



المساندة الاجتماعية كمنبئ بالمناعة النفسية لدى طلاب جامعة جنوب الوادي

د. عبد الستار محمد إبراهيم محمد

أستاذ علم النفس المساعد "صحة نفسية"
المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بقنا

د. حسين محمد حسين بخيت

أستاذ علم النفس المساعد

كلية الآداب - جامعة جنوب الوادي

DOI: 10.21608/qarts.2022.111821.1324

مجلة كلية الآداب بقنا (دورية أكاديمية علمية محكمة)

مجلة كلية الآداب بقنا - جامعة جنوب الوادي - العدد 53 (الجزء الثاني) يوليو 2021

الترقيم الدولي الموحد للنسخة المطبوعة ISSN: 1110-614X

الترقيم الدولي الموحد للنسخة الإلكترونية ISSN: 1110-709X

<https://qarts.journals.ekb.eg>

موقع المجلة الإلكتروني:

المساندة الاجتماعية كمنبئ بالمناعة النفسية

لدى طلاب جامعة جنوب الوادي

إعداد

د. عبد الستار محمد إبراهيم محمد

أستاذ علم النفس المساعد " صحة نفسية "

المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بقنا

drabdelstar72@gmail.com

د. حسين محمد حسين بخيت

أستاذ علم النفس المساعد

كلية الآداب- جامعة جنوب الوادي

Dr.hussain_eg@yahoo.com

الملخص باللغة العربية:

هدفت الدراسة الراهنة إلي الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة، وقد شملت عينة الدراسة مائة وخمسين طالباً وطالبة، تتراوح أعمارهم ما بين (١٧-٢٢) عاماً بمتوسط عمري (١٨.٥١)، وانحراف معياري (١.٤٨)، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس المساندة الاجتماعية ، ومقياس المناعة النفسية إعداد الباحثين، وقد كشفت نتائج الدراسة عن: وجود علاقة دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتها لدي عينة الدراسة، عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور/إناث) في المساندة الاجتماعية ومكوناتها، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين (ذكور/إناث) في المناعة النفسية ومكوناتها لصالح الذكور باستثناء مكوني التحدي والتغاؤل، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب

ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في المساندة الاجتماعية ومكوناتها، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في المناعة النفسية لصالح الطلاب ذوي التخصصات العملية ومكوناتها باستثناء التحدي والتقاؤل وفاعلية الذات، وعدم وجود فروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة في المساندة الاجتماعية ومكوناتها، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة في المناعة النفسية ومكوناتها باستثناء مكوني فاعلية الذات والثقة بالنفس، أن المساندة الاجتماعية أسهمت في التنبؤ بالمناعة النفسية.

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، المناعة النفسية، طلاب الجامعة.

المُقَدِّمة:

تُعد المساندة الاجتماعية أحد المصادر المهمة للدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه المرء في حياته اليومية، فضلا عن أن المساندة تؤثر في كيفية إدراك الفرد لضغوط الحياة المتباينة، وأساليب مواجهتها وكيفية التعامل معها، كما تلعب دورًا بالغ الأهمية في إشباع الأمن النفسي والاجتماعي، وخفض مستوى المعاناة الناتجة عن شدة الأحداث الصادمة، وذات أثر في تخفيف حدة الأعراض المرضية التي يعاني منها، فالانتماء للأسرة ولجماعة الأصدقاء تعد من المصادر الرئيسية التي تجعل للحياة معنى وقيمة، ومن ثم توجهنا في عمومها لمقاومة الضغوط وتحملها. (عبد السلام، ٢٠٠٥: ٩٥).

غالبًا ما يؤثر حجم المساندة الاجتماعية في كيفية إدراك الفرد في مواجهة مشاكل الحياة المتباينة وأساليب حلها، فكلما تقدم العمر بالفرد كان بحاجة للتواصل الاجتماعي مع الآخرين والذي يدعم حياة الإنسان بالحب والتقدير والانتماء ويزيد من قوته لمواجهة المشكلات الحياة حيث ان المساندة ترتبط بالصحة والسعادة النفسية؛ لذا فهي تعتمد على العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الأشخاص والمشاركة الوجدانية والأفعال التي يقوم بها الفرد بهدف مساعدة الآخرين في مواقف الأزمات.

ومن ثم فإن المساندة الاجتماعية تعد من المتغيرات بالغة التأثير علي جوانب شخصية الأبناء، واستقرارهم النفسي وسيطرتهم علي المواقف المحبطة والنظرة الإيجابية للحياة، وهذا غالباً ما يزيد من مستوي المناعة النفسية، والتي تعد أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي، فقد تناوله العديد؛ لما له من أهمية في تعزيز شخصية الفرد وصحته النفسية والجسمية، فضلا عن أنه عامل محوري في حماية الفرد من ضغوط الحياة وآثارها.

وهذا ما أشار إليه كل من (Kagan, 2006)، (Barbanell, 2009)، (Lorincz)، (et al., 2011) أن المناعة النفسية نظام منظم ومعقد ووقائي يحمي الفرد من الاضطرابات النفسية والبيئية ، بل ويساعده علي مواجهة الضغوط المتباينة علي غرار المناعة البيولوجية.

بينما يري روتر (Ratter, 1990, 43) أن المناعة النفسية تتطور وتحسن من خلال عدة عوامل تتمثل في الدعم الاجتماعي، والكفاءة الذاتية، وتقدير الذات، ومفهوم الذات، ومهارات حل المشكلات، وأن تلك العوامل تتحقق من خلال المساندة الاجتماعية.

إن مرحلة التعليم الجامعي تعتبر من أهم المراحل التعليمية، فهي بمثابة قمة الهرم التعليمي تهدف إلي تأهيل الشباب، ومن المؤكد أن الشباب الجامعي عبر مراحلهم التعليمية المختلفة في حاجة إلي تعزيز المناعة النفسية باعتبارها من عوامل الوقاية النفسية لدرء مخاطر الحياة المختلفة، ومن ثم فإن المساندة الاجتماعية تعد عاملاً بالغ الأهمية علي الطالب الجامعي نفسياً واجتماعياً وصحياً، فهي تساعده علي التوافق والتعايش مع الحياة الجامعية وتعزز لديه المناعة النفسية.

مشكلة الدراسة:

تُعد المساندة الاجتماعية من أهم المصادر التي تخفف من آثار الضغوط علي الأفراد، ومساعدتهم علي التوافق مع الخبرة المؤلمة والآثار المترتبة عليها، فمن خلال المساندة الاجتماعية يتلقى الفرد الحب والود ومشاعر الدفء من الأشخاص المقربين منه، فضلاً عن أنهم يساعده في التغلب علي أزماته وشدائده ومصائبه، وهذا يتوقف علي عمق المساعدة واعتقاد الفرد بكفايتها ((Ross& Cohen,2004)،

تمثل المناعة النفسية موضوعاً خصباً من موضوعات علم النفس الإيجابي، إنها تنطوي علي العديد من المفاهيم والتي يمكن أن نشير إليها فيما يلي: (الصلابة النفسية، والمرونة النفسية، وفاعلية الذات، وتنظيم الذات، ومهارات التوافق وغيرها)، وقد جاء تطبيق هذين المفهومين علي شريحة في غاية الأهمية وهي طلاب الجامعة، لما لهذه الفئة من أهمية بالغة الخطورة في بناء المجتمع وتطوره، فضلاً عن أن هؤلاء الطلاب جزء من المجتمع الذي يواجه العديد من الضغوط المتباينة المرتبطة بحياتهم الجامعية سواء كانت الدراسية أو الاجتماعية أو الأسرية وغيرها، فهم في حاجة إلي المساندة الأسرية والاجتماعية، والرعاية المادية المعنوية، ومن ثم ينبغي أن يتمتع الطالب الجامعي بالمناعة النفسية التي تجعله قادراً علي التحدي والمواجهة لتلك الضغوط.

إن المناعة النفسية تتمثل في قدرة الفرد علي التخلص من أسباب التهديدات والاحباطات والضغوط النفسية والأزمات النفسية عبر التحصين النفسي، وهذا ما أكد عليه ميكاي وآخرون (Mckay et al., 2008, 151) أن بنية المناعة النفسية تتضح في الحالات التي تتحدى الفرد لاستنهاض مصادر قوته الشخصية بهدف التعامل مع هذه المواقف الضاغطة التي تعيق تحقيق أهدافه المنشودة.

وفي ذلك تشير نتائج دراسة (Bergman, Pedersen, & McClean, 2008) أن المساندة الاجتماعية تزيد من القدرة على مواجهة أحداث الحياة بشكل إيجابي، وتخفف من الأعراض المرضية وأظهرت نتائج دراسة كل هاريل وششتمان وكوترونا (Harel, Sheshtman, & Cutrona, 2012) أن الدعم الاجتماعي عامل هام وأساسي في حياة الإنسان بشكل عام، حيث إنه يحد من السلوك السلبي، في حين أسفرت نتائج دراسة يوسف (Yusoff, 2012) عن وجود علاقة جوهرية بين الدعم

الاجتماعي من الأصدقاء والآخرين والتوافق النفسي. وأظهرت نتائج دراسة مجدى (٢٠١٣) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين غالبية أبعاد مقياس المساندة الاجتماعية وغالبية مقياس الصلابة النفسية، وتوصلت نتائج دراسة عبد المحسن (٢٠١٦) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية وأبعادها المختلفة والصمود النفسي. كما توصلت نتائج بعض الدراسات (Katem,2010; Wiliame,David, Hahn ,2011; Weil, Karalin, Marrow) إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين الصمود النفسي وإدراك المساندة الاجتماعية، وأن المساندة الاجتماعية توي دوراً مهماً في زيادة مستوى الصمود النفسي.

وقد تبين من نتائج الدراسات السابقة بصدد الفروق بين الجنسين في المساندة الاجتماعية، فقد أظهرت نتائج دراسة الجبلي (٢٠٠٦) عن عدم وجود فروق بين الجنسين بصدد المساندة الاجتماعية، في حين أظهرت نتائج دراسة كل من باشا وشنودة (٢٠١٤) والأعجم (٢٠١٣) وإسماعيل (٢٠١٨) عن وجود فروق بين الجنسين بصدد المساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة لصالح الإناث، وعبد القادر (٢٠١٦) التي أسفرت عن وجود فروق بين الجنسين بصدد المساندة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة لصالح الذكور.

وكذلك نجد تباين بين نتائج الدراسات السابقة حول المناعة النفسية، فقد أظهرت نتائج دراسة كل من الأعجم (2013)، فتحى (2019) عن وجود فروق بين الجنسين بصدد المناعة النفسية لصالح الذكور، وكذلك دراسة ياسين وقناوي(2018) والتي كشفت عن وجود فروق بين الجنسين بصدد الصمود لصالح الذكور، في حين نتائج دراسة (Wasonga., 2002) أسفرت وجود فروق بين الجنسين (ذكور / إناث) بصدد

الصمود النفسي لصالح الإناث، بينما أشارت نتائج دراسة (Campbell-Sills et al., 2006) عن عدم فروق بين الجنسين (ذكور / إناث) بصدد الصمود النفسي.

وفيما يتصل بقدرة المساندة الاجتماعية علي التنبؤ بالمناعة النفسية فإن الدراسات تؤكد على أن ثمة ارتباط بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية كما في دراسة كل من (Swanson ,Valiente, Lemery and Obrien, 2011) والتي أسفرت عن أن غياب الدعم الوالدي يسهم بشكل سلبي في المناعة النفسية، ودراسة (Katchur, Amanda Yarosh. ,2014)، ودراسة فتحي(2019) والتي أشارت إلي أن الكفاءة الذاتية تسهم في التنبؤ بالمناعة النفسية.

وفي ضوء ما تقدم يمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة التالية:

- ١- هل توجد علاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدي طلاب الجامعة؟
- ٢- هل تتباين كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية بتباين النوع (ذكور / إناث)؟
- ٣- هل تتباين كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية بتباين التخصص الدراسي (نظري / عملي)؟
- ٤- هل تتباين كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية بتباين السنة الدراسية (الأولى / الرابعة)؟
- ٥- هل تسهم المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية؟

أهداف الدراسة:

يمكن صياغة أهداف الدراسة إجرائياً علي النحو التالي:

- (أ) معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.
- (ب) بيان الفروق بين الجنسين (ذكور/ إناث) في كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.
- (ج) دراسة الفروق بين ذوي التخصصات النظرية والعملية في كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.
- (د) معرفة مدى إسهام المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية.

محددات الدراسة:

تتبلور في المتغيرات التالية:

- أ- الأدوات المستخدمة: وتتمثل في مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس المناعة النفسية، وهما من إعداد الباحثين.
- ب- الإطار الزمني: طبقت أدوات الدراسة خلال شهري مارس وأبريل ٢٠٢١.
- ج- الإطار المكاني: سحبت العينة من كليات جامعة جنوب الوادي.
- د- أسئلة الدراسة: وقد سبق الإشارة إليها.
- هـ- منهج الدراسة: ويتمثل في المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.
- و- الأساليب الإحصائية: وتتمثل في المتوسط الحسابي، معامل ارتباط بيرسون، النسبة التائية، تحليل التباين.

أهمية الدراسة: تتمثل في النقاط التالية:

أهمية المتغيرات:

تتناول هذه الدراسة عدة متغيرات علي جانب كبير من الأهمية، فهي تتناول المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.

- أهمية العينة: تتمثل في طلاب المرحلة الجامعية والتي تعد من المراحل ذات الأهمية في حياة الطلاب، لما فيها من صعوبات ومطالب تحتاج إلي رعاية ودعم لمقاومة تلك الصعوبات.

- الأهمية السيكومترية: تتمثل في إعداد مقياسين لتحقيق أهداف الدراسة.

- أهمية النتائج: وتتمثل في إعداد برامج إرشادية لتنمية المناعة النفسية، فضلاً عن إجراء بحوث مستقبلية تساعد علي توعية وإرشاد الآباء علي اتباع أساليب المساندة الاجتماعية.

مفاهيم الدراسة:

تدور هذه الدراسة في إطار مفهومين نصوغ تعريفهما الإجرائي علي النحو التالي:

أولاً: المساندة الاجتماعية Social Support

في ضوء دراسة وتحليل تعريف كل من: دافيز (Davies,2000: 329) ، و شينج و شان (Cheng&Chan,2004:2) وجرانن (Grann, 2005: 377) و هيثمان و ليندك (Heitman,Lindak,2006:131) و ليفي (Leavy,2009) و عودة (٢٠١٠: ٧) و رولا مجدى (٢٠١٣)، والسرسى وعبد المقصود (٢٠٠٠) يمكن تعريف المساندة الاجتماعية بأنها المساعدة التي يتلقاها الطالب من أسرته وزملائه وأساتذته والقائمين علي العملية التعليمية وتتضمن المساندة الأسرية والجامعية والمعرفية والوجدانية وقت الظروف الصعبة والتي تشعره بالأمن والتقدير والاهتمام لدرجة تمكنه من مواجهة الضغوط الحياتية، وينعكس ذلك في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من خلال مقياس المساندة الاجتماعية المُعد لذلك.

ثانياً: المناعة النفسية: Psychological Immunit

في ضوء تحليل تعريف لوثر وآخرين (Luthar et al, 2000: 545)، وويلسون (Wilson, 2002: 38-40)، (olah,2005: 34)، وكاجان (Kagan,)، (2006: 94).

(Dubey) ودوبي وشاهي (Windle, Bennert, & Noyes, 2011:482)، (Albert et al., 2011:104)، (Shahi, 2011: 40)، وألبرت وآخرين (عصفور، 2013: 12) ويمكن تعريف المناعة النفسية بأنها قدرة الفرد علي استغلال قدراته الشخصية والبيئية في الوقاية من التهديدات والضغوط المحيطة به، وتفسيره للأحداث السلبية بأسلوب يحسن من آثارها التي تؤثر في بناءه النفسي. ويعرف إجرائياً في ضوء الدراسة الحالية التعريف الإجرائي لكل من (عصفور2013:9)، (زيدان،2013:817)، (الشريف،2015:٢٥)، (فتحي،2019: 556)، اولاه وآخرون (olah et al.,2012:21) بأنها استجابة الفرد لمتغيرات (التحدي - التفاوض - فاعلية الذات - الثقة بالنفس) ويترجم ذلك بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس الذكاء الروحي المعد لذلك.

الإطار النظري والدراسات السابقة: يمكن تناولها علي النحو التالي:

أولاً: الأطر النظرية المفسرة للمساندة الاجتماعية: **Social Support** :

النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

١ - نظرية التبادل الاجتماعي: Theory Social Exchange

ركزت هذه النظرية على مفهوم التبادل والتجاذب بين الأشخاص في ضوء مبادئ الدعم الاجتماعي، وبناء على هذه النظرية يتضح أن المساندة الاجتماعية لها علاقة تتميز بوجود قدر من الاعتماد المتبادل يتم بشكل تفاعلي اجتماعي بين الأفراد، وفي ظل تلك العلاقة يحصل الأفراد على فوائد متنوعة تشمل المساندة والتشجيع ودعم الثقة بالنفس والتقويم الإيجابي للذات (مروان دياب، ٢٠٠٦: ٨١). وتتسم هذه النظرية باتجاهها النظري الذي يبنى بامتداد شبكة العلاقات الاجتماعية لضعف مستويات الصحة، وعادة ما يكون تقديم المساعدات المادية، والنفسية، والأدائية متداخلاً في العلاقات التبادلية بين الأفراد، ولكن الوصول إلى إيجاد التوازن في تلك العلاقات أمر يتسم بالصعوبة، خاصة عندما تزداد حاجة المتلقي إلى المساعدة (حنان مجدى، ٢٠٠٩: ٢٤).

١- النظرية الكلية:

أشار يوسف (Yusoff, 2012:365) إلى أن هذه النظرية تؤكد على حاجة الفرد إلى المساندة الاجتماعية خاصة في المواقف الصعبة التي يمكن أن يمر بها الفرد، كما تركز على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد في حياته اليومية.

كما تهتم النظرية الكلية أيضاً بقياس الإدراك الكلي لمصادر المساندة المتاحة للفرد ودرجة رضاه عن هذه المصادر، وهذا الإدراك الكلي لمصادر المساندة الاجتماعية يشكل الأساس النظري لعدد من مقاييس المساندة الاجتماعية (Bina & Anila, 2008).

٢- النظرية الوظيفية:

يرى دوك؛ وسليفر (Duck & Sliver, 1995:31) أن المساندة الاجتماعية هي تلك المعلومات التي تؤدي لاعتقاد الفرد بأنه محبوب من المحيطين به، وأنه محاط بالرعاية من الآخرين وبالانتماء إلى شبكة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة، ويحس بالتقدير والاحترام من مصادر المساندة الاجتماعية القريبة منه، ويحس أيضاً بواجباته والتزاماته الاجتماعية مع المحيطين به.

النماذج المفسرة للمساندة الاجتماعية:

١- نموذج الآثار الرئيسية للمساندة الاجتماعية: The Main Effect Model

ويقوم هذا النموذج على مسلمة مفادها أن المساندة الاجتماعية ذات تأثير إيجابي على الصحة النفسية والبدنية للفرد وذلك بغض النظر عما إذا كان يتعرض لأحداث حياتية مثيرة للمشقة أم لا، فهناك أثرٌ عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية، ويمكن أن يحدث لأن الشبكات الاجتماعية ممكن أن تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط مع السعادة، حيث إنها توفر حالة إيجابية من الوجدان وإحساساً بالاستقرار في مواقف الحياة، والاعتراف بأهمية الذات. (عواطف شوكت، ٢٠٠٢: ١٩٧، حنان مجدى، ٢٠٠٩: ٨٥)

كما يقوم هذا النموذج بالحماية أو التخفيف على الأفراد الذين يتعرضون لكثير من أنماط الحياة الضاغطة لتقليل الآثار السلبية الجسمية والنفسية عليه، وتزويده بخبرات إيجابية متعددة، وبمجموعة من الأدوار الاجتماعية المقبولة من المجتمع، وتفعيل دوره في توفير إحساس الفرد بالاستقرار في مواقف حياته المختلفة، والاعتراف بأهمية الذات، والشعور بالكفاءة الشخصية، والتوافق مع شبكة العلاقات الاجتماعية، ومساعدته في تجنب الخبرات المؤلمة (على عبد السلام، ٢٠٠٥)، (Muller,2006).

٢- نموذج الأثر الواقي أو المخفف من الضغوط: The Buffering Model

يفترض هذا النموذج أن أحداث الحياة المثيرة للمشقة التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية ذات تأثير سلبي على صحتهم النفسية والبدنية، وأن العلاقات الاجتماعية المساندة تقى الفرد وتحول دون حدوث هذه التأثيرات السلبية للمشقة عليه (عماد محمد مخيمر، ١٩٩٧: ١٢٨) (شعبان جاب الله، وعادل هريدي، ٢٠٠١: ٧٦). ويعتبر هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية أحد المتغيرات النفسية الاجتماعية المعدلة، أو الملطفة أو الواقية للعلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والإصابة بالمرض على اعتبار أن المساندة ترتبط سلبياً بالمرض، فمن خلال المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من أعضاء أسرته وأصدقائه، والمتمثلة في العلاقات الدافئة الحميمة تقل نسبة الأشخاص الذين يتعرضون للإصابة بالمرض (حسن عبد الرؤوف، ٢٠١٣: ٢٥).

- أشكال المساندة الاجتماعية :

تأخذ المساندة الاجتماعية أشكالاً متعددة، فقد أوضح كل من هاوس (House,1981) ، وريتشارد (Richard,1983:4) وحسب الله (Hassab- ,1996) ، وهالونين وسابتروك (Halonen&Sabtrock,1997:108)،

ومارتين هابرا (Martine Habra,2005:12) ، وكوهين وويلز (Cohen&Wills,2011:88) (رزان كفا، ٢٠١٣: ٧٨) أن هناك أربعة أنماط رئيسة للمساندة الاجتماعية هي: المساندة الانفعالية Emotional support التي تنطوي على الرعاية والثقة والقبول؛ والمساندة المعلوماتية Informational support التي تنطوي على إعطاء معلومات أو تعليم مهارة تؤدي إلى حل مشكلة أو موقف ضاغط، والمساندة الأدائية أو بالفعل Instrumental support التي تنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال، ومساندة التقدير Esteem support. بينما أوضح تردى (Tardy,1985) أن هناك خمس أنماط للمساندة الاجتماعية تتمثل في: وجهة المساندة الاجتماعية إما بال إعطاء أو بالأخذ أو الاثنين معاً ؛ الاستعداد لتقديم المساندة الاجتماعية ؛ الشعور بالرضا تجاه المساندة من قبل الآخرين ؛ المحتوى الذي يميز المساندة كالمساندة الوسيلية والمعلوماتية والتقديرية؛ شبكة العلاقات الاجتماعية لدى الفرد والتي تتمثل في أعضاء الأسرة وجماعة الأصدقاء والجيران والزملاء فى العمل. ويمكن أن تأخذ المساندة الاجتماعية عدة أشكال هي: الدعم العاطفي: ويعنى تقديم الاهتمام والمحبة والثقة والقبول والعلاقات الحميمة والتشجيع والرعاية. (Langford, 1997, & Lillis, Maloney, Bowsher), الدعم الملموس: وهو تقديم المساعدة المالية أو الخدمات (Heaney&Israe,2008) ، الدعم الإعلامي: وهو تقديم المشورة والتوجيه والاقتراحات أو معلومات مفيدة، دعم الرفاق: وهو نوع من الدعم الذى يعطى شخصاً ما شعوراً بالانتماء (Wills,1991). وينكر تايلور (Taylor,2011) أن المساندة الاجتماعية قد تأتي من مجموعة من المصادر منها: الأسرة، والأصدقاء، والعلاقات الاجتماعية، وزملاء العمل. ويرى جينكوز وأوزلالى (Gencoz&Ozlale, 2004) أنه على الرغم من اختلاف الأشكال التي تقدم بها المساندة الاجتماعية إلا أنها جميعاً

تعمل على تعزيز المزاج الإيجابي، وتحسين الصحة النفسية، وتقوية مهارات المواجهة والدافعية للتعامل مع الضغوط النفسية لدى الفرد.

وللمساندة الاجتماعية وظائف متعددة، فهي تسهم في توفير الراحة النفسية، حيث إن التفاعل الاجتماعي يولد درجة من المشاعر الإيجابية التي تحقق الصحة النفسية وتخفف المعاناة من بعض الاضطرابات النفسية كالقلق، والاكتئاب، والوحدة النفسية، كما أن لها وظيفة نمائية عندما يكون لدى الفرد شبكة من العلاقات الاجتماعية الحميمة التي تساعده على تحقيق التوافق الإيجابي، ولها وظيفة وقائية في مساعدة الفرد على مواجهة الأحداث الخارجية التي يدركها على أنها شاقة وتمثل ضغوط عليه (Cohen, 2004)، (مايكل أرجايل، ١٩٩٣)؛ (محمد محروس، ومحمد السيد عبد الرحمن، ١٩٩٤)، (أسماء السرسى؛ أماني عبد المقصود، ٢٠٠٠)، (السيد محمد عبد المجيد، ٢٠٠٢).

ثانياً: الأطر النظرية المفسرة للمناعة النفسية:

- المناعة النفسية والمفاهيم المرتبطة بها: ونشير إليها فيما يلي:

المناعة النفسية والصلابة النفسية: Psychological Hardines إن الصلابة النفسية تعد من المتغيرات الشخصية الإيجابية التي تساعد الفرد على الوقاية من الآثار النفسية والجسمية الناتجة عن المواقف الضاغطة، فضلاً عن أن غيابها يضعف من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط وتزايد الشكاوي البدنية. (Kobas., 1984:66)

ورغم هذا التداخل بين المفهومين، إلا أن هناك فروقا بينهما، يميزها زيدان (2013: ٨٢١) في أن الصلابة النفسية تمثل حائط صد أو درعا واقيا ضد تأثيرات

الأزمات النفسية وتحييد نتائجها بعد وقوعها، وتتم بطريقة شعورية، في حين أن المناعة النفسية تمثل قدرة العقل على حماية الفرد من الوقوع في الأزمات، ومن ثم منع آثارها السلبية ونتائجها قبل أن تحدث، وذلك بشكل لا شعوري، وهي أكثر وشمولاً وأهمية من الصلابة النفسية.

- المناعة النفسية والمرونة النفسية: Psychological Resilience

تمثل المرونة النفسية الارتداد مرة أخرى إلى حالة التوافق الذي كان عليه الفرد سابقاً، بالإضافة إلي التكيف المرن مع مواقف الحياة، أو العودة من الخبرات السلبية والتكيف المرن مع المطالب المتغيرة، وهي عملية تعكس التكيف الإيجابي رغم خبرات المحنة، أي إنها القدرة على التكيف في مواجهة الصدمة والمحنة والصعوبة والضغط النفسية الشديدة. (Marigold et al., 2010:625) , (Miller, 2008, 218) , (Jindal, Snape & al., 2010:625) ومن ثم يتبين أن المرونة النفسية تمثل الوجه الآخر من الصلابة النفسية، ويمكن اعتبار المرونة النفسية أحد مكونات المناعة النفسية، وتعتبر كل من الصلابة النفسية والمرونة النفسية والمناعة النفسية من سمات الشخصية التي تمثل أسس ودعائم علم النفس الإيجابي Positive psychology والصحة النفسية الإيجابية Positive mental health وويعد كل من الصلابة النفسية والمرونة النفسية مهارة أو استعداد شخصي كامن، أما المناعة النفسية فتعد بمثابة قدرة شخصية فطرية مثل المناعة العضوية، وإن كان كل منها يتم بناؤه لدي الفرد بداية من الطفولة المبكرة وعبر مراحل العمر، ويتم تتميتها من خلال عملية التربية والتنشئة وخبرات وتجارب الفرد في الحياة (زيدان، 2013: 838-841).

- النظريات المفسرة للمناعة النفسية: ونشير إليها باختصار فيما يلي:
- نظرية olah:

اعتمدت هذه النظرية علي مجموعة من الأبعاد المعرفية، والسلوكية، والانفعالية والاجتماعية، والدافعية، والشخصية، والبيئية ، حيث يرى أن هذه الأبعاد غالباً ما تزود الفرد بالمناعة النفسية ضد المواقف الضاغطة والتوتر، فضلاً عن ذلك تدعم النمو النفسي والجسمي، وتؤدي وظيفة المقاومة (Olah 2005:31)

ويشير أولاه أنه من الصعب أن نعتمد علي بعدين أو ثلاثة أبعاد للشخصية، وإهمال باقي الأبعاد، إذ إن هذا التكامل بين هذه الأبعاد يشكل المناعة النفسية (Olah,2006:616) فضلاً عن أن المناعة النفسية تمثل عاملاً أساسياً في حياة الإنسان مثلها مثل المناعة الجسدية التي تساهم في الحماية من الأمراض المختلفة، في حين أن المناعة النفسية تمكن الفرد من المحافظة علي توازنه النفسي والانفعالي، وتجعله أكثر فاعلية علي مواجهة الازمات المختلفة، كما أنها تساعده علي العودة لحالته الطبيعية بعد تعرضه للمشاكل المتباينة التي يواجهها في حياته (Olah et al 2010,102).

يري (أولاه) أن المناعة النفسية تتكون لدي الإنسان منذ اللحظة الأولى من حياته وتتمو وتتطور من خلال الدعم والتعزيز الذي يتلقاه من البيئة سواء كان هذا الدعم مادياً أو معنوياً أو أسرياً أو مجتمعياً (Olah,1995,22).

وقد حدد Olah مكونات المناعة النفسية في: (التفكير الإيجابي، الشعور بالسيطرة، الشعور بالتماسك، مفهوم الذات الإبداعية، الشعور بنمو الذات، التوجه نحو التغيير والتحدي، القدرة علي المراقبة الاجتماعية، القدرة علي حل المشكلات، فاعلية

الذات، القدرة علي التحرك والحشد الاجتماعي، القدرة علي الإبداع الاجتماعي، التزامن، التوجه نحو الهدف، التحكم في الاندفاع، الضبط الانفعالي، السيطرة علي العصب). (Olah. et al ,2012:22).

أسفرت نتائج دراسة زيدان(2013) عن وجود اثني عشر بعداً للمناعة النفسية تتمثل في(التفكير الإيجابي، ضبط النفس والاتزان، حل المشكلات والإبداع، الصمود والصلابة النفسية، فاعلية الذات، الثقة بالنفس، المثابرة والتحدى، المرونة النفسية والتكيف، التفاؤل).

- النظرية المعرفية: Cognitive theory:

أشار بيك Beek أن مواجهة الفرد للأزمات يتوقف على المعنى الذي يضفيه على الأحداث وطريقة تفكيره وإدراكه وتفسيره للأحداث الضاغطة، وهذا يؤثر بلا ريب في ردود أفعاله، حيث يري أن ردود الأفعال ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية، وإنما هي نتاج لميراث فكري، ومن خلال هذا المنظور يتمتع الشخص بقدر من المناعة النفسية تمكنه من رؤية المواقف بأبعاد متباينة تسمح له بأن يسلك مسلكاً إيجابياً(Beek., 1976: 32).

- نظرية المواجهة والهروب: Fight or Flight Theory:

ذكر والتر كانون (Walter Cannon 1926) من خلال بحثه الذي تمحور حول الكيفية التي يستجيب بها كل من الكائن الحي للتهديدات الخارجية، من خلال عدد من الأعمال التي يقوم بها الكائن الحي تستثير الغدد والأعصاب، ومن ثم يتهيأ الجسم لمقاومة الخطر. (القيسي، 2004: 40)، وتوصلت أبحاثه إلي آلية في جسم

الإنسان تسهم في احتفاظه بحاله من الاتزان الحيوي، والرجوع لمواجهة المواقف الضاغطة (عسكر، 2000: 34).

تعتمد هذه النظرية علي مفهوم الاتزان الذي يشير إلي فعالية الجسم في المحافظة على استقرار خصائصه الأساسية، ومن ثم يعد الاتزان العامل الأساسي في قدرة الإنسان على مواجهة المواقف الضاغطة، فالإنسان لديه القدرة علي مواجهة الضغوط التي تكون في حدود قدراته أو أقل، بينما الضغوط الشديدة والمستمرة، يمكن أن تسبب انهيار الأنظمة البيولوجية التي يستخدمها الكائن الحي في مواجهة الضغوط، مما يحتم عليه مقاومة الضغوط أو الهروب بعيداً عنها (السلطان، 2008: 83).

- نظرية متلازمة التكيف العام (GAS) General Adaptation Syndrome

Theory

صاحب هذه النظرية هو العالم هانز سيلبي Selye وقد وجد: أن الجسم لا يقوم باستجابة جسمية نوعية أو محددة للمواقف الضاغطة المختلفة، لكنه يقوم باستجابة جسمية عامة لأي مصدر للضرر والضغط، وقد أطلق على هذا النمط من الاستجابة الجسمية غير المحددة للتهديد أو الخطر "زملة التكيف العام" وتتضمن ثلاث مراحل تتمثل فيما يلي:

- **مرحلة الإنذار Alarm Stage**: يكون الفرد فيها مستعداً لمواجهة التهديد، وذلك من خلال تغيرات في الجهاز العصبي والهرموني فتزداد معدلات الأدرينالين وضربات القلب، والجهاز التنفسي، ومن ثم استجابات انفعالية حادة، تتمثل في الغضب، الخوف، التوتر، الاهتياج، وتعد مرحلة الإنذار استجابة صحية لمواقف ضاغطة، فإذا صار

الضغط مخففاً، عاد الجسم إلى حالته الطبيعية، أما إذا استمر الضغط وازدادت شدته، يدخل الجسم في المرحلة التالية وهي مرحلة المقاومة.

- **مرحلة المقاومة Resistance stage:** تحدث حين يعود الجسم إلى حالته الطبيعية، فتتخفص معدل ضربات القلب والجهاز التنفسي، إلا أن هناك ثمة إشارات تبين أن الجسم لا يزال في حالة مقاومة ودفاع، حيث تظل مستويات الهرمونات مرتفعة، وإذا كانت أساليب المواجهة ناجحة، فإن الجسم يعود لوضعه الطبيعي، بينما إذا استمر الضغط وضعفت أساليب المواجهة، فإن الفرد يدخل في مرحلة الإنهاك.

- **مرحلة الإنهاك Exhaustion stage:** وهي تعقب المقاومة يكون فيها الفرد غير قادر على مواجهة الحدث الضاغط، ويكون الضغط قويا جدا فلا يمكن مقاومته، ومن ثم تتعطل الآليات الدفاعية للفرد فتضعف المقاومة، ولم يركز (سلي) على العوامل الجسمية فقط بل على العوامل النفسية والاجتماعية أيضاً، حيث أشار أن الضغوط تؤثر في مشاعر الفرد وتولد لديه الكراهية والغضب والتحدي.

إن مقدار المناعة النفسية لدى الفرد يتحكم في قدرته على مقاومة المواقف الضاغطة، فكلما زادت المناعة النفسية زادت قدرة الفرد على تخطي تلك المواقف، وكلما قلت المناعة النفسية قلت لديه القدرة على تحمل الصدمات ومقاومة المواقف الضاغطة (إسماعيل، 2004: 43-46).

أبعاد المناعة النفسية:

من خلال استقراء الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت هذا المفهوم يمكن أن نشير إلى أهم مكوناتها فيما يلي: تري (Barbanell, 2009) أن مكونات المناعة النفسية تتمثل في: الحارس الوجداني، والقناعة كسمة، وميكانيزمات الدفاع، في

حين أشارت نتائج دراسة كل من جومبر (Gomber,2009)، وأولاه (Olah,2010) إلى أن مكونات المناعة النفسية تمثلت في ثلاث مجموعات: الأولى: (كفاءة التفكير الإيجابي، الشعور بالتحكم، الشعور بالاتساق، الشعور بنمو الذات). الثانية: تتضمن (المراقبة الاجتماعية، توجه التحدي، مفهوم الذات الابتكارية، التطبيع الاجتماعي، الفاعلية الذاتية، حل المشكلات، توجه الأهداف، الإبداع الاجتماعي). الثالثة: تشمل (ضبط الاندفاع، التحكم العاطفي، ضبط التسرع، التزامن).

بينما حددها أولاه في ستة عشر بعدًا تمثلت في التفكير الإيجابي، والشعور بالسيطرة، والشعور بالتماسك، ومفهوم الذات الإبداعي، والشعور بنمو الذات، والتوجه نحو التغيير والتحدي، والقدرة علي المراقبة الاجتماعية، والقدرة علي الإبداع الاجتماعي، والتزامن، والتوجه نحو الهدف، والتحكم في الاندفاع، والضبط الانفعالي، والسيطرة علي الغضب أو الثورة (Olah, et al,2012:30-31)

وحدها زيدان(2013:838-841) في اثني عشر مكوناً تمثلت في (التفكير الإيجابي، والإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والاتزان، والصلابة والصمود النفسي، والثقة بالنفس، وفاعلية الذات، والتحدي والمثابرة، والمرونة النفسية والتكيف، والتفاوض).

رابعًا: طلاب الجامعة هم فئة من أفراد المجتمع تتمتع بطاقات هائلة يجب استثمارها كي يتمتعوا بصحة نفسية، فالشخص السوي غالباً ما يكون متوافقاً مع نفسه وبيئته، بل وشعوره بالسعادة، والسواء دليل على تمتع الفرد بالصحة النفسية.

الدراسات السابقة وفروض البحث: نتناولها عبر المراحل التالية:

أولاً: المساندة الاجتماعية .

- سعت دراسة السرسى وعبدالمقصود (٢٠٠٠) للتعرف على المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقون وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية كالقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات والدافع للإنجاز وذلك لدى عينة من المراهقين والمراهقات شملت ١٠٠ فرد، واستخدمت الباحثان مقياس المساندة الاجتماعية، مقياس الشعور بالوحدة النفسية، مقياس الاكتئاب للصغار ، مقياس تقدير الذات، اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين، وأسفرت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين المساندة الاجتماعية الانجاز وتقدير الذات، كما توجد فروق دالة بين الجنسين في ادراك المساندة الاجتماعية لصالح الإناث.

- سعت دراسة برجمان (Bergman 2008) لمعرفة علاقة المساندة الاجتماعية بكل من الضغوط النفسية والرضاء عن الحياة، طبقت الفتيات التالية: المساندة الاجتماعية والأعراض النفسية والرضا عن الحياة على عينة بلغ قوامها (٤٣٤) مسناً، وأظهرت النتائج أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وحياته، وتخفف من حدة الضغوط النفسية.

- بينما أجري أبوطالب (٢٠١١) دراسته لمعرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان، تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالب من النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية، وطبقت عليها مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس

الأمن النفسي وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي.

- هدفت دراسة الصميلي (٢٠١٣) لمعرفة المساندة الاجتماعية وعلاقتها بمواقف الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة، وكذلك معرفة الفروق بين عينة الدراسة في المساندة الاجتماعية، تبعاً لمتغيرات: (الجنس، والتخصص الدراسي، والسنة الدراسية)، واعتمدت الدراسة على مقياسين: مقياس المواقف الضاغطة، ومقياس المساندة الاجتماعية وطبقت تلك المقاييس على عينة بلغ قوامها (٢٠٠) والعينة تضمنت السنوات الدراسية الأربع، وأظهرت النتائج: وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير التخصص (مختبرات، حاسب، إدارة) لصالح الإناث، ووجود فروق دالة إحصائية على مقياس الضغوط الحياتية تبعاً لمتغير السنة الدراسية (الأولى، والثانية، والثالثة)، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس مواجهة مواقف الحياة الضاغطة.

- في حين أجري إسماعيل (٢٠١٨) دراسته بهدف التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطلاب، ومعرفة الفروق بين الجنسين (ذكور - إناث) والمرحلة الدراسية (الأولى - الرابعة) بصدد المساندة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٥) طالبا وطالبة، وأشارت النتائج إلى أن أفراد عينة الدراسة لديهم مستوى متوسط من المساندة الاجتماعية، وكانت الإناث أعلى من الذكور في المساندة الاجتماعية، ولم توجد فروق بين الطلاب في السنوات الأولى والرابعة بصدد المساندة الاجتماعية.

هدفت دراسة الوكيل (٢٠٢٠) لمعرفة العلاقة بين الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، الفروق بين التخصص الأكاديمي والفرقة الدراسية بصدد كل من الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، مدي الإسهام النسبي لكل من الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالرضا عن الحياة، وتكونت العينة من (٥٥٠) من طلاب الفرق الأولى والثانية والعينة تضمنت الكليات النظرية والعملية، وطبق عليها مقاييس: الرحمة بالذات، وقائمة المساندة الاجتماعية، الرضا عن الحياة، أظهرت النتائج عدم جود فروق بين ذوي التخصصات النظرية والعملية في كل من الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية والرضا عن الحياة، وعدم وجود فروق بين طلاب الفرق الأولى والثانية بصدد المساندة الاجتماعية.

هدفت دراسة الزهراني (٢٠٢٠) لمعرفة العلاقة بين المساندة النفسية وجودة الحياة، والفروق بين الطالبات ذوي التخصصات النظرية والعملية بصدد المساندة الاجتماعية وجودة الحياة وفاعلية الذات، وتكونت عينة الدراسة من ٢١٠ من طالبات الجامعة، وطبقت عليهن الفئات التالية: مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس فاعلية الذات، ومقياس جودة الحياة، وأظهرت النتائج وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية ووجود الحياة، عدم وجود فروق بين الطالبات ذوي التخصصات النظرية والعملية بصدد المساندة الاجتماعية.

ثانياً: المناعة النفسية:

- سعت دراسة زيدان (2013) لتحديد مفهوم المناعة النفسية ومعرفة أبعادها ومكوناتها، وتكونت عينة من طلاب جامعة المنصورة بلغ قوامها (349) طبق عليهم أداءه لقياس الاستدلال علي فاعلية المناعة، وأسفرت النتائج عن وجود (12) بعد

للمناعة النفسية تتبلور حول التفكير الإيجابي، الإبداع، حل المشكلات، ضبط النفس والالتزان، الصمود والصلابة النفسية، فاعلية لذات، الثقة بالنفس، التحدي، المثابرة، المرونة النفسية، التكيف، التفاؤل.

- سعت دراسة فتحى(2019) للكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية، وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات، والتوجه نحو الهدف، ومعرفة مدى إسهام كل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات، والتوجه نحو الهدف في التنبؤ بالمناعة النفسية، تكونت عينة الدراسة من (152) طالباً وطالبة من المتفوقين دراسياً، طبق عليهم الفنيات التالية: مقياس المناعة النفسية، مقياس الكفاءة الذاتية المدركة، مقياس حل المشكلات، مقياس توجه الهدف، أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين المناعة النفسية وكل من الكفاءة الذاتية المدركة، والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف، ووجود فروق بين الجنسين (ذكور/ إناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور، بينما لم تظهر فروق وفقاً للتخصص (نظري/عملي) بصدد المناعة النفسية، كما كشفت أن المتغيرات الثلاثة تتنبأ بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً من طلاب الجامعة.

- أما دراسة سيليسون(Szelesne., 2006) فسعت لبيان كفاءة نظام المناعة النفسية من خلال خبرات الطفولة المبكرة وخبرات التنشئة الوالدية، اعتمدت الدراسة علي الفنيات التالية: استبانة التأثيرات الديناميكية المتبادلة بين خبرات الطفولة التي تحدد نمط الحياة، ومقياس المناعة النفسية، وطبقت تلك الفنيات علي (١٤٤) طالباً وطالبة جامعي، وتوصلت نتائج إلي خبرات الطفولة المبكرة وخبرات التنشئة الوالدية لها علاقة ارتباطية بدرجة المناعة النفسية، وأن الخبرات الإيجابية تشكل مناعة نفسية قوية لدي

الفرد وتزیده قوة علي مقاومة الضغوط وتمنحهم نمط حياة أكثر سواءً من الطلاب الذين لديهم خبرات طفولية سلبية في نفس الاتجاه

ثالثاً: المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية: نشير لبعض هذه الدراسات فيما يلي:

أجرت الأعجم (٢٠١٣) دراستها بهدف التعرف على العلاقة بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة جامعة ديالى، ومعرفة فروق في مستوى المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة تعزى إلى بعض المتغيرات مثل (النوع والتخصص)، وطبق عليهم مقياسي المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية، وجود فروق دالة إحصائية في درجة المناعة النفسية بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

هدفت دراسة سامبو (Sambu, 2015) إلى التعرف على فعالية الدعم الاجتماعي في تعزيز المرونة النفسية، وتكونت عينة الدراسة تكونت من عدد الناجين، وطبق عليهم مقياس المرونة النفسية واستبانة الدعم الاجتماعي، وأظهرت النتائج أن الدعم الاجتماعي عنصر أساسي في تعزيز المرونة النفسية، وجود علاقة إيجابية بين الدعم الاجتماعي والمرونة النفسية.

كما هدفت دراسة عبد القادر (٢٠١٧) إلى التعرف على العلاقة بين المساندة الاجتماعية وفعالية الذات، وكذلك التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في المساندة الاجتماعية والفعالية الذاتية، وشملت الدراسة (٢٠٠) من طلاب الجامعة منهم (١٠٠ طالب و ١٠٠ طالبة)، واستخدم مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس لفعالية الذات. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين المساندة الاجتماعية

وفعالية الذات، وكان الطلاب أعلى من الطالبات في المساندة الاجتماعية وفعالية الذات.

وكشفت دراسة مالود (٢٠١٨) عن العلاقة المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبا وطالبة من كلية التربية، ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياسي المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية، وأشارت النتائج إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بمناعة نفسية، وأن طلبة الجامعة يتمتعون بمساندة اجتماعية، وأن هناك علاقة قوية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية.

سعت دراسة دسوقي (٢٠٢٠). لبيان العلاقة بين كل من المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية وجود الحياة الصحية، الفروق بين الجنسين في هذه المتغيرات، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٦) طالب وطالبة جامعيين ممن تعافوا من الإصابة بفيروس كورونا، وطبق عليهم الفنيات التالية: مقياس المناعة النفسية، ومقياس المساندة النفسية، ومقياس جودة الحياة الصحية، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية وجودة الحياة الصحية، وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية وجودة الحياة الصحية، وجود فروق بين الجنسين (ذكور-إناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور، وعدم وجود فروق بين الجنسين في المساندة الاجتماعية وجودة الحياة الصحية.

هدفت دراسة بن طالب (٢٠٢١) إلي معرفة مدي إسهام المساندة الاجتماعية بالتنبؤ بالصمود النفسي، والكشف عن علاقة المساندة الاجتماعية بالصمود النفسي، أعتمد الدراسة علي مقياسي أحدهما: مقياس المساندة الاجتماعية والآخر ومقياس

الصمود النفسي، وطبقت تلك المقاييس علي عينة بلغ قوامها مائتين من طلاب المرحلة الثانوية، أسفرت النتائج امكانية التنبؤ بالصمود النفسي من خلال المساندة الاجتماعية، وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية وأبعادها والصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

سعت دراسة محمود، عمر (٢٠٢١) لمعرفة مدى إسهام كل من الأمل والتفاؤل والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية لدى عينه من السيدات المصابات بسرطان الرحم طبقت عليهم الفنيات التالية: مقياس الأمل ومقياس التفاؤل ومقياس المساندة الاجتماعية ومقياس المناعة النفسية، أسفرت النتائج عن إسهام (الأمل - التفاؤل - المساندة الاجتماعية) بالمناعة النفسية. كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية (بين كل من الأمل - والتفاؤل - والمساندة الاجتماعية وبين المناعة النفسية).

هدفت دراسة القصابي (٢٠٢١) إلي معرفة مدى مساهمة المساندة الاجتماعية في المرونة النفسية لدى الطلبة ذوي الإعاقة البصرية بمعهد عمر بن الخطاب للمكفوفين، وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) طالبا وطالبة، وطبق عليها مقياسين: أحدهما المرونة النفسية، والآخر المساندة الاجتماعية، وتوصلت النتائج أن أفراد العينة يتمتعون بدرجة متوسطة من المرونة النفسية بأبعادها المختلفة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى المرونة النفسية، ووجود علاقة إيجابية دالة إحصائيا بين المرونة النفسية والمساندة الاجتماعية، وأن المساندة الاجتماعية أسهمت في التنبؤ بالمرونة النفسية.

التعليق علي الدراسات السابقة:

أولاً: القضايا المتفق عليها:

علي الرغم من اختلاف الدراسات السابقة فيما بينها بصدد منهجية الدراسة والنتائج التي توصلت إليها إلا أنه ثمة اتفاق نشير إليه فيما يلي:

أ- ثمة اتفاق بين أغلب هذه الدراسات علي وجود علاقة إيجابية بين المساندة النفسية وبعض أبعاد المناعة النفسية، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة الأعم (٢٠١٣)، دراسة عبد القادر (٢٠١٧)، دراسة مالود (٢٠١٨)، دراسة بن طالب (٢٠٢١)، دراسة محمود، عمر (٢٠٢١).

ب- اتفقت أغلب الدراسات علي وجود فروق ببين الجنسين بصدد المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية، وهذا ما أجمعت عليه نتائج دراسة: السوسي وعبد المقصود (٢٠٠٠)، وعبد القادر (٢٠١٧)، والأعم (٢٠١٣)، والصميلي (٢٠١٣)، وفتحي (2019)، وإسماعيل (٢٠١٨)

ج- ثمة اتفاق بين بعض الدراسات السابقة علي أن المساندة النفسية تتنبأ بالمناعة النفسية، وهذا ما أكدته نتائج دراسة محمود عمر (٢٠٢١)، والقصابي (٢٠٢١).

د- ندرة الدراسات التي تناولت المساندة النفسية والمناعة النفسية لدي طلاب الجامعة عبر مراحل دراسية متباينة.

أولاً: أوجه الاستفادة:

وتتمثل في اختيار العينة، وصياغة الفروض، ومناقشة النتائج، واقتراح بحوث مستقبلية، وصياغة التوصيات.

ثانياً: الجديد في هذه الدراسة:

ويتمثل إعداد مقياسين أحدهما للمساندة الاجتماعية والآخر للمناعة النفسية، والتحقق من الكفاءة السيكو مترية لهما.

فروض الدراسة: وتتمثل فيما يلي:

- أ- توجد علاقة دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما.
- ب- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين (ذكور/إناث) في المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما.
- ج- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العلمية بصدد كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما.
- د- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي السنة الدراسية الأولى وأقرانهم ذوي السنة الدراسية الرابعة بصدد كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما.
- هـ- تسهم المساندة الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية.

إجراءات الدراسة:**أولاً: منهج الدراسة:**

تعتمد هذه الدراسة علي المنهج الوصفي الارتباطي المقارن باعتباره المنهج الملائم لطبيعة مشكلة الدراسة وأهدافها وفروضها.

ثانياً: عينة الدراسة:

أجري هذا البحث علي عينة من طلاب جامعة جنوب الوادي. وتتضمن ما

يلي:

- عينة استطلاعية:

وتتضمن عشرين طالباً وطالبة لمعرفة وجهة نظرهم حول بنود المقياس ومدى وضوحها، والفترة الزمنية التي تستغرق تطبيق المقياس، وأخذت ملاحظاتهم بعين الاعتبار.

- عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية:

وتكونت من 60 طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم بين 17 - 22 عاماً للتحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة.

- عينة أساسية:

تكونت من مائة وخمسين طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (17-22) عاماً بمتوسط عمري (18.51)، وانحراف معياري (1.48) وسوف نشير إلي خصائص العينة في الجدول التالي:

جدول (1) الخصائص الديموجرافية لعينة الدراسة من طلاب جامعة جنوب الوادي

المتغيرات	العدد	%
النوع	ذكور	44,7
	إناث	55,3
التخصص الدراسي	نظري	53,3
	عملي	46,7
السنة الدراسية	الأولى	49,3
	الرابعة	50,7

تم اختيار العينة من الجنسين (ذكور/إناث) للتحقق مما ذهبت إليه الدراسات من أن متغيرات الدراسة (المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية) تختلف باختلاف النوع مثل دراسة: القصابي (٢٠٢١)، الأعجم (2013)، فتحي (2019)، وذلك للتحقق مما ذهبت إليه الدراسات من أن متغيرات الدراسة (المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية) تختلف باختلاف التخصص الدراسي مثل دراسة: الأعجم (2013)، فتحي (2019)، وتضمنت العينة مراحل دراسية متباينة، للتحقق مما ذهبت إليه الدراسات من أن متغيرات الدراسة (المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية) تختلف باختلاف المراحل الدراسية مثل دراسة الصميلي (٢٠١٣).

ثالثاً: أدوات الدراسة:

وتتضمن مقياس المساندة النفسية، ومقياس المناعة النفسية، وسوف نستعرض كل أداة فيما يلي:

أولاً: مقياس المساندة الاجتماعية :

وقد مر المقياس بعدة خطوات نجملها فيما يلي:

أ- دراسة وتحليل الأطر النظرية والدراسات المرتبطة بالمساندة الاجتماعية، بهدف معرفة وجهات النظر المتباينة في تحليل وتفسير المساندة الاجتماعية مما يساعد في تحديد مكوناته.

ب- تم تصميم استبانة مفتوحة طبقت علي عينة استطلاعية تكونت من ٢٠ طالباً وطالبة، وكان من نتائجها كتابة بعض البنود.

ج- الاطلاع علي المقاييس السابقة المعنية بقياس المساندة الاجتماعية باعتبار هذه الخطوة عاملاً مهماً في تحديد مكونات المقياس، فضلاً عن التعرف بصورة عملية علي

كيفية كتابة البنود، وما إلي ذلك من فنيات بناء المقياس، ومن هذه المقاييس: مقياس الحب الأسري (الخالد 2010). ومقياس السوسي وعبدالمقصود (٢٠١٢)، ومقياس النجار (٢٠١٢) ومقياس دسوقي (٢٠٢١)، ومقياس عمر ومحمد (٢٠٢١)، ومقياس السيد (٢٠٢١)

مكونات المقياس:

في ضوء استقراء الأطر النظرية المرتبطة بالمساندة الاجتماعية وتحليل مكونات المقاييس سالفة الذكر ونتائج الاستبانة المفتوحة، تم استخلاص المكونات الأساسية للمقياس، ثم صياغة البنود تبعاً لشروط الصياغة العلمية، وقد تضمن المقياس في صورته المبدئية ٤٧ بنداً. وحذفت منه سبعة بنود بعد التحكيم، وأصبح المقياس في صيغته النهائية يتكون من ٤٠ بنداً وزعت علي أربعة مكونات بشكل دائري هي:

جدول (٢) مفردات المقياس موزعة علي مكوناته

المجموع	أرقام البنود	المكونات
11	٤٠-٣٧-٣٣-٢٩-٢٥-٢١-١٧-١٣-٩-٥-١	المساندة الأسرية
٩	٣٤-٣٠-٢٦-٢٢-١٨-١٤-١٠-٦-٢	مساندة الزملاء
10	٣٨-٣٥-٣١-٢٧-٢٣-١٩-١٥-١١-٧-٣	المساندة المعرفية
١٠	٣٩-٣٦-٣٢-٢٨-٢٤-٢٠-١٦-١٢-٨-٤	المساندة الوجدانية

وتم تحديد بدائل الاستجابة من خلال مراجعة المقاييس المرتبطة بهذا المتغير والدراسات السابقة عبر مقياس ثلاثي متدرج يتمثل في ثلاث استجابات (دائماً- أحياناً- لا) وتقدر بالدرجات (١-٢-٣) ما عدا البنود السلبية ٩- ١١- ١٢- ١٦- ٢١- ٢٢-

٢٥ - ٣٠-٣٣-٣٧-٣٨ ، تقدر بالدرجات (١، ٢، ٣) ومن ثم تكون الدرجة العليا ١٢٠ وتكون الدرجة الدنيا ٤٠.

الكفاءة السيكو مترية للمقياس:

تتضمن الكفاءة السيكو مترية، توفير خصائص الثبات والصدق، ويتضح ذلك فيما يلي:

أولاً: الثبات:

تم حساب الثبات بثلاث طرق هي ألفا لكر و نباخ، والتجزئة النصفية، والاتساق الداخلي، وقد تم حساب الثبات على عينة الكفاءة السيكومترية، وسوف نشير إلي ذلك من خلال الجداول التالية:

جدول (٣) حساب قيم الثبات للمقياس

التجزئة النصفية	الفا لكر و نباخ	المقياس ومكوناته
.854	.613	المساندة الأسرية
.912	.748	مساعدة الزملاء
.784	.791	المساندة المعرفية
.620	.677	المساندة الوجدانية
.846	.887	الدرجة الكلية

جدول (٤) حساب معامل الثبات من خلال الاتساق الداخلي بين البعد والدرجة الكلية

معامل الارتباط	الدرجة الكلية المكونات
.720	المساندة الأسرية
.705	مساعدة الزملاء
.838	المساندة المعرفية
.855	المساندة الوجدانية

ثانياً: الصدق:

تم حساب صدق المقياس بأربع طرق هي (صدق البناء والتكوين، وصدق المحكمين، والصدق التمييزي، والصدق المحكي)، ونوضح ذلك فيما يلي:

- صدق البناء والتكوين:

اشتق المقياس، ومكوناته، وبنوده، من تحليل روافد المعرفة المختلفة (نظريات، ومقاييس، ودراسة استطلاعية) مما ساعد علي صياغة التعريف الإجرائي للمفهوم، ومن ثم استخلاص مكونات المقياس، وبناءً عليه فإن المقياس يصبح صادقاً من حيث البناء والتكوين.

- صدق المحكمين⁽¹⁾:

تم عرض المقياس على خمس أساتذة في علم النفس لإبداء وجهة نظرهم حول بنود المقياس، وقد تم استبعاد البنود التي لم تحظ بنسبه اتفاق 80% من المحكمين.

- الصدق التمييزي:

تم حسابه علي عينة الدراسة وقوامها ١٥٠ طالباً وطالبة، وتم تقسيمها وفقاً لدرجاتهم علي المقياس إلى منخفضين ومتوسطين ومرتفعين؛ وذلك بحساب أقل درجة حصل عليها مفحوص وأعلى درجة حصل عليها مفحوص، ثم حساب الفرق بينهما وقسمته على ٣، وأسفرت النتائج عن وجود ٢١ في فئة المنخفضين، و٧٦ في فئة المتوسطين، و٥٣ في فئة المرتفعين، وكانت أقل درجة حصل عليها مفحوص في المكون الأول ١٦، وأعلى درجة حصل عليها مفحوص ٣٠، وفي المكون الثاني 11 و٢٧ وفي المكون الثالث ١٧، ٣١ في حين كانت ١٦ و ٣٠ في المكون الرابع بينما

كانت ٦٤ وأعلى درجة ١١٥ في الدرجة الكلية على المقياس وتم استخدام تحليل التباين الأحادي لبيان قدرة المقياس ومكوناته وبنوده على التمييز بين المجموعات المتباينة، والجدول التالي يعرض النتيجة.

جدول (٥) تحليل التباين الأحادي لبيان الفروق بين المجموعات المتباينة لمقياس

المساندة النفسية

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
١م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٤٣٩ ٢٥,٨٥٥ ٣٤,٢٩٣	٤,٢١٩ .١٧٦	23.989	٠,٠٠١
٢م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١٠,٧٦٧ ٤٧,٩٢٧ ٥٨,٦٩٣	٥,٣٨٣ .٣٢٦	16.512	٠,٠٠١
٣م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١١,٥٨٤ ٥٢,٦٠٩ ٦٤,١٩٣	٥,٧٩٢ .٣٥٨	16.184	٠,٠٠١
٤م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١,٦٢١ ٣٤,٣٧٩ ٣٦,٠٠٠	.٨١٠ .٢٣٤	3.464	.034
٥م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٥,٣٦٨ ٢٧,٩٩٢ ٣٣,٣٦٠	٢,٦٨٤ .١٩٠	14.095	٠,٠٠١
٦م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٧٢٧ ٣٨,٧٦٧ ٤٧,٤٩٣	٤,٣٦٣ .٢٦٤	16.546	٠,٠٠١
٧م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٢١,١٥٥ ٦٢,٤١٨ ٨٣,٥٧٣	١٠,٥٧٧ .٤٢٥	24.911	٠,٠٠١

الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	مجموع المربعات	د. ح	مصدر التباين	م
٠,٠٠١	15.845	٤,٠٧٩ .٢٥٧	٨,١٥٨ ٣٧,٨٤٢ ٤٦,٠٠٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٨م
.095	7.016	٢,٥٣٥ .٣٦١	٥,٠٧١ ٥٣,١٢٣ ٥٨,١٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٩م
٠,٠٠١	14.200	٥,٣٩١ .٣٨٠	١٠,٧٨٢ ٥٥,٨١١ ٦٦,٥٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	١٠م
٠,٠٠١	6.840	٢,٦٠٨ .٣٨١	٥,٢١٦ ٥٦,٠٤٤ ٦١,٢٦٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	١١م
٠,٠٠١	6.566	٣,٠٤٢ .٤٦٣	٦,٠٨٤ ٦٨,١٠٩ ٧٤,١٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	12م
٠,٠٠١	16.465	٤,٦٠٠ .٢٧٩	٩,٢٠١ ٤١,٠٧٣ ٥٠,٢٧٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	١٣م
٠,٠٠١	19.398	٤,٥٩١ .٢٣٧	٩,١٨٢ ٣٤,٧٩١ ٤٣,٩٧٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	١٤م
٠,٠٠١	37.114	١١,٨٠٦ .٣١٨	٢٣,٦١٢ ٤٦,٧٦١ ٧٠,٣٧٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	15م
٠,٠٠١	8.593	٤,٠٢٧ .٤٦٩	٨,٠٥٣ ٦٨,٨٨٧ ٧٦,٩٤٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	16م
٠,٠٠١	15.463	٤,٠٤٦ .٢٦٢	٨,٠٩٣ ٣٨,٤٦٧ ٤٦,٥٦٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	١٧م
٠,٠٠١	33.579	٨,٨٢٣	١٧,٦٤٧	2	بين المجموعات	١٨م

الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	مجموع المربعات	د. ح	مصدر التباين	النسبة
		.٢٦٣	٣٨,٦٢٦	147	داخل المجموعات	
			٥٦,٢٧٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	23.623	٥,٦١٨	١١,٢٣٦	2	بين المجموعات	١٩م
		.٢٣٨	٣٤,٩٥٨	147	داخل المجموعات	
			٤٦,١٩٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	15.710	٧,٣٨٧	١٤,٧٧٤	2	بين المجموعات	٢٠م
		.٤٧٠	٦٩,١٢٠	147	داخل المجموعات	
			٨٣,٨٩٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	11.480	٤,٦٠٦	٩,٢١٢	2	بين المجموعات	٢١م
		.٤٠١	٥٨,٩٨١	147	داخل المجموعات	
			٦٨,١٩٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	5.890	٢,٦٤٦	٥,٢٩٢	2	بين المجموعات	٢٢م
		.٤٤٩	٦٦,٠٤١	147	داخل المجموعات	
			٧١,٣٣٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	18.395	٦,٨٦٢	١٣,٧٢٤	2	بين المجموعات	٢٣م
		.٣٧٣	٥٤,٨٣٦	147	داخل المجموعات	
			٦٨,٥٦٠	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	20.823	٩,١٦٦	١٨,٣٣٢	2	بين المجموعات	٢٤م
		.٤٤٠	٦٤,٧٠٨	147	داخل المجموعات	
			٨٣,٠٤٠	149	العينة الكلية	
.154	1.892	١,٠٣٦	٢,٠٧٢	2	بين المجموعات	٢٥م
		٥٤٨.	٨٠,٥٢١	147	داخل المجموعات	
			٨٢,٥٩٣	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	9.025	٣,١٨٧	٦,٣٧٥	2	بين المجموعات	٢٦م
		.٣٥٣	٥١,٩١٨	147	داخل المجموعات	
			٥٨,٢٩٣	149	العينة الكلية	
0.05	21.199	٥,٥٥٨	١١,١١٧	2	بين المجموعات	٢٧م
		.٢٦٢	٣٨,٥٤٣	147	داخل المجموعات	
			٤٩,٦٦٠	149	العينة الكلية	
٠,٠٠١	13.876	٣,٧٧١	٧,٥٤٢	2	بين المجموعات	٢٨م
		.٢٧٢	٣٩,٩٥١	147	داخل المجموعات	
			٤٧,٤٩٣	149	العينة الكلية	

الدلالة	قيمة ف	متوسط المربعات	مجموع المربعات	د. ح	مصدر التباين	م
.252	1.390	.٤٤٣ .٣١٩	٨٨٧. ٤٦,٩٠٧ ٤٧,٧٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٢٩م
.٠,٠٠١	8.406	٣,٥٨١ .٤٢٦	٧,١٦٣ ٦٢,٦٣١ ٦٩,٧٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٠م
0.001	19.076	٨,١٠٨ .٤٢٥	١٦,٢١٦ ٦٢,٤٧٨ ٧٨,٦٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣١م
0.001	9.890	٢,٧٨٧ .٢٨٢	٥,٥٧٣ ٤١,٤٢٠ ٤٦,٩٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٢م
0.001	12.468	٣,٧٠٥ .٢٩٧	٧,٤١٠ ٤٣,٦٨٣ ٥١,٠٩٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٣م
0.001	6.668	٢,٧٢٧ .٤٠٩	٥,٤٥٤ ٦٠,١١٩ ٦٥,٥٧٣	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٤م
0.001	29.237	١١,٩٣٠ .٤٠٨	٢٣,٨٥٩ ٥٩,٩٨١ ٨٣,٨٤٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٥م
0.001	9.098	٣,٧٠٩ .٤٠٨	٧,٤١٨ ٥٩,٩٢٢ ٦٧,٣٤٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٦م
0.001	23.016	٦,٢٦٤ .٢٧٢	١٢,٥٢٩ ٤٠,٠١١ ٥٢,٥٤٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٧م
.027	3.705	١,٣١١ .٣٥٤	٢,٦٢٢ ٥٢,٠١٨ ٥٤,٦٤٠	2 147 149	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٣٨م
0.001	26.864	١٠,٦١٨ .٣٩٥	٢١,٢٣٥ ٥٨,٠٩٨	2 147	بين المجموعات داخل المجموعات	٣٩م

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
	العينة الكلية	149	٧٩,٣٣٣			
٤٠م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٠٢٠ ٣٥,٣١٣ ٤٣,٣٣٣	٤,٠١٠ ٢٤٠	16.694	0.001
المساعدة الأسرية	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٦٨٧,٤٠١ ٩٢١,٩٩٢ ١٦٠,٩,٣٩ ٣	٣٤٣,٧٠ ١ ٦,٢٧٢	54.799	0.001
مساعدة الزملاء	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٦٩٢,٧٢٤ ٩١٣,٤٦٩ ١٦٠,٦,١٩ ٣	٣٤٦,٣٦ ٢ ٦,٢١٤	55.738	0.001
المساعدة المعرفية	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١٢٥٨,١٧ ٣ ٩٢٣,٤٠٠ ٢١٨١,٥٧ ٣	٦٢٩,٠٨ ٧ ٦,٢٨٢	100.147	0.001
المساعدة الوجدانية	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨٥٢,٣٨٠ ٧٠١,٩١٣ ١٥٥٤,٢٩ ٣	٤٢٦,١٩ ٠ ٤,٧٧٥	89.256	0.001
الدرجة الكلية	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	٢ ١٤٧ ١٤٩	١٣٦٥١,٨ ٨٥ ٣٦٢٤,٠٨ ٩ ١٧٢٧٥,٩ ٧٣	٦٨٢٥,٩ ٤٢ ٢٤,٦٥٤	276.873	0.001

يتضح من الجدول (٥) قدرة المقياس ومكوناته الفرعية على التمييز بين المجموعات الثلاث، كما ميزت بنود المقياس بين المجموعات الثلاث، وتشير النتائج السابقة إلى تمتع المقياس بالصدق، فقد ميزت بنود المقياس ومكوناته الفرعية ودرجته الكلية بين المجموعات المتناقضة.

- صدق المحك:

تم تطبيق هذا المقياس مع مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية من إعداد ترنر وآخرين (Turner, et al, 1983) لقياس أبعاد المساندة الاجتماعية، ترجمة محمد محروس الشناوي ومحمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٤) وهو مقياس يتكون من (١٥) بنداً موزعة على بُعدى المساندة الأسرية ومساندة الأصدقاء، وقد ثبت ثباته وصدقه في العديد من الدراسات العربية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية على المقياسين، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين ٠.٧٦٣. وتشير هذه النتيجة إلى تمتع المقياس بالصدق.

ثانياً: مقياس المناعة النفسية: psychological immunity scale

وقد مر المقياس بنفس الخطوات التي اتبعت في المقياس السابق، وهي كالتالي:

أ- دراسة وتحليل الأطر النظرية والدراسات المرتبطة بالمناعة النفسية، بهدف معرفة وجهات النظر المتباينة في تحليل وتفسير المناعة النفسية مما يساعد في تحديد مكوناته.

ب- تم تصميم استبانة مفتوحة طبقت علي عينة استطلاعية تكونت من (20) طالباً وطالبة، وكان من نتائجها كتابة بعض البنود.

ج- الاطلاع علي المقاييس السابقة المعنية بقياس المناعة النفسية باعتبار هذه الخطوة عاملاً مهماً في تحديد مكونات المقياس، فضلاً عن التعرف بصورة عملية علي كيفية

كتابة البنود، وما إلى ذلك من فنيات بناء المقياس، ومن هذه المقاييس: مقياس (1998) (Gilbert et al.,)، مقياس زيدان (2013)، ومقياس الأعجم (2013)، ومقياس (Bona K., 2014)، مقياس الشريف (2016)، مقياس فتحي (2019)، ومقياس الصمود النفسي (البحيري، 2011)، مقياس الصمود النفسي (بخيت ومحمد، 2016).

مكونات المقياس:

في ضوء استقراء الأطر النظرية المرتبطة بالمناعة النفسية وتحليل مكونات المقاييس سالفة الذكر ونتائج الاستبانة المفتوحة، تم استخلاص المكونات الأساسية للمقياس، ثم صياغة البنود تبعاً لشروط الصياغة العلمية، وقد تضمن المقياس في صورته المبدئية ٤٥ بنداً. وحذفت منه خمسة بنود بعد التحكيم، وأصبح المقياس في صيغته النهائية يتكون من ٣٥ بنداً وزعت علي أربعة مكونات بشكل دائري؛ هي:

جدول (6) مفردات المقياس موزعة علي مكوناته

المجموع	أرقام البنود	المكونات
9	33-29-25- 21 -17-13 -9-٥-١	التحدي
8	30-٢٦ -٢٢-١٨-١٤-١٠-٦-٢	التقاؤل
10	35-34-31-27-23 -19-15-١١-٧-٣	فاعلية الذات
8	32-28-24 -20-16-12-٨-٤	الثقة بالنفس

تم تحديد بدائل الاستجابة من خلال مراجعة المقاييس المرتبطة بهذا المتغير، والدراسات السابقة، عبر مقياس ثلاثي متدرج يتمثل في ثلاث استجابات (دائماً- أحياناً- لا) وتقدر بالدرجات (1-2-3) ما عدا البنود السلبية ذات الأرقام 9-16-21-28-٣٢-34 تقدر بالدرجات (1، 2، 3) ومن ثم تكون الدرجة العليا 105 وتكون الدرجة الدنيا 35.

الكفاءة السيكو مترية للمقياس: تتضمن الكفاءة السيكو مترية، توفير خصائص الثبات والصدق، ويتضح ذلك فيما يلي:

أولاً: الثبات:

تم حساب الثبات بثلاث طرق هي ألفا لكر و نباخ، والتجزئة النصفية، والاتساق الداخلي، وتم حساب الثبات على عينة الكفاءة السيكو مترية، وسوف نشير إلي ذلك من خلال الجداول (7)، (8).

جدول (7) حساب قيم الثبات للمقياس

التجزئة النصفية	الفا لكر و نباخ	معاملات الثبات المقياس ومكوناته
.439	.460	التحدي
.783	.532	التفاؤل
.733	.547	فاعلية الذات
.685	.530	الثقة بالنفس
.741	.813	الدرجة الكلية

جدول (8) حساب معامل الثبات من خلال الاتساق الداخلي بين المكون والدرجة

الكلية

معامل الارتباط	معاملات الثبات المكونات الدرجة المكونات
.832	التحدي
.730	التفاؤل
.827	فاعلية الذات
.732	الثقة بالنفس

ثانياً: الصدق:

تم حساب صدق المقياس بأربع طرق هي: (صدق البناء والتكوين، وصدق المحكمين، والصدق التمييزي، والصدق المحكي) ونوضح ذلك فيما يلي:

- صدق البناء والتكوين:

اشتق المقياس، ومكوناته، وبنوده، من تحليل روافد المعرفة المختلفة (نظريات، ومقاييس، ودراسة استطلاعية) مما ساعد علي صياغة التعريف الإجرائي للمفهوم، ومن ثم استخلاص مكونات المقياس، وبناءً عليه فإن المقياس يصبح صادقاً من حيث البناء والتكوين.

- صدق المحكمين^(٢):

تم عرض المقياس على خمسة أساتذة في علم النفس لإبداء وجهة نظرهم حول بنود المقياس، وقد تم استبعاد البنود التي لم تحظ بنسبه اتفاق 80% من المحكمين.

- قدرة المقياس علي التمييز:

تم حسابه علي عينة الدراسة وقوامها 150 طالباً وطالبة، وتم تقسيمها وفقاً لدرجاتهم علي المقياس إلى منخفضين ومتوسطين ومرتفعين؛ وذلك بحساب أقل درجة حصل عليها مفحوص وأعلى درجة حصل عليها مفحوص، ثم حساب الفرق بينهما وقسمته على 3، وأسفرت النتائج عن وجود 21 في فئة المنخفضين، 76 في فئة المتوسطين، و53 في فئة المرتفعين، وكانت أقل درجة حصل عليها المفحوص في المكون الأول 16، وأعلى درجة حصل عليها 23، وفي المكون الثاني كانت أقل درجة حصل عليها المفحوص 11، وأعلى درجة حصل عليها ٢٤، وفي المكون الثالث كانت أقل درجة حصل عليها المفحوص ١٦، وأعلى درجة حصل عليها ٢٧، وفي

المكون الرابع كانت أقل درجة حصل المفحوص 16، وأعلى درجة حصل عليها 24، بينما كانت أقل درجة 60، وأعلى درجة 96 في الدرجة الكلية على المقياس، وتم استخدام تحليل التباين الأحادي لبيان قدرة المقياس ومكوناته وبنوده على التمييز بين المجموعات المتباينة، والجدول التالي يعرض النتيجة.

جدول (9) تحليل التباين الأحادي لبيان الفروق بين المجموعات المتباينة

لمقياس المناعة النفسية

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
1م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	2,159 41,315 43,473	1,079 .281	3.841	0.05
2م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	8,949 55,884 64,833	4,475 .380	11.770	0,001
3م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	4,410 47,430 51,840	2,205 .323	6.834	0,001
4م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	7,633 53,627 61,260	3,816 .365	10.461	0,001
5م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	17,642 73,131 90,773	8,821 .497	17.731	0,001
6م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	11,162 38,631 49,793	5,581 .263	21.237	0,001
7م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	8,499 54,094 62,593	4,250 .368	11,048	0,001
8م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	6,135 69,658 75,793	3,068 .474	6,473	0,001
9م	بين المجموعات داخل المجموعات	2 147	6,897 78,576	3,449 .535	6,452	0,01

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
	العينة الكلية	149	٨٥,٤٧٣			
10م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٥,٨٥٨ ٤٥,٤٧٦ ٥١,٣٣٣	٢,٩٢٩ .٣٠٩	9.467	٠,٠٠١
11م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٥,٦٧٤ ٥٤,٧٠٠ ٦٠,٣٧٣	٢,٨٣٧ .٣٧٢	٧,٦٢٤	٠,٠٠١
12م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٥,٠١١ ٤٩,٦٨٣ ٥٤,٦٩٣	٢,٥٠٥ .٣٣٨	٧,٤١٣	٠,٠٠١
13م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٤,٢٠٣ ٤٥,٢٩٧ ٤٩,٥٠٠	٢,١٠١ .٣٠٨	٦,٨٢٠	٠,٠٠١
14م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٩,٦٤٠ ٥٠,٩٠٠ ٦٠,٥٤٠	٤,٨٢٠ .٣٤٦	١٣,٩٢١	٠,٠٠١
15م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٤,٧١٣ ٦٦,٦٢٠ ٧١,٣٣٣	٢,٣٥٧ .٤٥٣	٥,٢٠٠	٠,٠٠١
16م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٣,٠١٣ ٤٩,٨٢٠ ٥٢,٨٣٣	١,٥٠٧ .٣٣٩	٤,٤٤٦	0.05
17م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٧,٢٠٥ ٤٦,٣٦٨ ٥٣,٥٧٣	٣,٦٠٣ .٣١٥	١١,٤٢١	٠,٠٠١
18م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٩,٢٣٤ ٦٢,٢٥٩ ٧١,٤٩٣	٤,٦١٧ .٤٢٤	10.901	٠,٠٠١
19م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١٤,٢٨٣ ٦٩,٠٥١ ٨٣,٣٣٣	٧,١٤١ .٤٧٠	١٥,٢٠٣	٠,٠٠١
20م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٤,٠٧٧ ٤٤,٨٨٣ ٤٨,٩٦٠	٢,٠٣٩ .٣٠٥	٦,٦٧٧	٠,٠٠١
21م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٣,٧٢٠ ٨١,٦١٣ ٨٥,٣٣٣	١,٨٦٠ .٥٥٥	٣,٣٥٠	0.05

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
22م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٤,٣٣٣ ٥٢,٧٤٠ ٥٧,٠٧٣	٢,١٦٦ .٣٥٩	٦,٠٣٨	٠,٠١
23م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١١,٤٠٨ ٧١,٥٨٥ ٨٢,٩٩٣	٥,٧٠٤ .٤٨٧	١١,٧١٣	٠,٠٠١
24م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٢,٦٠٣ ٤٥,١٩٠ ٤٧,٧٩٣	١,٣٠٢ .٣٠٧	٤,٢٣٤	0.05
25م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٢٥٧ ٨٢,٢٠٣ ٩٠,٤٦٠	٤,١٢٨ .٥٥٩	٧,٣٨٢	٠,٠٠١
26م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١٠,٨٠٤ ٩٧,٠٦٩ ١٠٧,٨٧٣	٥,٤٠٢ .٦٦٠	٨,١٨١	٠,٠٠١
27م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,١١٤ ٦٣,٨٥٩ ٧١,٩٧٣	٤,٠٥٧ .٤٣٤	٩,٣٣٩	0.001
28م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٤٤٨ ٧٨,٢٢٦ ٨٦,٦٧٣	٤,٢٢٤ .٥٣٢	٧,٩٣٧	0.001
29م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١,٨٨٤ ٤٣,٤٥٦ ٤٥,٣٤٠	.٩٤٢ .٢٩٦	3.187	0.05
30م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١٢,٨٠٤ ٥٨,٦٩٦ ٧١,٥٠٠	٦,٤٠٢ .٣٩٩	16.034	0.001
31م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٤,٢٢٧ ٧٤,٦٠٧ ٧٨,٨٣٣	٢,١١٣ .٥٠٨	4.164	0.05
٣٢ م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	٨,٤٥٥ ٦٤,٨٧٩ ٧٣,٣٣٣	٤,٢٢٧ .٤٤١	9.578	0.001
٣٣ م	بين المجموعات داخل المجموعات العينة الكلية	2 147 149	١,٩٦٠ ٤٧,٠٨٠ ٤٩,٠٤٠	.٩٨٠ .٣٢٠	3.060	0.05
34م	بين المجموعات	2	٦,١٤٨	٣,٠٧٤	6.916	0.001

المتغير	مصدر التباين	د. ح	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة
	داخل المجموعات	147	٦٥,٣٤٥	.٤٤٥		
	العينة الكلية	149	٧١,٤٩٣			
0.001	بين المجموعات	2	١٢,٨٣٠	٦,٤١٥	12.784	
	داخل المجموعات	147	٧٣,٧٦٤	.٥٠٢		
	العينة الكلية	149	٨٦,٥٩٣			
0.001	بين المجموعات	2	٦١٥,٩٦٦	٣٠٧,٩٨	64.967	
	داخل المجموعات	147	٦٩٦,٨٦٧	٣		
	العينة الكلية	149	١٣١٢,٨٣٣	٤,٧٤١		
0.001	بين المجموعات	2	٦٣٠,٤٥١	٣١٥,٢٢	46.506	
	داخل المجموعات	147	٩٩٦,٣٨٣	٥		
	العينة الكلية	149	١٦٢٦,٨٣٣	٦,٧٧٨		
0.001	بين المجموعات	2	٥١٤,٥٩٣	٢٥٧,٢٩	53.981	
	داخل المجموعات	147	٧٠٠,٦٦٧	٦		
	العينة الكلية	149	١٢١٥,٢٦٠	٤,٧٦٦		
0.001	بين المجموعات	2	٤٦٠,٧٢٣	٢٣٠,٣٦	39.993	
	داخل المجموعات	147	٨٤٦,٧١٧	١		
	العينة الكلية	149	١٣٠٧,٤٤٠	٥,٧٦٠		
0.001	بين المجموعات	٢	٨٨٠٩,٩٩٣	٤٤٠٤,٩	147.258	
	داخل المجموعات	١٤٧	٤٣٩٧,٢٦٧	٩٦		
	العينة الكلية	١٤٩	١٣٢٠٧,٢٦	٢٩,٩١٣		

يتضح من الجدول (9) قدرة المقياس ومكوناته الفرعية على التمييز بين المجموعات الثلاث، كما ميزت بنود المقياس بين المجموعات الثلاث، وتشير النتائج السابقة إلى تمتع المقياس بالصدق، فقد ميزت بنود المقياس ومكوناته الفرعية ودرجته الكلية بين المجموعات المتباينة.

- صدق المحك:

تم تطبيق هذا المقياس مع مقياس فتحي (2019) ويتكون (54) بنداً على عينة الكفاءة السيكو مترية، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية على

المقياسين، وبلغ معامل الارتباط بين المقياسين 763،. وتشير هذه النتيجة إلى تمتع المقياس بالصدق.

ثالثا: نتائج الدراسة:

أولاً: الفرض الأول:

ونصه - "توجد علاقة دالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتها، ولتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين متوسط درجات عينة الدراسة بصدد المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتها.

جدول (١٠) معاملات الارتباط بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتها لدى عينة الدراسة

الدرجة الكلية		الثقة بالنفس		فاعلية الذات		التفاؤل		التحدي		المناعة النفسية
الدلالة	ر	الدلالة	ر	الدلالة	ر	الدلالة	ر	الدلالة	ر	المساندة الاجتماعية
.001	.426	.010	.209	.001	.315	.001	.446	.001	.344	المساندة الأسرية
.01	.241	.151	.118	.001	.235	.001	.291	.241	.096	مساندة الزملاء
.001	.527	.001	.270	.001	.439	.001	.530	.001	.389	المساندة المعرفية
.001	.494	.001	.301	.001	.404	.000	.483	.001	.340	المساندة الوجدانية
.001	.510	.001	.270	.001	.423	.001	.534	.001	.348	الدرجة الكلية

يتبين من الجدول (١٠) وجود علاقة إيجابية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتها لدى عينة الدراسة مما يشير إلى تحقق الفرض كليا، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الأعم (٢٠١٣) والتي أظهرت وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية، ودراسة الشناوي (٢٠١٧) والتي أسفرت عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية

بين المهارات الاجتماعية والصلابة النفسية، ودراسة مالود (٢٠١٨) والتي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية، ودراسة طالب (٢٠٢١) والتي بينت وجود علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية وأبعادها والصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية، ودراسة محمود وعمر (٢٠٢١) والتي أظهرت وجود علاقة إيجابية (بين كل من الأمل - والتفاؤل - والمساندة الاجتماعية وبين المناعة النفسية، ودراسة القصابي (٢٠٢١) والتي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين المرونة النفسية والمساندة الاجتماعية كأحد مكونات المناعة النفسية، وهذه العلاقة منطقية ومتسقة مع نتائج الدراسات السابقة والتراث النفسي، فالمساندة الاجتماعية ذات أثر إيجابي على المناعة النفسية، وهذا يعني أنه كلما زادت معدلات المساندة الاجتماعية من الأسرة والجيران والمجتمع زادت مستوى المناعة النفسية. فالمساندة الاجتماعية غالباً ما تؤدي إلى رفع روح التحدي والمقاومة لدى الفرد، وهذا من خلال حجم العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين، ويمكن أن يعزي ذلك بأن المساندة الاجتماعية مصدرًا مهمًا من مصادر المناعة النفسية للطالب الجامعي من محيطه الذي ينتمي إليه، فعندما يشعر أنه ليس بوسعه مواجهة ضغوط الحياة، فإنه يكون في أمس الحاجة إلى مساعدة الآخرين له، وهذا يزيد من قدرته على مواجهة تلك الضغوط وإعادة توازنه النفسي، ومن ثم فإن المساندة غالباً ما تقوى من شخصيته وتجعله قادراً على التوافق الإيجابي مع الأحداث الحياتية الضاغطة والمؤلمة، وتخلق نمطاً من الشخصية شديد الاحتمال تتمتع بمناعة نفسية، كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الأطر النظرية حيث يرى جاب الله (٢٠٠٦: ١٨٥) أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من خلال الجماعات التي ينتمي إليها (كالأسرة، والأصدقاء، والزملاء في العمل.... الخ) تقوم بدور كبير في خفض الآثار السلبية للأحداث والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية.

وأشار الشناوى؛ عبد الرحمن.(١٩٩٤) بأن المساندة الاجتماعية لها أثر مفيد على الصحة النفسية والبدنية، حيث إنها تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة، وأكد عبد السلام (٢٠٠٥: ٨٩) على أن الحياة مع الجماعة، والانتماء لمجموعة من الأصدقاء، أو لشبكة من العلاقات الاجتماعية والأسرية المنظمة تعتبر من المصادر الرئيسية التي تجعل للحياة معنى، ومن ثم توجهنا في عمومها للصحة والكفاح والتحدي، وتحملنا في نفس الوقت مقاومة الضغوط وتحملها.

ويمكن تفسير ذلك أن المساندة الاجتماعية والتي تتمثل في مساعدة الاسرة والزملاء والقائمين علي العملية التعليمية سواء كانت مادية أو معرفية أو وجدانية تزيد من درجة الاستقلالية وتؤثر ايجابياً علي شخصية الطلاب وصحتهم النفسية، بل وتزيد من قدرتهم علي التحدي والمثابرة في مواجهة الظروف الحياتية والتفكير البناء في حلها، وهذا يساعد في تعزيز المناعة النفسية لديهم، وفي ذلك كشف نتائج دراسة مالود(2018) أن الأفراد الذين يتمتعون بالمناعة النفسية تلقوا دعماً ومساندة من الآخرين.

فضلا عن ذلك أن الدعم الاجتماعي والتوجيه الذي يتلقاها الطلاب من والديهم وزملائهم والقائمين علي العملية التعليمية يولد لديهم شعوراً بالأمن والتناؤل والطموح؛ ومن ثم التحدي والمثابرة ومواجهة متطلبات الحياة بفاعلية، ويشير (Olah.,1995:22) أن المناعة النفسية موجودة لدي الإنسان منذ ولادته ولكنها تنمو وتتطور من خلال الرعاية والدعم والتعزيز الذي يتلقاه من البيئة سواء كان دعماً نفسياً أو مادياً أو أسرياً أو مجتمعياً، علاوة علي ذلك فإن المساندة الاجتماعية وما يتخللها من سلوكيات إيجابية واتزان في التعامل والتشجيع تلعب دوراً بالغ الأهمية في رفع مستوى المناعة النفسية لدي طلاب الجامعة، ويشير Olah أن الأبعاد المعرفية والسلوكية والانفعالية والدافعية والشخصية والبيئية تزيد من مناعة الفرد النفسية في مواجهة المواقف الضاغطة.

في حين يرى بيك Beak أن مواجهة الفرد للأزمات يتوقف على المعنى الذي يضيفه على الأحداث وطريقة تفكيره وإدراكه وتفسيره للأحداث الضاغطة، وهذا يؤثر بلا ريب في ردود أفعاله، حيث يرى أن ردود الأفعال ليست استجابات مباشرة ولا تلقائية، وإنما هي نتاج لميراث فكري، ومن خلال هذا المنظور يتمتع الشخص بقدر من المناعة النفسية تمكنه من رؤية المواقف بأبعاد متباينة تسمح له بأن يسلك مسلكاً إيجابياً (Beek, 1976: 32). وأخيراً نرى أن المساندة الاجتماعية تعد مصدراً مهماً من مصادر الأمن النفسي الذي يحتاجه طلاب الجامعة لما تواجهه هذه الفئة من ضغوط متباينة، حيث مساعدة الآخرين تخفف من حدة الضغوط والتقليل من آثارها السلبية، وهذا بلا ريب يزيد من الشعور بالسعادة ويعزز المناعة النفسية باعتبار أن المساندة الاجتماعية أحد مصادر التأثير الاجتماعي في علاقة الفرد بالمحيطين به وأحد مصادر التغيير نتيجة لتأثير الأفراد مع بعضهم البعض كمصادر للمساندة، وتشير نتائج دراسة كل من (Pengilly & Dowd , Paul , Ross&Cohen,2004;Reif,Lynne,Patton,Micheal & Gold ,2000; Bergman, Pedersen& McClean, 2008 ; 2006 (رولا مجدى ، ٢٠١٣) التي كشفت عن أهمية دور المساندة الاجتماعية كأحد أهم مصادر السعادة والتخفيف من العناء، والتخلص من الصراعات النفسية والضغوط الحياتية، كما تزيد العلاقات الاجتماعية وخاصة الأسرية من الطمأنينة والتحدي والمثابرة، وذلك من خلال الأنشطة المشتركة التي تحمي من الانفعالات السلبية.

ثانياً: الفرض الثاني:

ونصه " توجد فروق بين الجنسين (ذكور/إناث) بصدد المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية، وللتحقق من صحة الفرض تم حساب دلالة الفروق بين متوسطات

درجات الذكور (ن = 67) طالباً، ومتوسطات درجات الإناث (ن = 83) طالبة في
الوالدية الإيجابية والمناعة النفسية. باستخدام اختبار "ت"

جدول (11) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الجنسين (ذكور/إناث)

بصدد كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما

الدلالة	قيمة ت	إناث ن= 83		ذكور ن= 67		دلالة الفروق المقاييس ومكوناتهما
		ع	م	ع	م	
غير دال	1,21 6	3,65 6	28,1 8	2,74 5	28,84	المساندة الأسرية
غير دال	.154	3,53 9	21,0 4	2,96 2	21,12	مساندة الزملاء
غير دال	1.30 9	3,65 6	22,6 9	4,00 9	23,51	المساندة المعرفية
غير دال	1.59 2	3,45 5	22,5 2	2,88 5	23,36	المساندة الوجدانية
غير دال	1.52 9	11,0 23	94,1 4	10,3 30	96,84	الدرجة الكلية
غير دال	1.24 4	3,08 3	23,1 0	2,80 7	23,70	التحدي
غير دال	-180	3,37 2	20,2 8	3,24 2	20,18	التفاؤل
0.01	3.27 5	2,75 8	23,8 0	2,77 9	25,28	فاعلية الذات
0.05	2.76 8	2,92 6	22,8 9	2,86 3	24,21	الثقة بالنفس
0.05	2.16 9	9,04 8	90,0 6	9,60 4	93,37	الدرجة الكلية

تبين من الجدول (11) عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور/إناث) في المساندة
الاجتماعية ومكوناتها، في حين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين

(ذكور/إناث) في المناعة النفسية ومكوناتها لصالح الذكور، باستثناء مكوني التحدي والتقاؤل، وبهذا يكون الفرض قد تحقق بشكل جزئي، وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة دسوقي(٢٠٢٠) والتي أظهرت عدم وجود فروق بين الجنسين بصدد المساندة الاجتماعية، بينما تختلف هذا النتيجة مع نتائج دراسة كل من السرسى وعبد المقصود (٢٠٠١) والتي أظهرت وجود فروق دالة بين الجنسين في ادراك المساندة الاجتماعية لصالح الإناث، دراسة نسرين جمعي(٢٠٠٩) والتي أظهرت وجود فروق بين الجنسين في المساندة لصالح الذكور، دراسة دياب (٢٠٠٦) والتي أشارت إلي وجود فروق جوهرية بين الجنسين لصالح الإناث في المساندة الاجتماعية، وقد يعزي هذا الاختلاف إلي اختلاف أساليب التنشئة الاجتماعية، حيث أن أساليب الدعم والمساعدة قد تكون متقارب بين الجنسين. وقد يعزي عدم وجود الفروق بين الجنسين(ذكور-إناث) إلي أن طلاب الجامعة من الجنسين في حاجة إلي الدعم المادي والمعنوي والمعرفي والوجداني الذي غالباً ما يخفف من آثار الضغوط ومتاعب الحياة، ويعزز الشعور بالسعادة والأمن النفسي، ويزيد من الشعور بالثقة بالنفس وتقدير الذات، بل ويولد المشاعر الإيجابية والتي تتمثل في التقاؤل والتحدي والمثابرة، حيث أظهرت نتائج دراسة السرسى وعبد المقصود (٢٠٠١) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين المساندة الاجتماعية الانجاز وتقدير الذات. وقد يعزي عدم وجود فروق بين الجنسين (الذكور والإناث) بصدد المساندة الاجتماعية إلي تقارب أساليب التربية والدعم الاجتماعي بين الجنسين.

وفيما يخص الفروق بين الجنسين(ذكور /إناث) بصدد المناعة النفسية، تلاحظ وجود فروق في المناعة النفسية ومكوناتها لصالح الذكور باستثناء مكوني التحدي والتقاؤل وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة فتحي(2019) والتي أكدت وجود فروق بين الجنسين(ذكور /إناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور، ودراسة الأعم(2013)

والتي كشفت وجود فروق بين الجنسين (ذكور / إناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور.

وثمة دراسات أكدت علي عدم وجود فروق بين الذكور والإناث، مثل دراسة (Compbell et al., 2006) والتي أظهرت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث بصدد الصمود كأحد مكونات المناعة النفسية، ودراسة علي (2014) والتي أشارت إلي عدم وجود فروق بين الجنسين (ذكور/ إناث) في المناعة النفسية.

ويعزي التباين بين نتائج الدراسات السابقة إلي عدة أسباب تتمثل في اختلاف عينة هذه الدراسات من حيث العدد والخصائص، وقد يرجع ظروف التطبيق أو طبيعة المجتمع الذي تمت فيه الدراسة، والذي تنوع ما بين الثقافة العربية والاجنبية.

ويمكن تفسير الفروق بين الجنسين (ذكور/ إناث) في المناعة النفسية لصالح الذكور، إلي أن الذكور غالباً ما يكونوا أكثر قدرة علي مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة، كما أن الذكور أكثر قدرة علي التعامل مع مواقف الحياة من الإناث. وفي ذلك يشير علي (2008) أن الإناث يستخدمن استراتيجيات التجنب في مواجهة الضغوط مقارنة بالذكور.

ثالثاً: الفرض الثالث:

ونصه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العلمية بصدد كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية. وللتحقق من صحة الفرض تم حساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب الكليات النظرية (ن=80) طالباً وطالبة، ومتوسطات درجات طلاب الكليات العملية (ن

= (70) طالباً وطالبة في المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما. باستخدام اختبار "ت"

جدول (12) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين طلاب الكليات النظرية وأقرانهم ذوي الكليات العملية في المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما

مستوى الدلالة	قيمة ت	طلاب الكليات العملية ن=٧٠		طلاب الكليات النظرية ن=٨٠		دلالة الفروق المقابيس ومكوناتهما
		ع	م	ع	م	
غير دال	-0.889	٢,٩٦٨	٢٨,٧ ٣	٣,٥٤٥	٢٨,٢ ٥	المساندة الأسرية
غير دال	-0.292	٣,٣٩١	٢١,١ ٦	٣,٢٠٦	٢١,٠ ٠	مساندة الزملاء
غير دال	-1.999	٣,٥٠٦	٢٣,٧ ١	٤,٠١٩	٢٢,٤ ٨	المساندة المعرفية
غير دال	-1.396	٣,٠٠٨	٢٣,٢ ٩	٣,٣٩٤	٢٢,٥ ٥	المساندة الوجدانية
غير دال	-1.291	10.046	٩٦,٥ ٦	١١,٣١ ٨	٩٤,٢ ٩	الدرجة الكلية
غير دال	-1.853	٢,٦٩٠	٢٣,٨ ٤	٣,١٥٠	٢٢,٩ ٥	التحدي
غير دال	-1.374	٣,٠٧٩	٢٠,٦ ٣	٣,٤٧١	١٩,٨ ٩	التفاؤل
غير دال	-1.136	٢,٥٨٠	٢٤,٧ ٤	٣,٠٧٢	٢٤,٢ ١	فاعلية الذات
0.05	-2.379	٢,٦٢٥	٢٤,٠ ٩	٣,١٥٠	٢٢,٩ ٥	الثقة بالنفس
0.05	-2.168	٨,١٦٦	٩٣,٣ ٠	١٠,١٨ ٨	٩٠,٠ ٠	الدرجة الكلية

تبين من الجدول (١٢) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في المساندة الاجتماعية ومكوناتها، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية

وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في المناعة النفسية لصالح الطلاب ذوي التخصصات العملية ومكوناتها باستثناء التحدي والتفاوض وفاعلية الذات، وبهذا يكون الفرض قد تحقق بشكل جزئي. وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة الزهراني (٢٠٢٠) وقد يعزى عدم الفروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في المساندة الاجتماعية ومكوناتها إلي أن الطلاب ذوي التخصصات النظرية وأقرانهم ذوي التخصصات العملية في حاجة إلي المساندة الاجتماعية وخاصة أن كلا منهما له نفس الحاجات والمتطلبات، فضلاً عن ذلك فإن ضغوط الحياة التي يواجهونها قد تكون متقاربة، وفيما يخص الفروق بين التخصصات النظرية والعملية بصدد المناعة النفسية لصالح التخصصات العملية - باستثناء التحدي والتفاوض وفاعلية الذات- تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الأعمج (2013) والتي أظهرت وجود فروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية في المناعة النفسية لصالح الطلاب ذوي التخصصات العملية، ودراسة محمد وعوض (2013) والتي كشفت عدم وجود فروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية بصدد الكفاءة الذاتية المدركة، ودراسة فتحى (2019) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية في المناعة النفسية.

ويمكن تفسير الفروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية في المناعة النفسية لصالح الطلاب ذوي التخصصات العملية إلى أن الطلاب ذوي التخصصات العملية ينظرون لتخصصاتهم على أنها ذات مكانة عالية ، وهذا يزيد من أهدافهم وتوقعاتهم الإيجابية التي يسعون إلي تحقيقها.

أما فيما يتعلق بعدم الفروق بين الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية بصدد التحدي والتفاوض وفاعلية الذات، يمكن أن يعزى ذلك أن كل من التخصصات

النظرية والعملية يعيشون في جو غالباً ما يكون متشابهاً، فضلاً عن أن أغلبية التخصصات النظرية يدرسون بعض المواد العلمية، وكذلك بعض التخصصات العملية يدرسون بعض المواد النظرية.

كما قد يعزى عدم الفروق التخصصات النظرية والعملية بصدد التحدي والتقاؤل وفاعلية الذات إلي أهمية الجانب النفس الإيجابي لهذه المكونات لدي الطلاب ذوي التخصصات النظرية والعملية.

رابعاً: الفرض الرابع:

ونصه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب ذوي السنة الدراسية الأولى وأقرانهم ذوي السنة الدراسية الرابعة بصدد كل من المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية. وللتحقق من صحة الفرض تم حساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات طلاب السنة الأولى (ن=76) طالباً وطالبة، ومتوسطات درجات طلاب السنة الرابعة (ن = 74) طالباً وطالبة في المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية ومكوناتهما. باستخدام اختبار "ت"

جدول (١٣) قيمة (ت) لدلالة الفروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة

في المساندة الاجتماعية والمناعية النفسية ومكوناتها.

مستوى الدلالة	قيمة ت	طلاب السنة الرابعة ن=76		طلاب السنة الأولى ن=74		دلالة الفروق والمقاييس ومكوناتها
		ع	م	ع	م	
غير دال	١,٣٩ ٤	٣,٦٠٢	٢٨,١١	٢,٩٠٣	٢٨,٨٥	المساندة الأسرية
غير دال	-319	٣,٤٩١	٢١,١٦	٣,٠٧٧	٢٠,٩٩	مساندة الزملاء
غير دال	.941	٤,٠٦٩	٢٢,٧٦	٣,٥٦٣	٢٣,٣٥	المساندة المعرفية
غير دال	1.159	٣,٣٠٧	٢٢,٥٩	٣,١٤٠	٢٣,٢٠	المساندة الوجدانية
غير دال	.839	١١,٧٠٦	٩٤,٦٢	٩,٧٣٤	٩٦,٠٩	الدرجة الكلية
0.05	2.280	٢,٩٢٨	٢٢,٨٣	٢,٩٢٧	٢٣,٩٢	التحدي
0.01	3.032	٣,٤٦٢	١٩,٤٥	٢,٩٤٤	٢١,٠٤	التفاؤل
غير دال	1.960	٣,١٤٣	٢٤,٠١	٢,٤٦٥	٢٤,٩٢	فاعلية الذات
غير دال	.908	٣,١٣٠	٢٣,٢٦	٢,٧٨٣	٢٣,٧٠	الثقة بالنفس
0.01	2.674	١٠,٢٠٦	٨٩,٥٥	٨,٠٩٧	٩٣,٥٨	الدرجة الكلية

تبين من الجدول (١٣) عدم وجود فروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة

في المساندة الاجتماعية ومكوناتها، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب السنة الأولى والسنة الرابعة في المناعة النفسية ومكوناتها باستثناء مكوني فاعلية الذات والثقة بالنفس لصالح السنة الرابعة، وبهذا يكون الفرض قد تحقق بشكل جزئي وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة الوكيل (٢٠٢٠) والتي أسفرت عن عدم وجود فروق بين طلاب السنة الأولى والسنة الثانية في المساندة الاجتماعية، ويمكن تفسير عدم الفروق إلي أن الدعم النفسي والمساعدة الذي يتلقاه طلاب الفرقة والرابعة متقارب.

تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة العمار ونجاتي(2016) والتي أشارت إلي وجود فروق بين طلاب السنة الأولى والرابعة في المناعة النفسية لصالح طلاب السنة الرابعة.

وفيما يتعلق بالفروق بين طلاب السنة الأولى والرابعة بصدد المناعة النفسية لصالح طلاب السنة الرابعة، يمكن أن يكون راجعاً إلي أن طلاب السنة الرابعة قد وصلوا لدرجة من الاتزان الانفعالي، والتفكير في مستقبلهم، والمناعة النفسية من طلاب السنة الأولى.

فضلا عن أن طلاب السنة الرابعة أكثر قدرة علي التعامل مع المواقف الجامعية والتكيف معها نتيجة تراكم المعارف والخبرات.

خامساً: الفرض الخامس:

ونصه "تتنبأ المساندة الاجتماعية بالمناعة النفسية لدي عينة الدراسة". وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد، ونوضح ذلك في الجدولين التاليين:

جدول (١٤) نتيجة تحليل الانحدار المساندة الاجتماعية لدى عينة الدراسة

الانحدار المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F.	مستوى الدلالة	الارتباط المتعدد	مربع الارتباط
المساندة الاجتماعية	الانحدار	٤٤٩٤,٩٣٦	١	٤٤٩٤,٩٣٦	٥٢,٠٥٠	..00 1	٠.٥١٠	.260
	الخطأ	١٢٢٨٤,٠٠٧	148	٨٦,٣٥٨				

جدول (15) يعرض نسبة إسهام الوالدية الإيجابية

في المناعة النفسية لدى عينة الدراسة

المتغيرات	الوزن النسبي (بيتا)	مستوى الدلالة	إسهام المتغير
المساندة الاجتماعية	٤١,٩٤٤	001	26%

يتضح من الجدول (١٤)، (١٥) أن المساندة الاجتماعية أسهمت في التنبؤ بالمناعة النفسية، وتؤكد هذه النتيجة علي تحقيق الفرض بصورة كلية، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نتائج دراسة (Swanson,Valiente et al.,2011) والتي أظهرت أن غياب الدعم الوالدي يسهم بشكل سلبي في المناعة النفسية، ودراسة (Chen,et al.,2017) والتي أسفرت عن أن الدعم الوالدي ودعم الأقران لهم قدرة تنبؤية علي الصمود لدي الطلاب.

ويمكن تفسير ذلك بأن المساندة الاجتماعية بما تتسم به من مساعدة مادية واجتماعية ومعرفية ووجدانية تزيد من قدرة الأبناء علي التحدي والمثابرة في تحقيق

أهدافهم، ومواجهة المواقف الحياتية بفاعلية، فالمساندة الاجتماعية غالباً ما تزيد من المناعة النفسية، وفي ذلك أسفرت نتائج دراسة مالود (2018) أن الأفراد الذين يتمتعون بالمناعة النفسية تلقوا دعماً ومساندة من الآخرين.

توصيات الدراسة ومقترحاتها:

أولاً: توصيات الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها، يمكن صياغة التوصيات بشكل إجرائي.

- توعية الوالدين بطبيعة المرحلة الجامعية وأهميتها.
- توجيه اهتمام الباحثين بأجراء دراسات حول المساندة الاجتماعية لدي مراحل تعليمية متباينة.
- عقد دورات وبرامج ارشادية لتدريب الطلاب علي كيفية مواجهة الضغوط النفسية والتفكير الإيجابي.
- عقد ورش تدريبية لتنمية روح التعاون لطلاب الجامعة لما لها من أهمية علي البناء النفسي والإنجاز الاكاديمي.
- لفت نظر القائمين علي التعليم الجامعي عل تضمين أبعاد المناعة النفسية ضمن البرامج والمناهج الدراسية.

ثانياً مقترحات الدراسة:

في ضوء تحليل الأطر النظرية ونتائج هذا الدراسة واستقراء الواقع الميداني، يمكن اقتراح البحوث التالية:

- المساندة الاجتماعية كمنبئ للعوامل الخمس الكبرى للشخصية.

- فاعلية برنامج إرشادي في تنمية المناعة النفسية لدي طلاب الجامعة.
- فاعلية برنامج لتعزيز المناعة النفسية مدخل لتحسين نوعية الحياة وتقدير الذات لدي طلاب الجامعة.
- المساندة الاجتماعية مدخل لتنمية دافعية الإنجاز لدي طلاب المرحلة الثانوية.
- دراسة المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية لدي عينات أخرى.
- المناعة النفسية كمدخل لتخفيف آثار الاضطرابات الشخصية.

الهوامش:

(١) أد محمود السيد أبو النيل أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة عين شمس، أد حمدي محمد ياسين أستاذ علم النفس في كلية شمس، أد أحمد خيرى حافظ أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة عين شمس ، أد محمد السيد عبد الوهاب أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة جنوب الوادي، أد محمد البحيري أستاذ علم النفس بكلية الدراسات الطفولة جامعة عين شمس.

(٢) أد محمود السيد أبو النيل أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة عين شمس، أد حمدي محمد ياسين أستاذ علم النفس في كلية شمس، أد أحمد خيرى حافظ أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة عين شمس ، أد محمد السيد عبد الوهاب أستاذ علم النفس في كلية الآداب جامعة جنوب الوادي، أد محمد البحيري أستاذ علم النفس بكلية الدراسات الطفولة جامعة عين شمس.

المراجع

- أبو طالب، علي منصور (٢٠١١). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة أم القرى، كلية التربية، مكة المكرمة.
- إسماعيل، بشري (٢٠٠٤). ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- اسماعيل، ريا ابراهيم (٢٠١٨) المساندة الاجتماعية لدى طلاب كلية الاعلام في جامعة بغداد وفقا لبعض المتغيرات، اماراباك، كلية الاكاديمية الاغريقية العربية للعلوم التكنولوجيا، مج ٩، ع ١٢٩، ٢٨ - ١٤٢.
- أرجايل، مايكل (١٩٩٣). سيكولوجية السعادة، ترجمة فيصل عبد القادر يونس، مراجعة شوق جلال، عالم المعرفة، الكويت.
- الاعجم، نادية محمد (٢٠١٣). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ديالى.
- الجبلي، منى محمد (٢٠٠٦). المساندة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلاب و طالبات الجامعة، دراسة ميدانية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية للكتاب، ع ٤٣، ٣٠ - ٤٩.
- الخالد، عبدالرحمن حسن (٢٠١٠). فعالية برنامج لعلاج اضطرابات النطق وتنمية مهارات الحب الأسرى لدى عينة من الأطفال المتأخرين لغوياً، دكتوراه (غير منشورة)، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

الزهراني، شروق غرم الله (٢٠٢٠). المساندة النفسية وفاعلية الذات وعلاقتها بجودة الحياة لدي عينة من طالبات الجامعة بحافظة جدة، مجلة جامعة الملك عبد

العزیز: الآداب والعلوم الانسانية، مج ٢٨، ع ١٨٣، ٣-٢٠٣.

السرسى، أسماء و عبد المقصود ؛ أماني (٢٠٠١). المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقون وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها، ١٠، (٤٤)، ١٩٦-٢٤٤.

السرسى، أسماء، عبد المقصود ، أماني (٢٠١٢): مقياس المساندة الاجتماعية للمراهقين والشباب، ط ٢، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية. السلطان، ابتسام محمود (٢٠٠٨). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، القاهرة، دار صفاء.

عبد المجيد، السيد محمد (٢٠٠٢). فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات لدى عينة من معلمى ومعلمات رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، ١٣ (٢)، ٢٩١-٣٥٢.

الشریف، رولا رمضان (٢٠١٦). فعالية برنامج إرشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

الشریف، علاء فريد محمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي قائم علي خصائص الشخصية المحددة لذاتها لتدعيم المناعة النفسية وأثره علي خفض الشعور بالاغتراب لدي طلاب الجامعات الفلسطينية، رسالة دكتوراه، (غير منشورة)، جامعة المنصورة.

الشناوى، محمد محروس ؛ عبد الرحمن، محمد السيد.(١٩٩٤). المساندة الاجتماعية والصحة النفسية مراجعات نظرية ودراسات تطبيقية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

الصميلي، حسن بن إدريس (٢٠١٣) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بموقف الحياة الضاغطة لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة نجران، مجلة كلية التربية - عين شمس - مصر ، (٢٧)، ص ١٥٧ - ٢٣١.

العمار، خالد ونجاتي، غني(٢٠١٦). المناعة النفسية علاقتها بالتقبل الوالدي لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق. مجلة جامعة البعث، المجلد ، 83 العدد 18، ١٣٤-١٧١.

القصابي، خليفة بن أحمد بن حميد(٢٠٢١). المساندة الاجتماعية في المرونة النفسية لدى الطالبة ذوي الإعاقة البصرية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المركز القومي للبحوث، غزة، مج ٥، ع ١١٦، ٢-١٣٥.

القطراوى، حسن عبد الرؤوف.(٢٠١٣). (المساندة الاجتماعية-الإهمال) والرضا عن خدمات الرعاية وعلاقتها بالصلابة النفسية للمعاقين حركياً بقطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

القيسي، سهي شفيق توفيق (٢٠٠٤). الضغوط المدرسية عند طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالعنف الأسري، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.

النجار، فانتن عادل(٢٠١٢). التوتر النفسي وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الثانوية العامة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الإسلامية بغزة، كلية التربية، فلسطين.

الوكيل، سيد أحمد محمد (٢٠٢٠). الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية كمنبئين بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الفيوم، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، مج ٨، ع ٣٦٧، ٣-٤٢١.

باشا، شيماء عزت وشنودة، ايمان نصرى (٢٠١٤) الصمود والمساندة الاجتماعية والضغوط كمنبيات بالتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، مج ٢، ع ٣٤، ٢-٥٥٧-٦٠٢.

بخيت، حسين محمد حسين ومحمد، نادية عبدالله (٢٠١٦). الصمود النفسي وعلاقته بالاكئاب: دراسة مقارنة بين السيدات متكرري الإجهاض وغير متكرري الإجهاض، مجلة كلية الآداب، جامعة أسيوط، ع ٥٧، ٣٤٤-٣٩٨.

بن طالب، زياد محسن (٢٠٢١). المساندة الاجتماعية كمنبئ بالصمود النفسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة عدن، مجلة جامعة عدن للعلوم الإنسانية والاجتماعية، مج ٣، ع ٣٦٠، ١-٣٧٥.

جاب الله، شعبان وهريدي، عادل. (٢٠٠١). العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ٧٢، ٥٨-١٠٩.

درويش، زينب عبد المحسن. (٢٠١٦). الإنبساطية والمساندة الاجتماعية كمنبيات بالصمود النفسي لدى النساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة كلية الآداب، جامعة طنطا، ٢٩ (٣)، ١٣٨٩-١٤٤١.

دسوقي، حنان فوزى ابوالعلا (٢٠٢١). الاسهام النسبي لكل من المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بجودة الحياة من فيروس كورونا ١٩

- 19 covid من طلبة الجامعة، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، مج ٣٦، ع ٢٥٧، ٤-٣٢٤.
- دياب، مروان. (٢٠٠٦). دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- زيدان، عصام (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسه، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، ع (٥١)، ٨١١-٨٨٢.
- شوكت، عواطف. (٢٠٠٢). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالوحدة النفسية والتفائل والتشاؤم لدى المسنين المقيمين بدور الرعاية، دراسة مقارنة، مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الاجتماعية، ١٢، ٣٢-٧٤.
- صالح، حنان مجدى. (٢٠٠٩). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى مريض السكر المراهق دراسة سيكومترية كLINIكية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنوفية.
- عبد القادر، هدى ميلاد (٢٠١٧). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة بليبيا، الجمعية المصرية للقراء والمعرفة، كلية التربية، جامعة عين شمس، ع ١٢١، ١٤٨-١٨٤.
- عسكر، علي (٢٠٠٠). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الكويت، دار الكتب الحديث.
- عصفور، إيمان حسانين (٢٠١٣). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدي الطالبات المعلمات شعبة علم الفلسفة والاجتماع، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، مج ٤٢، ع ١١٤، ٤-٦٣.

على، عبد السلام على.(٢٠٠٥). المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية فى حياتنا اليومية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

عودة، محمد محمد.(٢٠١٠). الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع

غزة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.

فتحي، ناهد أحمد (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسيا المكونات

العاملية لمقياس المناعة النفسية ، دراسات نفسية، مج٢٩، ع٣، ٥٤٩-٦١٨ .

كفا، رزان.(٢٠١٣). الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى المسنين،

رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق

مالود، فاطمة زياب(٢٠١٨). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى

طلبة كلية التربية للعلوم الانسانية، مجلة الباحث، كلية التربية للعلوم الإنسانية،

جامعة كربلاء، مج١١، ع٢٠، ٤١٦-٤٣٠.

محمود، إيمان عبد الوهاب. عمر، ميادة منصور (٢٠٢١). الأمل والتفاؤل والمساندة

الاجتماعية في التنبؤ بالمناعة النفسية لدى عينه من السيدات المصابات

بسرطان الرحم، مجلة كلية التربية، جامعة الفيوم، مج١٣ ع١، ١٧٨٥-

١٨٥٨.

مخيمر، عماد محمد.(١٩٩٧). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات

وسيلة فى العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب.

ناصر، أثمار شاكر مجيد(٢٠٠٧). أعباء الحرب وعلاقتها بقدرة الذات علي المواجهة والاسناد الاجتماعي لدي طلبة الجامعة، دكتوراة (غير منشورة) جامعة بغداد، كلية التربية للبنات.

هاشم، رولا مجدى.(٢٠١٣). المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى زوجات الشهداء والأرامل بمحافظة غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

ياسين، حمدي محمد وقناوي, مهجة علي فؤاد (٢٠١٨). الوالدية الإيجابية والتنبؤ بالصمود الأكاديمي للطلاب الموهوبين، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، مج١٦، ١٩٤، ٢٢٥-٢٦٠.

-Albert-Lorincz, E; Albert-Lorincz, M; Kádár, A; Enikő, T & LukácsMárton, R. (2011). Relationship between the Characteristics of the Psychological Immune System and the Emotional Tone of Personality in Adolescents. *The New Educational Review*, 23 (1), 103-123.

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

-Beek &A.T.(1976).Cognitive therapy and the emotional disorders, New York :international university Press.

-Bergman, C, Pedersen, N. &McClean, G. (2008). Genetic mediation of the relationship between social Support and psychological well-being. *Psychology and aging*, 6(4).640-646.

-Bina N. & Anila K. (2008). Familial social support and Depression in breast cancer: An exploratory study on a Pakistani sample. *Psycho-oncology*, 16. 826:859.

- Bona, K.(2014) .An exploration of the psychological immune system in Hungarian Gymnasts. Unpublished master dissertation, University of Jyväskylä .
- Campbell-Sills, L., Cohan, SL. , & Stein, M. B. .(2006). Relationship of resilience to personality coping and psychiatric symptoms in young adults. *Journal of Behaviour Research Therapy*, 44 (4). 585-599.
- Cheng.S. &Chan,A.(2004). The Multidimensional scale of perceived social support: Dimensionality and age and gender differences in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 36(1), 1-11.
- Cilbert,D.T., pinel , E.C.,Wilson, T.D., Blumberg, S.j.& Wheathly , T.P.(1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of personality and social psychology*,75,617-638.
- Cohen, S. &Wills.T. (2011).Stress social support and buffering hypothesis, *psychological bulletin*, 98(2), 88-128.
- Davies,M.(2000).The black well Encyclopedia of social work. New Yourk ,Black Well Publishers ltd.
- Dubey, A.& shahi, D.(2011). Psychological Immunity and coping strategies; A study on medical professionals, *Indian journal of social science Researches*,8,(1-2),36-47.
- Duck,S.W&Silver,R.C.(1995).Personal relationships and social support. John wily& Sons Ltd., London.
- Gencoz,T&Ozlale ,Y.(2004). Direct and indirect effects of social support on psychological well-being. *Social Behavior and Personality*, 32(5), 449-458.
- Gombor, A. (2009): Burnout in Hungarian and Swedish emergency nurses: Demographic variables, work-related factors, social support, personality and life satisfaction as determinants of

- burnout. Ph.D Dissertation, University of Eotvos Lorand, Budapest, Hungary.
- Grann, J. (2005). Barriers to minority participation in Breast carcinoma prevention trials, *Cancer*, 104. 2, 374: 379.
- Halonon, J., & Sabtrock, J. (1997). *Human Adjustment*, (2nd), New York : Brown and Benchmark.
- Harel, Y; Sheshtman, Z. & Cutrona, C. (2012). Exploration Of Support Behavior in Counseling Groups Counseling Trainees, *Journal for Specialists in Group Work*. 37(3), 202-217.
- Hassab-Allah, A. (1996). Perception of control and social in relation to children's symptoms of depression. Unpublished doctoral dissertation, university of Zagazig, Faculty of Arts, Egypt.
- Heaney, C.A & Israel, B.A. (2008). *Social Networks and Social Support*, In Glanz, K, Rimer, B.K & Viswanath ,K. *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice*, (4th ed), San Francisco. Ca: Jossey-Bas.
- Heitman, Lindak. (2006). The influence of social support on cardiovascular health in families, "social support influence cardiovascular health behavior". *Journal Family and Community Health*, 12, 130-152.
- House, j.S. (1981). *Work stress and Social Support* Reading mass, Addison-Wesley. 54-158.
- Jindal-Snape, D., & Miller, D. J. (2008): A challenge of living: Understanding the psycho - social processes of the child during primary - secondary transition through resilience and self - esteem theories. *Educational Psychology Review* , 20 , 217 – 236. -
- Marigold, D., Holmes, J. & Ross, M. (2010): Fostering relationship resilience : An intervention for low self – esteem individuals. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46 , 624 - 630 .

- Martine Habra,.(2005). An Exploration of hostility and social support: A focus on joint Cognitive Mechanisms, PHD, University of British Columbia.
- McKay, J., Niven, A. G., Lavalley, D., & White, A. (2008). Sources of strain among elite UK track athletes. *The Sport Psychologist*, 22(2), 143-163.
- Muller, Georg,P.(2006). Conflict buffers and marital satisfaction: on the effects of different forms of social support. *Journal of Happiness Studies*,7(4),499-512.
- Kagan, H. (2006). *The Psychological Immune System: A New Look at Protection and Survival*. Indiana: Author House.
- Katchur, A.Y. (2014): *The influence of parenting and family factors and resilience on subjective well-being in adolescence*. MarywoodUniversity, (Doctoral dissertation, Mary wood University).
- Katem,B.(2010). How to achieve resilience as older widower: turning points or gradual change? *Ageing&Society*, 30,369-382.
- Kobasa, S. C. (1984): How much stress can you survive ?*American Health* , 3 , 64 - 77 .
- Langford, C.; Bowsher, J; Maloney,J. &Lillis,P.(1997). Social Support: a Conceptual Analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 25, 95-100.
- Leavy, R. (2009). Social support and psychological Disorders: A Review" *Journal of Community Psychology*, 3. 3-21.
- Lorincz, E., Lorincz, M., Kadar., Krizbai, T.& Marton,R.(2011). Relationship between the characteristics Of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents the *New Educational Review*,23(1) 103-114.
- Lynch,J. (2002): Parents' self-efficacy beliefs, parents' gender, children's reader self-perceptions, reading achievement and gender. *Journal of Research in reading*, 25(1), 54-67.

- Olah . (1995).Psychological Immune system: An Integrated structure Of coping potential dimensions, paper presented at the 9th conference Of the European health Psychology Society, August Bergen, Norway.
- Olah.(2005) .Anxiety, coping, and flow. Empirical Studies in interactionalperspective, Budapest : treffort press.
- Olah,(2006) : Social context Of the Healthy personality development and Psychological Immunity: a longitudinal approach, Journal Of personality and Social Psychology. Vol. (5), N. (4), 615- 643.
- Olah, A., Nagy, H., Kinga, G. (2010) : Life expectanoy and Psychological Immune Competence in different cultures, Empirical text and culture serch 4, 102- 108 .
- Olah, A.& kapitany- foveny,M.(2012). Apozitiv paszichologiatiz eve (ten years of positive psychology, Magyar, pazichologiai szemele,67(1),19-45 .
- Ross.E&Cohen, S.C.(2004).Sex roles and social Support as moderators of life stress adjustment. Journal of Personality and Social Psychology.52 (5).570-585.
- Rutter, M., .(1990). Psychosocial resilience' and protective mechanisms.In: Rolf, J., Masten, A., Cicchetti, D., Neuchterlein, K. &Weintraub, S. (eds.) Risk and Protective Factors in theDevelopment of Psychopathology. Cambridge, UK,Cambridge University Press.
- Sambu, L (2015). Social Support In Promoting Resilience Among The Internally Displaced Persons After Trauma: A Case Of Kiambaa Village In Uasin Gishu County, Kenya. British Journal of Psychology Research,3(3),23-34.
- Sarason, L.G.etal. (1983).Assessing social support: The social support questionnaire. Journal of Personality and Social Psychology, 44(1), 127-139.

- Swanson, J., Valiente, C., Lemery,K., and O'Brien,T.(2011). Educational Resilience: The Relationship between School Protective Factors and Student Achievement. *Journal of Early Adolescence*, 31(4), 548-576.
- Szelesne ,E.(2006).Examination of psychological immune system on the basis of individual- psychological interpretation on of the memories of early childhood.
- Tardy,C.H.(1985).Social support measurement. *American Journal Psychology*, 72(4), 506-510.
- Taylor, S, E. (2011). Social Support: A Review. In M.S. Friedman, the *Handbook of Health Psychology*. New York: Oxford University Press, 189-214.
- Wasonga, T. (2002). Gender effects on perceptions of external assets, development of resilience and academic achievement: perpetuation theory approach. *Gender Issues*, 20(4), 43-54.
- Wilime,H.,DavidM.,&Hahn,E.(2011). Use and well-being in older widows: Adaptation and resilience. *Journal of Women & Aging*, 23, 149-159.
- Windle, G., Bennett, K. M., & Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and quality of life outcomes*, 9(1), 481-488.
- Wills, T.A. (1991). Social Support and Interpersonal Relationships, in Margaret, Clark, *Prosocial Behavior of Personality and Social Psychology*, 12,265-289.
- Wilson, T. D. (2002). *Strangers to ourselves: discovering the adaptive unconscious* Belknap Press of Harvard University Press Cambridge.
- Yusoff, Y, M. (2012). Self-Efficacy, Perceived Social Support and Psychological Adjustment in International Undergraduate Students in a Public Higher Education Institution in Malaysia. *Journal of Students in International Education*, 6(4), 353-371.

Socail Suppprot as an Indicator of Psychological Immunity for Students of South Vaelly University

Dr: Abdelstar Mohammed Ibrahim koriem

Assistant professor of mental health
Higher Institute of Social Work - Qena.

Dr. Hussein Mohamed Hussein Bakheet

Assistant Professor of Psychology
Faculty of Arts - South Valley University

Abstract

The current study aims at investigating the relationship between social support and psychological immunity for university students. Sample of the study consists of (150) students. Their ages range from (17-22) years old with an age average of (18.51), with a standard deviation of (1.48). Tools of the current study include scale of social support, and scale of psychological immunity which are prepared by the researchers. The study has reached some findings, the most significant of which are: there is a significant statistical correlation between social support and psychological immunity and their components. There are no significant statistical differences between the two sexes (males and females) in social support and its components. There are significant statistical differences between males and females in psychological immunity and its components for the direction of males except for the two components of challenge and optimism. In addition, there are no significant statistical differences among students of theoretical specialization and their counterparts of scientific specializations in social support and its components. Moreover, there are significant statistical

differences among students of theoretical specialization and their counterparts of scientific specializations in psychological immunity and its components for the sake of scientific students except for components of challenge, optimism and self-effectiveness. Furthermore, the study has found out that there are no differences between the 1st year students and the 4th year students in social support and its components. However, there are differences between the 1st year students and the 4th year students in psychological immunity and its components except for components of self-effectiveness, and self-confidence. Finally, one of the most significant findings of the current study is that social support could contribute to predicting psychological immunity.

Keywords: Socail Suppprot, Psychological Immunity, Students of University,