠,٨١	**٠,٥٠
	٢	**٠,٨٤	**٠,٤٣	٥	**٠,٨١	**٠,٤٨
	٣	**٠,٧٥	**٠,٤٣	٦	**٠,٦٩	**٠,٤٣
الصدود	٧	**٠,٨٠	**٠,٤٦	٩	**٠,٨٣	**٠,٥٢
	٨	**٠,٨٥	**٠,٥٠	١٠	**٠,٧٥	**٠,٤٨
اليقظة العقلية	١١	**٠,٧٩	**٠,٣٩	١٣	**٠,٧٥	**٠,٤١
	١٢	**٠,٧٠	**٠,٤٠	١٤	**٠,٧٢	**٠,٤٥
التأقلم أو التعايش	١٥	**٠,٧٦	**٠,٤٨	١٨	**٠,٧٣	**٠,٤٧
	١٦	**٠,٦٩	**٠,٣٢	١٩	**٠,٨٣	**٠,٥١
	١٧	**٠,٧٥	**٠,٤٦	-	----	----
الأمل	٢٠	**٠,٦٤	**٠,٤١	٢٣	**٠,٧١	**٠,٤٠
	٢١	**٠,٧١	**٠,٣٨	٢٤	**٠,٧٧	**٠,٤٧
	٢٢	**٠,٦٨	**٠,٣٧	-	----	-----
الإعتماد على الذات	٢٥	**٠,٧٥	**٠,٥٢	٢٨	**٠,٨٤	**٠,٥٣
	٢٦	**٠,٧٢	**٠,٤٨	٢٩	**٠,٧٥	**٠,٤٥

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

جدول (٧) معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية (ن = ١٥٠)

قيم معاملات الارتباط	الالتزام الديني	الصمود	اليقظة العقلية	التأقلم أو التعايش	الأمل	الإعتماد على الذات
الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية	**٠,٥٩	**٠,٦١	**٠,٥٦	**٠,٥٩	**٠,٥٨	**٠,٦١

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من جدولي (٦)، (٧) أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس ودرجة البعد الذي تنتمي إليه وكذلك ارتباط المفردة بالدرجة الكلية للمقياس كانت جميعها دالة عند مستوى (٠,٠١)، أي أن هناك اتساقاً بين كل مفردة من مفردات المقياس ودرجة البعد والدرجة الكلية للمقياس، كما أن معاملات ارتباط مكونات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يشير إلى تمتع مقياس المناعة النفسية بدرجة مقبولة من الاتساق الداخلي لمفرداته.

رابعاً: حساب ثبات المقياس:

تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية للمقياس والمقياس ككل بطريقتي Omega McDonald ومعامل الفا كرونباخ Cronbach's Alpha بعد تطبيقه على المشاركين في حساب الخصائص السيكومترية وجاءت النتائج كما هو موضحاً بجدول (٨):

جدول (٨) معاملات الثبات لمقياس المناعة النفسية بطريقتي Cronbach's Alpha and Omega

McDonald (ن = ١٥٠)

الأبعاد	عدد المفردات	Omega McDonald	Cronbach's alpha
الالتزام الديني	٦	٠,٨٧	٠,٨٧
الصمود	٤	٠,٨٢	٠,٨٢
اليقظة العقلية	٤	٠,٧٣	٠,٧٣
التأقلم أو التعايش	٥	٠,٨١	٠,٨٠
الأمل	٥	٠,٧٤	٠,٧٤
الإعتماد على الذات	٦	٠,٨٤	٠,٨٤
المقياس ككل	٣٠	٠,٨٦	٠,٨٦

يتضح من جدول (٨) أن قيمة معامل Cronbach's alpha and Omega McDonald لأبعاد المقياس جاءت جميعها مرتفعة، حيث تراوحت من (٠,٧٣) إلى (٠,٨٧)، وهي تعبر عن مستوى جيد ومرضي من الثبات، وجميعها قيم أعلى من الحد الأدنى المقبول لمعامل الثبات، وهو (٠,٧٠) (Field, 2009)، ويشير ذلك إلى ارتفاع مستوى الثبات لمقياس المناعة النفسية وكافة أبعاده. كما تم حساب قيمة معامل ثبات Omega McDonald للمفردات في حالة حذف المفردة ويوضح جدول (٩) ذلك:

جدول (٩) قيمة معامل ثبات Omega McDonald في حالة حذف المفردة من المقياس (ن = ١٥٠)

المفردة	معامل ثبات Omega McDonald					
	الإعتماد على الذات	الأمل	التأقلم أو التعايش	اليقظة العقلية	الصمود	الالتزام الديني
١	٠,٨١	٠,٧٢	٠,٧٦	٠,٦٣	٠,٧٨	٠,٨٥
٢	٠,٨٢	٠,٧٠	٠,٨١	٠,٧٠	٠,٧٤	٠,٨٤
٣	٠,٨٣	٠,٧٢	٠,٧٧	٠,٦٨	٠,٧٦	٠,٨٦
٤	٠,٧٨	٠,٧٠	٠,٧٨	٠,٦٩	٠,٨٢	٠,٨٤
٥	٠,٨١	٠,٧٠	٠,٧٣	---	---	٠,٨٥
٦	٠,٨٣	----	----	---	---	٠,٨٧

باستقراء جدول (٩) يتضح أن قيم معاملات ثبات المقياس تظل جيدة ومقبولة في حالة حذف أي مفردة من مفردات المقياس، وتراوحت قيمة معامل الثبات للمقياس في حالة حذف المفردة لجميع المفردات بين (٠,٦٣، ٠,٨٧)، وهي قيم مقبولة إحصائياً، ومن خلال حساب ثبات المقياس بطريقتي: ميجا ماكرونلد وألفا كرونباخ؛ يتضح أن مقياس المناعة النفسية يتمتع بدرجة مرضية من الثبات؛ مما يشير إلى إمكانية استخدامه مع المشاركين في الدراسة الحالية وفي البحوث والدراسات المستقبلية، والوثوق بالنتائج التي سيسفر عنها.

تفسير نتائج البحث:

في ضوء مشكلة البحث الحالي، وما كشفت عنه البحوث والدراسات ذات الصلة، وفي ضوء النتائج السابقة؛ يمكن القول أن مقياس المناعة النفسية قد استوفى المتطلبات السيكومترية الأساسية اللازمة من صدق المفردات والاتساق الداخلي والثبات، حيث أنه يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق والاتساق الداخلي ويضمن الباحثين من تطبيقه على العينة، والثبات فضلاً عن القيمة النظرية والتطبيقية للمقياس، حيث تتعلق

القيمة النظرية للمقياس بتغطية المقياس الأبعاد الظاهرة المقاسة كما وردت بالإطار النظري، وتتعلق القيمة التطبيقية بالقدرة التشخيصية للمقياس والمرتبطة بصدق المقياس وثباته، بالإضافة إلى التوصيات البحثية التي تشير إلى إمكانية تطبيق المقياس في بحوث ودراسات مستقبلية، ويؤكد صلاحيته في الاستخدام في البيئة المصرية والعربية للتطبيق على طلاب المرحلة الثانوية، والوثوق بالنتائج التي سيُسفر عنها استخدامه.

توصيات ومقترحات البحث:

في ضوء نتائج البحث يمكن التوصية بما يلي:

- 1- الاستفادة التربوية من نتائج البحث الحالي في قياس المناعة النفسية من خلال تطبيق المقياس على طلاب المرحلة الثانوية.
- 2- إظهار جوانب القوة لدى طلاب المرحلة الثانوية، وتمييزها حتى تزداد ثقتهم بأنفسهم.
- 3- عمل دورات وورش تدريبية للمعلمين لتدريبهم على كيفية تنمية وتحسين المناعة النفسية لدى طلابهم في هذه المرحلة.

بحوث مقترحة ودراسات مستقبلية:

- 1- إعداد وتصميم برامج تدريبية وإرشادية لتحسين المناعة النفسية لدى طلاب المراحل التعليمية المختلفة بصفة عامة، ولدى طلاب المرحلة الثانوية بصفة خاصة.
- 2- إعداد وبناء أدوات ومقاييس تقيس المناعة النفسية لدى تلاميذ وطلاب مختلف المراحل التعليمية، بحيث تناسب البيئة المصرية وخصائص كل مرحلة نمائية.
- 3- دراسة العلاقة بين المناعة النفسية والمتغيرات النفسية والاجتماعية الأخرى على فئات عمرية وتعليمية مختلفة.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- أحمد جلال حسن (٢٠٢٢). فعالية برنامج إرشادي قائم على إستراتيجيات تنظيم الإنفعالات لتحسين المناعة النفسية لدى المراهقين. مجلة كلية التربية، جامعة بنى سويف، ١٩ (١١٤)، ١٩١-٢٢٠.
- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسى دينى لتنشيط المناعة النفسيه وأثره فى تحقيق الأمن الفكرى لدى الموهوبين بالمرحلة الثانويه. مجلة الإرشاد النفسى، مركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، ٥٥ (٥٥)، ٣٨١-٤٢٦.
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٦). تنشيط المناعة النفسية وتقوية التفكير الإيجابي - رؤية تربوية، القاهرة: المكتب المصرى للتوزيع.
- جمعه فاروق فرغلى، ولاء بدوى محمد (٢٠١٦). فاعلية برنامج قائم على المناعة النفسية لخفض قلق المستقبل لدى أمهات الاطفال التوحديين. مجلة بحوث كلية الآداب، جامعة المنوفية، ٢٧ (١٠٧)، ٦٢١-٦٦٠.
- حسام محمود ذكى (٢٠٢١). فاعلية الإرشاد البنائى الذاتى فى تنمية المناعة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسى، مركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، ٦٨ (٢)، ١-٥٤.
- حنان خليل الحلبي (٢٠٢١). المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة القصيم. المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية، ٩ (٢)، ٤٦٩-٤٨٧.
- خالد أحمد المالكي، فتحى مهدي نصر (٢٠١٩). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية. مجلة بحوث التربية النوعية، ٥٥ (٥٥)، ١٩٥-٢٠٦.
- رانيا خميس الجزار خميس. (٢٠١٩). المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالنكاه الأخلاقى والأداء الأكاديمى. مجلة البحث العلمى فى الآداب، ١٩ (العدد التاسع عشر الجزء السابع)، ١-٤٢.
- رحاب أمين العذب (٢٠٢١). التوافق الأكاديمى وعلاقته بعادات العقل لدى طلاب المرحلة الثانوية العامة (النظام التعليمى الجديد). مجلة كلية التربية فى العلوم النفسية، جامعة عين شمس، ٤٥ (٢)، ١٥٩-٢٥٨.
- زينب نوفل راضى (٢٠٠٨). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٩). أساليب التفكير وأنماط معالجة المعلومات المرتبطة بنصفي المخ لدى مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية من المسنين مرضى باركينسون "دراسة نيوروسيكولوجية في إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة. المؤتمر الدولي الأول: "مشكلات المسنين بين الواقع والآفاق"، والذي نظمتها كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة أكلي محند أولحاج، البويرة، الجزائر، خلال الفترة من ١٧-١٨ نوفمبر، ٢٠١٩ - ٢٥٠.

شيماء سليمان، محمد المري محمد إسماعيل، نصر محمود صبري أحمد، وإبراهيم محمد علي أحمد (٢٠٢٤). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي العام والأزهري. *المجلة العربية للقياس والتقييم*, ٥ (١٠)، ١ - ٣٨.

عبد المنعم أحمد الدردير، هيبه ممدوح محمود، وجاكلين أحمد اسماعيل أحمد (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية. *المجلة العربية للقياس والتقييم*, ٤ (٧)، ١ - ٢٠.

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

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، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس*، ٢٢ (٩)، ١٤٩-٢٠١.

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

محمد غازي الدسوقي، غادة صابر أبو العطا، جيهان يوسف أحمد (٢٠٢٤). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى طالبات الجامعة المتعافيات من كورونا. *مجلة جامعة مطروح للعلوم التربوية والنفسية*، ٥ (٧)، ١٩٧-٢٣٢.

محمود رامز يوسف (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الإيجابي نحو الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من شباب جامعة عين شمس. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣١ (١١٣)، ٣٠٧-٣٦٨.

مرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب فى مراكز الإيواء فى قطاع غزة. رسالة ماجستير. كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة، فلسطين.

مفلح بن محمد مفلح غالطي (٢٠٢٤). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية The psychometric properties of the Psychological Immunity Scale. مجلة البحوث التربوية والنوعية، ٢٤ (١)، ٣١-٦٠.

نادرة جميل حمد (٢٠٢١). أثر برنامج ارشادى فى تنمية المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية، ١٤٦، ٢٤٥-٢٨٠.

ناصر محيى الدين ملوحى (٢٠٢٠). الجهاز المناعى النفسى قوة وإبداع، السلمية، سوريا: دار الغسق للنشر.
ناهد أحمد فتحى (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملية لمقياس المناعة النفسية). دراسات نفسية، ٢٩ (٣)، ٥٥٩-٦٢٨.

نسمة لطفى شعبان (٢٠٢٠). المناعة النفسية وعلاقتها بالاكنتاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً. مجلة البحث فى التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، ٣٥ (٢)، ٤١ - ٥٨.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Abass, I. F. (2022). The Effectiveness of a Program for Developing Psychological Immunity among University Students. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(2), 60-76.

Bhardwaj, A. K. & Verma, N. K. (2014). Psycho-immunity: Concept and its dimensions. *Behavioral Research Review*, 6(1), 190-196.

Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. *Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR)*, 1(3), 6-15.

Bhardwaj, A. K., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. *Online Journal of Multidisciplinary Researches (OJMR)*, 1(3), 6-15.

- Bredács, A. M. (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.
- Choochom, O. (2013). The development of a self-immunity scale. *Journal of Psychology Kasem Bandit University, 3*(3), 52-61.
- Choochom, O., Sucaromana, U., Chavanovanich, J., & Tellegen, P. (2019). Model of Self-Development for Enhancing Psychological Immunity of the Elderly. *The Journal of Behavioral Science, 14*(1), 84-96.
- Cruz-Pereira, J. S., Rea, K., Nolan, Y. M., O'Leary, O. F., Dinan, T. G., & Cryan, J. F. (2020). Depression's unholy trinity: dysregulated stress, immunity, and the microbiome. *Annual review of psychology, 71*, 49-78.
- Djabbarov, K. (2017). The influence of psychological protective mechanisms in the formation of the ideological immunity in adolescents. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences, 5*(4), 69-75.
- Dubey, A. & Shahi (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. *Indian Journal of Social Science Researches, 8* (1-2) 36-47.
- Ghosh, R., Chan, W. A., Manuel, A., & Dilimulati, M. (2017). Can education counter violent religious extremism?. *Canadian Foreign Policy Journal, 23*(2), 117-133.
- Gilbert, D.; Pinel, E.; Wilson, T.; Blunbrg, S. & Whealthy, T. (1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 617- 638.
- Gilbert, D. T., Pinel, E. C., Wilson, T. D., Blumberg, S. J., & Wheatley, T. P. (1998). Immune neglect: a source of durability bias in affective forecasting. *Journal of personality and social psychology, 75*(3), 617.
- Hall, J. M., Podawiltz, A., Mummert, D. I., Jones, H., & Mummert, M. E. (2012). Psychological stress and the cutaneous immune response: roles of the HPA axis and the sympathetic nervous system in atopic dermatitis and psoriasis. *Dermatology research and practice Journal, New York, 1-11*.
- Kagan, H. (2006). *The Psychological Immune System: A New Look at Protection and Survival*, Indiana, Author House.

- Karim, N, A. (2021) Psychological immunization for school students in facing extremist ideology. *Review of International Geographical Education (RIGEO)*, 11(3), 887-892.
- Kessler, R. C., Angermeyer, M., Anthony, J. C., De Graaf, R. O. N., Demyttenaere, K., Gasquet, I., & Üstün, T. B. (2007). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of mental disorders in the World Health Organization's World Mental Health Survey Initiative. *World Psychiatry Journal*, 6 (3), 168-176.
- Lorincz.A , Kadar.A, marton.K. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological Immune system and the Emoripnal tone of personality in Adolescents. *The New Educational Review*, 23(1), 103-123.
- Oláh, A. (2002). Positive traits: flow and psychological immunity. *Paper Presented at The First International Positive Psychology Summit*, 3-6 October 2002, Washington D.C.
- 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.
- Rachman, S. J. (2016). Invited essay: Cognitive influences on the psychological immune system. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 53, 2-8.
- Vasudevan, M. (2003). *Emotional Stress*, New Delhi, India: Jaypee Brothers Medical Publishers Pvt. Ltd.