

المناعة النفسية وعلاقتها بكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد covid-19 لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي على ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية

د. الشيماء محمود سالمان*

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى تعرف علاقة المناعة النفسية بكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا COVID-19 لدى عينة من معلمي التعليم الأساسي بلغ عددهم ٩٣ معلمً ومعلمة. أعدت الباحثة واستخدمت كل من مقياس المناعة النفسية، ومقياس تسامي الذات ومقياس قلق العدوى بفيروس كورونا. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى تمتع عينة الدراسة الأساسية بمستوى متوسط من المناعة النفسية سواء الذين سبقت إصابتهم بفيروس كورونا أو الذين لم يُصابوا به. وكانت العلاقات بين المناعة النفسية وأبعادها وكل من تسامي الذات وأبعاده موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، في حين كانت العلاقات بين المناعة النفسية وأبعادها وقلق العدوى بفيروس كورونا وأبعاده سالبة ودالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ فيما عدا العلاقة بين بُعدي المناعة النفسية؛ القناة الشخصية وبين كل من الأفكار القهرية واضطراب السلوك -بعدي قلق العدوى-، وبين بعد التواصل الجيد وبعد الأفكار القهرية دالة عند مستوى ٠,٠٥. أيضاً لم توجد فروق في المناعة النفسية ترجع إلى النوع أو العمر أو الإصابة وعدمها لدى عينة الدراسة. وأوضحت نتائج الدراسة اسهام تسامي الذات في تفسير ٤٤,٧% من تباين المناعة النفسية، في حين اسهم تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد مجتمعين في تفسير ٥٢,٨% من تباين المناعة النفسية. وقد نوقشت عدد من التوصيات والبحوث المقترحة على ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية- تسامي الذات- قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد

أولاً: مقدمة

يعني المعلم في هذه الأونة بكثير من المهام المطلوبة في ظل التعليم المقلوب؛ حيث يجب عليه التحضير مسبقاً منذ ما قبل بداية العام الدراسي لكثير من الدروس والتجارب والأنشطة ورفعها على المنصة الالكترونية التعليمية إضافة إلى تحمله لأعباء مهنية كثيرة؛ بتضاعف عدد الحصص والفترات التعليمية والالتزام بتوزيع المنهج وانهاؤه في الوقت المطلوب وإعادة شرح ومراجعة لكثير من التلاميذ نتيجة لغيابهم المتكرر ولوجود مشكلات متعددة على المنصات الالكترونية التعليمية للمدارس. كل هذا إضافة لمحاولات المعلم كأى فرد من المجتمع من الالتزام بالإجراءات الاحترازية جراء جائحة كورونا، وقلقه المتزايد من عدوى الفيروس وامكانية الإصابة به؛ وبينما يقلقه المرض؛ يقلقه أيضاً ما يجلبه عليه هذا المرض؛ فالتكاليف المادية لمسحات هذا الفيروس كبيرة. كما تُرفض أية إجازات اعتيادية أو مرضية فيما إن شعر بأية أعراض مرضية حتى يثبت مرضه الفعلي بفيروس كورونا والتي تستغرق من يومان

*أستاذ مساعد الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنيا

البريد الإلكتروني: dr.alshaimaasalman@yahoo.com

إلى ثلاثة أيام يلتزم فيها المعلم بالذهاب إلى المدرسة. وبينما كان المعلم يلتزم بصف دراسي واحد أو اثنين على الأكثر أصبح يدرّس أكثر من صف دراسي نظرا لتوزيع التلاميذ على أيام الأسبوع. وفي ظل هذه الظروف يصبح المعلم الذي يشتبه في عدواه لفيروس كورونا حاملا للفيروس لعدد أكبر من التلاميذ. وبينما يحاول المعلم إنهاء منهجه ومتابعة تلاميذه والوفاء بمتطلبات مهنته وكذلك أسرته -خاصة إذا كان يعول أسرة وأولادا-؛ تقف عدد من المتغيرات الشخصية عاملا أساسيا لوفائه بمسئوليته، وتحقيق رضاه عن نفسه، وتكيفه النفسي والمهني والاجتماعي، وفي أحوال خاصة قد ترفع من قدرته الجسمية والنفسية على التغلب على المرض والتعافي منه فيما إذا أصيب به.

وفي هذا الصدد فقد أوضح فرانكل أن تحقيق الذات هو نتيجة أو أثر لمقدار تحقيق الإنسان لمعنى في هذا العالم؛ إذ يعتبر التسامي بالذات هو الخاصية المميزة للوجود الإنساني، وبدونه يفقد تحقيق الذات مبرراته ويصبح رغبة فردية أنانية (فرانكل، ١٩٩٧، ٤٨). كما ذكر Teixeira, 2008 أن تسامي الذات هي استراتيجية تكيف متأصلة في كل إنسان ليتحول بشخصيته نحو إيجاد المعنى الحقيقي في الحياة عندما يواجه الشدائد. وأشار فتحي الضبع، ٢٠١٢ إلى تسامي الذات بأنه قدرة الإنسان على البحث عن قيم وغايات سامية تتخطى الذات والاهتمامات الشخصية إلى إثارة الآخرين والتضحية من أجلهم. كما ذكر Garcia et al., 2017 أن ضعف تسامي الذات يتسبب في فقدان المرونة النفسية عند مواجهة المواقف التي تتطلب التعاون مع الآخرين، وسوء التوافق في التعامل مع الضغوط والمواقف الغامضة، وصعوبة في تقبل فكرة الموت، وتغيب العلاقات الروحية العميقة، والانشغال بالعالم المادي، ويصعب تقديم التضحيات لجعل العالم مكانا أفضل، وعدم الاعتقاد في الأشياء الغيبية غير المدركة، والتركيز على الأشياء المادية البحتة.

ومنذ أن أعلنت منظمة الصحة العالمية في يناير ٢٠٢٠ أن تفشي فيروس كورونا المستجد "كوفيد-١٩" هو طارئة صحية عامة يتزايد خطر انتقالها من مقاطعة هوبي عاصمة يوهان الصينية إلى بلدان أخرى حول العالم مما يثير قلقاً دولياً يمكن وصفه بالجائحة مما يستوجب تكاتف منظمات وسلطات الصحة العامة حول العالم لاحتوائها. إلا أن هذه المرحلة العصبية من الأزمة تسببت في انتشار الذعر والقلق والضغط النفسي في جميع صفوف السكان. فالأرقام المخيفة والمرعبة على مدار الساعة التي تتناقلها وسائل الإعلام المختلفة ووسائل التواصل الاجتماعي من أعداد كبيرة في الإصابات والوفيات نتيجة عدوى فيروس كورونا المستجد قد أدى إلى أن يعيش أغلب البشر في حالة من الهلع والقلق والتوتر على نطاق واسع (منظمة الأمم المتحدة، ٢٠٢٠).

وفي ظل رفع الوعي بالإجراءات الاحترازية للوقاية من عدوى فيروس كورونا، تزايد الاهتمام بدراسة حالات الأفراد المتعافين من فيروس كورونا المستجد صحيا ونفسيا، وانتشرت شائعات متعددة حول جدوى عينات دم المتعافين من المرض في شفاء المصابين به، كما اتجهت الدراسات في مجال علم النفس إلى دراسة سلوكيات المتعافين أثناء الحجر الصحي وأنماط شخصياتهم، واتجهت دراسات أخرى لدراسة روتينهم اليومي وأنشطتهم خلال الحجر الصحي. ومع الاهتمام بالمتغيرات النفسية التي تدعم قوة الفرد وصموده ومقاومته واستمرار سلامته النفسية في مواجهة الظروف الصعبة التي تدعم مواجهة المشكلات والأزمات. تم دراسة العوامل التي تدعم المناعة النفسية للمرضى وبرزت مقالات متعددة حول أزمة كورونا والمناعة النفسية وكيفية دعم المناعة النفسية للمرضى. فالمناعة النفسية تتشكل وتنمو منذ الصغر منذ أول بدايات التربية والتنشئة الاجتماعية في كل من الأسرة والمدرسة؛ مما يساعد على بناء الشخصية السوية.

ثانياً: مشكلة الدراسة

ولقد اهتمت أغلب البحوث في ظاهرة التسامي بالذات بفئة العاملين بالتمريض، والمرضى - خاصة ذوي الحالات الصعبة- وكذلك كبار السن. وكيف أن أفراد هذه الفئات يحاولون أن يتجاوزوا شعورهم بالضغوط ومواجهة التحديات، ومحاولاتهم للارتقاء بتفكيرهم. وقد درست هذه البحوث علاقة التسامي بالذات بالصحة النفسية لدي من يمارسون مهنة التمريض حيث ينشغلون بأهمية مهنتهم ورسالتهم التي يقدمونها للمجتمع، وكيف أنهم يخفون آلام غيرهم (Coward & Reed, 1996; Reed, 2009; Haugan, 2013). وكذلك علاقة التسامي بالذات بالاكتئاب لدى مراحل متقدمة في العمر (Ellermann & Reed, 2001; Haugan et al., 2012). وعلاقة التسامي بالذات بالرفاهية النفسية (Hong, 2008; Hoshi, 2008; Kim & Lee, 2013; Kao, Su, Crocker & Chang, 2017). وتذكر عبد العال ومظلوم، ٢٠١٣ أن تغلب الإنسان على نقائصه وحالات عجزه وانكساره، وشعوره بالرضا عن أدائه في الحياة، وحكمه عليها سواء أكان مستمتعاً فيها أم لا؛ هو ما يرسخ سمة تسامي الذات.

لقد أوضحت نتائج هذه الدراسات عن تسامي الذات كيف أنه عامل نفسي مهم لتكامل الذات والوصول إلى أبعد من امكانياتها، فهو نضج شخصي يعزز التغلب على مخاوف الأنا وتحقيق رفاهيتها، ويحقق للإنسان شعوره بالرضا ويؤثر على تماثله للشفاء من أمراضه والتغلب على نقائصه، ومن هنا يتضح الجانب الأول من مشكلة الدراسة وهو أن تسامي الذات متغير نفسي جدير بالدراسة لدى الحالات التي تعاني ضغوطاً ومخاوفاً، وتحتاج لتجاوز ذواتها للوصول إلى امكانيات أعلى، وتكون بصدد مواجهة ضغوط متعددة تعكس مصالح ذاتية وتضحيات من أجل الآخرين.

ومنذ تفشي الأمراض المعدية مثل فيروس كورونا المستجد وما تبعها من أحداث على الصحة العامة للفرد فقد تسبب ذلك في ظهور مشاعر من الضيق والقلق؛ وهو شعور طبيعي نتيجة مواجهة فيروس شائع بين الناس، وغير معروف مصدره إلا أن هذا القلق قد يتسبب في كثير من المشكلات النفسية والصحية التي من الممكن أن تؤثر على نسبة الشفاء من الفيروس حال التعرض له بل وتزيد من احتمالات العدوى (Montemurro, 2020, 23). كما يعاني الأفراد قلقاً نتيجة أن أغلب العلاجات لهذا الفيروس تتضمن علاج الأعراض والرعاية الدائمة والعزل والوقاية من المضاعفات. إضافة إلى ما فرضته الإجراءات الاحترازية لمواجهة الفيروس على نمط الحياة اليومي للأفراد من الحجز المنزلي والتباعد الاجتماعي والالتزام بارتداء الكمامات وإجراءات التعقيم المستمرة ومنع التنقلات وتقليل الزيارات الاجتماعية وغلق المطاعم والأماكن العامة وقاعات المناسبات وتوقف رحلات الطيران وغير ذلك من إجراءات صارمة للعزلة لمواجهة هذا الفيروس سريع الانتشار، وذلك إضافة إلى تأثيره على النواحي الاقتصادية والقطاع الطبي (Viswanath & Monga, 2020, 501).

فوباء فيروس كورونا المستجد هو حدث كارثي مزعج لأنه يتسبب في أضرار واسعة النطاق وخسائر في الأرواح كما يتطلب تعديلاً جوهرياً على المستوى الفردي والجماعي، وتعطل الروتين اليومي وكيفية القيام بالأدوار الاجتماعية، ويترك تأثيراً كبيراً على فئة البالغين لما يفرضه من قيود على تحركاتهم فيؤثر ذلك على المشاعر والأفكار والسلوكيات، كما أدت جائحة فيروس كورونا المستجد إلى زيادة مستويات القلق والاكتئاب والرهاب والسلوكيات القهرية والشكاوى الجسدية والاحباطات (Jeronimus, 2020, 4-19). وقد ذكرت الفقي، وأبو الفتوح (٢٠٢٠، ١٠٤٩) بأنه منذ بداية أزمة فيروس كورونا المستجد فقد

أصبح الشغل الشاغل لجميع الشباب الجامعي متابعة النشرات الإخبارية وانتظار أعداد الإصابات والوفيات اليومية الناجمة عن هذا الفيروس اللعين وأصبحت المشاهد المؤلمة التي نطالعها في كثير من الدول كامريكا وإيطاليا وفرنسا وإسبانيا... إلى آخره عنوانا دائما للأحداث الصاخبة التي تجعلهم في حالة من القلق والإجهاد النفسي. كما وجد العالم نفسه أمام أزمة تعليق الدراسة وقلق مستمر بشأن مدى امكانية العودة لمقاعد الكليات وإجراء الاختبارات بصورتها التقليدية من عدمه فصار العمل والدراسة من المنزل ظاهرة شائعة (Chan et al., 2020, 515). وقد ذكر أبو بكر (٢٠٢٠، ١٦٨) بأن قلق الإصابة بفيروس كورونا هو أحد الهواجس التي توترق المجتمعات نتيجة للتغيرات التي عصفت بالأفراد في الآونة الأخيرة في مختلف الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية، فأكثر ما يخشاه الفرد هو المجهول، وفي كثير من الأحيان قد يقف الفرد عاجزا عن تلبية مطالبه وسد حاجاته. كل هذا قد جعل الإنسان أكثر قلقا على أمنه وحياته وأسرته ووطنه. كما ذكر Wise et al., 2020 أن الشعور بتوقع العدوى وخطر الإصابة يجعل الفرد أكثر ميلا للانخراط في غسل اليدين باستمرار والالتزام بسلوكيات التباعد الاجتماعي خلال تلك الجائحة.

إن سرعة انتشار فيروس كورونا المستجد covid-19 الامر قد أحدث ثورة في التفسيرات المرتبطة بأسباب هذه المعاناة الجماعية جراء انتشار هذا الوباء، وتسبب في موجة من التناقضات القيمة. فالأوبئة بطبيعتها أمراض جديدة لا تتوافر بشأنها معلومات أو توقعات بكيفية انتشارها ومكافحتها. كما أن الفيروسات يسهل تحورها داخل خلايا العائل مما يجعل وجود علاج لها يكاد يكون مستحيلا. وفي ظل هذه الخصائص التس تتميز بها الفيروسات تصبح المساحة متروكة للاجتهادات الفردية والاجتماعية والتمسك بأي أمل في الخلاص منها حتى وإن كان ذلك يمثل ممارسات غير منطقية. ولكن نتيجة لوجود جهاز مناعي متعدد الوظائف ميّز به الله تعالى جسم الإنسان؛ فإن هناك جبهات كثيرة في جسم الإنسان تحارب هذا الفيروس مثل غيره من الأجسام الغريبة التي تتطفل على جسم الإنسان، إن ما يصنع الفرق ما بين العدوى الفيروسية والإصابة بالفيروس هو قدرة الجهاز المناعي للإنسان على محاربة هذا الفيروس.

ومما يظهر جليا أن الفيروسات تشكل كارثة نتيجة سرعة انتشارها مما يعرض كل الجنس البشري للعدوى خاصة مع وجود تجمعات وتعرض متكرر للفيروسات بأشكال مختلفة من الهواء أو الأسطح أو من رذاذ الأشخاص الآخرين، وهذا يشكل قلقا بالغا لدى معظم الناس بأنهم معرضون للعدوى طوال الوقت، أما عن إصابتهم بمرض كورونا المستجد فهو يعتمد على مناعتهم الجسمية والنفسية؛ **ومن هنا يتضح الجانب الثاني من مشكلة الدراسة الحالية** وهي دراسة قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد لدى المعلمين؛ فالمعلمين في ظل نزولهم اليومي للمدارس ومزاوتهم لمهنتهم واستخدامهم للمواصلات واحتكاكهم بزملائهم في العمل وتواجدهم بالفصول مع التلاميذ ثم عودتهم لمنازلهم يوميا ليتعاملون مع أسرهم؛ فإن هذا يزيد من فرص العدوى وانتشارها بين مجتمع المدرسة معلمين وتلاميذا وعاملين، إضافة إلى أن عددا كبيرا من المعلمين قد أصيبوا بالفعل بمرض فيروس كورونا المستجد وتعافوا منه وعانوا بالطبع من إجراءات صارمة للعزل في المستشفى أو في المنزل مما يزيد من قلقهم حول الإصابة بالمرض مرة أخرى نتيجة الحمل العالي للعدوى في وجود أشخاص كثر. لذا فالدراسة الحالية تهتم بدراسة قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد "كوفيد-١٩" لدى مجموعتين من معلمي التعليم الأساسي: المتعافين من المرض والذين لم يصابوا به؛ في دراسة للمقارنة بينهم في مستوى المناعة النفسية.

وأمام كل هذه الضغوط على المعلمين؛ الداخلية منها كالضغوط الشخصية والجسمية والنفسية؛ والخارجية كالضغوط الاجتماعية والبيئية وضغوط العمل؛ وجب على المعلم أن يتحلى بسمات شخصية

تؤهله لمواجهة هذه الضغوط باستراتيجيات إيجابية تزيد من قوة شخصيته وتنعكس على أدائه وسلوكه في تخطي الأزمات بسلام. **ومن هنا يتضح الجانب الثالث من مشكلة الدراسة الحالية وهو؛ أن المناعة النفسية هي ذلك النظام الذي يعمل على تكوين شخصية سوية مرنة قادرة على مواجهة الضغوط بإيجابية ومقاومة للأمراض النفسية والجسمية على اختلافها.** فقد ذكرت عصفور (٢٠١٣، ٢٧) أن المناعة النفسية توجه الفرد إلى صقل تفكيره وحسن تعامله مع الضغوط والتوترات ونحو تنمية توجه عقلي أكثر قدرة على التعامل بكفاءة مع متغيرات الحياة، وكذلك تحديد أهداف واقعية والسعي نحو تحقيقها، وعلى التفكير الإيجابي الذي يقلل القلق، ويحسن من النظرة الواقعية للفرد تجاه قدراته لبحث امكانية استغلالها، وتجاه الاستفادة من الخبرات الصعبة التي اتسمت بالإخفاق لبحث محاولات مواجهتها. كما أوصى محمد ومحمد (٢٠١٨) بضرورة الاهتمام بتقوية الجهاز المناعي. وبالتالي فإنه من الضروري دراسة المناعة النفسية والاهتمام بخلق ثقافة مجتمعية تؤمن بأهمية قوة المناعة النفسية في تكوين الشخصية السوية؛ إذ أن ضحايا المرض والفشل والجريمة كانوا يفتقرون إلى الصحة النفسية والدعم النفسي.

وعلى ضوء ما سبق توضيحه من جوانب مشكلة الدراسة فإن مشكلة الدراسة يمكن صياغتها في الأسئلة التالية:

- أ. ما مستوى المناعة النفسية لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.
- ب. هل تختلف المناعة النفسية لدى عينة الدراسة باختلاف كل من النوع والبيئة والإصابة/ عدم الإصابة بفيروس كورونا المستجد؟
- ج. ما طبيعة العلاقة الارتباطية بين المناعة النفسية وكل من تسامي الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد covid-19 لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي
- د. هل يمكن التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال كل من تسامي الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد لدى عينة الدراسة؟

ثالثاً: أهداف الدراسة: هدف الدراسة الحالية إلى تعرّف ما يلي:

- أ. مستوى المناعة النفسية لدى عينة الدراسة الذين لم يصابوا بفيروس كورونا المستجد والذين تعافوا من إصابتهم.
- ب. الاختلافات في المناعة النفسية لدى عينة الدراسة باختلاف كل من النوع، والبيئة، والإصابة/ عدم الإصابة بفيروس كورونا المستجد.
- ج. طبيعة العلاقة الارتباطية بين المناعة النفسية وكل من تسامي الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.
- د. مدى إسهام كل من تسامي الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد في امكانية التنبؤ بالمناعة النفسية لدى عينة الدراسة.

رابعاً: أهمية الدراسة: يمكن توضيح أهمية الدراسة الحالية بشقيها النظري والتطبيقي كما يلي:

أ. **الأهمية النظرية:**

تتمثل الأهمية النظرية للدراسة الحالية في رصد العلاقات بين متغيرات الدراسة حول جائحة فيروس كورونا المستجد لندرة الدراسات العربية ذات العلاقة لدى فئة المعلمين، ولتسليط الضوء على ما يعانيه في ظل هذه الأزمة للمساهمة في التقليل من حدوث المشكلات النفسية المحتملة نتيجة لتفشي جائحة

فيروس كورونا المستجد. كما تعني الدراسة الحالية بتصميم أدوات لقياس متغيرات الدراسة والتحقق من الخصائص السيكومترية بها مما يضيف إلى التراث البحثي النفسي، وما يساعد أيضا فيما بعد على قياس هذه المتغيرات النفسية في ما بعد انتهاء هذه الجائحة، وأيضا لدى فئات أخرى من البالغين لتسهيل المقارنة بينهم.

ب. الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في نشر الوعي الصحي والنفسي في ما يخص انتشار الأمراض والفيروسات والوقاية منها على مستوى الأسرة والمجتمع، ودعم الحالة النفسية للمعلم في ظل الضغوط والظروف الواقعة بسبب انتشار فيروس كورونا المستجد. إضافة إلى توجيه سلوك المعلمين لاتباع الإجراءات الصحية الوقائية مع أنفسهم ومع أسرهم ومع تلاميذهم للحد من انتشار الفيروس. كما يمكن الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في التوصل إلى مجموعة من التوصيات والتوجيهات الإرشادية والعلاجية للمعلمين حول كيفية التعامل بشكل إيجابي مع المتغيرات والمستجدات التي تطرأ على الحياة العامة؛ سواء أكانت طبيعية أو مصنعة كما هو الحال بالنسبة لانتشار جائحة فيروس كورونا المستجد.

خامساً: مصطلحات الدراسة: تُعرّف الباحثة مصطلحات الدراسة كما يلي:

أ. **المناعة النفسية:** وهي "مجموعة السمات الشخصية التي توفر للفرد نسق متكامل من الثقة الذاتية والمثابرة على بذل الجهد للتغلب على الضغوط وتحقيق الأهداف المطلوبة؛ بالتركيز على إنجازها، وتحويل الانفعالات السلبية إلى مرونة في التعامل مع المواقف، واستغلال جميع المصادر المتاحة من امكانات شخصية وخبرات مساعدة وعلاقات اجتماعية داعمة". وإجراءياً هي "الدرجة التي يحصل عليها المعلم/ المعلمة في مقياس المناعة النفسية المُعد والمستخدم في هذه الدراسة، والذي يتكون من الأبعاد التالية؛ القناعة الشخصية، والتركيز على الانجاز، والتواصل الجيد". وتُعرّف أبعاد المناعة النفسية في هذه الدراسة كما يلي:

١. **القناعة الشخصية:** وهو "يُعبّر عن ثقة الفرد في امكاناته وتقديره لما بذله من جهد وما حققه من أهداف".

٢. **التركيز على الإنجاز:** وهو "يدل على تحكم الفرد في مشاعره وانفعالاته حول المهام المطلوبة، واستغلاله لجميع امكاناته الشخصية لإنتاج أفكار مبدعة بهدف الوصول إلى النجاح في المهمة قدر الإمكان".

٣. **التواصل الجيد:** وهو "يدل على حرص الفرد على استغلال علاقاته الاجتماعية للتغلب على المواقف الصعبة وحسن اختياره لأفضل الطرق في التعاون مع الآخرين لتحقيق الأهداف المطلوبة".

ب. **تسامي الذات:** وهو "نسق من القيم والأفكار والمشاعر التي تتمثل في ممارسة استراتيجيات تأملية لتحقيق التكامل بين الرضا عن الماضي والشعور بالمتعة في الحاضر والتفاؤل بالمستقبل، وتحقيق الطمأنينة من خلال الحرص على إشباع رغبات تساعد على نمو شخصية الفرد، والوصول إلى شعور الفرد بالرفاهية نتيجة حرصه على تعميق علاقاته الاجتماعية مع الآخرين والتضحية من أجل أن يكون المجتمع أفضل". وإجراءياً هو "الدرجة التي يحصل عليها المعلم/ المعلمة في مقياس تسامي الذات المُعد والمستخدم في هذه الدراسة، والذي يتكون من الأبعاد

التالية؛ البصيرة، والمتعة الحقيقية، والتضحية". وتُعرّف أبعاد تسامي الذات في هذه الدراسة كما يلي:

١. **البصيرة:** وهي "تُعبّر عن دمج الفرد لخبراته في الماضي وتوقعاته للمستقبل من خلال ممارساته التأملية والروحية التي يتوصل من خلالها إلى رؤية الحياة من منظور مختلف يتوقع فيه كل ما هو أفضل ويرتقي بمشاعره نحو الطمأنينة".

٢. **المتعة الحقيقية:** وهي "وصول يصل الفرد إلى نوع خاص من الرفاهية تتمثل في نكران بعض الحاجات الذاتية وتجاوز الخبرات المؤلمة من أجل إشباع حاجات أفضل لنمو شخصية الفرد كمارسة الهوايات وإشباع الرغبة في التعلم".

٣. **التضحية:** وهي "تُعبّر عن محاولات الفرد المستمرة لتعميق علاقاته الاجتماعية من خلال تقديم العون للآخرين والتخفيف من معاناتهم وإيثارهم والتسامح معهم".

ب. **قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد:** وهو "شعور الفرد بمجموعة من الانفعالات السلبية كالتوهم والانزعاج والتوتر عند قيامه بأنشطته اليومية المعتادة، مع التزامه القهري بالإجراءات الاحترازية خوفاً من عدوى فيروس كورونا المستجد نتيجة لمتابعة الفرد للمعلومات والبيانات عن هذا الفيروس والتي تبناها كأفكار لتوقع الأذى وعدم القدرة وربما الموت". وإجراءً هو "الدرجة التي يحصل عليها المعلم/ المعلمة في مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد المُعد والمستخدم في هذه الدراسة، والذي يتكون من الأبعاد التالية؛ الأفكار القهرية، واضطراب السلوك، والانفعالات السلبية". وتُعرّف أبعاد قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد في هذه الدراسة كما يلي:

١. **الأفكار القهرية:** وهي "مكون معرفي يتضمن مجموعة من الأفكار السلبية التي تسيطر على تفكير الفرد كتوقع الأذى وعدم القدرة وحدث كل ما هو سيء وتوهم مؤامرة تستهدف الضرر للفرد وربما الموت".

٢. **اضطراب السلوك:** وهو "مكون سلوكي يتضمن مجموعة من الاستجابات غير الملائمة وعدم قدرة الفرد على ممارسة أنشطته المعتادة وانهماكه في أنشطة أخرى تسبب له الإرهاق ولكن يقاوم فيها شعوره بالتهديد المستمر بالضرر".

٣. **الانفعالات السلبية:** وهو "مكون انفعالي للشعور بالتوهم والخوف غير المبرر والانزعاج والتوتر خاصة عند اضطراب الفرد للتواصل المباشر مع الآخرين".

سادساً: إطار نظري

أ. المناعة النفسية

ظهر مفهوم المناعة النفسية في علم النفس الإيجابي كمعبر عن مصادر قوة الشخصية في المواجهة، ومرونة الأنا في التعامل مع الضغوط، والتوجه نحو الهدف؛ بما يشمل ذلك من آليات معرفية وانفعالات إيجابية لها دور علاجي أو وقائي يستبعد الخبرات السلبية أو يتجنبها كلية (على، ٢٠١٩، ٥٢). وتلعب المناعة النفسية دوراً بالغ الأهمية في حياة الفرد. فالمناعة النفسية في المواقف الصاغطة تعزز آليات الدفاع النفسي، وتحمي من الأذى الانفعالي، وتحول الآليات المعرفية تجاه توقع نتائج إيجابية، وتقوي من الشخصية والأنا بالتعايش مع الصراعات، وتعزز من الاختيار الحر ومن استراتيجيات التكيف الممكنة، كما تعزز من تحمل المسؤولية واستعادة التوازن بعد الضغوط. وفي اتجاه النمو الذاتي؛ تعزز من

الشعور بالتحسن بعد انتهاء الضغوط ومن التفسيرات المنطقية للانفعالات السلبية، وتقليل الشعور بالذنب، والقدرة على التمييز بين الصواب والخطأ، وزيادة الرضا عن الذات وامكانياتها وانجازاتها، كما تعزز من الطموحات المستقبلية الإيجابية (Barbanel, 2009, 16; Olah, 1996, 104; Albert- Lorincz et al., 2011, 105). وقد ذكر Gilbert, et al., 1998 أن المناعة النفسية تستخدم لاختزال الآليات المعرفية التي تحمي الفرد من الشعور بالمعاناة من المشاعر السلبية المتطرفة من خلال ثلاث عمليات هي التجاهل، والتحويل، وإعادة بناء المعلومات لجعل الفرد أكثر تحملاً للمواقف وأكثر قدرة على وضع بدائل مساعدة.

وتتغير المناعة النفسية من فرد لآخر حسب المؤثرات الداخلية والخارجية؛ حيث تجعله يتكيف مع مجتمعه ويتعايش معه بصحة نفسية جيدة؛ خاصة مع التطورات السريعة في المجتمع ومتغيراته المعقدة وما يمر به الفرد من أزمات واضطرابات. ويرجع ضعف المناعة النفسية ليس إلى الضغوط والأزمات وشدتها؛ وإنما إلى كيفية نظرنا إلى هذه الضغوط والأزمات وتفسيرها وتقديرنا لكفاءتنا في مواجهتها. فنظام المناعة النفسية يحافظ على الذات ويدافع عنها ضد تطور المشكلات النفسية إلى الأمراض النفسية والعقلية، ويزيد من الأثر العلاجي لاستراتيجيات وقدرات المواجهة التكيفية.

ويشير Wilson للمناعة النفسية بأنها الدفاعات النفسية التي تعمل على تبرير وإعادة تفسير المعلومات السلبية لتحسين أثارها بحيث لا تؤثر على الناحية الوجدانية، وتصل بالشخص إلى الشعور السوي الجيد (Wilson, 2002, 38). وتُعرف المناعة النفسية بأنها نظام متكامل من جوانب الشخصية السلوكية والمعرفية والدافعية، والتي تخدم كمصادر للمقاومة ضد الضغوط وتساعد على تعزيز النمو السليم (Dubey & Shahi, 2011, 37). كما يُعرّفها Albert-Lorincz et al., 2012 على أنها مجموعة السمات الشخصية التي تزيد من فعالية الفرد لتحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط والانهاك النفسي ودمج الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في مواقف مشابهة تقلل من فرص التأثيرات البيئية السلبية. ويُعرّف زيدان (٢٠١٣، ٨١٧) المناعة النفسية بأنها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي، وضبط الانفعالات، والإبداع في حل المشكلات، وزيادة فاعلية الذات ونموها، وتركيز الجهد نحو الهدف، وتحدي الظروف وتغييرها، والتكيف مع البيئة. بينما تُعرّفها Bona, 2014 بأنها مجموعة العوامل الكامنة لإثراء الشخصية ككل بحيث تساعد الفرد في الحصول على المعرفة والممارسة والتعقل في استخدام المصادر المتاحة خلال المواقف الضاغطة مما يساعد الفرد على التعامل مع الضغوط والعوامل المهددة لشخصيته.

ويذكر الشريف (٢٠١٥، ٣٥) أن نظام المناعة النفسية هو نظام افتراضي وجداني تفاعلي متغير يهدف إلى تحقيق اتزان الفرد من خلال المحافظة على الحالة الوجدانية من التهديدات السلبية للأحداث الطارئة، وتعزيز مواجهتها؛ وتنمية القدرات التكيفية الداعمة للتناغم بين مبادئ الفرد ومتطلبات السياق البيئي الذي يعيش فيه. كما تُعرّفها على (٢٠١٩، ٥٨) بأنها نظام وقائي متكامل يعمل على وقاية الذات في مواجهة الضغوط وتعزيز تكامل الشخصية والنمو الذاتي بشكل متزامن مع تطورات البيئة. كما يُعرّفها البيومي (٢٠١٩، ٥) بأنها قدرة الفرد على التعامل مع المواقف والأحداث بأسلوب مناسب وبطريقة لاشعورية مع وضع الآليات والخطط التي تستخدم مع كل طارئ بحيث لا تؤثر على سلوكه وأفكاره.

وقد اشتملت المناعة النفسية لدى Bona, 2014 من ثلاث نظم فرعية تحتوي على (١٦) سمة من مصادر القوة الكامنة لتحقيق المناعة النفسية؛ حيث تتفاعل هذه السمات معا لتسهيل التكيف المرن والنمو الذاتي للفرد وهي: التوجه نحو المراقبة وتشتمل على؛ التفكير الإيجابي، والشعور بالترابط، والشعور بالضبط، والشعور بالنمو الذاتي، والتوجه نحو التغيير والتحدي، والمراقبة الاجتماعية، والتوجه نحو الهدف. والنظام الفرعي الثاني هو الإنجاز/ الإبداع وهو يشتمل على؛ مفهوم الذات الإبداعي، وحل المشكلات، وفعالية الذات، والقدرة على التحرك الاجتماعي، والقدرة على الإبداع الاجتماعي. والنظام الفرعي الثالث هو تنظيم الذات وهو يشتمل على؛ التزامن، وضبط الاندفاعية، والضبط الانفعالي، وضبط حدة الطبع (Bona, 2014, 93).

وقد ذكر البيومي (٢٠١٩، ٧) أن الصفات الشخصية التي تساعد على تحقيق مناعة نفسية جيدة هي؛ الاستجابة للأحداث والضغوط بأسلوب مناسب، وتفسير نواتج السلوك والأفكار تفسيراً منطقيًا، والقدرة على التكيف السريع، والنظرة التفاعلية للمستقبل، والتقييم الموضوعي الإيجابي للأحداث، والإدراك الإيجابي للذات وفهمها وتحديد جوانب القوة والضعف فيها، وضبط الاعتقادات الذاتية، والقدرة على الوصول للاطمئنان والسكينة في التعامل مع المواقف والأحداث. وقد توصلت نتائج دراسة سعد البيومي (٢٠١٩) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المناعة النفسية والأفكار اللاعقلانية لدي عينة الدراسة.

وقد افترض علماء المناعة النفسية أن جهاز المناعة النفسية يتكون من الاعتقادات، والاتجاهات، والمشاعر، والأمال، والتفكير، والخبرات، والذكريات. وهذا الجهاز يعمل في أربعة أنماط؛ اثنان منها يولدان أفكار ومشاعر سلبية وهما؛ النمط الغضوب وهو ما يولد أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة. والنمط اليئوس وهو يولد أفكار ومشاعر الذنب والعجز والانهازامية. أما النمطان الآخران فهما يولدان أفكار ومشاعر السعادة وهما؛ النمط الصبور ويضم أفكار ومشاعر عن الصبر والشجاعة والحكمة، والنمط الودود وهو يولد أفكار ومشاعر التسامح والثقة والتفاؤل. ويهدف دعم المناعة النفسية إلى تحويل النمط الغضوب إلى النمط الصبور، وتحويل النمط اليئوس إلى النمط الودود (توفيق، ١٩٩٨، ٣١٢). والمناعة النفسية قد تكون طبيعية أو مكتسبة أو فاعلة ضد التأزم والقلق والتي تنمو من التفاعل بين الوراثة والبيئة، ويكتسبها الإنسان من الخبرات والتعلم (مرسي، ٢٠٠٠، ٩٦-٩٧). ومن أعراض فقدان المناعة النفسية؛ ارتفاع القابلية للإيحاء، وفقدان السيطرة الذاتية، والاستسلام للفشل والانعزالية، وفقدان الإحساس بالسرور والمتعة، وخلل في معايير الحكم على الأشياء والمواقف، والانغلاق والجمود الفكري، وضعف النضج الانفعالي، وإسراف في استخدام الكذب الدفاعي (كامل، ٢٠٠٢، ٣٢٠-٣٢١).

ب. تسامي الذات Self Transcendence

اهتمت البحوث النفسية في الآونة الأخيرة بدراسة الحالة الذاتية المسماة بـ "التسامي"، والتي ذُكرت في إطار تفسير الحيل الدفاعية الإيجابية لـ فرويد رائد مدرسة التحليل النفسي للدلالة على ارتفاع شخصية الفرد حينما ينأى عن إشباع حاجاته وما تسببه من ضغوط دافعية؛ مما قد يجعله يستبدل تلك الحاجة بأخرى أكثر إثراءً للفرد مستغلاً تلك الدوافع لإشباع حاجات أعلى وأفضل. ثم اهتم فرانكل في نظريته عن الوجود الإنساني؛ حينما يُثبت الفرد إنسانيته بالتححرر من عبودية إشباع حاجاته؛ تلك الحاجات القريبة التي تحقق أهدافاً ضعيفة لا تضيف كثيراً لشخصية الفرد، بل يحاول الإنسان أن يتجاوز هذه الحاجات الذاتية إلى حاجات أكثر ارتقاءً لذاته في ما يسمى بالتسامي الذاتي.

لقد أسس فرانكل مبدأ إرادة المعنى ليعارض مبدأ اللذة الفرويدي ومبدأ إرادة القوة لدى أدلر، ومبدأ نهاية حدود الذات بتحقيقها لدى ماسلو. فهذه المبادئ لا تفسر كل صور النشاط الإنساني، في حين أن معنى الحياة لدى كل إنسان هو ما يجعل من سعيه ومعاناته له قيمة في الحياة، ويجعلها جديرة بأن تُعاش (سليمان وفوزي، ١٩٩١، ١٠٤). وقد ذكر فرانكل أن الطبيعة الوجودية الإنسانية للتسامي بالذات تجعل الإنسان في تطلع مستمر إلى ما وراء الذات. وبذلك فإن فرانكل ينظر للتسامي باعتباره رغبة فطرية لاكتشاف المعنى في حياة الإنسان. وهو رحلة وجودية وجدانية للبحث عن المثل العليا من الخير والحق والجمال، وتفسير تلك اللحظة التي يعيشها الإنسان بمنحى من الانفتاح والتعاطف والتفؤل، والسعي نحو الكمال للوصول إلى أبعد من تحقيق الذات، وتحقيق أهداف عامة بتقديم إنجازات ذات قيمة للآخرين؛ وليس فقط إنجازات فردية يؤكد فيها الفرد ذاته بأنانية فظة (فرانكل، ١٩٩٧، ١٣-١٧).

وقد ذكرت Reed أن عملية توحيد الشخص مع القيم والمثل لتصبح خصائص محدّدة للذات هي ما تجعل الإنسان لديه منظور أوسع للعالم ويستطيع أن يزيل ذلك الحاجز بين ذاته والآخر، وبين الأناثية واللائناثية. فممارسة الفعاليات التأملية العميقة للوصول إلى الوعي بالذات، وتجاوزها إلى الخارج من خلال الاهتمام بالآخرين ورفاهيتهم؛ تجعل الإنسان يصل إلى التطور والكمال الأخلاقي. فتسامي الذات هو شكل من أشكال الصحة النفسية والتوافق مع أحداث الحياة ومع البيئة من خلال المساعدات والحب والتسامح، وهو مصدر داخلي يسهّل الاندماج في سلوكيات الفضيلة والتناسق بين الأبعاد الروحية و المادية والمعنوية للشخصية (Reed, 2009, 79). وقد عرّفت Reed, 1989 تسامي الذات بأنه قدرة الفرد على توسيع حدود شخصيته وتوجيهها نحو التوقعات والأنشطة والأغراض خارج حدود الذات دون نكران قيمة الذات ووضعها الحالي، وتوسيع حدود الذات خلال التسامي يتم عبر طرق متعددة الأبعاد؛ داخليا فيما يتعلق بذاته من خلال ممارسة التأمل، وخارجيا في علاقاته الاجتماعية من خلال الاهتمام بالآخرين، وزمنيا من خلال تصورات الفرد عن الماضي والمستقبل لاكتشاف المعنى وتفسير الحاضر بالدمج بين البعدين الروحي والزمني، وعبر شخصيته من خلال إضافة أبعاد أعلى أثرا لذاته. وترى Reed, 2009 أن تسامي الذات يكمن في توسيع نطاق التواصل مع الآخرين، وفهم أكبر وعميق للذات في مواقف الضعف والمعاناة؛ بالتأمل، والتمسك بالقيم، والارتقاء النفسي والروحي، وإدراك تلك الإنسانية الأكبر في العالم من حوله، وبأن الذات وخبراتها جزء منها بممارسة الإيثار والتسامح والتعاطف ومشاركة الآخرين ورفاهيتهم والاهتمام، وكذلك الانفتاح الواعي على عالم الأفكار والمشاعر الفريدة التي ترتقي بالذات كالصلاة والصدق والفضيلة.

وتعرّف عفراء العبيدي (٢٠١٦، ٢٤٣) سمو الذات بأنه ارتقاء سلوك الفرد في التعامل مع ذاته والآخرين لتكون حياة المحيطين به آمنة هادئة تنسم بالسلام والمحبة، فضلا عن التصرف بوعي وإنسانية والسعي إلى سعادة الآخرين والتضامن والتعاطف معهم. وتذكر عفراء العبيدي وإقبال الجبوري، ٢٠١٧ أن التسامي هو طاقة سامية للسيطرة على الانفعالات وانهاء القلق في حياة الإنسان حول تحقيق وجوده المادي فقط. ويذكر Peterson & Seligman, 2004 أن التسامي هو قيمة روحية للتواصل مع الكون الأعلى تهدف للارتقاء بالشخصية نحو الاقتدار والإيجابية. ويمثل التسامي مجموعة قوي مهمة كالنتين، والروحانية، والفكاهة، والأمل، والامتنان وتقدير الجمال والتميز. ووفقاً لـ فرانكل فإن معظم الاضطرابات النفسية تنتج عن الفشل في تربية الحاجات الروحية الضرورية للوصول للمعنى، وملاحقة الإنسان للنجاح بناء على قيم مضللة، ودون الاهتمام بكيونة الإنسان المنفتحة على العالم لتحقيق هئائها (فرانكل، ١٩٨٢، ١٨١). إن الأفراد الذين يتصفون بتسامي الذات يعتبرون أنفسهم جزء من كل أكبر، ويميزهم التواضع

ونكران الذات والصبر والحكمة والتدفق، وتكون علاقاتهم عميقة بالطبيعة والكون، ولديهم استعدادات عالية للتضحية من أجل أن يكون العالم من حولهم مكاناً أفضل، ويفضلون نمط السعادة الناتج عن العلاقات الروحية (Garcia et al., 2017, 7). ويذكر McCarthy et al., 2015 أن تسامي الذات هو عملية نمائية متأصلة في مرحلة الشيخوخة لنظرة الفرد إلى ذاته والآخرين والعالم المادي من حوله. فتسامي الذات له دور فعال في مساعدة كبار السن على مواجهة التحديات المتعددة مع قلة الفرص المتاحة.

وقد اقترح Wong, 2013 أن أفضل استراتيجيات للبقاء والازدهار للأفراد والمجتمعات هو تقديم أفضل ما لدينا في خدمة بعضنا البعض. ففي هذا المجتمع الاستهلاكي الفردي الذي يسوده المنافسة الشديدة تبدو المصلحة الذاتية دائماً في المقدمة، حتى أننا نؤصل ذلك أثناء تربية الأبناء وتعليمهم. وبينما تركز معظم كتب المساعدة الذاتية وندوات النجاح على كيفية تطوير المهارات واستراتيجيات النجاح؛ يظل تسامي الذات هو طريقة بديلة للنمو الشخصي والتي تتمثل في نكران الذات للوصول إلى مستوى أعلى من معرفة الذات، والاستمتاع بالعطاء أكثر من الأخذ، والبحث عما يمكن للفرد تقديمه للعالم من حوله بدلاً من التفكير فيم سيحصل عليه منه، والاستعداد للتضحية من أجل خدمة شيء أعظم.

ومما سبق يتضح أن التسامي هو تلك الصفة الأكثر إنسانية والتي تحتوي على مستويات عالية من المشاعر والأفكار والقناعة الداخلية. إنه الفكر الواعي الذي يزيد من سعادة الإنسان من خلال الحب والتسامح والسكينة. ففيه يتجاوز الإنسان اهتماماته الشخصية وأنايته، ويرتفع فوق المخلوق داخله إلى أن يحب الآخرين ويضحى من أجلهم، بل ويضحى ويبذل من أجل العالم ليكون أفضل؛ حيث يرتقي الإنسان فوق ذاته واهتماماتها بالحب والإبداع من أجل العالم من حوله، ويكون دوره إيجابياً خلافاً مما يفعل من الجوانب الروحية لذاته لتكون ذات أهمية أكبر من باقي جوانبه المادية، وبذلك يكون الإنسان أكثر تطوراً ورفاهية وكمال.

إن الأشكال السلوكية المختلفة كالسلوك الديني وخبرات التدفق وتحقيق الذات والوعي بها سبلاً مختلفة لسمو الذات الذي يمثل مصدراً غنياً للنمو الإنساني الإيجابي. فالتسامي بالذات لا يتحقق إلا عن طريق مفتاح خاص؛ يرى أغلب المنظرين في هذا المجال أن هذا المفتاح هو المعتقدات الدينية التي تمكن الإنسان من الارتقاء والسمو وتحريره من ذاته الزائفة المنصاعة للمجتمع، وتنمي لديه وعي زائف بالشعور بالسعادة بعيداً عن التضامن والتضحية والتعاطف وتحقيق السعادة للجميع (Benson et al., 2003, 211).

وقد أعدت Reed, 1989 مقياساً لتسامي الذات ليعبر عن مواطن القوة في الشخصية أكثر من الخصائص الشخصية المتناقضة عبر العمر من المراهقة وما بعدها؛ إذ يقيس المصادر الروحية النفسية الرئيسية للنمو الناضج. وهو مقياس أحادي البعد يتكون من ١٥ مفردة تعبر عن النظرة الناضجة للحياة من خلال سلوكيات أو وجهات نظر محددة للتوسيع من حدود الذات بطرق مختلفة. وقد درس Haugan, et al., 2012 النسخة النرويجية لمقياس تسامي الذات الذي صممه Reed, 1989 على عينة من العاملين بالتمريض؛ وتم تطبيقه على عينة من ٢٠٢ مريض مسن "سليم معرفياً" في ٤٤ دور رعاية المسنين بالنرويج. وكشفت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن نموذجين لتسامي الذات؛ الأول يتكون من عاملين يمثلان ٣,٣٪ من التباين الكلي، والآخر يتكون من أربعة عوامل يمثلان ٧,٥٪ من التباين الكلي. وأشارت نتائج التحليل العاملي التوكيدي لاختبار النموذجين المفترضين الثنائي والرابعي أن نموذج العاملين قد يكون هو الأكثر دقة ومعقولية لقياس السمو الذاتي.

ج. قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد:

يمثل القلق أهم حقائق الوجود الانساني، والجانب الدينامي للشخصية الإنسانية؛ فالقلق يعبر عن مزيج من الانزعاج والتوتر والخوف. فنمو الشخصية مرهون بقلقها، ودفاعاتها تجاه القلق وموضوعاته، وآدائها لخفض القلق والتوتر، وقدرتها على التخلص من الآثار السلبية للقلق أو استسلامها لهذا العرض الأساسي في جميع الاضطرابات النفسية. لذا فالقلق هو أهم موضوعات علم النفس، وأكثر المصطلحات المستخدمة في الصحة النفسية، وأهم اضطراب يتناوله علم النفس المرضي، ومبحث أساسي للبدء في الإرشاد والعلاج النفسي.

ويستخدم بعض الأشخاص كلمة القلق للتعبير عن حالة من الشعور بالتوتر الداخلي أو الخوف أو التوجس. وحتما قد عانى كل شخص من القلق؛ فالقلق شعور طبيعي ومتوقع ومقبول تحت ظروف معينة مثل مواجهة المخاطر الجسدية والمعنوية وضغوط الحياة التي يتعرض لها أي فرد، والتي تتضمن تهديدا لسلامته أو صحته أو ماله أو احترامه. والقلق هو أحد الوظائف المهمة للدماغ والتي تعمل على بقاء الفرد، وله وظيفة مهمة في تجنيد كل طاقات الإنسان الجسدية والعقلية لمواجهة الموقف المثير للقلق عن طريق رفع درجة التنبيه الذهني، وتنبيه الجهاز العصبي السمبثاوي، وتنبيه بعض الغدد الصماء لإفراز هرمونات مثل الأدرينالين وغيره؛ لذا فالقلق الطبيعي يساعد على التكيف ويشكل حافزا على حل المشاكل الحياتية ومواجهتها (عثمان، ٢٠٠١، ٢٠). أما القلق النفسي فيمثل المرتبة الأولى بين الأمراض النفسية حيث يمثل نسبة ٣٠ : ٤٠% من الاضطرابات العصابية. وقد وجدت كثير من الدراسات أنه الأكثر انتشارا لدى الإناث منه لدى الذكور، كما ينتشر في الطفولة والمراهقة وسن التقاعد والشيخوخة نتيجة للآزمات المتعددة التي يمر بها الأفراد في كل مرحلة من مراحل النمو (شاذلي، ١٩٩٩، ٣١).

والاختلاف في القلق من فرد لآخر هو اختلاف في الدرجة وليس في النوع، فالقلق ظاهرة يخبرها الناس بدرجات مختلفة من الشدة وفي مظاهر متباينة من السلوك، ومن ثم يمكن فهمه على أساس متصل يتدرج بين حالات السواء والانحراف، وعلى هذا المتصل يتميز القلق بين القلق الموضوعي أو العادي والقلق العصابي. كذلك يتميز القلق في نمطين القلق كحالة؛ والذي يشير إلى القلق باعتباره حالة انفعالية طارئة ووقائية لدى الفرد تتفاوت حدتها من وقت لآخر وتزول هذه الحالة بزوال المثيرات التي أدركها الفرد على أنها مصدر تهديد، والنمط الآخر هو القلق كسمة وهي استعداد ثابت نسبيا كامن في الفرد نتيجة خبرة متعلمة في مواقف مؤلمة سابقة، ويستثار هذا الاستعداد بمثيرات داخل الفرد أو خارجه (الدسوقي، ١٩٩٧، ٢٣). ويضيف باول (٢٠٠٥، ١٢-١٣) إلى وجود فروق فردية ثابت نسبيا بين الأشخاص في الميل إلى إدراك المواقف العصبية على أنها خطيرة أو مهددة. فبعض الأشخاص يكونون أكثر انفعالا وحساسية تجاه المواقف المختلفة بصورة تفوق غيرهم، فقد تتم استثارتهم الانفعالية والفسولوجية بشكل أسرع، فيحتاجون لوقت أطول حتى يهدءوا. كما أن هناك بعض الأشخاص الذين اكتسبوا في طفولتهم من آبائهم المبالغة في الشعور بالقلق والتوتر.

وفي ظل انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد فقد أصبح الناس يعيشون حالة من الهلع والقلق والتوتر على نطاق واسع بما لم تشهد البشرية من قبل؛ فضلا عن شعورهم بالاغتراب، والكدر النفسي، والأعراض الاكتئابية المختلفة، وحالة الضجر بوجه عام؛ والتي أثرت على جميع مناحي الحياة ومختلف جوانب الشخصية النفسية والاجتماعية والاقتصادية والصحية، ونتيجة لهذه الظروف الصعبة فقد أدي ذلك إلى ارتفاع مستويات القلق من عدوى هذا الفيروس (Denissen, et al., 2019, 614). إضافة إلى

اضطرابات النوم، واضطرابات الأكل، واضطرابات بالمعدة، وتضارب الأفكار، وسيطرة الأفكار السلبية على الفرد؛ عندما يقرأ أو يسمع أخبار عن جائحة فيروس كورونا المستجد (Lee et al., 2020, 396). وينتمي فيروس كورونا المستجد "كوفيد-١٩" إلى سلالة كورونا بيتا ٢، وهو من فصيلة الفيروسات التاجية ولكنه يختلف جينيا عن فيروس سارس وميرس حيث أنه حساس جدا للأشعة فوق البنفسجية والحرارة ويمكن قتله بتعريضه لدرجة حرارة ٥٦ لمدة ٣٠ دقيقة، ومطهر يحتوي على كلور وكحول إيثيلي تركيز ٧٥%. وتشمل أعراض الإصابة بالفيروس الحمى والارهاق الشديد والسعال الجاف وفي بعض الاحيان تصاحب هذه الأعراض احتقان الأنف والتهاب الحلق والرشح والإسهال، وآلام الصدر، وصعوبة التنفس، وفقدان الشهية والإرهاق، وضعف الهمّة، والغثيان والقيء، والصداع، والتهاب الملتحمة، وآلام في عضلات الأطراف أو أسفل الظهر. كما يمكن أن ينجم عن الإصابة بفيروس كورونا المستجد التهاب رئوي فيروسي لدى الأشخاص الذين يعانون من انخفاض وظيفة المناعة الطبيعية في أجسامهم، وكبار السن وذوي الأمراض المزمنة ومن يعانون من صعوبة في التنفس. وتشتد حدة المرض لدى شخص واحد تقريبا من كل ٦ اشخاص يصابون بعدوى كوفيد-١٩ (اللجنة الوطنية الصينية للصحة ومكتب الادارة الوطنية للطب الصيني، ٢٠٢٠، ٣٥؛ مركز مكافحة الفيروسات والأوبئة بجيانغسو، ٢٠٢٠، ١-٣؛ فينج هوي، ٢٠١٩، ١١؛ Lee et al., 2020)

إن الوباء يوصف من خلال التحديد النوعي الواضح للفترة الزمنية والإقليم الجغرافي والجماعات المحلية التي تحدث لديها الحالات (بيغلهور وآخرون، ١٩٩٧، ١١٩). وبذلك فإن وباء فيروس كورونا المستجد قد وصل إلى حد الجائحة التي تفشت في جميع أنحاء العالم بلا استثناء ولم يتم التوصل إلى تحديد دقيق لأسبابها وكيفية علاجها. وتشير كروفورد (٢٠١٤، ٤٨) إلى أن الفيروسات الجديدة التي تظهر وتنتشر في مجتمع غافل تُحدث وباءً وتعرّفه بأنه عدوي تحدث من معدل تكرار وتعرض أعلى من المعتاد، وقد تتفاقم متحولة إلى جائحة إذا انتشرت في عدة قارات في آن واحد وتتوقف الأنماط المختلفة للأمراض المعدية التي تتفشى حديثا على عدد من العوامل الفيروسية من بينها فترة حضانتها وطريقة الانتشار وعدة عوامل سلوكية مهمة تتعلق بالعائل نفسه كالظروف المعيشية والنزوح للسفر ومدى نجاح أية إجراءات وقائية.

وتوجد خمس طرق مختلفة لانتقال العدوى مثل التلامس سواء بالاتصال المباشر بين سطح جسم شخص مصاب بالفيروس مع سطح جسم آخر عرضة للإصابة بهذا المرض أو بالاتصال غير المباشر من خلال تلامس الشخص مع مادة ملوثة بالأجهزة والمعدات أو الأيدي الملوثة. وقد ينتقل الفيروس عن طريق قطرات الرذاذ أثناء السعال أو العطس أو التحدث، ويتميز الرذاذ بالكثافة التي لا تسمح له بأن يستمر معلقا في الهواء؛ مما يعني أن ارتداء الكمامة يمنع انتقال الفيروسات بهذه الطريقة. كما ينتقل الفيروس عن طريق الهواء؛ لذا يجب الاستعانة بأساليب التهوية الجيدة لمنع انتقال الفيروس، كما ينتقل الفيروس من خلال ناقل وسيط كالطعام أو الدم أو الماء أو الأدوات الملوثة أو من خلال العائل الوسيط كالحشرات والحيوانات (وزارة الصحة والسكان، ٢٠٠٥، ٧-٨).

ولمواجهة جائحة فيروس كورونا المستجد فقد بادرت وزارة الصحة الصينية في ٢٦ يناير ٢٠٢٠ على الفور بتشغيل خطوط ساخنة للإرشاد النفسي وتقديم خدمات الصحة النفسية للمواطنين، وأكدت آنذاك أن الشعب الصيني جراء هذا الوباء سوف يعيش على الكثير من الضغوط النفسية وسوف يخبرون بقوة مشاعر القلق والتوتر والاكتئاب وأنماط مختلفة من المشكلات النفسية التي تحتاج الى خدمات الدعم النفسي الفوري (COVID-19 Resource Centre, 2020).

وقد أوصت منظمة الأمم المتحدة للسكان ٢٠٢٠ أنه يجب تقديم الرعاية والوسائل الداعمة لتعزيز سلامة الأشخاص كما يجب العناية بالفئات المتباينة للمجتمع، ومدى استجابتهم لفيروس كورونا المستجد، كما يجب مراعاة اختلاف استجابات الأفراد للحجر الصحي خاصة النساء. كما يجب الاهتمام بتوضيح البيانات حول حالات العنف أثناء فترات الحجر الصحي، وإعطاء الأولوية للنساء في مشاركتهن في صنع القرارات حول كيفية الاستعداد، وطرق الاستجابة لتفشي المرض؛ خاصة وأنهن يُمثّلن ٧٠ % من جملة العاملين بالقطاع الصحي والاجتماعي على مستوى العالم وهن الأكثر احتمالا للإصابة بالعدوى.

وقد ذكرت منظمة الصحة العالمية ٢٠٢٠ أنه من الطبيعي الشعور بالحزن أو القلق أو الارتباك أو الخوف أو الغضب أثناء الأزمات؛ لذا فعلى من يشعرون بذلك أثناء أزمة فيروس كورونا المستجد أن يتحدثون مع الأشخاص المقربين للتخفيف من هذه المشاعر، والتواصل مع المحيطين، واتباع أسلوب حياة صحية والنوم الجيد والتمارين الرياضية، لتقوية الجهاز المناعي، وعدم تصديق الشائعات والمحافظة على روح إيجابية، والتواصل عبر البريد الإلكتروني والهاتف في حالة الحجر المنزلي، كما يجب الامتناع عن التدخين وتعاطي المشروبات الكحولية أو المخدرات وعدم استخدامها كوسيلة للتغلب على المشاعر السلبية، وتعاطي المضادات الحيوية، واستخدام الكمادات لمرات متعددة، والتحدث إلى أحد المرشدين الصحيين والنفسيين عندما تكون المشاعر يصعب التحكم فيها، والبحث عن الحقائق التي تحدد الخطر بدقة لاتخاذ الاحتياطات المعقولة، والبحث عن مصادر موثوقة، أيضا استخدام المهارات الذاتية التي ساعدت في الماضي على إدارة الأزمات واستخدامها في إدارة المشاعر أثناء هذه الأوقات العصيبة المرتبطة بالجائحة.

ومن خلال ما سبق عما دُكر عن القلق وما نتج عن انتشار جائحة فيروس كورونا المستجد من تأثيرات نفسية واجتماعية واقتصادية يومية؛ فالدراسة الحالية بصدد دراسة حالة القلق التي سببتها هذه الجائحة ودراستها لدى معلمين مرحلة التعليم الأساسي. وقد عرّف Lee et al., 2020, 1 قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد بأنه رد فعل الأشخاص المتأثرين بشكل خاص بالخوف وعدم اليقين بشأن جائحة فيروس كورونا المستجد وتتمثل في الخوف والقلق من الأفكار والمعلومات المتعلقة بتلك الجائحة. كما يعرفه Bayanfar, 2020, 114 بأنه حالة نفسية تتمثل في القلق والتوتر عند التعامل مع الأفراد المحيطين خوفاً من العدوى بفيروس كورونا المستجد.

سابعاً: دراسات سابقة:

أ. دراسات تناولت المناعة النفسية

فحصت Bona, 2014 مكونات الجهاز المناعي النفسي لدى عينة من الرياضيين المتقدمين بلغ عددهم ٦٧ فردا تتراوح أعمارهم ما بين ١٤ - ٢٤ عاما ومن مستويات تنافسية مختلفة. وإذ أن الرياضيين يعيشون ضغوطا جسدية ونفسية كبيرة وفي بيئة تنافسية؛ فقد تم افتراض أن التكيف مع هذه المتغيرات هو عامل أساسي في حياة أي رياضي ويؤثر على أدائه ورضاه. وفي نموذج متعدد الأبعاد للنظام المناعي النفسي (١٦ بعد) للمرونة الشخصية توفر مناعة ضد الإجهاد تم فحص نتائج الدراسة بعد تطبيق مقياس المناعة النفسي بالمقارنة مع مجموعة أخرى من الأفراد العاديين. وقد أظهرت النتائج أن عينة الرياضيين سجلت مستويات عالية من مفهوم الذات الإبداعي والقدرة على التعبئة الاجتماعية والتنفيذ الخلاق بينما

أظهرت عينة الرياضيين مستويات أقل من الشعور بالنمو الذاتي، والتزامن والتوجه نحو الهدف والضبط الانفعالي ونظام التنظيم الذاتي الفرعي.

وهدفت دراسة مسحل ٢٠١٨ إلى تعرّف العلاقة بين المناعة النفسية وكل من الكفاءة المهنية والضغوط المهنية لدى العاملين بالجهاز الإداري بالدولة الذين بلغ عددهم (٢٠٣) فردًا تتراوح أعمارهم ما بين (٣٠ - ٤٠) سنة. وقد استخدمت الباحثة مقياس المناعة النفسية والكفاءة المهنية والضغوط المهنية. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين المناعة النفسية والكفاءة المهنية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائية بين المناعة النفسية والضغوط المهنية لدى عينة الدراسة. كما وجدت فروق في المناعة النفسية وفقًا للنوع لصالح الذكور، ووفقًا لنوع العمل لصالح العمل الفني. وقد أسهم متغير الكفاءة المهنية والضغوط المهنية بـ ٥٨,٥% في التباين الكلي للمناعة النفسية.

كما هدفت دراسة علي ٢٠١٩ إلى الكشف عن وجود ارتباط بين عوامل الصمود الأسري المدركة والمناعة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم؛ بلغ عددهم ٤٠٥ أمًا طبقت عليهن مقياس المناعة النفسية إعداد Bona, 2014، وتعريب الباحثة، ومقياس عوامل الصمود الأسري إعداد Chew & Haase, 2016، وتعريب الباحثة. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط موجب بين المناعة النفسية وعوامل الصمود الأسري المدركة لدى عينة الدراسة، ووجود فروق دالة إحصائية في المناعة النفسية وفقًا للمستوى التعليمي للأمم لصالح الأمهات ذوات المستوى التعليمي العالي، ووفقًا للعمر الزمني للأمم لصالح الأمهات الأصغر سنًا (من ٢٣: ٢٩ عامًا). كما وجدت فروق دالة إحصائية على مقياس عوامل الصمود الأسري ترجع لكل من العمر الزمني والمستوى التعليمي للأمم كما أمكن التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال عوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم.

ودرست فتحي ٢٠١٩ العلاقات بين الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف والمناعة النفسية وأبعادها لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين دراسيا بلغ عددهم ١٥٢ طالب وطالبة. وكانت أدوات الدراسة هي مقياس المناعة النفسية؛ إعداد الباحثة، ومقياس الكفاءة الذاتية المدركة؛ تعديل الباحثة، ومقياس حل المشكلات؛ إعداد نزيه، ١٩٩٨، ومقياس توجه الهدف؛ تأليف إليوت وماكريجور، وترجمة الباحثة. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى تكون المناعة النفسية من (١٠) أبعاد، وقد وجد مستوى مرتفع من المناعة النفسية لدى المتفوقين دراسيا من طلاب الجامعة، كما وجدت علاقة إيجابية بين المناعة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات، والتوجه نحو الهدف. كما أظهرت النتائج وجود فروق في المناعة النفسية وفقًا لمتغير النوع لصالح الذكور، في حين لم توجد فروق تعزي إلى التخصص. كما أمكن التنبؤ بالمناعة النفسية لدى عينة الدراسة من خلال المتغيرات الثلاثة للدراسة.

ب. دراسات تناولت تسامي الذات

هدفت دراسة Hong, 2008 إلى الكشف عن نموذج العلاقات بين تسامي الذات ومعنى الحياة وبين الضغوط الدراسية والهناء النفسي لدى طلبة الجامعات في الصين بلغ عددهم ٧٨٨ طالب أو طالبة. وقد قام أفراد العينة بملء مقياس لكل من الضغوط الدراسية والهناء النفسي وتسامي الذات. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن تسامي الذات له دور معدّل بشكل جزئي بين الضغوط الدراسية والهناء النفسي لدى عينة

الدراسة. كما فحصت دراسة محمد هيبه ٢٠١٤ بنية مقياس تسامي الذات من خلال مقياس Reed, 1989 لدي عينة من ١٨١ طالبًا من طلاب كلية التربية جامعة عين شمس. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود بعدين لتسامي الذات هما؛ البعد الشخصي والبعد الاجتماعي كما لم توجد فروق دالة إحصائية تعزى إلى النوع ذكورًا وإناثًا في تسامي الذات.

ودرس Levenson, et al., 2005 مفهوم تسامي الذات وقياسه؛ فتسامي الذات يعكس تناقصا في الاعتماد على العوامل الخارجية المحددة للذات، وزيادة في التأمل الداخلي والروحانية، وحس متزايد بوجود ارتباطات بين الماضي والمستقبل. وقد كشفت نتائج دراسة العلاقات بين تسامي الذات وعوامل الشخصية عن العلاقات الدالة بين تسامي الذات وكل من العصابية، والانفتاح على التجربة، والانبساط، والتقبل؛ وهذا يوضح أن تسامي الذات يرتبط بالسمات الإيجابية للشخصية فقط. وأوضحت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن تسامي الذات ارتبط سلبًا بالعصابية، وإيجابًا بممارسة التأمل. وهدفت دراسة العبيدي ٢٠١٦ إلى تعرّف سمو الذات لدى طلاب الجامعة بلغ عددهم ١٦٨ طالب وطالبة. وقد قامت الباحثة بإعداد مقياسًا لسمو الذات. وأوضحت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في سمو الذات تعزى إلى النوع.

وهدفت دراسة Kao, et al., 2017 الكشف عن التنظيم الانفعالي من خلال قمع التعبير. حيث تم دراسة قمع التعبير لدى مجموعتين في مقارنة بينهما لبحث أثر قمع التعبير على تسامي الذات وتوجهات اهتماماتها. وفي نتائج الدراسة فقد كان هناك أثر للقمع يختلف طبقًا لتوجهات الأفراد. وأشارت النتائج أن تأثير القمع يختلف بين الأفراد ذوي توجهات تسامي الذات. وفي كل من المجموعتين المدروستين الأولى والثانية؛ فإن الأفراد ذوي تسامي الذات والذين قُمِعَت انفعالاتهم السلبية في المواقف ذات الصراع البيئشخصي قد أظهروا مستويات منخفضة من انفعالات الغضب ومستويات أعلى من كفاءة العلاقات المدركة مقارنة بالتعبير الانفعالي. وبين الأفراد ذوي توجه الاهتمام نحو الذات والذين تم قمعهم؛ فقد أدى ذلك إلى مستويات أعلى من انفعالات الغضب ومستويات أقل من كفاءة العلاقات المدركة للتعبير. وقد فسر الباحثون أن دراسة كلا من المتغيرين لدى المجموعتين المختلفتين يسלט الضوء على دور التوجه البيئشخصي في تعديل أثر القمع على الرفاهية النفسية.

كما هدفت دراسة الذهبي والسلماني ٢٠١٨ إلى الكشف عن نوعية العلاقات بين تسامي الذات والتفكير الناقد لدى طلبة الجامعة الذين بلغ عددهم في عينة الدراسة ٤٠٠ طالب وطالبة؛ طُبّق عليهم مقياس تسامي الذات من إعداد الباحثان، ومقياس التفكير الناقد لـ فاروق عبد السلام وممدوح سليمان. وقد أظهرت نتائج الدراسة تمتع عينة الدراسة بتسامي الذات مع تفوق الذكور في تسامي الذات عن الإناث، كما اتصفت عينة الدراسة بالتفكير الناقد دون وجود فروق تعزى إلى النوع في التفكير الناقد.

وهدفت دراسة منصور ودرويش وشاهين ٢٠١٨ إلى بناء مقياس لتسامي الذات والتحقق من كفاءته السيكومترية لدى عينة من ٧٨٦ طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية الأولى والدراسات العليا. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن تكون تسامي الذات من ١٠ عوامل هي؛ الوعي بالذات، والقدرة على إيجاد المعنى، والعلاقات البيئشخصية، والتعامل مع مواقف مختلفة، والتأمل، والرجاء، والروحانية، والحكمة، والكفايات الزمنية، والقيمية. كما تحققت في المقياس كفاءة الخصائص السيكومترية من صدق وثبات.

وفحصت دراسة Kolahihamed, et al., 2018 العلاقة بين الحكمة وتسامي الذات والاتجاه نحو تعاطي المخدرات لدى عينة من ٣٦١ طالب وطالبة من طلاب جامعة أذربيجان. وباستخدام مقياس

الحكمة ثلاثي الأبعاد D-WS3 ومقياس التسامي ASTI واستبيان الاتجاه نحو استخدام المخدرات؛ أظهرت النتائج أن الحكمة والتسامي يمكنهما تفسير تباين الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات، لذا فقد أوصى الباحثون برعاية وتعزيز التسامي والحكمة لدى الطلاب لتعديل اتجاهاتهم نحو تعاطي المخدرات.

ج.دراسات تناولت قلق العدوى:

هدفت دراسة الفقي وأبو الفتوح ٢٠٢٠ إلى تعرف طبيعة بعض المشكلات النفسية (الوحدة النفسية والاكتئاب والكر النفسي والوساوس القهرية والضجر واضطرابات الأكل واضطرابات النوم والمخاوف الاجتماعية) المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد كوفيد-١٩ لدى عينة بلغت ٧٤٦ من طلاب الجامعات المصرية الحكومية والأهلية. وللوصول الى نتائج البحث تم استخدام مقياس المشكلات النفسية لدي طلاب الجامعة، واعتمد الباحثون على المنهج الوصفي التحليلي. وتوصلت النتائج إلى أن الضجر من أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة في التوقيت الحالي، كما يعاني طلاب الجامعة بدرجة متوسطة من المشكلات النفسية الأخرى، كما توصل البحث إلى وجود فرق دال إحصائياً في المشكلات النفسية يعزى لمتغيري النوع والعمر الزمني، في حين لا يوجد فرق دال إحصائياً يعزى لمتغير البيئة.

كما هدفت دراسة على (٢٠٢٠) إلى تعرف العلاقات بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد كوفيد-١٩ والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة بلغ عددهن (١٠٠) امرأة عاملة تتراوح أعمارهن ما بين ٣٠ و ٥٠ عاماً، ولا يعانون من أمراض مزمنة. واشتملت أدوات الدراسة مقياس الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا ومقياس الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة؛ من إعداد الباحثة. وقد توصلت نتائج الدراسة الى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة، كما لم توجد فروق دالة إحصائياً في درجة الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا تعزى لمتغيري السن أو المستوى التعليمي. في حين أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً في درجة الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، كما لم تتضح فروق دالة إحصائياً في الاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة تعزى لمتغيرات السن والحالة الاجتماعية والمستوى التعليمي.

بينما درس أبو بكر ٢٠٢٠ طبيعة العلاقة الارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وقلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد على عينة قومها ٣٨٨ من الشباب الجامعي بجامعة المنيا. واستخدم الباحث قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية من إعداد Costa & McCrea, 1992؛ ترجمة الأنصاري ١٩٩٧، ومقياس قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد من إعداد الباحث. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن عامل يقظة الضمير هو العامل الأكثر انتشاراً من بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدي الشباب الجامعي، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين عامل العصابية وقلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد، بينما لم توجد علاقة ارتباطية بين باقي العوامل وقلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد، كما وجدت فروق دالة إحصائياً بين النوعين ذكورا وإناثا في قلق الإصابة بفيروس كورونا لصالح الإناث، بينما لم توجد فروق بين ساكني الريف وساكني المدينة على مقياس قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد. وقد اسهم عامل العصابية اسهاماً دالاً في التنبؤ بقلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد لدي الشباب الجامعي.

كما درست الوهابية والشهابي والشبيبية ٢٠٢٠ أثر مستوى القلق النفسي لجائحة فيروس كورونا لدي الأسر العمانية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية. وتكونت عينة الدراسة من ٢١٠٧ مشاركاً للمرحلة العمرية بين ٢١ : ٤٠ عاماً. وأسفرت النتائج أن مستوى القلق جاء بدرجة متوسطة لدى عينة الدراسة ويبدو ذلك أنه بسبب عدم وجود الأمان الوظيفي بالدرجة الأولى، وكانت الإناث أكثر قلقاً من الذكور، وكان الأفراد الأكبر عمراً من ٤٠ عاماً، وذوي المستويات العليا التعليمية، والعاملون بوظائف دائمة ثابتة هم الأقل قلقاً.

د. تعقيب على الدراسات السابقة لمتغيرات الدراسة:

يتضح من الدراسات السابقة التي تناولت المناعة النفسية أن عينة الرياضيين سجلت مستويات عالية من المناعة النفسية بأبعادها؛ مفهوم الذات الإبداعي والقدرة على التعبئة الاجتماعية والتنفيذ الخلاق، ومستويات أقل من الشعور بالنمو الذاتي، والتزامن والتوجه نحو الهدف والضبط الانفعالي ونظام التنظيم الذاتي الفرعي إذ كان النظام المناعي النفسي يتكون من ثلاثة أنظمة فرعية تحوي ١٦ بعداً للمناعة النفسية في دراسة Bona, 2014. وقد كانت علاقة المناعة النفسية بالكفاءة المهنية موجبة في حين كانت علاقتها بالضغوط المهنية سالبة في دراسة مسحل ٢٠١٨. كما ارتبطت المناعة النفسية بعوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم في دراسة علي ٢٠١٩. وكانت العلاقة إيجابية بين المناعة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات، والتوجه نحو الهدف لدى المتفوقين دراسياً من طلاب الجامعة في دراسة فتحي ٢٠١٩. وعن الفروق في المناعة النفسية؛ فقد وجدت فروق لصالح نوع العمل في دراسة مسحل ٢٠١٨، ولصالح المستوى التعليم العالي، والعمر الزمني الأصغر سناً في دراسة علي ٢٠١٩، ولم توجد فروق تعزى إلى التخصص الأكاديمي في دراسة فتحي ٢٠١٩. كما وجدت فروق بين النوعين لصالح الذكور في المناعة النفسية في دراسة كل من مسحل ٢٠١٨، فتحي ٢٠١٩.

ومن خلال ما توصلت إليه الدراسات التي تناولت تسامي الذات أنه يتكون من ١٠ عوامل هي؛ الوعي بالذات، والقدرة على إيجاد المعنى، والعلاقات البيئشخصية، والتعامل مع مواقف مختلفة، والتأمل، والرجاء، والروحانية، والحكمة، والكفايات الزمنية، والقيمية في دراسة منصور ودرويش وشاهين ٢٠١٨. كما أن تسامي الذات له دور معدّل بشكل جزئي بين الضغوط الدراسية والهناء النفسي في دراسة Hong, 2008، كما يُعدّل من أثر القمع على الرفاهية النفسية في دراسة Kao, et al., 2017، ويمكنه تفسير تباين الاتجاهات نحو تعاطي المخدرات في دراسة Kolahihamed, et al., 2018. كما أنه يرتبط بالسماوات الإيجابية للشخصية فقط فقد ارتبط سلبيًا بالعصابية، وإيجابياً بممارسة التأمل في دراسة Levenson, et al., 2005. وعن الفروق بين النوعين في تسامي الذات فقد أظهرت نتائج دراسة كل من هيبه ٢٠١٤، والعبدي ٢٠١٦ عدم وجود فروق بين النوعين في تسامي الذات، بينما أظهرت نتائج دراسة الذهبي والسلماني ٢٠١٨ تفوق الذكور عن الإناث في تسامي الذات.

كما أظهرت نتائج الدراسات السابقة التي تناولت المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا أن الضجر من أكثر المشكلات النفسية التي يعاني منها طلاب الجامعة. كما وجدت فروق في هذه المشكلات النفسية تعزى لمتغيري النوع والعمر الزمني ولم تعزى لصالح البيئة في دراسة الفقي وأبو الفتوح ٢٠٢٠. ولم توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة. في دراسة علي (٢٠٢٠). كما وجدت

علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين عامل العصابية وقلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد في دراسة أبو بكر ٢٠٢٠. ولم توجد فروق في المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا تعزى لمتغيري النوع والعمر الزمني ولم تعزى لصالح البيئة في دراسة الفقي وأبو الفتوح ٢٠٢٠. كما لم توجد فروق دالة إحصائياً في الضغوط النفسية المرتبطة بجائحة فيروس كورونا المستجد تعزى لمتغيري السن أو المستوى التعليمي، بينما وجدت فروق تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية في دراسة على (٢٠٢٠). كما لم توجد فروق تعزى إلى البيئة في قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد في دراسة أبو بكر ٢٠٢٠. وعن الفروق بين النوعين؛ فقد وجدت فروق دالة إحصائياً لصالح الإناث في قلق الإصابة بفيروس كورونا المستجد في دراسة كل من الوهابية والشهابية والشبيبية ٢٠٢٠، وأبو بكر ٢٠٢٠.

ثامناً: فروض الدراسة: على ضوء ما تم عرضه من أطر نظرية ودراسات سابقة حول متغيرات الدراسة الحالية يمكن صياغة فروض الدراسة كما يلي:

- أ. يمثل المستوى المتوسط للمناعة النفسية غالبية عينة معلمي التعليم الأساسي.
- ب. لا يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغيرات النوع، والعمر، والإصابة بفيروس كورونا المستجد، والتفاعل بينهم على درجة المناعة النفسية لدى عينة الدراسة.
- ج. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية وكل من تسامى الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد لدى معلمي مرحلة التعليم الأساسي.
- د. يسهم كل من تسامى الذات وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد في تفسير تباين المناعة النفسية لدى عينة الدراسة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي.

تاسعاً: عينة الدراسة:

١. عينة الدراسة الاستطلاعية: وتكونت من (١١٢) معلماً ومعلمة من مدارس مرحلة التعليم الأساسي بمحافظة المنيا، تراوحت أعمارهم بين (٣٠: ٥٢) عاماً، وذلك بمتوسط عمري قدره (٤٠,٤٩) عاماً، وانحراف معياري قدره $(\pm 6,84)$ ، وذلك للتأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة الحالية.
٢. عينة الدراسة الأساسية: تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٩٣) معلماً ومعلمة من مدارس مرحلة التعليم الأساسي بمدينة المنيا، تراوحت أعمارهم بين (٢٩: ٤٩) عاماً، وذلك بمتوسط عمري قدره (٤١,٠٤) عاماً، وانحراف معياري قدره $(\pm 5,04)$.

عاشراً: أدوات الدراسة:

أ. مقياس المناعة النفسية: (إعداد الباحثة ٢٠٢١)

قامت الباحثة بإعداد المقياس وصاغته في (٣٠) مفردة، ليتم الاستجابة عليها في هيئة أربعة بدائل هي؛ تنطبق عليّ تماماً، تنطبق عليّ تقريباً، تصفني إلى حد ما، لا تمثلني إطلاقاً، وتأخذ الدرجات من (٤: ١) طبقاً لتدرج ليكرت. وقد قامت الباحثة بإعداد المقياس بناءً على ما اطلعت عليه من أطر النظرية ودراسات السابقة تناولت المناعة النفسية، وراجعت عددًا من المقاييس التي هدفت لقياس المناعة النفسية لدى فئات مختلفة ثم صاغت الباحثة مصطلحاً للمناعة النفسية، استخرجت من خلاله عددًا من المفردات الدالة على المناعة النفسية.

* الخصائص السيكومترية للمقياس:

١. صدق المحكمين: كمعيار لصدق المحتوى؛ قامت الباحثة بعرض المقياس على (٣) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بكلية التربية؛ جامعة المنيا، قبل البدء في تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية؛ لأخذ آرائهم على مقياس المناعة النفسية من حيث الصياغة ومدى السلامة اللغوية للمفردات ومناسبتها للفئة المستهدفة. وعلى ضوء التعديلات التي أوصى بها السادة المحكمون تم إعداد الصورة الأولية للمقياس بالإبقاء على جميع المفردات؛ حيث بلغت نسبة الاتفاق عليها (١٠٠%)، مع تعديل صياغة بعضها حتى تكون واضحة وصادقة لما وضعت لقياسه.

٢. الصدق العاملي الاستكشافي: نظراً لاختلاف نتائج الدراسات السابقة فيما أعدته من مقاييس للمناعة النفسية وما تشتمل عليه من أبعاد، واختلاف الفئات المستهدفة التي صُمم من أجلها المقياس؛ فقد أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي بالتدوير المتعامد Varimax Rotation لمفردات المقياس للتأكد من صدقه وتشبع مفرداته على عوامل من الدرجة الثانية (أبعاد). كما وضعت الباحثة محكات للتحليل العاملي الاستكشافي لمقياس المناعة النفسية في هذه الدراسة وهي؛ استخراج العوامل بطريقة المكونات الأساسية Principal Component ، ومحك كايزر ماير Kaiser – Mayer Olkin (KMO) لتحديد مدى صلاحية البيانات واستخراج العوامل، واعتبار محك جيلفورد للتشبع (٠,٣٠) فأكثر لضمان نقاء تشبع المفردات على عواملها، والإبقاء على العامل الذي تشبع عليه ثلاث مفردات فأكثر. وقد أوضحت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أن القيمة المطلقة لمحدد مصفوفة الارتباطات أكبر من (٠,٠٠٠٠١)، وبلغ مقياس كفاية العينة Measures of Sampling Adequacy (MSA) قيمة (٠,٨٧)؛ ما يدل على أن اختبار كايزر كان جيداً، وكان اختبار برتليت Bartlet's test of Sphericity دالاً إحصائياً عند مستوى (٠,٠١). كما أسفرت النتائج عن تشبع المكونات الفرعية للمقياس على ثلاث عوامل يفسرون نسبة (٥٣,٦٤) من التباين الكلي للعينة الكلية؛ حيث كانت نسب التباين المفسر لكل عامل هي على التوالي: (٢٤,٢٣)، (٢٢,٤٥)، (٦,٧٧)، وبلغت الجذور الكامنة للعوامل الثلاثة على التوالي: (٥,٣٢)، (٣,٣٤)، (١,٢٧). ويوضح جدول (١) التالي نتائج تشبعات مفردات المقياس على العوامل المستخرجة.

جدول (١) تشبعات مفردات مقياس المناعة النفسية بالعوامل ونسب شيوعها (ن=١١٢)

العامل الأول	رقم المفردة	٦	٧	٨	١٢	١٣	١٥	١٩	٢٠	٢٣
التشبعات	نسب الشيوع	٠,٥٤	٠,٤٣	٠,٤٩	٠,٦٢	٠,٥٨	٠,٤٧	٠,٤٠	٠,٥٥	٠,٤٧
	التشبعات	٠,٧٦	٠,٦١	٠,٦٨	٠,٨٤	٠,٧٦	٠,٦٣	٠,٦٣	٠,٧٢	٠,٦٩
العامل الثاني	رقم المفردة	٣	٥	٩	١١	٢٩	٣٠			
	نسب الشيوع	٠,٤٨	٠,٤٣	٠,٤٧	٠,٦١	٠,٥٤	٠,٥٢			
التشبعات	نسب الشيوع	٠,٦٣	٠,٦٤	٠,٦٣	٠,٨١	٠,٧٩	٠,٧٤			
	التشبعات	٠,٦٣	٠,٦٩	٠,٥٦	٠,٧١	٠,٧١	٠,٦٢			
العامل الثالث	رقم المفردة	٢	٤	١٠	١٤	٢١	٢٢			
	نسب الشيوع	٠,٦٣	٠,٤٢	٠,٣٨	٠,٥٠	٠,٥٨	٠,٤٥			
التشبعات	نسب الشيوع	٠,٨٥	٠,٦٩	٠,٥٦	٠,٧١	٠,٧١	٠,٦٢			
	التشبعات	٠,٦٣	٠,٤٢	٠,٣٨	٠,٥٠	٠,٥٨	٠,٤٥			

يُلاحظ من خلال جدول (١) أن مفردات المقياس قد تشبعت على ثلاث عوامل من الدرجة الثانية. حيث تشبعت (٩) مفردات على العامل الأول، و(٦) مفردات على العامل الثاني، و(٦) مفردات على العامل الثالث. كما يُلاحظ من خلال النتائج الموضحة بجدول (١) عدم تشبع المفردات (١، ١٦، ١٧، ١٨، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨) على أي من العوامل إذ لم يتعدَّ معامل ارتباطها (٠,٣٠). ومن خلال ما تضمنته مفردات كل عامل من عوامل المناعة النفسية من معنى فقد اقترحت الباحثة تسمية العامل الأول بـ (القناعة الشخصية)، وتسمية العامل الثاني بـ (التركيز على الانجاز)، وتسمية العامل الثالث بـ (التواصل الجيد).

٣. مؤشر الاتساق الداخلي: فقد اعتبرته الباحثة دلالة على الصدق البنائي لمقياس المناعة النفسية بإيجاد معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس وبين كل من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية.

جدول (٢) معاملات ارتباط مفردات مقياس المناعة النفسية بالبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس
ن=١١٢

م	القناعة الشخصية	المناعة النفسية	م	التركيز على الانجاز	المناعة النفسية	م	التواصل الجيد	المناعة النفسية
٦	٠,٦٢	٠,٥٦	٣	٠,٥٨	٠,٥١	٢	٠,٨٦	٠,٥٨
٧	٠,٥٨	٠,٥٥	٥	٠,٥٤	٠,٤٦	٤	٠,٧٢	٠,٥٨
٨	٠,٦٣	٠,٥٢	٩	٠,٦٢	٠,٥٦	١٠	٠,٦١	٠,٤٨
١٢	٠,٦١	٠,٤٤	١١	٠,٨١	٠,٥٤	١٤	٠,٨١	٠,٥٩
١٣	٠,٧٢	٠,٤٨	٢٩	٠,٧٠	٠,٥٣	٢١	٠,٧١	٠,٤٦
١٥	٠,٦٣	٠,٥٣	٣٠	٠,٦١	٠,٥١	٢٢	٠,٦٢	٠,٤٦
١٩	٠,٦٠	٠,٤٩						
٢٠	٠,٥٩	٠,٤٩						
٢٣	٠,٥٨	٠,٤٥						

ومن خلال النتائج الموضحة في جدول (٢) السابق فقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية له؛ التي بلغت (٠,٨٩، ٠,٨٧، ٠,٨١) على التوالي.

٣. ثبات المقياس: لاختبار ثبات المقياس؛ قامت الباحثة باستخدام طريقتي معادلة ألفا - كرونباخ، والتجزئة النصفية لكل من المقياس وأبعاده في صورته النهائية (٢١ مفردة). وقد كانت معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس المناعة النفسية؛ القناعة الشخصية، التركيز على الانجاز، والتواصل الجيد هي على التوالي: (٠,٨٦، ٠,٨١، ٠,٨٢)، وللمقياس كله (٠,٨٤). بينما كانت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس المناعة النفسية هي على التوالي: (٠,٧٩، ٠,٧٨، ٠,٨٠)، وللمقياس كله (٠,٧٩). وبذلك يتضح ارتفاع قيم معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للمقياس وأبعاده. ومن خلال التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية وأبعاده من صدق وثبات؛ يتضح أن المقياس يتمتع بقدر كبير من الصدق والثبات ما يؤهله للاستخدام في الدراسة الحالية.

ب. مقياس تسامي الذات : (إعداد الباحثة ٢٠٢١)

بعد الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة وبعض المقاييس -التي توصلت إليها الباحثة- والتي تناولت تسامي الذات فقد قامت الباحثة بصياغة مصطلح تسامي الذات ثم صياغة عدد من المفردات تشكّل مقياس تسامي الذات على ضوء هذا المصطلح؛ والذي تكون من (٢٠) مفردة. ويتم الاستجابة على هذه المفردات في هيئة أربعة بدائل تتراوح بين (دائماً: أبداً) وتأخذ الدرجات من (٤ : ١) طبقاً لتدرج ليكرت.

* الخصائص السيكومترية للمقياس:

١. **صدق المحكمين:** قامت الباحثة بأخذ آراء (٣) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بكلية التربية؛ جامعة المنيا على مقياس تسامي الذات من حيث المصطلح وصياغة المفردات وسلامتها اللغوية ومناسبتها للفئة المستهدفة. وعلى ضوء التعديلات التي أوصى بها السادة المحكمون تم إعداد الصورة الأولية لمقياس تسامي الذات والإبقاء على جميع المفردات، مع الأخذ بتعديل صياغة بعضها.

٢. **الصدق العاملي الاستكشافي:** أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي بالتدوير المتعامد لمفردات المقياس للتأكد من صدقه وتشبع مفرداته على عوامل من الدرجة الثانية. وقد اتخذت الباحثة نفس محكات استخراج العوامل لمقياس تسامي الذات التي سبق واعتبرتها محكات للصدق العاملي الاستكشافي لمقياس المناعة النفسية. وبعد تطبيق المقياس على عينة من (١١٠) معلماً من معلمي مرحلة التعليم الأساسي؛ فقد أوضحت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس تسامي الذات أن القيمة المطلقة لمحدد مصفوفة الارتباطات أكبر من (٠,٠٠٠٠١)، وكان مقياس كفاية العينة (MSA) قيمته (٠,٨٩)؛ ما يدل على أن اختبار كايزر كان جيداً، وكان اختبار برتليت دالاً إحصائياً عند مستوى (٠,٠١). كما أسفرت النتائج عن تشبع المكونات الفرعية للمقياس على ثلاث عوامل يفسرون نسبة (٤٤,٣٢) من التباين الكلي للعينة الكلية؛ حيث كانت نسب التباين المفسر لكل عامل هي على التوالي: (١٦,٢٦)، (١٤,٢٩)، (١٢,٧٧)، وبلغت الجذور الكامنة للعوامل الثلاثة على التوالي: (٤,٠٢)، (٣,٣٦)، (٣,٠٣). ويوضح جدول (٣) التالي نتائج تشبعات مفردات مقياس تسامي الذات على العوامل المستخرجة.

جدول (٣) تشبعات مفردات مقياس تسامي الذات بالعوامل ونسب شيوعها (ن=١١٠)

العامل الأول	رقم المفردة	١	٢	٣	١٣	١٧	٢٠
التشبعات نسب الشيوع	التشبعات	٠,٦٨	٠,٥٨	٠,٧٢	٠,٦٧	٠,٥٧	٠,٧٥
	نسب الشيوع	٠,٤٩	٠,٣٦	٠,٥٦	٠,٤١	٠,٣٠	٠,٥٣
العامل الثاني	رقم المفردة	٦	٨	٩	١٤	١٨	
	التشبعات	٠,٨١	٠,٧٢	٠,٧٨	٠,٥٧	٠,٥٧	
التشبعات نسب الشيوع	التشبعات	٠,٦٣	٠,٥٠	٠,٥٢	٠,٣٥	٠,٣٧	
	نسب الشيوع	٠,٧٧	٠,٨٠	٠,٥٧	٠,٨٥	٠,٧٢	
العامل الثالث	رقم المفردة	٤	٥	١٠	١١	١٢	
	التشبعات	٠,٧٧	٠,٨٠	٠,٥٧	٠,٨٥	٠,٧٢	
التشبعات نسب الشيوع	التشبعات	٠,٥٢	٠,٦٧	٠,٣٧	٠,٦٤	٠,٥٤	
	نسب الشيوع	٠,٥٢	٠,٦٧	٠,٣٧	٠,٦٤	٠,٥٤	

يُلاحظ من خلال جدول (٣) أن مفردات المقياس قد تشبعت على ثلاث عوامل من الدرجة الثانية. حيث تشبعت (٦) مفردات على العامل الأول، و(٥) مفردات على العامل الثاني، و(٥) مفردات على العامل الثالث، ولم تتشعب (٤) مفردات على أي من العوامل الثلاثة فلم يتعد معامل ارتباطها (٠,٣٠)؛ وهي المفردات أرقام (٧، ١٥، ١٦، ١٩). ومن خلال ما تتضمنه مفردات كل عامل من معنى فقد اقترحت الباحثة تسمية العامل الأول بـ "البصيرة" والعامل الثاني بـ "المتعة الحقيقية" والعامل الثالث بـ "التضحية".

٤. الاتساق الداخلي: لإيجاد الصدق البنائي لمقياس تسامي الذات قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين مكونات المقياس كما هو موضح بجدول (٤) التالي.

جدول (٤) معاملات ارتباط مفردات مقياس تسامي الذات بالبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس ن=١١٠

م	البصيرة	تسامي الذات	م	المتعة الحقيقية	تسامي الذات	م	التضحية	تسامي الذات
١	٠,٦٨	٠,٥٩	٦	٠,٨١	٠,٥١	٤	٠,٧٠	٠,٦٠
٢	٠,٨٢	٠,٤٩	٨	٠,٧٠	٠,٤٩	٥	٠,٦٦	٠,٤٨
٣	٠,٧٢	٠,٥٨	٩	٠,٧٣	٠,٥٩	١٠	٠,٧٦	٠,٥٥
١٣	٠,٥٩	٠,٥٩	١٤	٠,٧٩	٠,٦٤	١١	٠,٨٠	٠,٤٩
١٧	٠,٦٥	٠,٥٢	١٨	٠,٧٧	٠,٦١	١٢	٠,٧٩	٠,٥١
٢٠	٠,٦٠	٠,٤٩						

ومن خلال النتائج الموضحة في جدول (٤) السابق فقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس تسامي الذات والدرجة الكلية له؛ والتي بلغت (٠,٨٧، ٠,٨٤، ٠,٨٠) على التوالي.

٤. ثبات المقياس: لاختبار ثبات مقياس تسامي الذات؛ قامت الباحثة باستخدام طريقتي معادلة ألفا - كرونباخ، والتجزئة النصفية لكل من المقياس وأبعاده في صورته النهائية (١٦ مفردة). وقد كانت معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس تسامي الذات؛ البصيرة، والمتعة الحقيقية، والتضحية هي على التوالي: (٠,٨٢، ٠,٨١، ٠,٧٦)، وللمقياس كله (٠,٨٠). بينما كانت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس تسامي الذات هي على التوالي: (٠,٨٢، ٠,٧٩، ٠,٧٣)، وللمقياس كله (٠,٧٦). وبذلك يتضح ارتفاع قيم معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للمقياس وأبعاده. ومن خلال التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس تسامي الذات وأبعاده من صدق وثبات؛ يتضح أن المقياس يتمتع بقدر كبير من الصدق والثبات ما يؤهله للاستخدام في الدراسة الحالية.

ج. مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد: (إعداد الباحثة ٢٠٢١)

نظرًا لحداثة الظاهرة وندرة الدراسات السابقة التي تناولت المشكلات النفسية المتعلقة بانتشار جائحة كورونا؛ فقد قامت الباحثة بتجميع الاستجابات حول سؤال مفتوح طرَحَ على عدد من المعلمين والمعلمات في إحدى الجلسات التدريبية، وكان نصُّه "بماذا تشعر حول تعاملك مع الناس من حولك وممارستك لأنشطتك المعتادة في ظل جائحة فيروس كورونا المستجد". ثم صاغت الباحثة مصطلحًا لقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد من خلال ما اطلعت عليه من من أطر نظرية ودراسات سابقة تناولت القلق كحالة وسمة، والمشكلات النفسية المترتبة على جائحة كورونا، كما اطلعت على مقياس Lee, et

al., 2020 والمكون من (٥) عبارات عن القلق والخوف في ظل جائحة كورونا؛ ومن خلال هذا المصطلح صاغت الباحثة عددا من المفردات للدلالة على قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد والذي تكون من (٢٠) مفردة، وتكون الاستجابة عليها في هيئة خمسة بدائل تتراوح بين (دائما: أبدا) وتأخذ الدرجات من (٥: ١) طبقاً لتدرج ليكرت.

* الخصائص السيكومترية للمقياس:

١. **صدق المحكمين:** عرضت الباحثة مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد على (٣) من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بكلية التربية؛ جامعة المنيا، قبل البدء في تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية لأخذ آرائهم على المقياس؛ حتى تكون المفردات واضحة وصادقة وتقيس ما وضعت لقياسه. ومن خلال توصيات السادة المحكمين وباعتبار نسبة الاتفاق بين المحكمين على مفردات المقياس (١٠٠%)؛ تم إعداد الصورة الأولية للمقياس حيث لم تحذف أية مفردات ولكن تم تعديل صياغة بعضها.

٢. **الصدق العاملي الاستكشافي:** اتبعت الباحثة إجراءات التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد بنفس محكاته وإجراءاته المتبعة في المقياسين السابقين والذين أعدتهما الباحثة أيضا. وقد أوضحت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أن القيمة المطلقة لمحدد مصفوفة الارتباطات أكبر من (٠,٠٠٠٠١)، وبلغ مقياس كفاية العينة (MSA) قيمة (٠,٩١)؛ ما يدل على أن اختبار كايزر كان جيدا، وكان اختبار برنليت دالا إحصائيا عند مستوى (٠,٠١). كما أسفرت النتائج عن تشيع المكونات الفرعية للمقياس على ثلاث عوامل يفسرون نسبة (٤٨,٠٣) من التباين الكلي للعينة الكلية؛ حيث كانت نسب التباين المفسر لكل عامل هي على التوالي: (٢٧,٢٣)، (١١,٩٣)، (٨,٨٦)، وبلغت الجذور الكامنة للعوامل الثلاثة على التوالي: (٧,٧٨)، (٤,٥٠)، (٤,٧٨). ويوضح جدول (٥) التالي نتائج تشيعات مفردات المقياس على العوامل المستخرجة.

جدول (٥) تشيعات مفردات مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد بالعوامل ونسب شيوعها (ن=

(١١٢)

العامل الأول	رقم المفردة	١	٦	١٠	١٦	١٧	١٨	٢٠
التشيعات	نسب	٠,٦٢	٠,٧٣	٠,٧٢	٠,٨٧	٠,٦٧	٠,٧٤	٠,٦٣
	نسب الشيع	٠,٤٩	٠,٥١	٠,٥٦	٠,٦٠	٠,٤٨	٠,٥٤	٠,٤٦
العامل الثاني	رقم المفردة	٣	٧	٨	١٤	١٥		
	التشيعات	٠,٨٦	٠,٧٣	٠,٦٨	٠,٦٩	٠,٨٧		
نسب الشيع	نسب	٠,٦٢	٠,٥٧	٠,٤٩	٠,٤٧	٠,٦٠		
	نسب الشيع	٠,٥٦	٠,٤١	٠,٥٣	٠,٤٤			
العامل الثالث	رقم المفردة	٢	٤	٥	١١			
	التشيعات	٠,٧١	٠,٦٩	٠,٧٢	٠,٦٢			
نسب الشيع	نسب	٠,٥٦	٠,٤١	٠,٥٣	٠,٤٤			
	نسب الشيع	٠,٥٦	٠,٤١	٠,٥٣	٠,٤٤			

يلاحظ من خلال جدول (٥) تشيع (٧) مفردات على العامل الأول، و(٥) مفردات على العامل الثاني، و(٥) مفردات على العامل الثالث، ولم تشيع المفردات (٩، ١٢، ١٣، ١٩) على أي من العوامل فلم يتعد معامل ارتباطها (٠,٣٠). ومن خلال مضمون مفردات العوامل الثلاثة من معنى فقد

اقترحت الباحثة تسمية العامل الأول بـ "الأفكار القهرية"، وتسمية العامل الثاني بـ "اضطراب السلوك"، وتسمية العامل الثالث بـ "الانفعالات السلبية".

٥. الاتساق الداخلي: تم التحقق من الصدق البنائي لمقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد باستخدام مؤشر الاتساق الداخلي كما هو موضح بجدول (٦) التالي.
جدول (٦) معاملات ارتباط مفردات مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد بالبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس $n=110$

م	الأفكار القهرية	قلق العدوى	م	اضطراب السلوك	قلق العدوى	م	الانفعالات السلبية	قلق العدوى
١	٠,٦٤	٠,٥٢	٣	٠,٦٥	٠,٤٩	٢	٠,٦٩	٠,٥٦
٦	٠,٦٢	٠,٤٥	٧	٠,٦٠	٠,٤٩	٤	٠,٧٠	٠,٤٨
١٠	٠,٦٩	٠,٥٦	٨	٠,٥٩	٠,٥٥	٥	٠,٧٩	٠,٤٩
١٦	٠,٨١	٠,٥٧	١٤	٠,٧٩	٠,٦٢	١١	٠,٦٢	٠,٤٧
١٧	٠,٦٤	٠,٥٢	١٥	٠,٨١	٠,٥٣			
١٨	٠,٧٥	٠,٤٩						
٢٠	٠,٦٨	٠,٦٣						

ومن خلال النتائج الموضحة في جدول (٦) السابق فقد كانت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١)، وكذلك معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد والدرجة الكلية له؛ التي بلغت (٠,٩١، ٠,٨٨، ٠,٨٨) على التوالي.

٦. ثبات المقياس: تم استخدام طريقتي معادلة ألفا - كرونباخ، والتجزئة النصفية لكل من المقياس وأبعاده لحساب معاملات ثبات مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد في صورته النهائية. وقد كانت معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد؛ الأفكار القهرية، واضطراب السلوك، والانفعالات السلبية هي على التوالي: (٠,٨٢، ٠,٨٦، ٠,٨٢)، وللمقياس كله (٠,٩٢). بينما كانت معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد مقياس تسامي الذات هي على التوالي: (٠,٨٠، ٠,٧٩، ٠,٨٢)، وللمقياس كله (٠,٨٧). وبذلك يتضح ارتفاع قيم معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية للمقياس وأبعاده. ومن خلال التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد وأبعاده من صدق وثبات؛ يتضح أن المقياس يتمتع بقدر كبير من الصدق والثبات ما يؤهله للاستخدام في الدراسة الحالية.

أحد عشر: إجراءات تطبيق الدراسة:

بعد أن اطّلت الباحثة على الأطر النظرية والأدبيات والدراسات السابقة، وقامت بتصميم وإعداد أدوات الدراسة والتحقق من توفر الخصائص السيكومترية بها والتوصل إلى صورتها النهائية؛ قامت الباحثة بإجراء تطبيق هذه الأدوات على العينة الأساسية. وباستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة على

الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS للتحقق من صحة فروض الدراسة (مثل؛ المتوسطات والانحرافات المعيارية، وتحليل التباين أحادي المصدر، ومعاملات الارتباط، وتحليل الانحدار المتعدد) طبقاً للمنهج الوصفي للدراسة؛ تم مناقشة النتائج، وتفسيرها، وتقديم بعض التوصيات والبحوث المقترحة.

اثنا عشر: نتائج الدراسة ومناقشتها:-

أ. نتائج اختبار صحة الفرض الأول ونصّه " يمثل المستوى المتوسط للمناعة النفسية غالبية عينة معلمي التعليم الأساسي ". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تقسيم درجات العينة على مقياس المناعة النفسية إلى مستويات وفقاً لدرجاتهم والمتوسطات الحسابية لكل مستوى وعدد العينة في كل مستوى كما هو موضح في جدول (٧) التالي.

جدول (٧) توزيع عينة الدراسة وفقاً لمستويات المناعة النفسية (ن=٩٣)

مدى الدرجات	المستوى	متوسط الدرجات	عدد الأفراد	النسبة المئوية لأفراد العينة
٤٢ : ٢٢	منخفض	٣٦,٥٧	٧	٧,٥%
٦٣ : ٤٣	متوسط	٥٥,٩٠	٦١	٦٥,٦%
٨٤ : ٦٤	مرتفع	٧١,١٦	٢٥	٢٦,٩%

يتضح من جدول (٧) السابق أن عينة الدراسة من معلمي التعليم الأساسي قد تمتعت أغليبتها بـ ٦٥,٦% بمستوى متوسط من المناعة النفسية ذكورا وإناثاً من كافة الأعمار، سواءً سبق إصابتهم بفيروس كورونا المستجد أم لم يسبق إصابتهم، ثم كان ٢٦,٩% من عينة الدراسة يتمتعون بمستوى مرتفع من المناعة النفسية، والباقي بمستوى منخفض وعددهم ٧ أفراد من عينة الدراسة ٩٣. وبذلك تتحقق صحة الفرض الأول.

ب. نتائج اختبار صحة الفرض الثاني ونصّه " لا يوجد تأثير دال إحصائياً لمتغيرات النوع، والعمر، والإصابة بفيروس كورونا المستجد، والتفاعل بينهم على درجة المناعة النفسية لدى عينة الدراسة ". ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الأحادي، وجدول (٨) التالي يوضح نتائج اختبار صحة الفرض الثاني.

جدول (٨) الفروق في المناعة النفسية وفقاً للنوع والإصابة/ عدم الإصابة والعمر (ن=٩٣)

المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدالة
النوع	١٣,٠٠	١	١٣,٠٠	٠,١١	غير دالة
الإصابة / عدم الإصابة	٢٠٦,٥٤	١	٢٠٦,٥٤	١,٨٠	غير دالة
العمر	٨,٨٣	٢	٤,٤٢	٠,٠٤	غير دالة
النوع*الإصابة*العمر	١١٩,٩٩	٦	١٩,٩٩	٠,١٨	غير دالة
الخطأ	٩٣٩١,٧٥	٨٢	١١٤,٥٣		
الكلية	٣٢٨٦٦٥,٠٠	٩٣			

يتضح من جدول (٨) السابق أنه لم توجد فروق دالة في المناعة النفسية بين نوعين ذكوراً وإناثاً، وبين الفئات العمرية المختلفة، وبين المجموعتين الذين سبق إصابتهم بفيروس كورونا المستجد أم لم يُصابوا، كما لم توجد فروق بين جميع هذه المجموعات عند تفاعلها في المناعة النفسية طبقاً لنتائج تحليل التباين الأحادي على عينة الدراسة. وبذلك تتحقق صحة الفرض الثاني.

ج. نتائج اختبار صحة الفرض الثالث ونصّه " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية وأبعادها وكل من تسامى الذات وأبعاده وقلق العدوي بفيروس كورونا المستجد وأبعاده لدى عينة الدراسة

من معلمي التعليم الأساسي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، وجدول (٩) التالي يوضح نتائج اختبار صحة الفرض الثالث.

جدول (٩) معاملات الارتباط بين المناعة النفسية وأبعادها وكل من تسامي الذات وقلق العدوى وأبعادهما (ن=٩٣)

المتغير	البصيرة	المتعة الحقيقية	التضحية	تسامي الذات	الأفكار القهرية	اضطراب السلوك	الانفعالات السلبية	قلق العدوى
القناعة الشخصية	**٠,٦٦	**٠,٤٨	**٠,٣٦	**٠,٦٨	*٠,٢٤-	*٠,٢٣-	**٠,٣٥-	**٠,٣٢-
التركيز على الانجاز	**٠,٢٥	**٠,٣١	**٠,٢٩	**٠,٣٦	**٠,٢٦-	**٠,٣١-	**٠,٣٥-	**٠,٣٧-
التواصل الجيد	**٠,٣٦	**٠,٣١	**٠,٢٩	**٠,٤٣	*٠,٢٢-	**٠,٣١-	**٠,٣٧-	**٠,٣٥-
المناعة النفسية	**٠,٥٩	**٠,٤٩	**٠,٤١	**٠,٦٦	**٠,٣١-	**٠,٣٦-	**٠,٤٦-	**٠,٤٤-

(**) دالة عند مستوى ٠,٠١ (*) دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٩) السابق وجود علاقات دالة إحصائية بين المناعة النفسية وأبعادها وكل من تسامي الذات وأبعاده وقلق العدوى بفيروس كورونا وأبعاده؛ مما يحقق صحة الفرض الثاني. وقد كانت جميع العلاقات موجبة ودالة إحصائية بين المناعة النفسية وأبعادها وتسامي الذات وأبعاده عند مستوى دلالة (٠,٠١). بينما كانت العلاقات سالبة ودالة إحصائية بين المناعة النفسية وأبعادها وقلق العدوى بفيروس كورونا وأبعاده، ولكن تنوعت مستويات الدلالة الإحصائية؛ فقد كانت جميع هذه العلاقات سالبة ودالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) فيما عدا العلاقة بين بعد القناعة الشخصية - أحد أبعاد المناعة النفسية - وبعدي الأفكار القهرية واضطراب السلوك، وكذلك العلاقة بين بعد التواصل الجيد - أحد أبعاد المناعة النفسية - وبعد الأفكار القهرية - أحد أبعاد قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد؛ فقد كانت هذه العلاقات سالبة ودالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥). وبذلك تتحقق صحة الفرض الثالث.

د. نتائج اختبار صحة الفرض الرابع ونصه "يسهم كل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد في تفسير تباين المناعة النفسية لدى عينة الدراسة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي". ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتدرج Stepwise Regression، وجدول (١٠) التالي يوضح نتائج اختبار صحة الفرض الرابع.

جدول (١٠) تحليل الانحدار المتعدد للمناعة النفسية كمتغير تابع وكل من تسامي الذات وقلق العدوى كمتغيرين مستقلين (ن=٩٣)

المتغير المستقل	معامل الارتباط R	التباين المشترك R ²	قيمة (F) للإسهام	قيمة نسبة الإسهام	وزن الانحدار المعياري B	معامل الانحدار المعياري Beta	المقدار الثابت	قيمة (ت)
تسامي الذات	٠,٦٦	٠,٤٤	**٧١,٤٣	%٤٤,٧	٠,٩٢	٠,٦٦	٢٠,٣١	**٨,٤٥
تسامي الذات	٠,٧٣	٠,٥٣	**١٦,٨١	%٥٢,٨	٠,٨٢	٠,٥٩	٣٥,٤٣	**٧,٩٤
قلق العدوى					٠,٢٤-	٠,٣١-		**٤,١٠-

(**) دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (١٠) السابق أن تحليل الانحدار تم في خطوتين؛ اشتملت الخطوة الأولى على متغير تسامي الذات الذي أحدث تبايناً مقداره (٠,٤٤٧) من تباين متغير المناعة النفسية أي أنه يسهم في تباين المناعة النفسية بنسبة (٤٤,٧%) تقريباً. وفي الخطوة الثانية؛ ظهر متغيري تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد ليُحدثا معاً تبايناً مقداره (٠,٥٢٨) من تباين متغير المناعة النفسية أي أنهما يسهمان في تباين المناعة النفسية بنسبة (٥٢,٨%) تقريباً، وهذا يعني أن إضافة متغير قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد إلى متغير تسامي الذات قد شكّل زيادة في قيمة التباين المشترك مقداره (٠,٨١) فيما يعني أن قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد يسهم بنسبة (٨,١%) في تباين المناعة النفسية؛ مما يوضح قيمة الإسهام الكبيرة لمتغير تسامي الذات في تباين المناعة النفسية. ومن خلال هذه النتائج فإنه يمكن التنبؤ بدرجات أفراد العينة في المناعة النفسية من خلال معرفة درجاتهم في كل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد على ضوء أوزان الانحدار والمقدار الثابت لكل منهما، ويمكن صياغة المعادلة الانحدارية الدالة على التنبؤ في صورتها النهائية كالتالي:

المناعة النفسية = ٣٥,٤٣ + (٠,٨٢) تسامي الذات + (-٠,٢٤) قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد

ومن خلال هذه المعادلة التنبؤية يتضح أن تسامي الذات يسهم إيجاباً في المناعة النفسية؛ فزيادة درجات تسامي الذات تزيد من درجات المناعة النفسية. في حين يسهم قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد سلباً في المناعة النفسية؛ فكلما زادت درجات قلق العدوى بفيروس كورونا كلما قلت درجات المناعة النفسية. وبذلك تتحقق صحة الفرض الرابع.

ثلاثة عشر: مناقشة نتائج الدراسة:

من خلال ما توصلت له الدراسة من نتائج فإن نتائج الفرض الأول ترجع إلى أن عينة الدراسة تواجه مواقف ضاغطة متعددة على عدة مستويات داخلية وخارجية، في ظل جائحة كورونا؛ الأمر الذي يساعد على تكوين جهاز مناعي دائم التطوير نحو التكيف والتوافق. فالمناعة النفسية تعزز من آليات الدفاع النفسي وتوقع نتائج إيجابية، وتحمي من الأذى الانفعالي والشعور بالمعاناة، وتقوي من الشخصية وقدرتها على التعايش مع الصراعات، كما تعزز من تحمل المسؤولية واستعادة التوازن بعد الضغوط. كما تعزز من القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ والطموحات المستقبلية الإيجابية، وزيادة الرضا عن الذات وامكانياتها وانجازاتها. كما أن الأفراد الذين يواجهون ضغوطاً متعددة وقادرون على التكيف مع هذه الضغوط يتميزون بالمناعة النفسية التي تزيد من فعالية استراتيجيات المواجهة التكيفية؛ وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة كل من (Gilbert, et al., 1998; Barbanel, 2009; Olah, 1996; Albert- Lorincz et al., 2012; & Bhardway & Agrawal, 2015)

وتؤكد نتائج الفرض الثاني ما تم التوصل إليه من نتائج في الفرض الأول حيث لم توجد فروق في المناعة النفسية ترجع إلى النوع أو العمر أو الإصابة/ وعدمها. إذ أن عينة الدراسة يواجهون ضغوطاً مختلفة وتفرض عليهم مهام مهنتهم ضغوطاً أكبر تجعلهم يواجهون ذلك بطرق تكيفية متعددة تساعد على تقوية مناعتهم النفسية. فالمناعة النفسية تعمل على تكوين شخصية سوية مرنة قادرة على مواجهة الضغوط بإيجابية ومقاومة للأمراض النفسية والجسمية على اختلافها في كافة المراحل العمرية كذلك اختلاف الظروف والضغوط التي يمر بها الفرد، ويبدو أن نظام المناعة النفسية يعمل بشكل شبه مستقل عن المناعة الجسمية؛ فرغم إصابة نحو ٤٢ فرداً من عينة الدراسة بفيروس كورونا وتعافوا منه إلا أن

مناعتهم النفسية لم تختلف عن الذين لم يُصابوا بفيروس كورونا المستجد الأمر الذي يوضح أن نظام المناعة النفسية يعمل مستقلاً كدرع إضافي لحماية حياة الفرد. وفيما يخص الفرق بين النوعين فتختلف نتائج الفرض الثاني مع نتائج دراسة رابعة محمد ٢٠١٨، ودراسة ناهد فتحي ٢٠١٩؛ حيث وجدت فروق بين النوعين لصالح الذكور في المناعة النفسية.

كما تتفق نتائج الفرض الثالث من وجود علاقات بين المناعة النفسية وأبعادها وبين كل من تسامي الذات وأبعاده وقلق العدوى بفيروس كورونا وأبعاده مع نتائج دراسة كل من (Garcia et al., 2017; Coward & Reed, 1996; Levenson et al., 2005 Teixeira, 2008; Haugan & Innstrand, 2012; فتحى الضبع، ٢٠١٢؛ إيمان عصفور، ٢٠١٣؛ تحية عبد العال ومصطفى مظلوم، ٢٠١٣)

إن نتائج الفرض الثالث ناتجة عن تعدد مسببات القلق لدى المعلمين جراء جائحة فيروس كورونا المستجد؛ فقد وجدوا أنفسهم مثل باقي أفراد المجتمع تحت ضغوط الحجر المنزلي والإجراءات الاحترازية. وأمام خفض عدد التلاميذ في اليوم الدراسي بالمدارس ولجوء أولياء الأمور لنقل أبنائهم من المدارس الخاصة للمدارس الحكومية توفيراً للمال لتوقعهم عدم ذهاب أبنائهم للمدارس؛ فقد فقد عدد كبير من المعلمين وظائفهم وألغيت عقودهم بالمدارس، كما فقد المعلمون العاملون خارج مصر وظائفهم بالمدارس لمنع السفر وعدم قدرتهم على تجديد عقودهم، وواجه عدد كبير من المعلمين ضغوطاً متعددة لما يتطلبه التعليم المقلوب والتعليم الإلكتروني من تحضير ومهام وأنشطة، إضافة إلى أن عدد كبير جداً من المعلمين بناء على قرارات مديري المدارس وجدوا أنفسهم أمام تحدي إنهاء المناهج كاملة دون الاعتماد على المنصة الإلكترونية لتعدد مشكلاتها في بداية العام الدراسي وعدم تفعيلها في مدارس القرى النائية إلا داخل معمل المدرسة.

ونتيجة الفرض الثالث توضح الترابط الواضح بين قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد كظرف ضاغط يفرض التكيف ونظام المناعة النفسية الذي يحمي الفرد من الضغوط المختلفة باستراتيجيات ذاتية ودعم اجتماعي وسعي مستمر للنجاح في الحياة، كما يوضح العلاقة الوطيدة بين تسامي الذات كمتغير شخصي يوضح استراتيجيات مواجهة للضغوط بالتصالح معها وتهذيبها بتحويلها من مهددات للفرد لظروف يمكن التعايش معها والطفو فوق وجودها ومواجهتها بقدرات ذاتية تبحث عن وجودها بفقدانها في زحام التضحية من أجل الآخرين لإنهاء معاناتهم. إذ يحاول الفرد الالتزام بالإجراءات الاحترازية، وتعويض ما فقد من مهارات تلاميذه في فترات تعليق الدراسة، والتضحية ببذل مزيد من الجهد في عمله من أجل إنهاء هذه الجائحة بسلام وتقليل الخسائر التي تسببت فيها قدر الإمكان، والبحث عما يقوي من شخصية الفرد بالالتزام الديني والتأمل والروحانية والتفائل بالمستقبل والشعور بالسعادة الحقيقية باتقان العمل والعمل من أجل الآخرين والتمتع بالبصيرة التي تجعل الفرد ينظر للظروف العسرة باعتبارها فرص جيدة لافراز المعدن الأصلي للشخصية بقدراتها على تحمل الصعاب واكتشاف قدرات جديدة من خلال التأمل فيما يمر به الفرد من معاناة ليكتشف معنى جديد لحياته وذاته؛ فيما يُمثل كل ذلك تسامي الذات.

وتؤكد نتائج الفرض الرابع ما تم التوصل إليه من نتائج في الفرض الثالث؛ حيث أسهم كل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد في تفسير تباين المناعة النفسية. كما تتفق نتائج الفرض الرابع مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة كل من (Levenson, Jennings, Aldwin &

(Shiraish, 2005; Hong, 2008)؛ عن العلاقات بين تسامي الذات والقدرة على مواجهة الضغوط والمرونة النفسية، كما تختلف عن نتائج دراسة احمد أبوبكر، ٢٠٢٠؛ حيث لم توجد علاقات ارتباطية بين قلق الإصابة بفيروس كورونا والعوامل الإيجابية للشخصية كالانبساطية والانفتاح على الخبرة وبقظة الضمير.

وتتفق نتائج الفرض الرابع مع ما ذكره Coward & Reed, 1996 عن تسامي الذات فهو يؤدي إلى شعور عام بالرفاهية وبوعي مكثف من الكمال والتكامل والوصول إلى أبعد من حدود الذات؛ مما يؤثر على التماثل للشفاء من الأمراض. ومع ما أوضحه Haugan & Innstrand, 2012 أن تسامي الذات هو نضج شخصي يعزز بحث الانسان عن معاني ورفاهية جديدة للتغلب على مخاوف الأنا وقلقها. كما تتفق نتائج هذا الفرض مع ما ذكره محمد ومحمد (٢٠١٨، ١٨٤) أن تقوية الجهاز المناعي تحتاج إلى إعطاء أهمية خاصة إلى الوازع الديني، واتباع العادات الصحية في الحياة اليومية لكي يحافظ الجهاز المناعي النفسي على قوته في مواجهة الضغوط. كما يجب على الفرد أن يقلل من أهمية القلق، وأن يأخذ قسطاً من الراحة بعد أي صدمة ثم يفكر في محاولات لكيفية التصدي لها. وهذا ما يوضح أهمية تسامي الذات في رفع المناعة النفسية وأثرهما في مواجهة القلق.

أربعة عشر: توصيات وبحوث مقترحة: من خلال ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج توصي الباحثة بمايلي:

١. الاهتمام بدعم المعلمين من خلال الإرشاد الصحي والنفسي ورفع مستويات التوعية حول حماية أنفسهم وذويهم وتلاميذهم من جائحة كورونا.
٢. ضرورة نشر ثقافة تسامي الذات؛ من خلال الإيثار والتضحية وبذل الجهد واتقان العمل من أجل الصالح العام لأن لها فائدة كبيرة للمجتمع وفائدة أكبر في تقوية الشخصية ورفع كفاءتها في مواجهة ضواغط الحياة والعيش بهناء وكفاءة.
٣. إقامة الندوات والمؤتمرات الالكترونية لدعم المناعة النفسية ونشر المعلومات الصحيحة حول مواجهة الأوبئة والضغوط المتغيرة والمفاجئة.
٤. ضرورة وضع خطط بديلة وذات أسس واضحة حول التدريس والتعليم في الظروف العارضة بحيث لا تتوقف الدراسة والتعلم لأنها التعلم طاقة إيجابية تساعد على تنمية تسامي الذات.

كما تقترح الباحثة مزيد من البحث فيما يلي:

١. القناعة الشخصية كمتغير وسيط بين تسامي الذات واستراتيجيات مقاومة الضغوط
٢. الدعم الاجتماعي كمنبئ بالمناعة النفسية لدى المعلمين
٣. قلق العدوى بفيروس كورونا المستجد وعلاقته بكل من الإيثار وشغف التعلم

المراجع العربية والأجنبية

- الأمم المتحدة للسكان (٢٠٢٠). فيروس كورونا المستجد من منظور النوع الاجتماعي "حماية الصحة والحقوق الجنسية". تقرير مارس. موجز تقني. نيويورك.
- باول، تريفور (٢٠٠٥). الصحة النفسية. ترجمة قسم الإعداد والترجمة بدار الفاروق، القاهرة: دار الفاروق للنشر والتوزيع.

بيغلهول، ر. وبونيتا، ر. وكيلستروم، ت. (١٩٩٧). *الكتاب الطبي الجامعي "أساسيات علم الوبائيات"*. المكتب الإقليمي لشرق البحر المتوسط، منظمة الصحة العالمية، جنيف.

اليومي، سعد رياض. (٢٠١٩). *فعالية برنامج إرشادي لدعم المناعة النفسية وخفض الأفكار اللاعقلانية* لدي عينة من طلاب جامعة الطائف. *المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة* لنشر الأبحاث العلمية والتربوية *MECSI*، ١٦: ١-٢٣.

توفيق، محمد عز الدين. (١٩٩٨). *التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية*. دار السلام للطباعة.

الدسوقي، مجدي محمد. (١٩٩٧). *مقياس القلق للمراهقين*. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥(٧)، ٢١-٥٢.

الذهبي، جمال عبد الحميد و السلماني، عمار عبد الجبار. (٢٠١٨). *تسامي الذات وعلاقته بالتفكير الناقد* لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية الأساسية*، ٢٤(١٠١): ٧٩٩-٨٣٢.

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

سليمان، عبد الرحمن سيد وفوزي، ايمان. (١٩٩١، نوفمبر، ١٠-١٢). *معنى الحياة وعلاقته بالاكتئاب النفسي* لدي عينة من المسنين العاملين وغير العاملين. المؤتمر الدولي السادس "جودة الحياة توجه قومي القرن الحادي والعشرين". *مركز الإرشاد النفسي*. جامعة عين شمس، ١٠٣١-١٠٩٥.

شاذلي، محمد عبد الحميد. (١٩٩٩). *الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية*. المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع.

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

الضبع، فتحي. (٢٠١٢). *الذكاء الروحي وعلاقته بالسعادة النفسية* لدى عينة من المراهقين والراشدين. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ١(٢٩): ١٣٥-١٧٦.

عبد العال، تحية محمد و مظلوم، مصطفى على. (٢٠١٣). *الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية* "دراسة في علم النفس الإيجابي". *مجلة كلية التربية* بينها، ٢٤(٩٣): ٧٩-١٦٣.

العبيدي، عفراء ابراهيم. (٢٠١٦). *سمو الذات* لدي طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، ١٨٠: ٢٣٧-٢٥٢.

العبيدي، عفراء والجبوري، اقبال. (٢٠١٧). *الحوار الأسرى وعلاقته بسمو الذات* لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، ٥٢: ٢٢-٥٢.

عثمان، فاروق السيد. (٢٠٠١). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. دار الفكر العربي.

عصفور، إيمان حسنين. (٢٠١٣). *تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات الملمات شعبة الفلسفة والاجتماع. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٤٢(٣): ٦٣-١١.*

على، أماني عادل. (٢٠١٩). *المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسرى المشتركة لدي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم. الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ١٠٤: ٥١-١٠٤.*

علي، نهلة صلاح. (٢٠٢٠). *دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية الناتجة عن انتشار فيروس كورونا المستجد COVID-19 والاضطرابات النفسجسمية لدى المرأة العاملة. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠(١٠٨): ٤٣٤-٣٨٥.*

فتحي، ناهد احمد. (٢٠١٩). *الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدي المتفوقين دراسيا "المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية". مجلة دراسات نفسية، ٢٩(٣): ٥٤٩-٦١٨.*

فرانكل، فيكتور. (١٩٨٢). *الإنسان يبحث عن المعنى*. ترجمة طلعت منصور. دار القلم.

فرانكل، فيكتور. (١٩٩٧). *إرادة المعنى أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى*. ترجمة إيمان فوزي. دار زهراء الشرق.

الفاقي، أمال ابراهيم وأبو الفتوح، محمد كمال. (٢٠٢٠). *المشكلات النفسية المترتبة على جائحة فيروس كورونا المستجد "بحث وصفي استكشافي لدة عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر". المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ٧٤: ١٠٤٧-١٠٨٩.*

كامل، عبد الوهاب محمد. (٢٠٠٩). *الاتجاهات المعاصرة في علم النفس*. مكتبة الأنجلو المصرية.

كروفورد، دوروثي إتش. (٢٠١٤). *الفيروسات "مقدمة صغيرة جدا"*. ترجمة أسامة فاروق حسن. مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة.

اللجنة الوطنية الصينية للصحة ومكتب الإدارة الوطنية للطب الصيني. (٢٠٢٠). *الدليل الشامل لفيروس كورونا المستجد "معارف عامة، طرق الوقاية، الرعاية النفسية، الشائعات"*. ترجمة، إيمان سعيد، رنا عبده، بسمة طارق. بيت الحكمة.

محمد، مؤيد منفي، ومحمد، أسيل صبار. (٢٠١٨، أكتوبر). *المناعة النفسية لدي طلبة الجامعة العائدين وأقربانهم غير العائدين من النزوح. المؤتمر العلمي السنوي "يوم الصحة النفسية"*. أكتوبر، ١٧٦-١٩١.

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

مركز مكافحة الفيروسات والأوبئة بجيانغسو. (٢٠٢٠). دليل الوقاية من فيروس كوفيد-١٩ للموظفين وأماكن العمل. ترجمة، أميمة مصطفى، القاهرة، بيت الحكمة

مسحل، رابعة عبد الناصر. (٢٠١٨). المناعة النفسية وعلاقتها بكل من الكفاءة المهنية والضغوط المهنية لدى العاملين بالجهاز الإداري للدولة. مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، كلية الدراسات الإنسانية، جامعة الأزهر، ٢٢: ١١٦٥-١٢٣٨

منصور، طلعت ودرويش، منى وشاهين، ايمان. (٢٠١٨). مقياس التسامي بالذات والتحقق من كفاءته السيكومترية. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس. ٥٤: ٤٩٥-٥٦٧

منظمة الصحة العالمية. (٢٠٢٠). فيروس كورونا المستجد COVID-19 "دليل توعوي صحي شامل". الأونروا.

هوي، فينج. (٢٠٢٠). دليل الوقاية من فيروس كورونا المستجد، ترجمة ZhoutionK. دار النشر شانونغ للأدب والفنون.

هيبة، محمد. (٢٠١٤). بنية تسامي الذات لدى طلاب الجامعة. مجلة جامعة عين شمس للقياس والتقويم، ٤(٧)، ٦٧-١٠٣.

وزارة الصحة والسكان. (٢٠٠٥). الدليل القومي لمكافحة العدوى "الجزء الأول- الاحتياطات القياسية لمكافحة العدوى"، جمهورية مصر العربية

الوهيبي، خولة، والشهابي، إيمان، والشبيبية، أمل. (٢٠٢٠). أثر مستوى القلق النفسي لجائحة فيروس كورونا (كوفيد-١٩) لدى الأسر العمانية والبحرينية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.

<http://alwatan.com/details/380536>

Albert-Lorincz, E; Albert-Lorincz, M; Kádár, A; Enikő, T & Lukács- Márton, R. (2012). Relationship between the Characteristics of the Psychological Immune System and the Emotional Tone of Personality in Adolescents. *The New Education Review*,23(1),103-115.

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

Bayanfar, F. (2020). Predicting Corona Disease Anxiety among Medical Staff in Tehran Based On Five-Factor Theory of Personality. *Iranian Journal of Health Psychology*,2(2),113-126.

Benson, L.; Roehlkepartian, C. & Rude, P.(2003). Spiritual development in childhood and adolescence "Toward a field of inquiry. *Applied Developmental Science*, 7(3), 205-213.

Bóna, Krisztina (2014). An exploration of the psychology immune system in Hungarian gymnasts. MSc. Department of Sport Sciences, University of Jyväskylä.

-
- Chan, J., Yuan, S., Kok, K., Kia-Wang To, K., Chu, H., & Yang, J. (2020). A familial cluster of Pneumonia associated with the 2019 novel coronavirus indicating person-to-person transmission: a study of a family cluster. *The Lancet*, 395, 514-523.
- Coronavirus (2019-nCoV). [https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-Statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-\(2005\)-Emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)](https://www.who.int/news-room/detail/30-01-2020-Statement-on-the-second-meeting-of-the-international-health-regulations-(2005)-Emergency-committee-regarding-the-outbreak-of-novel-coronavirus-(2019-ncov))
- Coward, D. D., & Reed, P. G. (1996). Self-transcendence: A resource for healing at the end of Life. *Issues in mental health nursing*, 17(3), 275-288.
- Denissen, J., Luhmann, M., Chung, J., & Bleidorn, W. (2019). Transactions between life Events and personality traits across the adult lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 116, 612-633.
- Dubey, A. & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and coping with stress. *Applied Psychology in Hungary*, 56, 149-189.
- Ellermann, C. R., & Reed, P. G. (2001). Self-transcendence and depression in middle-age adults. *Western Journal of Nursing Research*, 23(7), 698-713.
- Garcia, D.; Rosenberg, P.; Lester, N. & Cloninger, R. (2017). *Self-Transcendence* in book, Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Springer. Editor; Zeigler-Hill, V.; Shachelford, K., Project of "A Ternary Model of Personality.
- Gilbert, T.; Pintel, 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.
- Haugan, G. (2013). Self-transcendence, well-being, and nurse-patient interaction in cognitively intact nursing home patients. *Ph.D.*, Faculty of Social Sciences and Technology Management, Norwegian University of Science and Technology.
- Haugan, G., Rannestad, T., Garåsen, H., Hammervold, R., & Espnes, G. A. (2012). The self - Transcendence scale: an investigation of the factor structure among nursing home Patients. *Journal of Holistic Nursing*, 30(3), 147-159.
- Hong, L. (2008). College stress and psychological well-being: Self-transcendence meaning of life as a moderator. *College Student Journal*, 42(2), 531-541.
- Hoshi, M. (2008). Self-transcendence, vulnerability, and well-being in hospitalized Japanese Elders. *Ph.D.*, The University of Arizona.
- Jeroimus, B. (2020, Spring). *Personality and the Coronavirus Covid-19 Pandemic*. Netherland, University of Groningen Press.
-

- Kao, C. H., Su, J. C., Crocker, J., & Chang, J. H. (2017). The benefits of transcending self-Interest: Examining the role of self-transcendence on expressive suppression and well- Being. *Journal of Happiness Studies*, 18(4), 959-975. DOI 10.1007/s10902-016-9759-4
- Kim, Y.; & Lee, I. (2013). Self – transcendence, spiritual well-being, and death anxiety of the elderly. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 27(3), 480- 489.
- Lee, S., Mathis, A ., Mary C. Jobe, M., & Pappalardo,E.(2020). Clinically significant fear And anxiety of COVID-19: A psychometric examination of the coronavirus Anxiety scale. *Psychiatry Research*,290,1-7 .
- Levenson, M. R.; Jennings, P. A.; Aldwin, C. M. & Shiraishi, R. W. (2005). Self- transcendence: conceptualization and measurement. *INT'L. J. Aging and Humann Development*, 60(2): 127-143.
- McCarthy, L.; Ling, J.; Bowland, S.; & Connelly, J. (2015). Promoting self transcendence and wellbeing in community- dwelling older adults "A pilot study of a psychoeducational intervention". *Geriatric Nursing*, New York, 36(6), 1-31.
- Montemurro,N.(2020).The emotional impact of Covid-19:From medical staff to common People. *Brain, Behavior, and Immunity*,(87), 23-24.
- Olah, A. (1996). Psychological immune system: An integrated structure of coping potential dimensions. *Paper presented at the 9th conference of the European Health Psychology Society*, Bergen, Norway.
- Peterson C., & Seligman, M. (2004) *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Reed, P. G. (2009). Demystifying self-transcendence for mental health nursing practice and Research. *Archives of psychiatric nursing*, 23(5), 397-400.
- Reed, Pamela (1989). Self-Transcendence: Scale and Theory. *Ph.D.* College of Nursing Tucson, University of Arizona. AZ USA 85721-0203
- Teixeira, M. E. (2008). Self-transcendence: A concept analysis for nursing praxis. *Holistic Nursing Practice*, 22(1), 25-31. 31. Doi: 10.1097/01.HNP.0000306325.49332.ed
- Viswanath, A., & Monga, P. (2020). Working through the Covid-19 outbreak: Rapid review and Recommendations for MSK and allied heath personnel. *Journal of Clinical Orthopaedics and Trauma*,11(3), 500-503.
- Wilson, T. (2002). *Strangers to ourselves: discovering the adaptive unconscious*. Belknap press, Harvard University.
- Wise, T.; Zbozinek, T.; Micheline, G.; Hagan, C. C., & Mobbs, D. (2020). Changes in risk perception and self- reported protective behavior during the first week of the COVID-19 pandemic in the United States. *Royal Society Open Science*, 1-14. <http://royalsocietypublishing.org/journal/rsos>
- Wong, P. T. (2013). Meaning-seeking, self-transcendence, & well-being. *Conference on Life and Death Education*, National Taipei University of Nursing & Health Science.

Psychological immunity and its relationships to both Self – Transcendence and Coronavirus Infection Anxiety for a sample of elementary primary teachers in light of some demographic variables

Dr. Alshaimaa M. Salman

Professor Assist. of Mental Health, Faculty of Education, Minia University

Abstract:

This study aimed to investigate the relationships among psychological immunity and each self – Transcendence and Coronavirus Infection Anxiety (CIA) for a sample of (93) Minia elementary primary teachers. The study tools were totally prepared by the researcher, and they were; psychological immunity questionnaire, self – transcendence questionnaire and coronavirus infection Anxiety questionnaire. Study results showed an average level of psychological immunity for both groups of study sample; infected with COVID-19 and noninfected teachers. There were significant positive correlation at the level of (0.01) among psychological immunity, its dimensions, self – Transcendence and its dimensions while negative correlation were been at the level of (0.01) among psychological immunity and its dimensions, and CIA and its dimension except the relationships among both dimension of psychological immunity; personal contentment and both dimensions of CIA (obsessive ideas and behavior disorder), and good communication and obsessive ideas were been significant at level of (0.05). Results revealed that there were no differences in psychological immunity due to gender, age groups, or infected/ noninfected groups. Self – Transcendence contributed statistically significant (44.7%) of psychological immunity variability; while both self – Transcendence and CIA contributed statistically significant (52.8%) of psychological immunity variability. According to study results, some recommendations and suggested researches were discussed.

Keywords: psychological Immunity - Self Transcendence - Coronavirus Infection Anxiety (CIA) – COVID-19