القابلية للاستهواء لدى منخفضى المناعة النفسية من المراهقين

إعـــداد

أ / عايدة عبده رزيق

باحثة ماجستير في التربية تخصص (الصحة النفسية)

أ.د/ نعيـمة جمال شمـس

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية- جامعة المنوفية

د / نوال شرقاوي بخيت

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية- جامعة المنوفية

المستخلص

هدف البحث الحالى إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين القابلية للاستهواء وانخفاض المناعة النفسية لدى المراهقين على عينة قوامها (٣٠٦) طالب وطالبة من طلبة الصف الأول والثاني والثالث بالمرحلة الثانوية في التعليم العام و الفني،تراوحت أعماراهم الزمنية بين (١٤ – ١٩) سنة بمتوسط (١٦.١٢) سنة وانحراف معياري (١.٠١٩) وتمثلت ادوات الدراسة فى مقياس المناعة النفسية اعدادعصام زيدان(٢٠١٣)–مقياس ايوا للقابلية للاستهواءاعداد(kotov et al. , 2004) ترجمة منال احمد عمار (٢٠٢١) وتوصلت النتائج إلى انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا (سالبة) بين الدرجة الكلية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء ؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠.٤٠٠) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١) وتسهم القابلية للاستهواءبالتنبؤ المناعة النفسية لدى المراهقين ، حيث تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المرتفعين والمنخفضين في المناعة النفسية في الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في المستوى العام للمناعة النفسية .

الكلمات المفتاحية: القابلية للاستهواء - المناعة النفسية- المراهقين

Abstract

The current research aims to explore the relationship between Suggestibility and low psychological immunity among adolescents on a sample of (306) male and female students from the first, second and third grades in the secondary stage in general and technical education. Their ages ranged between (14 - 19) years with an average of (16.12) years and a standard deviation of (1.019). The study tools were the Psychological Immunity Scale, prepared by Issam Zaidan (2013)- (The Iowa- Suggestibility Scale, prepared by Kotov et al., (2004) translated by Manal Ahmed Ammar (2021). The results concluded that there is a statistically significant (negative) correlation between the total degree of psychological immunity and the total degree of susceptibility to temptation. The difference value remained (0.400), which is statistically significant at a significance level of (0.01) The Suggestibility contributes to predicting psychological immunity among adolescents, as it was found that there were statistically significant differences between those high and low in psychological immunity in the overall degree of Suggestibility. There were no significant differences between males and females in the general level of psychological immunity.

Keywords: *Suggestibility- Psychological Immunity - Adolescents*

مقدمة الدراسة:

زاد اهتمام الباحثين والدارسين في مجالات علم النفس بمرحلة المراهقة، لأنها إحدى المراحل الأساسية لنمو الإنسان،وهى مرحلة البحث عن الهوية (طبقا لنظرية إريكسون) ،واذا كانت هذه المرحلة توصف بأنها مرحلة التحولات السريعة والتغيرات المفاجئة، فهي زيادة على ذلك مرحلة تصبح فيها مراكز الاهتمام أكثر بعدًا وارتباطًا اجتماعيًا،وتنمو فيها الدوافع باتجاه النقد والنقاش والتحليل وتفهم القيم .

ويعد الاستهواء إحدى الوسائل التي يتم عن طريقها اكتساب المراهق للمعايير السائدة في المجتمع تلك المعايير التي تمثل الإطار المرجعي الذي يتم الرجوع اليه من حين لاخر.

إلا ان أنتشار وسائل الاتصال االحديثة وازدياد عدد القنوات الفضائية التي تقوم ببث رسائل موجهة ومدمرة للشباب فيصبحون ضحية لما تنقله تلك القنوات.

فى حين ان المناعة النفسية تتمثل فى امتلاك الفرد آليه داخلية تشترك مع نظام المناعة الحيوية بالحفاظ على بقائه، وتقيس ما يحدث لوجدانه، والتي تمكنه من التحرك للداخل والخارج من المشاعر السلبية، ويتم التحكم بالحركة من الداخل، وهذه الآلية هي المدخل لفهم المشاعر السلبية المتطرفة، وتعديل الاستجابات نحو الاستقرار بمواجهة تقلبات الحياة (علاءالشريف ،٢٠١٥).و يعتبرها(عصام زيدان،٢٠١٣) "انها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عبر التحصين النفسي".

والمناعة تعبرعن النظام الوجداني التفاعلي المتغير الذى يجعل المراهق يستخدم مشاعره، وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة وذلك من خلال الذاكرة والقدرة على التخيل والتخطيط وتقييم الخطر وإدراك معززات الحياة، وصياغة خطط العمل من أجل وقاية وحماية حياته وكيانه الجسدي والهوية والإبداع (kagan ،2006) ،(نجاتي، ٢٠١٦) ،(الجزار، ٢٠١٨).فربما انخفاض المناعة النفسية لدى المراهقين يكون سبب فى زيادة قابليتهم للاستهواء وهذا

مشكلة الدراسة

إن مشكلة القابلية للاستهواء نراها يزداد حجمها وتتضخم خطورتها على أفراد المجتمع عامة وشباب المراهقين خاصة،وهى تعبر بصفة عامة عن وجود استعداد أو ميل عام لدى بعض الأفراد للانقياد وعدم التبصر فى الامور (محمد أبو رياح،٢٠٠٦) لذا تأتي سلوكياتهم غير منطقية في

أغلب الأحيان وهؤلاء غالبًا ما يكونون ضحية للشائعات والخرافات والرسائل الموجهة المدمرة التي تبثها العديد من القنوات الفضائية وغيرها من وسائل الإعلام المسموعة والمقروءة بل قد يكونون ضحية لأقران السوء، وكل هذا بسبب تغيرات الحداثة والعولمة التي صدمت هؤلاء بكل ما تحمله من سلبيات والتي جعلت بعض الأفراد يتخذون الاستهواء استراتيجية يواجهون بها كل هذا، وانتشار ظاهرة القابلية للاستهواء لدى مجتمع التلاميذ والطلاب يساعد على تشرب وتبني هؤلاء للثقافات المدمرة التي قد تتبناها بعض التنظيمات بهدف افساد الشباب.

والقابلية للاستهواء تعد مؤشر خطير يمكن أن يسبب العديد من المشكلات سواء نفسية أو اجتماعية، مما جعل الباحثة تبحث فى ان احتمال انخفاض مناعتهم النفسية ادى إلى ارتفاع قابليتهم للاستهواء، ومن هنا تتحدد مشكلة الدراسة الحالية فى معرفة هل توجد علاقة بين القابلية للاستهواء وانخفاض المناعة النفسية لدى عينة الدراسة من المراهقين ، وفي ضوء الطرح السابق يمكننا صياغة مشكلة الدراسة الراهنة في **التساؤلات الآتية:**

١. هل توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء لدى المراهقين؟
٢. هل يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية للمراهقين من خلال القابلية للاستهواء لديهم؟
٣. هل توجد فروق دالة احصائيًا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في القابلية للاستهواء ، لصالح منخفضي المناعة النفسية؟
٤. هل تختلف درجة المناعة النفسية لدى المراهقين باختلاف النوع " ذكور ، إناث؟

أهداف الدراسة:

تستهدف الدراسة التعرف على طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء لدى المراهقين ، وايضا يهدف البحث الى التعرف على امكانية التنبؤ بالمناعة النفسية للمراهقين من خلال القابلية للاستهواء لديهم ، وهل توجد فروق دالة احصائيًا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في القابلية للاستهواء ، لصالح منخفضي المناعة النفسيةام لا، وهل يوجد اختلاف فى درجة المناعة النفسية لدى المراهقين باختلاف النوع " ذكور ، إناث ام لا

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فى:

– اهمية المتغيرات التى تتصدى لدراستها، حيث انها تتصدى لدراسة العلاقة بين المناعة النفسية المنخفضة والقابلية للاستهواء لدى المراهقين حيث يعد مفهوم المناعة النفسية ضمن التوجه الإيجابي في علم النفس وقد تزا يد الاهتمام به في الآونة الأخيرة.

– محاولة الاستجابة لما أوصت به بعض الدراسات والبحوث العلمية ومنها دراسة (الأعجم،2013) من أهمية دراسةالمناعةالنفسية في علاقتها بالعديد من المتغيرات النفسية .

–الاستفادة من نتائج هذه الدارسة في إعداد برامج ودوارت تدريبية للطلبةموضع الدارسة لتبصيرهم بمكامن القوة في شخصيتهم وتنمية هذه الجوانب الإيجابية في الشخصية،وما يتوصل إليه البحث الحالي من نتائج وإجراءات قد تُساعد المهتمين بالتربيةوالتعليم فى اعدادبرامج ارشادية وعلاجية تساعد المراهقين فى خفض القابلية للاستهواء وتدعيم المناعة النفسية وتقويتها.

مصطلحات الدراسة:

مفهوم القابلية للاستهواء Suggestibility :

تعد القابلية **للاستهواء** Suggestibility ظاهرة نفسية يمر بها كل إنسان وجميع الأفراد لديهم قابلية للاستهواء ولكن بدرجات مختلفة، وارتفاع درجة القابلية للاستهواء سلوك غير سوى، إذ يسهل التأثير في سلوكيات الفرد وتغييرها، كما يمكن تغير أفكار واتجاهات الفرد عن عمد بطريقة إرادية أو غير واعية،ويعرف (كوتوف واخرين ،٢٠٠٤) القابلية للاستهواء بانها "رغبة الفرد فى ان تتوافق افكاره واراؤه ومعتقداته مع افكار ومعتقدات الاخرين "و على أنها ميل لتقبل (دون ضغط قوى) رسائل من شخص آخر، أو أي نوع من وسائل الإعلام، أو من الذات، متضمنة رسائل تتعلق بالحالات النفسية(Kotov et al., 2004).

مفهوم المناعة النفسية :Psychological Immunity

وإتفق الدارسين على ان المناعة النفسية بمثابة وعاء يعمل على حماية الفرد من المشاعر و الوجدانات السلبية التي ترتبط بالضغوط والقلق و التوتر والغضب و الإنهاك و غيرها من الأزمات

و الاضطرابات النفسية التي قد تواجهه في حياته، تماما كما يعمل نظام المناعة الحيوية في الجوانب العضوية،ويعرف(عصام زيدان، ٢٠١٣، ٥١) المناعة النفسية "بأنها قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية والتهديدات والمخاطر والإحباطات والأزمات النفسية والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية والإمكانيات الكامنة في الشخصية مثل: التفكير الإيجابي والإبداع وحل المشكلات وضبط النفس والإتزان والصمود والصلابة والتحدي والمثابرة والفعالية الذاتية والتفاؤل والمرونةوالتكيف مع البيئة".

محددات البحث :

المنهج: تم استخدام المنهج الوصفي لما له من قدرة فائقة على التعمق في وصف الظاهرة موضوع البحث وذلك بهدف الكشف عن العلاقة بين القابلية للاستهواءوانخفاض المناعة النفسية لدى المراهقين.

عينة الدراسة: وتنقسم إلى:

- **عينة حساب الخصائص السيكومترية لادوات الدراسة:** مقياس المناعة النفسية عصام زيدان ٢٠١٣ مقياس ايوا للقابلية للاستهواءاعداد (Kotov et al., 2004) ترجمة منال احمد عمار ٢٠٢١ تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٦٥) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية من الصفوف الدراسية الأول والثاني والثالث من مدارس ثانوى عام وفنى بنين وبنات بإدارة شرق شبرا الخيمة محافظة القليوبية ، وذلك خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤.

-**العينة الأساسية:** تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٣٠٦) طالب وطالبة من طلبة الصف الأول والثاني والثالث بالمرحلة الثانوية في التعليم العام والتعليم الفني، وتراوحت أعماراهم بين (١٤ – ١٩) سنة بمتوسط (١٦.١٢) سنة وانحراف معياري (١.٠١٩).

الحدود المكانية : من أربعة مدارس ثانوى عام وفنى بنين وبنات بإدارة شرق شبرا الخيمة محافظة القليوبية.

الحدود الزمانية : الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٣ / ٢٠٢٤ .

أدوات الدراسة: تمثلت ادوات الدراسة فى مقياس المناعة النفسية اعدادعصام زيدان (٢٠١٣) ومقياس ايوا للقابلية للاستهواءاعداد (Kotov et al., 2004) ترجمة منال احمدعمار (٢٠٢١).

الاساليب الاحصائية:استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون للكشف عن قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين الأبعاد الفرعية التسعة والدرجة الكلية للمناعة النفسية مع الأبعاد الفرعية الستة والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين والمعالجة الاحصائية باستخدام برنامج الحزم الاحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS (إصدار ٢٨)،واستخدمت الباحثة أسلوب تحليل الانحدار المتعدد بطريقة الاضافة التدريجية للمتغيرات Stepwise حيث تم ادراج الأبعاد الفرعية الستة للقابلية للاستهواء (القابلية للاقناع ، عدوى الاغراء ، ردة الفعل النفسية ، التوافق مع الرفاق ، التحكم النفسجسمي ، العناد والتمسك بالرأي) كمتغيرات مستقلة منفصلة في نموذج تحليل الانحدارمن أجل الكشف عن القوة التنبؤية لكل منها في التنبؤ بالمناعة النفسية كدرجة كلية،استخدمت ايضا اختبار ت T. Test للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين ، وذلك للكشف عن دلالة الفروق بين فئة المرتفعين في المناعة النفسية وفئة المنخفضين في المناعة النفسية، وذلك من حيث الأبعاد الفرعية الستة (القابلية للاقناع ، عدوى الاغراء ، ردة الفعل النفسية، التوافق مع الرفاق، التحكم النفسجسمي، العناد والتمسك بالرأي) والدرجة الكلية على مقياس القابلية للاستهواء، حساب قيمة حجم الأثرEffect Size*(مربع ايتا Eta Square) وتحديد مستواه ؛ وذلك لمعرفة مدى تأثير المناعة النفسية في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء لدى المراهقين.

الإطار النظرى والدراسات السابقة

<u>القابلية للاستهواء</u>: كلمة "استهواء" من الهوى أي الميل النفسي،والمقصود بها استعداد الفرد التصديق و وربما الاقتناع بالاراء والأفكاروالمعتقدات عموما التي يخبرها دون نقد ، مع عدم توافر الأدلة المنطقية الكافية لصحتها.

القابلية للاستهواء تجعل الفرد لا يستخدم التفكير الناقد، وتأتي سلوكياته في ضوء تصرفات وسلوكيات الآخرين وأحكامهم برغبة تامة منه، فهي أقرب ما تكون بالعدوى الانفعالية التى تُساعد الفرد على انتشار الأفكار والمعتقدات وشيوع السلوكيات بسهولة ويسر (محمد أبو رياح، ٢٠٠٦).

* نسبة تباين المتغير التابع التي ترجع للمتغير المستقل لبيان قوة العلاقة بين المتغيرين ؛ فحجم التأثير يمثل الدلالة العملية للفروق الاحصائية أو العلاقات بين المتغيرات وما إن كانت تلك الدلالة العملية كبيرة بحيث تبرر الأخذ بنتائجها .

تناول الباحثون مفهوم القابلية للاستهواء بمسميات متعددة منها على سبيل المثال لاالحصر: الإيحاء، والمسايرة، والمجاراة، والانصياع ، وجميع هذه المصطلحات تتقارب وتتشابه معا ويشير كل من (محمد أبورياحوي، ٢٠١٢، ٣٤٢، عفراء خليل، ٢٠٠٧، ٢) إلي أن القابلية للاستهواء هي رغبة الفردواستعداده، لأن تتوافق أفكاره ومعتقداته مع أفكار وآراء ومعتقدات الآخرين ، وسرعة التصديق والتسليم وربما الإقتناع بالآراء والأفكار أو المدركات عمومًا، التى يخبرها الفرد في عالمه الشخصي والاجتماعي (عصام جمعة نصار، ٢٠٢٠)

ولذلك فالقابلية للاستهواء فى علم المنطق ، من ضمن العوامل الذاتية للوقوع فى خطأ التفكير والتقدير لو قلنا لرجل صحيح الجسم سليم الأعضاء إنه مريض وكان لقولنا من الوجاهة وصدق اللهجة ما يؤثِّر فيه ويمنع عنه الشك بالمزاح لاعتقد بمرضه وشعر بعد قليل بالمرض الذي عيَّنَّاه له، وخاصة إذا كان المتكلم طبيبًا له نفوذ الحرفة، ولو قلنا لرجل مريض إن وجهه كل يوم يتورد بالدم وإن قوته تزداد ونور الصحة يتألق في محيَّاه وكررنا له ذلك في لهجة صادقة لكان لكلامنا تأثير فيه من حيث شفاؤه،وخاصة إذا كان المتكلم طبيبًا أيضًا.

وقد أشارت دراسة أجرولو باندون (Agrwal & Panden, 1987) إلى انتشارظاهرة القابلية للاستهواء لدي المراهقين ،واهتمت دراسة ليلى الأعظمي وبان عبد الرحمن (٢٠١٥) بالتعرف على درجة انتشار القابلية للاستهواء لدى المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٣-١٧)عامًا، أشارت النتائج إلى أنه يتسم المراهقون في أعمار (١٣و١٧)عامًا بالقابلية للاستهواء مرتفعة، كماأن القابلية للاستهواء لا تتأثر بمتغير النوع،كما اكدت دراسة جديد عبد الحميد وبن الطاهر نجاتى (٢٠١٧)القابلية للاستهواء لدى المراهقين المستعملين لمواقع التواصل الاجتماعي على عينة البحث البالغة ١٦٠تلميذا و تلميذة دارسين بالسنة الأولى ثانوي اختيروا بطريقة عشوائية ،وتوصلت الدراسة إلى أن تلاميذ السنة الأولى ثانوي والذين هم في مرحلة المراهقة يتمتعون بقابلية للاستهواءمرتفعة، ويوجد فروق دالة لحصائيا بين الذكور والإناث في القابلية للاستهواء لصالح الإناث ، ولا توجد فروق دالة احصائيا في الشعبة الأدبية و العلمية في مستوى القابلية للاستهواء.

تعريف القابلية للاستهواء: عرفها (Kotov, 2004, 66) بانها "رغبة الفرد فى ان تتوافق افكاره واراؤه ومعتقداته مع افكار ومعتقدات الاخرين.وعرفها (محمد أبو رياح، ٢٠٠٦، ١٣) على

انهااستعداد الفرد لسرعة التصديق والتسليم وربما الإقناع بالآراء والأفكار أو المدركات عمومًا، التى يخبرها الفرد في عالمه الشخصي والاجتماعي دون نقد أو تمحيص، مععدم توافر الأدلة المنطقية الكافية لصحة هذه المدركات جميعًا، وبالتالي يأتي سلوكه غيرمنطقي،وعرفها (عطاالله الخالدى، ٢٠٠٨، ١٣٣) "الرغبة فى التقليد والانقياد فى تقبل الافكار مع فقدان النظرة الانتقادية والقدرة على التقييم وسهولة التأثر بالاعلانات التجارية "وتعرفها (سمر عسكر، ٢٠٢١) "استعداد الفرد لتقبل اراء وافكار ومعتقدات الاخرين دون نقد او وجود اسباب منطقية لتقبل هذه الاراء والافكار والمعتقدات."

أجرى محمد أبورباح (٢٠٠٦) دراسة استهدفت التعرف على الفروق بين مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء في بعض المشكلات السلوكية وهي: السلوك العدواني، والعزلة الاجتماعية، وسلوك التدخين، وتكونت العينة الأساسية للدراسة من (٢٨٨) تلميذًا من تلاميذ المرحلة الإعدادية،وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء في السلوك العدواني والعزلة الاجتماعية لصالح مرتفعي القابلية للاستهواء، كما تبين أن هناك فروق بين المدخنين وغير المدخنين في القابلية للاستهواء لصالح المدخنين، وتبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القابلية للاستهواء وكل من السلوك العدواني والعزلة الاجتماعية والتدخين، وتُشير العديد من الدراسات مثل: دراسة ناجح المعموري وعلي مظلوم، (٢٠١١)، ودراسة محمد عطاالله، ٢٠١٧،ودراسة هبة حلمي، ، ٢٠١٨إلى أن مرتفعي القابلية للاستهواء يكون لديهم العديد من المشاعر السالبة والسلوكيات الخطرة غير السوية نتيجة لوقوعهم تحت تأثير إملاءات وتوجهات لأفراد آخرين سواء داخل بيئتهم النفسية الفعلية أو خارجها افتراضية وسائل التواصل الاجتماعي.

ابعاد القابلية للاستهواء: وقد حدد Kotov, Bellman, & Watson ,2004, مكونات (أبعاد) للقابلية للاستهواء هي: (قابلية الإيحاء للمستهلك Consumer Suggestibility(١١مفردة)، القابلية للإقناع Persuadability (١٤مفردة)،عدوى الإغراء sensation contagion(١٢مفردة)، ردة فعل النفسية) physiological Reactivity (١٣مفردة)، التوافق (التأكيد) مع الرفاق Peer Conformity (١٤ مفردة)، كما حدد بعدان بصفتهما محكا لصدق المقياس، وصمم مقياسان فرعيان لهما، هما: التحكم النفس / جسمىpsychosomatic control (١٥مفردة)، العناد والتمسك

بالرأي stubborn opinionatedness (١٦مفردة)، بافتراض أنهما يرتبطان سلبيا بمكونات القابلية للاستهواء،اذ تشير مفرداتهما إلى عدم القابلية للاستهواء.

، فقد استبعد أبو المجد الشوربجى ونايف الحربي (٢٠١٧) البعد الأول للمقياس وهو قابلية الإيحاء للمستهلك consumer suggestibility وبما يتسق مع الثقافة العربية.

ومن النظريات المفسرة للقابلية للاستهواء

(نظرية فستنجرنظرية التنافرالمعرفى) Festinger theory

صاحب هذه النظرية هو فستنجر (Grillin, 2006, 175) وتعني كلمة معرفي فيها العلاقات بين عناصرالمعلومات المعرفية التي تشمل (الأفكار و الآراء و المدركات و المفاهيم و التوقعات و المعلومات) أماالتنافر فيعني عدم الانسجام او التضارب في عناصر المعلومات المعرفية و مركباتها، ويرى فستنجر أنعدم الاتساق او التنافر بين اثنين او أكثر من الا راء و الأفكار والسلوكيات يجعل الفرد يشعر بعدم الارتياح ويصبح هذا التوتر دافعا لاستثارة السلوك و توجيهه يسعى الفرد إلى تغيير سلوكه لتجنب التنافر من خلال الامتثال (الاستهواء للجماعة وذلك لتجنب حالة التنافر و البقاء في استقرار وراحة نفسية (Davidoff, 1981, 314)

تعد نظرية التنافر المعرفيCognitive Dissonance theory لفستنجر Festinger واحدة من أكثر النظريات الهامة والمؤثرة في تاريخ علم النفس، وقد كتبت عنها العديد من المجلات الخاصة بعلم النفس ولها تطبيقات واسعة الانتشار في مجالات مختلفة،وأشار فستنجر إلى إن عدم الاتساق أوالتنافر بين أثنين أو أكثر من الآراء أو الأفكار أو السلوكيات، يجعل الفرد يشعر بعدم الارتياح لوجود حالةالتوتر ويصبح هذا التوتر قوة دافعة تستثير السلوك وتوجهه نحو خفض التوتر وخفض التنافر (Festinger & Carlsmith,1959, 203) وهناك وسائل يسعى من خلالها الأفراد للتخلص من حالةالتنافر المعرفي لديهم وهي:تغيير السلوك لينسجم مع اتجاهاتهم ومعتقداتهم، تغيير معتقداتهم واتجاهاتهم لتنسجم مع سلوك.البحث عن معلومات إضافية أكثر انسجاما لتبرير السلوك.تشويه المعلومات والمعارف (محمد الريماوي وزملائه، ٢٠١١)، ويعتقد فستنجر (Festinger) أن من بين المواقف التي تزيد التنافر المعرفي مع الجماعة وتستثيرالسلوك هو عندما لا تتفق معتقدات وأحكام الفرد مع معتقداتالجماعة التي ينتمي إليها أو عندما يقحم الفردفي سلوك مخالفا

لمعتقداته أو عندما يتوقع الفرد حدوث شيء معين ويحدث شيء آخر كل ذلك يولد ضغطاعلى الفرد يجبره على تغير سلوكه والامتثال (الاستهواء) للجماعة للتخلص من حالة التنافر المعرفي وافترض فستنجر إن الفرد عندما يعاني من معارف متضاربة (متنافرة) فإن ثمة حالة توتر نفسي وقلق ينتج نتيجة ذلك، تدفع الفرد إلى إن يعمل جاهدًا لكي يقللها ويرى ان الإفراد بطبيعتهم ميالون للاتساق بين معتقداتهم وسلوكهم، وان التناسق بين العناصرالمعرفية هو سيكولوجي أكثر مما يكون منطقي، فكل ما يبدو متسقاً من العناصر المعرفية في ذهن الفرد يمثل انسجاماً وان كل ما لايمثل ذلك يمثل تنافراً ، وقد حدد فستنجر العلاقة بين هذه العناصر بما يأتي-:

علاقة ذات صلة Relevance وهي نوعان:

- علاقة انسجام Consonance وهي ان احد العنصرين أو الفكرتين يتضمن شيئاً عن الآخر، بمعنى ان الفكرة الأولى تدل ضمنياً عن الفكرة الثاني
- علاقة تنافرDissonanceوتنشأ هذه العلاقة على أساس نقيض احد العناصر ناجم عن الأخر عند تأملهالوحدها بمعنى إن الفرد يحمل فكرتين احدهما نقيض الأخرى.

علاقة لا صلة Irrelevance

- وتعني ان احد العناصر لايتضمن شيئاً عن الآخر، (ويرى فستنجر أن هنالك عدة طرق لخفض التنافر المتولد اجتماعياً هي:
- تغيير رأي الفرد الخاص لينسجم مع رأي الآخرين.
- تغيير رأي الآخرين ليتطابق مع رأي الفرد.
- إقناع الفرد بأن أولئك الذين يختلفون معه هم أناس يختلفون عنه في بعض الأبعاد بحيث لاتوجد وجهةللمقارنة بين وجهتي النظر (ضمياء إبراهيم، ٢٠١٤)

لقد تبنت الباحثة الحالية نظرية التنافر المعرفي لـ (ليون فستنجر) من خلال فكرتها الرئيسة وللأعتبارات التالية-:إنها تعد أفضل النظريات المعرفية في تفسير الاستهواء.إنها ضمن الاتجاه المعرفي، الذي يعد الآن محور العمليات البحثية واهتمام الباحثين.وإنها من أوائل النظريات في المجال المعرفي والتي تعد القاعدة والأساس والمرجع في انطلاق الاتجاه المعرفي في البحوث النفسي مكنت الباحثة من استيعاب متغير قابلية الاستهواء.

المناعـة النفسـية: المناعـة النفسـية مـن المصـطلحات العلميـة التـي ظهـرت فـى العصـر الحديث، ولاقت قبولا واستحسانا كبيرا في الأوساط العلمية، وكشفت عن الكثير من أسباب الضعف في النواحي النفسية والجسمية،و ظهر التنظير في مجال المناعة النفسية نتيجة للدراسات العلمية التي تمت في مجال العلاقة بين صحة العقل والجسد.

وفى نهاية التسعينات من القرن العشرين فى بداية الألفية الجديدة ظهر مفهوم المناعة النفسية،وكان أول من أشار إلى مصطلح المناعة النفسية هو جلبرت وزملاءه (Gilbert et al., 1998) ولكن يعد أولاه (Olah, 1996, 2000, 2002, 2004, 2005) هو أكثر من كرس جهوده لدراسة المناعة النفسية واكثرهم نشرا فى هذا المفهوم. ولقد خلق الله في اجسادنا نظام المناعة العضوية (Biological Immune System) لكي يدافع عنه ضد الامراض المعدية ويحميه منها، وفي المقابل اوجد نظام المناعة النفسية لكي يحافظ علي الذات ويقيها ويحميها من الامراض النفسية والعقلية (عصام زيدان٢٠١٣، ٨١٧).

وباعتبار ان ما يميز هذا العصر هو الصراعات و الحروب النفسية لدرجةجعلت المناعة النفسية للأفراد وخاصة المراهقين وبناء شخصيتهم السليمة مركز رعاية و اهتمام المسؤولين والمهتمين بعلم النفس،حيث تعتبر عنصررئيسى ومكون اساسى للصحةالنفسية، فإن ظهور المناعة النفسية جاء من خلال التركيز على الوقاية ضدالعوامل التي تؤدي إلى تعرض الفرد للاضطرابات النفسية ومحاولته دائمًا إلى تطوير ذاته ليتوافق داخليًا أولاً، ثم مع المجتمع المحيط به ثانيًا، وتعد المناعة النفسية من اهم الخصائص النفسية للفرد ، فجهاز المناعة النفسي هو ما يعين الفرد ويساعده على احتواء المشاعر السلبية والتكيف معها والمواجهة إذا ما أصابه الحزن أو المعاناة والألم النفسي بسبب المشاكل والضغوط التى قد يتعرض لها ويساعده على مقاومة مسبباتها، ويعزز قدرة الفرد على الصمود والمواجهة وتخطى الازمات وتجاوز المحن ويقيه من الوقوع في هاوية الاضطراب النفسي والإنهيار الناتج عن الضغوط والصدمات والأزمات التي يتعرض لها من حين لآخر و االعودة إلى حالة التوازن فالمناعة النفسية من أهم متطلبات الحياة و السبب الحقيقي لجودتهاالنفسية.

اكدت دراسة دوبي وشاهي (2011) Dubey and Shahi علي ان المناعة النفسية لها

دور في تخفيف الضغط والإنهاك النفسي وفق استراتيجيات المواجهة التي يستخدمها الفرد،واتفقت معها دراسة جومبر (Gombor, 2009) على أن المناعة النفسية المرتفعة ادت إلي انخفاض درجات الإنهاك النفسي، وكانت بمثابة العامل الوقائي ضد الإنهاك النفسي.

ويرى (علاء الشريف،٢٠١٤، ٤٨) ان نظام المناعة النفسية لدى الفرد هو الأشد تأثيرا علي حدوث وتطور المشاكل النفسية والتى تؤدى إلى الاضطراب النفسي، وتدهور الصحة النفسية بشكل عام ، ولكن اذا تم دعم هذا النظام المناعي بطريقة ناجحة فإنها تقوي الأثر العلاجي وذلك من خلال تنمية قدرات المواجهة التكيفية لدى الفرد.

واعتبر (ناصر ملوحى، ٢٠٢٠) أن الجهاز المناعي النفسي بمثابة جهاز امتصاص للصدمات والأزمات والتحديات وتحليلها والرد إيجابيًا عليها بشكل يحفظ التوازن جسميًاو نفسيًاواجتماعيًا، فمن المعروف أن مجموعة من المثيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية المعقدة تسهم مجتمعة في ان الشخص يصل إلى حالة من حالات التوتر النفسي و الانزعاج ،فاذا أصبح هذا التوتر مزمنًا وفشل المرء فى خفضه وفق الآليات المعروفة فى علم النفس بآليات خفض التوتر، فإن هذا التوتر المزمن سوف يؤثر على جسده وفق الآليات العصبية والهرمونية والمناعية مما يؤدي إصابة الفرد بالامراض ذات المنشأ النفسي.

وأشار (Kagan, 2006, 95) إلى أن جهاز المناعة النفسي هو بمثابة مرشحات للرسائل الانفعالية التي يتلقاهاالفرد أثناء أحداث حياته اليومية وعليه يحدد كيف يتعامل معها، فعلى سبيل المثال عندما تظهر مشاعر الخوف أو القلق أو التهيج نتيجة التعرض لحدوث مخاطر مهددة أو ضاغطة فهنا يؤدي جهاز المناعة النفسي وظيفته وهى محاولة مساعدة الفرد على الإدراك الواقعي والغير مبالغ فيه للحقائق، ثم يقوم بتقسيم ردود أفعاله على تلك الأحداث وعندما يتم إدراكه للحدث، يقوم بتقيم الاستجابات فيصبح محددا للاستجابات القادمة عندما يتعرض لاحداث مشابهه، ويطلق على ذلك التعزيزالطبيعي لجهاز المناعة النفسية.

وقد اتفق (Hoerger, 2012) مع جيلبرت وآخرين (Gilbert et al., 1998, 618) " فى تعريف المناعة النفسية بانها مصطلح يستخدم لاختزال عددًا من التحيزات والآليات المعرفية ليحمي الفرد من الشعور بالمعاناة من المشاعر السلبية المتطرفة (الذات، الموضوع،) من خلال التجاهل–

التحويل-وبناء المعلومات، لجعل الحالة الراهنة أكثر احتمالاً للموقف وأكثر امتلاكًا للبدائل المُساعدة في تخطى الموقف، حيث تعمل خارج إدراك ووعي الفرد، وقد تم إعداد هذا التعريف استنادًا لنظام المناعة الحيوية كرمز لهذه العمليات."

فى حين اتفق (كمال مرسى ،٢٠٠٠، ٩٦) ويلسون (Wilson, 2002, 38- 40) على ان المناعة النفسية تكون بمثابة الدفاعات النفسية التي تعمل علي إنكار وتشويه الأفكار, والمعلومات السلبية ومشاعر الغضب والعدوان واليأس والعجز والانهزامية والتشاؤم،التي تهدد الكيان الوجداني للفرد وإعادة تفسيرها وتحويلها إلي أفكار إيجابية ومشاعرجيدة لمواجهة الأزمات التي تقابله عبر إغفال التشوه الحادث لتبرير الأحداث السلبية بأسلوب يحسن من آثارها التي تهدد الكيان الوجداني، وتصل بالفرد للشعور الجيد.

ومما سبق يتضح لنا ان اهمية المناعة النفسية تكمن فى اعتبارها بمثابة القوة الداعمة للفرد فى مواجهة الازمات والتحديات وتحسن من قدرته على التعامل بكفاءة وايجابية مع المشكلات والتوترات والضغوط النفسية بحيث لا يفقد اتزانه الانفعالى والعقلى والعاطفى وتعد عامل الحماية له ضد الاضطرابات والامراض النفسية.

أنواع المناعة النفسية:

صنف (كمال مرسى ،٢٠٠٠، ٩٦-٩٧) المناعة النفسية إلى ثلاثة أنواع هي:

١-**مناعة نفسية طبيعية:** وهي موجودة في طبيعة تكوين النفسي للإنسان الذي ينمو ويتشكل نتيجة التفاعل بين الوراثة والبيئة ، وهي مناعة ضد القلق و التأزم ، فالشخص الذى يتمتع بتكوين نفسي صحي تكون لديه مناعة نفسية ضد الأزمات وله قدرة على تحمل الاحباطات.

٢- **مناعة نفسية مكتسبة:** وهي بمثابة الدعامات النفسية التى تعمل على تنشيط جهاز المناعة النفسي وهي تلك التي يكتسبها الفرد من خبراته ومهاراته والمعارف التي تعلمها نتيجة تعرضه للأزمات والصعوبات التى واجهته.

٣-**مناعة نفسية مكتسبة صناعيا:** وهي تشبه المناعة الجسمية التي يكتسبها الفرد بعد حقن الجسم بالجرثومة المسببة للمرض عمدا للحد من خطورتها ، فتكتسب من تعريض الفرد لنفسه عمدا لمواقف تثير التوترالقلق والغضب مع استمرارية التدريب على التحكم فيالافكاروالمشاعر

والانفعالات وابعاد آثار القلق والخوف والجزع ، واستبدالها بالأفكار والمشاعر الإيجابية (كمال مرسي، ٢٠٠٠).

واشارت (سومه الحضري ،٢٠٢١) ان اى نوع من انواع المناعة النفسية سواء كانت مناعة طبيعية أو مناعة مكتسبة طبيعيا أومناعة مكتسبة صناعيا فهي بمثابة الجهاز الواقى وخط الدفاع الأول الذي يحمي الفرد من الوقوع فريسة لليأس والاحباط ، وتساعده على مواجهة الازمات و القلق والتوتر ومواجهة الضغوطات و المواقف الصعبة وتزيد من خبرة الفرد فى مواجهة المواقف الجديدة بناء على ما واجهه من مواقف سابقة.

ابعاد المناعة النفسية: قام (عصام زيدان، ٢٠١٣) بدراسة كان الهدف منها التوصل إلى مفهوم للمناعة النفسية وتحديد أبعادها وتصميم مقياس لقياسها و أجريت هذه الدراسة على عينة قوامها (٩٤٣) طالب وطالبة من طلبة الليسانس والبكالوريوس والدراسات العليا بكلية التربية. جامعة المنصورة، و أظهرت نتائج البحث أبعاد أو مكونات المناعة النفسية وقد تم تصميم وإعداد وتقنين مقياس (أداة) لقياس المناعة النفسية حيث تكون المقياس من (١١٧) عبارة، موزعة على تسعة أبعاد (التفكير الايجابى –الابداع فى حل المشكلات –ضبط النفس والاتزان –الصمود والصلابة النفسية –فاعلية الذات –الثقة بالنفس –التحدى والمثابرة –المرونة النفسيةوالتكيف– التفاؤل).

النماذج المفسرة للمناعة النفسية: تعددت النظريات التي تناولت المناعة النفسية، حيث تناولت نظرية التحليل النفسى المناعة النفسية على أنها قوة الانا وقدرتها على إحداث التوازن بين متطلبات الهو والانا الاعلى، في حين أن النظرية المعرفية تناولت المناعة النفسية من منظور استطاعة الفرد رؤية الموقف بشمولية واستطاعته أن يسلك سلوك إيجابي وفقا لهذه الرؤية (الجزار، ٢٠١٨، ٧).

تصور اولاه واخرين (Olah& et al, 2010:104).

لقد نشأت نظرية (Olah) فى المناعة النفسية من خلال الارتكازعلى مجموعة من الأبعاد المعرفية ، والسلوكية. والاجتماعية، والانفعالية ، والدافعية ، والبيئية، والشخصية ، والنفسية، حيث أن هذه الأبعاد تزود الفرد بالمناعة النفسية ضد التوتر وتعزز نموه النفسي والجسمي ، وكذلك تؤدي

وظيفة التحصين و المقاومة (Olah, 2005, 31). والغرض من دمج هذه الأبعاد من أجل جعلها منظومة نفسية شاملة ومتكاملة إيجابية ومتفاعلة ومترابطة ، حيث أن شخصية الفرد تتشكل من العديد من الجوانب والأبعاد المعقدة والمتشابكة ومن الصعب أن تحمي أو تصمد أو تدافع عن نفسها ضد التهديدات الداخلية أو الخارجية كالتعرض للاخطاروالشدائد والمصائب والمحن ، وكذلك والمواقف الصادمة و الأحداث الضاغطة بكافة أنواعها والتي تستنزف القوة والطاقة والمقاومة النفسية ,(Olah, 2004, 223). لذا من الصعب أن تعتمد على بعد أو بعدين من أبعاد الشخصية وإهمال باقي الأبعاد، وهذا الترابط أوالتكامل بين هذه الجوانب والأبعاد يسمى بمنظومة او نظام (المناعة النفسية) (Olah & et al., 2006, 566). وهي التي تجعل الفرد قادرًا على تحمل آثار العوامل والضغوط والتوتر ودمج الخبرة المكتسبة في تنمية المقاومة النفسية من أجل تكوين حصانة وقائية وعلاجية تحصن الفرد عندما يتعرض للضغوط الداخلية والخارجية التي تواجهه وتعيق تحقيق الأهداف المطلوبة (Olah, 2006, 371).

نظام المناعة النفسية فى نظر اولاه يتماثل فى آلية عمله مع نظام المناعة الحيوية، إلا أنه يرى أن هذاالتماثل نتيجة تأثير الضغط النفسي، حيث يقوم على تقوية وضع الذات بداية من عملية التكيف، وضبطها من الخطوة الأولى (مثال: التقويم المعرفي لتهديدات من خلال اختيار وتفعيل إستجابات سلوكية وتحويلها لمساعدة الذات بمقاومة الضغط، والتهديد) وكذلك الأمر ليس مقتصرا على التكيف وانما يمتد ليكون مسئولاً عن االنمو والكفاءة والتكامل الشخصي، من خلال جمع ومزامنة مصادر الشخصية ومعارفها وسماتها وخبراتها المرتبطة بالتعامل الفعال والنشط مع الضغط(Olah, 2010, p.104)،ويقوم النموذج على مجموعة من الإفتراضات مؤداها أن نظام المناعة النفسية ترتبط سلبيا بمشاعر الإرهاق، كما أن التغاضي عن الجوانب الدقيقة بالموقف الضاغط ينعكس في عدم مقدرة الفرد على تحقيق التوافق، وهو ما يعرف بالإهمال المناعي (Olah, 2004).(immune neglect)

ومما سبق نستنتج ان جهاز المناعة النفسية لدى الفرد هو الأشد تأثيرا علي حدوث وتطور المشاكل النفسية والتى تؤدى إلى الاضطرابات النفسية، وتدهور الصحة النفسية بشكل عام ،فهو بمثابة الجهاز الواقى وخط الدفاع الأول الذي يحمي الفرد من الوقوع فريسة لليأس والاحباط ويؤدي

وظيفة هامة تمكن الفرد من تجنب السلوكيات السلبية، ويساعده على تحفيز الإستجابات المعرفيةوالإنفعالية والسلوكية الإيجابية، التي تمكن الفرد من تجنب السلوكيات السلبية الناشئة عن التعرض للموقف الضاغط ،وفى حال فشل الجهاز المناعي النفسي في تخفيف الأضطرابات النفسية، ربما يؤدى إلى تفاقم الأعراض ومن ثم ظهور الإخفاقات،والاضطرابات النفسية

وهناك تساؤلات تطرح نفسها نود الاجابة عليها من خلال هذا البحث وهو :لماذا بعض المراهقين لديهم قابلية مرتفعة للاستهواء والبعض الاخر لا؟

ربماهناك ثمة مؤثر ما يؤثر عليهم فهل هذا المؤثر هو مناعتهم النفسية؟

ومن هنا جاءت مشكلة هذه الدراسة ليس فقط الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء ، إنما أيضا بإمكانية التنبؤ بالقابلية للاستهواء من خلال كفاءة نظام المناعة النفسية لدى المراهقين، وحيث وجدت الباحثة ندره فى الدراسات التى تناولت هذا الموضوع.

فروض الدراسة:

١. توجد علاقة دالة إحصائيًا بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء لدى المراهقين.
٢. يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية للمراهقين من خلال القابلية للاستهواء لديهم.
٣. توجد فروق دالة احصائيًا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في القابلية للاستهواء ، لصالح منخفضي المناعة النفسية.
٤. توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث فى درجات المناعة النفسية لدى المراهقين.
٥. اجراءات التحقق من الخصائص السيكومتريةلأدوات الدراسة

مقياس ايوا للقابلية للاستهواء

أعد هذا المقياس في الأصل كوتوف، بلمان، واتسون (٢٠٠٤) (Kotov, Bellman, & WatsonM ,2004) بهدف قياس القابلية للاستهواء باستخدام أسلوب التقرير الذاتي، وقد أسس المقياس بناء على أن مفهوم القابليةللإستهواء هو ميل الفرد لتقبل(بدون ضغط قوي) رسائل من الذات، أو شخص آخر، أو أي نوع من وسائل الإعلام ، متضمنة رسائل تتعلق بالحالات النفسية،

وقد تحددت مظاهر القابلية للإستهواء بنوعين من العوامل المتغيرة هما: مصدر ومحتوى الرسالة وقد درست ثلاثة أنواع من المصادر وثلاثة أنواع من المحتويات، وبناء على ذلك وقد حدد ,2004 Kotov, Bellman, & Watsonخمسة مكونات (أبعاد) للقابلية للاستهواء هي:(قابلية الإيحاء للمستهلك)) consumer suggestibility (١١مفردة)، القابلية للإقناع Persuadability (١٤مفردة) ،عدوى الإغراء contagion sensation(١٢مفردة) ، ردة فعل النفسية physiological Reactivity (١٣مفردة).

التوافق (التأكيد) مع الرفاق Peer Conformity (١٤ مفردة)،كما حدد بعدان بصفتهما محكا لصدق المقياس، وصمم مقياسان فرعيان لهما، هما: التحكم النفس / جسمى psychosomatic control (١٥مفردة)، العناد والتمسك بالرأي opinionatedness stubborn (١٦مفردة) ، بافتراض أنهما يرتبطان سلبيا بمكونات القابلية للاستهواء ،اذ تشير مفرداتهما إلى عدم القابلية للاستهواء ، وقد تم تقنين المقياس فى ثقافات عربية واجنبية مختلفة ، قامت(منال عمار ،٢٠٢١) بترجمة مقياس أيوا" للقابلية للاستهواء الى العربية و حساب الكفاءة السيكومترية للمقياس " وذلك بتطبيق النسخة الإلكترونية من المقياس على عينة التقنين المكونة من(٢٧٩) طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بالغردقة وبحساب الاتساق الداخلي اتضح أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة وبين درجة البعد الذي تنتمي إليه كانت مرتفعة مما يظهر أن جميع عبارات المقياس صادقه في قياس ما وضعت من أجله، مما يعكس درجة مرتفعة من الاتساق.

وقامت إجراء التحليل العاملي لمقياس "أيوا" للقابلية للاستهواء لقياس الصدق العاملي ، باستخدام Principal Components Method– "طريقة " المكونات الأساسية" وقامت الباحثة بحذف التشعبات الأقل من ٠.٥ ومن ثم يكون المقياس في صورته النهائية المترجمة والمقننة من قبل الباحثة جاهزاً للتطبيق على أفراد عينة البحث.،وايضا قامت بحساب معامل ثبات مقياس "أيوا" القابلية للاستهواء باستخدام طريقة إعادة الاختبار Test Retest بفاصل زمني قدره أسبوعين، ومما يجدر ذكره أن طريقة إعادة الاختبار تعتمد على معادلة سبيرمان – براون"، ومعادلة "جتمان"، وكذلك طريقة تحليل التباين باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كان معامل الثبات *(75 ,0.–a) وهذا ما يدل على معدل مرتفع للثبات فإن زيادة معامل الثبات "ألف – كرونباخ" تشير إلى زيادة الترابط بين

المفردات المختلفة والبعد الذي تنتمي إليه، ومن أفضل معدلات معامل الثبات ألفا – كرونباخ" هي تلك التي تقع بين أكبر من(0.70) واقل من (0.90).

ثم قامت الباحثة الحالية ببعض الإجراءات للتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس علي النحو التالي:

(١) الاتساق الداخلي لمقياس القابلية للاستهواء :

تحققت الباحثة الحالية من الاتساق الداخلي لمقياس القابلية للاستهواء من خلال حساب قيمة معامل الارتباط لبيرسون بين درجة كل مفردة مع درجة البعد المنتمية إليه ، وكذلك حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية مع الدرجة الكلية للمقياس ككل . وقد أسفرت نتائج المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS(اصدار ٢٨) عن أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد المنتمية إليه بالنسبة لجميع مفردات مقياس القابلية للاستهواء جاءت جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، فيما عدا ست مفردات هي المفردات (٣٤ ، ٣٥ ، ٤٢ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٧٠) جاءت معاملات ارتباطها بدرجة البعد المنتمية إليه بقيم منخفضة غير دالة احصائياً بما يشير إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس القابلية للاستهواء .

وتبين أن معاملات الارتباط بين درجة جميع الأبعاد الفرعية الستة والدرجة الكلية لمقياس القابلية للاستهواء جاءت جميعها ذات قيم مرتفعة ودالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) .

بهذا ، بناء على النتائج الموضحة في الإجرائين السابقين يتبين أن مقياس القابلية للاستهواء يتسم بدرجة عالية من الاتساق الداخلي .

معاملات التمييز لمقياس القابلية للاستهواء :

تحققت الباحثة الحالية من القوة التمييزية للمفردات مقياس القابلية للاستهواء من خلال حساب قيمة معامل التمييز لجميع مفردات المقياس ، وجاءت النتائج ان القوة التمييزية لمفردات مقياس القابلية للاستهواء من خلال حساب قيمة معامل التمييز لجميع مفردات المقياس دالة احصائيا فيما عدا

المفردات ٣ ،٣١ ،٣٤ ، ٣٥ ، ٤٢، ٤٨ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٧٠ ، جاءت القوة التمييزية لهم غير دالة احصائيا بما يشير إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس القابلية للاستهواء.

معامل الثبات لمقياس القابلية للاستهواء:

تحققت الباحثة من ثبات مقياس القابلية للاستهواء من خلال حساب قيمة معامل ألفا كرونباخ للأبعاد الفرعية للمقياس وكذلك المقياس ككل ، وقد أسفرت نتائج المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج SPSS أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد المنتمية إليه بالنسبة لجميع مفردات مقياس القابلية للاستهواء جاءت جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، فيما عدا ست مفردات هي المفردات (٣٤ ، ٣٥ ، ٤٢ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٧٠) جاءت معاملات ارتباطها بدرجة البعد المنتمية إليه بقيم منخفضة غير دالة احصائياً بما يشير إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس القابلية للاستهواء .

ويتضح لنا ان القوة التمييزية لمفردات مقياس القابلية للاستهواء من خلال حساب قيمة معامل التمييز لجميع مفردات المقياس دالة احصائيا فيما عدا المفردات ٣ ،٣١ ،٣٤ ، ٣٥ ، ٤٢، ٤٨ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٧٠ ، جاءت القوة التمييزية لهم غير دالة احصائيا بما يشير إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس القابلية للاستهواءوبذلك تحذف الباحثة المفردات ٣ ،٣١ ،٣٤ ، ٣٥ ، ٤٢، ٤٨ ، ٥٢ ، ٥٧ ، ٧٠ من الصورة النهائية للمقياس .

تصحيح المقياس: نظراً لأن مفردات المقياس يستجاب لها على تدرج ليكرت الثلاثي، فإن الاستجابات كانت تنطبق"، تنطبق إلى حد ما، "لا" تنطبق"، تأخذ الدرجات ٣، ٢، ١، للمفردات الموجبة على الترتيب، وهي مفردات مقاييس القابلية للاقناع، وعدى الإغراء، ورد الفعل النفسي والتوافق مع الرفاق، وبالتالي فإن الدرجة المرتفعة تشير إلى القابلية للاستهواء لدى المستجيب، أي أنه كلما اقتربت الدرجة من النهاية العظمي كلما أشار ذلك ارتفاع مستوى القابلية للاستهواء لدى الفرد.

مقياس المناعة النفسية

قام عصام زيدان (٢٠١٣) بتصميم وإعداد وتقنين المقياس (أداة) لقياس المناعة النفسية تكون المقياس من (١١٧) عبارة، منها (٩١) عبارة موجبة ، (٢٦) عبارة سالبة، موزعة على الأبعاد التسعة، يقابل كل عبارة منها تدريج من خمسة بدائل لاختيار ما ينطبق منها بدقة على الفرد، تتراوح درجاتها بين (١) – (٥) درجات. وتتراوح درجات الفرد على المقياس بين (١١٧) وهى أدنى درجة وتدل على انخفاض المناعة النفسية ، (٥٨٥) وهي أعلى درجة وتدل على ارتفاع المناعة النفسية لدى الفرد، وتم التحقق من توفر شروط الصدق والثبات للمقياس لضمان كفاءته وصلاحيته للاستخدام.وذلك بتقدير صدق المقياس من خلال قياس صدق المحكمين، فقد تم عرض الصورة الأولية للمقياس على عشرة خبراء من أساتذة علم النفس والصحة النفسية والقياس النفسي لتحكيمها وإبداء الرأى فى كافة بنود وجوانب المقياس ومحتوياته حتى يصل الأفضل صيغة ممكنة، وقد بلغت نسب الاتفاق بينهم على عبارات المقياس ما بين (٨٠٪) إلى(١٠٠%)

وتم حساب الصدق العاملي للمقياس : المقياس له قدرة على التمييز بين الفئات المتفاوتة في المناعة النفسية، وأنه يتمتع بدرجة مرتفعة من الصدق لقياس المناعة النفسية.

– الصدق التلازمي :تم تقدير الصدق التلازمي (الارتباطي) للمقياس بعد تطبيقه مع مقياسين آخرين هما: استبيان الصلابة النفسية (عماد مخيمر (٢٠٠٢) ، ومقياس الصلابة النفسية أمال باظة، (٢٠١١) على عينة من طلاب كلية التربية بجامعة المنصورة حجمها (٢٥٠) مائتان وخمسون طالباً وطالبة خلال العام الجامعي ٢٠١١ / ٢٠١٢ ، وتم حساب معاملات ارتباط درجات العينة على كل بعد من أبعاد المقياس ودرجته الكلية مع درجاتهم على كل مقياس من المقياسين الآخرين.

وتم حساب الاتساق الداخلي والتاكد من قياس السمة المقاسة، وأن الدرجة الناتجة عنه على قدر كبير من الاستقرار والثبات والمصداقية،وتم حساب ثبات التجزئة النصفية : وتم حساب معاملات الارتباط بين درجات العينة على كل من الأبعاد والدرجة الكلية في نصفى المقياس وتصحيحها باستخدام معادلات جتمان، وسبيرمان – براون، وكيودر ريتشاردسون، وتم قياس ثبات المقياس

بإعادة التطبيق ،ومنهم تم التاكد من أن مقياس المناعة النفسية يتمتع بقدر كبير من الثبات والصدق ،ويمكن الاطمئنان إليه بدرجة مرتفعة من الثقة في قياس المناعة النفسية.

ثم قامت الباحثة الحالية ببعض الإجراءات للتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس علي النحو التالي:

الاتساق الداخلي لمقياس المناعة النفسية :

تحققت الباحثة الحالية من الاتساق الداخلي لمقياس المناعة النفسية من خلال حساب قيمة معامل الارتباط لبيرسون بين درجة كل مفردة مع درجة البعد المنتمية إليه ، وكذلك حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة الأبعاد الفرعية مع الدرجة الكلية للمقياس ككل . وقد أسفرت نتائج المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS(اصدار ٢٨) عن أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد المنتمية إليه بالنسبة لجميع مفردات مقياس المناعة النفسية جاءت جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، فيما عدا سبع مفردات هي المفردات (٢ ، ٢٠ ، ٦٤ ، ٦٥ ، ٨٩ ، ١٠٢ ، ١١٤) جاءت معاملات ارتباطها بدرجة البعد المنتمية إليه بقيم منخفضة غير دالة احصائياً بما يشير إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس المناعة النفسية .

معاملات ارتباط بيرسون للأبعاد الفرعية بالدرجة الكلية للمقياس: وتبين أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد المنتمية إليه بالنسبة لجميع مفردات مقياس المناعة النفسية جاءت جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، فيما عدا سبع مفردات هي المفردات (٢ ، ٢٠ ، ٦٤ ، ٦٥ ، ٨٩ ، ١٠٢ ، ١١٤) جاءت معاملات ارتباطها بدرجة البعد المنتمية إليه بقيم منخفضة غير دالة احصائياً مما ادى إلى ضرورة حذفها من الصورة النهائية لمقياس المناعة النفسية .

نتائج فرضيات الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

نتائج التحقق من الفرض الاول: ينص الفرض الاول على أنه (توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء لدى المراهقين) . وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة بحساب قيمة معامل ارتباط بيرسون للكشف عن قوة واتجاه العلاقة الارتباطية بين

الأبعاد الفرعية التسعة والدرجة الكلية للمناعة النفسية مع الأبعاد الفرعية الستة والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين ، وقد أسفرت نتائج المعالجة الاحصائية باستخدام برنامج الحزم الاحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS (إصدار ٢٨) عن النتائج الموضحة بالجدول (١) الآتي:

جدول (١) نتائج معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمناعة النفسية والأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين(ن = ٣٠٦)

		القابلية للاستهواء						
		القابلية للاقناع	عدوى الاغراء	ردة الفعل النفسية	التوافق مع الرفاق	التحكم النفسجسمي	العناد والتمسك بالرأي	الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء
المناعة النفسية	التفكير الايجابي	-0.066	-0.111	0.096	.135*	-.251**	-.266**	-.153**
	الابداع وحل المشكلات	-.241**	-0.078	-.167**	0.062	-.325**	-.525**	-.396**
	ضبط النفس والاتزان	-.229**	-.321**	-.298**	-0.101	-.269**	-0.075	-.362**
	الصمود والصلابة النفسية	-.263**	-.155**	-0.057	0.062	-.264**	-.527**	-.377**
	فاعلية الذات	-.236**	-.139*	-0.045	0.070	-.343**	-.379**	-.329**
	الثقة بالنفس	-.289**	-.165**	-.205**	-0.040	-.375**	-.410**	-.443**
	التحدي والمثابرة	-.214**	-.184**	-.113*	0.039	-.325**	-.412**	-.369**
	المرونة النفسية والتكيف	0.043	0.047	0.093	.199**	-.270**	-.177**	-0.037
	التفاؤل	-0.013	-.123*	0.043	0.104	-.266**	-.199**	-.145*
	الدرجة الكلية للمناعة النفسية	-.231**	-.206**	-.113*	0.065	-.402**	-.427**	-.400**

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١) * دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

واتضح من النتائج قبول الفرض الاول بشكل عام ، حيث ٠يتبين الآتي: توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا (سالبة) بين الدرجة الكلية للمناعة النفسية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء ؛ حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠.٤٠٠) وهي قيمة دالة احصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١).توجد

علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية للمناعة النفسية والأبعاد الفرعية الخمسة (القابلية للاقناع ، عدوى الاغراء ، ردة الفعل النفسية ، التحكم النفسجسمي، العناد والتمسك بالرأي) للقابلية الاستهواء ؛ حيث بلغت قيم معاملات الاتباط بين كل منهما (٠.٢٣١ ، ٠.٢٠٦ ، ٠.١١٣ ، ٠.٤٠٢ ، ٠.٤٢٧) على الترتيب وجميعها قيم دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، عدا الارتباط مع بعد (ردة الفعل النفسية) جاء معامل الارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠٥) لا توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيًا بين الدرجة الكلية للمناعة النفسية وبعد (التوافق مع الرفاق) على مقياس القابلية للاستهواء ؛ حيث جاءت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠.٠٦٥) وهي قيمة غير دالة احصائيًا. كما يتبين عدم وجود علاقة ارتباطية بين جميع الأبعاد الفرعية للمناعة النفسية وبعد التوافق مع الرفاق من مقياس القابلية للاستهواء ؛ حيث جاءت جميع قيم معاملات الارتباط بين كل منهما غير دالة احصائيًا ، في حين توجد فقط علاقة ارتباطية دالة احصائيا موجبة بين بعد التوافق مع الرفاق للقابلية للاستهواء وكل من بعد التفكير الايجابي للمناعة النفسية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ،وبعد المرونة النفسية للمناعة النفسية عند مستوى دلالة (٠.٠١) توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائيًا بين الأبعاد الفرعية الثمانية للمناعة النفسية (التفكير الايجابي ، الابداع وحل المشكلات ، ضبط النفس ، الصلابة النفسية ، فاعلية الذات ، الثقة بالنفس ، التحدي والمثابرة ، التفاؤل) والدرجة الكلية على مقياس القابلية للاستهواء ؛ حيث جاءت جميع قيم معاملات الارتباط بين كل منهما دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، فيما عدا الارتباط بين بعد التفاؤل للمناعة النفسية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء حيث جاء معامل الارتباط بينهما دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) كما يتلاحظ وجود علاقات ارتباطية بينية عديدة جاءت دالة احصائيا وسالبة بين الأبعاد الفرعية للمناعة النفسية والأبعاد الفرعية للقابلية للاستهواء.

ومن خلاصة نتائج الفرض الاول نجد انه توجد علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين المناعة النفسية والقابلية للاستهواء لدى عينة الدراسة من المراهقين ،وتتفق هذه النتيجة مع رأى كيجان (Kagan, 2006, 90) أن الحفاظ على الحياة والكيان الجسدي-الهوية- الملكية الفكرية الإبداعية تأتي عبر عمليات ونُظم تكون المحرك لنظام المناعة النفسية. ومع رأي (Bona, 2014) بان المناعة النفسية تمثل "مجموعة من العوامل الكامنة لإثراء الشخصية ككل، بحيث_تساعد الفرد

فـي الحصـول علـى المعرفـة والممارسـة والتعقـل فـي اسـتخدام المصـادر المتاحـة خـلال المواقـف الضاغطة مما يساعد الفرد على التعامل مع الضغوط والعوامل التي قد تهدد الشخصية".

وتتفق مع (كامل ٢٠٠٢، ٢٢٠– ٣٢١) أن من بين أعراض فقدان المناعة: ارتفاع القابلية للإيحاء ،فقدان السيطرة الذاتية والتحكم الذاتي الاستسلام للفشل الانعزالية، فقدان الإحساس بالسرور والمتعة في الحياة والانغلاق والجمود الفكرى.

وأيضًا مع (Stein, 2006) (Kagan, 2006) (نجاتي، ٢٠١٦)، (الجزار، ٢٠١٨) الذين أشاروا إلـى ان المناعـة النفسـية تعبـر عـن النظـام الوجـداني التفـاعلي المتغيـر الـذى يجعـل الفـرد يستخدم مشاعره، وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة وذلك من خلال الذاكرة والقدرة علـى التخيـل والتخطـيط وتقيـيم الخطـر وإدراك معززات الحيـاة و الـدفاع أو الحمايـة وصـياغة خطـط العمل من أجل وقاية وحماية حياته وكيانه الجسدي والهوية والإبداع

وتتفق مـع كل من (Bredacs, 2016, 120) و (Barbamell, 2009, 17) و Olah, A.(2005)،و Albert–Lorincz et al., 2012, 105) ومعهم "راشمان ("2016, 3 Rachman)., فـى(علاء الشريف، 2014) واكدتـه دراسـة دوبـى وشـاهى ,Dubey & Shahi). ("2011 ان المناعة النفسية هي نظام معقد ومنظم ووقائي لحماية الفرد من الاضطرابات النفسية والبيئية لمواجهة الضغوط النفسية والانفعالية أسوة بنظام المناعة الحيوية وهويعمل على حمايتنا من الإعتداءات النفسية من البيئـة عبر التكيـف مـع الضـغط الوجداني حيث أن مكوناتـه تجعل الأفراد قادرين على مواجهة الضغوط.

ومع ما ذهب إليه عصام زيدان (٢٠١٣) إلى تعريف المناعة النفسية بأنها قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية والتهديدات والمخاطر والإحباطات والأزمات النفسية والتخلص منها عـن طريـق التحصـين النفسـي باسـتخدام المـوارد الذاتيـة والإمكانيـات الكامنـة فـي الشخصـية مثـل: التفكيـر الإيجـابي والإبـداع وحـل المشـكلات وضـبط الـنفس والإتـزان والصـمود والصـلابة والتحـدي والمثابرة والفعالية الذاتية والتفاؤل والمرونة والتكيف مع البيئة.

فالمراهقون الذين يتمتعون بمناعة نفسية مرتفعة لديهم القدرة على الافراز والتمييز بين ماهو ضـار ومـا هونـافع مـن خـلال مايتسـمون بـه مـن التفكيـر الايجـابي والثقـة بـالنفس والابـداع فـى حـل

المشكلات فيصعب استهوائهم وعلى العكس منخفضى المناعة النفسية يفتقروا إلى التفكير الايجابي والاتزان والثقة بالنفس فيكونوا سريعى التاثر يجعل قابليتهم للاستهواء مرتفعة وهذا ما اثبتته بالفعل هذه الدراسة.

نتائج التحقق من الفرض الثاني:

ينص الفرض الثانى على أنه (يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال القابلية للاستهواء لدى المراهقين). وللتحقق من هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل الانحدار المتعدد بطريقة الاضافة التدريجية للمتغيرات Stepwise والأبعاد الفرعية الستة للقابلية للاستهواء (القابلية للاقناع ، عدوى الاغراء ، ردة الفعل النفسية ، التوافق مع الرفاق ، التحكم النفسجسمي ، العناد والتمسك بالرأي) كمتغيرات مستقلة منفصلة في نموذج تحليل الانحدارمن أجل الكشف عن القوة التنبؤية لكل منها في التنبؤ بالمناعة النفسية كدرجة كلية لدى أفراد عينة الدراسةمن المراهقين ، حيث يتميز هذا الأسلوب الإحصائي بإمكانية إدخال أقوى المتغيرات المستقلة تأثيرا على المتغير التابع في الخطوة الأولى ثم إدخال المتغير الذي يليه في قوة التأثير في الخطوة الثانية.. وهكذا حتى يتم الانتهاء من إدخال جميع المتغيرات المستقلة ذات التأثير الدال على المتغير التابع ، في حين لا تدرج المتغيرات المستقلة ذات التأثير الضعيف أو التي تفسر نسبة ضئيلة من التباين في درجات المتغير التابع، وقد أسفرت نتائج المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS (إصدار ٢٨) أن المتغيرات الستة (التحكم النفسجسمي، عدوى الاغراء، العناد والتمسك بالرأي، التوافق مع الرفاق) هي التي تسهم فى التنبؤ بالمناعة النفسية لدى المراهقين من بين جميع الأبعاد الستة للقابلية للاستهواء المدرجة في التحليل.

جدول (٢) التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال القابلية للاستهواء لدى المراهقين :

	المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري لـ B	معامل الإنحدار المعياري Beta	قيمة ت	مستوى الدلالة	قيمة ف	مستوى الدلالة	الإرتباط المتعدد R	مربع الارتباط المتعدد R^2	مربع معامل الارتباط المتعدد المعدل
١	العناد والتمسك بالرأي	-3.418	0.415	-0.427	-8.234	0.01	67.807	0.01	0.427	0.182	0.180
	المقدار الثابت =370.93										
٢	العناد والتمسك بالرأي	-2.743	0.408	-0.343	-6.721	0.01	56.209	0.01	0.520	0.271	0.266
	التحكم النفسجسمي	-3.181	0.525	-0.309	-6.055	0.01					
	المقدار الثابت =423.94										
٣	العناد والتمسك بالرأي	-2.468	0.404	-0.308	-6.115	0.01	45.041	0.01	0.556	0.309	0.302
	التحكم النفسجسمي	-3.490	0.518	-0.339	-6.742	0.01					
	عدوى الاغراء	-1.994	0.486	-0.200	-4.103	0.01					
	المقدار الثابت =457.27										
٤	العناد والتمسك بالرأي	-2.471	0.401	-0.309	-6.170	0.01	35.691	0.01	0.567	0.322	0.313
	التحكم النفسجسمي	-3.386	0.516	-0.329	-6.566	0.01					
	عدوى الاغراء	-2.412	0.514	-0.242	-4.694	0.01					
	التوافق مع الرفاق	1.361	0.576	0.121	2.364	0.05					
	المقدار الثابت =439.47										

بناء على النتائج الموضحة بالجدول (٢) يتم قبول الفرض الثانى ؛ حيث يتبين الآتي :

(أ) أظهر نموذج تحليل الانحدار أن المتغيرات الثلاثة (العناد والتمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي ، عدوى الاغراء ، التوافق مع الرفاق) هي المتغيرات التي تسهم في التنبؤ بالمناعة النفسية لدى المراهقين من بين جميع الستة للقابلية للاستهواء المدرجة في التحليل ، حيث تشير النتائج إلى دلالة معادلة تحليل الانحدار التنبؤية وذلك للأسباب الآتية :

• **الخطوة الأولى** : بلغت قيمة ت لدلالة لفروق تبعاً لمتغير العناد والتمسك بالرأي في الخطوة الأولى (٨.٢٣٤) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، وبلغت قيمة ف (٦٧.٨٠٧) وهي قيمة دالة احصائيا كذلك عند مستوى دلالة (٠.٠١) .

• **الخطوة الثانية** : بلغت قيمتي ت لدلالة الفروق تبعاً للمتغيرين (العناد التمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي) (٦.٧٢١ ، ٦.٠٥٥) على الترتيب ، وكلاهما قيمتان دالتين إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) . كما بلغت قيمة ف لدلالة الفروق تبعا للمتغيرين معا (٥٦.٢٠٩) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١).

• **الخطوة الثالثة** : بلغت قيم ت لدلالة الفروق تبعاً للمتغيرات الثلاثة (العناد والتمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي ، عدوى الاغراء) (٦.١١٥ ، ٦.٧٤٢ ، ٤.١٠٣) على الترتيب ، وجميعها قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) . كما بلغت قيمة ف لدلالة الفروق تبعا للمتغيرات الثلاثة معا (٤٥.٠٤١) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١).

• **الخطوة الرابعة** : بلغت قيم ت لدلالة الفروق تبعاً للمتغيرات الأربعة (العناد والتمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي ، عدوى الاغراء ، التوافق مع الرفاق) (٦.١٧٠ ، ٦.٥٦٦ ، ٤.٦٩٤ ، ٢.٣٦٤) على الترتيب وجاءت القيم الثلاثة الأولى دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بينما جاءت القيمة الرابعة الخاصة بالفروق تبعا لمتغير التوافق مع الرفاق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠٥) . كما بلغت قيمة ف لدلالة الفروق تبعا للمتغيرات الأربعة معا (٣٥.٦٩١) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١).

(ب) تشير قيمة مربع الإرتباط المتعدد (R^2) في الخطوة الرابعة لنموذج تحليل الإنحدار أن المتغيرات الأربعة للقابلية للاستهواء المنبئة (العناد والتمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي ، عدوى الاغراء ، التوافق مع الرفاق) تسهم معاً بنسبة (٣٢.٢) % من التباين الكلي في المناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين ؛ ويعتبر متغير (العناد والتمسك بالرأي) الأكثر تأثيرا في المناعة النفسية حيث جاء ترتيبه الأول في معادلة الإنحدار وأسهم بمفرده بنسبة (١٨.٢ %) من التباين الكلي في المناعة النفسية للمراهقين ، ثم جاء متغير (التحكم النفسجسمي) في المرتبة الثانية من حيث التأثير ليسهم بمفرده بنسبة (٨.٩ %) من التباين

في المناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين ، ثم جاء متغير (عدوى الاغراء) في المرتبة الثالثة من حيث التأثير ليسهم بمفرده بنسبة (٣.٨ %) من التباين في المناعة النفسية ، ثم جاء متغير (التوافق مع الرفاق) في المرتبة الرابعة من حيث التأثير ليسهم بمفرده بنسبة (١.٣ %) من التباين الكلي في المناعة النفسية.

(ت) تشير القيم السالبة لمعامل الإنحدار (B) بالنسبة للمتغيرات الثالثة (العناد والتمسك بالرأي ، التحكم النفسجسمي ، عدوى الاغراء) والتي بلغت (٢.٤٧١ ، ٣.٣٨٦ ، ٢.٤١٢) على الترتيب إلى أن هذين المتغيرين تعد منبئات (سلبية) بالمناعة النفسية للمراهقين ؛ بمعنى أن إرتفاع المظاهر السلوكية لأي من هذين المتغيرات لدى المراهق يتبعه تنبؤ بانخفاض المظاهر السلوكية للمناعة النفسية لديه والعكس صحيح ، بينما تشير القيمة الموجبة لمعامل الانحدار (B) لمتغير (التوافق مع الرفاق) والتي بلغت (١.٣٦١) على الترتيب أن هذه المتغيرات تعد منبئات (ايجابية) بالمناعة النفسية ؛ بمعنى أن ارتفاع درجة أو مستوى المظاهر السلوكية للتوافق مع الرفاق لدى المراهق يتبعه تنبؤ بارتفاع المظاهر السلوكية للمناعة النفسية لديه والعكس صحيح .

(ث) يمكن صياغة المعادلة التنبؤية لهذا الفرض على النحو الآتي :

المناعة النفسية للمراهقين = – ٢.٤٧١ (العناد و التمسك بالرأي) – ٣.٣٨٦ (التحكم النفسجسمي) – ٢.٤١٢ (عدوى الاغراء) + ١.٣٦١ (التوافق مع الرفاق) + ٤٣٩.٤٧.

وفى المجمل بينت النتائج انه يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال القابلية للاستهواء لدى المراهقين، وتتوافق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Kagan, 2006, 95) من أن جهاز المناعة النفسي هو بمثابة مرشحات للرسائل الانفعالية التي يتلقاها الفرد أثناء أحداث حياته اليومية وعليه يحدد كيف يتعامل معها.

لقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث التي تناولت المناعة النفسية وأكدت على ضرورة الاهتمام بتنشيطها، منها دراسات: عبد الوهاب كامل (١٩٩٤-أ، ج)، حمدي ياسين (٢٠٠١)،(Kagan, 2006).،(Olah،et al ,2010)، (Admire, 2011) ، وادلي (٢٠١١ ،Wadley)، عصام زيدان (٢٠١٣) وأنجيل جورج (٢٠١٦)، رولا الشريف (٢٠١٦)، سليمان عبد

الواحد (٢٠١٦ ١، ب). وجبار (٢٠١٧)، سليمان عبد الواحد (٢٠١٧)، وفاطمة طه (٢٠١٧)، أمل غنايم (٢٠١٨)، وسليمان جاد عبد الله الواحد ومنصور فتحي(٢٠٢٠). ونسمة لطفي وأسماء فتحي (٢٠٢٠) حيث أشارت نتائجها إلى وجود علاقة بين طريقة تفكير الفرد ودرجة تحمله للمصاعب والتحديات، ورغبته في تحقيق أهدافه، كما أكدت نتائج هذه الدراسات على وجود تفاعل متبادل ومباشر بين الحالات العقلية والوظائف الجسمية والمناعية، وأشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن المناعة النفسية تضبط حركة الجهاز المعرفى نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة، وتقوى عملية توقع نجاح السلوك الإيجابي، وتضمن اختيار أساليب التأقلم أو التكيف استراتيجيات المواجهة التي تناسب خصائص الموقف وحالات الفرد ومزاجه، وتحمى الفرد من الضرر أو الأذى الانفعالى، وتعزز آليات الدفاع النفسي، إضافة إلى إمكانية تنشيط جهاز المناعة النفسية من خلال التدريب والتدخل السيكولوجي و جهاز المناعة النفسية لدى الفرد هو الأشد تأثيرا علي حدوث وتطور المشاكل النفسية والتى تؤدى إلى الاضطرابات النفسية، وتدهور الصحة النفسية بشكل عام ،فهو بمثابة الجهاز الواقى وخط الدفاع الأول الذي يحمي الفرد من الوقوع فى الاضطرابات ويؤدي وظيفة هامة تمكن الفرد من تجنب السلوكيات السلبية، ويساعده على تحفيز الإستجابات المعرفيةوالإنفعالية والسلوكية الإيجابية المتعقلة ، التي تمكن الفرد من تجنب السلوكيات السلبية الناشئة عن التعرض للموقف الضاغط.

نتائج التحقق من الفرض الثالث: ينص الفرض الثاالث على أنه (توجد فروق دالة احصائيًا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في القابليةللاستهواء). وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باجرائين:

للكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين، وذلك T. Test (١)استخدام اختبار ت للكشف عن دلالة الفروق بين فئة المرتفعين في المناعة النفسية وفئة المنخفضين في المناعة النفسية ، وذلك من حيث الأبعاد الفرعية الستة (القابلية للاقناع ، عدوى الاغراء، ردة الفعل النفسية،

التوافق مع الرفاق، التحكم النفسجسمي، العناد والتمسك بالرأي، والدرجة الكليةعلى مقياس القابلية للاستهواء، (٢) حساب قيمة حجم الأثر Effect Size*(مربع ايتا Eta)

جدول (٣) انتائج اختبار ت للكشف عن دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية (١) في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للقابلية للاستهواء (ن = ١٥٣)

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
القابلية للاقناع	مرتفعي المناعة النفسية	76	17.21	4.08	0.47	-4.590	150	0.01	0.123 متوسط
	منخفضي المناعة النفسية	76	20.04	3.50	0.40				
عدوى الاغراء	مرتفعي المناعة النفسية	76	15.20	4.09	0.47	-1.632	150	غير دال	لا يوجد
	منخفضي المناعة النفسية	76	16.26	3.96	0.45				
ردة الفعل النفسية	مرتفعي المناعة النفسية	76	22.50	4.22	0.48	-3.305	150	0.01	0.068 متوسط
	منخفضي المناعة النفسية	76	24.59	3.56	0.41				
التوافق مع الرفاق	مرتفعي المناعة النفسية	76	16.43	3.39	0.39	-0.870	150	غير دال	لا يوجد
	منخفضي المناعة النفسية	76	16.93	3.69	0.42				
التحكم النفسجسمي	مرتفعي المناعة النفسية	76	19.09	4.35	0.50	-2.725	150	0.01	0.047 ضعيف
	منخفضي المناعة النفسية	76	20.86	3.59	0.41				
العناد والتمسك بالرأي	مرتفعي المناعة النفسية	76	18.71	4.04	0.46	-5.696	150	0.01	0.178 مرتفع
	منخفضي المناعة النفسية	76	22.51	4.19	0.48				
الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء	مرتفعي المناعة النفسية	76	109.14	12.79	1.47	-6.232	150	0.01	0.206 مرتفع
	منخفضي المناعة النفسية	76	121.20	10.99	1.26				

وتبين من النتائج قبول الفرض الثالث ؛ حيث يتبين وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء والأبعاد الفرعية الأربعة (القابلية للاقناع ، وردة الفعل النفسية ، والتحكم النفسجسمي ، والعناد والتمسك بالرأي) لصالح منخفضي المناعة النفسية ، حيث بلغت قيم ت لدلالة الفروق بين مرتفعي

*نسبة تباين المتغير التابع التي ترجع للمتغير المستقل لبيان قوة العلاقة بين المتغيرين ؛ فحجم التأثير يمثل الدلالة العملية للفروق الاحصائية أو العلاقات بين المتغيرات وما إن كانت تلك الدلالة العملية كبيرة بحيث تبرر الأخذ بنتائجها.

المناعة النفسية ومنخفضي المناعة النفسية في تلك الأبعاد (٦.٢٣٢ ، ٤.٥٩٠، ٣.٣٠٥ ، ٢.٧٢٥ ، ٥.٦٩٦) على الترتيب ، وجميعها قيم دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١) ، وهذه النتائج تعني أن المرتفعين في المناعة النفسية يكون لديهم مستوى أقل – بدرجة جوهرية – في كل من الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء وأبعادها الفرعية القابلية للاقناع وردة الفعل النفسية والتحكم النفسجسمي والعناد والتمسك بالرأي وذلك مقارنة بمنخفضي المناعة النفسية الذين لديهم مستويات أعلى في تلك الأبعاد. كما توضح قيمة مربع ايتا لحجم الأثر والذي يعبر عن الدلالة العملية لتأثير المناعة النفسية على المستوى العام للقابلية للاستهواء والتي بلغت (٠.٢٠٦) وجود تأثير "مرتفع" للمناعة النفسية على الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء ، وكذلك تأثير "مرتفع" للمناعة النفسية على بعد " العناد والتمسك بالرأي " بمعامل مربع ايتا لحجم الأثر قيمته (٠.١٧٨) ، وتأثير "متوسط" للمناعة النفسية على بعدي "القابلية للاقناع" و "ردة الفعل النفسية" بقيمتين (٠.١٢٣، ٠.٠٦٨) لمربع ايتا لحجم الأثر على الترتيب ، بينما تأثير "ضعيف" للمناعة النفسية على بعد "التحكم النفسجسمي" بقيمة (٠.٠٤٧) لمربع ايتا لحجم الأثر.

كما توضح النتائج عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في بعدي " عدوى الاغراء " و " التوافق مع الرفاق " للقابلية للاستهواء؛ حيث بلغت قيمة ت لدلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية على هذين البعدين (١.٦٣٢ ، ٠.٨٧٠) على الترتيب ، وكلاهما قيمتين غير دالتان احصائيا ، بمعنى انه لا توجد فروق في مستويي " عدوى الاغراء " و " التوافق مع الرفاق " بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النقسية.

ومجمل النتائج تعني أن المرتفعين في المناعة النفسية يكون لديهم مستوى أقل – بدرجة جوهرية – في كل من الدرجة الكلية للقابلية للاستهواء وأبعادها الفرعية القابلية للاقناع وردة الفعل النفسية والتحكم النفسجسمي والعناد والتمسك بالرأي وذلك مقارنة بمنخفضي المناعة النفسية الذين لديهم مستويات أعلى في تلك الأبعاد.– وتوجد فروق دالة احصائيًا بين المرتفعين في المناعة النفسية والمنخفضين في المناعة النفسية في القابلية للاستهواء.

ويمكن تفسير ذلك بان المناعة النفسية تقوم بإثراء الشخصية ككل، حيث انها تساعد الفرد في الحصول على المعرفة والممارسة والتعقل في استخدام المصادر المتاحة خلال المواقف الضاغطة مما يساعد الفرد على التعامل مع الضغوط وتجنب ما قد يهدد الشخصية".

المناعة النفسية تجعل الفرد قادرا على استخدام مشاعره، وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة وذلك من خلال الذاكرة والقدرة على التخيل والتخطيط وتقييم الخطر وإدراك معززات الحياة والدفاع أو الحماية وصياغة خطط العمل من أجل وقاية وحماية حياته وكيانه الجسدي والهوية والإبداع (٢٠٠٦، stein, 2006 kagan نجاتي ٢٠١٦ الجزار (٢٠١٨).

فالمراهقون الذين يتمتعون بمناعة نفسية مرتفعة لديهم القدرة على الافراز والتمييز بين ماهو ضار وما هونافع من خلال مايتسمون به من التفكير الايجابي والثقة بالنفس والابداع فى حل المشكلات فيصعب استهوائهم وعلى العكس منخفضى المناعة النفسية يفتقروا إلى التفكير الايجابي والاتزان والثقة بالنفس فيكونوا سريعى التاثر يجعل قابليتهم للاستهواء مرتفعة وهذا ما اثبتته بالفعل هذه النتائج

نتائج التحقق من الفرض الرابع

ينص الفرض الرابع على أنه (توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث فى درجات المناعة النفسية لدى المراهقين "). وللتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باجرائين: (١) استخدام اختبار ت T. Testللكشف عن دلالة الفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين ، وذلك للكشف عن دلالة الفروق بين الذكور والاناث في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمناعة النفسية، (٢) حساب قيمة حجم الأثر Effect Size*(مربع ايتا Eta Square) وتحديد مستواه ؛ وذلك لمعرفة مدى تأثير متغير النوع في المناعة النفسية للمراهقين. وقد أظهرت نتائج المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية SPSS إصدار (٢٨) ،

* نسبة تباين المتغير التابع التي ترجع للمتغير المستقل لبيان قوة العلاقة بين المتغيرين ؛ فحجم التأثير يمثل الدلالة العملية للفروق الاحصائية أو العلاقات بين المتغيرات وما إن كانت تلك الدلالة العملية كبيرة بحيث تبرر الأخذ بنتائجها.

جدول (٤) نتائج اختبار ت للكشف عن دلالة الفروق بين الذكور والاناث في الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمناعة النفسية (ن = ٣٠٦)

الأبعاد	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	قيمة ت	درجات الحرية	مستوى دلالة	حجم التأثير
التفكير الايجابي	ذكور	73	37.45	6.84	0.80	-3.209	304	0.01	0.038 ضعيف
	إناث	233	40.30	5.92	0.39				
الابداع وحل المشكلات	ذكور	73	27.08	6.43	0.75	-0.294	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	27.31	5.68	0.37				
ضبط النفس والاتزان	ذكور	73	33.03	8.03	0.94	2.522	304	0.01	0.02ضعيف
	إناث	233	30.17	8.57	0.56				
الصمود والصلابة النفسية	ذكور	73	34.84	5.93	0.69	-3.119	304	0.01	0.031ضعيف
	إناث	233	36.98	4.85	0.32				
فاعلية الذات	ذكور	73	34.58	7.16	0.84	-0.327	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	34.86	6.20	0.41				
الثقة بالنفس	ذكور	73	30.07	6.37	0.75	0.399	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	29.76	5.45	0.36				
التحدي والمثابرة	ذكور	73	31.33	6.15	0.72	-1.403	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	32.39	5.51	0.36				
المرونة النفسية والتكيف	ذكور	73	23.22	3.89	0.46	-3.593	304	0.01	0.041ضعيف
	إناث	233	24.88	3.31	0.22				
التفاؤل	ذكور	73	39.07	8.96	1.05	-1.864	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	41.12	7.94	0.52				
الدرجة الكلية للمناعة النفسية	ذكور	73	290.66	46.34	5.42	-1.300	304	غير دال	لا يوجد
	إناث	233	297.79	39.03	2.56				

من النتائج يتم قبول الفرض الرابع جزئيا ، حيث يتبين أنه بالرغم من عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في المستوى العام للمناعة النفسية حيث بلغت قيمة ت لدلالة الفروق بينهما في الدرجة

الكلية للمناعة النفسية (١.٣٠٠) وهي قيمة غير دالة احصائيًا ، إلا أنه يتلاحظ وجود فروق بينهما في أربعة أبعاد فرعية للمناعة النفسية (التفكير الايجابي ، ضبط النفس ، الصلابة النفسية ، المرونة النفسية) حيث بلغت قيم ت لدلالة الفروق بين الذكور والاناث في هذه الأبعاد (٣.٢٠٩ ، ٢.٥٢٢ ، ٣.١١٩ ، ٣.٥٩٣) على الترتيب وجميعها قيم دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠.٠١). وتشير قيم مربع ايتا لحجم تأثير متغير النوع على هذه الأبعاد الأربعة للمناعة النفسية والتي بلغت (٠.٠٣٨ ، ٠.٠٠٢ ، ٠.٠٣١ ، ٠.٠٤١) على الترتيب إلى وجود تأثير "ضعيف" لمتغير النوع على مستوى هذه الأبعاد الفرعية الأربعة للمناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين.

هذا ، كما توضح النتائج أيضا عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في كل من الأبعاد الفرعية الخمسة للمناعة النفسية (الابداع وحل المشكلات ، فاعلية الذات ، الثقة بالنفس، التحدي والمثابرة ، التفاؤل) حيث بلغت قيم ت لدلالة الفروق بينهما على هذه الأبعاد (٠.٢٩٤ ، ٠.٣٢٧ ، ٠.٣٩٩ ، ١.٤٠٣ ، ١.٨٦٤) وجميعها قيم غير دالة إحصائيًا.

ومن مجمل النتائج السابقة تم قبول الفرض الرابع جزئياوالذى ينص على انه تختلف درجة المناعة النفسية لدى المراهقين باختلاف النوع " ذكور ، إناث حيث يتلاحظ من النتائج السابقة وجود فروق بينهما في أربعة أبعاد فرعية للمناعة النفسية (التفكير الايجابي ، ضبط النفس ، الصلابة النفسية ، المرونة النفسية) كما توضح النتائج أيضا عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث في كل من الأبعاد الفرعية الخمسة للمناعة النفسية (الابداع وحل المشكلات ، فاعلية الذات ، الثقة بالنفس ، التحدي والمثابرة ، التفاؤل)

اتفقت النتيجة الراهنة مع دراسة النتيجة مع ما أشارت إليه دراسةالأعجم، (٢٠١٣) من وجود فروق دالة إحصائيا في المناعة النفسية بين الجنسين في اتجاه الذكور،واختلفت مع دراسة على (٢٠١٤) ودراسة الربيحات (٢٠٢١)حيث لم تظهر فروق دالة احصائيا في المناعة النفسية وفقا لمتغيرات الجنس.

تختلف هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة مخيمر(١٩٩٦)من وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية لصالح الذكور خاصة في إدراكهم

للتحكم والتحدي حيث كانت نتيجة التحقق من الفرض السادس فى دراستنا هذه وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية ولكن لصالح الاناث.

وتختلف مع ما توصلت إليه دراسة سويعد، (٢٠١٦) من وجود فروق في مستوى الحصانة لدى الشباب من نزلاء مراكز الإيواء في قطاع غزة في أبعاد حل المشكلات والمبادرة الذاتية، والثقة بالنفس تعزى إلى الجنس حيث ان نتيجة دراستنا هذه لم تظهر فروق بين الجنسين فى بعد الثقة بالنفس وحل المشكلات ،ووفقًا لما أشار إليه دراسة والسون (Wilson، ٢٠٠٣) بإن النوع كان من بين المتغيرات التي تحدد أساليب المواجهة السلوكية.

توصيات الدراسة:

فى ضوء نتائج البحث توصى الباحثة بضرورة اعدادبرامج ارشادية وعلاجية تساعد المراهقين فى تدعيم المناعة النفسية وتقويتها والتخلص من القابلية للاستهواء.

بحوث مقترحة:

- إعداد بحوث البرامج الارشادية لتدعيم المناعة النفسية لدى المراهقين للحد من القابلية للاستهواء.
- إعداد بحوث عن المناعة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات الاخرى فى مراحل عمرية مختلفة.

المراجـــع

أولاً: المراجع العربية

١. أبو المجد الشوربجي، نايف الحربي تقنين مقياس أيوا للقابلية للإيحاء متعدد الأبعاد على طلاب جامعة طيبة. *مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٧* (٣)، ٢٠١٧.

٢. ضمياء ابراهيم محمد الخزرجى(2014)، القابلية للاستهواء لدى طلبة الجامعة ، مجلة الفتح، العدد الثامن والخمسون

٣. سامح دراج (٢٠١٩). *القابلية للإيحاء وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلاب مجلة البحث العلمي في التربية*. جامعة عين شمس، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية.

٤. سمر عسكر (٢٠٢٠). أزمة الهوية والقابلية للاستهواء لدى مرتفعي ومنخفضي تقدير الذات. *المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٢٠* (٢)، ١٨٩-٢١٥.

٥. سومة الحضري (٢٠٢١). في المرجع المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الديني والمشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد ١٩ – COVID لدى طلاب وطالبات جامعة الأزهر في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *مجلة التربية، جامعة الأزهر، كلية التربية بالقاهرة* (١٩٢)، الجزء (الأول).

٦. عصام زيدان (٢٠١٣-ب). *المناعة النفسية: مفهومها وأبعادها وقياسها*. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا-مصر، (٥١)، ٨١٧.

٧. علاء الشريف (٢٠١٣). المناعة النفسية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق*، ٣٦.

٨. علاء الشريف (٢٠١٥). *فعالية برنامج إرشادي قائم على خصائص الشخصية المحددة لذاتها لتدعيم المناعة النفسية وأثره على خفض الشعور بالاغتراب لدى طلاب الجامعات الفلسطينية*. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة المنصورة.

٩. كمال مرسي (٢٠٠٠). *السعادة وتنمية الصحة النفسية، مسئولية الفرد في الإسلام وعلم النفس*. القاهرة: دار النشر للجامعات.

١٠. هانى الجزار (٢٠١٠). *أزمة الهوية والتعصب أزمة الهوية والتعصب: دراسة في سيكولوجية الشباب*. الجيزة: هلا للنشر والتوزيع.

١١. محمد أبو رياح(٢٠٠٦). *المشكلات السلوكية لدى التلاميذ مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء*. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الفيوم.

١٢. ناصر ملوحي (٢٠٢٠). *الجهاز المناعي النفسي: قوة وإبداع*. دمشق: دار الغسق للنشر.
١٣. عبد الحميد تجاني (٢٠١٧). القابلية للاستهواء لدى المراهقين المستعملين لمواقع التواصل الاجتماعي: دراسة ميدانية بثانوية الحاج علال بن بيتور متليلي الشعانبة. *مجلة العلوم الاجتماعية، جديد الجزائر* (٢٤).
١٤. عصام نصار (٢٠٢٠). الفروق في اليقظة العقلية والتفكير التأملي لدى مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء في ضوء التخصص والنوع بين طلاب كلية التربية بالسادات. *مجلة العلوم التربوية والنفسية* ١٤ (٣).
١٥. عطاالله الخالدي (٢٠٠٨). *إرشاد المجموعات الخاصة*. عمّان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
١٦. محمد الريماوي وزملاؤه (٢٠١١). *علم النفس العام. ط٤*. عمّان: دار المسيرة للنشر.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

– Barbanell, L., (2009). ***Breaking the addiction to please goodbye guilt. published by Jason Aronson.*** An Imprint of Roman & Littlefield Publishers, Inc.
– Dubey, A. & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. ***Indian Journal of Social Science Researches, 8*** (1), 36– 47.
– Gilbert, T., Pinel, C., Wilson, D., Blumberg, J., & Wheatley, P., (1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. ***Journal of Personality and Social Psychology, 75,*** 617-638.
– Gombor, A. (2009). ***Burnout in Hungarian and Swedish emergency nurses: Demographic variables, work –related factors, social support , personality and life satisfaction as determinants of burnout.*** Ph.D. Dissertation, University of Eotvos Lorand, Budapest, Hungary.
– Hoerger, M. (2012). Coping strategies and immune neglect in affective forecasting: Direct evidence and key moderators. ***Judgment and Decision Making, 7*** (1), 86– 96.
– Oláh, A. (2004). Psychological immunity: A new concept in coping with stress. ***Applied Psychology in Hungary, 56,*** 149-189.
– Personality in adolescents. The New Education Review, 23(1),

- Kagan, H. (2006). ***The psychological immune system: A new look at– protection and survival***. Indiana: Author House.
- Kotov, R. I., Bellman, S. B., & Watson, D. B. (2004). Multidimensionalowa suggestibility scale (MISS). Retrieved
- https://stonybrook.edu.
- 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.