

العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان في ضوء متغيري النوع والفرقة الدراسية

The Factors Contributing To Social Psychological
Immunity For Helwan University Students According
to Gender & Grade

ببحث مقدم من

عبد الله جابر عبد الحميد أحمد

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية

تخصص الصحة النفسية

إشراف

م.د هبة محمد مصطفى

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

أم.د وهمان همام السيد فراج

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية - جامعة حلوان

مستخلص البحث

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان في ضوء متغيري النوع والفرقة الدراسية وتكونت عينة الدراسة من (840) طالبًا؛ (224) من الذكور و(616) من الإناث، وتراوحت أعمارهم بين (17) و (29) بمتوسط عمري (20.45) وانحراف معياري (1.690) خلال العام الدراسي 2020 / 2021. وطبق المقياس (إعداد الباحث) على العينة وجاءت النتائج أنه تنتظم بنية المناعة النفسية الاجتماعية لدى الطلاب في عدة عوامل وأنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث من الطلاب على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية لصالح الذكور إضافة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستويي دلالة 0.05 و0.01 بين متوسطات درجات طلاب الفرقتين الأولى والرابعة على الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية وبعض أبعاده الفرعية في اتجاه طلاب الفرقة الرابعة عدا بعدي « إدارة العلاقات، المرونة النفسية الاجتماعية »، فقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الفرقتين الأولى والرابعة على هذين البعدين.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية الاجتماعية - العوامل المسهمة - طلاب الجامعة.

Abstract

Current study aimed to discover the factors which contribute to the Social Psychological Immunity of Helwan University according to gender & grade various. The simple of study consisted of 840 student; 224 males and 616 females, whose ages ranged between 17 to 29 and standard deviation of 1.690 during the academic year 2020/2021. The Social Psychological Immunity scale (prepared by researcher) was administered on the study sample. The results were that the social psychological immunity of the university students was regulated in many factors. There were differences in the average scores of males and females that statistically prove the social psychological immunity scale and Sub - dimensions in favor of male participants. In addition to a difference that proves level of indication 0.05 & 0.01 between average scores of social psychological immunity scale of year 1 and year 4 students and some Sub - dimensions except (managing relationships and psychosocial flexibility) towards year 4 students. Results have shown no statistically significant difference between the average scores of 1 and 4 grade students on these sub - dimensions.

Keywords: The Social Psychological Immunity - The Contributing Factors - University students.

مقدمة

مما لا شك فيه أنه طرأ على المجتمع تغيراتٌ عديدة في مناحٍ شتى غيرت كثيراً من ملامحه في أغلب فئاته العمرية، فبدأت صفات تظهر وأخرى تندثر، وتلاشت قيم بمرور الزمان. لهذا دأب البعض على بحث ما طرأ في المجتمع من تغيرات وما يلقاه من عقبات وتحديات ومشاكل وعثرات ليتمكن بعد ذلك من مواجهتها. ومن ثمار بحثهم وأحد متغيرات علم النفس الإيجابي هو المناعة النفسية الاجتماعية؛ ذلك المتغير الذي ظهر مؤخراً له انعكاسات إيجابية في حياة الفرد الذي يتصف به سواء في الناحية النفسية أو الناحية الاجتماعية أو المهنية والوظيفية وقد كثرت الدراسات التي تؤكد هذا ومنها دراسة عبير أحمد دنقل (2018) التي أوجدت علاقة إيجابية بين ميكانيزمات الدفاع والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة، وكذلك دراسة سليمان الشاوي (2018) التي أوجدت 1 علاقة بين المناعة النفسية والكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب الجامعة، ودراسة جبار العكيلي (2017) التي أوجدت علاقة إيجابية بين المناعة النفسية والوعي بالذات والعفو، ودراسة رانيا الجزار (2018) التي أوجدت علاقة إيجابية بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، ودراسة قصي التخينة (2018) التي أوجدت علاقة إيجابية بين المناعة النفسية والتمكين النفسي لدى طلاب الجامعة. عرف المناعة النفسية الاجتماعية ويلسون أنها نظام يقوم على استخدام القدرات المعرفية التوافقية للفرد لتحقيق مشاعر جيدة وتحسين الحالة المزاجية عن طريق كل ما يبرر الأحداث السلبية وعرفها زيدان أنها قدرة الفرد على التخلص من (Wilson & Gilbert، 2005: 38). أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير وضبط الانفعالات والإبداع في حل المشكلات وزيادة فاعلية الذات ونموها وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتكيف مع البيئة (عصام زيدان، 2013، ص6) وعرفها الباحث أنها قدرة الفرد على التحصين

النفسي ضد الضغوط الحياتية والأحداث اليومية والأزمات السلوكية والاجتماعية والانفعالات السلبية من خلال امتلاك مجموعة من القدرات والمهارات المعرفية والشخصية والاجتماعية مثل التفكير الإيجابي والمرونة النفسية ومواجهة التحديات وضبط النفس وإدارة العلاقات واستقلال الرأي. ومن خبرة الباحث العملية في مجال العمل التطوعي وتدريب الشباب ورؤية الأحداث المتلاحقة التي جعلت البعض يفكر في الانتحار أو الموت اختار الباحث عينته من طلاب الجامعة؛ إذ كانوا ولا يزالوا الركن الأساسي في أي أمة وأي مجتمع فمتى توفر لهم المقومات والعناية والرعاية اللازمة فإن ذلك سينعكس بشكل إيجابي على مناعتهم النفسية الاجتماعية.

مشكلة البحث

لعل من انخرط في أي عمل مع فئة الشباب وطلاب الجامعة لمس تغيراً محورياً في فكرهم ومشاعرهم ونظرتهم لمستقبلهم بل ونظرتهم لأنفسهم. تفكير من الإيجابية إلى السلبية وردود فعل من الأمل إلى اليأس والإحباط وانخفضت قدرتهم على تحسين أنفسهم كلما تعاضمت عليهم الهموم والمسئوليات أو تعرض أحدهم لمحنة هنا أو هناك. كل هذا أثر على كفاءة الطالب وحياته في ميدان تواجهه في الكلية أو البيت أو أنشطته المجتمعية أو الدراسية. وبعد مطالعة الباحث للدراسات السابقة في مجال المناعة النفسية مثل دراسة (عبير أحمد دنقل 2018) التي أسفرت النتائج عن تمتع الطلاب بمستوى أعلى من المتوسط في مستوى مناعتهم النفسية وكذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية لدى عينة البحث تعزى إلى أساليب الدفاع المستخدمة ودراسة (جبار باهظ العكيلي 2017) التي أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والوعي بالذات والعمو ودراسة (رانيا خميس الجزار 2018) أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس كأحد أبعاد المناعة النفسية والأداء الأكاديمي، وإمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية وأبعادهما لدى طلاب الجامعة تبين ندرة الأبحاث والمقاييس التي تناولت المناعة النفسية بشكل عام والمناعة النفسية

الاجتماعية بشكل خاص لهذا حاول الباحث أن يكشف عن العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان في ضوء متغيري النوع والفرقة الدراسية وبعد استقراء الدراسات السابقة كان هناك بعض التساؤلات:

- ماهي العوامل المسهمة في بناء المناعة النفسية الاجتماعية؟
- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة تعزى الى النوع (ذكر - أنثى)؟
- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة تعزى إلى الفرقة الدراسية (الأولى - الرابعة)؟

أهداف البحث:

- الكشف عن العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة في عاملي النوع والفرقة الدراسية.
- الكشف عن الفروق بين طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية والتي قد تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).
- الكشف عن الفروق بين طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية والتي قد تُعزى لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة).

أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

1. تقديم موضوع هادف - من وجهة نظر الباحث - يلقي الضوء على موضوع جديد في حياة الشباب بشكل خاص والطلاب بشكل عام وهو المناعة النفسية الاجتماعية بشكل مفصل متعدد الجوانب.
2. الاهتمام بعينة البحث ألا وهم الطلاب ومرحلتهم الجامعية فيما يتعلق بالمناعة النفسية الاجتماعية حيث ندرت الأبحاث في هذا الشأن فيما اجتهد الباحث أن يصل إليه.

الأهمية التطبيقية:

1. قد تفيد نتائج البحث في مجال الصحة النفسية في بناء برامج لتنمية المناعة النفسية الاجتماعية.

2. إثراء المكتبة العربية بمقياس جديد يسهم في قياس المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة.

مصطلحات البحث

المناعة لغة كما في القاموس المحيط: الحصانة أو التحصين والوقاية والحماية والمقاومة. وعرف أولاه (Ollah) المناعة النفسية اصطلاحًا بأنها نظام متكامل من الأبعاد المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية التي تعطي مناعة ضد الضغوط وتحسن النمو الصحي وتعمل كموارد لمقاومة الضغوط أو كأجسام مضادة نفسية. (نقلا عن عصام زيدان، 2013، ص 8). وعرفها ويلسون أنها نظام يقوم على استخدام القدرات المعرفية التوافقية للفرد لتحقيق مشاعر جيدة وتحسين الحالة المزاجية عن طريق كل ما يبرر الأحداث السلبية. (Wilson & Gilbert، 2005: 38). وعرفها زيدان أنها قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير وضبط الانفعالات والإبداع في حل المشكلات وزيادة فاعلية الذات ونموها وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتكيف مع البيئة (عصام زيدان، 2013، ص 6).

وعرف الباحث المناعة النفسية الاجتماعية أنها قدرة الفرد على التحصين النفسي ضد الضغوط الحياتية والأحداث اليومية والأزمات السلوكية والاجتماعية والانفعالات السلبية من خلال امتلاك مجموعة من القدرات والمهارات المعرفية والشخصية والاجتماعية مثل التفكير الإيجابي والمرونة النفسية ومواجهة التحديات وضبط النفس وإدارة العلاقات واستقلال الرأي. ويمكن تعريفها إجرائيًا أنها الدرجات التي يحصل عليها الطالب على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية.

الإطار النظري

وظيفة وأهمية المناعة النفسية الاجتماعية

تظهر وظيفة وأهمية المناعة النفسية الاجتماعية على الصعيدين الفردي والاجتماعي؛ أما الأول فتفكير الفرد يتسم بالإيجابية والإبداع والابتكار وتحويل المواقف السلبية إلى

إيجابية واعتبار مواطن الإخفاق والهزيمة تجارب حياتية يعقبها نجاح وينظر للمحنة أنها منحة ويوقن أن الضيق والضر يعقبه سعة ومخرجاً، هذا إن واجه الفرد مشكلة ما أو صعوبة هنا أو هناك، أما إن تعرض لموقف ضاغط فإنه يتمكن من ضبط نفسه وكظم غيظه والتحكم في ذاته، أما على الصعيد الاجتماعي فإن قدرة الفرد على إدارة علاقته بمن حوله تكون أكثر حنكة وحكمة واتزاناً وهدوءاً بما امتلكه من مهارات وقدرات مثل التفكير والنقد البناء والتحليل والإنصات والتمييز والإيجابية التي تغمر حياته بشكل أو بآخر، فإن حدث أمر اجتماعي ما فإنه يتمتع بشخصية مستقلة في التفكير معتدة في الرأي متزنة في صنع القرار غير منصاعة خلف الناس أو متماشية مع القطيع، لذلك فإن الظواهر الاجتماعية السلبية والسيئة كالتممر والتحرش والعدوانية والانتحار والإلحاد والسب والقذف والشقاق ومذموم الاختلاف والتطرف الفكري كل هذه أشياء لا تؤثر معه أو فيه لأن هذه من وظائف المناعة النفسية الاجتماعية حماية الفرد من ذاته ومن مجتمعه (Gilbert et al.، 1998).

تفسير المناعة النفسية:

يرى جلبرت Gilbert أن توقع الفرد لأحداث الحياة خاصة نتائجها وآثارها وما يترتب عليها يأتي في صدارة الأشياء التي تجعله يحدد طريقة تعامله مع هذه الأحداث وما يتمخض عنها من قرارات يعقبها ردود أفعال مختلفة، تلك الأحداث السلبية التي يتعرض لها الفرد يظهر تجاهها استجابات قوية؛ وبمرور الزمان والأوقات يحدث استيعاب للأحداث لتتواصل الحياة؛ فيقوم العمل بعمليات لا شعورية أو إرادية مضادة ليتخلص من الاستجابات السلبية ومن ثم تحويلها وإعادة صياغتها لتتم بشكل إيجابي منتفعاً مما مضى من أحداث (Gilbert et al.، 1998).

أما كيجان Kagan فيرى أن الفرد يستخدم حواسه المتعددة في التعامل مع المواقف والأحداث والانفعالات المختلفة ومن ثم يصبح لديه القدرة على التمييز بين ما يفيد وما يضره إضافة إلى استخدام الذاكرة والتخطيط المسبق سواء في الحياة أو العمل، وهنا يأتي دور المناعة لتعمل كمفرزة ومرشح ومصنف لهذه المعاني والأنشطة والأحداث التي يحياها الفرد فيتعلم منها فيستمر في جديها ويُقوم ويسحن سيئها وتستمر ردود

الأفعال هذه في تقويم ذاتها بمرور الأحداث مما يساعد الفرد على حماية ذاته أفكارًا ومشاعرًا وسلوكًا (Kagan، 2006).

دراسات سابقة:

هدفت دراسة كرسيتينا بونا (Krisztina Bona 2014) إلى الكشف عن مصادر شخصية الفتيات الرياضيات المجريات وعلاقتها بالمناعة النفسية وهل يمكن بدورها أن تسهم في مدى أدائهن ورفاهتهن ورضاهن النفسي في عينة بلغت الـ 67 بمتوسط عمر 14 - 24، وقد أسفرت الدراسة عن علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والمصادر الشخصية والرضا والرفاهة النفسية، أما (جبار باهظ العكيلى 2017) فقد هدفت دراسته إلى التعرف على المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعمق والعلاقة الارتباطية بين المتغيرات الثلاث ومدى إسهام متغيري الوعي بالذات والعمق في التباين الكلي لمتغير المناعة النفسية لدى الطلاب البالغ عددهم في العينة 420 طالبًا، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والوعي بالذات والعمق، بينما حاولت (عبير أحمد دنقل 2018) الكشف عن الفروق في مستوى المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة والبالغ عددهم في العينة 306 طالبًا والتي تعزى إلى أساليب الدفاع التي يستخدمونها والكشف عن القدرة التنبؤية للميكانيزمات الدفاعية، وأسفرت النتائج عن تمتع الطلاب بمستوى أعلى من المتوسط في مستوى مناعتهم النفسية وكذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية لدى عينة البحث تعزى إلى أساليب الدفاع المستخدمة، أما (رانيا خميس الجزار 2018) فهدفت دراستها إلى الكشف عن العلاقة بين كلا من المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، وإمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة البالغ عددهم في العينة 195 طالبًا، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس كأحد أبعاد المناعة النفسية والأداء الأكاديمي، وإمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية وأبعادهما لدى طلاب الجامعة.

وبعد اطلاع الباحث على هذه الدراسات المتعلقة بالمناعة النفسية ونتائجها تبين أن هناك تباين في نتائج هذه الدراسات تارة لصالح الذكور وأخرى لصالح الإناث.

فروض البحث:

وفي ضوء الدراسات والبحوث السابقة تم تحديد الفروض التي يسعى البحث الحالي إلى التحقق منها فيما يلي:

1. تنتظم بنية المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة في عدة عوامل (تم التحقق من هذا الفرض من خلال استخدام التحليل العاملي الاستكشافي).
2. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعادها الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث).
3. توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعادها الفرعية تُعزى لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة).

حدود البحث:

1. الحدود الموضوعية: تمثلت في المتغيرات التي يتناولها البحث: المناعة النفسية الاجتماعية، طلاب الجامعة، النوع، الفرقة الدراسية.
2. الحدود البشرية: تم تطبيق أدوات الدراسة على طلاب جامعة حلوان من الكليات النظرية والعملية.
3. الحدود الزمنية: طُبّق البحث في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2021/2020م.
4. الحدود المكانية: كليات جامعة حلوان: التربية، التجارة، الطب، العلوم، الخدمة الاجتماعية، التمريض، الآداب، الصيدلة.

إجراءات البحث:

تمثلت إجراءات البحث الحالي في العناصر التالية:

- أ - منهج البحث: اقتضت طبيعة البحث الحالي استخدام المنهج الوصفي (السيبي - المقارن): لملاءمته لمشكلة البحث حيث استخدم هذا المنهج للكشف عن

طبيعة الفروق في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً لاختلاف النوع (ذكور - إناث)، والفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة) لدى طلاب الجامعة.

ب - عينة البحث:

● عينة حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث: تحدد الهدف من استخدامها في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث، ووضوح المفردات والتعليمات، وتقدير الزمن اللازم لتطبيق المقياس، وتكونت تلك العينة من (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان، تم اختيارهم من الكليات العملية والنظرية، وقد تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (18 - 28) عام، بمتوسط عمري (20.56) عام وانحراف معياري (1.647)، وبواقع (62 ذكور، 388 إناث). وفيما يلي جدول يوضح المؤشرات الإحصائية للعينة الأولية

المتغير	التوزيع	ن	المتوسط الحسابي للعمر الزمني	الانحراف المعياري للعمر الزمني	النسبة المئوية
النوع	ذكور	62	21.00	1.746	13.8%
	إناث	388	20.49	1.623	86.2%
نوع الدراسة	نظرية	301	20.12	1.654	66.9%
	عملية	149	21.47	1.206	33.1%
الفرقة الدراسية	الأولى	207	19.10	1.075	46%
	الرابعة	243	21.81	0.799	54%

● العينة الأساسية: هي تلك العينة التي تم تطبيق أدوات الدراسة عليها للخروج بمجموعة من النتائج والمقترحات التي تساعد على التحقق من صحة الفروض الخاصة بالدراسة، وتكونت تلك العينة من (840) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان، تم اختيارهم من الكليات العملية والنظرية - كلية التربية، التجارة، الخدمة الاجتماعية، الآداب، الطب، الصيدلة، التمريض، وقد تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (17 - 29) عام، بمتوسط عمري (20.45) عام وانحراف معياري (1.690)، وبواقع (ذكور، إناث). وفيما يلي جدول يوضح المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية.

جدول (2)

المؤشرات الإحصائية للعينة الأساسية من حيث النوع ونوع الدراسة والفرقة الدراسية.

المتغير	التوزيع	ن	المتوسط الحسابي للعمر الزمني	الانحراف المعياري للعمر الزمني	النسبة المئوية
النوع	ذكور	224	20.75	1.701	26.7%
	إناث	616	20.34	1.673	73.3%
نوع الدراسة	نظرية	436	20.40	1.704	51.9%
	عملية	404	20.50	1.675	48.1%
الفرقة الدراسية	الأولى	452	19.19	1.051	53.8%
	الرابعة	388	21.91	0.959	46.2%

أداة البحث:

اشتمل البحث على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة إعداد/ الباحث. وفيما يلي عرض موجز لخطوات إعداد تلك الأداة:
الهدف من المقياس: يهدف المقياس إلى الكشف عن مستوى المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان.

مبررات إعداد المقياس :

تم إعداد مقياس المناعة النفسية الاجتماعية ليتناسب مع عينة الدراسة، وما دفع الباحث لإعداده هو ندرة المقاييس في المناعة النفسية بصفة عامة والمناعة النفسية الاجتماعية بصفة خاصة - مما يشير إلى حاجة المكتبة العربية للمزيد من المقاييس في هذا المجال - فشرع الباحث في مطالعة المقاييس المستخدمة في الدراسات الأجنبية والعربية على اختلاف أبعادها والعينات المطبقة عليها على النحو الموضح في الجدول التالي:

جدول (3)

يوضح أبعاد المقاييس المستخدمة في بعض الدراسات السابقة

الدراسة	السنة	الأبعاد
المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعلم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى أبنائهم الباحث: إيمان نبيل حنفي	2016	الضبط الانفعالي الكفاءة الاجتماعية التفكير الإيجابي الكفاءة الذاتية
ميكانيزمات الدفاع لدى مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية من طلاب الجامعة الباحث: عيبر أحمد دنقل	2018	الإقدام - الرصد الإبداع - التنفيذ التنظيم الذاتي
المناعة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب كلية العلوم الإسلامية الباحث: سليمان بن إبراهيم الشاوي	2018	التفكير الإيجابي الإبداع وحل المشكلات ضبط النفس والاتزان الصمود والصلابة النفسية فاعلية الذات الثقة بالنفس التحدي والمثابرة المرونة النفسية والتكيف التفاوض
دور المناعة النفسية في التنبؤ بالتمكين النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية الباحث: قصي خالد التخايبة	2018	البعد النمائي الوقائي الجانب النفسي الذاتي الجانب الاجتماعي الفكري المشاعري

وبعد تلك المطالعة خلص الباحث في إعداد المقاييس إلى سبعة محاور وهم:

1. التفكير الإيجابي: النظرة الواقعية للحياة والتقييم الموضوعي للأمر والاستفادة من التجارب والخبرات للوصول إلى النجاح والتمسك بالأفكار الإيجابية والتخلي عن الأفكار السلبية

2. ضبط النفس: قدرة الفرد على التحكم في أعصابه وكبح غضبه وانفعالاته السلبية والسيطرة على أقواله وأفعاله والتحلي بالهدوء في الشدة والكرب وتمالك النفس في المواقف والضغوط
3. المرونة النفسية الاجتماعية: تقبل الآراء المخالفة والظروف الطارئة والتغيرات المفروضة على الفرد في مجتمعه والنظر للأمور من كل الجهات والتكيف معها وعدم التصلب والجمود ومسايرة التغيرات والاستجابة لها
4. مواجهة التحديات الاجتماعية: قدرة الفرد على تحدي الظروف الاجتماعية وحل المشكلات والاحتفاظ بالجهد ومواصلة العمل للنهاية رغم استمرار التحديات بكل عزم وتصميم
5. إدارة العلاقات: هو قدرة الفرد على التعامل مع أفراد المجتمع على اختلاف أعمارهم وأجناسهم وألوانهم بحيث يتعامل معهم بمرونة ورحابة صدر دون صدام أو شقاق.
6. استقلال الرأي وعدم التبعية: هو اعتداد الفرد بذاته الذي ينعكس عليه استقلاله في الرأي وعدم انجرافه وسط التيار وتصديق الشائعات والسير مع الناس دون رأي أو قرار نابع من داخله
7. مواجهة الانحرافات السلوكية: هو قدرة الفرد على نبذ ما يحدث في المجتمع من انحرافات سلوكية وعدم الوقوع فيها مثل التطرف والتعصب والتحرش والتنمر وصف المقياس في صورته الأولية:

وبعد تعريف المحاور الفرعية في المقياس إنتهى المقياس في صورته الأولية إلى خمس وستين عبارة (65) منهم ثلاثا وثلاثين (33) عبارة سلبية وعرضه على 12 محكمًا من اساتذه الصحة النفسية وعلم النفس التربوى من لإبداء الرأى حول مدى ارتباط كل بعد من أبعاد المقياس بمفهوم المناعة النفسية الاجتماعية ومدى ارتباط كل عبارة من عبارات المقياس بالبعد الذى وضعت لقياسه ومدى ملائمة كل عبارة من

عبارات المقياس من حيث الصياغة اللغوية وفي النهاية اقترح صياغة أفضل لأي من عبارات المقياس.

وأُسفرت عملية التحكيم عن تعديل صياغة بعض العبارات لتصبح أكثر تشبعا لادراك التلاميذ وحذف خمس (5) عبارات، وبذلك أصبح عبارات المقياس ستون عبارة، ثم بعد ذلك تم صياغة تعليمات المقياس، واستقرت على استخدام مقياس ثلاثي (دائماً - أحياناً - أبداً) ويكون تصحيحها كالتالي: دائما ثلاث درجات، أحياناً درجتان، أبداً درجة (ملحق 1). بعد ذلك تم حساب ثبات وصدق المقياس بالتحقق من خصائصه السيكومترية بتطبيقه على عينة قوامها (450) طالباً وطالبة وقد نتج عن صدق الإتساق والتحليل العاملي حذف أربع عبارات ليصبح ستا وخمسين (56) موزعين على ست (6) أبعاد (ملحق 2).

وفيما يلي عرض الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس

تم التحقق من صدق مقياس المناعة النفسية الاجتماعية بعدة طرق هي: الصدق الظاهري، صدق المقارنة الطرفية، الصدق العاملي، وفيما يلي توضيح للنتائج التي حصل عليها الباحث:

أ - الصدق الظاهري (صدق المحكمين):

تم عرض المقياس في صورته الأولية على (12) محكماً من السادة الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس (ملحق 3) وذلك لإبداء الرأي حول مدى ارتباط كل مفردة بالمحور الفرعي المدرجة ضمنه وفقاً لتعريفه الإجرائي وإدخال التعديلات اللازمة على العبارات التي تتطلب ذلك، وقد أسفرت عملية التحكيم عن تعديل بعض العبارات لعدم ملائمة الصياغة اللغوية أو غير مناسبة للعينة والمحاوور على أن تكون العبارات التي أجمع المحكمون على صلاحيتها ستون (60) عبارة وذلك بنسبة إتفاق 90%. وبناءً على ذلك تم وضع الصورة النهائية للمقياس البالغ عباراته ستون.

ب - صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب قيمة «ت» لدلالة الفروق بين متوسطي درجات (122) طالب وطالبة من مرتفعي الأداء، و(122) طالب وطالبة من منخفضي الأداء على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث، بتقسيم 27% للأدائين المرتفع والمنخفض، وكانت النتائج كالتالي:

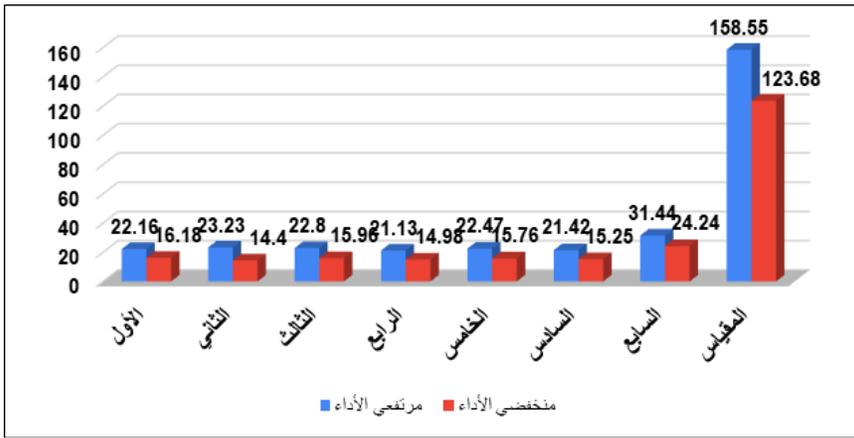
جدول (4)

نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث.

المحاور	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية .df	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	مرتفعي الأداء	122	22.16	0.882	242	27.881	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	16.18	2.197			
ضبط النفس	مرتفعي الأداء	122	23.23	1.547	242	42.567	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	14.4	1.689			
المرونة النفسية الاجتماعية	مرتفعي الأداء	122	22.8	0.812	242	33.447	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	15.96	2.106			
مواجهة التحديات الاجتماعية	مرتفعي الأداء	122	21.13	1.164	242	32.161	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	14.98	1.765			
إدارة العلاقات	مرتفعي الأداء	122	22.47	0.874	242	33.812	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	15.76	2.008			
استقلال الرأي وعدم التبعية	مرتفعي الأداء	122	21.42	0.995	242	36.579	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	15.25	1.576			
مواجهة الانحرافات السلوكية	مرتفعي الأداء	122	31.44	0.761	242	28.339	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	24.24	2.703			
المقياس ككل	مرتفعي الأداء	122	158.55	5.485	242	30.245	0.001 عند (0.000)
	منخفضي الأداء	122	123.68	11.492			

قيمة « ت » الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.960$ قيمة « ت » الجدولية عند مستوى دلالة $0.01 = 2.576$

يتبين من الجدول السابق وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى 0.001 بين متوسطي درجات الطلاب مرتفعي ومنخفضي الأداء على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية (الدرجة الكلية - الأبعاد الفرعية) في اتجاه الطلاب مرتفعي الأداء؛ ما يدل على القدرة التمييزية العالية للمقياس. وهذا ما يوضحه الشكل البياني التالي:



شكل بياني (1)

الفروق بين مرتفعي ومنخفضي الأداء على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية.

ج - الصدق العاملي Factor Validity:

هو أسلوب إحصائي يهدف إلى تحديد الحد الأدنى من العوامل، أو التكوينات الفرضية، التي تُفسر الارتباطات البينية بين مجموعة من الاختبارات، أو مجموعة من الفقرات، أو المتغيرات للاختبار الذي يتم دراسة صدق التكوين الفرضي له، فهو يساعد في تحديد المكونات الأساسية والعوامل المشتركة التي تحدد درجة الفرد على الاختبار، وتحدد درجة تشعب مفرداته بكل عامل من هذه العوامل، وهذه التشعبات تمثل معاملات الارتباط بين مفردات الاختبار والعوامل، ويطلق عليها معاملات الصدق العاملي. فالصدق العاملي ما هو إلا الارتباط بين الاختبار والعامل المشترك، الذي تشعب به

مجموعة الاختبارات (علي ماهر خطاب، 2007، 137:138). وقد اتبع الباحث الخطوات التالية لإجراء التحليل العاملي:

أ - تبويب البيانات ورصدها.

ب - حساب معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان للتعرف على مدى تجانس مفردات المقياس، وما إذا كان يقيس سمة واحدة أم سمات متعددة، وجدول (4) يوضح معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (5)

معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث.

الارتباط بالدرجة المفردة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	المفردة
**0.321	46	**0.461	31	**0.179	16	**0.187	1
**0.385	47	**0.445	32	**0.163	17	**0.315	2
**0.227	48	**0.395	33	**0.290	18	**0.502	3
**0.315	49	**0.395	34	**0.314	19	**0.194	4
**0.157	50	**0.140	35	**0.388	20	**0.319	5
**0.294	51	**0.356	36	**0.355	21	**0.383	6
**0.267	52	**0.388	37	**0.379	22	**0.183	7
**0.478	53	**0.360	38	**0.404	23	**0.234	8
**0.193	54	**0.434	39	**0.352	24	**0.230	9
**0.285	55	**0.478	40	**0.316	25	**0.207	10
**0.332	56	**0.443	41	**0.366	26	**0.430	11
**0.292	57	**0.488	42	**0.329	27	**0.244	12
**0.355	58	**0.487	43	**0.284	28	**0.510	13

**0.311	59	**0.409	44	**0.361	29	**0.364	14
**0.403	60	**0.292	45	**0.244	30	**0.394	15

(*) دال عند مستوى 0,05 ، (**) دال عند مستوى 0,01 .

يتضح من خلال الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.140** - 0.510**)، وجميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01؛ وهذا يدل على تجانس مفردات المقياس واتساقه الداخلي، وبهذا يظل طول المقياس (60) مفردة تم إجراء التحليل العاملي عليها.

ج - إجراء التحليل العاملي الاستكشافي:

قام الباحث بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory Factor Analysis باستخدام برنامج الحزم الإحصائية في العلوم التربوية والنفسية (SPSS. V.25) على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان كما هو موضح في وصف عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

وتم الاستناد إلى محك كايزر Kaiser Normalization، وهو محك رياضي في طبيعته اقترح جوتمان 1945 Guttman، وفكرته تعتمد على مراجعة الجذر الكامن للعوامل الناتجة على أن تقبل العوامل التي يزيد جذرها الكامن عن الواحد الصحيح وتعد عوامل عامة، وقد تم استخدام طريقة المكونات الأساسية Principle Components التي وضعها هوتلنج Hottelling وتعد أكثر طرق التحليل العاملي شيوعاً واستخداماً؛ نظراً لدقة نتائجها بالمقارنة ببقية الطرق. كما استخدم محك جيلفورد الذي يعتبر التشعب الجوهرى للبند على العامل دالاً إحصائياً إذا كان يساوي (0.3+) أو أكثر. وبعد ذلك تم إجراء التدوير المائل Promax Rotation لهندريكسون ووايت Hendrickson ففيه تدار المحاور دون احتفاظ بالتعامد وتترك لتتخذ الميل الملائم لها، وتكون العوامل المائلة بينها ارتباطاً ومتداخلة.

وأسفرت نتائج التحليل العاملي لمفردات المقياس بعد تدوير المحاور عن وجود تسعة عشر عامل جمعها جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح، ويتشعب على هذه العوامل

(56) مفردة، وقد حدد الباحث (6) عوامل فقط لإجراء التحليل العاملي الاستكشافي، وفسرت هذه العوامل (35.877%) من التباين الكلي المفسر، وقد استبعد الباحث العوامل الأخرى لقلّة عدد المفردات المتشعبة عليها حيث بلغ عدد مفردات العامل الواحد اثنتين على الأكثر وتحمل نفس المعنى السيكولوجي للثلاثة عوامل التي تم اختيارها. كما وجد أن قيمة اختبار كايزر ماير أوليكن لكفاية وملائمة العينة (0.748) وهي قيمة أكبر من 0.60 وتدّل على مناسبة العينة للاستخدام في الدراسة. والجدول الآتي يوضح العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل، والنسبة التراكمية للتباين.

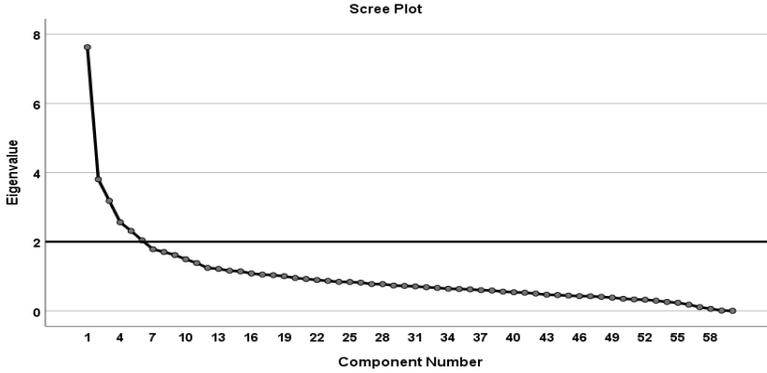
جدول (6)

العوامل المستخرجة، وجذورها الكامنة، ونسبة التباين لكل عامل،
والنسبة التراكمية للتباين لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث.

العوامل	الجزر الكامن	نسبة التباين	نسبة التباين التراكمية
العامل الأول	7.627	12.711%	12.711%
العامل الثاني	3.804	6.34%	19.051%
العامل الثالث	3.183	5.305%	24.356%
العامل الرابع	2.562	4.27%	28.626%
العامل الخامس	2.311	3.852%	32.479%
العامل السادس	2.039	3.398%	35.877%

والرسم البياني (2) يوضح عدد العوامل المستخرجة**⁽¹⁾:

(1) ** عدد العوامل في هذا الشكل هو عدد النقاط التي تسبق الخط المستقيم أو تقع على الخط الذي يقطع المنحنى بالعرض.



رسم بياني (2)

عدد العوامل المستخرجة في مقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث. ويتضح من الرسم البياني (2) أن عدد النقاط التي تسبق الخط المستقيم أو تقع على الخط الذي يقطع المنحنى بالعرض هي ستة نقاط أي أن هناك ستة عوامل جذرها الكامن أكبر من (2)، لذا فإن عدد العوامل الأنسب لإجراء التحليل العاملي هو (6) عوامل كما توصلت إليها نتائج التحليل العاملي، وفيما يلي تفسير لهذه العوامل سيكولوجياً بعد تدوير المحاور.

جدول (7)

مصفوفة العوامل الدالة إحصائياً وتبعاتها بعد تدوير المحاور.

العوامل						المفردات
6	5	4	3	2	1	
					0.780	3
					0.726	26
					0.705	31
					0.609	43
					0.593	52
					0.579	40
					0.523	41

العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان

العوامل						المفردات
6	5	4	3	2	1	
					0.519	11
					0.507	15
					0.465	60
					0.449	42
					0.411	28
					0.408	6
					0.396	57
					0.311	58
				0.733		14
				0.713		29
				0.709		33
				0.705		22
				0.615		24
				0.456		44
				0.404		1
		0.345		0.372		53
				0.353		38
				0.334		37
				0.332		47
				0.329		36
						21
			0.787			25
			0.785			59
			0.635			19
			0.627			18
			0.590			45
			0.520			2
		0.659				56
		0.597				20

العوامل						المفردات
6	5	4	3	2	1	
		0.515				34
		0.508				32
		0.48			0.363	13
		0.445				46
		0.42				49
		0.374				39
						23
						50
	0.643					10
	0.583					48
	0.583					4
	0.58					5
0.359 -	0.568					17
	0.514					12
	0.460					55
	0.433					51
						35
						30
0.680						9
0.667						16
0.564						27
0.483	0.343					8
0.463						7
0.436						54
0.357						

تم استبعاد المفردات (21، 23، 50، 35) لعدم تشعبها على أي عامل من العوامل المستخرجة، وبهذا يُصبح عدد مفردات الاختبار (56) مفردة. وفيما يلي تفسير لهذه العوامل سيكولوجياً بعد تدوير المحاور.

نتائج التحليل العاملي الاستكشافي:

العامل الأول مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية:

ويفسر العامل الأول (12.711%) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (15) مفردة، وهي: 3، 26، 31، 43، 52، 40، 41، 11، 15، 60، 42، 28، 6، 57، 58 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (8)

معاملات تشبع مفردات العامل الأول (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية).

رقم المفردة	رقم المفردة في الصورة الأولية	المفردات	معامل التشبع
1	3	أشعر بالإحباط إن طال الطريق وكثرت المعوقات	0.780
2	26	أعلم أن كل عمل له مشاقه وصعوباته	0.726
3	31	أرى أن الفشل أولى درجات النجاح	0.705
4	43	أتمسك بأحلامي وطموحاتي رغم الصعوبات	0.609
5	52	يقلقني ما يحدث في سلوكيات الأفراد من تغير للأسوء	0.593
6	40	تتغلب مشاعري على عقلي في مواجهة التحديات	0.579
7	41	أميل إلى وضع بدائل للحلول	0.523
8	11	أعلم أن لكل مشكلة حل	0.519
9	15	أعتدي جسدياً بالضرب على من لا يروقي	0.507
10	60	يستمتع الآخرون لنصائحي في حل مشاكلهم وأزماتهم	0.465
11	42	أنجرف خلف التيارات والأفكار المتطرفة من حولي	0.449
12	28	أنوسط في اختياراتي وقناعاتي	0.411
13	6	لا أجهد نفسي في التفكير طالما هناك من يفكر	0.408
14	57	أجد حلولاً متنوعة للمشاكل التي تعترض طريقي	0.396
15	58	أسب وأستهزأ بمن يضايقني	0.311

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكولوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية).

العامل الثاني التفكير الإيجابي:

ويفسر العامل الثاني (6.34٪) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (12) مفردة، وهي: 14، 29، 33، 22، 24، 44، 1، 53، 38، 37، 47، 36 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (9)

معاملات تشبع مفردات العامل الثاني (التفكير الإيجابي).

معامل التشبع	المفردات	رقم المفردة في الصورة الأولية	رقم المفردة
0.733	أفعل المطلوب حتى وإن جاءت النتيجة عكس ما أتوقع	14	16
0.713	أنهض كلما تعثرت وأكمل المسير كلما توقفت	29	17
0.709	أفكاري تكون بارزة في الأعمال الجماعية	33	18
0.705	أفتخر بنفسي حينما أفكر فيما وصلت إليه	22	19
0.615	إما أن أفعل ما أريده أو لا أفعل شيئاً مطلقاً	24	20
0.456	المخطئون هم من حولي	44	21
0.404	أصدق الأخبار التي أراها متداولة بين الناس	1	22
0.372	كل ما يحدث لنا خير حتى وإن ظهر لنا عكس ذلك	53	23
0.353	أتمسك برأيي حتى وإن كان على خطأ	38	24
0.334	يتسم تفكيري بالتفاؤل	37	25
0.332	بضايقتني اعتداء الآخرين جنسياً على الطرف الآخر	47	26
0.329	انتشار الخبر دليل على صحته	36	27

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكولوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (التفكير الإيجابي).

العامل الثالث إدارة العلاقات الاجتماعية:

ويفسر العامل الثالث (5.305%) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (6) مفردات، وهي: 25، 59، 19، 18، 45، 2 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (10)

معاملات تشبع مفردات العامل الثالث (إدارة العلاقات الاجتماعية).

رقم المفردة	رقم المفردة في الصورة الأولية	المفردات	معامل التشبع
28	25	أناقش الآخرين دون الوصول لجدال أو شقاق فيه	0.787
29	59	فهمني للآخرين يعنيني على التعامل معهم	0.785
30	19	أتعامل بسهولة مع من لا يشبه شخصيتي	0.635
31	18	أخشى التعرض لصدمات جديدة في حياتي	0.627
32	45	أرحب بالتعامل مع الجميع لأنني أؤمن أن اختلافنا أمر حتمي	0.590
33	2	أتحكم في نفسي عند الغضب	0.520

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكلوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (إدارة العلاقات الاجتماعية).

العامل الرابع استقلال الرأي وعدم التبعية:

ويفسر العامل الرابع (4.270%) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (8) مفردات، وهي: 20، 34، 32، 13، 46، 49، 39 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (10)

معاملات تشبع مفردات العامل الرابع (استقلال الرأي وعدم التبعية).

رقم المفردة	رقم المفردة في الصورة الأولية	المفردات	معامل التشبع
34	56	أشارك من حولي في الأشياء التي لا تستهويني	0.659
35	20	أنا قادر على اتخاذ قراراتي بمفردتي	0.597
36	34	لا أستطيع فهم ردود أفعال الآخرين تجاهي	0.515
37	32	أشعر بصعوبة في فهم الناس من حولي	0.508
38	13	أستمر في العمل الذي أتخذ فيه القرارات	0.48
39	46	أجاري من حولي لأنال رضاهم	0.445
40	49	أستطيع التعبير بحكمة عما أشعر به من إحباط أو ضيق	0.42
41	39	أتمالك نفسي حين الغضب	0.374

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكلوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (استقلال الرأي وعدم التبعية).
العامل الخامس المرونة النفسية الاجتماعية:

ويفسر العامل الخامس (3.852 %) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (8) مفردات، وهي: 10، 48، 4، 5، 17، 12، 55، 51 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (12)

معاملات تشبع مفردات العامل الخامس (المرونة النفسية الاجتماعية).

رقم المفردة	رقم المفردة في الصورة الأولية	المفردات	معامل التشبع
42	10	على الفرد أن يغير ما يمكن تغييره ويقبل ما لا يمكن تغييره	0.643
43	48	أنظر للأمر بلونين أبيض وأسود فقط ولا ألوان بينهما	0.583
44	4	أتعامل مع أفراد المجتمع على اختلاف شخصياتهم	0.583
45	5	أرحب وأستمع للآراء المخالفة لرأبي	0.58

0.568	أتكيف مع الظروف المتغيرة في مجتمعي	17	46
0.514	أشعر بالضيق من تعاملي مع الآخرين بصدام	12	47
0.460	اختلاف وجهات النظر تزيد الصورة وضوحاً	55	48
0.433	يضايقني التعصب الأعمى الذي يتحلى به البعض	51	49

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكلوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (المرونة النفسية الاجتماعية).

العامل السادس ضبط النفس:

ويفسر العامل السادس (3.398%) من التباين الكلي المفسر (بعد التدوير)، وتشبعت عليه (7) مفردات، وهي: 30، 9، 16، 27، 8، 7، 54 (أرقام المفردات خاصة بالصورة الأولية للمقياس). والجدول الآتي يوضح معاملات تشبع المفردات على هذا العامل:

جدول (13)

معاملات تشبع مفردات العامل السادس (ضبط النفس).

معامل التشبع	المفردات	رقم المفردة في الصورة الأولية	رقم المفردة
0.680	ردود أفعالي متهورة في المواقف الحياتية	30	50
0.667	أفقد أعصابي إذا قاطعني أحد حين العمل	9	51
0.564	نادراً ما يسيطر علي الغضب والهياج	16	52
0.483	الأخبار الصادمة تمنعني من التفكير	27	53
0.463	أحقق ما أريده بفضل إرادتي القوية	8	54
0.436	رأيي صواب يحتمل الخطأ ورأيي غيري خطأ يحتمل الصواب	7	55
0.357	أشعر بالندم لأنني أقول وأفعل كل ما يتبادر إلى ذهني	54	56

وتعكس مفردات هذا العامل من الناحية السيكلوجية النظرية « »، ولذا من الممكن أن نطلق على هذا العامل (ضبط النفس).

ثانياً: تجانس المفردات (الاتساق الداخلي)

حساب معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس:
تم حساب معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد الذي تنتمي إليه، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان؛ للتعرف على مدى تجانس مفردات المقياس، وما إذا كان يقيس سمة واحدة أم سمات متعددة، والجدول (14) يوضح قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (14)
يوضح قيم معاملات الارتباط بين المفردات ودرجة البعد، والدرجة الكلية لمقياس المرونة النفسية الاجتماعية.

الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالبعد	الدرجة	العامل	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	الارتباط بالبعد	الدرجة	العامل
0.350**	0.676**	16	الخامس (التفكير الإيجابي)	0.516**	0.720**	1	الأول (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية)
0.354**	0.673**	17		0.382**	0.584**	2	
0.381**	0.680**	18		0.473**	0.645**	3	
0.372**	0.675**	19		0.497**	0.683**	4	
0.337**	0.584**	20		0.291**	0.500**	5	
0.415**	0.519**	21		0.486**	0.634**	6	
0.183**	0.404**	22		0.451**	0.594**	7	
0.477**	0.538**	23		0.441**	0.571**	8	
0.358**	0.446**	24		0.399**	0.537**	9	
0.395**	0.436**	25		0.419**	0.535**	10	
0.394**	0.409**	26		0.487**	0.578**	11	
0.351**	0.413**	27		0.286**	0.453**	12	
0.338**	0.620**	34	الرابع (استغلال الرأي وعدم التهمة)	0.398**	0.506**	13	الثالث (إدارة العلاقات الاجتماعية)
0.400**	0.604**	35		0.296**	0.471**	14	
0.389**	0.620**	36		0.369**	0.421**	15	
0.434**	0.607**	37		0.314**	0.725**	28	
0.515**	0.607**	38		0.314**	0.725**	29	
0.309**	0.515**	39		0.317**	0.707**	30	
0.313**	0.474**	40		0.275**	0.684**	31	
0.418**	0.530**	41		0.292**	0.653**	32	
0.236**	0.674**	50	السادس (تخطئ النفس)	0.306**	0.604**	33	الخامس (المرونة النفسية الاجتماعية)
0.224**	0.631**	51		0.224**	0.600**	42	
0.178**	0.554**	52		0.228**	0.567**	43	
0.327**	0.536**	53		0.203**	0.594**	44	
0.256**	0.473**	54		0.322**	0.608**	45	
0.175**	0.519**	55		0.163**	0.571**	46	
0.198**	0.464**	56		0.259**	0.579**	47	
			0.297**	0.504**	48		
			0.310**	0.494**	49		

(*) ترمز إلى مستوى دلالة 0.05 (***) ترمز إلى مستوى دلالة 0.01

ويتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين المفردات وكل من الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بعد إجراء التحليل العاملي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، مما يؤكد على الاتساق الداخلي لمفردات المقياس وتجانسها. وبهذا يصبح عدد مفردات المقياس (56) مفردة بعد إجراء الاتساق الداخلي عليه.

ب - حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان، والجدول (14) يوضح معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد الفرعية وبعضها، والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (15)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية
إعداد/ الباحث.

الدرجة الكلية للمقياس	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	المحاور
						1	العامل الأول
					1	**0.281	العامل الثاني
				1	0.09	**0.191	العامل الثالث
			1	**0.259	**0.354	**0.438	العامل الرابع
		1	*0.094	0.06	**0.121	**0.255	العامل الخامس
	1	0.056	**0.199	0.061	**0.143	**0.158	العامل السادس
1	**0.409	**0.428	**0.680	**0.441	**0.661	**0.738	الدرجة الكلية للمقياس

(*) ترمز إلى مستوى دلالة 0.05 (**). ترمز إلى مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق تمتع الأبعاد الفرعية بمعاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.01 بينها وبين الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث، وهي معاملات ارتباط جيدة. وهذا يدل على تجانس المقياس من حيث الأبعاد الفرعية.

ثالثاً: ثبات المقياس

قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقتين هما: التجزئة النصفية (باستخدام معادلتى جوتمان، وتصحيح الطول لسبيرمان براون) ومعامل ألفا - كرونباخ، على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب جامعة حلوان، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (16)

معاملات ثبات مقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث.

المحاور	عدد المفردات	معامل الارتباط بين نصفي الاختبار	تصحيح الطول - سبيرمان براون	معامل جوتمان	معامل ألفا - كرونباخ
الأول: مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية	15	0.724	0.840	0.839	0.838
الثاني: التفكير الإيجابي	12	0.729	0.843	0.843	0.783
الثالث: إدارة العلاقات الاجتماعية	6	0.543	0.703	0.703	0.770
الرابع: استقلال الرأي وعدم التبعية	8	0.579	0.734	0.734	0.699
الخامس: المرونة النفسية الاجتماعية	8	0.488	0.656	0.653	0.688
السادس: ضبط النفس	7	0.464	0.637	0.631	0.621
المقياس ككل	56	0.791	0.883	0.881	0.854

ويتضح من خلال الجدول (15) أن المقياس يتمتع بمعاملات ثبات عالية، مما يؤكد صلاحية المقياس للتطبيق والاستخدام.

المقياس في صورته النهائية:

تكون المقياس في صورته النهائية بعد إجراء الخصائص السيكومترية من (56) مفردة مُوزعة على (6) عوامل تهدف إلى قياس المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة؛ ويتطلب من الطلاب قراءة المفردات المعروضة عليه ضمن المقياس بدقة وإمعان، والقيام باختيار البديل الذي يتناسب وشخصيته من بين ثلاثة بدائل هي (دائماً - أحياناً - أبداً)، ويُمنح درجة تتراوح بين (1 - 3) لكل بديل من البدائل التي يختارها على الموقف. وقد بلغت الدرجة الأعلى على المقياس (168) درجة، بينما بلغت أقل درجة (56).

جدول (17)

توزيع المفردات على الأبعاد المُستخرجة لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية إعداد/ الباحث.

عدد المفردات	العوامل
15	الأول (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية)
12	الثاني (التفكير الإيجابي)
6	الثالث (إدارة العلاقات)
8	الرابع (استقلال الرأي وعدم التبعية)
8	الخامس (المرونة النفسية الاجتماعية)
7	السادس (ضبط النفس)

خطوات إجراء البحث:

اتبع الباحث عدة خطوات لإعداد البحث الحالي، تمثلت فيما يلي:

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. النسب المئوية.
3. اختبار «ت» لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة.

4. معامل الارتباط الخطي لبيرسون.

5. التحليل العاملي الاستكشافي.

نتائج البحث ومناقشتها:

تناول الباحث في هذا الجزء النتائج التي تم التوصل إليها، وتفسيرها في ضوء الدراسات والأدبيات النظرية التي تناولت متغير المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، وفيما يلي النتائج المتعلقة بفروض البحث:

1 - نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه « تتنظم بينة المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة في عدة عوامل ». تم التحقق من هذا الفرض من خلال إجراء التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية كما هو موضح في الجداول أرقام (5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12)، فقد دلت النتائج على وجود ستة عوامل أساسية تسهم في قياس متغير المناعة النفسية الاجتماعية وهي: مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية، التفكير الإيجابي، إدارة العلاقات، استقلال الرأي وعدم التبعية، المرونة النفسية الاجتماعية، ضبط النفس.

وقد جاءت هذه العوامل متوافقة مع ذات الأبعاد في مقاييس لدراسات أخرى؛ فقد توافق عامل التفكير الإيجابي وضبط النفس والمرونة النفسية، بينما تشابهت وتقاربت عوامل مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية مع بعدي التحدي والمثابرة والإبداع في حل المشكلات في دراسة عصام زيدان 2013 سليمان الشاوي 2018 وسليمان يوسف 2018، كذلك وجد توافقا وتقاربا بين أبعاد الضبط الانفعالي والتفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية والكفاءة الاجتماعية في دراسة إيمان حنفي 2014، وكذلك تشابهها في أبعاد الجانب النفسي الذاتي والجانب الاجتماعي والفكري المشاعري في دراسة قصي التخايمة 2018؛ مما يعضد نتيجة التحليل العاملي الخاصة بمقياس المناعة النفسية الاجتماعية.

2 - نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه « توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعادها الفرعية تُعزى لاختلاف النوع (ذكور، إناث) ». وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار «ت» للمجموعات المستقلة

التالي يوضح الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية.

جدول (18)

نتائج اختبار «ت» لدلالة الفروق في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً للنوع.

المحاور	النوع	حجم العينة (ن)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري	درجات الحرية "د.ح"	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
مواجهة المشكلات + السلوكية والاجتماعية	ذكور	224	40.33	5.074	838	4.664	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	38.62	4.539			
التفكير الإيجابي	ذكور	224	31.63	4.227	838	4.650	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	30.26	3.598			
إدارة العلاقات	ذكور	224	14.76	2.492	838	7.950	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	13.3	2.291			
استقلال الرأي وعدم التبعية	ذكور	224	20.36	3.221	838	8.042	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	18.36	3.175			
المرونة النفسية الاجتماعية	ذكور	224	21.52	2.687	838	3.770	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	20.73	2.688			
ضبط النفس	ذكور	224	16.85	2.805	838	6.609	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	15.49	2.581			
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	224	145.44	17.672	838	6.979	دالة (0.000) عند 0.001
	إناث	616	136.75	15.275			

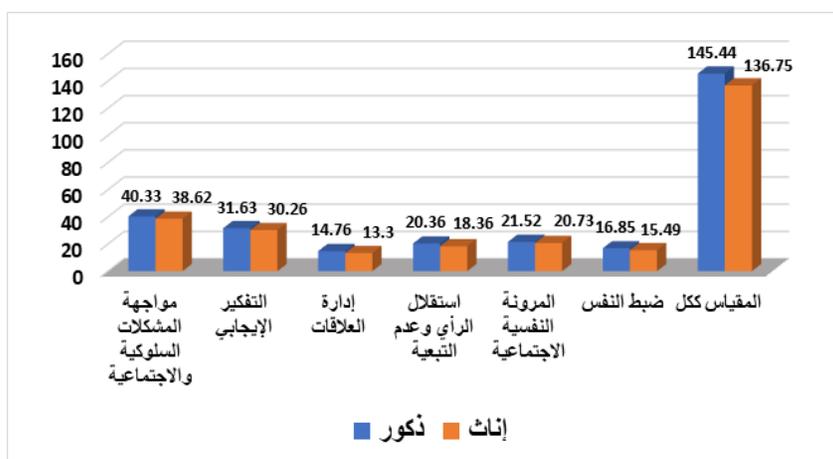
قيمة «ت» الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.960$ قيمة «ت» الجدولية عند مستوى دلالة $0.01 = 2.576$

يتضح من الجدول رقم (17) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور والإناث من طلاب الجامعة على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاد الفرعية (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية، التفكير الإيجابي، إدارة العلاقات،

استقلال الرأي وعدم التبعية، المرونة النفسية الاجتماعية، ضبط النفس) لصالح الذكور، حيث تراوحت قيم «ت» المحسوبة ما بين (3.770 - 8.042)، وجميع هذه القيم أكبر من قيم «ت» الجدولية، ودالة إحصائياً عند مستوى 0.001؛ وهذا يدل على تحقق الفرض الثاني كلياً. والشكل البياني التالي يوضح الفروق بين الذكور والإناث على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية:

شكل (3)

الفروق بين الذكور والإناث على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية.



- وقد اختلفت نتيجة هذا الفرض مع نتيجة قصي (التخايمة 2018) التي أظهرت أنه لا يوجد اختلاف بين الطلاب في المناعة النفسية طبقاً لمتغير النوع.

3 - نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه «توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات طلاب الجامعة في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعادها الفرعية تُعزى لاختلاف الفرقة الدراسية (الأولى، الرابعة)». وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار «ت» للمجموعات المستقلة Independent sample T. Test للتحقق من دلالة الفروق ومعرفة اتجاهها، والجدول التالي يوضح الفروق بين متوسطي درجات طلاب الفرقة الأولى والرابعة على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية.

جدول (19)

نتائج اختبار «ت» لدلالة الفروق في المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية تبعاً للفرقة الدراسية.

المحاور	الفرقة الدراسية	حجم العينة (ن)	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري	درجات الحرية "د.ح"	قيمة "ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية	الأولى	452	38.72	4.765	838	2.353 -	دالة عند 0.019) عند 0.05
	الرابعة	388	39.49	4.695			
التفكير الإيجابي	الأولى	452	30.37	3.808	838	2.114 -	دالة عند 0.035) عند 0.05
	الرابعة	388	30.93	3.82			
إدارة العلاقات	الأولى	452	13.62	2.394	838	0.900 -	غير دالة (0.368)
	الرابعة	388	13.77	2.476			
استقلال الرأي وعدم التبعية	الأولى	452	18.68	3.356	838	2.002 -	دالة عند 0.592) عند 0.05
	الرابعة	388	19.14	3.235			
المرونة النفسية الاجتماعية	الأولى	452	20.89	2.664	838	0.537 -	غير دالة (0.368)
	الرابعة	388	20.99	2.761			
ضبط النفس	الأولى	452	15.61	2.738	838	2.735 -	دالة عند 0.006) عند 0.01
	الرابعة	388	16.12	2.652			
الدرجة الكلية للمقياس	الأولى	452	137.89	16.133	838	2.252 -	دالة عند 0.025) عند 0.05
	الرابعة	388	140.44	16.61			

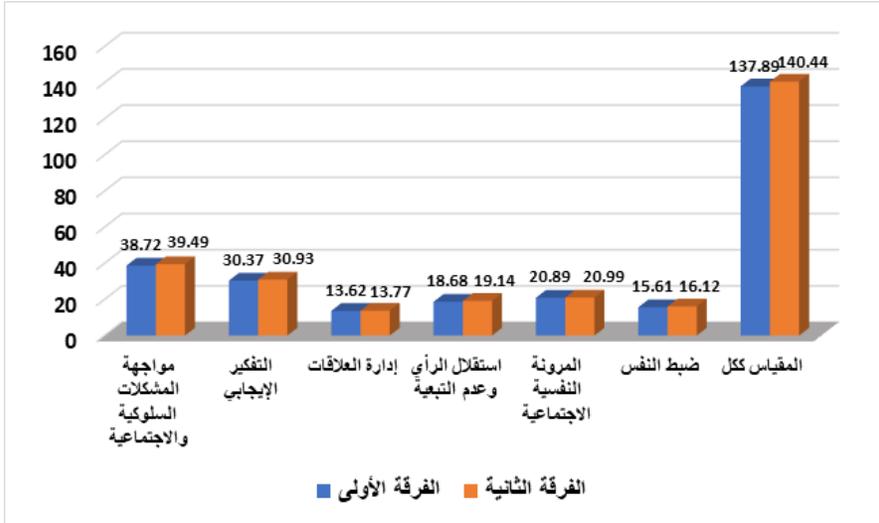
قيمة «ت» الجدولية عند مستوى دلالة $0.05 = 1.960$ قيمة «ت» الجدولية عند مستوى دلالة $0.01 = 2.576$

يتضح من خلال الجدول رقم (18) أن قيم «ت» المحسوبة تراوحت ما بين (- 0.537 : 2.735)، وجميع هذا القيم أكبر من قيم «ت» الجدولية ودالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01 فيما عدا بعدي (إدارة العلاقات، المرونة النفسية الاجتماعية)، وهذا يعني أنه توجد فروق دالة إحصائياً عند مستويي دلالة 0.05 و 0.01

بين متوسطات درجات طلاب الفرقين الأولى والرابعة على الدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية الاجتماعية وبعض أبعاده الفرعية (مواجهة المشكلات السلوكية والاجتماعية، التفكير الإيجابي، استقلال الرأي وعدم التبعية، ضبط النفس) في اتجاه طلاب الفرقة الرابعة، فيما عدا بعدي « إدارة العلاقات، المرونة النفسية الاجتماعية »، فقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الفرقين الأولى والرابعة على بعدي (إدارة العلاقات، المرونة النفسية الاجتماعية)، وهذا يشير إلى تحقق الفرض الثالث جزئياً. والشكل البياني التالي يوضح الفروق بين طلاب الفرقين الأولى والثانية على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية:

شكل (4)

الفروق بين طلاب الفرقين الأولى والرابعة على مقياس المناعة النفسية الاجتماعية وأبعاده الفرعية.



توصيات البحث:

- في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث، يوصي الباحث بالنقاط التالية:
- إجراء مزيداً من الدراسات حول المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالمتغيرات الأخرى.

- استخدام البرامج الإرشادية المختلفة في علاج ووقاية طلاب الجامعة من خلال رفع مستوى مناعتهم النفسية الاجتماعية سواء أكان إرشاداً جمعياً أم فردياً.
- الاهتمام بالأبعاد الفرعية للمناعة النفسية الاجتماعية وتطوير مهارات طلاب الجامعة عليها.
- تطبيق الدراسة على عينات أخرى مثل الأطفال والكبار ومتغيرات ديموغرافية أخرى كالريف والحضر والكليات العملية والنظرية أو فئات عمرية مختلفة.

دراسات وبحوث مقترحة :

- وفي ضوء الأطر النظرية والأدبية والنتائج المستخلصة من البحث الحالي، يمكن اقتراح ما يلي:
- برنامج إرشادي لتنمية المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان.
 - المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان ونظرائهم من جامعة الأزهر دراسة مقارنة
 - المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب الجامعات الحكومية ونظرائهم من الجامعات الخاصة
 - برامج إرشادية لتنمية المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الإعدادية والثانوية.

المراجع:

- الفيروزآبادي، المعجم الوسيط، لبنان، الرسالة للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الثامنة 2005.
- ابن فارس (1985): المعجم الوسيط (ط 3) القاهرة: دار النهضة العربية.
- إيمان نبيل محمد (2013). المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً القابليين للتعلم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى أبنائهم، مجلة دراسات تربوية واجتماعية (30) مج 22، 435 - 486.
- جولمان، د. (2004) ذكاء المشاعر، ترجمة: هشام الحناوي، القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- جبار وادي باهظ العكيلي، 2017، المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعفو، دراسات عربية وتربوية في علم النفس، رابطة التربويين العرب، ع 81.
- حمدي محمد ياسين (2001). الوالدية وتنمية المناعة النفسية إزاء المشكلات الأسرية، المؤتمر السنوي الثامن لمركز الإرشاد النفسي - الأسرة في القرن 21، مج 2، 863 - 8767.
- رانيا خميس الجزائر، 2018، المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي، مجلة البحث العلمي في الآداب - جمعة عين شمس، ع 19، ج 7.
- سليمان بن إبراهيم الشاوي، 2018، المناعة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى طلاب كلية العلوم الاجتماعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، مجلة كلية التربية - جامعة طنطا، مصر، مج 69، ع 1.
- سليمان عبد الواحد يوسف (2021). المناعة النفسية وفق تصور عبد الوهاب كامل: دراسة عاملية عبر ثقافية، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس (129)، البحث الثاني عشر.

- عبير أحمد دنقل، 2018، ميكانيزمات الدفاع لدى مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية من طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي - جامعة عين شمس، ع 53.
- عصام محمد زيدان، 2013، مفهوم المناعة النفسية وأبعادها وقياسها، مجلة كلية التربية - جامعة طنطا، مصر، ع 51.
- على ماهر خطاب (2007). القياس والتقويم في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية ط6، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- قصي خالد التخينة، (2018)، دور المناعة النفسية في التنبؤ بالتمكين النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- كمال إبراهيم مرسي (2000) السعادة وتنمية الصحة النفسية - الجزء الأول. القاهرة: دار النشر للجامعات.
- لطفي الشربيني، معجم مصطلحات الطب النفسي، مركز تعريب العلوم الصحية ومؤسسة الكويت للتقدم العلمي.
- محمد ديبون (2016). الأركان السبعة لنظرية الميكانيزمات الدفاعية حسب فيبيي كرامير. مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية (25)، 115 - 128.
- Cambridge، Cambridge advanced learner dictionary، third edition.
- Krisztina Bona، 2014، An Exploration of Psychological Immune System In Hungarian Gymnasts، University of Jyvaskalya.
- Gilbert، D.T.، Pinel، E.C.، Wilson، T.D.، Blumberg، S. J. & Wheatley، T. P. (1998): Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. Journal of Personality and social psychology، vol. 75، 617 - 638.
- Gombor، A. (2009)، Burnout in Hungarian and Swedish emergency nurses: demographic variables، work - related factors، social support، personality and life satisfaction determinants of burnout.

- Ph.D Dissertation, University of Eotvos Lorand, Budapest, Hungary.
- Kagan, H. (2006), The Psychological Immune system: A new Look At Protection and Survival, Indian: Aiuther House.
 - Kariuki P., Williams L. (2016), The Relationship Between Character Traits And Acadmic Performance Of The AFTROTC High School Students, The annual conference of the mid - south Educational Research Association, Birmingham.
 - Miller G., Cohen S. (2001), Psychological Interventions And The Immune Systme: A Meta - Analytic Review Critique, Health Psychology (20) nob. 1, 47 - 63.
 - Segrestrom S., Miller G.(2014), Psychological Stress And The Human Immune Systme: A Meta - Analytic Study of 30 Yrars of Inquiry, Psychological Bulletin (130), Nob. 4. 601 - 630.
 - Seligman M. (2010), Florish Positive Psychology And Positive Interventions, The University Of Michigan, 7 th of October.
 - Shapan N., Ahmed A. (2020). Rationing Of Psychological Immunity Scale On A Sample Of Visually Impaired Adolescents, International Journal for Innovation Education and Research (8), 345 - 356.
 - Viotkane, S. (2004): Goal Directedness in Ralation To Life Satisfaction, Psychological Immune Systme And Depression In First Smester University Students In Lativa. Baltic Journal of Psychology, Vol. 5, No. 2, 19 - 30.
 - Wilson, T , & Gilbert, D. (2005) : Affective forecasting knowing what to want. American Psychological Society, Vol. 14, No. 3, 131 - 134.

الملاحق

ملحق (1) المقياس في صورته الأولية بعد التحكيم

عزيزي الطالب .. تحية طيبة وبعد ؛

يقوم زميلك الباحث بمرحلة الماجستير بإعداد رسالة بحثية للحصول على درجة الماجستير ويرغب منك مساعدته في حل هذا الاختبار ممتنا لك جهداً ووقتاً المبذول ومتمنياً لك مزيداً من التوفيق في حياتك العلمية والعملية.

بين يديك مجموعة من العبارات أرجو منك قراءتها بدقة وإمعان والإجابة عليها بكل صدق وصراحة وموضوعية، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وإنما هي رؤى مختلفة تعكس تكويننا وسماتنا الشخصية، لذا بعد قراءة هذه العبارات عليك وضع علامة (✓) في إحدى الخيارات الثلاث (دائماً أو أحيانا أو أبدا) التي تنطبق عليك وتراها في نفسك.

أكرر شكري وأمتناني لك ووقتك وجهدك ومساعدتك وأتمنى لك التوفيق والنجاح .. خالص تحياتي.

..... الاسم:

(اختياري ويفضل كتابته)

..... الكلية: القسم (إن وجد):

..... الفرقة: السن:

..... النوع (ذكر / أنثى):

لا	أحيانا	نعم	العبارة
			أصدق الأخبار التي أراها متداولة بين الناس
			أتحكم في نفسي عند الغضب
			أشعر بالإحباط إن طال الطريق وكثرت المعوقات
			أتعامل مع أفراد المجتمع على اختلاف شخصياتهم
			أرحب وأستمع للآراء المخالفة لرأيي

العوامل المسهمة في المناعة النفسية الاجتماعية لدى طلاب جامعة حلوان

			لا أجهد نفسي في التفكير طالما هناك من يفكر
			رأيي صواب يحتمل الخطأ ورأيي غيري خطأ يحتمل الصواب
			أحقق ما أريده بفضل إرادتي القوية
			أفقد أعصابي إذا قاطعني أحد حين العمل
			على الفرد أن يغير ما يمكن تغييره ويقبل ما لا يمكن تغييره
			أعلم أن لكل مشكلة حل
			أتعامل مع الآخرين بصدام
			أستمر في العمل الذي أتخذ فيه القرارات
			أفعل المطلوب حتى وإن جاءت النتيجة عكس ما أتوقع
			أعتدي جسدياً بالضرب على من لا يروقني
			نادراً ما يسيطر علي الغضب والهياج
			أتكيف مع الظروف المتغيرة في مجتمعي
			أخشى التعرض لصدمات جديدة في حياتي
			أتعامل بسهولة مع من لا يشبه شخصيتي
			أنا قادر على اتخاذ قراراتي بمفردي
			اختياري تنحصر بين اليمين واليسار ولا خيار آخر بينهما
			أفتخر بنفسي حينما أفكر فيما وصلت إليه
			أتحكم فيما يصدر عني وقت الغضب
			إما أن أفعل ما أريده أو لا أفعل شيئاً مطلقاً
			أناقش الآخرين دون الوصول لجدال أو شقاق فيه
			أعلم أن كل عمل له مشاقه وصعوباته
			الأخبار الصادمة تمنعني من التفكير
			أتوسط في اختياري وقناعاتي
			أنهض كلما تعثرت وأكمل المسير كلما توقفت
			ردود أفعالي متهورة في المواقف الحياتية
			أرى أن الفشل أولى درجات النجاح
			أشعر بصعوبة في فهم الناس من حولي
			أفكاري تكون بارزة في الأعمال الجماعية
			لا أستطيع فهم ردود أفعال الآخرين تجاهي
			أنكر بداخلي من يقومون بالاعتداء على الآخرين
			انتشار الخبر دليل على صحته
			يتسم تفكيري بالتناؤل

			أتمسك برأيي حتى وإن كان على خطأ
			أتمالك نفسي حين الغضب
			تنغلب مشاعري على عقلي في مواجهة التحديات
			أميل إلى وضع بدائل للحلول
			أنجرف خلف التيارات والأفكار المتطرفة من حولي
			أتمسك بأحلامي وطموحاتي رغم الصعوبات
			المخطئون هم من حولي
			أرحب بالتعامل مع الجميع لأنني أؤمن أن اختلافنا أمر حتمي
			أجاري من حولي لأنال رضاهم
			يضايقني اعتداء الآخرين جنسيا على الطرف الآخر
			أنظر للأمر بلونين أبيض وأسود فقط ولا ألوان بينهما
			أستطيع التعبير بحكمة عما أشعر به من إحباط أو ضيق
			أؤمن أن الرياح لا تأتي بما تشتهي الأنفس
			يضايقني التعصب الأعمى الذي يتحلى به البعض
			يقلقني ما يحدث في سلوكيات الأفراد من تغير للأسوء
			كل ما يحدث لنا خير حتى وإن ظهر لنا عكس ذلك
			أقول وأفعل كل ما يتبادر إلى ذهني
			اختلاف وجهات النظر تزيد الصورة وضوحا
			أشارك من حولي في الأشياء التي لا تستهويني
			أجد حلولاً متنوعة للمشاكل التي تعترض طريقي
			أسب وأستهزأ بمن يضايقني
			فهمي للآخرين يعينني على التعامل معهم
			يستمتع الآخرون لنصائحي في حل مشاكلهم وأزماتهم

ملحق (2)

المقياس في صورته النهائية

لا	أحيانا	نعم	العبارة
			أصدق الأخبار التي أراها متداولة بين الناس
			أتحكم في نفسي عند الغضب
			أشعر بالإحباط إن طال الطريق وكثرت المعوقات
			أتعامل مع أفراد المجتمع على اختلاف شخصياتهم
			أرحب وأستمع للأراء المخالفة لرأيي
			لا أجهد نفسي في التفكير طالما هناك من يفكر
			رأيي صواب يحتمل الخطأ ورأي غيري خطأ يحتمل الصواب
			أحقق ما أريده بفضل إرادتي القوية
			أفقد أعصابي إذا قاطعني أحد حين العمل
			على الفرد أن يغير ما يمكن تغييره ويقبل ما لا يمكن تغييره
			أعلم أن لكل مشكلة حل
			أتعامل مع الآخرين بصدام
			أستمر في العمل الذي أتخذ فيه القرارات
			أفعل المطلوب حتى وإن جاءت النتيجة عكس ما أتوقع
			أعتدي جسديا بالضرب على من لا يروفتي
			نادرا ما يسيطر علي الغضب والهياج
			أتكيف مع الظروف المتغيرة في مجتمعي
			أخشى التعرض لصدمات جديدة في حياتي
			أتعامل بسهولة مع من لا يشبه شخصيتي
			أنا قادر على اتخاذ قراراتي بمفردي
			أفتخر بنفسي حينما أفكر فيما وصلت إليه
			إما أن أفعل ما أريده أو لا أفعل شيئا مطلقا
			أناقش الآخرين دون الوصول لجدال أو شقاق فيه
			أعلم أن كل عمل له مشاقه وصعوباته
			الأخبار الصادمة تمنعني من التفكير
			أتوسط في اختياري وقناعاتي
			أنهض كلما تعثرت وأكمل المسير كلما توقفت

			ردود أفعالي متهورة في المواقف الحياتية
			أرى أن الفشل أولى درجات النجاح
			أشعر بصعوبة في فهم الناس من حولي
			أفكاري تكون بارزة في الأعمال الجماعية
			لا أستطيع فهم ردود أفعال الآخرين تجاهي
			انتشار الخبر دليل على صحته
			يتسم تفكيري بالتفاؤل
			أتمسك برأيي حتى وإن كان على خطأ
			أتمالك نفسي حين الغضب
			تتغلب مشاعري على عقلي في مواجهة التحديات
			أميل إلى وضع بدائل للحلول
			أنجرف خلف التيارات والأفكار المتطرفة من حولي
			أتمسك بأحلامي وطموحاتي رغم الصعوبات
			المخطئون هم من حولي
			أرحب بالتعامل مع الجميع لأنني أؤمن أن اختلافنا أمر حتمي
			أجاري من حولي لأنال رضاهم
			يضايقني اعتداء الآخرين جنسيا على الطرف الآخر
			أنظر للأمر بلونين أبيض وأسود فقط ولا ألوان بينهما
			أستطيع التعبير بحكمة عما أشعر به من إحباط أو ضيق
			يضايقني التعصب الأعمى الذي يتحلى به البعض
			يقلقني ما يحدث في سلوكيات الأفراد من تغير للأسوء
			كل ما يحدث لنا خير حتى وإن ظهر لنا عكس ذلك
			أقول وأفعل كل ما يتبادر إلى ذهني
			اختلاف وجهات النظر تزيد الصورة وضوحا
			أشارك من حولي في الأشياء التي لا تستهويني
			أجد حلولاً متنوعة للمشاكل التي تعترض طريقي
			أسب وأستهزأ بمن يضايقني
			فهمني للآخرين يعينني على التعامل معهم
			يستمتع الآخرون لصائحي في حل مشاكلهم وأزماتهم

ملحق (3)

قائمة المحكمين

أولاً السادة الأساتذة		
1	أ.د/ أحمد بديوي	أستاذ بقسم الصحة النفسية كلية تربية جامعة حلوان
2	أ.د/ رجب أحمد على	أستاذ متفرغ بقسم الصحة النفسية كلية تربية جامعة أسيوط
3	أ.د/ نادية عبده ابو دنيا	أستاذ بقسم علم النفس التربوي كلية تربية جامعة حلوان
ثانياً السادة الأساتذة المساعدون		
4	أ.م. د / تامر شوقي إبراهيم أحمد	أستاذ علم نفس التربوي المساعد كلية تربية جامعة عين شمس
5	أ.م.د/ عزة الخضري	أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية تربية جامعة حلوان
6	أ.م.د/ أحمد الليثي	أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية تربية جامعة حلوان
7	أ.م.د/ رمضان عاشور حسين سالم	أستاذ الصحة النفسية المساعد جامعة حلوان - جامعة الباحة
8	أ.م.د/ محمد كمال أبو الفتوح	أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية تربية جامعة بنها
ثالثاً السادة المدرسون		
9	د/ سماح محمود إبراهيم	مدرس علم نفس تربوي كلية تربية جامعة حلوان
10	د/ سارة عاصم	مدرس الصحة نفسية كلية تربية جامعة حلوان
11	د/ فاطمة المصري	مدرس الصحة نفسية كلية تربية جامعة حلوان
12	د/ مروة سعيد عويس	مدرس الصحة نفسية كلية تربية جامعة حلوان