

## البحث الثالث عشر:

فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير  
الخرافي لدى طلاب تكنولوجيا البصریات

إعداد :

د. هالة محمد كمال شمبولية

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

ووكيل المعهد العالي لتكنولوجيا البصریات بالقاهرة



## فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير الخرافي لدى طلاب تكنولوجيا البصريات

د. هالة محمد كمال شمبولية

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

ووكيل المعهد العالي لتكنولوجيا البصريات بالقاهرة

### • المستخلص :

هدفت الدراسة الحالية إلى التحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير الخرافي لدى طلاب تكنولوجيا البصريات. وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٠) طالبا وطالبة من مرتفعي التفكير الخرافي بالفرقة الثانية بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصريات بالقاهرة، بمتوسط عمر زمني قدره (١٩.٢٣) سنة وانحراف معياري (١.٨٦) سنة. تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢٠) طالبا وطالبة. وتم تطبيق مقياس ستانفورد بينية للذكاء الصورة الخامسة تعريب: محمود أبو النيل ومحمد طه وعبدالموجود عبدالسميع (٢٠١١)، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة لعبد العزيز الشخص (٢٠١٣)، والمقياس العربي للمناعة النفسية للمرحلتين الثانوية والجامعية لسليمان عبدالواحد (٢٠٢٠)، ومقياس التفكير الخرافي لطلبة الجامعة، وكذا برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية لدى طلبة تكنولوجيا البصريات وهما من إعداد/ الباحثة، توصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلبة تكنولوجيا البصريات حيث كان حجم تأثير البرنامج كبير، الأمر الذي أدى بدوره إلى خفض التفكير الخرافي لديهم، ولم يظهر هذا لدى نظرائهم في المجموعة الضابطة.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية، طلبة تكنولوجيا البصريات، التفكير الخرافي، برنامج تدريبي.

### *The Effectiveness of a Training Program to Stimulate Psychological Immunity in Reducing Superstitious Thinking At Students of Optics Technology*

Dr. Hala Mohammed Kamal Shambolih

#### Abstract:

The current study aimed to verify the effectiveness of a training program in stimulating psychological immunity among optics technology students and the effect of this in reducing their superstitious thinking. The core study sample consisted of (40) male and female students from superstitious thinking at the second year at the High Institute of Optics Technology in Cairo, with an average age of (19.23) years and a standard deviation (1.86) years. They were divided into two groups, one is experimental and the other is a control group of (20) male and female students. The Stanford Benchmark for Intelligence was applied to the fifth image. Arabization: Mahmoud Abu El-Nil, Mohamed Taha, Abdel-Mawgoud Abdel-Samie (2011), the socio-economic level of the family for Abdel-Àziz Al-Shakhs (2013), the Arab measure of psychological immunity for the secondary and university levels of Soliman Abd El-Wahid (2020a), and the superstitious thinking scale for students The university, as well as a training program to stimulate mental immunity among optics technology students, which were prepared by the researcher, the study reached the effectiveness of the training program in stimulating psychological immunity among members of the experimental group of optics technology students where the impact of the program was large, which in turn led to reduced thinking Their superstitious, and this did not appear to their counterparts in the control group.

keywords: Psychological immunity, Optics technology students, Superstitious thinking, Training program.

• مقدمة:

ظهر علم النفس الإيجابي بعد أن زادت الضغوط والأعباء على كاهل الفرد حتى كادت تفقده معنى الحياة والشعور بالسعادة والرضا عنها فجاء هذا العلم ليعيد للحياة بهجتها حيث يركز على الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والتي من أهمها المناعة النفسية والتفكير الإيجابي.

وقد أشار سليجمان Seligman إلى أن علم النفس الإيجابي يقوم على الفكرة القائلة بأنه "إذا امتلك الفرد مناعة نفسية مرتفعة فإنه سيكون أقل عرضة للتفكير الخرافي وسيشعر بالسعادة، وستكون حياته أكثر إثارة". (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000., Snyder & Lopez, 2002).

وتُعد المناعة النفسية Psycho immunology إحدى موضوعات علم النفس الإيجابي بل أهمها. كما يشير سليمان عبد الواحد (٢٠١٦، ب، ٢٤٩) إلى أنها من النظريات العلمية التي ظهرت حديثاً، ولاقت قبولا كبيراً في الأوساط العلمية، وكشفت عن الكثير من أسباب القصور والضعف في النواحي الفكرية والنفسية والجسمية.

وفي هذا الصدد يشير سليمان عبد الواحد (٢٠١٩، ٢٢٢) إلى أن المناعة النفسية هي أكسير الحياة، وهي السبب الحقيقي لوجودتها النفسية، ولكن يختلف الشعور بها والتعبير عنها من فرد إلى آخر، بل ومن مرحلة عمرية إلى أخرى، ومن ثقافة إلى أخرى، وأكثر من ذلك، فإن مصادر المناعة النفسية قد تتباين من فرد إلى آخر، فقد يكون تأكيد الذات مصدراً للمناعة النفسية لفرد ما، بينما يكون النجاح في الحياة الزوجية والدراسة والعمل قمة المناعة النفسية لدى آخر، في حين أن الشعور بالإستقرار والأمن والرضا عن الحياة هما المناعة النفسية بعينها لدى ثالث، ولذلك تظل المناعة النفسية من أهم مطالب الإنسان في هذه الحياة بل ومن أهم أهدافه التي يسعى إلى تحقيقها.

وفي هذا الصدد يرى كثير من الباحثين أن المناعة النفسية لها أهمية في حياتنا اليومية، ومنهم: وادلي (Wadley, 2011)، وعصام زيدان (٢٠١٣)، ونادية الأعجم (٢٠١٣)، ونبيلة السروري (٢٠١٤)، وميرفت سويعد (٢٠١٦)، ووفاء بركات (٢٠١٧)، وأمل غنايم (٢٠١٨)، وشيماء جاد الله ومنتصر فتحي (٢٠١٨)، وناهد فتحي (٢٠١٩)، وسليمان عبد الواحد (٢٠٢٠، ب)، ونسمة لطفي وأسماء فتحي (٢٠٢٠).

ومن ناحية أخرى؛ يُعد التفكير ظاهرة عقلية معرفية لا تخلو من ممارستها جميع الكائنات الحية ولكن بشكل مختلف، فالتفكير في حد ذاته عبارة عن سلسلة من النشاطات الذهنية العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لبعض الأحداث والمواقف التي تنقل إليه عن طريق الحواس الخمس ممثلاً ذلك باللمس والبصر والسمع والشم والتذوق التي بدورها تُعد بمنزلة القنوات التي تنقل المعلومات إلى الدماغ (نبيل عبد الهادي وعبد العزيز أبو حشيش وخالد بسندي، ٢٠٠٩، ٥٢).

وفي هذا الصدد يذكر سليمان عبدالواحد (٢٠١١، أ، ١٥٠) أن الإنسان مارس التفكير منذ وجوده على سطح الأرض بأشكال وأنماط مختلفة، مثل التفكير بنمط المحاولة والخطأ ثم التفكير الخرائفي، والذي يقوم على نسبة الحوادث إلى غير مسبباتها، ثم التفكير بعقول الآخرين والذي ساد في عصر الفلاسفة، ثم التفكير العلمي والذي أسس مبادئه الإنجليزي (روجير بيكون عام ١٢٩٤م) وذلك عندما أشار إلي أن وسائل الحصول على المعرفة تتمثل في ثلاث وسائل هي: (الملاحظة، القياس، والتجريب).

وقد يكون غريباً أن نتكلم عن التفكير الخرائفي في العقد الثاني من القرن الواحد والعشرين. ولكن الاغرب هو أن نجد ظاهرة التفكير الخرائفي موجودة ومنتشرة في كل بلدان العالم المتقدمة منها والنامية، وإن كانت هذه الظاهرة أكثر إنتشاراً وشيوعاً وأكبر أثراً في بلدان العالم الثالث النامية والمتخلفة وهذا وفقاً لدراساتها من قبل العديد من الباحثين بمختلف المجتمعات المتقدمة والنامية أمثال: عبدالرحمن العيسوي (١٩٨٣)، ونضال الموسوي (٢٠٠٢)، وعبد اللطيف خليفة (٢٠٠٦)، وبلال الخطيب وأحمد الثوابية وجهاد تركي (٢٠٠٧)، وبلوك وكرامير (Block & Kramer, 2009)، ورجاء أبو علام وأيوب نادر وأسماء مبروك (٢٠١٥)، وبسيل نصار (٢٠١٦)، وأمل الأحمد (٢٠١٧)، ومحمد عبد ربه (٢٠١٨)، ومصطفى الحديبي ونهلة عبد المجيد (٢٠٢٠). ومن ثم تُعد ظاهرة عامة وقضية لها أهميتها ومغزاها في هذه المجتمعات، ومنها مصر بصفة خاصة.

ويتفق كل من فهد الطلائقة (٢٠١٢)، ورجاء أبوعلام وآخرين (٢٠١٥) على أن الخرافة تُعد نظاماً عقائدياً يؤمن الفرد بصحة تفسيرها للأحداث والمواقف المختلفة خاصة السلبية منها، وتعتمد على اللامنطقية، ولا يمكن مناقشتها والتأكد من صحتها والتحقق منها، وفي بعض الأحيان يُنظر إليها باعتبارها تراثاً ثقافياً موروثاً من المجتمع ويستخدمها الفرد للتغلب على قلقه وتوتره الناتج عن عدم قدرته على مواجهة المواقف الصعبة أو تبرير الفشل والعجز في حل المشكلات؛ ومن ثم فالتفكير الخرائفي يُعد أسلوباً من أساليب التفكير غير السوية التي تتعارض مع التفكير المنطقي، ويرتبط بالعزو الخارجي لدى طلبة الجامعة.

ولاشك أن الخرافات الحديثة جاءت نتيجة للأنشطة المختلفة التي يعيش فيها الإنسان الحالي وقد يكون لهذه الخرافات جذور قديمة، ولكنها قد اتخذت أشكالاً أخرى لتساير عصرنا هذا فالخطورة أن الغالبية العظمى من أجهزة الإعلام والتثقيف في مجتمعنا العربي، وفي كثير من دول الشرق والغرب وفي أكثر المجتمعات تقدماً أيضاً مازالت تروج للعديد من الخزعبلات فنراها تُعطى مكان الصدارة، في كثير من الصحف، للحوادث التي تبدو خارقة للطبيعة، وفي استمرار ظهور اعمدة من امثال "حظك هذا الصباح" أو "هذا الاسبوع"، وفي التشاؤم من الرقم ١٣، وفي استخدام الكثيرين لعبارة "امسك الخشب"، إلى آخر هذه المظاهر التي تدل على أن التفكير الخرائفي ما زال في عصر الصعود إلى القمر متشبهاً بكثير من مواقعه (فؤاد زكريا، ١٩٧٣، ١٤٧). كما نرى أجهزة الإعلام و

التثقيف في مجتمعنا العربي أيضاً تنشر بين الناس مزيداً من أمور الدجل والشعوذة والظواهر الشاذة، وتُرجعها إلى ما يُسمى بالمعجزات كالمعجزات الطبية التي ما أنزل الله بها من سلطان، المتمثلة في العلاج الروحي، والجراحات الروحية ويذهب التضليل إلى منتهاه عندما يؤكد ناشروها هذه المعلومات أن تلك القوى الخفية أمكن تصويرها بأجهزة العلم الحديثة، إذ من الملاحظ أنهم يحشرون العلم حشراً في هذه الخرافات ويؤكدون أن العلم قد حققها وعجز عن تفسيرها واضطر مرغماً إلى الاعتراف بها وتبنيها. وكل هذه إدعاءات باطلة (عبد المحسن صالح، ١٩٩٨، ٩ - ١٤).

ومما سبق تتضح أن أهمية المناعة النفسية تكمن في أنها تؤدي لإشباع الفرد لحاجاته المختلفة، وممارسته للأنشطة الاجتماعية والترفيهية، ورضاه عن مهنته والتوافق مع متطلبات عمله، علاوة على رضاه بحالته النفسية والاجتماعية والأكاديمية والصحية أيضاً، والذي قد يؤدي إلى خفض مستوى تفكيره الخرافي، وبالرغم من ذلك فإننا نجد ندرة في الدراسات التي اهتمت بالجانب المناعي وعلاقته بالتفكير الخرافي لدى الشباب الجامعي وخاصة طلبة تكنولوجيا البصریات. ومن هنا استشعرت الباحثة أهمية البحث في التدخل السيكولوجي لطلبة تكنولوجيا البصریات لتنشيط مناعتهم النفسية من خلال تقديم برنامج تدريبي وقياس أثره في خفض تفكيرهم الخرافي وهذا ما تصبوا إليه الدراسة الحالية.

#### • مشكلة الدراسة:

نبعت مشكلة الدراسة الحالية من نتائج البحوث والدراسات السابقة؛ حيث وجدت الباحثة أن التفكير الخرافي كأحد أنماط التفكير ينتشر في بعض المجتمعات البدائية ودول العالم الثالث الذي يابى أن يأخذ بالتفكير العلمي والمنطقي الذي هو نواة التقدم العلمي والرقي الحضاري؛ فالمستقرئ لنسب شيوع وانتشار التفكير الخرافي في نظم التعليم العربية وخاصة طلبة المرحلة الجامعية يجد أنها ليست بالهينة؛ فنتائج بعض الدراسات مثل: بلال الخطيب وآخرين (٢٠٠٧)، وحيدر سلمان وعبدالحسين ماجد (٢٠١٥)، ورجاء أبوعلام وآخرين (٢٠١٥) تشير إلى شيوعه بمستوى مرتفع بين طلبة الجامعة. ومن هنا ترى الباحثة الحالية ضرورة التدخل السيكولوجي لتنشيط المناعة النفسية لدى عينة من طلبة تكنولوجيا البصریات، وذلك من خلال التدريب على برنامج قائم على أبعاد المناعة النفسية، وقياس أثره في خفض مستوى التفكير الخرافي لديهم، ومن ثم تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في محاولة الإجابة عن السؤال الرئيس التالي:

"ما فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير الخرافي لدى طلاب تكنولوجيا البصریات؟".

ويتفرع من السؤال الرئيس السابق السؤالين الفرعيين التاليين:  
 «هل توجد توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياسي المناعة النفسية،

والتفكير الخرايف لصالح القياس البعدي في المناعة النفسية ولصالح القياس القبلي في التفكير الخرايف؟.

« هل توجد توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس المناعة النفسية، لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعلى مقياس التفكير الخرايف لصالح أفراد المجموعة الضابطة؟.

#### • أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

« تنشيط المناعة النفسية لدى طلبة تكنولوجيا البصریات.  
« التعرف على أثر تنشيط المناعة النفسية في خفض مستوى التفكير الخرايف لدى طلاب تكنولوجيا البصریات.

#### • أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في الموضوعات التي تدرسها حيث إنها تبحث في موضوعين من الأهمية بمكان وهما: المناعة النفسية، والتفكير الخرايف، وتحدد تلك الأهمية من خلال توظيف نتائج الدراسة نظرياً وتطبيقياً؛ أما فيما يتعلق بالأهمية النظرية فتحدد فيما يلي:

« أهمية المرحلة العمرية التي تتعرض لها الدراسة، هي مرحلة المراهقة المتأخرة وتحديدًا (المرحلة الجامعية)، حيث يمثل طلبة المعهد العالي لتكنولوجيا البصریات - عينة الدراسة - جزء من طلبة الجامعة.

« تنبثق أهمية الدراسة الحالية من حاجة الطلبة الجامعيين إلى تنشيط جهاز المناعة النفسية، حيث إن تمتع الفرد بمناعة نفسية يُعد مظهرًا من مظاهر الصحة النفسية التي يشعر الفرد من خلالها بجودة حياته النفسية والاجتماعية والأكاديمية.

« ندرة الدراسات العربية - في حدود إطلاع الباحثة - التي اهتمت بتنشيط المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وقياس أثر ذلك في خفض مستوى تفكيرهم الخرايف. لذلك يصبح هذا الموضوع من الموضوعات التي تنال الاهتمام بالبحث والدراسة.

أما فيما يتعلق بالأهمية التطبيقية؛ فيمكن أن تُسهم الدراسة بما يلي:

« قد تتيح هذه الدراسة المجال لفهم أعمق لكل من المناعة النفسية، والتفكير الخرايف مما سيساعد على فهم طبيعة هاتين الظاهرتين في البيئة المصرية.

« يمكن أن تُضيف نتائج هذه الدراسة إلى القاعدة المعرفية التي ستساعد على التخطيط للبرامج التوعوية التي تهدف إلى توعية المجتمع الجامعي المصري بأهمية المناعة النفسية وكذا بخطورة التفكير الخرايف والطرق النفسية المناسبة لخفض هذا النوع من التفكير والتصدي له.

« يمكن أن تساعد هذه الدراسة على توفر بيانات ومعلومات عن التفكير الخرايف والتي يُمكن أن يستند إليها المرشد الطلابي والنفسي أو المعالج النفسي عند

تعامله مع الفرد ذا التفكير الخرافي من أجل خفض مستوى هذا النوع من التفكير السلبي الذي أصبح شائعاً بالمجتمع الجامعي العربي.

#### • مصطلحات الدراسة:

• المناعة النفسية Psycho immunology:

يُعرف سليمان عبد الواحد (٢٠٢٠، ٤) المناعة النفسية بأنها "الجهاز المناعي الذي يعمل بالتوازي مع جهاز المناعة الحيوي "البيولوجي" ويتفاعل معه، وله وظائف دفاعية ووقائية؛ فهو يحصن الفرد ويحميه من الإصابة بالأمراض النفسية والعصبية، ويوفر له القوة والطاقة في مواجهة الضغوط والمواقف والأحداث المؤلمة والمحبطة، والفيروسات الفكرية التي تهدد صحته النفسية".

وتُعرف إجرائياً في الدراسة الحالية بأنها "مجموع الدرجات التي يحصل عليها المتعلم على المقياس العربي للمناعة النفسية للمرحلتين الثانوية والجامعية لسليمان عبد الواحد (٢٠٢٠، ١)".

• طلبة تكنولوجيا البصريات Optics Technology Students:

يقصد بهم في الدراسة الحالية "الطلاب والطالبات الذين يدرسون بالمرحلة الجامعية بالفرقة الثانية بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصريات بالقاهرة".

• التفكير الخرافي Superstitious Thinking:

تري الباحثة الحالية أن التفكير الخرافي "هو أحد أنماط التفكير غير المنطقي، يُنتج أفكار خاطئة غالباً ما تكون غيبية أو مستندة إلى شطحات خيالية، يلجأ إليها بعض الأفراد عندما يكونوا معرضون لموقف غامض يهددهم نتيجة عدم قدرتهم على التحكم فيه فيفسرونه تفسيراً يجعلهم في راحة نفسية وطمأنينة انفعالية حتى وإن كانت مؤقتة".

وتُعرفه الباحثة إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه "الدرجة التي يحصل عليها المتعلم في الأداء على مقياس التفكير الخرافي المستخدم في الدراسة إعداد/ الباحثة".

#### • الإطار النظري والدراسات السابقة:

رغم حداثة النسبية لمفهوم المناعة النفسية في مجال علم النفس الحديث والصحة النفسية، ومحدودية ما ورد حوله في التراث السيكولوجي؛ فإن تعريفاته تعددت واختلقت من باحث لآخر كغيره من المصطلحات النفسية، فقد عرف كمال مرسي (٢٠٠٠، ٩) المناعة النفسية بأنها "مفهوم فرضي يقصد به قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب، وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة والإنشقاق والعجز والإنهزامية والتشاؤم".

في حين عرفها أولاه (Olah, 2002) بأنها "نظام متكامل من الأبعاد المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية التي تعطي مناعة ضد الضغوط، وتحسن النمو الصحي، وتعمل كموارد لمقاومة الضغوط أو كأجسام مضادة نفسية".



ويعرفها دوبي وشاهي (Dubey & Shahi, 2011, 36-37) بأنها "وعاء الموارد النفسية التي تحمي الفرد من السموم التي تولدت من الإزعاج الدائم والتوتر العصبي والقلق الذي يواجه الفرد يومياً، حيث تحمي الفرد من التعرض للانفعالات السلبية".

كما تُعرف بأنها "أحد فروع الدراسة التي تهتم بتأثيرات العوامل النفسية والاجتماعية على وظائف جهاز المناعة" (American Heritage Dictionary, 2012).

وقدمت ريهام خطاب (٢٠١٨، ٢٢) تعريفاً ينص على أنها "مظلة لمفهوم متعدد الأبعاد يشمل في طياته منظومة سيكولوجية تعمل على زيادة قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة كل ما ينتج عنها من أفكار سلبية ومشاعر يأس وعجز وإنهزامية وتشاؤم، كما أنها تمد الجسم بمناعة إضافية تعمل على حماية الكيان النفسي للفرد عن طريق بث الأفكار الإيجابية والمواجهة بفعالية وإتباع قواعد الطاقة الإيجابية".

يرى كثير من الباحثين أن المناعة النفسية لها أهمية في حياتنا اليومية، ومنهم: عبد الوهاب كامل (١٩٩٤؛ أ؛ ب؛ ج)، وحمدي ياسين (٢٠٠١)، وكاجان (Kagan, 2006)، وأولاه وناجي وتوت (Olah., Nagy., & Toth., 2010)، وأدمير (Admire, 2011)، وأحمد أبو العزائم (٢٠١٢)، وإيمان عصفور (٢٠١٣)، وسليمان عبد الواحد (٢٠١٦؛ ب)، وميرفت سويعد (٢٠١٦)، وأمل غنايم (٢٠١٨)، وسليمان عبد الواحد (٢٠١٨؛ ٢٠١٩) حيث أشارت نتائج دراساتهم 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 المعرفي نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة، وتقوي عملية توقع نجاح السلوك الإيجابي، وتضمن اختيار أساليب التأقلم أو التكيف (استراتيجيات المواجهة) التي تناسب خصائص الموقف وحالات الفرد ومزاجه، وتحمي الفرد من الضرر أو الأذى الانفعالي، وتعزز آليات الدفاع النفسي، إضافة إلى إمكانية تنشيط جهاز المناعة النفسية من خلال التدريب والتدخل السيكولوجي.

ومن ناحية أخرى نجد أن التفكير بوصفه عملية معرفية يُعد عنصراً أساسياً في البناء العقلي المعرفي الذي يمتلكه الإنسان ويتميز بطابعه الاجتماعي، حيث إنه يؤثر ويتأثر ببقية العمليات المعرفية الأخرى؛ كالإدراك، والتصور، والذاكرة، والجوانب الشخصية والعاطفية والانفعالية والاجتماعية، ويتفق معهما في ذلك تعريف (يوسف قطامي وأميمة عمور، ٢٠٠٥، ٢٣؛ 94، Eaton & Bradley, 2012). ويرى سليمان عبد الواحد (٢٠١١؛ ب، ١٤) أن التفكير في معناه الواسع هو البحث عن المعرفة، فهو سلسلة من النشاطات العقلية والمخية التي يقوم بها المخ البشري عندما يتعرض الفرد لمثير معين عن طريق حواسه المتعددة.

ولما كانت الخرافة اعتقاداً اجتماعياً يشترك فيه معظم أفراد المجتمع ما، وأن عدداً كبيراً من المجتمع يعتقدون بخرافة معينة، فإن موضوع هذه الخرافة يتنوع من شخص لآخر، مثال ذلك أن بعض الناس يؤمنون بأن بعض الأفراد يجلبون الشؤم أو أن أعينهم تصيب الحسد، ومن هنا نجد أن البعض يلجأ إلى عدم مقابلة مثل هؤلاء أو رؤيتهم، فالتفكير الخرافى عند الإنسان يركز إلى أسباب غير طبيعية أى "غير منطقية" لتفسير أو حل مشكلة طبيعية. فيرجعها إلى أسباب غير صحيحة ليتمكن من التحكم فيها. ومن هنا فالتفكير الخرافى ظاهرة خارجة عن الطبيعة ولا يعمل بها إلا البدائيون وبعض المتمدنين حتى وإن كانوا يؤمنون بحقائق علمية معينة، بحيث إن كثيراً من الخرافات القديمة لا تزال معروفة و يؤمن بها عديد من الناس حتى فى أرقى المجتمعات مثل التشاؤم من اليوم والتحریم المتعلق بإشعال السجائر لثلاثة أشخاص من عود ثقاب واحد، بحيث يعتقد البعض أن إشعال السيجارة الثالثة تؤدى بصاحبها إلى طلاق زوجته أو هجر حبيبته. فيتبين لنا أن الفكر الخرافى ليس من استنتاج شخص بالذات إنما هو مجموعة أفكار موروثه من أزمنة ماضية. (على ذهب، ١٩٩٦، ٦١ - ٦٣).

ويتفق كل من منال فؤاد (٢٠٠٣، ١٩٤)، وفيسي (Vyse, 2014, 23) على أن التفكير الخرافى هو "ذلك النوع من التفكير الذي لا يقوم على أساس واقعي ولا يمكن التحقق من صدقه، وقد يكون فكرة فقط أو اعتقاداً راسخاً يؤثر في سلوك الفرد، ويسهل انتقاله من فرد لآخر ومن جيل لآخر ومن بلد لآخر، ويكون مرتبطاً أو متناسقاً مع درجة الثقافة والتعلم".

ويرى على فرحان (٢٠١٥، ٢٥٩) أنه "أحد أساليب التكيف اللاسوية للإنسان فى حل مشكلاته".

وعرفه محمد عبد ربه (٢٠١٨، ١٤٣) بأنه "نمط للتفكير يقوم على الربط بين الأحداث أو الظواهر لمجرد إلتقائها أو تتابعها دون ان يجمعها أى سبب منطقي معقول وكأنها أصبحت سبب ونتيجة، ويفسر به البعض أى غموض يواجهونه فيسبب لهم الشعور بالراحة والطمأنينة ولو مؤقتاً وينعكس على هيئة مظاهر سلوكية غير واقعية فى سلوكهم".

ولما كان التفكير الخرافى يلعب دوراً خطيراً فى العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع، كما أنه له تأثيره السلبى على الفرد وعلى المجتمع، فقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث التى تناولته منها دراسات: نجيب اسكندر ورشدى فام (١٩٦٢)، وإبراهيم على (١٩٨٧)، وعبدالرحمن العيسوى (١٩٩٥)، وبيلىك وفريرديك (Bleak & Fredrick, 1998)، وتيموثى وجيرى (Timothy & Jerry, 2001)، ونضال الموسوى (٢٠٠٢)، وبلتزر (Peltzer, 2003)، ورامى طشطوش (٢٠١١)، وفهد الطلالقة (٢٠١٢)، وورعد البحيرات (٢٠١٤)، وحيدر سلمان وعبدالحسن ماجد (٢٠١٥)، وأمل الأحمد (٢٠١٧)، ومحمد عبدربه (٢٠١٨) والتي اتفقت جميعها على أن أفراد عيانتها إجمالاً لديهم مستوى ما فى التفكير الخرافى.

مما سبق يتضح أهمية دراسة التفكير الخرافي حيث إنه يرتبط بمتغيرات عديدة لدى الطلبة الجامعيين، ومن ثم يمكن أن تُسهم الدراسة الحالية في بناء قاعدة معرفية وبحثية لإجراء المزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية حول موضوع التفكير الخرافي، ولاسيما على صعيد بناء برامج التدخل السيكولوجي القائم على تنشيط المناعة النفسية للحد من وتعديل التفكير الخرافي لدى الأفراد وخاصة الطلبة الجامعيين، وهو محور اهتمام الدراسة الحالية.

#### • فرضا الدراسة:

في ضوء مشكلة الدراسة وأهدافها وأهميتها، وما أسفرت عنه الدراسات السابقة من نتائج يمكن طرح فرضين للدراسة الحالية على النحو التالي:

« توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياسي المناعة النفسية، والتفكير الخرافي لصالح القياس البعدي في المناعة النفسية ولصالح القياس القبلي في التفكير الخرافي.

« توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياسي المناعة النفسية، لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعلى مقياس التفكير الخرافي لصالح أفراد المجموعة الضابطة.

#### • الطريقة والإجراءات:

##### • منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج شبه التجريبي (Quasi-Experimental)، وذلك بالاعتماد على تصميم المجموعتين الذي يقوم على استخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة في إطار القياس القبلي والبعدي لأداء المجموعتين قبل وبعد التدخل السيكولوجي (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٢) باعتبارها تجربة هدفها التحقق من فعالية برنامج تدريبي "كمتغير مستقل" لتنشيط المناعة النفسية وخفض التفكير الخرافي "كمتغيرين تابعين" لدى طلاب تكنولوجيا البصریات، إذ يناسب ذلك المنهج طبيعة تلك الدراسة.

##### • عينة الدراسة:

##### • عينة الخصائص السيكومترية:

تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من (٣٠) طالباً وطالبة بالفرقة الثانية بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصریات، بمتوسط عمر زمني قدره (١٩.١٥) سنة وانحراف معياري (١.٨٧) سنة. ولك بغرض التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

##### • عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٤٠) طالباً وطالبة من مرتفعي التفكير الخرافي بالفرقة الثانية بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصریات بالقاهرة، بمتوسط عمر زمني قدره (١٩.٢٣) سنة وانحراف معياري (١.٨٦) سنة، حيث تم اختيارهم

كونهم يقعون في الإرباعي الأعلى لمقياس التفكير الخرافي، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (٢٠) طالباً وطالبة.

وتم إجراء التكافؤ بين مجموعتي الدراسة من مرتفعي التفكير الخرافي بالفرقة الثانية بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصريات بالقاهرة وذلك باستخدام اختبار مان - وتني اللابارامتري، حيث تم التوصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات: العمر الزمني، والذكاء، والمستوى الاجتماعي الاقتصادي، والمناعة النفسية، والتفكير الخرافي حيث كانت قيمة "U" الصغرى "المحسوبة" غير دالة إحصائياً عند مستويي (٠.٠١)، (٠.٠٥)، مما يعني تجانس عينة الدراسة الأساسية.

#### • أدوات الدراسة:

• مقياس ستانفورد بينية للذكاء الصورة الخامسة تعريب: محمود أبو النيل وآخرين (٢٠١١):  
أعدّه جال رويد Roid وعربه محمود أبو النيل وآخرين (٢٠١١) لتقييم الذكاء والقدرات المعرفية للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين (٢ - ٨٥) عاماً، وهو يتكون من (١٠) اختبارات فرعية، وقد استخدم في هذه الدراسة لتحديد تجانس أفراد العينة الأساسية، وقد حسب معربوا المقياس الصدق بطريقتي صدق التمييز بين المجموعات المتباينة (الأعمار المختلفة) ويشير إلى ذلك قيم "ف" التي كانت جميعها دالة عند مستوى (٠.٠١) وقد تراوحت ما بين (٥.٨٧١ - ٢١.٨٩)، والصدق المرتبط بالمحك بحساب معامل الارتباط بين معاملات الذكاء على المقياس وعلى الصورة الرابعة للمقياس وقد تراوحت هذه المعاملات ما بين (٠.٧٤ - ٠.٧٦)، أما الثبات فقد قاموا بحسابه بطرق عدة تمثلت في: إعادة التطبيق وتراوحت معاملات الثبات ما بين (٠.٨٣٥ - ٠.٩٨٨)، والتجزئة النصفية وتراوحت معاملات الثبات ما بين (٠.٩٥٤ - ٠.٩٩٧)، ومعامل ألفا كرونباخ وتراوحت معاملات الثبات ما بين (٠.٨٧٠ - ٠.٩٩١).

• مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة إعداد/ عبدالعزيز الشخص (٢٠١٢):  
تم حساب المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة من خلال معادلة تنبؤية تتضمن خمس مؤشرات هي: مستوى التعليم للجنسين، ومستوى المهنة أو الوظيفة للجنسين، ومتوسط دخل الفرد في الشهر.

#### • الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم حساب صدق وثبات المقياس على أفراد عينة الخصائص السيكومترية. حيث تم التحقق من صدق التكوين الفرضي (الصدق البنائي) للمقياس من خلال إيجاد قيمة تجانس الاختبار Test Homogeneity (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٨)، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وتم التوصل إلى المعاملات التالية (٠.٧٧، ٠.٨٠، ٠.٨٦، ٠.٦٩، ٠.٨١) بالترتيب وكلها قيم دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠١. وللتحقق من معامل ثبات المقياس فقد تم حسابه بطريقة التجزئة النصفية حيث تم تقسيم المقياس إلى نصفين، اشتمل

النصف الأول على المفردات ذات الأرقام الفردية، واشتمل النصف الثاني على المفردات ذات الأرقام الزوجية، ثم استُخدمت درجات النصفين في حساب معامل الارتباط بينهما (معامل الثبات النصفى) حيث بلغت قيمته (٠.٧٦)، وتلى ذلك استخدام معادلة سبرمان - براون لحساب معامل الثبات الذي بلغ (٠.٨٦).

كما استُخدمت طريقة ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس فكانت قيمة الثبات (٠.٨٠)، وتعتبر هذه القيم مناسبة للمقياس، مما يجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الحالية.

#### • المقياس العربي للمناعة النفسية للمرحلتين الثانوية والجامعية إعداد/ سليمان عبدالواحد (٢٠٢٠أ):

يهدف هذا المقياس لقياس المناعة النفسية لدى الطلبة بالمرحلتين التعليميتين الثانوية والجامعية. ويتكون من (٤٠) مفردة، موزعة على (٤) أبعاد رئيسية "وفق تصور عبدالوهاب كامل" هي: (تكوين أو إنتاج الأفكار المنطقية، والتحكم الذاتي، والحث الذاتي ومقاومة الفشل، والتعبير عن الذات).

وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية للمقياس فقد قام مُعد المقياس بالتحقق من صدقه بعدة طرق منها: صدق المحكمين؛ حيث حازت جميع مفردات المقياس على نسبة اتفاق محكمين لا تقل عن ٩٠٪. وأعتبر ذلك مؤشراً لصدق المقياس، وصدق المقارنات الطرفية (الصدق التمييزي)؛ حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة المصرية (ن= ١٨٠) طالباً وطالبة بالمرحلتين الثانوية والجامعية، وذلك بشكل تصاعدي على المقياس الحالي، وتم حساب اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين، وهما أعلى (٢٧٪)، وأدنى (٢٧٪)، أي أعلى (٤٩) طالباً وطالبة، وأدنى (٤٩) طالباً وطالبة (٢٧٪ X ١٨٠)، فكانت هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين؛ حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (١٢.١٧) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يُعد دليلاً على قدرة المقياس الحالي على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الأداء عليه، والصدق التلازمي (صدق المحك)؛ حيث تم حسابه من خلال إيجاد معامل الارتباط بين مقياس المناعة النفسية لأمل غنايم (٢٠١٨) والمقياس الحالي، اللذان طبقا على أفراد العينة المصرية (ن= ١٨٠) طالباً وطالبة بالمرحلتين الثانوية والجامعية، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠.٨٨) وهو معامل دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى صدق عالٍ للمقياس، إضافة إلى الصدق العاملي الذي تم التحقق منه باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي لمفردات المقياس (٤٠ مفردة) بطريقة المكونات الأساسية لهوتلينج والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس Varimax الذي أسفر عن ظهور (٤) أربعة عوامل، فسرت مجتمعة معاً (٥٤.٠٦٩٪) من التباين الكلي ويجزر كامن قدره (١.٩٨٧). كما تم استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام لدى أفراد العينة المصرية (ن= ١٨٠) طالباً وطالبة بالمرحلتين الثانوية والجامعية، وفي نموذج العامل الكامن العام تم افتراض أن جميع العوامل

(المكونات الفرعية) المشاهدة للمقياس الحالي تنتظم حول عامل كامن عام واحد One Latent Factor؛ حيث أظهرت النتائج إن قيمة "كا" = ١٠.٩٣٢ وهي غير دالة احصائياً، كما إن قيمة "كب" لدرجات الحرية كانت = ١.٩٨٦ > ٥، مما يدل على وجود مطابقة جيدة للنموذج في الأبعاد (المكونات) الأربع. كما قام معد المقياس بالتحقق من ثباته عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ لمفردات المقياس ككل فكانت (٠.٨٩٧) لأفراد العينة المصرية وهي قيمة مقبولة مما يؤكد تمتع جميع العبارات بدرجة مرتفعة من الثبات. إضافة إلى حساب الاتساق الداخلي للمقياس، من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت ما بين (٠.٧٦٥ - ٠.٩١٠) وتشير جميعها إلى معاملات ارتباط دالة ومرتفعة مما يشير إلى تجانس المقياس.

#### • مقياس التفكير الخرافي لطلبة الجامعة إعداد/ الباحثة:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس التفكير الخرافي لدى الطلبة الجامعيين (طلبة تكنولوجيا البصريات)؛ حيث إن الباحثة - في حدود إطلاعها - لم تجد من الأدوات السابقة ما يقيس التفكير الخرافي عند أفراد عينة الدراسة الحالية باعتبارها عينة تمثل طلاب التعليم النوعي، ولذا قامت ببناء المقياس الحالي، وذلك استناداً إلى بعض الأطر النظرية والدراسات السابقة وكذا بعض المقاييس التي تناولت التفكير الخرافي وقياسه مثل: عبد الرحمن العيسوي (١٩٨٣)، وهناء خليل (١٩٩٥)، ونسرین طنطاوى (١٩٩٩)، ونضال الموسوى (٢٠٠٢)، وعبد اللطيف خليفة (٢٠٠٦)، وبلوك وكرامر (Block & Kramer, 2009)، ووفاء الزاغة (٢٠١٠)، ورامى طشطوش (٢٠١١)، ووثام عفيفى (٢٠١١)، وفهد الطلائقة (٢٠١٢)، وشفيق عنانزة (٢٠١٣)، ورعد البحيرات (٢٠١٤)، وحيدر سلمان وعبدالحسين ماجد (٢٠١٥)، وبسيل نصار (٢٠١٦)، وفداء ياسين (٢٠١٦)، وأمل الأحمد (٢٠١٧)، ومحمد عبدييه (٢٠١٨)، ومحمد الكرامنة ومعين النصاراوين (٢٠١٩)، وهديل العيسى (٢٠١٩)، ومصطفى الحديبي ونهلة عبدالمجيد (٢٠٢٠).

ويتكون المقياس في صورته النهائية (ملحق ١) من (٤٠) مفردة موزعة على أربع (٤) أبعاد رئيسية هي (المعتقدات السلوكية، المعتقدات الإيحائية، المعتقدات الاجتماعية والثقافية، المعتقدات الدينية الخاطئة)، يشتمل كل بعد على (١٠) مفردات، وأمام كل مفردة ثلاث استجابات هي: (دائماً، أحياناً، نادراً). وتقدر بإعطاء الدرجات (٣، ٢، ١) المقابلة للاستجابات على الترتيب، وبذلك تتراوح درجات المقياس ما بين (٤٠ - ١٢٠) وتشير الدرجة المرتفعة إلى إمتلاك الفرد مستوى مرتفع من التفكير الخرافي، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى عكس ذلك.

#### • الخصائص السيكومترية للمقياس: صدق المقياس:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الأساليب التالية:  
◀ صدق المحكمين: بعد أن تم صياغة فقرات المقياس في ضوء التعريف الإجرائي للتفكير الخرافي، تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين من

أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية بكليات التربية بالجامعات المصرية (ملحق ١)، وذلك لإبداء آرائهم والحكم على مدى صدق مضمون العبارات ومدى فعالية ما وضعت لقياسه، وتم تعديل بعض العبارات وحذف البعض الآخر في ضوء توجيهات السادة المحكمين ليصبح بذلك عدد عبارات المقياس (٤٠) مفردة كما هو في صورته النهائية (ملحق ٢).  
**◀ الصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي):** تم التحقق من الصدق البنائي من خلال إيجاد تجانس المقياس *Test Homogeneity* (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٨)، وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل

رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط	رقم المفردة	معاملات الارتباط
١	٠.٧٨٩	١١	٠.٥٩٢	٢١	٠.٥٢١	٣١	٠.٦٤٢
٢	٠.٧٦٤	١٢	٠.٥١٠	٢٢	٠.٥٠١	٣٢	٠.٥٣٠
٣	٠.٥٠٠	١٣	٠.٦٨٢	٢٣	٠.٧٥٣	٣٣	٠.٧٣٩
٤	٠.٧٥٦	١٤	٠.٦٧٣	٢٤	٠.٦٣٩	٣٤	٠.٦٦٩
٥	٠.٦٦١	١٥	٠.٦٣٩	٢٥	٠.٧٤٢	٣٥	٠.٦٩٠
٦	٠.٥٥٣	١٦	٠.٥١٨	٢٦	٠.٦٠٠	٣٦	٠.٥٤٠
٧	٠.٧٥٠	١٧	٠.٨٨٣	٢٧	٠.٧٥٨	٣٧	٠.٧٠٧
٨	٠.٦٧٨	١٨	٠.٥٩٩	٢٨	٠.٨٤٤	٣٨	٠.٧١٠
٩	٠.٦٨٠	١٩	٠.٦٧٩	٢٩	٠.٦٥٣	٣٩	٠.٨٤١
١٠	٠.٦٠٩	٢٠	٠.٥٤٢	٣٠	٠.٦٤٩	٤٠	٠.٥١٩

◀ هذه القيم دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من جدول (١) أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ككل تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (٠.٥٠٠ - ٠.٨٨٣)، وجميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على الاتساق الداخلي لمقياس التفكير الخرافي وبالتالي يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق يجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الحالية.

**◀ الصدق التلازمي (صدق المحك):** تم حساب صدق المحك للمقياس الحالي من خلال حساب معامل الارتباط بين مقياس التفكير الخرافي لدى طلاب الجامعة لمحمد عبد ربه (٢٠١٨) ومقياس التفكير الخرافي الحالي، اللذان طبقا على أفراد العينة الاستطلاعية، وقد بلغت معاملات الارتباط بينهما (٠.٨٥) وهو معامل ارتباط دال عند مستوى دلالة (٠.٠١). وبالتالي يتمتع بدرجة مناسبة من الصدق يجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الحالية.

• ثبات المقياس:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ وذلك أفراد عينة الخصائص السكومترية، حيث كانت القيمة المتحصل عليها (٠.٨١) وتعتبر هذه القيم مناسبة للمقياس.

ومن الإجراءات السابقة تأكد للباحثة صدق وثبات مقياس التفكير الخُرَافِي بصورته النهائية (ملحق ٢) وصلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية.

- برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية لدى طلبة تكنولوجيا البصريات إعداد/ الباحثة.
- أهداف البرنامج:
- الهدف العام للبرنامج:

يهدف البرنامج إلى تنشيط المناعة النفسية لدى عينة من طلبة تكنولوجيا البصريات.

- الفنيات المستخدمة في جلسات البرنامج:

المحاضرة والمناقشات الجماعية، التدريس المباشر، لعب الدور، النمذجة، الحوار، التنفيس الانفعالي، الاسترخاء، التخيل، العصف الذهني.

- الأدوات والوسائل المستخدمة في جلسات البرنامج:

بطاقات وأوراق عمل، والسبورة، كمبيوتر، وشاشة عرض، داتا شو.

- مصادر البرنامج التدريبي:

تم الاطلاع على العديد من البحوث والدراسات والبرامج التدريبية التي اهتمت بالمناعة النفسية وتنشيطها، مثل دراسات: عبد الوهاب كامل (١٩٩٤ أ، ب، ج)، وحمدي ياسين (٢٠٠١)، وأولاه (Olah , 2002)، كاجان (Kagan, 2006)، وأولاه وناجي وتوث (Olah., Nagy., & Toth., 2010)، وأدمير (Admire, 2011)، ووادلي (Wadley, 2011)، وإيمان عصفور (٢٠١٣)، وسليمان عبد الواحد (٢٠١٦ أ، ب)، ورولا الشريف (٢٠١٦)، وأمل غنايم (٢٠١٨)، وريهام خطاب (٢٠١٨)، وسليمان عبد الواحد (٢٠١٨؛ ٢٠١٩؛ ٢٠٢٠ ب).

- وصف البرنامج:

يحتوى هذا البرنامج التدريبي (ملحق ٣) على عدد من التدريبات والأنشطة (٢٤ جلسة تدريبية)؛ حيث تضمنت جلسات للتعريف بالبرنامج التدريبي، وتعريف ومكونات المناعة النفسية وأهميتها وأعراض فقدانها، وكذا جلسات تضمنت مجموعة من الأنشطة التدريبية المرتبطة بمكونات جهاز المناعة النفسية الأربع (التدريب على إنتاج وتكوين الأفكار المنطقية، والتدريب على التحكم الذاتي، والتدريب على الحث الذاتي ومقاومة الفشل، وأخيراً التدريب على التعبير عن الذات)؛ إضافة إلى جلسة ختامية تم خلالها مراجعة لجميع المفاهيم التي تضمنها البرنامج، والتعرف على مدي استفادة المشاركين من البرنامج.

- تطبيق البرنامج في صورته النهائية:

بعد انتهاء الباحثة من بناء وإعداد البرنامج التدريبي الحالي، تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية بكليات التربية بالجامعات المصرية (ملحق ١)، وذلك لإبداء رأيهم ومقترحاتهم حول البرنامج من حيث: أهدافه، وأهميته، وخطواته، ومدة جلساته، ومحتوى البرنامج، والفنيات المستخدمة، حيث تمت الموافقة عليه وإقرار ملائمة لما وضع من أجله، وملائمة فنياته وأدواته وزمن جلساته، وكذا مناسبته للمستوى العمري والعقلي لعينة المجموعة التجريبية.



• الحدود الزمنية للبرنامج وطريقة تطبيقه:

استغرقت مدة تطبيق البرنامج خمس (٨) أسابيع، وتراوحت مدة الجلسة الإرشادية الواحدة ما بين (٥٠ - ٦٠) دقيقة بمعدل (٣) جلسات أسبوعياً. وقد تم تطبيقه بطريقة التطبيق أونلاين عبر برنامجي (Zoom Webinars & Telegram)؛ حيث بدأ تطبيق البرنامج من تاريخ ٤/٤ / ٢٠٢٠م إلى ٢٧/٥ / ٢٠٢٠م.

• تقويم البرنامج:

استخدمت الباحثة لتقويم البرنامج نوعين من أنواع التقويم هما:

« تقويم قبلي: وذلك عن طريق تطبيق "المقياس العربي للمناعة النفسية للمرحلتين الثانوية والجامعية لسليمان عبدالواحد (٢٠٢٠أ)" على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من طلبة تكنولوجيا البصريات قبل تنفيذ وتطبيق البرنامج التدريبي.

« تقويم بعدي (نهائي): وذلك بتطبيق "المقياس العربي للمناعة النفسية للمرحلتين الثانوية والجامعية لسليمان عبدالواحد (٢٠٢٠أ)" على أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة من طلبة تكنولوجيا البصريات بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التدريبي.

• الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم التحقق من مدى صحة فرضي الدراسة الحالية باستخدام أساليب المعالجة الإحصائية المناسبة لنوع الفروض ونوعية البيانات المستخدمة في الدراسة الحالية والتي تمثلت في: (اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test، واختبار مان - ويتني Mann - Whitney Test اللابارامترين، وحجم التأثير Effect Size).

• نتائج الدراسة وتفسيرها:

١- نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياسي المناعة النفسية، والتفكير الخرافي لصالح القياس البعدي في المناعة النفسية ولصالح القياس القبلي في التفكير الخرافي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامترى لحساب دلالة الفروق بين توزيعي مجموعتين مرتبطتين (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٩) من خلال الجدول (٢):

يتضح من الجدول (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياسي المناعة النفسية، والتفكير الخرافي، حيث إن قيمة "T" الصغرى المحسوبة دالة إحصائياً عند مستويي (٠.٠٥؛ ٠.٠١) لصالح القياس البعدي في المناعة النفسية ولصالح القياس القبلي في التفكير الخرافي مما يؤكد فعالية البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية، وخفض مستوى التفكير الخرافي لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلبة تكنولوجيا البصريات.

جدول (٢) دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسط رتب درجاتهم في القياس البعدي في كل من المناعة النفسية والتفكير الخرائفي.

المتغير	الفروق	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "T" الصغرى	قيمة "Z"	حجم التأثير
المناعة النفسية	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	٣.٩٢-	١.٢١
	الرتب الموجبة	٢٠	١٠.٥٠	٢١٠			
التفكير الخرائفي	المحايد	صفر			صفر	٣.٩٢٢-	١-
	المجموع	٢٠	١٠.٥٠	٢١٠			
	الرتب السالبة	صفر	صفر	صفر	صفر	٣.٩٢٢-	١-
	الرتب الموجبة	صفر	صفر	صفر			
	المحايد	صفر					
	المجموع	٢٠					

◆ قيمة "T" الجدولية عند مستوى (٠.٠١) = ٤٣، وعند (٠.٠٥) = ٦٠. لدلالة الطرف الواحد (ن=٢٠)

كما تم حساب حجم التأثير Effect Size في حالة استخدام اختبار ويلكوكسون Wilcoxon Test اللابارامترى (عبدالمعزم الدردير، ٢٠٠٦، ١٥٤)؛ حيث جاءت قيمة حجم تأثير البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية، وخفض مستوى التفكير الخرائفي (١.٢١)، (١- ) على الترتيب، وهما قيمتان تدل على حجم تأثير كبير مما يدل على تحسن أداء أفراد المجموعة التجريبية الأمر الذي يؤكد على أثر وفعالية البرنامج التدريبي بما تضمنه من أنشطة وتدرجات في تنشيط المناعة النفسية، وخفض مستوى التفكير الخرائفي لدى أفراد المجموعة التجريبية من طلبة تكنولوجيا البصريات. وبذلك تثبت صحة الفرض الأول للدراسة.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في إطار ما تضمنه البرنامج من التدريب على الأنشطة العملية التي مارسها أفراد العينة التجريبية. إضافة إلى إلتزام الباحثة ببعض الاعتبارات المهمة ومنها أن البرنامج بالإضافة إلى تضمنه مجموعة من الأنشطة المشوقة فقد تم عرضها من خلال الأسلوب الجماعي والذي تميز فيه المشاركون بالحماس والمنافسة حيث كانت عينة الدراسة متقاربة في الخصائص وقد تم استخدام المعززات المناسبة لهم مع أهمية وجود تغذية راجعة لما يصدر عنهم من سلوكيات.

ومما يعزز فاعلية البرنامج التدريبي الحالي في تنشيط المناعة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية أنه قد تم تطبيقه في مناخ مريح ومتعاون شعر فيه المشاركون بالراحة والحرية والتأكيد على روح الدعابة، كما استطاعوا خلال جلسات البرنامج التعبير عن أفكارهم دون خوف أو تقييد مما ساعدهم على إتباع التعليمات والالتزام بالحضور لجميع الجلسات بانتظام والاهتمام بأداء الواجبات المنزلية المطلوبة داخل كل جلسة من جلسات البرنامج.

كما يمكن إرجاع نجاح البرنامج الحالي أيضاً في تنشيط المناعة النفسية لدى المشاركين فيه إلى تركيزه على مجموعة من المهارات الحياتية الهامة والتي من

أهمها "مهارة التعبير عن الذات" والتي تعد ضرورية في تنمية المناعة النفسية وخاصة لبقية المكونات الأخرى لها وهي مهارات إنتاج أفكار منطقية، ومهارة التحكم الذاتي كما تم تدريب أفراد العينة التجريبية على كيفية الحث الذاتي ومقومة الفشل وخاصة في المواقف التي تواجههم في المنزل وفي الجامعة، الأمر الذي أدى إلى خفض مستوى التفكير الخرافي لديهم.

إضافة إلى ما سبق، فإن الفنيات التي استخدمت في أثناء جلسات البرنامج التدريبي لعبت دوراً مهماً وواضحاً في تنشيط المناعة النفسية لدى المشاركين، والتي تنوعت ما بين المحاضرة والمناقشات الجماعية والحوار والنمذجة والتي من خلالها اكتسب أفراد المجموعة التجريبية المزيد من المعارف والمفاهيم والأفكار حول المناعة النفسية والتي أدت بدورها إلى جعل أفراد المجموعة التجريبية أكثر نشاطاً ومشاركة وإيجابية في أثناء جلسات البرنامج وأسفرت عن زيادة قدرتهم على إنتاج أو تكوين أفكار منطقية، وجعلتهم أكثر تحكماً ذاتياً، وأكثر حثاً ذاتياً ومقاومة للفشل، كما أصبحوا أيضاً نتيجة لذلك أكثر تعبيراً عن ذواتهم. كل ذلك انعكس بدوره على تنشيط مناعتهم النفسية مما كان له عظيم الأثر في خفض مستوى تفكيرهم الخرافي.

وتأتى نتائج هذا الفرض متوافقة مع نتائج دراسات كل من رولا الشريف (٢٠١٦)، وسليمان عبدالواحد (٢٠١٦ ب)، وأمل غنایم (٢٠١٨)، وريهام خطاب (٢٠١٨) والتي أشارت إلى تنشيط المناعة النفسية من خلال برامج تدريبية وإرشادية لدى أفراد عيناتها.

كما تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسات كل من صافية أبو جودة (٢٠٠١)، وسناء حمدان (٢٠٠٥)، ومنار أمين (٢٠١٨) والتي توصلت إلى تعديل وخفض مستوى التفكير الخرافي لدى أفراد عيناتها.

## ٢- نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياسي المناعة النفسية، لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعلى مقياس التفكير الخرافي لصالح أفراد المجموعة الضابطة".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار مان - ويتنى - Mann Whitney Test اللابارامترى لحساب دلالة الفروق بين درجات توزيعين يمثلان مجموعتين مستقلتين (علي ماهر خطاب، ٢٠٠٩)، ويتضح ذلك من الجدول (٣):

يتضح من الجدول (٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية، ومتوسطي رتب درجات أفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياسي المناعة النفسية، لصالح أفراد المجموعة التجريبية، وعلى مقياس التفكير الخرافي لصالح أفراد المجموعة الضابطة، حيث إن قيمة "U" الصغرى "المحسوبة" دالة إحصائياً عند مستويي (٠.٠٥، ٠.٠١) مما يشير إلى فعالية

البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية، وخفض مستوى التفكير الخرافي لدى أفراد المجموعة التجريبية وجعلهم في حالة أفضل مما كانوا عليه قبل التدريب على البرنامج، ولم يحدث ذلك مع أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يتعرضوا للبرنامج التدريبي.

جدول (٣) دلالة الفروق بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي في كل من المناعة النفسية والتفكير الخرافي.

المتغير	المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "U" الصغرى	قيمة "Z"	حجم الأثر
المناعة النفسية	التجريبية	٢٠	٣٠.٥٠	٦١٠	صفر	٥.٤١٥-	١
	الضابطة	٢٠	١٠.٥٠	٢١٠			
التفكير الخرافي	التجريبية	٢٠	١٠.٥٠	٢١٠	صفر	٥.٤١٤-	٠.٥-
	الضابطة	٢٠	٣٠.٥٠	٦١٠			

◆ قيمة "U" الجدولية عند مستوى (٠.٠١) = ١١٤، وعند مستوى (٠.٠٥) = ١٣٨ لدلالة الطرف الواحد.

كما تم حساب حجم التأثير Effect Size في حالة استخدام اختبار مان - ويتني Mann - Whitney Test (عبدالمعزم الدردير، ٢٠٠٦، ١٥٠)؛ حيث جاءت قيمة حجم تأثير البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية، وخفض مستوى التفكير الخرافي (١)، (٠.٥-) على الترتيب، وهما قيمتان تدلان على حجم تأثير كبير بالنسبة لتنشيط المناعة النفسية، وحجم تأثير متوسط ومهم بالنسبة لخفض مستوى التفكير الخرافي مما يشير إلى تحسن أداء أفراد المجموعة التجريبية الأمر الذي يؤكد على أثر وفعالية البرنامج التدريبي بما تضمنه من أنشطة وتدريبات لدى أفراد مجموعة الدراسة التجريبية. وبذلك تثبت صحة الفرض الثاني للدراسة.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في إطار تلقى أفراد المجموعة التجريبية دون الضابطة جلسات البرنامج التدريبي والتي تم تدريبهم فيها على كيفية التحكم في الذات والتحدث عنها وضبطها وإدارتها، كما تعلموا تحديد أهدافهم بدقة ومحاولة تحقيقها، والتدريب على كيفية مواجهة الضغوط وحل الصراعات، وتنمية وحدات المناعة النفسية الأربع (تكوين أو انتاج افكار منطقية، والتحكم الذاتي، والحث الذاتي ومقاومة الفشل، والتعبير عن الذات)، مما أدى إلى تنشيط مناعتهم النفسية وهذا يدل على فاعلية البرنامج التدريبي المستخدم في الدراسة الحالية في تحقيق الغرض الذي وضع من أجله.

كما تعزو الباحثة فعالية البرنامج التدريبي الحالي في تنشيط المناعة النفسية النفسية لدى الأفراد المشاركين إلى تضمنه فنيات ساعدت جميعها في تحقيق مزيد من التفاهم والتواصل بين أفراد المجموعة التجريبية ومنها فنية لعب الدور والتي ساعدت أفراد المجموعة التجريبية على رؤية أنفسهم كما هي في الواقع كأنهم يرون أنفسهم في المرأة ومن ثم يحكمون على سلوكهم في الماضي ويتعلموا السلوك الصحيح في الحاضر، كما يستطيعوا التعبير بإيجابية عن انفعالاتهم ومشاعرهم، ومن خلال لعب الدور استخدمت بعض الديناميات التي تزيد من القابلية للتفاعل والتواصل الاجتماعي بين أفراد المجموعة التجريبية

وذلك مثل الاستثارة والتشجيع والتوظيف، ومن الفنيات التي استخدمت بنجاح في هذا البرنامج فنية النمذجة والتي ساعدت كذلك أفراد المجموعة التجريبية على رؤية وتعلم السلوك الصحيح في كثير من المواقف، كما استند البرنامج على المدخل المعرفي السلوكي والذي استطاع تخفيف مستوى التفكير الخرافي وأتاح فرصة لممارسة التفكير الإيجابي في جو من الأمن النفسي حيث إن تنشيط المناعة النفسية يتطلب وجود الدافعية الشخصية والتشجيع والدعم المستمر والتغذية الراجعة للمشاركين، ولا يمكن فصل عمليات التعلم الانفعالي عن العمليات المعرفية فكلهما يؤثر في فهم وإدارة المشاعر بطريقة صحيحة وبالتالي التغلب على المشكلات التي تواجههم والتي من أهمها التفكير الخرافي. وبتضافر جميع العوامل سابقة الذكر كانت النتيجة هي فعالية البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية الأمر الذي أدى بدوره إلى خفض مستوى تفكيرهم الخرافي وعدم حدوث ذلك لأفراد المجموعة الضابطة التي لم يتأثر أداءها ولم يتغير وذلك لأنها لم تتعرض لجلسات البرنامج التدريبي ولم يطبق عليها بأنشطته وفنياته المختلفة.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع بعض الدراسات التي توصلت إلى فاعلية برامج تنمية وتنشيط المناعة النفسية لدى الطلاب في المراحل الدراسية المختلفة وذلك كما في دراسات كل من رولا الشريف (٢٠١٦)، وسليمان عبدالواحد (٢٠١٦) أ، وأمل غنايم (٢٠١٨).

كما تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسات كل من صافية أبو جودة (٢٠٠١)، وسناء حمدان (٢٠٠٥)، ومنار أمين (٢٠١٨) والتي توصلت إلى فعالية برامجها في تعديل وخفض مستوى التفكير الخرافي.

#### • التوصيات:

- ◀ عقد محاضرات وندوات عامة من لتوعية الطلبة الجامعيين وبخاصة طلبة تكنولوجيا البصريات بأهمية امتلاك مستوى مناسب من المناعة النفسية من أجل مواجهة التفكير الخرافي المعرضين لخطره.
- ◀ الاهتمام بتنشيط مكونات جهاز المناعة النفسية؛ وذلك ليصبح الفرد أكثر قدرة على مواجهة ومجابهة كل ما يتعرض له من فيروسات فكرية والتي منها "التفكير الخرافي".
- ◀ اعتبار المناعة النفسية بمثابة صمام أمان لحماية الذات من الوقوع فريسة للتطرف والإرهاب لدى المتعلمين عامة، والطلبة الجامعيين خاصة.

#### • البحوث المقترحة:

- ◀ البنية العاملية للمناعة النفسية لدى متبايني التحصيل الأكاديمي من طلبة تكنولوجيا البصريات.
- ◀ القيمة التنبؤية لمكونات المناعة النفسية في التنبؤ بالتفكير الخرافي لدى طلبة المرحلة الجامعية.
- ◀ فعالية برنامج إرشادي تكاملي في الحد من انتشار التفكير الخرافي لدى طلاب الجامعة.

• المراجع:

- إبراهيم على إبراهيم (١٩٨٧). وجة التحكم فى علاقتها ببعض المعتقدات الخرافية. مجلة البحث فى التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، عدد يوليو، ١ - ٥٥.
- أحمد جمال أبو العزائم (٢٠١٢). الإيمان وجهاز المناعة النفسى للوقاية، [www.abouelazayem.com](http://www.abouelazayem.com).
- أمل أحمد الأحمد (٢٠١٧). العلاقة بين دافعية الإنجاز والتفكير الخرافى لدى عينته من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٥ (٢)، ١٤ - ٥٣.
- أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره فى تحقيق الأمن الفكرى لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسى، مركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس، ٥٥، ٣٨٥ - ٤٢٦.
- إيمان حسنين عصفور (٢٠١٣). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابى وخفض قلق التدريس لدى الطالبات الملمات شعبة الفلسفة والاجتماع. دراسات عربية فى التربية وعلم النفس، ٤٢، ٣، ١١ - ٦٣.
- بسيل حسين نصار (٢٠١٦). التفكير الخرافى وعلاقته بمفهوم الذات الأكاديمى لدى طلبة المرحلة الثانوية فى مدينة عرابية. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة اليرموك.
- بلال الخطيب، وأحمد الثوابية، جهاد تركى (٢٠٠٧). التفكير الخرافى والأفكار الخرافية لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣١، ٣، ١٣٧ - ١٦٧.
- حمدى محمد ياسين (٢٠٠١). الوالدية وتنمية المناعة النفسية إزاء المشكلات الأسرية. المؤتمر السنوى الثامن لمركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس "الأُسرة فى القرن الحادى والعشرين" (تحديات الواقع وآفاق المستقبل)، خلال الفترة من ٤ - ٦ نوفمبر، ٢، ٨٦٣ - ٨٦٧.
- حيدر مهدى سلمان، وعبدالحسين ماجد (٢٠١٥). التردد النفسى وفقاً لمستوى التفكير الخرافى وأثره فى أداء مهارات حسان القفز فى الجمناستك لدى طلبة كلية التربية الرياضية. مجلة علوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٨ (١)، ٢٥١ - ٢٧٠.
- رامى عبدالله طنطوش (٢٠١١). مدى انتشار التفكير الخرافى لدى طلبة معلم صف فى جامعة جرش الأهلية. مجلة المنارة للبحوث والدراسات، عمادة البحث العلمى، جامعة آل البيت، ١٧ (٤)، ١٧٩ - ١٤٩.
- رجاء محمود أبوعلام، وأيوب خسرو نادر، وأسماء توفيق مبروك (٢٠١٥). مستوى التفكير الخرافى لدى طلبة الجامعة فى العراق. مجلة العلوم التربوية، ٢٣، ١، ٦٠١ - ٦٢٥.
- رعد على البحيرات (٢٠١٤). التفكير الخرافى وعلاقته باتخاذ القرار لدى طلبة جامعة مؤتة. رسالة ماجستير، عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة.
- رولا رمضان الشريف (٢٠١٦). فعالية برنامج إرشادى لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقى الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة (٢٠١٤). رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ريهام عصام الدين خطاب (٢٠١٨). أثر برنامج إرشادى قائم على الطاقة الإيجابية فى تقوية المناعة النفسية لدى عينته من طلاب جامعة حلوان من ذوى الإعاقات الحركية. رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة حلوان.
- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١١ أ). الفروق الفردية فى العمليات العقلية المعرفية. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١١ ب). سيكولوجية التفكير لدى المتعثرين دراسياً: رؤية فى إطار علم النفس المعرفى. القاهرة: مصر العربية للنشر والتوزيع.
- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٦ أ). المناعة النفسية وتنشيطها لدى الشباب الجامعي: مدخل إلى خفض الإرهاب النفسى "دراسة تجريبية فى إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة". مؤتمر العلوم

الاجتماعية والإنسانية في مكافحة الإرهاب، والمنعقد خلال الفترة من ١٣ - ١٤ نوفمبر، بكلية الآداب - جامعة بنى سويف.

- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٦ ب). فعالية برنامج تدريبي في تنشيط المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء أساليب التفكير وعادات العقل لديهم. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢٦ (٩٠)، ٢٤٥ - ٢٩١.

- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٨). تكوين جهاز المناعة النفسية مطلب حتمي لبناء الشخصية الوطنية من أجل حماية الشباب من التطرف والإرهاب. *مجلة الإرشاد النفسي*، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٤، ٦٤٥ - ٦٦٠.

- 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 والأفاق"*، والذي نظمه كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة آكلي محند أولحاج، البويرة، الجزائر، خلال الفترة من ١٧ - ١٨ نوفمبر، ٢١٩ - ٢٥٠.

- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠٢٠ أ). *المقياس العربي للمناعة النفسية "الجهاز المناعي النفسي كمنظومة سيكوفسيولوجية لتجاوز العثرات وتحقيق النجاحات"*. القاهرة: دار الرشد.

- سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠٢٠ ب). دور المناعة النفسية في التنبؤ بجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالمدارس الثانوية الفنية الزراعية في ضوء نظرية عربية جديدة. *مجلة بحوث في التربية النوعية*، كلية التربية النوعية، جامعة القاهرة، ٣٧، ٥٣١ - ٥٦٠، عدد خاص بأبحاث المؤتمر العلمي الدولي السابع: "التعليم النوعي وتحسين جودة الحياة"، والذي نظمه كلية التربية النوعية، جامعة القاهرة، خلال الفترة من ١٨ - ١٩ فبراير.

- سناء سعدي حمدان (٢٠٠٥). أثر برنامج تعليمي في تعديل التفكير الخرافي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة الموصل، العراق.

- شفيق محمد عنانزة (٢٠١٣). التفكير الخرافي وعقته بكل من الاتزان الانفعالي ومركز الضبط لدى طلبة جامعة اليرموك. *رسالة دكتوراه*، كلية التربية، جامعة اليرموك.

- شيماء محمد جاد الله، ومنتصر صلاح فتحي (٢٠١٨). أبعاد المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة بالوادى الجديد في ضوء الجنس والتخصص الأكاديمي. *دراسات عربية في علم النفس*، ١٧ (٣)، ٥٠٩ - ٥٣٩.

- صافية سليمان أبو جودة (٢٠١١). برنامج مقترح لتعديل التفكير الخرافي عند طلبة الصفين الخامس والثامن في محافظة الزرقاء واختلاف ذلك باختلاف جنسهم ومستوى تحصيلهم ومستوى التعليم عند الوالدين. *رسالة ماجستير*، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

- عبد الرحمن محمد العيسوي (١٩٨٣). *سيكولوجية الخرافة والتفكير العلمي مع دراسة حقلية مقارنة على الشخصية العربية*. الإسكندرية: منشأة المعارف.

- عبدالرحمن محمد العيسوي (١٩٩٥). الخرافة في أذهان الشباب. *مجلة التربية*، ١١٢، ١٩٢ - ١٩٧.

- عبدالعزيز السيد الشخص (٢٠١٣). *مقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة: دليل المقياس*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- عبد اللطيف محمد خليفة (٢٠٠٦). *مقاييس المعتقدات والاتجاهات نحو الخرافة - تدخين السجائر - المرض النفسي*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

- عبد المحسن صالح (١٩٩٨). *الإنسان الحائر بين العلم والخرافة (ط ٢)*. الكويت: عالم المعرفة.

- عبد المنعم أحمد الدردير (٢٠٠٦). *الإحصاء البارامترى واللابارامترى في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية*. القاهرة: عالم الكتب.

- عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ أ). *التعلم وتكوين جهاز المناعة النفسية (برنامج علاجي)*. *مجلة المعلومات*، تصدرها: إدارة النشر بمركز المعلومات والتوثيق، جامعة طنطا، ٥.

- عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ ب). المناصرة النفسية ومثلث الربيع. مجلة المعلومات، تصدرها: إدارة النشر بمركز المعلومات والتوثيق، جامعة طنطا.
- عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ ج). نحو منظومة تربوية لمواجهة التخريب الفكري. المؤتمر الأول للعلوم التربوية والنفسية، كلية التربية بكفر الشيخ، جامعة طنطا.
- عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناصرة النفسية مفومها وأبعادها وقياسها. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١ - ٨٨٢.
- على دهب (١٩٩٦). المجتمعات البشرية والأنماط المعيشية والسلوكية "منهجية الجغرافيا الاجتماعية". بيروت: دار الفكر اللبناني.
- على ماهر خطاب (٢٠٠٢). مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- على ماهر خطاب (٢٠٠٨). القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية (ط ٧). القاهرة: المكتبة الأكاديمية.
- على ماهر خطاب (٢٠٠٩). الإحصاء الاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- على ناصر فرحان (٢٠١٥). التفكير الخرافي وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة البحوث التربوية والنفسية، جامعة بغداد، ٤٥، ٢٥٨ - ٢٨٨.
- فداء ياسين (٢٠١٦). الفروق في التفكير الخرافي لدى عينته من طلبة جامعة دمشق. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ١٤ (١)، ٢٤٣.
- فهد نايف الطلائقة (٢٠١٢). التفكير الخرافي وعلاقته بالعزو لدى الطلبة. رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية.
- فؤاد زكريا (١٩٧٣). الفكر الخرافي والمسئولية الاجتماعية. مجلة الطليعة، ٩، ١٢، ١٤٧ - ١٥٠.
- كمال إبراهيم مرسى (٢٠٠٠). السعادة وتنمية الصحة النفسية "مسئولية الفرد في الإسلام وعلم النفس". القاهرة: دار النشر للجامعات.
- محمد عبد الرؤوف عبد ربه (٢٠١٨). آليات الدفاع النفسي لدى عينته من الطلبة الجامعيين ذوى المستويات المختلفة في التفكير الخرافي. مجلة كلية التربية، جامعة المنوفية، ٣٣ (١)، ١٢٦ - ١٨٦.
- محمد صالح الكرامنة، ومعين سلمان النصاروين (٢٠١٩). درجة شيوع التفكير الخرافي بين طلبة جامعة عمان العربية. دراسات، جامعة عمار ثلجي بالأغواط، ٨٤، ٥٨ - ٨٢.
- محمود السيد أبوالنيل، ومحمد طه؛ وعبد الموجود عبد السميع (٢٠١١). مقياس ستانفورد بينيه الصورة الخامسة الإصدار العربي. القاهرة: المؤسسة العربية للاختبارات النفسية.
- مصطفى عبدالمحسن الحديدي، ونهلة عبدالرزاق عبدالمجيد (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقة بين الإعزازات السببية والتفكير الخرافي وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة. المجلة العلمية لجامعة الملك فيصل - العلوم الإنسانية والإدارية، ٢١ (١)، ٢٢٤ - ٢٢٤.
- منار شحاتة أمين (٢٠١٨). فعالية برنامج إرشادي أسري لتعديل بعض عادات التفكير الخرافي في تحسين الأمن النفسي لأطفال الروضة. مجلة الطفولة والتربية، كلية رياض الأطفال، جامعة الإسكندرية، ١٠، ٣٦، ١، ٣٨٥ - ٤٥٤.
- منال فؤاد (٢٠٠٣). سبل رفع كفاءة الإعلاميين المتعاملين مع الأطفال لتنمية التفكير العلمي ومحاربة الخرافات. بحث مقدم في ندوة علمية في المعهد العالي للفكر الإسلامي، مركز الدراسات المعرفية، تنمية التفكير العلمي والقضاء على التفكير الخرافي لدى الأطفال، جامعة المنصورة.
- ميرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة. رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.



- نادية محمد الأعجم (٢٠١٣). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساعدة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة. *رسالة ماجستير*. كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى، العراق.
- ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتزوجين دراسياً (المكونات العملية لمقياس المناعة النفسية). *دراسات نفسية*، ٢٩ (٣)، ٥٤٩ - ٦١٨.
- نبيل عبد الهادي، وعبد العزيز أبو حشيش، وخالد عبد الكريم بسندی (٢٠٠٩). *مهارات فى اللغة والتفكير* (ط ٣). عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- نبيلة عبد الرقيب السروري (٢٠١٤). المقاومة النفسية كمتغير معدل بين الأحداث الضاغطة وبعض المشكلات السلوكية لدى أطفال الشوارع في اليمن. *رسالة ماجستير*. كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- نجيب اسكندر إبراهيم، ورشدي فام منصور (١٩٦٢). *التفكير الخرافى "بحث تجريبي"* (ط ٢). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- نسرین عادل طنطاوى (١٩٩٩). دراسة في المعتقدات الشعبية المرتبطة بالحسد لدى المراهقات. *رسالة ماجستير*، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.
- نسمة لطفي شعبان، وأسماء فتحي أحمد (٢٠٢٠). المناعة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، كلية التربية، جامعة المنيا، ٣٥ (٢)، ٤١ - ٥٨.
- نضال الموسوي (٢٠٠٢). السلوك الخرافي لدى عينة من طلبة جامعة الكويت. *المجلة التربوية*، جامعة الكويت، ١٦ (٦٢)، ١٩١ - ٢٣٣.
- هديل أحمد عيسى (٢٠١٩). التفكير الخرافي وأثره في مركز الضبط لدى طالبات جامعة حائل. *المجلة التربوية الدولية المتخصصة*، ٨ (١)، ١٨ - ٢٦.
- هناء أحمد خليل (١٩٩٥). الممارسات والمعتقدات السحرية "دراسة أنثروبولوجية في قرية مصرية". *رسالة ماجستير*، كلية الآداب، جامعة طنطا.
- ونام طلعت عفيى (٢٠١١). التأخر في سن الزواج وعلاقته بالضغوط النفسية والتفكير الخرافي دراسة سيكومترية كليلينكية. *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- وفاء إمام بركات (٢٠١٧). المقاومة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين نوعية الحياة وزملة أعراض التعب المزمن. *رسالة دكتوراه*، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- وفاء عبد الكريم الزاغة (٢٠١٠). *التفكير الخرافي والمفاهيم العلمية الخطأ*. عمان: دار دبيونو للنشر.
- يوسف محمود قطامي، وأميمة محمد عمور (٢٠٠٥). *عادات العقل والتفكير النظرية والتطبيق*. عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

- Admire (2011). How a positive your immune system. [www.psychology.about.com](http://www.psychology.about.com).
- American Heritage Dictionary (2012). Psychimmunology. [www.education.yahoo.com](http://www.education.yahoo.com).
- Bleak, L. & Frederick, M. (1998). Superstition behavior in Sport levels effectiveness and determinants of use in three collegiate sports. *Journal of Sport Behavior*, 21 (1), 1-15.
- Block, L. & Kramer, T. (2009). The Effect of Superstitious Beliefs of Performance expectations. *Journal of Acad.Mark*, 32, 161- 169.
- Dubey, A. & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and coping strategies: A study on medical professionals. *Indian Journal of Social Science Researches* , 8 (1 - 2) , 36 - 47.

- Eaton, R. J. & Bradley, G. (2012). The Role Of Gender And Negativity In Stressor Appraisal And Coping Selection. *International Journal of Stress Management*, 15, 94-115.
- Kagan, H. (2006). The Psychological Immune System : A New Look at Protection and Survival. Indiana: AuthorHouse.
- Olah, A. (2002). Positive traits : Flow and psychological immunity. Paper presented at the First International Positive Psychology Summit, 3-6 October, 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.
- Peltzer, K. (2003). Magical thinking and paranormal beliefs among secondary and university students in South Africa. *Personality and Individual Differences*, 35 (6), 1419-1426.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Snyder, C. R & Lopez, Sh. J (2002). Hand Book of Positive Psychology, 829.
- Timothy, J. & Jerry, M. (2001). Rationalists, Fatalists, and the Modern Superstitious: Test-Taking in Introductory Sociology. *Sociological Inquiry*, 71 (1), 12.
- Vyse, S. (2014). Believing in magic: the psychology of superstition, New York: Oxford University Press, 23.
- Wadley, J. (2011). Postive thinking, optimism lower risk of having stroke, University of Michigan, [www.ns.umich.edu](http://www.ns.umich.edu).

