

## المناعة النفسية وعلاقتها بالإكتئاب لدى عينة

### من المراهقين المعاقين بصرياً

إعداد

أ/ نسمة لطفى شعبان

تحت إشراف

أ.د/ أسماء فتحى أحمد

أستاذ الصحة النفسية المساعد كلية التربية- جامعة المنيا

أولاً : مستخلص الدراسة:

هدفت الدراسة فحص العلاقة بين المناعة النفسية والإكتئاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً بالمنيا، تكونت عينة الدراسة من (40) مراهقاً ومراهقة (20 إناث، 20 ذكور) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية ، بمتوسط عمرى (16.5)، وإنحراف معيارى قدره (0,506). وقد استخدمت الباحثة مقياس بيك للإكتئاب(1961) ترجمة صفوت فرج(2000) ، ومقياس المناعة النفسية إعداد الباحثة. وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط عكسى دال إحصائياً بين المناعة النفسية والإكتئاب لدى عينة البحث، كما حددت نتائج الدراسة نسبة إنتشار المناعة النفسية بنسبة ( 18.58%) بين المراهقين الذكور المعاقين بصرياً وتقدر المناعة النفسية بحوالى (13.47%) بين الإناث المعاقين بصرياً .

#### Abstract :

This study aimed at investigating the relation between the psychological immunity and depression among a sample of visually impaired adolescents in Minia. The study sample consisted of (40) adolescents (20 male & 20 female) from secondary students. with average age (16,5) SD (0,506). The researcher used Beck scale (prepared by Beck (1961) translated by Safwat Farag(2000) and the psychological immunity scale prepared by (The Reseaecher). The results proved that: There was statistically significant correlation between scores of adolescents on Beck scale and their scores on psychological immunity scale, the study determined the psychological immunity prevalence on males as(18.58%) and on females as (13.47% )

## أولاً: مقدمة

تعد المناعة النفسية ضمن التوجه الايجابي في علم النفس وقد تزايد الاهتمام بها في الآونة الأخيرة لان وجودها دال على صحة الفرد النفسية والجسمية، وتعد عامل رئيسي ومهم في حماية الفرد من الإصابة بالامراض ، وان الانسان كل متكامل يشمل العقل والجسم وان ما يتعرض له من ضغوط تحدث تأثيرها في كلا الجانبين ، فمصطلح المناعة يعنى مقاومة الضغط والشد النفسى والجسمى ، فالمناعة النفسية من العمليات الوقائية التي تساعد على حماية المراهق من الاضطرابات النفسية والامراض الجسمية المختلفة (Matheny1993:123)&(نادية الاعجم ،2013:2).

وأشار (Merrell and Isava, 2005:33) أن الإكتئاب عائقاً من عوائق الصحة النفسية حيث يمثل واحداً من الإضطرابات الرئيسية الأربعة المكونة لما يمرن بالاضطرابات أو المتلازمات المرضية الداخلية والتي تمثل نمطاً أو مجالاً فرعياً رئيسياً فى المشكلات الإنفعالية والسلوكية والتي تنشأ وتتطور وتستمر إلى مدى بعيد داخل الفرد. وكذلك فإن من الصعب الكشف عن أعراض هذه المشكلات، وتتطلب عملية التشخيص وكشف المشكلات الانفعالية والسلوكية لتقييم نفس عميق، يركز على رصد مشاعر وإنفعالات المراهق تجاه نفسه وتجاه الآخرين، ورؤيته وتقديره لذاته، ومجموعة أفكاره، ومعتقداته، ومشاعره، وإتجاهه نحو نفسه ونحو العالم من حوله.

ويمكن اعتبار المناعة النفسية بمثابة جهاز حماية وقائي يقوي أسباب أو ميول وتوجهات البعد عن الاستهداف أو التعرض للإصابة النفسية ويرفع من القدرة على التأقلم لدي الأفراد. و المناعة النفسية تمثل عملية تحصين ضد العدوى Infection بالغضب أو الهياج أو الثورة أو المشاعر السلبية المتطرفة و الأمراض النفسية من الآخرين وعدم التدهور إلى المستوى المنخفض الذين هم فيه، وإنما البقاء صحيحاً معا في ، بل ومحاولة رفعهم إلى مستوى التمتع بالصحة و السوية. . وهي بذلك عملية ترشيح Filtering للمشاعر و الوجدانات السلبية التي يمكن أن تنتقل إلى الفرد من الآخرين (Albert- Lorincz et al., 2012:105).

وقد تبين أن الجهاز المناعي النفسى القوي هو الأقل تأثراً بالإكتئاب. وأن نظام المناعة النفسى هو النظام الذي يقلل من الإجهاد ويمكن أن يساعد في تنفيذ استراتيجيات التكيف . فالتأثيرات الديناميكية والمتبادلة لخبرات الطفولة التي تحدد نمط الحياة ويساعد

نظام المناعة النفسى على مقاومة الإجهاد الناتج عن الضغوط السلبية .وتساعده على حل المشكلات والتفسير الإيجابي لها .الاتجاهات ( Pap,X,etal, 2020,56 ).  
ونظرا للنتائج السلبية المرتبطة بالاكئاب وضرورة تحلى المراهقين بالمناعة النفسية، كان من المهم التعرف على مدى وجود علاقة بين المتغيرين، وهذا ما تسعى الدراسة الحالية إلى بحثه.

### ثانياً: مشكلة الدراسة:-

يعتبر الإكتئاب من المشكلات واسعة الانتشار وخصوصا بين المراهقين ، فقد أشار(أحمد عكاشة ، 1998 ، ص352) أن الاكتئاب يُقدر ما بين 9-20% من مجموع السكان، كما تصل نسبة الاكتئاب فى مصر حوالى 24.5% من جملة الاضطرابات العقلية، وحوالى 19.7 % من المرضى يعانون من الاكتئاب التفاعلى، وقد أشار ليندزاي وبول- ترجمة صفوت فرج (2000، ص 127) أن معدلات الاكتئاب تتراوح بين 2.20 : 3.5% بوصفه أحد فئات الاضطرابات الوجدانية ، وأكدت دراسة دانيا الشبؤون (2011، ص 781) أن نسبة شعور المراهقين بالاكتئاب بلغت حوالى (7.90%).

ولذلك يعتبر الاكتئاب من المشكلات واسعة الانتشار لدى المراهقين. ولم تذكر اى دراسات لا عربيه ولا اجنبيه نسبة انتشار المناعه النفسية بين المراهقين لذلك يعد البحث الحالى محاولة للكشف عن العلاقة بين المناعه النفسية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين (فى المرحلة الثانوية). وكذلك معرفة مستوى تعرض المراهقين للاكتئاب والمناعه النفسية وهذا ما افتقرت إليه العديد من الدراسات السابقة وذلك - فى حدود إطلاع الباحثة.

ومن خلال العرض السابق يبرز الجانب الأول من مشكلة البحث وهو ندرة الدراسات الأجنبية او العربية فى حدود إطلاع الباحثة- التى تناولت المناعه النفسية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً.

كما يبرز الجانب الثانى من مشكلة الدراسة فى خطورة تعرض المراهقين المعاقين بصرياً(ذكور / إناث) للاصابة بنقص المناعه النفسية والاكتئاب مما يؤثر على صحتهم النفسية.

أما الجانب الثالث من مشكلة الدراسة يتمثل فى ان هذه الدراسة تعد إحدى المحاولات لمعرفة مدى نسبة انتشار المناعه النفسية والاكتئاب بين المراهقين المعاقين بصرياً، حيث أن الاكتئاب من المشكلات واسعة الانتشار فى العصر الحالى بين المراحل العمرية المختلفة.

من خلال العرض السابق تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:-

- 1- ما العلاقة بين المناعة النفسية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين ؟
- 2- ما الاختلاف في نسب الانتشار بين الذكور والإناث المعاقين بصرياً على مقياس المناعة النفسية؟

#### **ثالثاً: هدف الدراسة:-**

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين المناعة النفسية والاكتئاب لدى المراهقين في المرحلة الثانوية ، كما يهدف البحث إلى حساب نسبة انتشار المناعة النفسية والاكتئاب لدى عينة المراهقين.

#### **رابعاً: أهمية الدراسة:-**

##### **أ- الأهمية النظرية :**

1- تهتم الدراسة بتحديد العلاقة بين متغيراتها (المناعة النفسية والاكتئاب ) وهذا يساهم في لفت انتباه أولياء الأمور والمعلمين لوجود هاتين الظاهرتين وفهم العلاقة بينهما.

##### **ب- الأهمية التطبيقية :**

- 1- تصميم مقياس المناعة النفسية للمعاقين بصرياً.
- 2- تصميم برامج علاجية وأفضل تدخل علاجي لنقص المناعة النفسية والاكتئاب .

#### **خامساً: مصطلحات الدراسة:-**

##### **1- المناعة النفسية**

تُعرف الباحثة المناعة النفسية بأنها خطة وقائية تساعد المعاق بصرياً على التخلص من المرض النفسي، ويتكون نظام المناعة النفسية من خمسة أبعاد رئيسية وهي (الثقة بالنفس-التحكم الانفعالي- المرونة النفسية-التحدى-التفاوض).

(Shapan,N,2020,348)

##### **2- الاكتئاب Depression**

ويعرف حامد زهران (2003، ص 123) الاكتئاب بأنه حالة من الحزن الشديد، تنتج عن الظروف الأليمة ، وتعبر عن شئٍ مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه ويصاحبه أعراض نفسية وجسمية.

#### **سادساً: الإطار النظري**

## أ- المناعة النفسية :

## 1- تعريفات المناعة النفسية :

تعددت تعريفات المناعة النفسية فيعرفها أولاه (Olah,2005,p.654) بأنه وحدة متكاملة متعددة الأبعاد لموارد الشخصية المرتبطة بالجوانب (المعرفية، الوجدانية، والسلوكية)، والتي تقدم للفرد مناعة يستطيع من خلالها التعامل مع الضغوط ومقاومتها وتدعيم الصحة النفسية، عبر ثلاث أنظمة فرعية (الاعتقاد أو الثقة م ا رقة الأداء تنظيم الذاتي ) والتي تتفاعل مع بعضها لتنمية القدرات التكيفية بهدف دعم - التناغم ما بين مبادئ. كما يعرفها (American Heritage Dictionary,2012) بأنها أحد فروع الدراسة التي تهتم بتأثيرات العوامل النفسية والاجتماعية على وظائف جهاز المناعة الفرد ومتطلبات بيئته

## أنواع المناعة النفسية:

كما قسمها علاء الشريف(2015،ص.40)

أ- مناعة نفسية فطرية Innate Psychological Immune : عنها يونج (1977a) (، أنها المكافئ النفسي لنزوع الجسم إلى تصحيح ذاته عبر) التعويض اللاواعي(والتي توجد عند الفرد منذ لحظة الميلاد في طبيعة تكوينه النفسي، والذي ينمو من التفاعل بين الوراثة والبيئة، وأكثر ما يعبر عنها هو تحويل الطاقة الوجدانية السلبية لأعراض جسدية.

ب- مناعة نفسية توافقية Adaptive Psychological Immune : وهي الامتداد الطبيعي لتطور المناعة الفطرية، والتي تتم من خلال إدراك الفرد لاستجاباته نحو الخبرات والمواقف التي ينجح فيها بتجاوز الأزمات والمحن، للوصول إلى التوازن النفسي المناسب للنمو والنضج، كما وتكمن فكرة هذا النوع في تعويض الطاقة النفسية المستنفذة من التكيف مع الضغوط عبر التعديل المستمر للاستجابات نحو المواقف المتكررة، من خلال الآليات المعرفية لعمليات التكيف، والتي تزيد بمرور الخبرات الإيجابية والسلبية، كما يمكن تعزيزها عبر تدعيم موارد الشخصية المحددة لذاتها.

## 3-أبعاد المناعة النفسية :

قسم (علاء الشريف، 2015، ص31) أبعاد نظام المناعة النفسية الى ثلاثة أبعاد:

أ-نظام الاحتواء : وينقسم نظام الاحتواء الى الاستيعاب والتحويل .

ب- نظام المواجهة التكيفية : وتنقسم الى القناعات كسمة ، الحد من التنافر، تبرير الدافع، النزعة الذاتية، تأكيد الذات ، التخيلات الايجابية .

ج- نظام التنظيم الذاتي : وتنقسم الى قوة الارادة ، التزامن، السيطرة الانفعالية، السيطرة الوجدانية .

حدد (Bhardwaj,2012) أربعة عوامل لمناعه النفسية وهما ؛ الثقة بالنفس ، التوافق الكلى ، النضج الانفعالى ، السعادة النفسية .. ثم قام بعد ذلك كلا من Bhardwaj & Agrawal بوضع عامل اضافى للقائمة وهو الذكريات الايجابية.

ب- الاكتئاب : Depression

1- تعريفات الاكتئاب:-

ويعرف حامد زهران (2003، ص 123) الاكتئاب بأنه حالة من الحزن الشديد، تنتج عن الظروف الأليمة ، وتعبر عن شئ مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقى لحزنه ويصعبه أعراض نفسية وجسمية.

كما إتفقت كل من (هندية سلامة ، 2003، ص8، موسى عبدالمعبود، 2005، ص 21) على أن الاكتئاب هو حالة انفعالية وقتية أو دائمة يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق، وتشيع فيها مشاعر الهم والغم، وتصاحب هذه الحالة اعراض محددة متصلة بالجواب المزاجية والمعرفية والسلوكية والجسمية.

2- انواع الاكتئاب:-

1- الاكتئاب العادى Normal Depressive

2- الاكتئاب المرضى Depressive disorder

مع ضرورة الاشارة إلى الفرق بين نوعى الاكتئاب ربما ينحصر فى دوام

Presistence حالة الكآبة وشدتها وأبعادها (Parker, 1980,P 67)

3- نسبة إنتشار الإكتئاب:-

أوضحت منظمة الصحة العالمية ان حوالى 10% من مجموع السكان يعانون من الاكتئاب، وانه أول أسباب العجز والإعاقة الوظيفية فى العالم النامى بحلول 2020، كما أتفق كل من (Sullivan, and Engin, 1986, P 302., Albert, etal, 1981, P 351, DSM- 5,2013, p.106) انه وصلت نسبة الكآبة حوالى 30% فى مرحلة المراهقة ، وحددها بيك بحوالى 33%، كما توصلت العديد من الدراسات أن الإناث أكثر

عرضة للإصابة بالاكتئاب عن الذكور ، وتوصلت نتائج دراسة بويد ويسمان ( Boyd and weissman, 1981,P 1039) أن 26% من الإناث مصابون بالاكتئاب مقابل 11% من الذكور.

#### 4- أعراض الإكتئاب:-

توصل بيك وآخرون ( Beck. et al, 1996. P.3) الى أن أهم أعراض الاكتئاب هي ما يلي: الحزن، والتشاؤم، والفشل السابق، وفقدان الاستمتاع، ومشاعر الإثم، ومشاعر العقاب، وعدم حب الذات، ونقد الذات، والأفكار أو الرغبات الانتحارية، والبكاء، والتهييج والاستشارة، وفقدان الاهتمام، والتردد، وإنعدام القيمة، وفقدان الطاقة، وتغيرات في نمط النوم، والقابلية للغضب أو الانزعاج، وتغيرات في الشهية، وصعوبة التركيز .

كما يحدد الدليل التشخيصي الاحصائي الخامس المعدل للاضطرابات النفسية الذي أصدرته الجمعية الأمريكية للطب النفسي عام 2013 (DSM, 5,T.R,2013,Pp.168-169) الجوانب الآتية باعتبارها خصائص مميزة لنوبة الاكتئاب: مزاج مكتئب معظم اليوم تقريبا، وإنخفاض او نقص واضح في المتعة والسرور في كل أو معظم الأنشطة معظم اليوم او كل اليوم، ونقص واضح في الوزن بدون رجيم أو زيادة في الوزن (تغير أكثر من 5% من وزن الجسم في الشهر، أو نقصان أو زيادة في الشهية تقريبا كل يوم، والأرق أو الوخم تقريبا كل يوم، وتأخر حركى نفسى يلاحظه الآخرون وليس مجرد مشاعر ذاتية بعدم الاستقرار، والتعب وفقدان الطاقة .

#### 5- أسباب الإكتئاب

أشار (عبد المطلب القريطى، 1998، ص 393؛ Merrell & Isava m 2005 P.4) أن للاكتئاب أسباب كثيرة منها: العوامل الوراثية وتشير بعض الدراسات الى شيوع الاكتئاب بين التوائم به والاقارب، نتيجة اضطراب الافرازات الهرمونية واضطرابات فى الجهاز العصبى، والعوامل بيئية اجتماعية : ومن بينها الأساليب الوالدية اللاسوية فى التنشئة : كإهمال الأبناء نبذهم والقسوة الشديدة عليهم ، والخصائص المزاجية الاكتئابية للوالدين أو أحدهما ، والتفكك الأسرى ، والانفصال المبكر عن الوالدين والخلافات الوالدية الشديدة واضطراب المناخ الأسرى، والعوامل نفسية وشخصية : كخصائص الشخص الأكثر استهدافا للاضطراب ، ومنها سمات الشخصية المنطوية كالخجل والانسحابية والشعور بالنقص وتدنى مفهوم الذات والاحباطات الشديدة ، والعوامل الأسرية : التى تهيب المراهقين للإصابة

بالاكتئاب كالمناخ الانفصالي الأسرى البارد القاسى، والعلاقات الأسرية الجافة ، زيادة الصراعات والخلافات الأسرية ، ونقص التواصل الأسرى وقصور مهارة حل المشكلات بالإضافة لزيادة عوامل الخطورة المؤدية للاصابة بالاكتئاب لدى المراهقين الذين يعيشون مع آباء يعانون من الاكتئاب، الأحداث الضاغطة، افتقاد المساندة الانفعالية والاجتماعية من المحيطين، وندرة الخدمات الصحية والاجتماعية .

### سابعاً : دراسات سابقة :

أ- دراسات تناولت العلاقة بين المناعة النفسية والإكتئاب :

#### 1- دراسة ( Manceaux,P& Zdanowicz,N (2016)

قامت هذه الدراسة لفحص العلاقة بين المناعة، واساليب المواجهة ، والاكتئاب وذلك لدى عينة مكونة من (894) من مرضى الاكتئاب وتم تطبيق مقياس الاكتئاب لبيك، ومقياس 'Cousson' لاساليب المواجهة ، ومقياس اولاه للاكتئاب، ومقياس المناعة النفسية من اعداده . واكدت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين الاكتئاب والمناعة ، كما ان استخدام اساليب المواجهة له فاعلية فى تقليل الاكتئاب .

#### 2-دراسة ( Pap,X,etal( 2020 )

فحصت هذه الدراسة دور المناعة النفسية فى الاكتئاب ، وتكونت عينة الدراسة من (741) من النساء المتطوعات، واستخم الباحثين ستة من المقاييس، مقياس البيانات الشخصية، استبيان أحداث الحياة التهديدية، استبيان الدعم الاجتماعى،استبيان المشكلات الاجتماعية، استبيان احداث الطفولة الصادمة،مقياس المناعة النفسية، مقياس الاكتئاب لزونج، . وقد أكدت نتائج البحث ارتباط المناعة النفسية بالاكتئاب بعلاقة عكسية .

#### 3-دراسة ( Masih,J & Verbeke,W(2018)

فحصت هذه الدراسة العلاقة بين وظيفة المناعة النفسية والاكتئاب، وذلك على عينة مكونة من (2057) من المشاركين ، واستخدم الباحثان مقياس المناعة النفسية لأولاه (2005) Olah ، وقائمة بيك للاكتئاب ، واكدت نتائج الدراسة ارتباط الوظيفة المناعية النفسية بالاكتئاب ،فكلما زادت المناعة النفسية قل الاكتئاب ، والعكس .



**ثامناً: فروض الدراسة :**

- 1- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس الإكتئاب .
- 2- توجد نسب إنتشار مقبولة للمناعة النفسية لدى المراهقين المعاقين بصرياً .

**تاسعاً: الطريقة والإجراءات****أ- عينة الدراسة:**

تضمنت عينة الدراسة (40) مراهقا ومراهقة من المعاقين بصرياً بمدرسة النور للمكفوفين بالمنيا (40 ذكور، 40 إناث) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمتوسط عمرى (16.5)، وإنحراف معيارى قدره (0.506) .

**ب- أداة الدراسة****1- مقياس المناعة النفسية ( إعداد الباحثة )****(أ) وصف المقياس**

صُمم مقياس المناعة النفسية كى يقيس الأبعاد المختلفة للمناعة النفسية ، والتي تعترض المراهق المعاق بصرياً فى حياته ، ويحتوى المقياس على خمسة أبعاد وهى (الثقة بالنفس - التحكم الانفعالى - المرونة النفسية- التحدى - التفاؤل) .

**ج- الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية :****- الصدق:****(1) صدق المحكمين:**

قامت الباحثة بعرض الصورة المبدئية للمقياس على مجموعة من المحكمين (أحد عشر أستاذاً من أساتذة الصحة النفسية بكلية التربية جامعى المنيا وأسيوط والزقازيق)\* وتم حذف (10 عبارات) وفسر المحكمون حذفهم لتلك العبارات، إما لطول العبارة، أو لتكرارها مع عبارات أخرى، أو لعدم مناسبتها للجانب الخاص بها وتم الإبقاء على العبارات المتفق عليها من وجهة نظر الأساتذة بنسبة 90% ليصبح المقياس فى صورته قبل النهائية مكوناً من (46) عبارة، تقيس الأبعاد المذكورة سابقاً، ثم طبقت الباحثة المقياس على العينة الاستطلاعية التى تكونت من (40) طالب وطالبة من مراهقى المرحلة الثانويه المعاقين بصرياً .

(2) صدق المحك :

استخدمت الباحثة صدق المحك، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها ( 40 ) فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث، ثم قامت بتطبيق مقياس المناعة النفسية لعصام زيدان (2013) على نفس العينة، و تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد على المقياسين، وقد بلغ معامل الارتباط (0.934) وهو دال إحصائياً عند مستوى (0,01) ، مما يشير إلى صدق المقياس

- الثبات :

- ثبات المقياس

(1) معامل ألفا لكرونباخ :

قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ Alpha وذلك لأبعاد المقياس الخمسة كل على حدة ، وللمقياس ككل، وتراوحت معاملات الثبات للأبعاد ما بين (0,85)، (0,89) بينما كان معامل الثبات للمقياس ككل (0,89) وهي معاملات دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) ؛ مما يشير إلى ثبات المقياس، ويوضح جدول (1) معاملات الثبات بهذه الطريقة .

## جدول (1)

## معاملات ثبات مقياس المناعة النفسية باستخدام معامل ألفا لكرونباخ

المقياس	معامل ألفا
الثقة بالنفس	**0,87
التحكم الانفعالي	**0,86
المرونة النفسية	**0,87
التحدى	**0,89
التقاول	**0,85
الدرجة الكلية	**0,89

جميع المعاملات دالة عند مستوى ( 0.01) \*\*

(2) طريقة التطبيق وإعادة التطبيق :

لحساب ثبات المقياس استخدمت الباحثة طريقة التطبيق وإعادة التطبيق حيث قامت بتطبيق المقياس على عينة قوامها (40) فرداً من مجتمع البحث ، ثم أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى بعد أسبوعين على نفس العينة، والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (2) معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس المناعة النفسية

معامل الارتباط	المقياس
**0.82	الثقة بالنفس
**0.81	التحكم الانفعالي
**0.74	المرونة النفسية
**0.88.	التحدى
**0.87	التقاؤل
**0.85	الدرجة الكلية

جميع المعاملات داله عند مستوى (0.01)

(ج) الاتساق الداخلي

أستخدمت الباحثة صدق الاتساق الداخلي، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (40) مراهقاً معاق بصرياً بمتوسط عمري (16,5)، وإنحراف معياري (0,506) من مجتمع البحث ، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

ويوضح جدول (3) نتيجة الإتساق الداخلي للمقياس .

جدول (3)

معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من ابعاد

مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	الأبعاد
**0.59	الثقة بالنفس
**0.55	التحكم الانفعالي
**0.59	المرونة النفسية
**0.83	التحدى
**0.79	التقاؤل

2- قائمة بيك للاكتئاب (ترجمة وتقنين غريب عبد الفتاح، 2000)

يعتبر مقياس بيك الثانى للاكتئاب II - BDI نسخة مطورة لمقياس لاكتئاب BDI اعداد غريب عبد الفتاح (2000) وقام الباحث بحساب الصدق والثبات باستخدام عدة طرق - الثبات :-

(أ) طريقة التطبيق وإعادة التطبيق

وصل معامل الثبات بطريقة إعادة التطبيق بفواصل زمنى مقداره أسبوعان إلى (0.74) وهو معمل دال عند مستوى (0.01) ، وكان متوسط درجات المفحوصين فى التطبيق الاول (19018) بانحراف معيارى (9.55) ومتوسط درجاتها عى المقياس فى التطبيق الثانى (15.51) بانحراف معيارى (9.81).

(ب)معامل ألفا لكرونباخ :

وصل معامل ثبات ألفا لمجموعة المفحوصين (ن=114) الى (0.83) .

- الصدق :

تم حساب صدق مقياس بك الثانى للاكتئاب فى الدراسة الحالية بطريقة صدق المفهوم عن طريقتى الصدق التقارى وذلك بتطبيق كل من الصورة الاولى المعدلة لمقياس بيك للاكتئاب "الصورة المختصرة" ، ومقياس بيك الثانى للاكتئاب بمعامل ارتباط (0.76) وهو معامل ارتباط دال عند (0.01) ، كما تم حساب الصدق التمييزى عن طريق تطبيق مقياسى بيك الثانى للاكتئاب ومقياس القلق، ومقياس توكيد الذات، بمعامل ارتباط (0.42).

**الخصائص السيكومترية لمقياس الاكتئاب فى البحث الحالى:**

تم تطبيق المقياس على عينة من طلاب المرحلة الاعدادية مكونة من (40) طالب وطالبة بمتوسط عمرى بمتوسط عمرى (16.5)، وإنحراف معيارى قدره (0.506) .

(1) الصدق:

(2) صدق المحك :

استخدمت الباحثة صدق المحك، حيث قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة قوامها (40) فرداً من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث، ثم قامت بتطبيق مقياس هاملتون للاكتئاب تعريب د.لطفى فهيم على نفس العينة، و تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد على المقياسين، وقد بلغ معامل الارتباط (0.89) وهو دال إحصائياً عند مستوى (0,01) ، مما يشير إلى صدق المقياس

(أ) الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا لكرونباخ بمعامل ارتباط (0.796) دال عند مستوى (0.01) .

**عاشراً: نتائج الدراسة ومناقشتها:**

- الفرض الاول" توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب .  
للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل الارتباط الخطي لبيرسون للكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية والاكتئاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصرياً. ويوضح جدول (4) قيم معاملات الارتباط بين متغيرات الدراسة.

**جدول (4)**

**معاملات الارتباط بين درجات عينة البحث على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب**

الاكتئاب		المتغيرات
مستوي الدلالة	قيمة ر	
*0.01	0.225-	المناعة النفسية

يتضح من جدول (4) ما يلي :

. توجد علاقة ارتباطية عكسية بين درجات عينة البحث على مقياس المناعة النفسية ودرجاتهم على مقياس الاكتئاب بمعامل ارتباط (0.225-) عند قيمة دلالة (0.01) وتتفق نتائج البحث الحالي مع نتائج دراسة كل من : Zdanowicz,N & Masih,J (2020) ,. Pap,X,etal(2020) ,. Manceaux,P& Verbeke,W(2018) حيث أكدو جميعا على ارتباط المناعة النفسية عكسياً بالإكتئاب يعكس الاكتئاب اضطرابا في العلاقات والمهارات الاجتماعية للمراهقين ، كما يترتب بدرجة كبيرة بفقدان الثقة بالنفس والشعور بالوحدة النفسية ، كما يفتقد المكتئبين علاقاتهم بالمحيطين بهم ولا يحسنون التعبير عن أنفسهم ويفتقدون مصادر المساندة الاجتماعية الى جانب نظرتهم اللاتوليفية لذواتهم ويتوقعون كثيرا من أشكال العزلة الاجتماعية والشعور بالدونية ، كما تسيطر عليهم الكثير من نوبات الغضب نتيجة عجزهم عن أداء مهامهم

اليومية بأنفسهم ( فهد الربيعه ، 1997 ، ص 430؛ ناصر نوفل، 2016، 102 )  
(Andreson , 2000 PP.96.97؛

كما تفسر الباحثة نتيجة هذا الفرض في ضوء طبيعة الاعاقة البصرية؛ حيث يعاني المعاقين بصرياً من الإحساس بالدونية ، والقلق والصراع، والاحساس بالفشل والاحباط ، وصعوبة التوافق الشخصي والاجتماعي، وعدم شعورهم بالانتماء للمجتمع نظراً لنبذ المجتمع لهم من وجهة نظرهم ، مما يجعلهم أكثر عرضة للاصابة بالاكتئاب. كما أن المناعة النفسية تتكون من عدة أبعاد وهي الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، المرونة النفسية، التحدي، التفاؤل. وكل ذه الأبعاد يفتقر المعاقين بصرياً لها كثيراً

كما يعاني المكتئبين من صعوبة واضحة في التعامل والاحتكاك بالآخرين وقد يجد البعض صعوبة في تكوين المهارات الاجتماعية وخاصة التي تتطلب تأكيد الثقة بالنفس أو اتخاذ موقف حازم تجاه الالاحات غير الواقعية من الآخرين ، و يجد البعض صعوبة في التعبير عن استياءه أو رفضه للأشياء وقد يفتقدون حب الآخرين ودعمهم ويميلون للانسحاب ، وعدم القدرة على بذل الجهد الايجابي لتأكيد الروابط الاجتماعية ، والتصلب ، قلة التفاعل الاجتماعي ، الجمود العاطفي ، كما يفتقر المكتئبين القدرة على التعبير عن أنفسهم 0 فالإكتئاب يترتب بغير واضح في المهارات الاجتماعية ( عبد الستار ابراهيم 1998، ص 137 )

وقد أكدت نتائج دراسة: (Zdanowicz, N Manceaux, P& (2016) أن ضعف المناعة النفسية يسبب الإكتئاب وذلك كرد فعل للتعرض للضغوط الحياتية وعدم القدرة على مواجهتها ، وضعف الدعم الاجتماعي والاسرى ، وعدم الثقة بالنفس، وصعوبة التحكم الانفعالي، وضعف الصلابه النفسية ، والتشاؤم المستمر، وعدم القدرة على الاتزان الانفعالي . وتفسر الباحثة ذلك بأن المعاق بصرياً غير مواجهة الحياة لانه يفتقد أهم حاسه والتي يترتب عليها الكثير من المشكلات في حياته.

- الفرض الثاني " توجد نسب إنتشار مقبولة للمناعة النفسية لدى المراهقين المعاقين بصرياً " . للتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معادلة نسب الانتشار

## المتوسط الحسابي

أعلى ميزان تقديري  $\times$  عدد عبارات المقياس  $\times 100$

وحساب المتوسطات الحسابية للذكور والإناث في المناعة النفسية

ويوضح الجدول التالي نسب انتشار المناعة النفسية بين الذكور والإناث باستخدام

المتوسطات الحسابية ومعادلة نسب الانتشار السابقة :

## جدول (5)

## نسب انتشار المناعة النفسية بين الذكور والإناث

النوع	المتوسط الحسابي	نسبة الانتشار
الذكور	17.100	18.58%
الإناث	12.400	13.47%

من الجدول السابق يتضح أن الإناث أقل نسبة من الذكور في المناعة النفسية وذلك يرجع لعدة عوامل مختلفه منها: أن فقد البصر بالنسبة للأنثى يحد من إمكانية قيامها بدورها الطبيعي في الحياة والمتمثل في العناية بشئون المنزل ، والاستقلالية عن بيت الأسرة ، وتكوين حياة أسرية جديدة ، وتربية الأبناء ، بل أن إعاقتها البصرية تقلل من فرص زواجها وإستقرارها . مما يضعف لديها الثقة بالنفس . ويجعلها غير قادرة على التحكم بإنفعالاتها في بعض المواقف ، وتفقد السيطرة على نفسها إنفعالياً بشكل كلي ، كما أن الإعاقة البصرية تؤثر على أدائها الأكاديمي والدراسي بشكل كلي مما يضعف رغبتها في تحدى إعاقتها وعدم الوصول لتحقيق أهدافها بالحياه وكل ذلك يضعف لديها المناعة النفسية

## المراجع

### المراجع العربية:

- أحمد عكاشة (1998). الطب النفسى المعاصر ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .
- براندان برادلى (فى) ليندزاي وبول(2000). مرجع فى علم النفس الإكلينيكي للراشدين ( ترجمة صفوت فرج). القاهرة : الأنجلو المصرية
- حامد عبد السلام زهران (2003). دراسات فى الصحة النفسية والارشاد النفسى. القاهرة: عالم الكتب.
- دانيا الشبؤون (2011). القلق وعلاقتة بالاكنتاب عند المراهقين لدى عينة من تلاميذ الصف التاسع من التعليم الاساسى فى مدارس مدينة دمشق الرسمية ، مجلة جامعة دمشق، 3(27) ،ص ص 28-36.
- عبد الستار إبراهيم (1998).الاكنتاب اضطراب العصر الحديث، فهمه وأساليب علاجه، الكويت: المجلس الوطنى للثقافة والفنون والآداب .
- عبد المطلب أمين القريطى(1998). فى الصحة النفسية، القاهرة: دار الفكر العربى .
- غريب عبد الفتاح (2000). مقياس بيك الثانى للاكنتاب، مكتبة الانجلو المصرية: القاهرة .
- علاء الشريف فريد (2015). فاعلية برنامج ارشادى قائم على خصائص الشخصية المحددة للذات فى تدعيم نظام المناعة النفسية لخفض مشاعر الاغتراب النفسى . رسالة دكتوراة . كلية التربية .جامعة المنصورة
- فهد بن عبد الله الربيعة (1997). الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، القاهرة: الهيئة العامة المصرية للكتاب.
- موسى وسام عبد المعبود(2005). بعض المتغيرات المرتبطة بالاكنتاب لدى الأطفال (دراسة إكلينيكية)، رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس .
- ناصر محمد نوفل(2016) صورة الجسد والاغتراب النفسى وعلاقتهما بالقلق والاكنتاب لدى المعاقين بصرياً.رسالة ماجستير.كلية التربية. الجامعة الاسلامية بغزة.



- نادية محمد روزوقى الاعجم (2013) المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير ، كلية الآداب والعلوم النفسية ، جامعة ديالى .
- هندية محمد سعيد سلامة (2003) . مدى فاعلية برنامج علاجي معرفي سلوكي فى تخفيف حدة الإكتئاب لدى الأطفال ، رسالة دكتوراة ، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس .

### المراجع الأجنبية:

- Albert,N and Beck,A ( 1981). Incident of depression in early adolescence : A preliminary study , *Journal of Youth and adolescence* , 4,301-307.
- Albert-Lőrincz, E., Albert-Lőrincz, M., Kadar, A., Krizbai, T., & Marton, R. (2012). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. *The New Education Review*, 23(1), 103- 115.
- Houghton Mifflin Company (2012) *American Heritage Dictionary*,5<sup>th</sup> ed , New York: Times Book
- Anderson,K(2000). Internet use among college students : An exploratory study , *Doctor Dissertation* , Pensselaer Polytechnic Inst., Tory ,N.Y.
- Bhardwaj, A. K. (2012). A study of the effect of Pragyayoga Sadhana on adolescents' psycho-immunity. *Unpublished Ph.D. thesis*, Department of Clinical Psychology, Dev Sanskriti University, Haridwar.
- Beck AT, Steer R, Brown G. Beck.( 1996). Depression Inventory B: Second Edition Manual. The Psychological Corp.San Antonio: Tex.
- Boyd,J.H and Weissm,m,m(1981) epidemiology of affective isorders.A reexamination and future direction. *Archives of general psychiatry*.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (2013).American Psychiatric Association,5<sup>th</sup> ed, Washington
- Kaplan,H.I and Sadock,B.J (1992) . *Psychiatric drug treatment* . Baltimore , Mayrland: Williams & Wilkins .
- Manceaux,P., Zdanowicz,N(2016) Immunity ,coping and depression . *Psychiatria Danubina*. 28, (1) pp 165-169

- Masih,J&Verbeke,W(2018) Immune System Function and its Relation to Depression: How Exercise can Alter the Immune System-Depression Dynamics Journal of Depression and Anxiety ( 7)4,pp28-66
- Matheny , K , et , al. ( 1993 ) . The Coping Resoures Inventory For Stress , A measue Of Perceived Resources Fullness , Journal of *Clinical Psychology* . ( 49 ) 6.pp280-290
- Merrell,K.W nd Isava,D.M(2005).*Depression in children and adolescents .Encyclopedia of school psychology* ..Moscow:Kluwer Academic
- Nesma Lotfy Shapan(2020) The Rationing of Psychological Immunity Scale on a Sample of Visually Impaired Adolescents, International Journal for Innovation Education and Research, (8)3,pp345-356
- Oláh, A. (2005): *Anxiety, coping, and flow. Empirical studies in interactional perspective*. Budapest: Treffort Press.
- Pap, X. Gonda, J. Lazary, E. Molnar,L. Tothfalusi, G. Bagdy. (2010) Mediating role of psychological immune competencies on the development of susceptibility to depression Semmelweis University, Dept.of Pharmacodynamics, Hungary European Neuropsychopharmacology,15(2),pp170-180.
- Parker,G(1980) . Vulnerability factors to normal depression .journal of *Psychosomatic Research*, 24:67- 74 .
- Sullivan,W and Engin,A (1986). Adolescents depression : Its prevelance in high school students . *Journal of School Psychology*, 24: 103-109.
- Zukerman,M (1999). Vulnerability to psychopathology . Washington, DC : American Psychological Association.